BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Menurut Seligman (2002), kebahagiaan dan kesejahteraan, keduanya mengacu pada perasaan positif, atau emosi positif. Emosi positif ini diklasifikasikan ke dalam tiga kategori yaitu emosi positif yang berkaitan dengan masa lalu, masa kini dan masa yang akan datang. Emosi positif yang berkaitan dengan masa yang akan datang meliputi optimisme, harapan, kepercayaan diri, perjuangan. Emosi positif yang berkaitan dengan masa yang lalu meliputi kepuasan, kesenangan, keterkabulan dan kebanggaan. Emosi positif yang berkaitan dengan masa kini meliputi kesenangan sesaat dan kepuasan abadi. Kesenangan sesaat ini meliputi kesenangan jasmaniah dan kesenangan yang lebih tinggi lagi. Kesenangan jasmaniah datang melalui indera, seperti seks, parfum yang indah dan makanan yang lezat. Kesenangan yang lebih tinggi dari jasmaniah datang dari aktivitas yang kompleks yang melibatkan perasaan-perasaan seperti kebahagiaan, gembira, nyaman, kegembiraan luar biasa dan semangat yang meluap-luap. Sedangkan kepuasan abadi berbeda dari kesenangan, di mana memerlukan bentuk dari absorpsi atau aliran yang datang dari perjanjian kebahagiaan itu datang dalam aktivitas

yang melibatkan penggunaan kekuatan tangan kita yang unik. Memancing, mengajar dan menolong sesama, adalah contoh aktivitasnya.[1]

Kebahagiaan erat kaitannya dengan emosi-emosi positif yang berkaitan dengan waktu. Emosi positif yang berupa kepuasan dan keterkabulan melibatkan masa lalu. Optimisme dan harapan adalah emosi positif yang berkaitan dengan masa yang akan datang. Kesenangan sesaat dan kepuasaan abadi termasuk emosi yang berkaitan dengan masa sekarang. Emosi-emosi positif yang ada, baik yang terjadi pada masa lalu, masa sekarang dan masa yang akan datang sangat erat dan saling berkaitan satu dengan yang lain, yang nantinya akan memunculkan karakter positif dan menuju pada kebahagiaan.

Al Ghazali berpendapat bahwa, hakikat dari kebahagiaan adalah terletak pada pensucian jiwa dari sifat-sifat hina melalui zuhud. Konsep kebahagiaan ini dapat dipahami dari empat aspek di dalamnya yang saling berkait satu dengan lainnya. Keempat aspek itu adalah: 1) mengenal diri, 2) mengenal Allah, 3) mengenal dunia, dan 4) mengenal akhirat. Aspek mengenal diri, menurut Al Ghazali, dapat mengantarkan kepada mengenal Tuhan melalui khazanah keilmuan yaitu konsep cermin diri. Konsep ini berupa usaha manusia untuk mengenal siapa dirinya dan seberapa banyak karat-karat hina yang ada pada dirinya. Berkenaan dengan aspek mengenal dunia, bermaksud agar mencari, mengambil dengan bijak, menyukai, tidak

---

[1] Carr, Alan. 2004. *Positive Psychology: The Science of Happiness and Human Strength*. Brunner Routledge, Hove, East Sussex. h.1-2

mencela kebaikan di dunia. Selanjutnya Al Ghazali menyampaikan bahwa ada empat kenikmatan atau kebaikan yang dapat mengantarkan kepada kebahagiaan. Keempat kebaikan itu adalah: 1) keutamaan akal budi, 2) keutamaan yang ada pada tubuh, 3) keutamaan dari luar badan, dan 4) keutamaan yang datang lantaran taufik dan pimpinan Allah.[2]

Kebahagiaan datang dari jiwa yang suci dari sifat-sifat hina melalui zuhud. Konsep kebahagiaan ini dapat memaksimalkan fitrah pada diri manusia untuk mengenal diri dan Tuhannya sehingga dapat memunculkan kebaikan. Kebaikan yang berasal akal budi, dari dalam tubuh, dari luar tubuh, dan keutamaan dari taufik Allah, sudah seharusnya untuk dimiliki manusia agar menumbuhkan emosi positif dan karakter positif. Karakter positif ini jika dimanfaatkan manusia untuk melakukan aktifivtas yang positif bisa mengantarkan pada kebahagiaan.

Guru, dalam aktivitas mengajarnya yang memanfaatkan kekuatan keunikan dari dirinya, juga memiliki kebutuhan-kebutuhan tertentu yang harus dipenuhi. Kebutuhan guru tersebut sesuai dengan pendapat Maslow (1970), yang mengajukan teori tentang *the hierarchy of needs* yang meliputi (1) kebutuhan fisik (*physiological needs*) adalah kebutuhan fisik atau biologis seperti pangan, sandang, papan; (2) kebutuhan akan rasa aman (*the safety needs*) adalah kebutuhan akan rasa keamanan dan ketentraman, baik lahiriah maupun batiniah seperti kebutuhan akan jaminan hari tua, kebebasan, kemandirian; (3) kebutuhan akan rasa cinta dan memiliki (*the belongingness*

[2] Muhammad, Rifqi & Machali, Imam. 2016. *Konseling Islami Menggunakan Konsep Kebahagiaan Al-Ghazali untuk Mereduksi Kesepian pada Konseli di MTs N Bantul Kota Yogyakarta*. Jurnal Pendidikan Madrasah. Yogyakarta: Pascasarjana UIN SUKA. h.147-148

and love needs) adalah kebutuhan untuk bermasyarakat atau berkomunikasi dengan manusia lain melalui paguyuban, organisasi, kesamaan hobi dan sebagainya; (4) kebutuhan akan penghargaan (*the esteem needs*) adalah kebutuhan akan harga diri untuk diakui akan keberadaannya; dan (5) kebutuhan untuk aktualisasi diri (*the needs for self-actualization*) adalah kebutuhan untuk mengungkapkan kemampuan fisik, rohani maupun daya untuk hidup dan berperan dalam kehidupan. [3]

Guru memiliki kebutuhan agar bisa hidup dengan layak, terpenuhi kebutuhan sehari-hari, fasilitas pendidikan dan pengobatan untuk keluarganya, kebutuhan untuk diakui dan dihargai, mempunyai banyak teman yang mendukungnya dan bisa berkomunikasi secara positif dengan lingkungan sosialnya. Dari terpenuhinya kebutuhan ini guru akan mempunyai kepuasan dari aktivitas mengajarnya.

Pandangan Humanistik oleh Maslow ini tidak menjelaskan hubungan antara kebahagiaan dengan pemenuhan kebutuhan hidup, akan tetapi dapat dikatakan bahwa kehidupan yang baik atau orang yang bahagia adalah ditentukan dari kepuasan seseorang atas terpenuhinya kebutuhan hidupnya dan untuk itu diperlukan lingkungan sosial yang baik pula (lingkungan, pendidikan, pekerjaan, ekonomi). Dari hal ini dapat diartikan bahwa jika guru yang sudah tercukupi kebutuhannya maka akan bisa merasakan kebahagiaan dan kepuasan dalam mengajar.

---

[3]Nurhidayah, Siti & Agustini, Rini.2012. *Kebahagiaan Lansia Ditinjau dari Dukungan Sosial dan Spiritualitas*. Jurnal Soul Vol.5 No. 2 September 2012. h.3

Guru dalam mengemban tugasnya tidak mudah, baik guru yang mengajar di wilayah daerah terpencil maupun di wilayah perkotaan. Banyak tantangan dan kesulitan yang dihadapi guru dalam rangka mencerdaskan siswanya. Tidak jarang guru harus mengorbankan kepentingan dan keselamatan dirinya demi menjalankan amanah tersebut. Oleh karena itu, guru di manapun berada harus mendapatkan perlindungan, agar lebih nyaman dalam menjalankan tugasnya.

Wolmer & Mills (dalam Isjoni, 2006) dalam kaitannya dengan undang-undang perlindungan profesi guru mengajukan beberapa syarat terhadap profesionalitas guru. Pertama, bahwa profesi guru harus mendapat dukungan masyarakat; kedua, mendapat pengesahan dan perlindungan hukum; ketiga, memiliki persyaratan kerja yang sehat; dan keempat mendapat jaminan hidup yang sehat.[4]

Syarat-syarat yang berupa dukungan tersebut sudah selayaknya dipenuhi agar guru bisa menjalankan tugasnya dengan nyaman dan memberi hasil yang maksimal. Dukungan baik yang datang kepada guru akan membuat guru merasa nyaman dan bahagia. Perasaan bahagia ini tampak dari karakter positif seperti semangat kerja dan loyalitas tinggi yang ditunjukkan guru ketika sedang bekerja.

Peraturan Pemerintah tentang perlindungan terhadap tenaga kependidikan sebenarnya sudah ada. Dalam pasal 30 UU No.2 Tahun 1989 yang diperkuat lagi UU No.14 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen yang

---

[4] Isjoni, 2006. *Gurukah Yang Dipersalahkan: Menakar Posisi Guru Di Tengah Dunia Pendidikan Kita*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. h.89

mengatur tentang perlindungan guru dalam melaksanakan tugasnya. Menurut Isjoni, setidaknya ada lima perlindungan hukum bagi tenaga kependidikan, baik guru yang berada di sekolah atau di luar sekolah, yaitu meliputi: (1) rasa aman dalam menjalankan tugasnya; (2) perlindungan dari keadaan yang membahayakan; (3) perlindungan terhadap pemutusan kerja yang sepihak dan merugikan guru; (4) penyelenggaraan usaha kesejahteraan sosial bagi guru, (5) perlindungan terhadap keluarga dalam kondisi apapun.[5]

Dalam penerapannya lima perlindungan hukum tersebut belum sepenuhnya bisa dirasakan oleh guru. Masih banyak keluhan dan ketidakpuasan akan hal-hal yang berkaitan dengan tugas mengajar yang masih dirasakan guru. Masih ada guru yang merasa kurang nyaman dan aman dalam menjalankan tugasnya. Terancamnya keselamatan saat bekerja dan kesejahteraan sosial yang juga masih jauh dari harapan guru.

Sementara syarat-syarat dan hak yang harus diperoleh guru belum sepenuhnya diterima, guru diberi tuntutan ketugasan yang luar biasa berat. Kompetensi dan peran guru dalam kegiatan pembelajaran diukur dari empat hal, yaitu: pertama, Kompetensi Pofesional, yaitu guru harus dapat bekerja lebih profesional dalam menyikapi perkembangan kehidupan yang semakin kompleks. Menurut PP No.74/2008 pasal 3 ayat 2, seorang guru dikatakan profesional apabila memenuhi persyaratan kompetensi yang meliputi kompetensi pedagogik, kepribadian, sosial dan profesional. Kedua, Kompetensi Pedagogik, yaitu berkaitan dengan kemampuan guru dalam

[5] Isjoni, 2006. *Gurukah Yang Dipersalahkan: Menakar Posisi Guru Di Tengah Dunia Pendidikan Kita*. Yogyakarta: Pustaka Pelaja. h.94

melaksanakan proses-proses pembelajaraan. Ketiga, Kompetensi Kepribadian meliputi: berakhlak mulia, arif dan bijaksana, demokratis, berwibawa, dewasa, jujur dan menjadi teladan. Keempat, Kompetensi Sosial, yaitu berkaitan dengan kemampuan guru dalam masyarakat sebagai bagian dari masyarakat, meliputi: berkomunikasi secara umum, bergaul secara efektif dengan peserta didik, mengindahkan norma-norma masyarakat yang berlaku dan beradaptasi dengan budaya masyarakat.[6]

Dari tuntutan kompetensi yang dipersyaratkan bagi guru, kemudian dilihat dari hak-hak dan perlindungan yang belum sepenuhnya diterima guru, maka perlu dilihat kembali, apakah para guru ini sudah cukup nyaman dan bahagia dalam menjalankan ketugasannya. Kebahagiaan merupakan hak semua orang, termasuk guru. Kebahagiaan meliputi aspek emosional dan kognitif, perasaan senang sekaligus karakter positif yang diarahkan untuk memaknai kehidupan secara positif pula. Guru yang bahagia akan mudah dalam menyesuaikan dirinya pada identitas yang dimiliki sehingga dengan mudah dapat mengikuti cara dan kecepatan berpikir siswa.

Selain kebutuhan seperti di atas ada beberapa indikator emosi dan karakter positif yang harus dimiliki guru agar bisa dikatakan bahagia. Di antaranya guru memiliki kepuasan dan kebanggaan atas hal-hal yang terjadi di masa lalunya, sekaligus guru memiliki harapan, optimisme dan kepercayaan diri yang baik untuk masa depannya karena pekerjaannya ini. Guru juga

---

[6] Irham, Muhammad & Wiyani, Novan Ardi. 2016. *Psikologi Pendidikan: Teori dan Aplikasi dalam Proses Pembelajaran*. h.139-142

merasakan kesenangan dan puas dengan aktivitas mengajarnya. Hal-hal tersebut akan mengarah pada kebahagiaan yang dirasakan oleh guru.

Namun kenyataannya, para guru Sekolah Dasar Muhammadiyah sangat berat beban pekerjaannya. Guru harus mengajar dalam jam kerja yang lama dan dimulai dari jam kedatangan yang sangat pagi. Materi pelajaran umum ditambah sebaran jam Pendidikan Agama Islam yang sangat banyak membuat jam kerja menjadi sangat panjang. Belum lagi agenda kegiatan baik kegiatan yang bersifat umum maupun kegiatan keagamaan juga sangat padat. Tuntutan administrasi juga selalu ditekankan untuk diselesaikan dalam batasan waktu yang sudah ditentukan. Pelayanan yang maksimal dan profesional baik kepada orangtua wali murid maupun kepada siswa di sekolah, juga menjadi prioritas sekolah Muhammadiyah yang ditekankan kepada guru untuk dilakukan agar bisa meningkatkan mutu pendidikan Muhammadiyah.

Pada Sekolah Dasar Muhammadiyah kota Yogyakarta, meskipun bukan kategori sekolah *full-day* akan tetapi jam kepulangan adalah jam 15:00. Baru-baru ini, adanya kebijakan pemerintah untuk menerapkan Program Lima Hari Sekolah, membuat kepulangan siswa dan guru semakin sore, yaitu sekitar jam 16:00 WIB atau sesudah pelaksanaan ibadah shalat Ashar. Dengan lamanya waktu bekerja ini apakah guru merasakan kesenangan, atau kepuasan akan aktivitasnya ini, tentu masih harus dikaji lebih jauh lagi.

Selain panjangnya jam kerja, agenda kegiatan yang harus dilaksanakan guru juga cukup banyak. Dalam penelitian pada salah satu sekolah dapat

dilihat beberapa kegiatan yang diselenggarakan pada semester ganjil di antaranya adalah : (1) Peringatan HUT RI tanggal 17 Agustus, (2) Parenting untuk pendekatan psikologis bagi orangtua siswa, (3) Out Bond Guru dan Karyawan, (4) Lomba-lomba keagamaan dalam rangka Milad Muhammadiyah, (5) Pembinaan kesehatan dari Puskesmas, (6) Peringatan Hari Olahraga dengan kegiatan senam bersama dan permainan tradisional, (7) Peringatan Tahun Baru Islam dengan lomba-lomba keagamaan, (8) Pembinaan kesehatan keputrian bagi siswa putri, (9) Mengundang BASARNAS untuk sosialisasi tanggap bencana, (10) Family Gathering bagi guru dan karyawan.[7]

Pada saat liburan semester pun, guru harus tetap masuk. Agenda kegiatannya adalah Rapat Kerja, pembinaan dari PDM, persiapan administrasi untuk semester berikutnya, dan proses penerimaan siswa baru. Pengorbanan guru ini tentu ada dampaknya terhadap keluarga di rumah, apalagi jika guru berdomisili di luar wilayah kota Yogya.

Beratnya aktivitas guru ini tentu membutuhkan dukungan dari keluarga dan teman. Gambaran tentang keadaan keluarga guru bisa dilihat pada hasil observasi berikut ini, di mana diperoleh data bahwa dari 25 guru hanya ada 5 guru yang berdomisili di wilayah kota Yogyakarta, sisanya dari kabupaten Bantul, Sleman bahkan Kulonprogo dengan jarak tempuh antara 30 menit - 1 jam perjalanan. Dari 21 guru perempuan, 17 guru sudah berkeluarga dan memiliki anak. Dari 17 guru tersebut, hanya ada 2 guru yang anaknya

[7] Sumber: Waka Kesiswaan

sudah duduk di SMA dan Perguruan Tinggi.[8] Artinya, 15 guru yang lain usia anak sekitar SD, TK dan Balita, yang tentunya masih sangat membutuhkan perhatian khusus dari ibu.

Dari jauhnya tempat tinggal guru dan latar belakang keluarga ini tentunya berpengaruh dengan bisa tidaknya guru tersebut merasakan kesenangan, kepuasaan serta harapan baik atas pekerjaannya sebagai pengajar. Bagaimana dukungan dari keluarga guru di rumah ini akan sangat berperan dalam membangun karakter positif guru.

Kompetisi antar sekolah Muhammadiyah pun berlangsung sangat ketat. Dalam penelitian atas Sekolah Dasar yang berlokasi di sepanjang Jalan KHA. Dahlan, maka dapat diidentifikasi sebagai berikut: SD Muh. Kauman dengan kuota kelas 1 tiga kelas, SD Muh. Suronatan dengan kuota kelas 1 dua kelas, SD Muh. Notoprajan dengan kuota kelas 1 satu kelas, SD Muh.Ngupasan 1 dengan kuota kelas 1 satu kelas, SD Muh. Ngupasan 2 dengan kuota kelas 1 satu kelas, SD Muh. Purwo 1 dengan kuota kelas 1 satu kelas, SD Muh. Purwo 2 dengan kuota kelas 1 dua kelas, SD Muh.Wirobrajan 1 dengan kuota kelas 1 satu kelas, SD Muh. Wirobrajan 2 dengan kuota kelas 1 satu kelas, dan SD Muh.Wirobrajan 3 dengan kuota kelas 1 empat kelas.[9]

Dari beratnya situasi kompetisi ini, sekolah akan menuntut guru bekerja lebih keras lagi demi menciptakan sekolah yang lebih berkualitas dibandingkan sekolah yang lainnya. Guru harus meningkatkan pelayanannya,

---

[8] Data dari Bagian Tata Usaha

[9] Wawancara dengan Kepala Sekolah SD Muh. Kauman, hari Selasa, tanggal 21 Februari 2017

baik dalam mengajar maupun kepada wali murid, agar sekolahnya menarik minat para calon siswa dan orang tua. Hal ini harus dilakukan agar kuota kelas satu bisa terisi maksimal setiap tahunnya.

Beratnya situasi kerja ini tentunya wajar jika memunculkan pertanyaan, bagaimana kebahagiaan yang dirasakan oleh guru. Kebahagiaan yang muncul dari dukungan positif dari keluarga, tentunya akan bisa menguatkan para guru untuk tetap optimis dan percaya diri dalam mengajar.

Guru Sekolah Dasar Muhammadiyah di kota Yogyakarta, sebagai subyek dalam penelitian, adalah sosok yang sangat layak digali bagaimana kebahagiaannya di dalam ranah pekerjaan sebagai pengajar. Guru berhak memiliki rasa senang dengan pekerjaannya, berhak optimis dan meyakini kelangsungan karirnya di masa depan.

Hubungan dan interaksi sosial antar sesama guru juga menjadi salah satu aspek yang layak disorot. Beratnya beban kerja dan tuntutan akademik, sangat wajar jika seringkali membuat antar guru bersinggungan pendapat maupun dalam pergaulan. Bagaimana membina hubungan sosial yang sehat, akan bisa menciptakan dukungan sosial yang positif pula. Tetapi yang terjadi sangat beragam. Beberapa kasus kompetisi antarindividu guru dan perbedaan pendapat membuat antar guru kesulitan menjalin komunikasi secara sehat. Keinginan untuk dianggap lebih baik dibandingkan rekan guru yang lain, hasrat untuk mendapat point lebih baik dari pimpinan (Kepala Sekolah), harapan agar lebih diakui para wali murid sebagai sosok guru favorit,

merupakan sebagian motif yang membuat sulitnya menumbuhkan dukungan sosial positif di antara para guru.

Hal lain yang menarik perhatian untuk dikaji adalah adanya nilai-nilai spiritualitas. Menurut Miller (dalam Daris, 2015), spiritualitas secara etimologis berasal dari bahasa Latin "*spiritus*" yang berarti nafas kehidupan, angin, kekuatan/tenaga, keteguhan hati. Spiritual juga bermakna kebenaran, roh, diri, Tuhan. Spiritualitas merupakan koneksi personal antara manusia dengan alam.[10] Jika dirunut dari 3 aspek spiritualitas menurut Schreurs (2002),[11] tidak semua guru yang masuk dalam kategori ini. Pertama, aspek eksistensial. Masih sering dijumpai guru yang kesulitan dalam mengendalikan hasrat egosentris dalam dirinya. Merasa ingin dianggap lebih segalanya dibanding rekan guru yang lain, dan berusaha membentengi dirinya dengan segala cara agar tidak tampak keterbatasannya dan kekurangannya. Kedua, aspek kognitif. Banyak guru yang masih enggan untuk mengkaji literatur maupun kajian-kajian keagamaan untuk memperkaya pengetahuan spiritualitasnya dan melatih kemampuan konsentrasinya agar dapat mempersepsi dengan lebih jernih segala pengalaman yang dijumpai pada aspek ini. Beberapa guru masih menunjukkan ketertarikan pada hal-hal kedunawian, gaya hidup konsumtif, budaya belanja online (*olshop*), dan sebagainya. Ketiga, aspek relasional. Guru yang sudah menerapkan aspek ini akan tampak sebagai sosok guru yang lembah manah, segala perilakunya

---

[10] Tamin, Daris. 2015. *Potensi Spiritualitas Guru PAI di Garut Selatan*.Jurnal PAI Vol.XII.No.1 Juni. Garut: STAIPI

[11] Rahadian, Dhini Wirasanti. 2011. *Spiritualitas pada Mahasiswa Lulusan Pesantren*. Jakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gunadharma. h.4

tampak akan kecintaannya kepada Allah, tidak tampak grusa-grusu, tidak berorientasi keduniawian, sabar. Tetapi masih kita temui guru-guru sekolah Muhammadiyah yang masih mengedepankan keduniawian, tampak kurang sabar, sedikit arogan, mengajar bukan karena hati tapi tuntutan profesi, masih belum tampak perilaku yang mengarah kepada kebersatuan dengan Khaliqnya.

Apakah beberapa kecenderungan perilaku dari guru ini ada kaitannya dengan beratnya beban kerja yang harus dipenuhi, masih menjadi beberapa pertanyaan yang perlu dikaji kevalidannya. Dengan padatnya kegiatan guru ini tentu masih menyisakan pertanyaan, apakah guru masih mempunyai harapan untuk bisa mengaktualisasikan diri lebih maksimal lagi, sementara di sisi lain guru sudah terlalu lelah dengan hal-hal yang harus dikerjakan. Bahkan tidak jarang guru lelah secara emosional karena dihadapkan dengan pengalaman negatif yang terkadang muncul baik dengan siswa, rekan sesama guru, maupun orangtua wali murid. Kelelahan emosional ini menurut Pines dan Aronson (1989), adalah kelelahan pada individu yang berhubungan dengan perasaan pribadi yang ditandai dengan adanya perasaan depresi dan tak berdaya.[12] Hal ini jelas, karena dalam profesi pelayanan, guru adalah pekerjaan yang berkaitan erat dengan tuntutan dan pelibatan emosional.

Banyaknya tuntutan dan akumulasi pengalaman negatif akan menambah beban tersendiri bagi guru. Guru akan mengalami kekecewaan, bosan, tertekan, apatis terhadap pekerjaannya dan merasa pekerjaannya

---

[12] Churiyah, Madziyatul. 2011. *Pengaruh Konflik Peran, Kelelahan Emosional terhadap Kepuasan Kerjadan Komitmen Organisasi*. Malang: FE Univ. Negeri Malang. h.146

sebagai belenggu. Maslach (1993) mengatakan bahwa situasi ini jika terjadi terus menerus bisa menguras sumber energi guru. Sedangkan menurut Sutjipto (2001), seseorang yang mengalami kelelahan emosional akan terkuras sumber-sumber energi emosionalnya sehingga akhirnya tidak bisa memberikan pelayanan secara psikologis.[13] Hal ini tentu membawa dampak tidak baik bagi ketugasan guru di sekolah.

Menurut Gold (1985) ada enam variabel yang menyebabkan kelelahan emosional, antara lain usia, jenis kelamin, status pernikahan, lama mengajar, jenjang yang diajar, dan tingkat kesulitan mengontrol siswa.[14] Masih menurut Gold, guru-guru muda lebih cenderung mudah mengalami kelelahan emosional. Guru perempuan lebih cenderung mengedepankan kepentingan orang lain (mendidik siswa) sehingga rawan mengalami kelelahan emosional. Guru dengan masa kerja lebih lama juga rawan mengalami kelelahan emosional. Fakta-fakta ini sangat erat kaitannya dengan kondisi guru-guru yang menjadi informan dalam penelitian ini.

Menurut Mc Guire (1979) mengatakan bahwa kesehatan fisik dan mental guru dipengaruhi oleh beban kerja yang mengarah pada penyakit neurotik, dan meningkatnya beban kerja akan berpengaruh pada pikiran manusia dengan pikiran-pikiran negatif.[15] Guru yang mengalami stress karena beban kerja, akan mempunyai konsekuensi serius pada kesehatan dan

---

[13] Churiyah, Madziyatul. 2011. *Pengaruh Konflik Peran, Kelelahan Emosional terhadap Kepuasan Kerjadan Komitmen Organisasi*. Malang: FE Univ. Negeri Malang. h.146

[14] Churiyah, Madziyatul. 2011. *Pengaruh….* h.151

[15] Seth, Alka. 2016. *Study of Mental Health and Burnout in Relation to Teacher Effectiveness Among Secondary School Teachers*. India: Indian Journal of Health and Wellbeing. h.1

kebahagiaan guru. Beberapa penelitian Wood & McCarthy (2002) melaporkan bahwa gejala-gejala guru mengalami stress antara lain:1) merasa tidak akan berhasil atau hilangnya hari-hari, 2) mempunyai kesulitan dalam berkonsentrasi pada tugas, 3) merasa terbebani oleh beban kerja, 4) merasa tidak peduli dengan tugas-tugas yang diberikan kepadanya, 5) menarik diri dari rekan kerja atau terlibat dalam hubungan konflik dengan rekan kerja, 6) mengalami insomnia, gangguan pencernaan, sakit kepala dan jantung berdebar-debar, 7) tidak mempunyai kapasitas dan kemampuan untuk berfungsi dalam kasus yang parah.[16] Baik tanda-tanda stress yang berupa gejala fisik maupun psikis, akan melelahkan kejiwaan guru.

Menurut Churiyatul (2011), kelelahan emosional ini berpengaruh secara langsung terhadap kepuasan guru.[17] Sedangkah telah diketahui bahwa kepuasan adalah salah satu bentuk karakter positif sebagai indikator dari kebahagiaan. Jika guru seringkali mengalami tekanan yang berakibat pada kelelahan emosional, maka kebahagiaan pun menjadi satu hal yang layak dipertanyakan, apakah masih bisa dirasakan atau tidak oleh guru. Apakah guru masih mempunyai ruang untuk merasakan kepuasan, kebanggaan dan optimis untuk masa depannya.

Ada hal-hal yang terjadi ketika guru tidak bahagia dan menghadapi stress yang berlebihan. Menurut Eklund, ketika guru tidak puas atau tidak senang dalam pekerjaannya, murid akan menderita. Eklund mengkonfirmasi

---

[16] Wood, Tery & McCarthy, Chris. 2002. *Understanding and Preventing Teacher Burnout.*Washington: ERIC Clearinghouse on Teaching and Teacher Education Washington DC. h.3

[17] Churiyah, Madziyatul. 2011. *Pengaruh Konflik Peran, Kelelahan Emosional terhadap Kepuasan Kerjadan Komitmen Organisasi*. Malang: FE Univ. Negeri Malang. h.152

hal ini dengan uraian singkat dari daftar mentalnya sendiri mengenai keadaan tidak memuaskan, yaitu: 1) Kelelahan dari pengulangan konten/materi yang sama setiap tahun, 2) Permasalahan dengan administrasi, 3) Adanya jarak atau perselisihan dengan rekan sekerja, 4) Kelelahan personal, terutama karena itu mempengaruhi keluarga, 5) Kurangnya kekuatan mengambil keputusan atau kontrol, 6) Terlalu banyaknya peran yang harus dimainkan sebagai seorang pendidik.[18] Beberapa keadaan mental yang tidak memuaskan tersebut menyebabkan guru sulit untuk meraih kebahagiaan.

Hal-hal berkenaan dengan kebahagiaan guru, akan dikaitkan dengan aspek dukungan sosial dan spiritualitas inilah nanti yang akan dibahas dalam penelitian ini. Apakah para guru ini mengalami kebahagiaan dalam mengajar, atau sebaliknya. Hal-hal inilah yang melatarbelakangi penelitian ini, yang selanjutnya akan mengerucut pada beberapa permasalahan di bawah ini.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang penelitian yang diuraikan di atas, maka dapat disajikan beberapa identifikasi masalah sebagai berikut:

1. Adanya keluhan dari para guru Sekolah Dasar Muhammadiyah mengenai beratnya beban kerja di sekolah.
2. Masih banyak guru-guru Sekolah Dasar Muhammadiyah kota Yogyakata yang belum bersertifikasi.

[18] Eklund, Nathan. 2008. *How Was Your Day at School?: Improving Dialog About Teacher Job Satisfaction*. Minnesota: Search Institute Press. h.18

3. Adanya keluhan dari guru yang mengalami kesulitan untuk mengatur waktu antara pekerjaan sekolah dan pekerjaan keluarga.
4. Adanya perasaan ketidaknyamanan dalam kehadiran dengan adanya model absensi digital (*fingerspot*).
5. Adanya keluhan kesulitan dalam keaktifan berorganisasi akibat lamanya jam kerja.
6. Adanya keluhan tidak bisa merawat dan mendidik anak kandung sendiri dengan baik, karena ibu waktunya sudah habis di sekolah.
7. Adanya gap-gap (kelompok-kelompok kecil) di dalam komunitas guru, sehingga tingkat dukungan sosial menjadi rendah.
8. Sebagian besar guru terlalu jauh jarak antara rumah ke sekolah yaitu antara 30 menit -1 jam perjalanan.
9. Sebagian besar guru berjenis kelamin putri dan masih mempunyai putera SD, TK bahkan Balita sehingga merasa kerepotan untuk bisa datang tepat waktu di sekolah.
10. Masih jarang ditemui guru yang meluangkan waktu untuk membaca dan mengkaji buku agama ataupun aktif dalam kajian keagamaan.
11. Maraknya tren *online shopping* yang menumbuhsuburkan budaya konsumtif di kalangan guru-guru SD Muhammadiyah.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Seperti apa saja bentuk-bentuk kebahagiaan yang dialami guru SD Muhammadiyah kota Yogyakarta?
2. Apa saja faktor-faktor pembentuk kebahagiaan guru SD Muhammadiyah kota Yogya?
3. Bagaimana wujud dukungan sosial dan spiritualitas yang mempengaruhi kebahagiaan guru SD Muhammadiyah kota Yogyakarta?
4. Mengapa kebahagiaan diperlukan bagi guru SD Muhammadiyah kota Yogyakarta?

D. Tujuan Penelitian

Penelitian ini secara umum bertujuan untuk:

1. Mengetahui dan menganalisis bentuk-bentuk kebahagiaan yang dialami guru SD Muhammadiyah kota Yogyakarta.
2. Mengetahui dan menganalisis faktor-faktor pembentuk kebahagiaan guru SD Muhammadiyah kota Yogya.
3. Mengetahui dan menganalisis wujud dukungan sosial dan spiritualitas yang mempengaruhi kebahagiaan guru SD Muhammadiyah kota Yogyakarta.
4. Mengetahui dan menganalisis perlunya kebahagiaan bagi guru SD Muhammadiyah kota Yogyakarta.

E. Manfaat Penelitian

Beberapa manfaat dapat diambil dari penelitian ini, baik untuk perkembangan ilmu psikologi maupun bagi lembaga pendidikan yang dijadikan sebagai obyek penelitian.

1. Manfaat Teoritis

   Sebagai salah satu sumbangan dalam pengembangan teori ilmu pengetahuan tentang kebahagiaan guru di Sekolah Dasar Muhammadiyah ditinjau dari sudut spiritualitas dan dukungan sosial.

2. Manfaat Praktis

   a. Bagi lembaga

   Bagi lembaga pendidikan khususnya Muhammadiyah, sebagai referensi agar dapat memberikan pengarahan kepada guru Muhammadiyah, sehingga guru dalam melaksanakankan ketugasannya bisa berjalan lebih baik dan maksimal.

   b. Bagi guru

   Bagi guru agar bisa memposisikan dirinya dengan baik, menyesuaikan antara tugas dan kewajibannya dengan harapan yang ada, sehingga bagaimanapun situasinya guru tetap bisa memenej perasaannya secara positif, agar bisa mendatangkan kebahagiaan dan kepuasan dalam aktivitas mengajarnya.

F. Tinjauan Penelitian Terdahulu

Penelitian Ronna Patricia Sibarani dari Magister Fakultas Psikologi UGM tahun 2016 yang berjudul *Makna Kebahagiaan Pada Guru Sekolah Gotong Royong Yogyakarta*, digunakan untuk menjawab pertanyaan penelitian yaitu: apakah guru-guru di sekolah Gotong Royong mengalami kebahagiaan dengan gaji yang kecil, bagaimana mereka memaknai kebahagian dengan gaji yang kecil, dan bagaimana dinamika psikologi guru-guru di sana. Di dalam penelitian ini, penulis menguraikan bahwa sebagian besar siswa yang bersekolah di Sekolah Gotong Royong ini adalah anak tidak mampu, seperti pemulung, tukang becak, bahkan tidak bekerja. Para siswa juga mengalami kesulitan untuk memahami materi pelajaran. Gedung Sekolah Menengah Pertama dan Sekolah Menengah Umum menjadi satu. Bahkan guru juga tidak jarang mengajar di dua tingkatan tersebut. Keadaan ini ternyata tidak menyurutkan semangat dan motivasi guru di sana untuk mengajar para siswa. Di dalam penelitian ini berisi tema-tema yang menunjukkan bahwa motivasi guru dalam mengajar yang paling kuat bukan berasal dari materi, tetapi kepada Tuhan yang menjadi pegangan dalam menjalankan tugas dan tanggungjawab sebagai guru di Sekolah Gotong Royong. Makna kebahagiaan bagi guru di sekolah Gotong Royong adalah ketika bisa bermanfaat bagi orang lain, yaitu anak-anak didik mereka yang merupakan komitmen sejak awal, bahwa ketika dapat membantu anak-anak didik. Hasil dari penelitian ini adalah: *pertama*, mengajar adalah suatu kebajikan, terutama jika kebaikan itu diberikan kepada orang lain yang membutuhkan maka memberikan

kebahagiaan yang secara sadar dialami para subyek; *kedua*, pengabdian yang didasari pada kesadaran bahwa apa yang dikerjakannya akan membuahkan hasil baik akan memberikan keyakinan dan menguatkan para guru untuk bertahan; *ketiga*, adanya motivasi yang kuat dari diri subyek yang hal itu bukan berasal dari materi, melakukan amal, dan kerinduan melihat perubahan hidup pada anak-anak adalah motivasi terkuat untuk percaya bahwa ketika mereka sudah melakukan kebaikan maka kebahagiaan, kepuasan, kebanggaan menjadi pengalaman yang menginspirasi mereka; *keempat*, keluarga menjadi pendukung utama dalam melakukan kerja dan pengabdian sebagai guru di sekolah.

Hasil penelitian Irianto pada Gadjah Mada Journal of Psychology September 2015, yang berjudul *Studi Fenomenologis Kebahagiaan Guru di Papua*, digunakan untuk menjawab pertanyaaan penelitian mengenai bagaimana kebahagiaan guru di pedalaman Papua serta apa karakter positif dari kebahagiaan guru-guru dalam memenuhi tuntutan kinerjanya secara profesional. Penelitian dilakukan dengan cara memahami sekaligus menganalisis pengalaman kehidupan sehari-hari dari responden penelitian. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode pendekatan kualitatif. Pada awal pembahasannya peneliti menguraikan profil singkat masing-masing responden dan tema-tema utama yang muncul. Para responden mengutarakan beberapa hambatan ketika mengajar di daerah pedalaman seperti di Papua. Kesulitan geografis membuat lokasi sekolah sulit dijangkau guru, ditambah lagi faktor penerimaan masyarakat setempat yang masih

kurang terbuka dengan pendidikan, maupun dengan kehadiran sosok guru tersebut. Hal ini tidak bisa dipungkiri bahwa guru selain ketugasannya sebagai pengajar siswa di sekolah juga harus berinteraksi dan bersosialisasi dengan masyarakat setempat. Belum lagi masalah perbedaan agama yang dianut guru dengan masyoritas masyarakat di sekitar sekolah. Deretan kesulitan ini masih ditambah lagi dengan rendahnya penghasilan yang diterima guru. Hasil analisis data menunjukkan tema umum yang muncul dari responden adalah karakter positif yang dimiliki ikut mendukung kebahagiaan ketika bertugas di pedalaman. Karakter itu adalah; bermasyarakat, agama sebagai motivasi, keterbukaan dalam bekerjasama, semangat dalam melaksanakan tugas, dan bersyukur sebagai guru. Kebahagiaan berdasarkan perasaan positif para guru yaitu, ketika siswa-siswa di pedalaman dapat mengikuti pelajaran yang diberikan dan melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi, dapat menunjukkan identitas guru secara langsung di pedalaman, adanya kesatuan kerja di antara di antara para guru, dan mendapatkan dukungan masyarakat setempat maupun keluarga mereka.

Penelitian Ratna Dhuhita Pramintari dan Siti Nurhidayah (2012) yang berjudul *Pengaruh Kebahagiaan Terhadap Gaya Pengasuhan Dimensi Emosi Pada Guru Paud Berbasis Posdaya di Kota Bekasi* difokuskan untuk mengetahui dan menganalisa gambaran karakteristik guru, kebahagiaan dan dimensi emosi pada guru PAUD; dan pengaruh karakteristik guru, kebahagiaan terhadap gaya pengasuhan dimensi emosi guru PAUD. Di dalam penelitian ini dijelaskan bahwa guru diharapkan memiliki gaya pengasuhan

pelatih emosi, karena guru pada anak usia dini adalah instrumen dalam menciptakan lingkungan belajar yang baik secara sosial dan emosional. Namun kondisi sarana, prasarana dan honorarium guru yang terbatas sangat mempengaruhi kepuasan guru. Kepuasan guru ini berpengaruh pada kebahagiaan subyektif guru. Guru yang bahagia akan mampu mengembangkan harga diri, meminimalkan masalah-masalah psikologis, mampu memecahkan masalah yang adaptif, dan membuat guru menjadi sehat secara fisik. Kondisi tersebut akan berpengaruh pada interaksi antara guru PAUD dengan para siswanya. Di dalam penelitian ini menemukan bahwa variabel penting yang mempengaruhi pengasuhan dimensi emosi ialah pendidikan guru dan kebahagiaan guru PAUD. Pendidikan berpengaruh positif dan signifikan terhadap pengasuhan dimensi emosi. Hal ini sejalan dengan beberapa hasil penelitian sebelumnya, yaitu semakin tinggi tingkat pendidikan orangtua, maka semakin tinggi pula tingkat kehangatan interaksi antara orangtua dan anak dan siswa. Penelitian ini juga menunjukkan ada pengaruh positif dan signifikan variabel kebahagiaan terhadap pengasuhan. Guru yang memiliki kebahagiaan akan memberikan kebahagiaan pada anak dengan rasa bahagia dan dapat memberikan dukungan emosi yang baik sehingga akhirnya akan menciptakan anak didik yang bahagia. Melalui wawancara yang mendalam diketahui bahwa kebahagiaan responden diperoleh karena waktu dan tenaga sudah bermanfaat bagi masyarakat yang

mayoritas menengah ke bawah. Oleh karena itu insentif bukanlah tujuan utama dalam menjalankan aktifitas sebagai guru PAUD.[19]

Hasil penelitian Ernita Dewi yang berjudul *Akhlak Dan Kebahagiaan Hidup Ibnu Maskawaih* (2011) menyatakan bahwa kebahagiaan adalah tujuan akhir pencapaian hidup manusia baik di dunia maupun di akhirat. Untuk dapat mencapainya banyak kriteria yang harus dipenuhi, menurut Maskawaih salah satunya adalah dengan mendidik anak-anak dalam ilmu yang berbasis akhlak. Tujuan utama pendidikan akhlak menurut Maskawaih adalah terwujudnya sikap batin yang mampu mendorong secara spontan untuk melahirkan semua perbuatan yang bernilai baik, sehingga mencapai kesempurnaan dan memperoleh kebahagiaan sejati dan sempurna. Semua ilmu pengetahuan harus diarahkan pada pengabdian kepada Tuhan, sehingga semua materi pengetahuan tidak boleh ada yang terlepas dari dari tujuan pengabdian tersebut. Dengan menekankan pendidikan pada akhlak akan mengarahkan manusia pada pencapaian kebahagiaan.[20]

Dari beberapa penelitian di atas dapat digarisbawahi bahwa kebahagiaan mengajar seorang guru lebih berdasarkan pada perasaan positif yang muncul. Perasaan positif itu misalnya kepuasan ketika anak didik mencapai keberhasilan dalam belajar dan penerimaan dari masyarakat atas pekerjaannya dalam menjalankan tugas sebagai guru. Perasaan positif guru

---

[19] Pramintari, Ratna Dhuhita & Nurhidayah, Siti. 2012. *Pengaruh Kebahagiaan Terhadap Gaya Pengasuhan Dimensi Emosi Pada Guru Paud Berbasis Posdaya Di Kota Bekasi*. Bekasi: Universitas Islam ”45”. h. 420-421

[20] Dewi, Ernita. 2011. *Akhlak dan Kebahagiaan Hidup Ibn Maskawayh*. Jurnal Substantia Vol.13 No.2. Medan: Pascasarjana IAIN Sumatera Utara. h.265

tersebut bisa mengarahkan semua ilmu pengetahuan yang diajarkan menuju pengabdian kepada Tuhan. Penekanan pada pengajaran akhlak inilah yang bisa menghadirkan kebahagian bagi guru.

Penelitian ini lebih difokuskan pada menganalisis bagaimana kebahagiaan guru Sekolah Dasar Muhammadiyah ditinjau dari aspek dukungan sosial dan spiritualitas. Letak perbedaan dengan penelitian di atas yaitu:

1. Penelitiannya Ronna Patricia Sibarani lebih memfokuskan pada makna kebahagiaan yang dirasakan guru dengan gaji yang kecil ketika harus mengajar siswa kurang mampu dengan situasi dan kondisi sekolah yang sangat kurang memadai.
2. Penelitian Irianto difokuskan pada bagaimana kebahagiaan guru yang mengajar di pedalaman Papua dan apa karakter positif dari kebahagiaan guru tersebut.
3. Penelitian Ratna Dhuhita Pramintari dan Siti Nurhidayah difokuskan untuk mengetahui dan menganalisa tentang bagaimana gambaran karakteristik guru, kebahagiaan terhadap gaya pengasuhan dimensi emosi guru PAUD, dan bagaimana pengaruh karakteristik dan kebahagiaan guru terhadap gaya pengasuhan dimensi emosi guru PAUD.
4. Penelitian Ernita Dewi membahas tentang kebahagiaan hidup manusia menurut Ibnu Maskawaih yang bisa dicapai dengan pendidikan akhlak.

Penelitian dalam tesis ini berjudul ”*Analisis Kebahagiaan Guru di Sekolah Dasar Muhammadiyah Kota Yogyakarta Tinjauan dari Aspek*

Dukungan Sosial dan Spiritualitas". Berdasarkan pada beberapa penelitian di atas, maka penelitian ini belum pernah dilakukan. Penelitian akan dilakukan untuk menganalisis kebahagiaan guru ditinjau dari sudut dukungan sosial dan spiritualitas. Penelitian akan mengupas permasalahan seperti apa saja bentuk-bentuk kebahagiaan guru, faktor-faktor pembentuk kebahagiaan guru, wujud dukungan sosial dan spiritualitas yang mempengaruhi kebahagiaan guru, dan mengapa kebahagiaan ini penting bagi guru.

G. Sistematika Penulisan

Untuk memudahkan dalam membaca dan memahami tesis ini, maka dibuat sistematika penulisan sebagai berikut.

1. Bagian Awal

   Bagian ini meliputi sampul depan, halaman judul, halaman pengesahan, halaman pernyataan keaslian, nota dinas, abstrak, kata pengantar, pedoman transliterasi, daftar isi, daftar tabel, daftar gambar, daftar lampiran, motto, dan persembahan. Penyajian bagian ini dimaksudkan untuk memberikan petunjuk dan keterangan awal tesis.

2. Bagian Isi

   Pada bagian ini terdiri dari lima bab yang masing-masing bab diuraikan dalam beberapa sub bab, yang meliputi:

BAB I : Pendahuluan. Bab ini menguraikan tentang: 1) Latar Belakang Masalah Mengenai Dipilihnya Tema Kebahagiaan Guru SD Muh. Di kota Yogyakarta, 2) Rumusan Masalah, 3) Tujuan Dan Kegunaan Penelitian, 4) Tinjauan Penelitian Terdahulu, 5) Tinjauan Pustaka, Dan 6) Sistematika Penulisan. Masing-masing dijadikan sub bab yang terpisah.

BAB II : Berisi landasan teori, yang memaparkan tentang teori-teori yang sesuai dengan tema penelitian, yaitu yang berkaitan dengan: 1) Kajian tentang Kebahagiaan Guru, meliputi perasaan dan karakter positif yang ada, 2) Kajian tentang Dukungan Sosial dalam kaitannya dengan kebahagiaan guru, dan 3) Kajian tentang Spiritualitas dalam kaitannya dengan kebahagiaan guru.

BAB III : Berisi metode penelitian, yang menguraikan tentang: 1) Pendekatan Penelitian, 2) Subyek Penelitian, 3) Obyek Penelitian, 4) Metode Pengumpulan Data, 5) Teknis Analisis Data. Masing-masing dalam sub bab yang terpisah.

BAB IV : Berisi hasil penelitian yang ditemukan dan pembahasannya. Pada bab ini akan diuraikan data tentang : 1) Gambaran Singkat Tiga Sekolah Dasar yang dijadikan obyek penelitian, 2) Pemaparan Lima Profil Partisipan, 3) Pemaparan Data-data tentang Aspek-aspek Kebahagiaan yang ditemukan dari partisipan selama penelitian, 4) Analisis Kebahagiaan Guru dari

Sudut Dukungan Sosial, dan 5) Analisis Kebahagiaan Guru dari Sudut Spiritualitas.

BAB V : Berisi kesimpulan dan saran, yang masing-masing dalam sub bab yang terpisah. 1) Kesimpulan, adalah pernyataan singkat dan jelas yang diambil dari hasil penelitian dan pembahasan yang mengacu pada rumusan masalah; dan 2) Saran, merupakan usulan atau rekomendasi yang diajukan berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, yang meliputi: penelitian di masa yang akan datang, pengembangan teori pada bidang penelitian, dan perbaikan praktik di lapangan.

3. Bagian Akhir

Pada bagian akhir terdiri dari: 1) Daftar Pustaka, 2) Rujukan, dan 3) Lampiran.