

HUBUNGAN ANTARA STRES TERHADAP MASA DEPAN DENGAN PERILAKU MARAH PADA GURU HONORER

Ratna Supradewi^{1*)} dan Rohmatun

¹⁾ Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung

^{*)} E-mail:ratnavina@yahoo.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara empiris hubungan antara stres masa depan dengan perilaku marah pada guru honorer. Hipotesis yang diajukan yaitu ada hubungan positif stres terhadap masa depan dengan perilaku marah pada guru honorer. Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah guru honorer yang masih aktif mengajar di sekolah dasar negeri Kecamatan Pageruyung Kendal. Dalam penelitian ini, 31 guru honorer dijadikan try out, dan 48 guru honorer dijadikan sampel penelitian. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah incidental sampling, dan alat ukur yang digunakan adalah skala stres masa depan dan skala perilaku marah. Teknik analisis data yang digunakan yaitu teknik korelasi product moment. Hasil analisis data diperoleh nilai korelasi $r_{xy} = 0,771$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Hal ini menunjukkan ada hubungan positif yang sangat signifikan antara stres terhadap masa depan dengan perilaku marah pada guru honorer di Kecamatan Pageruyung, Kendal. Artinya semakin tinggi stres terhadap masa depan maka semakin tinggi perilaku marah pada guru honorer, begitu pula sebaliknya semakin rendah stres terhadap masa depan, maka semakin rendah perilakunya. Dengan demikian, hipotesis dalam penelitian ini diterima.

Kata kunci : stres terhadap masa depan, perilaku marah, guru honorer.

THE RELATIONSHIP BETWEEN STRESS OF FUTURE AND ANGER BEHAVIOUR ON NOT-OFFICIALLY-CONFIRMED TEACHER

Abstract

This study aimed to empirically determine the relationship between stress of the future and the anger behavior on not-officially-confirmed teacher. The proposed hypothesis was there is a positive relationship with stress toward the future and anger behavior on not-officially-confirmed teacher. Subjects of the research in this study was not-officially-confirmed teacher who were still actively teaching at primary schools in Pageruyung District, Kendal. In this study, 31 not-officially-confirmed teachers as try out samples, and 48 not-officially-confirmed teachers for study samples. The incidental sampling was used for this study. Data analysis employed product moment correlation technique. The data analysis resulted in obtained correlation value $r_{xy} = 0,771$ whereas $p = 0.000$ ($p < 0,01$). This suggested there was very significant positive relationship between stress toward the future and the anger behavior of not-officially-confirmed teachers. It meant that the higher stress toward the future, the more anger behavior on not-officially-confirmed teachers would shown, and vice versa, the lower stress toward the future, the less anger behavior on them. Thus, the hypothesis of this study was accepted.

Keywords : stress toward the future, anger behavior, not-officially-confirmed teacher not-officially-confirmed.

Pendahuluan

Guru merupakan faktor penentu utama proses pendidikan dan pembelajaran, karena apabila tidak ada guru maka tidak ada pula pendidikan. Dengan sentuhan guru profesional yang bernartabat, terlindungi, dan sejahtera, maka anak-anak bangsa akan menerima proses pembelajaran yang mendidik dan bermutu. Prestasi, keteladanan, dan kepeloporan para guru yang telah ditunjukkan semasa revolusi hingga sekarang merupakan semangat dan tradisi perjuangan yang perlu terus menerus diselaraskan, seiring dengan cepatnya perkembangan ilmu pengetahuan, teknologi, seni, dan budaya. Guna mengantisipasi hal tersebut, tidak berlebihan kiranya harapan masa depan bangsa dipertaruhkan kepada mereka yang berprofesi sebagai guru (<http://www.temanggungkab.go.id/detailberita.php?bid=590>).

Banyak orang yang memilih profesi sebagai guru, bahkan rela menjadi guru honorer. Namun kebanyakan guru honorer mengeluh tentang gaji yang tidak sesuai dengan beban kerja, dan masa depan yang tidak pasti, yang membuat guru honorer mengalami gejala-gejala stres (<http://www.groundreport.com/Health-and-Science/Guru-Honorer-Indonesia-Memprihatinkan>). Gejala-gejala stres dapat diungkapkan melalui perilaku marah.

Najati (2005) menjelaskan bahwa Allah menitipkan beberapa emosi dasar kepada manusia, salah satu emosi tersebut adalah perilaku marah. Ekman (2008) mengartikan perilaku marah sebagai reaksi emosional ketika seseorang ingin melukai secara fisik, menyakiti secara psikologis, menghina serta melecehkan tampilan dan prestasi individu. Apabila seseorang berpikir gangguan itu disengaja, maka perilaku marah menjadi lebih kuat. Yosep (2009) menyebutkan respon dari perilaku marah meliputi, mengungkapkan secara verbal, menekankan, dan menantang orang lain.

Guru honorer merupakan salah satu profesi yang rentan mengalami kemarahan. Djamarah (2005) menjelaskan, bahwa guru honorer tidak memiliki tunjangan dan hak untuk diangkat menjadi kepala sekolah atau wakil kepala sekolah, masa kerjanya tidak menentu, dan hanya memiliki gaji tetap berdasar kemampuan sekolah tempat mereka mengajar. Namun, minat untuk memilih karier menjadi guru masih sangat besar. Guru merupakan profesi yang mendapatkan penghargaan tinggi dari masyarakat

Menurut PP no. 48 tahun 2005 pasal 1 ayat 1, guru honorer diangkat oleh Pejabat Kepegawaian (PK), atau pejabat lain dalam pemerintahan untuk melaksanakan tugas tertentu dalam instansi pemerintah atau yang penghasilannya menjadi beban APBN (Anggaran Pendapatan dan Belanja Negara) atau APBD (Anggaran Pendapatan dan Belanja Daerah). Guru honorer setiap bulannya memiliki gaji tetap tetapi tidak mendapat tunjangan seperti guru tetap (<http://aghi052010.wordpress.com/informasi/>).

Berdasarkan wawancara yang dilakukan kepada tiga guru honorer didapatkan informasi sebagai berikut : guru honorer mendapat gaji tetap dari APBD sebesar Rp. 150.000,00 yang diberikan setiap tiga bulan sekali, dan mereka mendapatkan gaji dari sekolah tempat mereka bekerja, jumlahnya Rp. 150.000,00. Beberapa guru honorer mempunyai profesi lain, di samping menjadi guru honorer di sekolah. Mereka menyatakan kurang puas dengan gaji yang didapatkan dari sekolah, dan kadang mereka mendapat perlakuan yang berbeda dari rekan

sesama guru, dan para guru honorer tidak mempunyai keyakinan bahwa suatu saat mereka akan diangkat menjadi guru tetap (PNS).

Berdasar wawancara dari beberapa guru honorer, diperoleh informasi bahwa salah satu motivasi mereka menjadi guru honorer, yaitu untuk menjadi PNS (guru tetap), sebagai jaminan masa depan, dan ingin mendapatkan penghormatan dari orang lain. Namun, guru honorer tidak mendapatkan kepastian tersebut, sehingga guru honorer menganggap hal tersebut akan mengancam masa depannya, selanjutnya akan mengakibatkan stres terhadap masa depan.

Nevid, dkk (2005) melakukan riset yang menunjukkan bahwa apabila stres melebihi batas normal, kinerja akan merosot secara drastis. Renner & Mackin (Nevid dkk, 2005) memasukkan kekhawatiran tentang masa depan sebagai salah satu pernyataan untuk menilai peristiwa penyebab timbulnya stres. Djiwandono (2002) menyatakan bahwa stres merupakan suatu kondisi pribadi yang tidak menyenangkan sebagai hasil dari situasi stimulus. Hardjana (1994) menyebutkan, bahwa perilaku marah merupakan salah satu gejala emosional ketika seseorang mengalami stres.

Yosep (2009) menyatakan lima respon perilaku marah yang dapat dialami individu, yaitu : a) *assertion*, kemarahan atau rasa tidak setuju yang dinyatakan atau diungkapkan, akan memberi kelegaan pada individu dan tidak akan menimbulkan masalah, b) frustrasi, respon yang terjadi akibat gagal mencapai tujuan yang tidak realistis atau hambatan dalam proses pencapaian tujuan, c) pasif, individu tidak mampu mengungkapkan perasaannya, pemalu, pendiam, sulit diajak bicara karena rendah diri dan merasa kurang mampu, d) agresif, perilaku yang menyertai marah dan merupakan dorongan untuk bertindak dalam bentuk destruktif yang masih terkontrol, misalnya : muka masam, bicara kasar, menuntut disertai kekerasan, e) mengamuk, perasaan marah dan bermusuhan kuat disertai kehilangan kontrol diri, individu dapat merusak diri sendiri, orang lain, dan lingkungan.

Selye (Nay, 2007) menjelaskan bahwa dengan tingkat stres yang tinggi, individu cenderung menjadi lebih mudah marah dan memiliki daya tahan emosi yang lebih rendah. Johnes dan Sigelman (1999) menyatakan bahwa perilaku marah merupakan emosi yang negatif karena adanya situasi yang kurang baik, antara lain gaji yang tidak mencukupi kebutuhan hidup, masa kerja yang tidak menentu, menimbulkan kecenderungan tingkah laku melawan dengan gerakan atau ungkapan verbal.

Berdasarkan uraian di atas, penulis ingin meneliti hubungan antara stres terhadap masa depan dengan perilaku marah pada guru honorer. Hipotesis yang diajukan adalah : ada hubungan positif antara stres terhadap masa depan dengan perilaku marah pada guru honorer di Kecamatan Pageruyung Kendal. Semakin tinggi stres terhadap masa depan, maka semakin tinggi pula perilaku marah pada guru honorer. Sebaliknya, semakin rendah stres terhadap masa depan, maka semakin rendah pula perilaku marah pada guru honorer.

Metode

Variabel tergantung dalam penelitian ini adalah perilaku marah pada guru honorer, sedangkan variabel bebasnya adalah stres terhadap masa depan. Subjek penelitian dalam penelitian ini adalah guru honorer yang masih aktif mengajar di sekolah dasar negeri

Kecamatan Pageruyung Kendal. Dalam penelitian ini, 31 guru honorer dikenakan *try out* dan 48 guru honorer dijadikan sampel pebelitian. Cara pengambilan sampel menggunakan *incidental sampling*, yaitu yang dijadikan anggota sampel adalah siapa saja guru honorer yang kebetulan dijumpai di tempat-tempat penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan alat yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah skala. Skala pertama adalah skala perilaku marah yang disusun berdasarkan respon marah dari Yosep (2009) menyatakan lima respon perilaku marah yang dapat dialami individu, yaitu: asertif, frustrasi, pasif, agresif, dan ngamuk. Semakin tinggi skor skala perilaku marah menunjukkan semakin tinggi perilaku marah pada guru honorer, sebaliknya semakin rendah skor menunjukkan semakin rendah pula perilaku marah guru honorer. Berdasarkan perhitungan daya beda aitem pada skala perilaku marah yang terdiri dari 50 aitem terdapat 24 aitem yang memiliki daya beda tinggi dan 26 aitem yang memiliki daya beda rendah. Koefisien daya beda aitem tinggi berkisar antara 0,261 sampai 0,755. Penurunan indeks daya beda aitem dari 0,30 menjadi 0,25 dalam penelitian ini, dengan tujuan agar jumlah aitem yang lolos mencukupi jumlah aitem yang diinginkan (Azwar, 2008). Estimasi reliabilitas dilakukan menggunakan teknik Alpha Cronbach dan diperoleh koefisien reabilitas sebesar 0,772.

Skala kedua adalah skala stres terhadap masa depan, yang disusun berdasarkan empat gejala stres terhadap masa depan, yang meliputi gejala fisik, gejala emosional, gejala kognitif, dan gejala interpersonal. Semakin tinggi skor yang diperoleh menunjukkan semakin tinggi stres terhadap masa depan, dan sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh menunjukkan semakin rendah stres terhadap masa depan.

Berdasarkan perhitungan daya beda aitem pada skala stres terhadap masa depan yang terdiri dari 40 aitem terdapat 30 aitem yang memiliki daya beda aitem tinggi dan 10 aitem yang memiliki daya beda rendah. Koefisien daya beda aitem tinggi berkisar antara 0,305 sampai 0,876, sedangkan koefisien reabilitasnya sebesar 0,914.

Hasil

Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan teknik korelasi *Product Moment* dari Pearson. Uji korelasi ini digunakan untuk mengetahui hubungan antara stres terhadap masa depan dengan perilaku marah pada guru honorer di Kecamatan Pageruyung Kendal.

Berdasarkan uji korelasi antara stres terhadap masa depan dengan perilaku marah pada guru honorer diperoleh $r_{xy} = 0,771$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,01$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara stres terhadap masa depan dengan perilaku marah pada guru honorer di Kecamatan Pageruyung Kendal. Hubungan positif ini berarti sesuai dengan hipotesis yang diajukan bahwa makin tinggi stres terhadap masa depan maka makin tinggi juga perilaku marah pada guru honorer, sebaliknya makin rendah tingkat stres terhadap masa depan maka makin rendah pula perilaku marah pada guru honorer.

Pembahasan

Hasil pengujian statistik menunjukkan bahwa sumbangan efektif variabel stres terhadap masa depan dengan perilaku marah guru honorer sebesar 59,5% memiliki arti bahwa stres terhadap masa depan memiliki kontribusi yang cukup besar dengan perilaku marah. Adanya sumbangan stres terhadap masa depan dengan perilaku marah memiliki arti bahwa apabila guru honorer memiliki stres terhadap masa depan yang tinggi maka perilaku marahnya pun akan tinggi.

Hasil penelitian sesuai dengan pendapat Northcraft (Bachroni dan Asnawi, 1999) bahwa gaji yang tidak sesuai dengan waktu dan tenaga yang dikeluarkan, perlakuan yang tidak setara dengan PNS (Pegawai Negeri Sipil), ketidakpastian pengangkatan PNS, membuat guru honorer merasa masa depannya terancam karena semua ketidakpastian itu, sehingga menimbulkan stres.

Dengan tingkat stres yang tinggi, individu akan lebih mudah jengkel dan memiliki daya tahan emosi yang rendah (Nay, 2007). Gaji guru honorer yang tidak dapat mencukupi kebutuhan hidup, ketidakpastian menjadi PNS, mencemaskan masa depan, hal-hal tersebut akan meningkatkan ketegangan, yang mendorong guru honorer semakin dekat dengan zona pemicu kemarahan yang dapat muncul tak terduga.

Situasi yang dialami guru honorer yang dapat dikategorikan sebagai ancaman terhadap masa depan karena belum tentu diangkat sebagai PNS, rasa malu, dan tuntutan tugas yang imbalannya tidak sesuai membuat guru honorer merespon stres tersebut dengan perilaku marah. Atkinson (2003) mengemukakan salah satu cara individu merespon stres adalah dengan perilaku marah.

Tingkat stres pada guru honorer di Kecamatan Pageruyung Kendal adalah tinggi (mean empirik = 88,29 lebih tinggi dibanding mean hipotetik = 75), namun tingkat perilaku marah pada guru honorer di Kecamatan Pageruyung adalah sedang (mean empirik = 64,31 dan mean hipotetik = 60). Hal ini dikarenakan guru honorer tidak berani mengekspresikan marahnya secara eksplisit. Hal tersebut diketahui peneliti dari wawancara sewaktu penelitian. Misalnya, meskipun guru honorer marah namun mereka tidak mungkin merusak atau memecahkan barang-barang disekitarnya.

Berdasarkan pembahasan tersebut di atas, dapat diketahui bahwa stres terhadap masa depan memegang peranan penting dalam menimbulkan perilaku marah pada guru honorer. Pada dasarnya stres banyak menimbulkan respon yang berimbas negatif pada guru honorer, misalnya tekanan darah naik sehingga kesehatan terganggu, guru honorer menjadi tidak produktif dan hilang konsentrasi, munculnya rasa takut menghadapi masa depan, dan menarik diri dari lingkungan yang membuat guru honorer bermasalah dengan hubungan interpersonalnya.

Penelitian ini mempunyai kelemahan antara lain : sewaktu membagikan skala subjek penelitian berkumpul bersama-sama, sebagian dari mereka berdiskusi untuk memberikan jawaban, meskipun peneliti sudah mengingatkan agar mereka mengisi sendiri sesuai apa yang dirasakan. Ruang lingkup penelitian yang masih terbatas sehingga jumlah responden juga terbatas.

Kesimpulan dan Saran

Kesimpulan dalam penelitian ini adalah ada hubungan positif yang sangat signifikan antara stres terhadap masa depan dengan perilaku marah pada guru honorar di Kecamatan Pageruyung Kendal. Artinya semakin tinggi stres terhadap masa depan maka semakin tinggi pula perilaku marah pada guru honorar. Sebaliknya, semakin rendah stres terhadap masa depan maka semakin rendah pula perilaku marah pada guru honorar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa stres terhadap masa depan mempunyai kontribusi sebesar 59,5% terhadap perilaku marah pada guru honorar.

Berdasarkan hasil penelitian penulis menyarankan kepada guru honorar untuk optimis terhadap masa depan dengan cara banyak mengembangkan potensi yang dimilikinya, agar tidak stres menghadapi masa depan. Bagi peneliti selanjutnya perlu memperhatikan variabel-variabel lain yang dapat mempengaruhi perilaku marah.

Daftar Pustaka

- Anonim. (2010). Informasi. <http://aghi052010.wordpress.com/informasi/> Diunduh 1 Mei 2010.
- Atkinson, R.L., Atkinson, R.C., Smith, E.E., & Bem, D.J. (2003). *Pengantar Psikologi Jilid II*. Edisi Kesebelas. Alih Bahasa : Widjaya Kusuma. Batam : Interaksara.
- Azwar, S. (2008). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Bachroni, M, & Asnawi, S. (1999). Buletin Psikologi. Tahun VII. No.2, h. 29-30.
- Djamarah, S.B. (2005). *Guru dan Anak Didik dalam Interaksi Edukatif Suatu Pendekatan Psikologi*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Djiwandono, S.E. (2002). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta : Grasindo.
- Ekman, P. (2008). *Membaca Emosi Orang*. Alih Bahasa : Abdul Qodir. Yogyakarta : Diva Press Group.
- Hardjana, A. (1994). *Stres Tanpa Distres (Seni Mengolah Stres)*. Yogyakarta : Kanisius.
- Jones, E.H., & Sigelman, J. (2001). State Anger and Prefrontal Brain Activity : Evidence that Insult-Related Relative Left-Prefrontal Activation is Associated with Experienced Anger and Aggression. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol. 80, No.5, h. 797-803.
- Najati, M.U. (2005). *Hadist dan Ilmu Jiwa*. Bandung : Pustaka.
- Nay, W.R. (2007). *Gejala Kemarahan*. Alih Bahasa : Leinovar Bahfein. Jakarta : Serambi Ilmu Semesta.
- Nevid, J.S., Ratus, S.A., & Green, B. (2005). *Psikologi Abnormal*. Alih Bahasa : Tim Fakultas Psikologi UI. Jakarta : Erlangga.

Nuh.M. (2010). HUT Guru. Sambutan Menteri Pendidikan Nasional pada Hari Guru Nasional. http://www.temanggungkab.go.id/detail_berita.php?bid=590. Diunduh 1 Desember 2010.

Master. (2010). GuruHonorerIndonesiaMemprihatinkan. (<http://www.groundreport.com/Health-andScience/Guru-Honorer-Indonesia-Memprihatinkan>). Diunduh 1 Mei 2010.

Yosep, I. (2009). *Keperawatan Jiwa*. Bandung : Refika Aditama.