

Resiliensi Guru Pada Masa Pandemi COVID-19

Alyssa Gloria Warawu ^{a,1}, Mira Wahyu Wijaya Kusuma Wati ^{b,2}, Gabriela Gill Talia Alipa ^{c,3}, Maria Veronika Ayu Florensa ^{d,4,*}, Dora Irene Purimahua ^{d,5}

^a Siloam Hospital Bangka, Jl. Soekarno Hatta (d/h Jl. Raya Koba) Km. 5 Kabupaten Bangka Tengah 33684, Indonesia

^b Siloam Hospital Surabaya, I. Raya Gubeng No.70, Gubeng, Kec. Gubeng, Surabaya, Jawa Timur 60281, Indonesia

^c Siloam Hospital Cinere, Jl. Cinere Raya No.19, Pangkalan Jati, Kec. Cinere, Kota Depok, Jawa Barat 16514, Indonesia

^d Fakultas Keperawatan, Universitas Pelita Harapan, Jl Boulevard Jend Sudirman No 15C, Lippo Village Tangerang 15811, Indonesia

¹ alyssa.gw@outlook.com; ² mira.wahyu21@gmail.com; ³ gabrielagilltaliaalipa@gmail.com; ⁴ maria.florensa@uph.edu; ⁵ dora.purimahua@uph.edu

* Penulis Korespondensi : Maria Veronika Ayu Florensa

INFORMASI ARTIKEL	ABSTRAK
Riwayat Artikel Diterima: 06 January 2024 Direvisi: 22 Januari 2024 Disetujui terbit: 30 Januari 2024 Kata Kunci: Covid-19; Guru; Pandemi; Resiliensi.	Latarbelakang: Pandemi COVID-19 menyebabkan banyak perubahan di berbagai sektor kehidupan, termasuk dalam bidang pendidikan. Proses pembelajaran di Indonesia dilakukan secara jarak jauh untuk mengurangi pertambahan jumlah kasus COVID-19. Namun, pembelajaran jarak jauh ini menjadi salah satu penyebab stres di kalangan guru, khususnya guru taman kanak-kanak yang muridnya membutuhkan interaksi sosial secara langsung. Guru memerlukan resiliensi yang baik untuk dapat melalui kondisi penuh stressor ini. Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi gambaran resiliensi guru pada masa Pandemi COVID-19. Metode: Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif deskriptif. Penelitian dilaksanakan di Kecamatan Serengan Surakarta pada bulan Maret-April 2021 dengan metode deskriptif kuantitatif. Teknik pengambilan sampel pada penelitian adalah convenience sampling dengan sampel 73 responden yang merupakan guru taman kanak-kanak (TK). Instrumen dalam penelitian menggunakan kuesioner resiliensi yang sudah valid dan reliabel. Data yang terkumpul kemudian dianalisis dengan analisis univariat. Hasil: Hasil penelitian ini, resiliensi guru TK selama masa Pandemi yaitu 38.4% resiliensi rendah, 56.2% resiliensi sedang dan 5.5% resiliensi tinggi. Kesimpulan: Guru Taman Kanak-Kanak di Kecamatan Serengan Surakarta selama masa pandemi Covid-19 sebagian besar memiliki resiliensi tingkat sedang dan hanya Sebagian kecil yang memiliki resiliensi tinggi. Komunitas guru perlu mendapatkan promosi kesehatan guna meningkatkan resiliensinya seperti teknik manajemen stres serta strategi penyelesaian masalah.
Article History Received : January 06th, 2024 Revised : January 22nd, 2024 Approved published : January 30th, 2024	Abstract Background: The covid-19 pandemis had caused many changes in various sectors of life, including in the field of education. The learning process in Indonesia held by online learning to reduce the increase in number of Covid-19 cases.

Keywords:

Covid-19, Pandemis, Resilience, Teachers

At the other hands, online learning creates a new stressor among teachers, especially Kindergarten teachers which is the students really need direct social interaction. The teachers need good resilience to deal with stressful conditions. Purpose: The aim of this study is to identify resilience of teachers in Covid-19 pandemis. Methods: This study is descriptive quantitative study. This study was carried out in Serengan, Surakarta District in March to April 2021. The population of study were the kindergarten teachers and by the convenience sampling technique as 73 respondents was collected. Resilience questionnaire which valid and reliable was used in this study. The data was analyzed by univariate analysis. Results: The results of this study, the resilience of kindergarten teachers during the Pandemi period was 38.4% low resilience, 56.2% medium resilience and 5.5% high resilience. Conclusion: During the Covid-19 pandemi, most of the kindergarten teachers in Serengan District had moderate resilience and only a small number had high resilience. The teacher community needs to receive health promotion to improve their resilience such as stress management techniques and problem-solving strategies.

1. Pendahuluan

Kondisi pandemi Covid-19 yang terjadi di awal tahun 2020 di Indonesia memberikan dampak terhadap berbagai aspek kehidupan masyarakat termasuk sektor pendidikan. Berbagai kebijakan dikeluarkan untuk menekan angka kejadian penularan penyakit. Pembelajaran yang semula diterapkan secara tatapmuka dirubah menjadi metode dalam jaringan (daring). Perubahan cara pembelajaran ini memberikan tantangan tersendiri bagi pendidik. Disatu sisi guru perlu terbuka terhadap teknik pembelajaran yang baru seperti pembelajaran digital, *flip classroom* atau *blended learning* (Pokhrel & Chhetri, 2021). Disisi lain hambatan yang dihadapi antara lain belum tersedianya sarana pembelajaran seperti laptop, telepon pintar, jaringan internet ataupun pengalaman yang kurang dalam menyelenggarakan pembelajaran daring (Sun Astini, 2020).

Peserta didik dengan beragam usia tentunya memiliki kebutuhan capaian akademik maupun perkembangan yang beragam. Peserta didik taman kanak-kanak (TK) memiliki kebutuhan bersosialisasi yang besar selama masa pendidikannya karena pada usia ini anak-anak belajar mengendalikan lingkungan dan beradaptasi (Musyarofah, 2017). Kondisi pandemi sedikit banyak menghambat pencapaian tugas perkembangan anak usia pra sekolah, khususnya anak TK karena adanya pembatasan ruang gerak akibat penekanan penularan virus tersebut. Orang tua yang memiliki anak TK pun perlu dilibatkan secara penuh dalam memfasilitasi pendidikan dalam jaringan yang dilakukan. Hal ini memberikan stress baik bagi pendidik maupun peserta didik (Anita et al., 2021).

Kondisi dengan tingkat stres yang tinggi seperti pandemi Covid-19 membutuhkan individu dengan resiliensi yang baik agar dapat bertahan dalam

situasi tersebut. Resiliensi yaitu kemampuan seseorang untuk dapat bangkit kembali setelah menghadapi situasi yang sulit (Sisto et al., 2019). Resiliensi dipengaruhi bukan hanya faktor internal individu saja seperti kepribadian namun juga faktor eksternal seperti dukungan dari lingkungan sekitar. Berbagai perubahan dan ketidakpastian selama masa pandemi mendukung terjadinya stress pada guru. Stress sendiri diartikan sebagai kondisi ketidakpastian yang belum memiliki jawaban (Peters et al., 2017). Stress tidak dapat dihindari berisiko mengarah pada masalah Kesehatan jiwa yang lebih serius seperti depresi (Liu et al., 2022). Sebuah penelitian di Indonesia telah dilakukan menyatakan bahwa guru menghadapi stress sedang dan memiliki resiliensi sedang (Nastasia, 2022)

Studi pendahuluan yang dilakukan pada 22 orang guru taman kanak-kanak (TK) yang ada di Kecamatan Serengan Kota Surakarta ketika pandemik Covid-19 berlangsung memberikan hasil sebagai berikut: sebanyak 40,9% pemicu stres pada guru adalah pelaksanaan pembelajaran daring, 36,4% karena ruang gerak yang terbatas, 31,8% karena jaringan internet yang kurang memadai, 31,8% karena tumpang tindih antara pekerjaan sebagai guru dan urusan rumah tangga, 27,3% karena perubahan yang tiba-tiba akibat pandemik (work from home, penghasilan tidak mencukupi disaat kebutuhan meningkat), 22,7% kesulitan mengatur waktu, 18,2% kebutuhan akan internet yang meningkat, 13,6% karena kemampuan menggunakan teknologi yang kurang (penggunaan aplikasi zoom, google classroom, dsb). Hal-hal ini membuktikan bahwa para guru menghadapi berbagai stressor dalam masa pandemi, dan dibutuhkan kemampuan untuk dapat beradaptasi dalam kondisi yang sulit agar mampu bertahan. Belum diketahui bagaimana kemampuan untuk bangkit kembali dari para Guru TK di daerah ini, inilah yang mendorong peneliti untuk melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui resiliensi guru TK di Kecamatan Serengan Kota Surakarta ketika pandemik Covid-19.

2. Metode

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Variabel yang diteliti dalam penelitian ini adalah resiliensi. Populasi penelitian ini yaitu guru taman kanak-kanak di Kecamatan Serengan, Surakarta. Sejumlah 73 sampel didapatkan dengan menggunakan perhitungan Slovin, dan diambil menggunakan teknik *Convenience Sampling*. Kriteria inklusi yaitu guru taman kanak-kanak di Kecamatan Serengan Kota Surakarta, berusia 20 sampai 60 tahun. Kriteria eksklusi penelitian yaitu guru yang tidak memiliki gawai, tidak dapat mengakses kuisioner karena tidak terkoneksi dengan internet serta guru yang telah terlibat dalam survei data awal.

Penelitian dilakukan pada bulan Maret sampai dengan April 2021. Alat ukur yang digunakan yaitu kuisioner tingkat resiliensi guru yang dikembangkan oleh peneliti sejumlah 16 butir pertanyaan dengan skala likert. Uji validitas dan reliabilitas dilakukan pada 30 responden memberikan hasil r hitung 0.364 – 0.718 lebih besar dari r table 0.3061 dan *Cronbach alpha* 0.722. Data yang terkumpul dianalisis menggunakan statistik deskriptif. Komite etik Fakultas Keperawatan Universitas Pelita Harapan menyatakan bahwa penelitian ini bebas masalah etik (102/RCTC-EC/R/I/2021).

3. Hasil dan Pembahasan

Hasil

Tabel 1. Data Demografi Guru TK di Kecamatan Serengan Surakarta (N=73)

Karakteristik	Kategori	Jumlah	Persentase (%)
Usia	20-30 tahun	10	13.7
	31- 40 tahun	20	27.4
	41-50 tahun	23	31.5
	51-60 tahun	20	27.4
Pendidikan terakhir	SMA	14	19.2
	D1	5	6.8
	D3	7	9.6
	S1	47	64.4
Asal sekolah	Swasta	70	95.9
	Negri	3	4.1

Berdasarkan Tabel 1, mayoritas guru taman kanak-kanak berusia 41-50 tahun, sebagian besar memiliki pendidikan terakhir S1 dan mayoritas merupakan guru TK Swasta.

Tabel 2. Resiliensi Guru TK Kecamatan Serengan, Surakarta (N=73)

Resiliensi	Jumlah	Persentase	Nilai Maksimal	Nilai Minimal
Rendah	28	38.4	94	63
Sedang	41	56.2		
Tinggi	4	5.5		

Berdasarkan table 2, mayoritas guru TK memiliki resiliensi sedang, namun masih banyak pula guru yang memiliki resiliensi rendah selama masa pandemi Covid-19.

Pembahasan

Resiliensi memiliki definisi yang beragam dari waktu ke waktu. Penelitian-penelitian pada awal tentang resiliensi difokuskan pada mengapa hanya beberapa individu mampu memiliki respon yang positif dengan mengubah hambatan menjadi tantangan yang membuat seseorang dapat bertumbuh dan beradaptasi (Sisto et al., 2019). Berdasarkan penelitian ini mayoritas guru TK memiliki resiliensi dalam tingkat yang sedang. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan pada sekelompok guru Bahasa Inggris di sekolah menengah atas di China yang menyatakan bahwa resiliensi guru berada pada level sedang sampai dengan tinggi(Chu & Liu, 2022)

Usia merupakan salah satu faktor yang berkaitan dengan resiliensi. Usia mempengaruhi terbentuknya resiliensi individu. Ketika individu berhasil mencapai tugas perkembangan ditahap usianya, hal ini dapat mendukung terciptanya resiliensi yang baik (Putri Pratiwi et al., 2021). Mayoritas guru berusia dewasa muda sampai dewasa akhir, usia ini merupakan usia dimana seseorang telah mengalami berbagai pengalaman kehidupan. Namun penelitian lainnya

menyampaikan bahwa tidak ada hubungan antara usia dan pengalaman kerja sebagai guru terhadap tingkat resiliensi yang dimiliki oleh guru (Chu & Liu, 2022).

Ketika mengalami pandemi beberapa hal dapat mempengaruhi tingkat resiliensi guru. Dukungan dari lingkungan yang dimiliki oleh guru seperti keluarga, rekan kerja, ataupun orang tua dan murid itu sendiri dapat meningkatkan resiliensi guru. Instansi tempat guru bekerja juga mempengaruhi guru, misalnya dengan memberikan kebijakan yang segera dan mempermudah proses belajar mengajar selama masa pandemi. Kepercayaan yang dimiliki oleh guru juga mempengaruhi resiliensi yang dimilikinya. Kepercayaan membantu para guru dalam mempersepsikan tantangan pandemi menjadi sesuatu yang memiliki nilai yang positif untuk kehidupan (Gao et al., 2022).

Penelitian ini tidak mencari faktor-faktor yang memengaruhi tinggi rendahnya resiliensi, tetapi peneliti hanya ingin melihat gambaran faktor proteksi internal dalam populasi yang diteliti. Mayoritas guru setuju bahwa mereka bisa mengungkapkan rasa tidak suka terhadap suatu hal, tanpa harus marah. Pernyataan ini terkait dengan regulasi emosi. Penelitian yang dilakukan oleh Prastuti dan Febrinan kepada guru Sekolah Dasar di Kecamatan Lowokwaru Kota Malang didapatkan bahwa sebagian besar responden dapat mengatur emosi ketika menjalankan profesi sebagai guru, dibuktikan dengan mayoritas guru memiliki regulasi emosi yang sangat tinggi (Febrinan & Prastuti, 2020). Apabila guru memiliki kemampuan untuk meregulasi emosi dengan strategi yang baik maka dapat membantu dalam pelaksanaan tugas dan peran dengan semestinya.

Salah satu aspek yang ada yaitu optimisme. Optimisme adalah keyakinan yang stabil bahwa ia dapat menghadapi sesuatu berdasarkan pengalaman yang pernah dilalui sebelumnya. Kesejahteraan psikologis individu dipengaruhi oleh optimisme dan resiliensi yang dimilikinya. Resiliensi dapat berakar dari nilai budaya dan keyakinan spiritualnya (Souri & Hasanirad, 2011). Dapat dikatakan bahwa optimisme dan resiliensi saling memberikan pengaruh dalam diri seseorang.

Salah satu hal yang dapat menentukan bagaimana proses resiliensi seseorang terbentuk yaitu kemampuan memecahkan masalah. Reivich dan Shatte (2002) berpendapat bahwa bahwa causal analysis adalah kemampuan individu untuk menemukan penyebab masalah secara akurat, individu yang tidak mampu menemukan penyebab masalah secara akurat akan cenderung mengulang kesalahan yang sama terus-menerus (Pidgeon et al., 2014) Berbagai tantangan selama masa pandemi membuat individu saling belajar dari pengalaman masing-masing dan saling menguatkan. Dengan memahami apa yang dialami orang lain, individu dapat belajar mengenai resiliensi tanpa harus mengalami situasi yang menyebabkan stres (Vinayak & Judge, 2018). Hal lainnya yang juga dapat mempengaruhi resiliensi seseorang adalah efikasi diri. Efikasi diri yaitu kepercayaan pada diri sendiri bahwa dirinya mampu menghadapi masalah. Efikasi diri diteliti mempengaruhi kehidupan guru secara bermakna (Xue, 2022). Efikasi diri dan dukungan dari profesional akan memberikan keterikatan dalam bekerja (Lipscomb et al., 2022). Ketika guru memiliki keterikatan yang baik dengan pekerjaannya, mereka akan memiliki kesejahteraan psikologis yang baik pula. Hal ini diperlukan dalam kondisi pandemi yang memiliki banyak ketidakpastian.

Hasil penelitian ini masih terdapat guru yang memiliki resiliensi rendah. Hal ini dapat menjadi faktor risiko terjadinya masalah atau penurunan dalam

kesejahteraan psikologis seseorang. Implikasi bagi perawat di tatanan pelayanan kesehatan komunitas, perawat perlu mengambil peran dalam memberikan promosi kesehatan untuk meningkatkan resiliensi guru. Resiliensi yang baik dapat menghindarkan individu dari risiko burnout dan meningkatkan kesejahteraan hidupnya (Mahmoud & Rothenberger, 2019). Promosi kesehatan perawat sebaiknya tidak hanya fokus pada kesehatan fisik saja namun juga tentang kesehatan mental/jiwa. Promosi kesehatan jiwa bertujuan untuk memelihara kesehatan atau kesejahteraan jiwa agar tetap baik. Salah satu kegiatan yang dapat menjadi alternatif promosi kesehatan seperti edukasi tentang manajemen stres (Florensa et al., 2019) ataupun strategi penyelesaian masalah.

4. Kesimpulan dan Saran

Kesimpulan

Selama masa pandemi Covid-19 resiliensi guru taman kanak-kanak di Serengan, Surakarta mayoritas berada pada tingkat sedang. Resiliensi guru bervariasi dari rendah, sedang sampai tinggi.

Saran

Promosi kesehatan perlu dilakukan bagi komunitas guru untuk meningkatkan resiliensinya. Promosi kesehatan dapat berupa teknik manajemen stress ataupun strategi penyelesaian masalah.

Daftar Pustaka

- Anita, T., Tjitrosuwarto, S., & Setyohadi, J. S. (2021). STRES KERJA GURU SAAT PANDEMI COVID-19 DITINJAU DARI KOMPENSASI DAN LINGKUNGAN KERJA. *Research and Development Journal of Education*, 7(1), 146. <https://doi.org/10.30998/rdje.v7i1.8629>
- Chu, W., & Liu, H. (2022). A Mixed-Methods Study on Senior High School EFL Teacher Resilience in China. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.865599>
- Febrinan, J., & Prastuti, E. (2020). *The Role of Emotion Regulation on Job Stress of Elementary School Teachers Peran Regulasi Emosi terhadap Stres Kerja Guru Sekolah Dasar*. 17(2), 2655–5034. <https://doi.org/10.18860/psi.v17i2.10183>
- Florensa, M. V. A., Keliat, B. A., Wardani, I. Y., & Sulistiowati, N. M. D. (2019). Promoting the Mental Health of Adolescents through Cognitive Behavior Group Therapy and Family Psychoeducation. *Comprehensive Child and Adolescent Nursing*, 42(sup1), 267–276. <https://doi.org/10.1080/24694193.2019.1594459>
- Gao, Y., Qin, L., & Gu, Q. (2022). Unpacking language teacher beliefs, agency, and resilience in the complex, unprecedented time: A mixed-method study. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.958003>
- Lipscomb, S. T., Chandler, K. D., Abshire, C., Jaramillo, J., & Kothari, B. (2022). Early Childhood Teachers' Self-efficacy and Professional Support Predict Work

Engagement. *Early Childhood Education Journal*, 50(4), 675–685. <https://doi.org/10.1007/s10643-021-01182-5>

Liu, J., Yang, Y., Chen, J., Zhang, Y., Zeng, Y., & Li, J. (2022). Stress and coping styles among nursing students during the initial period of the clinical practicum: A cross-section study. *International Journal of Nursing Sciences*, 9(2), 222–229. <https://doi.org/10.1016/J.IJNSS.2022.02.004>

Mahmoud, N. N., & Rothenberger, D. (2019). From Burnout to Well-Being: A Focus on Resilience. *Clinics in Colon and Rectal Surgery*, 32(6), 415–423. <https://doi.org/10.1055/s-0039-1692710>

Musyarofah. (2016). *Pengembangan Aspek Sosial Anak Usia Dini Di Taman Kanak-Kanak Aba IV Mangli Jember Tahun 2016*. PENGEMBANGAN ASPEK SOSIAL ANAK USIA DINI DI TAMAN KANAK-KANAK ABA IV MANGLI JEMBER TAHUN 2016

Nastasia, K. (2022). Hubungan Antara Resiliensi dengan Stres Kerja pada Guru Pada Masa Pandemi Covid-19. *Psyche 165 Journal*, 86–92. <https://doi.org/10.35134/jpsy165.v15i2.170>

Peters, A., McEwen, B. S., & Friston, K. (2017). Uncertainty and stress: Why it causes diseases and how it is mastered by the brain. *Progress in Neurobiology*, 156, 164–188. <https://doi.org/10.1016/J.PNEUROBIO.2017.05.004>

Pidgeon, A. M., Rowe, N. F., Stapleton, P., Magyar, H. B., & Lo, B. C. Y. (2014). Examining Characteristics of Resilience among University Students: An International Study. *Open Journal of Social Sciences*, 02(11), 14–22. <https://doi.org/10.4236/jss.2014.211003>

Pokhrel, S., & Chhetri, R. (2021). A Literature Review on Impact of COVID-19 Pandemi on Teaching and Learning. *Higher Education for the Future*, 8(1), 133–141. <https://doi.org/10.1177/2347631120983481>

Putri Pratiwi, M., Fitriani, N., & Setiyadi, I. (2021). Hubungan Kejadian Bullying dengan Self Esteem dan Resiliensi pada Remaja. In *Alauddin Scientific Journal of Nursing* (Vol. 2021, Issue 2). <https://doi.org/https://doi.org/10.24252/asjn.v2i1.22841>

Sisto, A., Vicinanza, F., Campanozzi, L. L., Ricci, G., Tartaglini, D., & Tambone, V. (2019). Towards a transversal definition of psychological resilience: A literature review. In *Medicina (Lithuania)* (Vol. 55, Issue 11). MDPI AG. <https://doi.org/10.3390/medicina55110745>

Souri, H., & Hasanirad, T. (2011). Relationship between Resilience, Optimism and Psychological Well-Being in Students of Medicine. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, 1541–1544. <https://doi.org/10.1016/J.SBSPRO.2011.10.299>

Suni Astini, N. K. (2020). Tantangan Dan Peluang Pemanfaatan Teknologi Informasi Dalam Pembelajaran Online Masa Covid-19. *Cetta: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 3(2), 241–255. <https://doi.org/10.37329/cetta.v3i2.452>

Vinayak, S., & Judge, J. (2018). Resilience and Empathy as Predictors of Psychological Wellbeing among Adolescents. *International Journal of Health Sciences & Research (Www.Ijhsr.Org)*, 8, 192. www.ijhsr.org

Xue, Y. (2022). The Role of EFL Teachers' Self-Efficacy and Emotional Resilience in Appraisal of Learners' Success. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.817388>