

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Sudah menjadi sunatullah bahwa setiap manusia yang hidup di dunia pasti mempunyai masalah, baik masalah pribadi, masalah sosial, masalah keluarga sampai masalah di tempat kerja. Masalah-masalah ini bisa berupa tugas pekerjaan yang menumpuk, tugas perkuliahan yang banyak, harapan akan masa depan, konflik terhadap atasan, konflik terhadap rekan kerja, ketidak harmonisan keluarga, menghadapi anak didik yang bermasalah, mengajari murid yang mempunyai kebutuhan khusus dan banyak lagi macam-macam masalah yang menjadi penyebab stres.

Stres adalah suatu kondisi ketegangan yang mempengaruhi emosi, proses berpikir dan kondisi seseorang.<sup>1</sup> Stres merupakan bagian dari kondisi manusiawi karena, semua manusia yang hidup dimuka bumi ini pasti merasakan resah, gelisah, takut, kecewa, khawatir, dan sedih karena masalah yang dihadapi dalam hidup mereka akan datang silih berganti tanpa adanya rekayasa dari diri mereka sendiri. Setiap jiwa yang hidup pasti mempunyai cita-cita, keinginan, dan harapan, dalam hidup untuk menggapai semua cita-cita. Keinginan dan harapan tersebut maka manusia pasti akan dihadapkan pada tantangan, gangguan dan hambatan, tantangan dan hambatan itu nantinya yang akan menjadi sumber masalah penyebab stres.

---

<sup>1</sup>Abdurrahmatn Fathoni, *Organisasi dan Manajemen Sumber Daya Manusia*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2006), h. 176.

Stres juga bisa diibaratkan laksana dua mata uang yang berbeda namun keduanya tidak bisa dipisahkan. Satu sisi kita memanfaatkan stres agar potensi diri lebih terasah namun disisi lain karena stres manusia menjadi merugi, depresi bahkan bisa gila. Hal yang penting adalah bagaimana seseorang mampu menjadikan stres sebagai motivasi dalam kehidupan sehingga, setiap masalah yang datang silih berganti bisa dilewati dan diselesaikan dengan baik.

Setiap manusia yang hidup pasti akan mendapat masalah. Bahkan masalah yang dihadapi akan terus bertambah terkadang bisa menjadi “lingkaran setan” dalam diri seseorang, misalnya satu hari masalahnya belum selesai, satu minggu, satu bulan, satu tahun, dan ada juga masalah tersebut tidak juga selesai sampai seumur hidup. Betapa beratnya kehidupan manusia yang tidak bisa menyelesaikan masalahnya hingga begitu lama karena dengan masalah-masalah yang tidak terselesaikan akan menjadi salah satu penyebab stres. Sebaliknya, ada juga manusia tertentu yang pandai menyelesaikan masalahnya sehingga tumpukan masalah yang sempat mempengaruhi emosi dan proses berpikir malah menjadi jembatan untuk mengasah diri bahkan mampu menggali potensi dirinya.

Kecerdasan seseorang dalam mengolah stres tidak bisa datang begitu saja tanpa adanya usaha dari orang bersangkutan untuk terus mengontrol emosi, mendekat kepada sang khaliq dan memiliki rasa dahaga untuk mencari ilmu, tak terkecuali ilmu tentang manajemen stres. Hal ini sesuai dengan firman Allah dalam Q. S. Al- Mujadillah/58:11

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا إِذَا قِيلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوا فِي الْمَجَالِسِ فَافْسَحُوا يَفْسَحِ اللَّهُ لَكُمْ وَإِذَا قِيلَ انشُرُوا فَانشُرُوا يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ آمَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ (١١)

Penulis berpendapat bahwa bukti ilmu yang berkah adalah ilmu yang mampu memberi manfaat bagi orang lain yang memilikinya, juga memberikan manfaat bagi orang lain disekitarnya. Seseorang yang banyak memberi manfaat kepada yang lain dengan ilmunya sudah dipastikan bahwa ia memiliki banyak ilmu yang menjadi modal untuk dibagikan, dan modal yang berupa ilmu tidak akan hadir begitu saja tanpa usaha terus mencari, mengkaji dan menggalinya.

Kelebihan orang yang senantiasa dahaga dengan ilmu dan terus mencarinya dengan sungguh-sungguh dan penuh keikhlasan maka selain ia mendapat kelapangan, mempunyai peluang lebih untuk berbagi dan janji Allah akan meninggikan derajat mereka karena ilmu.

Lembaga pendidikan adalah salah satu tempat dimana terjadinya transfer ilmu dari seorang guru kepada siswa dan salah satu wadah yang tepat bagi orang-orang yang ingin mengurangi dan menghilangkan rasa dahaganya dalam mencari ilmu. Lembaga pendidikan juga berpeluang besar untuk membangun sebuah peradaban generasi terbaik, baik di sekolah formal yang muridnya normal maupun di sekolah luar biasa yang muridnya anak berkebutuhan khusus (ABK).

Semua anak yang terlahir ke dunia sudah diberi fasilitas Allah SWT, baik berupa bakat, tabiat dan intelegensi yang berbeda-beda antara satu anak dengan anak yang lainnya. Perbedaan ini kemudian mengharuskan adanya penanganan dan layanan pendidikan yang berbeda pula. Terutama bagi anak yang mempunyai kelainan mental dan intelegensi yang sangat jauh perbedaannya dengan anak normal, seperti halnya Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) tidak dapat disamakan dengan pendidikan anak yang memiliki kesempurnaan mental dan intelegensi.

Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) adalah anak dengan karakteristik khusus yang berbeda dengan anak pada umumnya tanpa selalu menunjukkan pada ketidak mampuan mental, emosi atau fisik. Perkembangan perilaku terbelakang merupakan fungsi interaksi seseorang yang diukur sejalan dengan keadaan sosial, fisik, dan lingkungan biologis<sup>2</sup>. Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) pada hakekatnya sama seperti anak normal biasanya, mereka juga memiliki potensi-potensi positif yang dapat dikembangkan namun, terkendala oleh hambatan-hambatan yang dialaminya, sehingga dibutuhkan bimbingan dan pendidikan khusus bagi mereka dengan pendekatan, metode, dan teknik pembelajaran yang berbeda dibandingkan dengan anak yang normal.

UUD 1945 menjamin hak pendidikan bagi anak berkebutuhan khusus dengan berdasar kepada pasal 30 ayat 1, bahwa “Setiap warga negara berhak mendapat pendidikan”. Selanjutnya, berdasarkan Undang-undang RI Nomor 20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional pada pasal 5 ayat 2 disebutkan pula bahwa bagi warga negara yang memiliki kelainan fisik, emosional, mental, intelektual, dan/atau sosial berhak memperoleh pendidikan khusus.<sup>3</sup>

Undang-undang Republik Indonesia Nomor 20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan Nasional bagian kesebelas tentang pendidikan khusus dan pendidikan layanan khusus pasal 32 ayat 1, bahwa “Pendidikan khusus merupakan pendidikan bagi peserta yang memiliki tingkat kesulitan dalam mengikuti proses

---

<sup>2</sup>Bandi Delphie, *Bimbingan Perilaku Adaptif Anak dengan Hendaya Perkembangan Fungsional*, (Klaten: Intan sejati, 2009), h.18.

<sup>3</sup>Direkturat Pembinaan Sekolah Luar Biasa, *Pendidikan Khusus dan Pendidikan Layanan Khusus*, (Jakarta: Manajemen Pendidikan Dasar dan Menengah Depertemen Pendidikan Nasional, 2009). h. 3-4.

pembelajaran karena kelainan fisik, emosional, mental, sosial, dan/atau memiliki potensi kecerdasan dan bakat istimewa”. Dalam prakteknya, layanan pendidikan khusus ini secara umum dapat dibagi menjadi dua yaitu model *segretatif* dimana anak berkebutuhan khusus memperoleh layanan pendidikan pada lingkungan khusus yang terpisah dari anak-anak normal seperti Sekolah Luar Biasa (SLB) dan model *Mainstreaming (Integratif)*, dimana anak berkebutuhan khusus difasilitasi (didorong sedapat mungkin) untuk mengikuti pendidikan pada lingkungan umum/normal seperti pada sekolah inklusi.<sup>4</sup>

Guru yang diperlukan di sekolah luar biasa adalah guru-guru yang memiliki kompetensi khusus, kesabaran dan keikhlasan yang tinggi karena yang dihadapi anak-anak yang memiliki kebutuhan khusus sehingga perlakuan untuk mereka yang khusus. Guru SLB memiliki tanggung jawab yang terbilang khusus karena mereka memiliki siswa-siswa dengan karakteristik khusus, yakni ketunaan atau kecacatan yang dimiliki oleh para siswa SLB. Para siswa SLB cenderung memiliki perasaan yang sensitif karena kekurangan yang mereka miliki. Hal tersebut menjadi satu tantangan bagi para guru SLB.

Seorang guru diharapkan dapat mengerti dan menerima kekurangan yang dimiliki para siswanya serta dapat menunjukkan rasa kasih sayangnya dengan tulus. Tantangan yang lain adalah penanaman konsep kepada para siswa, hal ini tidak mudah memerlukan upaya dan kesabaran yang lebih dari para guru SLB. Guru SLB dituntut untuk memiliki komitmen yang kuat, empati, dan kesabaran

---

<sup>4</sup>Asep Supena, *Sekilas Tentang Anak Berkebutuhan Khusus dan Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus*, (Jakarta: Salemba Medika, 2006), h. 14.

yang lebih, bahkan para guru harus bisa meredam gangguan mental pasca trauma yang dialami anak didiknya.

Guru SLB selain harus menjadi teladan bagi muridnya karena kesabaran, keuletan, perhatian, dan dedikasinya juga mereka harus bisa membangun lingkungan kerja yang nyaman terhadap rekan kerja dalam bersosialisasi, mereka juga harus mampu membangun hubungan yang harmonis terhadap pimpinannya dalam menerima, menjalankan bahkan memberi masukan terhadap kebijakan-kebijakan yang dibuat pimpinan.

Pekerjaan guru dalam menghadapi anak didik banyak menimbulkan ketegangan dan frustrasi, terutama menjadi guru SLB bukanlah pekerjaan yang mudah, butuh perjuangan lebih, selain harus memiliki pengetahuan tentang anak-anak berkebutuhan khusus, guru SLB dituntut untuk mempunyai kesabaran yang tinggi, kesehatan fisik dan juga mental yang baik dalam bekerja. Para guru SLB tersebut melakukan tugas fungsional (mengajar satu per satu siswa dengan kesabaran), melakukan tugas administrasi seperti membuat rapor, dan tugas struktural dalam organisasi sekolah. Seorang guru SLB juga tidak hanya dituntut untuk mampu mengerjakan sejumlah pengetahuan dan keterampilan yang sesuai dengan potensi dan karakteristik siswanya, melainkan juga harus mampu berperan sebagai terapis, pekerja sosial, paramedis dan administrasi.

Dari uraian diatas berdasarkan tugas guru SLB lebih berat dan kompleks, mengajar pada Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) bukan hal yang mudah dilakukan, sehingga banyak guru yang mengalami stres kerja jika tidak memiliki keyakinan diri atas kemampuan menyelesaikan peran dan tugasnya. Hampir

semua orang mengalami stres sehubungan dengan pekerjaan mereka, tidak jarang situasi yang stres ini sangat terasa dan berkelanjutan didalam waktu yang lama. Stres ini bisa disebabkan dari pekerjaan yang terlalu banyak dan jenis pekerjaan itu sendiri. Tidak ada seorangpun yang tidak merasakan tekanan dalam hidupnya (stres), termasuk seorang guru. Guru merupakan figur yang sangat sentral dalam sebuah lembaga pendidikan. Dimana seorang guru dituntut bertanggung jawab terhadap diri sendiri, lembaga pendidikan. Serta masyarakat, dan semua itu bukanlah pekerjaan yang mudah, yang dapat menyebabkan timbulnya permasalahan, belum lagi masalah yang muncul dari keluarga, atau bahkan dari lembaga pendidikan itu sendiri dan semua itu memudahkan terkena stres.

Berdasarkan wawancara dengan salah satu guru SMPLB B/C Dharma Wanita Persatuan Provinsi Kalsel, guru merasa kewalahan dan tertekan menghadapi anak didiknya yang susah untuk diatur, seperti tidak mau mendengarkan sewaktu mengajar sehingga tidak jarang guru memukul meja untuk membuat para siswanya kembali memperhatikan pelajaran. Belum lagi masalah sarana prasarana yang tidak memadai ruangan yang sempit membuat guru tidak nyaman dalam mengajar. Tuntutan dari orang tua siswa juga membuat guru cemas dan sering sakit kepala, sebagai seorang guru harus menunjukkan perubahan yang terjadi pada setiap siswa. Guru juga mengalami stres dari luar lingkungan karena adanya konflik dengan suami, anak sakit sehingga sering terbawa-bawa sampai ke sekolah dalam mengajar.

Dari hasil wawancara diatas dapat disimpulkan bahwa sumber stres pada guru ada 2 yaitu dari lingkungan pekerjaan dan dari luar lingkungan pekerjaan.

Guru yang gagal atau tidak bisa mengelola diri dari stres akan mempengaruhi hubungan guru dengan siswa, juga akan mempengaruhi kualitas pengajaran dan pembelajaran. Fenomena seperti ini menjadi salah satu bagian tanggung jawab bagi manajemen di lingkungan pendidikan, dalam hal ini Kepala Sekolah untuk menanggulangi serta mengatasi stres kerja pada guru disekolah. Stres perlu mendapatkan perhatian dan pengelolaan yang baik dari kepala sekolah dalam usaha mencapai tujuan-tujuan sekolah. penanganan stres yang baik dapat meningkatkan kepuasan kerja guru serta meningkatkan prestasi kerja guru.

Berdasarkan permasalahan pada latar belakang diatas peneliti tertarik untuk mengkaji secara ilmiah melalui penelitian tentang **“Upaya Kepala Sekolah Mengatasi Stres Pada Guru Di SMPLB B/C Dharma Wanita Persatuan Provinsi Kalimantan Selatan”**. SMPLB B/C Dharma Wanita Persatuan Provinsi Kalimantan Selatan terletak di Jalan Dharma Praja No. 56. Kelurahan Pemurus Luar, Kecamatan Banjarmasin Timur. Letaknya yang mudah dijangkau dan akses transportasinya mudah menjadi salah satu daya tarik orang tua untuk memasukan anaknya yang mempunyai kebutuhan khusus (tunarungu dan tunagrahita).

## **B. Fokus Penelitian**

Adapun fokus penelitian ini adalah Upaya Kepala Sekolah Mengatasi Stres Pada Guru Di SMPLB B/C Dharma Wanita Persatuan Provinsi Kalimantan Selatan, dengan sub judul:

1. Bagaimana Bentuk Stres Pada Guru Di SMPLB B/C Dharma Wanita Persatuan Provinsi Kalimantan Selatan?

2. Apa Saja Faktor Pendorong Terjadinya Stres Pada Guru Di SMPLB B/C Dharma Wanita Persatuan Provinsi Kalimantan Selatan?
3. Bagaimana Upaya Kepala Sekolah Mengatasi Stres Pada Guru Di SMPLB B/C Dharma Wanita Persatuan Provinsi Kalimantan Selatan?

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan utama yang hendak dicapai melalui penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mengetahui Bentuk Stres Pada Guru Di Smlpb B/C Dharma Wanita Persatuan Provinsi Kalimantan Selatan.
2. Mengetahui Faktor Pendorong Terjadinya Stres Pada Guru Di Smlpb B/C Dharma Wanita Persatuan Provinsi Kalimantan Selatan .
3. Mengetahui Upaya Kepala Sekolah Mengatasi Stres Pada Guru Di Smlpb B/C Dharma Wanita Persatuan Provinsi Kalimantan Selatan.

### **D. Alasan Memilih Judul**

Stres merupakan masalah yang cukup serius yang hampir dialami setiap orang akibat dari stres ini bisa menghambat kinerja seseorang, apalagi seorang guru tidak jarang mengalami stres dalam bekerja karena tuntutan seorang guru yang amat berat sebagai seorang tenaga pendidik. Oleh sebab itu kepala sekolah sebagai seorang pemimpin pada lembaga pendidikan harus bisa mengatasi stres yang terjadi pada guru yang berada dilingkungan pendidikan tersebut agar mereka tidak terganggu dalam menjalankan pekerjaannya sebagai seorang guru dengan begitu proses pembelajaran berjalan dengan lancar seperti yang diharapkan.

Oleh karena itu peneliti tertarik untuk mengetahui Upaya Kepala Sekolah Mengatasi Stres Pada Guru Di SMPLB B/C Dharma Wanita Persatuan Provinsi Kalimantan Selatan.

#### **E. Kegunaan Penelitian**

1. Secara teoritis
  - a. Penulisan ini sebagai usaha untuk menambah wawasan dan khasanah ilmu pengetahuan di Fakultas Tarbiyah pada Umumnya terutama Jurusan Kependidikan Islam Prodi Manajemen Pendidikan Islam. Juga diharapkan berguna sebagai panduan penulisan dan penelitian berikutnya dengan judul yang serupa.
  - b. Sumbangan kepustakaan bagi Perpustakaan Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin dan Perpustakaan Fakultas Tarbiyah Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin.
2. Secara Praktis
  - a. Peneliti mendapatkan pengalaman yang mendalam mengenai bagaimana upaya kepala sekolah dalam mengatasi stres guru.
  - b. Diharapkan dapat dijadikan bahan masukan dan saran bagi semua pihak terutama pihak sekolah dan juga bagi kepala sekolah itu sendiri.

#### **F. Definisi Operasional**

Untuk menghindari kesalahpahaman terhadap judul, maka secara operasional dijelaskan sebagai berikut:

1. Upaya

Upaya adalah usaha ikhtiar untuk mencapai maksud, memecahkan persoalan atau mencari jalan keluar. Upaya yang dimaksud penulis adalah usaha yang dilakukan kepala sekolah untuk mengatasi stres pada guru di SMPLB B/C dharma wanita persatuan provinsi kalimantan selatan.

## 2. Kepala Sekolah

Kepala sekolah merupakan personel sekolah yang bertanggung jawab terhadap seluruh kegiatan di sekolah. Secara sederhana kepala sekolah ialah seorang tenaga fungsional yang diberi tugas untuk memimpin suatu sekolah dimana diselenggarakannya proses pembelajaran.

## 3. Mengatasi

Mengatasi adalah menguasai keadaan untuk persoalan yang membutuhkan kebijakan<sup>5</sup>

## 4. Stres

Stres dapat diartikan sebagai respon adaptif, dipengaruhi oleh karakteristik individual dan/atau proses psikologis, yaitu akibat dari tindakan, situasi, atau kejadian eksternal yang menyebabkan tuntutan fisik dan psikologis terhadap seseorang.<sup>6</sup> Sedangkan stres yang dimaksud dalam penelitian ini adalah adanya tekanan, beban kerja, kondisi lingkungan yang tidak sesuai dengan harapan di SMPLB B/C Dharma Wanita Persatuan Prov Kalsel.

## 5. Guru

Guru adalah tenaga pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, dan mengevaluasi peserta didik

---

<sup>5</sup> *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 2002), h. 74

<sup>6</sup> Aziz Alimul Hidayat, *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia Aplikasi Konsep Dan Proses Keperawatan*, (Jakarta Selatan: Salemba Medika, 2006) h. 10.

pada pendidikan anak usia dini jalur pendidikan formal, pendidikan dasar, dan pendidikan menengah.<sup>7</sup>

### **G. Penelitian Terdahulu**

Pada bagian ini penulis menjelaskan tentang hasil penelusuran peneliti sebelumnya. Tujuannya agar diketahui dengan pasti bahwa masalah yang akan dibahas oleh penulis belum pernah diteliti. Berdasarkan hasil penelusuran, terdapat beberapa tulisan yang terkait dengan penelitian ini, yaitu:

Pertama, penelitian oleh Indria Siregar, mahasiswa program strata satu Universitas Negeri Makassar program studi Psikologi tahun 2012. Mengadakan penelitian dengan judul skripsi: “**Stres Kerja Guru Wanita Berdasarkan Status Pernikahan**”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan stres kerja guru TK wanita berdasarkan status pernikahan.

Kedua, penelitian oleh Risa Mawardika mahasiswa program strata satu Universitas Sumatera Utara Medan program studi Kesehatan Masyarakat tahun 2016. Mengadakan Penelitian dengan judul skripsi “**Faktor-Faktor Penyebab Stres Kerja Guru Kelas Autis Di Unit Pelaksana SLB-E Negeri Pembina Tingkat Provinsi**”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Faktor-Faktor Penyebab Stres Kerja Guru Kelas Autis Di Unit Pelaksana SLB-E Negeri Pembina Tingkat Provinsi.

Ketiga, Penelitian oleh Walimin mahasiswa program pascasarjana strata dua IAIN Surakarta program studi Manajemen Pendidikan Islam tahun 2016. Mengadakan penelitian dengan judul thesis “**Manajemen Stres Kepala Sekolah**

---

<sup>7</sup> Kusnandar, *Guru Profesional*, (Jakarta: PT. RajaGrafindo Persada, 2010), h. 48.

## **Di SD Islam Program Khusus Muhammadiyah Delanggu Klaten”.**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana pelaksanaan manajemen stres pada kepala sekolah Di SD Islam Program Khusus Muhammadiyah Delanggu Klaten.

### **H. Sistematika Penulisan**

Untuk mempermudah pemahaman gambaran awal tentang penelitian ini, maka peneliti menggunakan sistematika penulisan sebagai berikut:

1. Bab I Pendahuluan memuat tentang Latar Belakang Masalah, Fokus Penelitian, Tujuan Penelitian, Alasan Memilih Judul, Manfaat Penelitian, Definisi Operasional, Penelitian Terdahulu dan Sistematika Penulisan.
2. Bab II Landasan Teori memuat pengertian stres, bentuk-bentuk stres, faktor pendorong terjadinya stres, dan cara mengendalikan stres.
3. Bab III Metode Penelitian memuat jenis dan pendekatan penelitian, subjek dan objek penelitian, data dan sumber data, teknik pengumpulan data, teknik analisis data serta prosedur penelitian.
4. Bab IV berisikan laporan hasil penelitian yang terdiri dari gambaran umum lokasi penelitian, penyajian data, dan analisis data.
5. Bab V berisikan penutup yang terdiri dari simpulan dan saran-saran.