

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Penelitian**

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi yang begitu pesat ibarat pisau bermata dua, memberikan dampak positif sekaligus negatif dalam penggunaannya (Karyati & Suphia, 2022). Dampak positif yang dirasakan dengan adanya perkembangan teknologi informasi dan komunikasi diantaranya adalah kemudahan dalam mengakses berbagai informasi melalui perangkat khusus. Perangkat khusus yang sangat lazim digunakan masyarakat untuk mengakses informasi adalah gawai dan internet. Gawai merupakan perangkat elektronik yang memiliki tujuan dan fungsi praktis secara spesifik dirancang untuk menunjukkan unsur kebaruan teknologi dan memudahkan manusia dalam melakukan berbagai aktivitas (Chusna, 2017). Sedangkan internet berfungsi untuk melengkapi fungsi gawai sebagai jaringan komunikasi elektronik yang dapat menghubungkan berbagai jaringan secara terorganisasi di seluruh dunia melalui telepon atau satelit (KBBI, 2016).

Internet menjadi salah satu hal yang tidak bisa lepas di seluruh aspek kehidupan, termasuk dalam aspek pendidikan. Namun, dalam konteks pendidikan, perkembangan teknologi digital juga memberikan dampak yang signifikan terhadap kondisi para pendidik, khususnya guru pendidikan anak usia dini (PAUD) di Indonesia. Seiring dengan semakin meluasnya penggunaan teknologi dalam pembelajaran, guru PAUD dihadapkan pada tuntutan untuk menguasai dan menggunakan teknologi secara efektif dalam proses pembelajaran (Winarti, dkk., 2022). Hal tersebut memberikan tekanan tersendiri yang berdampak pada kondisi kesehatan mental guru.

Menurut Surya (2014) kesehatan mental merupakan fungsi keseluruhan kepribadian secara penuh dan harmonis. Dalam kondisi mental yang sehat, potensi-potensi baik yang bersifat bawaan maupun yang diperoleh dapat diekspresikan secara penuh, harmonis, dan terarah kepada satu tujuan. Seseorang dengan kondisi mental yang sehat akan mampu mengekspresikan potensinya secara penuh dan tidak merasa ragu-ragu. Dengan demikian, kondisi mental yang sehat akan

tercermin dalam keseluruhan tingkah laku yang ditunjukkan. Sebagai guru, maka kondisi kesehatan mentalnya dapat terlihat dari perilakunya dalam mendidik.

Mendidik sejumlah anak dalam satu kelas tentu menjadi salah satu tantangan bagi guru PAUD. Berdasarkan Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 74 Tahun 2008 tentang Guru bahwa rasio jumlah guru dengan peserta didik pada tingkat TK, RA dan PAUD adalah 1:15. Artinya guru harus untuk menghadapi 15 anak dengan karakteristik yang berbeda-beda. Hal tersebut menjadi tantangan utama khususnya bagi guru muda yang didominasi usia remaja-dewasa dengan kondisi emosional yang belum stabil (Yudhiarti, 2021). Oleh karena itu, kondisi kesehatan mental guru PAUD menjadi salah satu hal yang perlu diperhatikan. Mengingat peran guru PAUD adalah sebagai pembentuk karakter fondasi anak usia dini di tengah perkembangan teknologi saat ini.

Disamping itu, kesehatan mental guru PAUD memiliki keterkaitan yang erat dengan empat kompetensi yang harus dimiliki dalam melaksanakan tugasnya sebagai pendidik. Berdasarkan Peraturan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor 16 Tahun 2007 Tentang Standar Kualifikasi Akademik dan Kompetensi Guru terdapat 4 kompetensi yang harus dimiliki guru yaitu kompetensi pedagogik, kepribadian, sosial, dan profesional. Pertama, dalam kompetensi pedagogik guru dituntut untuk bisa merancang dan melaksanakan pembelajaran yang efektif sesuai dengan karakteristik perkembangan anak (Rohman, 2020). Guru yang memiliki kesehatan mental yang terjaga cenderung lebih mampu menciptakan lingkungan pembelajaran yang inklusif, interaktif, dan mendukung bagi perkembangan anak.

Kedua, dalam kompetensi kepribadian guru dituntut untuk memiliki kepribadian mantap dan stabil, dewasa, arif, berwibawa dan berakhlak mulia. Dengan kesehatan mental yang baik memungkinkan guru untuk menunjukkan sikap profesional, empati, dan sensitif terhadap kebutuhan anak-anak serta mampu menjaga keseimbangan antara kebutuhan pribadi dan tuntutan profesi (Witarsa & Alim, 2022). Ketiga, dalam kompetensi sosial guru dituntut untuk mampu berkomunikasi dengan peserta didik dan lingkungan. Maka dengan kesehatan mental yang baik memungkinkan guru untuk lebih mudah dalam menjalin hubungan baik dengan anak-anak, orang tua, rekan kerja, dan masyarakat sekitar, Riva Ananda Putri, 2024

**ANALISIS PROFIL 7 JENIS KELELAHAN GURU PAUD BERDASARKAN HASIL ASESMEN KESEHATAN MENTAL FAMMI**

sehingga memperkuat dukungan sosial dan kolaborasi dalam menciptakan lingkungan belajar yang kondusif (Wahyuni, dkk, 2021).

Terakhir, dalam kompetensi profesional guru dengan kesehatan mental yang baik dapat mendorongnya untuk mengembangkan diri secara berkelanjutan, mengelola stres dan tekanan kerja dengan baik, serta mematuhi etika profesional dalam menjalankan tugasnya sebagai pendidik (Nofriyanti & Nurhafizah, 2019). Dengan demikian, kesehatan mental guru PAUD memiliki dampak signifikan pada pengembangan keempat kompetensi yang dapat memengaruhi kualitas pembelajaran dan perkembangan anak usia dini.

Tingkat stres dan tekanan pada guru PAUD dapat menjadi pemicu terjadinya kelelahan bekerja. Kondisi kelelahan yang dialami guru dapat menjadi salah satu fokus dalam mengidentifikasi kondisi kesehatan mental guru PAUD. Marzano (2003) menegaskan bahwa guru PAUD tidak hanya bertanggung jawab atas pendidikan anak-anak usia dini, tetapi juga harus mengelola tuntutan yang tinggi akan kreativitas, kesabaran, dan ketekunan dalam lingkungan kerja yang dinamis. Dari hasil studi lainnya menyebutkan dari 56 guru 62% diantaranya mengalami tingkat stres yang rendah hingga tinggi (Esita & Rohmiati, 2018). Bahkan hasil riset yang dilakukan Lembaga internasional RAND (2022) menyebutkan bahwa tingkat stres pada guru memiliki angka yang lebih tinggi dibandingkan profesi lainnya, bahkan sekitar 20% kepala sekolah dan 35% guru melaporkan bahwa mereka tidak memiliki akses terhadap dukungan kesehatan mental di sekolah.

Temuan di atas menunjukkan pentingnya memberikan dukungan yang tepat dalam hal kesehatan mental bagi para pendidik. Keterbatasan sumber daya, baik dari segi waktu maupun tenaga, sering kali menjadi hambatan bagi para guru untuk mencari bantuan kesehatan mental yang mereka butuhkan. Selain itu, kurangnya akses dan keterbatasan dalam menjangkau layanan kesehatan mental juga menjadi hambatan yang ditemukan (Yusrani, dkk., 2023). Hal ini mendorong kebutuhan mendesak akan dukungan kesehatan mental yang efektif, terutama bagi pimpinan lembaga dalam mengenali kondisi pendidik yang menjadi tanggung jawabnya.

Tingginya tingkat stres kerja guru pada penelitian terdahulu mendorong adanya kebutuhan sekolah untuk mendapatkan informasi tentang kesehatan mental guru. Saat ini masih jarang ditemukan penyedia program asesmen kesehatan

**Riva Ananda Putri, 2024**  
**ANALISIS PROFIL 7 JENIS KELELAHAN GURU PAUD BERDASARKAN HASIL ASESMEN KESEHATAN MENTAL FAMMI**

mental. Khususnya pihak yang bekerja sama dengan sekolah dalam penyelenggaraan program untuk guru. Sehingga program yang dilakukan sekolah untuk guru lebih berfokus pada peningkatan kompetensi dan keahlian lain yang dinilai penting untuk guru. Berdasarkan informasi yang disampaikan oleh Direktur Utama sebuah platform penyedia layanan asesmen menyatakan bahwa kondisi nyata di lapangan ditunjukkan dengan masih rendahnya tingkat partisipasi guru dalam program asesmen kesehatan mental. Ditemukan pada 5 guru hanya ada 2 guru yang dapat menyelesaikan asesmen dalam rentang waktu yang ditentukan.

Pada beberapa program guru yang dilaksanakan secara daring, kemampuan literasi digital guru menjadi salah satu hambatan yang sering kali terjadi. Sehingga perancangan sebuah program yang dilakukan secara daring perlu memperhatikan kemudahan pengguna baik dari segi kemudahan akses maupun waktu yang diperlukan. Menurut salah satu Psikolog yang terlibat dalam pengembangan asesmen pada sebuah platform penyedia layanan asesmen menyatakan bahwa semakin mudah asesmen bisa diakses maka kecenderungan guru untuk menunda-nunda akan semakin rendah.

Hal lain yang menjadi tantangan pada pelaksanaan asesmen kesehatan mental guru adalah persepsi guru yang menganggap bahwa kondisi kesehatan mental bukan hal yang penting untuk dibahas mengingat apa pun yang terjadi kewajiban-kewajiban yang dimiliki harus tetap terlaksana. Stigma tentang kesehatan mental juga masih dianggap tidak terlalu penting dan tabu untuk dibahas di lingkungan pekerjaan. Di samping itu, pengalaman dari beberapa asesmen yang dilakukan siswa menunjukkan bahwa hasil yang diperoleh tidak diiringi oleh solusi dari pihak penyelenggara. Sehingga menganggap hasil asesmen ini tidak terlalu penting jika tidak ada solusi konkret yang didapatkan.

Sejumlah penelitian telah menggali efektivitas dan penerapan program asesmen kesehatan mental, baik di lingkungan kerja maupun dalam pendidikan. Smith, dkk. (2019) menemukan bahwa program identifikasi kesehatan mental secara daring dapat memberikan akses yang lebih mudah dalam mendapatkan bantuan penanganan kondisi kesehatan mental. Penelitian melalui survei acak ini menunjukkan bahwa dalam pengembangannya perlu memperhatikan kebutuhan dan memastikan keamanan data pengguna.

Riva Ananda Putri, 2024

**ANALISIS PROFIL 7 JENIS KELELAHAN GURU PAUD BERDASARKAN HASIL ASESMEN KESEHATAN MENTAL FAMMI**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Yusrani, dkk (2023) mengungkapkan bahwa asesmen kesehatan mental di lingkungan kerja dapat meningkatkan kesadaran akan kesehatan mental dan mengurangi stigma, tetapi perlu dukungan dan pembekalan yang lebih lanjut untuk mendorong partisipasi aktif dari karyawan. Penelitian tersebut dilakukan melalui wawancara mendalam dengan peserta program asesmen kesehatan mental dan manajemen di lingkungan kerja untuk memahami persepsi, pengalaman, dan dampak program tersebut dalam konteks nyata. Hal tersebut juga berlaku di lingkungan pendidikan yang terdiri dari tenaga kerja pendidikan dan kependidikan.

Selanjutnya melalui penelitian yang dilakukan oleh Garcia, dkk. (2020) mengemukakan bahwa asesmen kesehatan mental secara daring dapat menjadi alat yang efektif dalam memberikan dukungan dan pembekalan bagi seseorang. Melalui wawancara tentang efektivitas dan penerapan program semacam ini dapat menjadi salah satu landasan dalam mengembangkan program untuk memastikan kesejahteraan pendidik yang pada akhirnya akan memengaruhi kualitas pendidikan di masa depan.

Pada penelitian teknologi digital dan kesehatan mental guru oleh Passey (2022) mengemukakan bahwa penggunaan teknologi digital yang dapat mendukung kesejahteraan guru dan cara-cara pemanfaatannya dapat mendukung kesejahteraan guru belum diteliti secara mendalam. Penelitian ini menghasilkan kerangka kerja konsepsi teknologi digital yang mendukung kesejahteraan guru. Dari sisi media telah dilakukan penelitian oleh Arifin, Tolle, dan Rokhmawati (2019) pada evaluasi *user interface* untuk meningkatkan *user experience* pada Aplikasi Ezuschool. Evaluasi dilakukan melalui studi literatur, observasi, dan wawancara pada *stakeholder* aplikasi yang didasarkan pada prinsip heuristik dan *guidelines* dengan pendekatan *Human-Centered Design* yang berfokus pada pengguna dan kebutuhan pengguna. Penelitian ini mengemukakan analisis konteks penggunaan mengenai karakteristik pengguna, sistem operasi, dan fitur aplikasi.

Pada laporan hasil asesmen yang pernah dilakukan oleh Fammi (2024) kepada para pendidik di sebuah lembaga pendidikan nonformal (PKBM: Pusat Kegiatan Belajar Masyarakat) ditemukan bahwa 64% pendidik berada pada kondisi kesehatan mental sedang atau perlu mendapatkan perhatian sebelum semakin memburuk jika diabaikan. Keadaan tersebut didominasi dengan kondisi pendidikan Riva Ananda Putri, 2024

**ANALISIS PROFIL 7 JENIS KELELAHAN GURU PAUD BERDASARKAN HASIL ASESMEN KESEHATAN MENTAL FAMMI**

yang sedang merasakan kelelahan emosional yaitu, kelelahan yang memicu peningkatan sensitifitas pendidik dalam berinteraksi (Awaludin, 2024). Data tersebut menunjukkan bahwa lingkungan pendidikan menjadi lingkungan yang perlu peningkatan dari sisi kesehatan mental.

Kesehatan mental guru merupakan faktor krusial yang memengaruhi kualitas pembelajaran di dalam kelas. Penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa guru, khususnya guru PAUD, sering mengalami tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan dengan profesi lainnya, yang berpotensi mengarah pada *burnout* dan menurunnya kualitas pengajaran. Namun, penelitian yang fokus pada kondisi kelelahan spesifik yang dialami oleh guru PAUD masih terbatas.

Urgensi penelitian ini terletak pada perlunya pemahaman yang lebih mendalam mengenai kondisi kelelahan yang dialami oleh guru PAUD, khususnya melalui asesmen yang komprehensif dan terstruktur. Berbeda dengan penelitian sebelumnya yang berfokus pada pentingnya dukungan kesehatan mental, penelitian ini berfokus pada penggunaan instrumen pemetaan 7 jenis kelelahan sebagai salah satu jenis asesmen kesehatan mental yang dikembangkan oleh sebuah platform konsultan pendidikan dan kesehatan mental bernama Fammi. Selain itu, asesmen ini dilakukan sepenuhnya secara *online*, memungkinkan akses yang lebih mudah dan cakupan yang lebih luas dalam pengumpulan data. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi penting dalam mengidentifikasi dan memahami berbagai aspek kelelahan yang dialami oleh guru PAUD, serta menjadi dasar untuk merancang intervensi yang lebih efektif dalam meningkatkan kesehatan mental dan performa mereka di lingkungan pendidikan.

Pada dasarnya asesmen dilakukan sebagai langkah awal untuk mendeteksi gejala-gejala yang mungkin sedang dialami. Asesmen 7 jenis kelelahan dapat menjadi salah satu alat yang dapat mendeteksi tingkat kesehatan mental melalui pemetaan 7 jenis kelelahan yang sedang dialami. Oleh karena itu, penelitian ini dimaksudkan untuk menganalisis hasil asesmen 7 jenis kelelahan yang dikembangkan oleh Fammi dan dilakukan terhadap guru-guru PAUD di Kota Bandung. Adapun penelitian ini diberi judul “Analisis Profil 7 Jenis Kelelahan Guru PAUD berdasarkan Hasil Asesmen Kesehatan Mental Fammi”.

Riva Ananda Putri, 2024

**ANALISIS PROFIL 7 JENIS KELELAHAN GURU PAUD BERDASARKAN HASIL ASESMEN KESEHATAN MENTAL FAMMI**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

## **1.2 Rumusan Masalah Penelitian**

Dari latar belakang masalah di atas, maka secara umum rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana gambaran kondisi kesehatan mental guru PAUD melalui pemetaan 7 jenis kelelahan yang dialami berdasarkan asesmen yang dikembangkan oleh Fammi. Secara khusus rumusan masalah tersebut dirumuskan dalam pertanyaan penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran umum profil 7 jenis kelelahan guru PAUD berdasarkan asesmen kesehatan mental Fammi?
2. Apa jenis kelelahan tertinggi yang dialami oleh guru PAUD berdasarkan asesmen kesehatan mental Fammi?
3. Apa jenis kelelahan terendah yang dialami oleh guru PAUD berdasarkan asesmen kesehatan mental Fammi?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Rumusan permasalahan di atas dapat mengarahkan pada tujuan utama dilaksanakannya penelitian yaitu mengetahui gambaran kondisi kesehatan mental guru PAUD melalui pemetaan 7 jenis kelelahan yang dialami berdasarkan asesmen yang dikembangkan oleh Fammi. Secara khusus tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Mengetahui gambaran umum profil 7 jenis kelelahan guru PAUD berdasarkan asesmen kesehatan mental Fammi.
2. Mengetahui jenis kelelahan tertinggi yang dialami oleh guru PAUD berdasarkan asesmen kesehatan mental Fammi.
3. Mengetahui jenis kelelahan terendah yang dialami oleh guru PAUD berdasarkan asesmen kesehatan mental Fammi.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

Penelitian ini memiliki manfaat yang dapat dilihat dari sisi teoritis dan praktis. Adapun penjabarannya sebagai berikut:

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran bahwa perkembangan teknologi dapat dimanfaatkan di segala bidang termasuk dalam hal edukasi khususnya dalam meningkatkan pengetahuan guru PAUD akan pentingnya kesehatan mental. Melalui penelitian ini diharapkan

dapat mendorong pengembangan berbagai metode *support system* guru PAUD berbasis digital yang secara tidak langsung meningkatkan kinerja guru dalam mendidik anak usia dini. Penelitian ini mengungkapkan bahwa layanan program asesmen kesehatan mental sebagai salah satu upaya dukungan bagi sekolah dalam menciptakan lingkungan yang suportif dan mendorong pengoptimalan kompetensi para guru.

#### 1.4.2 Manfaat Praktis

Manfaat bagi perusahaan platform digital sebagai penyedia layanan asesmen, penelitian ini dapat menjadi umpan balik untuk melihat sejauh mana kualitas dan dampak program asesmen yang berjalan selama ini serta dapat menjadi bahan pertimbangan dalam mengembangkan program selanjutnya supaya dapat mencapai target yang diinginkan.

Selain itu, penelitian ini juga dapat memberikan informasi kepada guru PAUD bahwa penggunaan gawai dan internet dapat dimanfaatkan untuk lebih mengenali kondisi diri serta mendapatkan dukungan yang tepat untuk mengatasi permasalahan yang dialami melalui saran-saran dari ahli profesional. Selain itu, secara tidak langsung jika intervensi saran dilakukan dan didukung oleh pihak sekolah secara berkelanjutan maka dapat membantu sekolah dalam meningkatkan kualitas pendidikan.

Bagi pemangku kebijakan, penelitian ini dapat menjadi pertimbangan dalam mendorong peran kolaborasi seluruh pihak yang terlibat dalam pendidikan anak usia dini. Khususnya dalam mengoptimalkan lingkungan pendidik menjadi lingkungan yang aman dan suportif melalui program mengidentifikasi, mengatasi, dan mendampingi permasalahan yang dihadapi. Kemudian bagi peneliti, manfaat dari penelitian ini adalah sebagai sarana pembelajaran dalam mengukur dan mengimplementasikan pengetahuan serta keterampilan melalui penelitian yang dilakukan sesuai dengan bidang keilmuan. Serta bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat dijadikan dasar untuk mengembangkan desain penelitian yang lebih spesifik terkait dampak adanya program asesmen kesehatan mental guru PAUD terhadap peningkatan kemampuan anak usia dini.

### **1.5 Struktur Organisasi Skripsi**

Struktur organisasi yang termuat dalam skripsi ini meliputi:

- BAB I      Pendahuluan, pada bab ini berisi tentang latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan, manfaat, dan struktur organisasi penelitian.
- BAB II      Kajian Pustaka, pada bab ini berisi tentang teori yang berkaitan dengan penelitian dan hasil penelitian terdahulu yang akan digunakan sebagai landasan dilaksanakannya penelitian dan menguatkan hasil yang nantinya akan didapatkan.
- BAB III     Metode Penelitian, pada bab ini berisi tentang rencana penelitian yang meliputi desain penelitian, partisipan dan lokasi penelitian, populasi dan sampel penelitian, prosedur penelitian, teknik dan instrumen penelitian hingga teknis analisis data penelitian yang akan digunakan.
- BAB IV     Hasil dan Pembahasan, pada bab ini diuraikan temuan yang didapatkan pada saat penelitian dan dibahas berdasarkan kaitannya dengan landasan teori yang sebelumnya dikemukakan.
- BAB V      Simpulan, pada bab ini berisi tentang kesimpulan, implikasi, dan rekomendasi yang dapat diberikan kepada pembaca atau peneliti selanjutnya berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan.