

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Pendidikan adalah penilaian ukuran kualitas seseorang. Pendidikan adalah salah satu upaya orang dapat mengembangkan potensi mereka. Undang-undang No. 20 Tahun 2003 sistem pendidikan nasional menyatakan bahwa pendidikan dilaksanakan di tiga saluran: pendidikan formal, pendidikan nonformal dan pendidikan informal. Standar pendidikan yang biasanya dicapai oleh komunitas nasional adalah pendidikan formal. Di Indonesia, pelatihan formal yang harus diparticipasi orang Indonesia adalah 12 tahun, yaitu, dari sekolah dasar ke sekolah menengah.

Proses penerapan pendidikan formal di sekolah adalah tentang banyak pihak. Guru sebagai pendidik adalah pemeran utama implementasi pendidikan, khususnya pendidikan formal di sekolah. Guru adalah pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai, dan mengevaluasi siswa pada pendidikan anak usia dini jalur pendidikan formal, pendidikan dasar, dan pendidikan menengah (UU No. 14, 2005). Guru sebagai pemilik tanggung jawab terbesar untuk menilai kualitas sekolah;

Dalam pengertian sederhana, guru adalah orang yang memberi pengetahuan kepada murid-muridnya. Menurut masyarakat, guru adalah orang yang memberikan pendidikan di berbagai tempat, tidak hanya di sekolah formal saja, tetapi juga di tempat seperti mesjid, surau, di rumah, dan lain sebagainya

(Djamarah, 2000). Guru honorer adalah guru yang diangkat secara resmi oleh pemerintah untuk mengisi kekurangan tenaga pengajar (Mulyasa, 2006). Guru honorer atau guru tidak tetap adalah guru yang hanya mengajar di sekolah tersebut selama waktu yang tidak terlalu lama, sedangkan sebagian besar waktunya digunakan bekerja di sekolah atau kantor lainnya.

Persyaratan kerja tidak sebanding dengan fasilitas dan pendapatan, tetapi guru honorer masih bertahan bekerja di sekolah tersebut. Ini memungkinkan guru untuk mengendalikan emosi negatif yang muncul sehingga individu dapat menghadapi situasi kerja yang sulit dan membawanya ke sesuatu yang positif. Menurut Teori Gross (2014), regulasi emosi adalah proses dimana kita terlibat dengan emosi yang kita miliki ketika kita dapat memiliki perasaan tersebut dan kita bisa menunjukkan perasaan ini saat kita mengalaminya.

Regulasi emosi yang baik membantu guru bertindak dalam situasi yang tidak terduga yang berasal dari siswa dan persyaratan kerja lainnya yang dapat menyebabkan munculnya emosi negatif. Guru dengan regulasi emosi yang baik diharapkan untuk menciptakan suasana belajar yang bermanfaat dan memiliki hubungan sosial yang baik. Regulasi emosi yang buruk memengaruhi kesehatan psikologis, kinerja dan hubungan sosial antara guru dan lingkungan kerja, baik untuk siswa, karyawan, dan banyak lagi.

Dari hasil wawancara didapatkan bahwa guru honorer merasakan kelelahan kerja baik secara fisik maupun psikis. Saat sedang mengalami kelelahan,

hal itu akan mempengaruhi emosi dan kinerja mereka dalam mengajar serta mempengaruhi fisik seperti mengalami pusing. Saat merasa lelah, mereka cenderung menjauhi lingkungan sekitar dan sumber-sumber yang memancing emosi negatif. Namun emosi negatif tersebut terkadang tak dapat dihindarkan. Ditemukan bahwa guru dapat mengendalikan emosinya, ditunjukkan dengan memberi sebuah peringatan atau hukuman untuk siswa yang sulit diatur. Terlebih saat mereka sedang memiliki banyak pekerjaan, perasaan mereka menjadi lebih sensitif sehingga mudah terpancing emosi. Pernyataan lain dari beberapa guru honorer juga dikemukakan bahwa mereka pernah merasakan tidak semangat dalam mengajar dikelas, tetapi guru honorer tetap menjalankan tugas dengan profesional. Dari semua guru honorer mengakui bahwa mereka sudah merasa puas dengan pekerjaannya saat ini, serta sudah cukup dengan penghasilan yang didapatkan karena guru honorer merasa bersyukur atas apa yang telah didapat.

Pada sekolah Smk Al-Islam Surakarta di wilayah kota Surakarta, peneliti mengamati bahwa mayoritas tenaga pengajar terdiri dari guru honorer yang tergolong masih muda, dengan rentang usia antara 27 hingga 34 tahun. Meskipun status mereka sebagai guru honorer seringkali diidentikkan dengan tantangan, seperti beban kerja tinggi, gaji yang belum setara dengan guru tetap, serta ketidakpastian status kepegawaian, guru-guru honorer ini tetap menunjukkan sikap profesionalisme tinggi dalam menjalankan tugasnya.

Melalui observasi yang dilakukan selama beberapa minggu, tampak bahwa para guru honorer ini memiliki kemampuan yang baik dalam mengelola emosi mereka, terutama saat menghadapi situasi yang menuntut kesabaran, seperti ketika siswa kurang disiplin, lingkungan kerja yang dinamis, atau ketika mengalami tekanan dari tuntutan administrasi dan pembelajaran. Mereka mampu menjaga komunikasi yang tenang, memberikan respon yang terkontrol, serta tetap menghargai siswa tanpa melibatkan emosi negatif dalam interaksi.

Dari pemaparan di atas terkait bagaimana kondisi guru honorer di Smk Al-Islam Surakarta, akhirnya penulis tertarik untuk membuat penelitian yang berjudul “Regulasi Emosi Pada Guru Honorer Di Smk Al Islam Surakarta” dengan harapan akan membantu dalam memahami tantangan yang guru honorer hadapi dan mencari solusi dalam untuk meningkatkan kondisi tersebut. Dengan menjaga kualitas pengajaran guru honorer maka akan terlihat peningkatan kinerja dalam mengajar, yang pada akhirnya akan bermanfaat bagi pendidikan nasional.

## **1.2 Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk menggambarkan regulasi emosi yang dialami oleh guru honorer di Smk Al Islam Surakarta Manfaat Penelitian.

## **1.3 Manfaat Penelitian**

- 1. Manfaat Teoritis :** Memberikan pengetahuan tentang bagaimana guru honorer mengelola emosinya saat bekerja.
- 2. Manfaat Praktis :**

a. Bagi Guru Honorer

1. Membantu guru memahami bagaimana mengelola emosi secara sehat dalam menghadapi tekanan pekerjaan.
2. Memberikan strategi konkret untuk meningkatkan kemampuan regulasi emosi sehingga dapat meningkatkan kinerja dan kesejahteraan psikologis.

b. Bagi Sekolah

1. Menjadi dasar untuk menyusun program pelatihan regulasi emosi atau *well-being* bagi guru honorer.
2. Membantu sekolah dalam memetakan kebutuhan dukungan psikososial dan lingkungan kerja yang lebih positif.

c. Bagi Peneliti

1. Penelitian ini bisa menjadi referensi atau contoh bagi peneliti lain yang ingin meneliti topik tentang emosi guru atau pekerjaan guru honorer.
2. Memberikan peneliti gambaran nyata di lapangan tentang bagaimana guru honorer mengelola emosi dalam pekerjaannya.

#### 4.1 Keaslian Penelitian

**Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian**

No	Judul	Penulis	Tahun	Metode	Hasil
1.	Pengembangan Instrumen Skala Regulasi Emosi Pada Peserta Didik Smk	Tria Yunita Sari, Najlatun Naqiyah	2023	Kuantitatif	Hasil uji validitas pada tahap developmental testing menghasilkan 38 item pernyataan valid dan 2 item pernyataan tidak valid dengan taraf signifikansi 5% $r$ tabel 0,138. Hasil uji realibilitas dari 38 butir pernyataan valid dihasilkan alpha cronbach yaitu $0,865 > 0,60$ artinya skala regulasi emosi siswa memenuhi syarat realibilitas. Bisa ditarik simpulan bahwasanya pengembangan instrumen dilaksanakan selaras tahapan yang diterapkan serta dari hasil pengujian validitas serta realibilitas sdisimpulkan bahwasanya instrumen skala regulasi emosi valid dan reliabel.
2.	Regulasi Emosi Dan Burnout Pada Guru Honorer Sekolah Dasar Swasta Menengah Ke Bawah	Dwi Kencana, Wulan Nurmala Sari	2015	Kuantitatif	Berdasarkan hasil pengujian secara statistik yang diperoleh maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan regulasi emosi terhadap burnout pada guru honorer di Sekolah Dasar Swasta menengah ke bawah. Berdasarkan hasil perhitungan analisis uji regresi didapatkan persamaan yang memiliki arti jika regulasi emosi mengalami kenaikan sebesar satu satuan, maka burnout akan mengalami penurunan sebesar 0,425. Maka semakin tinggi tingkat regulasi emosi guru honorer, akan diikuti dengan penurunan tingkat burnout guru honorer

Perbedaan antara penelitian yang sudah ada dengan penelitian yang akan dilakukan

oleh penulis diantaranya :

Penggunaan metode penelitiannya berbeda, penelitian sebelumnya menggunakan metode kuantitatif, sedangkan peneliti akan menggunakan metode kualitatif, Tempat penelitian berbeda, Peneliti menggunakan subyek guru di Smk Al Islam Surakarta.



## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Pengertian Regulasi Emosi**

Menurut James J Gross (2014), kepercayaan individu adalah untuk mengatasi masalah, kemampuan untuk menemukan cara untuk mengurangi emosi negatif dan segera tenang setelah merasakan emosi yang berlebihan. Menurut Gross (2006) regulasi emosi adalah pengaturan emosi yang mengacu pada serangkaian proses. Setiap individu memiliki cara masing-masing dalam meregulasi emosi. Emosi adalah hasil dari respons kognitif terhadap situasi tertentu.

Menurut Gross dan John (2003), regulasi emosi adalah kemampuan individu, baik sadar atau tidak, untuk memengaruhi, mengalami, dan mengekspresikan emosi yang dimilikinya, termasuk pikiran dan perilakunya. Sedangkan Gross dan Thompson (2007) mengatakan bahwa regulasi emosi berarti cara emosi mengendalikan hal-hal lain seperti pikiran, tubuh, atau tindakan, serta cara mengelola emosi itu sendiri.

#### **2.2 Aspek Regulasi Emosi**

Terdapat empat aspek yang diperlukan dalam mengetahui kemampuan regulasi yang dimiliki oleh individu menurut Gross (2014), diantaranya:

- a. Strategies to emotion regulation (strategies), merupakan keyakinan individu untuk dapat mengatasi suatu masalah.

- b. Engaging in goal directed behavior (goals) merupakan kemampuan seseorang untuk tetap berpikir dan berbuat positif tanpa terpengaruh emosi negatif yang sedang dialaminya.
- c. Control emotional responses (impulse) merupakan keahlian seseorang guna menahan dan mengarahkan bagaimana perasaan dan bagaimana mereka menunjukkan respon emosi (intonasi, tindakan dan fisiologis), yang memungkinkan individu untuk menampilkan respon yang tepat dari emosinya tanpa merasa terlalu emosional.
- d. Acceptance of emotional response (acceptance) yaitu keterampilan individu guna memperkenankan fenomena yang memicu negatifnya emosi individu tersebut serta berani menerimanya.

### **2.3 Faktor Regulasi Emosi**

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi regulasi emosi, antara lain

- 1) Faktor lingkungan merupakan lingkungan tempat individu berada termasuk lingkungan keluarga dan masyarakat.
- 2) Faktor pengalaman merupakan pengalaman yang diperoleh individu selama hidupnya akan mempengaruhi perkembangan emosinya.
- 3) Pengalaman traumatik merupakan kejadian masa lalu yang memberikan kesan traumatik akan mempengaruhi perkembangan emosi seseorang.

- 4) Jenis kelamin merupakan keadaan hormonal dan kondisi fisiologis pada laki-laki dan perempuan menyebabkan perbedaan karakteristik emosi antara keduanya.

## 2.4 Guru Honorer

Guru adalah orang yang memberikan ilmu pengetahuan kepada anak didiknya. Guru dalam pandangan masyarakat adalah orang yang melaksanakan pendidikan ditempat-tempat tertentu, tidak mesti dilembaga pendidikan formal tetapi juga bisa dilembaga non formal. Guru honorer adalah merupakan guru yang diangkat secara resmi oleh pemerintah untuk mengatasi kekurangan guru (Mulyasa, 2006). Guru honorer atau tidak tetap adalah guru yang hanya menggunakan sebagian kecil waktunya disekolah bersangkutan dan sisa waktu yang terbanyak dipergunakan disekolah/kantor. Guru honorer atau dapat disebut sebagai guru tidak tetap adalah guru yang diangkat untuk jangka waktu tertentu guna melaksanakan tugas pendidikan yang bersifat teknis profesional dan administrasi sesuai dengan kebutuhan dan kemampuan pihak sekolah.

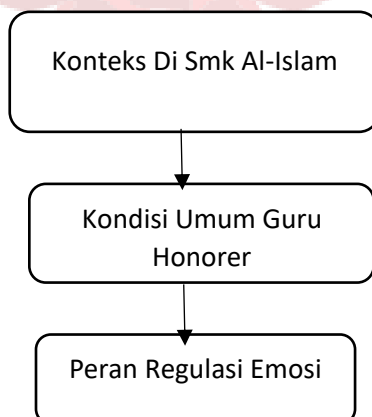
Guru honorer adalah guru yang diangkat oleh pegawai negeri sipil untuk menjalankan tugas dan tanggung jawabnya dengan baik. Gajinya diperoleh dari pendapatan daerah (Fitria & Nio, 2020). Kemampuan dan gaji yang terbatas bagi guru honorer menjadi faktor yang memengaruhi kinerjanya secara negatif (Peri, 2018).

Kondisi kerja yang sulit dan gaji yang rendah merupakan isu utama yang perlu diperhatikan oleh sekolah agar mutu pendidikan dapat meningkat. Guru honorer adalah guru yang dipilih oleh kepala sekolah dan diberi insentif berdasarkan bantuan dana operasional sekolah (Megawanti, 2014).

Darmaningtyas (Cahyani, 2019) menyatakan bahwa masalah yang dihadapi oleh guru honorer cukup rumit, antara lain beban kerja yang tidak sebanding dengan gaji yang diterima, risiko dipecat tanpa pemberian pesangon, kurangnya peraturan hukum yang mengatur hak dan kewajiban guru honorer, serta tugas yang diberikan tidak didukung oleh fasilitas yang memadai. Padahal, tugas guru honorer biasanya sama seperti guru yang memiliki status Pegawai Negeri Sipil (PNS) (Aisyah & Chisol, 2018). Norhasanah, Mulyani, dan Komalasari (2020) menyebutkan bahwa masalah yang ditemukan pada guru honorer adalah kurangnya standar upah dalam pemberian gaji.

## 2.5 Kerangka Pemikiran

**Gambar 2. 1 Kerangka Berpikir**



## 2.1 Pertanyaan Penelitian

Bagaimana regulasi emosi pada guru honorer di Smk Al Islam  
Surakarta ketika bekerja ataupun sedang berhadapan dengan para siswa?

