HUBUNGAN LOCUS OF CONTROL DENGAN STRES KERJA PADA GURU SEKOLAH LUAR BIASA A, B, DAN C DI KECAMATAN PATRANG KABUPATEN JEMBER

Oleh:
Nur Miftahul Jannah [1], Sri Utami [2], Mad Zaini [3]
[1] Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember
[2),3)] Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

Jl. Karimata 49 Jember Telp : (0331) 332240 Fax : (0331) 337957
Email : fikes@unmuhjember.ac.id Website : http://fikes.unmuhjember.ac.id
Email: miftahuljannah1237@gmail.com

ABSTRAK

Stres kerja merupakan penentu penting timbulnya depresi pada seseorang, juga menjadi penyebab keempat terbesar timbulnya penyakit di seluruh dunia. Individu dengan stres dapat dikendalikan dengan *locus of control* sehingga dapat mengatasi stres yang terjadi pada dirinya *Locus of control* mengacu pada keyakinan seseorang dalam kontrol dirinya dalam peristiwa kehidupan, dan pemecahan masalah cara pandang seseorang terhadap suatu peristiwa apakah dia merasa dapat atau tidak mengendalikan perilaku yang terjadi padanya. Metode penelitian ini menggunakan analitik kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional* bertujuan untuk menganalisis hubungan *locus of control* dengan stres kerja pada guru Sekolah Luar Biasa A, B, dan C. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh Guru Sekolah Luar Biasa A, B, dan C di Kecamatan Patrang Kabupaten Jember dengan sampel sejumlah 40 orang guru. Tehnik pengambilan sampel yang diambil menggunakan *Total Sampling.* Instrumen penelitian yang dipakai yakni kuesioner baku dari *WLCS (The Work Locus of Control Scale)* dan *NUT (National Union of Teacher).* Hubungan *locus of control* dengan stres kerja pada guru Sekolah Luar Biasa A, B, dan C dengan uji Rank Spearman (α= 0,05) didapatkan hasil *p value=* 0,000 dengan koefisien korelasi 0,875. Kesimpulan pada penelitian ini terdapat hubungan antara *locus of control* dengan stres kerja pada guru Sekolah Luar Biasa A, B, dan C di Kecamatan Patrang Kabupaten Jember.

Kata Kunci: *Locus of control;* Stres kerja; Guru Sekolah Luar Biasa A, B, dan C
Daftar Pustaka 39 (1966-2016)

ABSTRACT

Work stress is an important determiner of the depression incident. It is also the fourth highest cause of all diseases in the world. Individuals who experience stress may be controlled by understanding locus of control which helps overcome the stress that he feels. Locus of control refers to the self-belief that one has regarding his life events, as well as the solution of one's perspective concerning one event in his life, whether he can control the behavior or not. This research employs analytical quantitative as the research method, aided by cross sectional approach. The objective of this research is to analyze the correlation between locus of control and work stress to the teachers at Special Need School A, B, and C. The population of this research is the entire teachers at Special Need School A, B, and C in Patrang Sub-District Jember Regency, with 40 individuals taken as the sample of the research. Total Sampling is chosen as the sampling collection technique. This research employs valid questionnaire of WLCS (The Work Locus of Control Scale) and NUT (National Union of Teacher). The correlation between locus of control and work stress to the teachers at Special Need School A, B, and C, when tested using Rank Spearman's testing (a= 0,05) generates p value= 0,000 with the coefficient correlation of 0,875. The conclusion of this research states that there is a correlation between locus of control and work stress to the teachers at Special Need School A, B, and C in Patrang Sub-District Jember Regency, respectively.

Keywords: Locus of control; work stress; the teachers at Special Need School A, B, and C

PENDAHULUAN

Profesi guru adalah satu bentuk pelayanan kemanusiaan (*human service profession*) yang penuh tantangan (Maslach & Jackson, 1986 dalam Wardhani, 2012). Guru Sekolah Luar Biasa (SLB) hanya melayani anak berkebutuhan khusus agar potensi yang dimiliki berkembang optimal.

Dalam pelaksanaan tugasnya tersebut, beban kerja yang harus dihadapi guru sekolah luar biasa jauh lebih berat dibandingkan guru pendidikan biasa yang mayoritas anak didiknya adalah anak-anak yang normal. Beban kerja yang berat dari guru SLB tersebut dan keseharian yang monoton serta ketidakmampuan mendayagunakan perilaku koping individu, membuat guru banyak dihinggapi stres dalam bekerja.

Terdapat beberapa penelitian yang menunjukkan bahwa guru SLB memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan guru di pendidikan umum (Küçüksüleymanoğlu, 2011). Mengajar anak berkebutuhan khusus dapat memperlemah perkembangan keahlian guru, kualitas pendidikan serta

kegiatan lain yang berhubungan dengan murid.

Stres kerja juga merupakan penentu penting timbulnya depresi pada seseorang, juga menjadi penyebab keempat terbesar timbulnya penyakit di seluruh dunia. Depresi diperkirakan bakal menduduki tempat kedua menjelang 2020 sesudah penyakit jantung. (Mistiani, 2007 dalam Tarigan, 2015).

Menurut Gaus (2014) Individu dengan stres dapat dikendalikan dengan *locus of control* sehingga dapat mengatasi stres yang terjadi pada dirinya, *locus of control* merupakan salah satu dari karakteristik kepribadian yaitu sejauh mana individu dapat mengontrol peristiwa yang terjadi dalam hidupnya, sehingga akan mempengaruhi pada hasil yang akan didapatkan. *Locus of control* dibedakan atas dua, yaitu internal *locus of control* dan eksternal *locus of control*. Individu yang memiliki internal *locus of control* lebih mampu mempertahankan kesejahteraan psikologi ketika dihadapkan dengan stres kerja yang tinggi.

Berdasarkan survei pendahuluan dan wawancara singkat yang dilakukan pada beberapa guru SLB A, B, dan C di Kecamatan Patrang Kabupaten Jember didapatkan informasi bahwa jumlah murid yang terdapat pada satu kelas melebihi standar belajar efektif untuk SLB (satu kelas > 5 orang murid). Guru SLB selain mengajarkan pelajaran juga harus dapat mengajarkan program khusus berupa kegiatan bina pribadi dan sosial serta program pengembangan diri yang disesuaikan dengan masing-masing jenis anak didik. Dari hasil wawancara didapat juga informasi bahwa guru SLB merasa cemas dan sakit kepala karena pekerjaannya, kondisi lingkungan sekolah dan tuntutan dari orangtua murid yang besar terhadap perkembangan anaknya.

Alasan tersebutlah yang mendasari peneliti untuk memahami lebih jauh mengenai stres kerja pada Guru Sekolah Luar Biasa dan hubungannya dengan *locus of control*.

MATERIAL DAN METODE

Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini merupakan analitik kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional.*

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada bulan April-Mei 2017 bertempat di Sekolah

Luar Biasa A, B, dan C di kecamatan Patrang Kabupaten Jember.

Populasi Penelitian

Populasi pada penelitian ini merupakan seluruh guru Sekolah Luar Biasa A, B, dan C di Kecamatan Patrang Kabupaten Jember sebanyak 40 orang guru.

Sampel Penelitian

Sampel penelitian berjumlah 40 orang guru Sekolah Luar Biasa A, B, dan C.

Tehnik Sampling

Tehnik sampling dalam penelitian ini adalah *Total Sampling.*

Pengumpulan Data

Instrumen yang digunakan adalah kuesioner baku dari *WLCS (The Work Locus of Control Scale)* dan *NUT (National Union of Teachers)*

Analisa Data

1. Analisa *Univariate*

Analisis *Univariate* digunakan untuk mengetahui distribusi frekuensi dalam bentuk prosentase atau dalam bentuk diagram dari tiap variabel independen ataupun variabel dependen

2. Analisa *Bivariat*

Analisis *Bivariat* digunakan untuk mengetahui hubungan *locus of control* dengan stres kerja pada guru Sekolah Luar Biasa A, B, dan C. Analisa data pada penelitian ini menggunakan uji korelasi *Rank Spearman* yang dibantu dengan program komputer dengan ketentuan apabila nilai $\alpha = 0.05$ dan $p \leq \alpha$ (0.05).

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. HASIL

Pembahasan tentang hasil penelitian hubungan *locus of control* dengan stres kerja pada guru Sekolah Luar Biasa A, B, dan C.

Tabel 5.1 Distribusi frekuensi guru SLB A, B, dan C berdasarkan usia di Kecamatan Patrang Kabupaten Jember tahun 2017.

Umur (tahun)	Jumlah	Persentase (%)
22-39	24	60,0
40-56	16	40,0
Jumlah	40	100

Berdasarkan data tabel 5.1 dapat disimpulkan bahwa guru SLB A, B, dan C paling banyak berusia 22-39 tahun yakni 24 guru (60 %).

Tabel 5.2 Distribusi frekuensi guru SLB A, B, dan C berdasarkan jenis kelamin di Kecamatan Patrang Kabupaten Jember tahun 2017.

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase (%)
Laki-laki	15	37,5
Perempuan	25	62,5
Jumlah	40	100

Berdasarkan data tabel 5.2 dapat disimpulkan bahwa guru SLB A, B, dan C berjenis kelamin perempuan lebih banyak dibanding guru SLB A, B,

dan C berjenis kelamin laki-laki yakni sebanyak 25 guru (62,5 %).

Tabel 5.3 Distribusi frekuensi guru SLB A, B, dan C berdasarkan status perkawinan di Kecamatan Patrang Kabupaten Jember tahun 2017.

Status Perkawinan	Jmlah	Persentase (%)
Menikah	32	80,0
Belum Menikah	8	20,0
Jumlah	40	100

Berdasarkan data tabel 5.3 dapat disimpulkan bahwa guru SLB A, B, dan C yang telah menikah lebih banyak dibandingkan dengan guru SLB A, B, dan C yang belum menikah yakni sebanyak 32 guru (80%) guru yang telah menikah.

Tabel 5.4 Distribusi frekuensi guru SLB A, B, dan C berdasarkan masa kerja di Kecamatan Patrang Kabupaten Jember tahun 2017.

Masa Kerja (tahun)	Jumlah	Persentase (%)
1-17	25	62,5
18-34	15	37,5
Jumlah	40	100

Menurut data tabel 5.4 dapat disimpulkan bahwa guru SLB A, B, dan C dengan masa kerja 1-17 tahun lebih banyak dibandingkan dengan guru SLB A, B, dan C dengan masa kerja 18-34 tahun, yakni sebanyak 25 orang guru (62,5%).

Tabel 5.5 Distribusi *Locus Of Control* guru SLB A, B, dan C di Kecamatan Patrang Kabupaten Jember tahun 2017.

Locus Of Control	Jumlah	Persentase (%)
Baik	9	22,5
Sedang	31	77,5
Buruk	-	-
Jumlah	40	100

Berdasarkan tabel diatas dari 40 guru SLB A, B, dan C dengan hasil pengukuran *locus of control* dapat diketahui bahwa guru SLB A, B, dan C lebih banyak yang memiliki *locus of control* sedang sebanyak 31 orang (77,5%) dibandingkan dengan guru SLB A, B, dan C yang memiliki locus of control baik.

Tabel 5.6 Distribusi Stres Kerja guru SLB A, B, dan C di Kecamatan Patrang Kabupaten Jember tahun 2017.

Stres Kerja	Jumlah	Persentase (%)
Ringan	11	27,5
Sedang	29	72,5
Berat	-	-
Jumlah	31	100

Berdasarkan tabel di atas dari 40 guru SLB A, B, dan C dengan hasil pengukuran stres kerja dapat diketahui bahwa guru SLB A, B, dan C yang mengalami stres kerja sedang lebih banyak dibandingkan guru SLB A, B, dan C yang mengalami stres kerja ringan yakni sebanyak 29 orang guru (72,5 %).

Tabel 5.5 Distribusi frekuensi Hubungan *Locus Of Control* dengan Stres Kerja guru SLB A, B, dan C di Kecamatan Patrang Kabupaten Jember tahun 2017.

Locus Of Control			**Jumlah**	***P Value***
	Ringan	Sedang		
Baik	9 (100%)	0 (0%)	9 (100%)	
Sedang	2 (6,4%)	29 (93,6%)	31 (100%)	0,000
Jmlah	11	29	40	

Jmlah 11 29 40

Berdasarkan tabel diatas, menunjukkan bahwa dari 40 guru SLB A, B, dan C yang memiliki locus of control baik sebanyak 9 orang (100%) merasakan stres kerja ringan, dari 31 guru SLB A, B, dan C yang memiliki locus of control sedang sebanyak 2 orang (6,4%) merasakan stres kerja ringan dan sebanyak 29 orang (93,6%) merasakan stres kerja sedang. Hasil uji korelasi *Rank-Spearman* diperoleh ada hubungan antara locus of control dengan stres kerja pada guru SLB A, B, dan C di Kecamatan Patrang Kabupaten Jember (p value= 0,000; α= 0,05; r= 0,875).

B. PEMBAHASAN

1. Locus of control

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa guru SLB A, B, dan C yang memiliki hasil pengukuran *locus of control* baik sebanyak 9 orang (22,5%), dan guru SLB A, B, dan C memiliki hasil pengukuran *locus of control* sedang sebanyak 31 orang (77,5%).

Hasil analisa dari data umum yang kemungkinan mendukung seseorang memiliki *locus of control* sedang adalah usia dari responden, sebagian besar responden berusia 22-39 tahun dibandingkan dengan usia 40-56 tahun. Rothbaum (dalam Hemodoglu 2012) menyatakan bahwa usia seseorang merupakan faktor penting yang mempengaruhi *locus of control*, seiring dengan berjalannya usia seseorang maka semakin internal *locus of control*, hal tersebut dikarenakan pengalaman keberhasilan dan kegagalan seseorang dapat mempengaruhi penilaian akan kemampuan diri sendiri. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tirtawati (2014) menyatakan bahwa terdapat pengaruh positif usia seseorang dengan *locus of control.*

Hal lain yang mendukung adalah masa kerja, hasil penelitian ini menunjukkan 25 (62,5%) dari 40 responden memiliki masa kerja 1-17 tahun. Dickson (2009 dalam

Koesindratmono, 2011) masa kerja yang tinggi mengindikasikan bahwa rasa *impact* pun akan meningkat. Seseorang yang diberdayakan mempunyai rasa *impact*, berarti orang tersebut percaya bahwa mereka bisa mempunyai pengaruh terhadap unit mereka. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Koesindratmono (2011) menyatakan bahwa terdapat korelasi positif antara masa kerja dengan pemberdayaan psikologis pada seseorang

Faktor internal berkaitan dengan kebudayaan juga turut andil dalam terbentuknya *locus of control* pada seseorang. Rothbaum (1982 dalam Hamedoglu, 2012) menyatakan bahwa kebudayaan merupakan salah satu faktor penting yang mempengaruhi *locus of control*. Kebudayaan yang dianut oleh seseorang dapat menjadikannya lebih condong kepada *locus of control* internal atau pada *locus of control* eksternal. Seseorang dengan *locus of control* internal dapat menghadapi setiap masalah dalam hidupnya dengan baik. Hal tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Weiz dan Snyder (dalam Hemodoglu 2012) yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh positif antara kebudayaan dengan *locus of control* pada seseorang.

2. Stres kerja

Seringnya kejadian stres yang dialami oleh guru SLB A, B, dan C terbukti dari hasil penelitian diperoleh 27,5% guru SLB A, B, dan C mengalami stres ringan dan 72,5% guru SLB A, B, dan C mengalami stres sedang, namun dapat menjadi ancaman menurunkan kinerja guru guru. Stres yang dialami oleh guru akan mempengaruhi dalam pekerjaan dan juga sikap guru pada saat bekerja.

Hasil analisa data umum mayoritas responden berjenis kelamin perempuan yakni 25 (62,5%). Menurut Prabowo (2009) bahwa perempuan cenderung lebih memiliki ingkat stres yang tinggi dibandingkan dengan laki-laki. Hal tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Gaus (2014) juga menyebutkan bahwa terdapat perbedaan stres kerja antara guru laki-laki dan guru perempuan, dan guru perempuan cenderung lebih cepat mengalami stres.

Berdasarkan hasil temuan, kemungkinan yang mendukung adalah masa kerja dari responden. Sebagian besar responden memiliki masa kerja

1-17 tahun. Menurut Hurrel (dalam Tarigan, 2015) menyatakan bahwa salah satu faktor yang dapat menimbulkan stres kerja pada seseorang adalah faktor lingkungan pekerjaan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Prabowo (2009) bahwa masa kerja dapat berpengaruh pada terjadinya stres kerja seseorang karena terkait dengan adaptasi seseorang pada lingkungan pekerjaannya.

Selain hal tersebut adapula data umum yang mendukung terjadinya stres kerja yakni status penikahan. Peneliti menemukan bahwa sebagian responden telah menikah yakni sejumlah 32 orang (80%). Menurut Carlson (2012) menyatakan bahwa sumber stres dapat berasal dari keluarga, dari banyak stresor dalam keluarga, ada tiga yang paling sering terjadi, yakni: bertambahnya anggota baru, perceraian, angota keuarga yang sakit. Hasil tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Wulandari (2013) bahwa terdapat hubungan antara status pernikahan dengan stres kerja yang terjadi pada seseorang. Hal tersebut dikarenakan konflik peran ganda yang meningkat, akan menimbulkan stres kerja yang meningkat pula.

3. Hubungan *Locus of Control* dengan Stres Kerja Guru SLB A,B, dan C

Berdasarkan hasil penelitian locus of control dengan stres kerja guru SLB menunjukkan dari 31 guru SLB A, B, dan C yang memiliki *locus of control* sedang sebanyak 2 orang (6,4%) merasakan stres kerja ringan dan sebanyak 29 orang (93,6%) merasakan stres kerja sedang. Hasil analisa bivariat uji korelasi *Rank-Spearman* diperoleh ada hubungan antara *locus of control* dengan stres kerja pada guru SLB A, B, dan C di Kecamatan Patrang Kabupaten Jember (*p value*= 0,000; α= 0,05; r= 0,875).

Menurut asumsi peneliti sebagian responden memiliki *locus of control* yang sedang dengan stres kerja sedang, dikarenakan sebagian responden memiliki *locus of control* eksternal, individu dengan *locus of control* eksternal cenderung tidak segera mencari informasi untuk menyelesaikan suatu masalah yang sedang dihadapi seperti stres kerja dan juga memiliki kontrol terhadap perilaku yang buruk, sehingga dapat

menimbulkan masalah kesehatan seperti sakit kepala, otot kaku setelah bekerja dan lain sebagainya.

Penelitian yang dilakukan oleh Ruscahyono (2014) menemukan bahwa *locus of control* berhubungan baik dengan beberapa variabel seperti peran stres, etika kerja, kepuasan kerja, dan kinerja. Selain itu terdapat penelitian *Locus of control* berhubungan dengan stres pada perawat. *Locus of control* internal lebih berhasil dalam kinerja tugas. *Locus of control* merupakan sarana untuk menyeimbangkan keterampilan individu dalam masyarakat.

Keterbatasan Penelitian

1. Faktor Responden

Responden dapat mengevaluasi diri sendiri dengan memberikan penilaiannya sendiri (subyektif), sehingga responden dapat menilai dirinya dengan nilai yang tidak sesuai dengan keadaan sebenarnya.

2. Faktor Instrumen

Instrumen stres kerja yang ada dan sudah baku merupakan instrumen stres kerja untuk guru secara umum saja sedangkan instrumen baku stres kerja untuk guru SLB belum ada.

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan dapat diambil suatu kesimpulan sebagai berikut:

1. *Locus of Control* pada guru SLB A, B, dan C di Kecamatan Patrang Kabupaten Jember dengan kategori baik yaitu terdapat 22,5% dan kategori sedang yaitu 77,5%.
2. Stres kerja pada guru SLB A, B, dan C di Kecamatan Patrang Kabupaten Jember dengan kategori ringan yaitu terdapat 27,5%, kategori sedang yaitu 72,5%.
3. Ada hubungan antara *Locus of control* dengan stres kerja pada guru SLB A, B, dan C di Kecamatan Patrang Kabupaten Jember. Dari uji *Rank-Spearman* di dapatkan nilai p value= 0,000 (*p value* < 0,05).

B. Saran

Bagi Profesi Pendidikan

1. Diharapkan hasil penelitian ini bermanfaat bagi profesi pendidikan dengan memberikan pengetahuan tentang *locus of control* guna untuk meningkatkan control diri terhadap tekanan dan beban kerja, sehingga dapat menurunkan dampak stres yang dialami.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya
   a. Diharapkan peneliti selanjutnya menggunakan metode penelitian kualitatif, agar informasi dan hasil data dari responden lebih valid.
   b. Mengembangkan instrumen untuk stres kerja bagi guru dengan murid yang memiliki keterbatasan.

DAFTAR PUSTAKA

Carlson, R, Neil (2015). *Fisiologi Perilaku*. Jakarta : Penerbit Erlangga.

Gaus, Nurdiana. (2014). Advancing Women in Leadership. *Locus of Control Job Satisfaction Job Stress among Female Headteachers at Primary Schools in Makassar, Indonesia,* 34.

Hamedoglu, M. A (2012). International Online Journal of Educational Sciences. *The Effect of Locus of Control and Culture on Leader Preferences,* 4(2)

Küçükssüleymanoğlu, Rüyam. (2011). International Journal Of Special Education. *Burnout Syndrome Levels Of Teachers In Special Education Schools In Turkey,* 26(1), 59.

Koesindratmono, F. (2011). Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Surabaya. *Hubungan antara Masa Kerja dengan Pemberdayaan Psikologis pada Karyawan PT. Perkebunan Nusantara X (Persero),* 13(1)

Prabowo, Y.F. (2009). *Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stres Kerja Pada Bagian Produksi Industri Mebel Pt. Chia Jiann Indonesia Furniture Di Wedelan Jepara.* Skripsi Program Sarjana Universitas Semarang. Semarang

Ruscahyono, Hesthi. (2014). Aktual Edisi Pebruari. *Pengaruh Locus Of Control Dan Lingkungan Kerja Terhadap Kinerja Guru SMKN 4 Klaten Dengan Kepuasan Kerja Sebagai Intervening,* 1(2).

Tarigan, Beriko P. (2015). *Gambaran Sumber Stres (Stressor) Pada Guru Slb Markus Medan*

Tirtawati, K.S.A.N. (2012). *Locus Of Control Pada Insan Pasca Stroke Usia 40 – 65 Tahun.* Skripsi. Program Sajana Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma Jakarta. Jakarta.

Wardhani, T, D. (2012). Jurnal Psikologi Undip. *Burnout Di Kalangan Guru Pendidikan Luar Biasa Di Kota Bandung,* 11(1), 74.

Wulandari, Desi. (2013). PSYCHO IDEA. *Hubungan Antara Konflik Peran Ganda Dengan Stres Kerja Pada Perawat Wanita Yang Sudah Menikah Di Rsud Banyumas,* 11(1)