

Teacher's Resiliency: Menumbuhkan Ketahanan Dalam Menjaga Kualitas Pembelajaran Guru Paud Di Bandung

Rita Oktafil Marisa

Institut Agama Islam Persis Bandung

rita@iaipibandung.ac.id

Abstract

Resilience is one of the important qualities to grow in the teaching profession. Teacher resilience is formed through difficult situations such as student learning disruptions, conflicts between teacher duties, wills, and abilities, and school or external policies. However, not all teachers can form resilience in times of difficult situations. Therefore, awareness and effort are needed to be able to maintain and grow teacher resilience through several things such as social interaction, re-appraisal, and recognition. These things should be used as the main material in the teacher education process and professional development of ECCE teachers in Indonesia. The respondents in this study were 8 ECCE teachers who had worked for years but were still in the process of pursuing education to get a bachelor's degree. The results showed that they have a construction of humanist attitudes, where humanism involves respect for human dignity, awareness of children's emotional and psychological needs and their own needs, responsive pedagogical approaches, parental and community involvement, and the development of a sense of optimism and self-confidence. They also implement good coping stress, by identifying sources of stress experienced by ECCE teachers, taking appropriate steps to cope, building strong social support, developing relaxation strategies, and creating positive learning environments.

Keywords: *resilience, resilience of ECCE teachers, quality of learning, humanism, coping stress*

Abstrak

Ketahanan merupakan salah satu kualitas yang penting untuk ditumbuhkan pada profesi guru. Ketahanan guru terbentuk dengan melalui situasi yang sulit seperti gangguan belajar pada siswa, pertentangan antara tugas, kehendak, dan kemampuan guru, dan kebijakan sekolah atau eksternal. Namun, tidak semua guru dapat membentuk ketahanan pada saat mengalami situasi yang sulit. Maka dari itu, dibutuhkan kesadaran dan usaha untuk dapat menjaga dan menumbuhkan ketahanan guru melalui beberapa hal seperti interaksi sosial, re-appraisal, dan rekognisi. Hal-hal ini sebaiknya dijadikan sebagai materi utama pada proses pendidikan guru dan perkembangan profesional guru-guru PAUD di Indonesia. Responden dalam penelitian ini adalah guru-guru PAUD sebanyak 8 orang yang telah bekerja bertahun-tahun namun masih dalam proses menempuh pendidikan mendapat gelar sarjana. Hasil penelitian menunjukkan mereka memiliki konstruksi sikap humanisme, dimana humanisme melibatkan penghormatan terhadap martabat manusia, kesadaran akan kebutuhan emosional dan psikologis anak serta kebutuhan mereka sendiri, pendekatan pedagogis yang responsif, keterlibatan orang tua dan masyarakat, dan pengembangan rasa optimisme dan kepercayaan diri. Mereka juga mengimplementasikan coping stress yang baik, dengan mengidentifikasi sumber-sumber stres yang dialami oleh guru PAUD, mengambil langkah-langkah yang sesuai untuk mengatasinya, membangun dukungan sosial yang kuat, mengembangkan strategi relaksasi, serta menciptakan lingkungan pembelajaran yang positif.

Kata kunci: *resiliensi, ketahan guru paud, kualitas pembelajaran, humanisme, coping stress.*

I. PENDAHULUAN

Masa pandemi Covid-19 memang telah usai, namun tugas guru tidak pernah selesai. Guru selalu dihadapkan dengan tugas baru yakni adaptasi dengan kurikulum baru, kurikulum merdeka. Peralihan kurikulum ini dirasa menjadi beban baru bagi guru disaat sedang masa pemulihan. Pertanyaan yang muncul adalah akan sebanyak apa lagi tugas yang dibebankan kepada guru dengan kondisi yang tetap sama seperti sebelumnya? Masih banyak pihak yang kurang menyadari bahwa dalam lingkup pendidikan itu bukan hanya tentang semangat anak, melainkan juga guru. Namun, justru yang banyak dibahas dalam webinar adalah kiat-kiat menaikan semangat anak, kiat-kiat sukses implementasi kurikulum merdeka. Masih jarang yang memperhatikan ketahanan guru, padahal guru juga perlu dukungan semacam perhatian agar mereka dapat terus bertahan pada situasi saat ini.

Resilience (ketahanan) merupakan kapasitas seseorang untuk mengatasi secara positif kerentanan personal dan juga stres dari lingkungan yang merugikan dalam masa karirnya (Castro, Kelly & Shih, 2010; Clara, 2016; Gu & Day, 2007; Howard & Johnson, 2004; Reivich & Shatte, 2002). Ketahanan terkait erat dengan karakteristik dan keadaan kehidupan seseorang, serta faktor yang lebih luas, termasuk kepedulian masyarakat terhadap hak asasi manusia atas pendidikan, partisipasi, keselamatan, dan kebebasan dari diskriminasi (Herrman, et al., 2011).

Seperti yang diketahui bahwa dalam proses pendidikan terdapat beberapa indikator, yaitu input, proses, dan output (Annur, dkk., 2018). Dapat diketahui bahwa dari indikator pendidikan, input yang paling penting adalah guru yang menjadi ujung tombak dalam peningkatan mutu pendidikan di Indonesia (Annur, dkk., 2018; Wardhani, 2012). Guru diharapkan menjadi pendidik yang profesional, guru adalah orang yang menjadi praktisi dilapangan sehingga harus memiliki kesiapan yang baik dalam melakukan perannya sebagai guru, serta mampu memenuhi kebutuhan anak dari berbagai sisi (Annur, dkk., 2018; Wardhani, 2012).

Teori dan pemaparan yang panjang seringkali tidak sesuai dengan yang terjadi di lapangan. Selalu ada kondisi dimana ketika guru mengalami penurunan ketahanan atau salah satu keadaanya stress, yang disebabkan oleh faktor situasional ataupun faktor pribadi, namun guru dituntut harus tetap tenang, profesional, dan positif menghadapi anak (Hussain, 2010; Evers, Welko & André, 2004). Stess yang dialami adalah kondisi dimana guru merasa tidak senang, memiliki emosi negatif, seperti cemas, khawatir, gelisah, frustrasi atau depresi, merasa putus asa karena merasa depresi dan kurangnya pencapaian diri yang tinggi sebagai akibat dari beberapa aspek pekerjaannya sebagai guru (Avramidis, Bayliss, Burden, 2000; Wardhani, 2012). Konsekuensi jangka panjang dari kondisi ini adalah adalah *burnout*, yang didefinisikan sebagai sindrom yang dihasilkan dari stres kerja kronis dan diperpanjang, ditandai dengan kelelahan fisik, emosional dan sikap

(Kyriacou, 1987). Namun tetap kembali lagi kepada tuntutan pendidik atau guru harus tetap memiliki rasa percaya diri untuk mencapai perubahan yang berarti pada setiap anak, serta mengurangi stressnya.

Dengan dalih tetap menjaga profesionalisme, situasi yang terjadi pada guru acapkali menjadi terabaikan. Selama ini dalam banyak seminar yang diselenggarakan oleh pihak pemerintahpun terkait menjaga kesehatan mental dan ketahanan siswa dalam pembelajaran daring hanya terfokus kepada siswa. Padahal guru sebagai orang yang berada di garis depan pendidikan juga memerlukan dukungan sosial yang sama. Ainscow, Booth, & Dyson, (2006) menyingung sejauh mana dukungan sosial dari lingkungan sosial dapat menjaga kesehatan mental guru sebagai ujung tombak pendidikan, serta dapat memfasilitasi dalam mengatasi hambatan yang dialami oleh siswa dalam pembelajaran dan praktik. Atas kondisi-kondisi di atas tersebut, dengan demikian penelitian ini menjadi penting untuk diteliti terutama pada setting paud. Peneliti ingin membuktikan secara empiris pentingnya resiliensi pada guru kondisi saat ini dengan judul "Teacher's Resiliency: Menumbuhkan Ketahanan Menjaga Kualitas Pembelajaran Guru Paud di Bandung".

II. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan desain penelitian fenomenologi

dikarenakan permasalahan yang terjadi merupakan fenomena saat ini dimana banyak guru PAUD dari yang teta bertahan dengan berbagai kondisi terutama pasca pandemi Covid-19, namun tetap memaksimalkan agar pembelajaran tetap berjalan dengan baik tanpa mengurangi kualitas pembelajaran. Responden dalam penelitian ini adalah guru-guru PAUD sebanyak 8 orang yang telah bekerja bertahun-tahun namun masih dalam proses menempuh pendidikan mendapat gelar sarjana.

Penelitian ini dikaji dengan pendekatan teori multikulturalisme. Multikulturalisme adalah sebuah konsep yang mengakui dan menghargai keanekaragaman budaya dalam masyarakat. Konsep ini menekankan pentingnya mengakui dan menghargai perbedaan budaya yang ada di dalam suatu masyarakat, serta berusaha menciptakan kesetaraan dan keharmonisan di antara berbagai kelompok budaya (Kymlicka, 2012; Parekh, 2006; Taylor, 1994). Menurut Banks (1992), multikulturalisme berfokus pada eksploitasi dan penindasan terhadap kelompok etnis, ras, seksual, atau agama minoritas, dan berusaha mengidentifikasi dan memberdayakan mereka yang peka terhadap demokrasi, kesetaraan, dan keragaman (Banks, 1992). Banks & Banks, 1995; Lubis, 2015).

Raharja (2001) menjelaskan bahwa multikulturalisme memiliki visi dan misi yang bertujuan untuk mempromosikan pluralisme, demokratisasi, dan humanisme. Humanisme

adalah pandangan filosofis yang menekankan pada nilai-nilai dan potensi manusia (Parekh, 2002; Shermer, 2015). Konsep ini menegaskan bahwa setiap manusia memiliki nilai dan martabat yang sama, serta memiliki potensi untuk berkembang secara penuh dalam berbagai aspek kehidupan. Humanisme juga menganggap bahwa kesuksesan dalam hidup tidak hanya dilihat dari segi materi atau kekayaan, tetapi juga dari aspek spiritual dan kebahagiaan batin.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

1) Konstrksi Sikap Humanisme Dalam Menjaga Resiensi Guru PAUD

Konsep multikulturalisme telah berkembang dari waktu ke waktu dan telah menjadi bahan perdebatan dan kritik. Beberapa orang berpendapat bahwa konsep ini mempromosikan relativisme budaya dan melemahkan identitas nasional, sementara yang lain melihatnya sebagai cara untuk meningkatkan keharmonisan sosial dan menghormati keragaman. Terlepas dari perdebatan ini, multikulturalisme tetap menjadi konsep yang penting dalam dunia global saat ini. Multikulturalisme adalah sebuah konsep yang mengakui dan menghargai keanekaragaman budaya dalam masyarakat. Konsep ini menekankan pentingnya mengakui dan menghargai perbedaan budaya yang ada di dalam suatu masyarakat, serta berusaha menciptakan kesetaraan dan keharmonisan di antara berbagai kelompok budaya (Kymlicka, 2012; Parekh, 2006;

Taylor, 1994). Menurut Banks (1992), multikulturalisme berfokus pada eksploitasi dan penindasan terhadap kelompok etnis, ras, seksual, atau agama minoritas, dan berusaha mengidentifikasi dan memberdayakan mereka yang peka terhadap demokrasi, kesetaraan, dan keragaman (Banks, 1992). Banks & Banks, 1995; Lubis, 2015). Raharja (2001) menjelaskan bahwa multikulturalisme memiliki visi dan misi yang bertujuan untuk mempromosikan pluralisme, demokratisasi, dan humanisme.

Pluralisme adalah sebuah pandangan atau filosofi yang mengakui dan menghargai keragaman dalam masyarakat, termasuk keragaman kepercayaan, budaya, nilai, dan pandangan politik. Pluralisme berusaha menciptakan lingkungan yang inklusif dan menghargai perbedaan dengan cara menerima dan memahami bahwa perbedaan adalah sebuah realitas yang harus dihargai (Kaldor, 2003; Putnam, 2000; Walzer, 1994). Kemudian sikap pluralisme adalah sikap yang mengakui dan menghargai keragaman di antara individu dan kelompok dalam masyarakat. Pluralisme dianggap sebagai nilai yang penting dalam masyarakat yang beragam seperti Indonesia, di mana berbagai kelompok etnis, agama, dan budaya hidup berdampingan. Sementara itu, humanisme adalah pandangan filosofis yang menekankan pada nilai-nilai dan potensi manusia (Parekh, 2002; Shermer, 2015). Konsep ini menegaskan bahwa setiap manusia memiliki nilai dan martabat yang sama,

serta memiliki potensi untuk berkembang secara penuh dalam berbagai aspek kehidupan. Humanisme juga menganggap bahwa kesuksesan dalam hidup tidak hanya dilihat dari segi materi atau kekayaan, tetapi juga dari aspek spiritual dan kebahagiaan batin.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ketika berbicara mengenai cara mempertahankan resiliensi, guru PAUD lebih memilih untuk berdamai dengan keadaan dalam artian mereka memilih untuk bersikap humanis meskipun mereka berbicara bahwa mereka belum sejahtera sebagai guru PAUD. berikut kutipan wawancara.

"... karena apa ya, gak ada orang lain gitu. Terus ya mungkin alasan kedua karena banyak tugas-tugas yang belum saya selesaikan disitu. Masih banyak kewajiban yang harus saya selesaikan disitu." (wawancara bu Diah)

"...Kalau mencari gaji penghasilan mah ya udah ke pabrik aja gak usah jadi guru TK, tapi ya karena saya sukanya dunia anak-anak ya jadi senengnya mengajar, memberikan sesuatu, apalagi melihat proses anak dari nol sampai bisa gitu. Alasan keduanya, mungkin karena satu faham satu kebiasaan di Al-Muhajirin itu ya, apalagi saya yang dari sejak kecil disitu, kalau saya keluar belum tentu fahamnya sama...." (wawancara bu Tari)

Guru PAUD percaya bahwa dengan bersikap humanis, mereka akan mengurangi hal-hal negatif yang berkepanjangan, salah satunya adalah

menyebabkan stres dan berakibat pada menurunnya daya tahan tubuh untuk bekerja. Selain itu, mereka masih belum memenuhi kualifikasi profesional di bidang pendidikan. Diantaranya, mereka belum menyelesaikan pendidikan untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan, yang mana dalam persyaratan profesional untuk profesi guru, gelar ini merupakan syarat utama yang harus dipenuhi. Para guru PAUD ini mengandalkan pengalaman kerja mereka dalam menjalankan proses pendidikan.

Sikap humanisme penting dalam kehidupan sehari-hari dan dapat membantu meningkatkan hubungan antarmanusia dan kesejahteraan masyarakat secara umum. Sikap humanistik mencakup pandangan positif terhadap manusia dan keyakinan bahwa manusia memiliki kemampuan untuk melakukan perubahan positif dalam hidupnya (Fromm, 2013). Berikut ini adalah beberapa sikap humanisme yang dianggap penting; menghargai manusia sebagai individu yang unik dan berharga, mencari solusi dan pemecahan masalah dengan fokus pada kebaikan bersama, menghargai perbedaan dan menghormati hak asasi manusia, menjalin hubungan yang harmonis dengan orang lain, berkomitmen untuk meningkatkan diri sendiri dan masyarakat sekitar (Fromm, 2013; Maslow, 2013; Nussbaum, 2011; Rogers, 2012; Fromm, (2013b).

Konstruksi sikap humanis guru PAUD dalam menjaga ketahanan mereka melibatkan

penghormatan terhadap martabat manusia, kesadaran akan kebutuhan emosional dan psikologis anak serta kebutuhan mereka sendiri, pendekatan pedagogis yang responsif, keterlibatan orang tua dan masyarakat, dan pengembangan rasa optimisme dan kepercayaan diri (Brown, 2010; Pianta & Hamre (2009); Skaalvik & Skaalvik, 2018; Gerber, 2010; Noddings, 2002; Rimm-Kaufman & Pianta 2009; Deci & Ryan 2000; Peterson & Seligman, 2012; Roffey, 2012; Schonert-Reichl & Hymel, 2007). Dengan mengadopsi sikap-sikap humanis ini, guru PAUD dapat membangun hubungan yang kuat dengan anak-anak, menjaga kesehatan dan ketahanan mereka, serta memberikan pendidikan yang berkualitas dan bermakna bagi perkembangan anak usia dini.. Berikut kutipan wawancara.

“...Jadi tau lah perubahan kemajuan ilmu gitu kan, ternyata kalau dulu di TK yang kita dapat di TK kan pasti perubahannya keliatan banget, beda zamannya di situ berarti kita bisa belajar, apa yang harus kita lakukan saat ini buat anak-anak kedepan, jadi ilmunya dapat ilmu yang bermanfaat buat anak-anak, sebetulnya kita juga sih ngajarin ke anak-anak kita harus seperti apa, juga berbeda dari cara kita mendidik anak-anak orang lain...”

“...ya mungkin karena kitanya memeberikan yang terbaik buat anak, sehingga anak juga seakan-akan pas begitu ke sekolah teh, oh iya saya teh, ibu saya teh yang harus saya temui misalkan gitu, jadi saya teh datang tapi belum

salam sama bu guru saya, jadi si anak teh nyari gitu, ya gitu jadi kita interaksinya sebaik mungkin....”

Humanisme melibatkan penghormatan terhadap martabat manusia (Brown, 2010; Pianta & Hamre (2009); Skaalvik & Skaalvik, 2018; Gerber, 2010; Noddings, 2002; Rimm-Kaufman & Pianta 2009; Deci & Ryan 2000; Peterson & Seligman, 2012; Roffey, 2012; Schonert-Reichl & Hymel, 2007). Guru PAUD yang memiliki sikap humanis memandang setiap anak sebagai individu yang unik dan berharga. Mereka memperlakukan anak-anak dengan penuh pengertian, empati, dan kelembutan. Guru PAUD yang menganut humanisme menciptakan lingkungan belajar yang inklusif di mana anak-anak merasa diterima, dihargai, dan aman untuk bereksplorasi dan belajar. Menghormati martabat manusia juga mengarah pada hubungan antar manusia yang lebih baik. Dengan menghormati martabat manusia, kita membuka jalan untuk membangun hubungan yang saling menghormati, empati, dan peduli. Humanisme mengajarkan kita untuk mendengarkan, memahami, dan mendukung orang lain, menciptakan ikatan sosial yang kuat dan saling memperkaya.

Selain itu, humanisme dalam menjaga ketahanan melibatkan kepekaan terhadap kebutuhan emosional anak (Brown, 2010; Pianta & Hamre (2009); Skaalvik & Skaalvik, 2018; Gerber, 2010; Noddings, 2002; Rimm-Kaufman &

Pianta 2009; Deci & Ryan 2000; Peterson & Seligman, 2012; Roffey, 2012; Schonert-Reichl & Hymel, 2007). Guru PAUD yang memiliki sikap humanis memahami bahwa anak-anak di tahun-tahun awal mengalami perubahan dan tantangan yang signifikan dalam perkembangannya. Oleh karena itu, guru PAUD yang memiliki sikap humanis meluangkan waktu untuk mendengarkan dan memahami perasaan, kekhawatiran, dan kebutuhan emosional anak. Mereka memberikan dukungan dan pemahaman yang diperlukan untuk membantu anak-anak mengatasi stres dan kesulitan yang mungkin mereka alami. Berikut kutipan wawancara.

"... ibu tuh kaya mama aku gitu, teh berarti itu teh ada penerimaan dari anak, terus kalau anak-anak kalau kita dating teh responnya bagus gitu ya...."

"...Saya tuh pernah miss, waktu mau pamit mau KKN kan sebulan setengah, pamitan dulu ke anak-anak reaksinya di luar dugaan, yaa jadi selama ini gak ketemu dulu, udah gitu teh narangis, kirain gak akan seperti itu reaksinya gitu miss, ya biarin we siapa juga punya guru di sekolah, karna gak begitu lama ketemunya ya udah salam-salaman aja itu teh pada nangis jadi mau ninggalin, akhirnya di tempat KKN sering-sering video call di tempat KKN ke gurunya yang disana, cuma buat nyapa anak-anak aja. Dan kalau lagi video call teh pembelajaran kaya berhenti dulu...."

Guru Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) memiliki tanggung jawab yang besar dalam mendidik dan membimbing anak-anak pada tahap awal perkembangan mereka. Anak-anak di tahun-tahun awal sering mengalami perubahan emosional yang signifikan dan kesulitan dalam mengelola perasaan mereka. Guru PAUD yang memiliki sikap humanis memahami pentingnya peka terhadap kebutuhan emosional anak-anak tersebut. Mereka berusaha untuk memahami perasaan, kekhawatiran, dan kebutuhan emosional yang muncul pada anak-anak. Dengan memiliki kepekaan ini, guru PAUD dapat memberikan perhatian dan dukungan yang diperlukan, sehingga membantu anak-anak mengatasi stres, kecemasan, dan kesulitan emosional yang mereka hadapi. Guru PAUD juga memperkuat rasa percaya diri anak-anak dan membantu mereka mengembangkan keterampilan sosial yang penting. Berikut kutipan wawancara.

"...Lihat dulu kalau misalnya ternyata biasanya anaknya termasuk mood-moodan ya, kalau moodnya lagi gak bagus misalnya gak dipaksain sih miss, biarin aja, kecuali ada siswa yang dua yang disekolah teh itu males-malesan gitu ampir tiap hari kaya gitu, berarti ada sesuatu jadi nanti teh si anaknya teh suruh cerita, malam tidur jam berapa tiap malem, itu sih temennya yang cerita suka nonton sampai malam, ternyata itu orangtuanya jualan gitu miss, jadi kurang perhatian juga dari orangtuanya...."

"...oh metodenya cocoknya ini, oh ternyata dia happy metodenya pakai ini...."

Humanisme juga melibatkan pendekatan pedagogis yang responsif (Brown, 2010; Pianta & Hamre (2009); Skaalvik & Skaalvik, 2018; Gerber, 2010; Noddings, 2002; Rimm-Kaufman & Pianta 2009; Deci & Ryan 2000; Peterson & Seligman, 2012; Roffey, 2012; Schonert-Reichl & Hymel, 2007). Guru PAUD yang memiliki sikap humanis menghargai perbedaan individual anak. Mereka memahami bahwa setiap anak memiliki kecepatan dan gaya belajar yang berbeda. Oleh karena itu, guru PAUD yang memiliki sikap humanis memastikan bahwa pengajaran dan pembelajaran disesuaikan dengan kebutuhan dan minat masing-masing anak. Mereka menciptakan pengalaman belajar yang menarik, menstimulasi, dan relevan bagi anak-anak, sehingga memotivasi mereka untuk terus belajar dan berkembang.

Lebih lanjut, sikap humanisme dalam menjaga resiliensi guru PAUD melibatkan kerja sama dengan orang tua (Brown, 2010; Pianta & Hamre (2009); Skaalvik & Skaalvik, 2018; Gerber, 2010; Noddings, 2002; Rimm-Kaufman & Pianta 2009; Deci & Ryan 2000; Peterson & Seligman, 2012; Roffey, 2012; Schonert-Reichl & Hymel, 2007). Guru PAUD yang memiliki sikap humanis melibatkan orang tua dalam proses pendidikan anak. Mereka berkomunikasi secara terbuka, mendengarkan kekhawatiran dan harapan orang tua, serta berbagi informasi tentang perkembangan

anak. Kerja sama yang erat antara guru PAUD dan orang tua membantu menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan anak secara holistik.. Berikut kutipan wawancara.

"...Nah akhirnya kepala sekolah teh bilang, bilang gini "ya bu sebenarnya gini bu seunah saya juga orang tua tuh pingin gurunya tuh sama ibu. Kalau kebanyakan yang suka nawar saya. Tapi saya teh bilangnyanya gini, ga usah milih-milih yah nanti aja diatur sama saya aja da sama aja...."

"...yah menurut mereka bu Nenden itu enakeun, sama anak juga jadi mengayom jadi anak teh bisa apet gitu, dan orang tua juga katanya nyaman kalau ngomong tentang anaknya...."

Orang tua sebagai mitra dalam proses pendidikan anak-anak mereka. Mereka menghargai pengetahuan dan pengalaman orang tua tentang anak mereka dan melibatkan mereka dalam pengambilan keputusan dan perencanaan pembelajaran. Dengan bekerja sama dengan orang tua, guru PAUD mendapatkan pemahaman yang lebih baik tentang kebutuhan dan keunikan individu anak. Orang tua dapat memberikan informasi yang berharga mengenai karakteristik anak, minat, kebutuhan khusus, dan perubahan emosi yang terjadi di rumah. Dengan memahami konteks kehidupan anak di luar lingkungan sekolah, guru PAUD dapat memberikan pendekatan yang lebih personal dan terfokus pada

kebutuhan anak.

Terakhir, humanisme juga mencakup pentingnya perawatan diri dan dukungan sosial bagi guru PAUD (Brown, 2010; Pianta & Hamre (2009); Skaalvik & Skaalvik, 2018; Gerber, 2010; Noddings, 2002; Rimm-Kaufman & Pianta 2009; Deci & Ryan 2000; Peterson & Seligman, 2012; Roffey, 2012; Schonert-Reichl & Hymel, 2007). Dalam menjaga ketahanan mereka, guru PAUD perlu memperhatikan kesehatan fisik dan mental mereka. Mereka perlu mengatur waktu untuk beristirahat, memulihkan energi, dan terlibat dalam kegiatan yang meningkatkan kesejahteraan pribadi. Selain itu, dukungan sosial dari rekan kerja, keluarga, dan masyarakat juga penting untuk membantu guru PAUD mengatasi stres dan menjaga motivasi dalam profesinya. Berikut kutipan wawancara.

"...sharing, suka sharing, ya suka sharing-sharing kaya ilmu-ilmu yang baru didapat, terus sharing masalah yang ada misalkan pribadi gitu, seperti itu...."

"...Sama kita malah dengan ibu yayasan kaya seperti ke orang tua sendiri. Jadi kalau apa-apa kaya suka diajakin yah kita ngumpul gitu, makan gitu, cerita itu teh jadi akrab gitu, kan yayasannya mah ka si bapak tapi dengan si ibunya juga akrab gitu. Jadi dekat, kaya memang seperti keluarga aja dianggap keluarga...."

Guru PAUD yang memiliki sikap humanis

memahami bahwa mereka juga manusia biasa yang memiliki kebutuhan fisik, emosional dan mental. Oleh karena itu, mereka menyadari betapa pentingnya menjaga diri dan menjaga keseimbangan antara tuntutan pekerjaan dan kebutuhan pribadi. Guru PAUD seringkali menghadapi tantangan dan tekanan dalam menjalankan tugasnya. Oleh karena itu, memiliki dukungan sosial yang kuat sangat penting untuk menjaga kesejahteraan mereka. Dukungan sosial dapat berasal dari rekan kerja, kepala sekolah, dan juga orang-orang di luar lingkungan sekolah, seperti keluarga dan teman. Dukungan sosial dapat berupa mendengarkan, memberikan umpan balik positif, berbagi pengalaman, dan memberikan dukungan emosional. Guru PAUD yang menerima dukungan sosial yang memadai akan merasa didukung, dihargai, dan memiliki sumber daya yang lebih besar untuk menghadapi tantangan sehari-hari dalam pekerjaan mereka

2) Coping Stres Guru PAUD dalam Mempertahankan Kualitas Pembelajaran

Dalam konteks pendidikan PAUD, resiliensi adalah karakteristik penting yang harus dikembangkan oleh guru di antara para siswa, resiliensi mengacu pada kapasitas seseorang untuk bertahan dan mengatasi kesulitan, termasuk tantangan yang terkait dengan latar belakang pribadi mereka atau keadaan eksternal. Jordan (dalam Jennings & Greenberg, 2009) berpendapat bahwa resistensi, kemampuan untuk melawan

tekanan eksternal yang berbahaya, sangat penting untuk membangun ketahanan. Dengan mempraktikkan pendekatan pengajaran yang humanis, para pendidik PAUD dapat menciptakan lingkungan di mana para siswa merasa dilihat, didengar, dan dihargai. Rasa saling memiliki ini dapat berkontribusi pada pengembangan resiliensi dengan membangun hubungan sosial dan meningkatkan dukungan emosional. Selain itu, dalam pekerjaan mereka sebagai pendidik, guru PAUD menghadapi berbagai tantangan mulai dari kendala keuangan hingga sikap masyarakat tentang nilai pendidikan anak usia dini.

Oleh karena itu, pengembangan resiliensi juga harus diterapkan pada guru itu sendiri. Untuk mengatasi tantangan-tantangan ini, guru PAUD dapat membentuk komunitas dukungan dengan rekan-rekan mereka dan mengintegrasikan strategi yang mempromosikan resiliensi seperti pengaturan diri secara emosional dan mekanisme coping yang positif (Johnson, Riley & White, 2020; Jennings & Greenberg, 2009; Miller, Whitfield, Perdue, & Borkowski, 2014; Shoji, Haskett & Willoughby, 2014; Sutherland, dkk., 2018). Berbagai strategi telah diidentifikasi dalam literatur untuk mengembangkan ketahanan emosional dan perilaku di antara siswa PAUD.

Guru PAUD adalah pilar penting dalam pendidikan anak usia dini. Namun, menjadi seorang guru PAUD bukanlah tugas yang mudah. Tuntutan yang tinggi untuk menciptakan lingkungan belajar yang nyaman, menghadapi

tantangan perkembangan anak-anak, dan menangani tekanan dari berbagai aspek pekerjaan dapat mengakibatkan stres yang signifikan bagi guru PAUD (Johnson, Riley & White, 2020). Oleh karena itu, penting bagi guru-guru PAUD untuk mempelajari dan menerapkan strategi coping stres yang efektif agar mereka dapat mempertahankan kualitas pembelajaran yang optimal. Berikut kutipan wawancara.

"...stress mengalami, karena mungkin satu tekanan dari yayasan, ini harus ini, harus gini-gini, sedangkan kita sendiri sudah berusaha gitu ya untuk menjadi lebih baik, tapi masih dinilai kurang, jadi akhirnya harus gimana, jadi sering begitu, terus dituntut di yayasan itu teh sama dengan guru partner dan guru pembimbing itu teh adalah satu keluarga, jadi lamun ini teh jadi paomong-omong gitu ya...."

"...Kalo saya tu lebih ke stress di awal-awal pengajaran, karena hubungan padet banyak sekolah. Stress mikirin muridnya bakal banyak atau enggak kalau diawal. Terus tentang, kalau di saya tentang penggajian buat guru, karena kemaren cerita pemasukannya hanya dari situ, donaturnya pun kadang ada kadang enggak, itu saya jadi suka mikirin, pengen naikin gaji, naikinnya bener-bener buat guru...."

"...stress tu kalau sudah harus bikin program, harus gini, harus gini kaya gini ke anak buah, tapi yang praktek yang di lapangan kan gurunya, tapi kepala sekolahnya mah gak ikut dilapangan cuma bikin program gitu gini-gini,

tapi nanti teh tidak berhasil atau ada kejadian apa gitu, tetep aja gurunya yang disalahin, da harusnya mah gini, harusnya mah gitu, saya tuh paling pusing kalau harus uadah kaya gitu....”

Salah satu langkah pertama dalam mengatasi stres adalah mengidentifikasi sumber-sumber stres yang dialami oleh guru PAUD . Sumber stres dapat berasal dari persiapan pelajaran yang intensif, tekanan untuk menciptakan pengalaman belajar yang menarik, tantangan dalam menjaga disiplin anak-anak, serta beban kerja yang tinggi (Shoji, Haskett & Willoughby, 2014). Dengan mengetahui sumber-sumber stres ini, guru PAUD dapat mengambil langkah-langkah yang sesuai untuk mengatasinya. Berikut kutipan wawancara.

“...Ya berusaha semaksimal dihadapi dengan tenang aja gitu, misalnya kalau manusia itu harus beri jeda ya, harus ada jeda dalam artian misalnya introspeksi dulu gitu gimana baiknya....”

“...Ya paling gitu sih berusaha menyikapi dengan tenang dan bijak....”

“...Saya masalahnya itu biasanya ya udah seadanya saja semampunya. Bisanya segini, ya udah biarin aja lah gitu, jadi lebih tidak di anggap beban lah....”

Dengan mengidentifikasi sumber-sumber stres ini juga dapat membantu guru PAUD mengambil langkah-langkah konkret untuk mengurangi

tekanan dan meningkatkan kualitas pembelajaran di kelas mereka. Dalam prosesnya, penting bagi institusi pendidikan dan pihak terkait untuk memberikan dukungan dan apresiasi yang memadai bagi guru PAUD, sehingga mereka dapat menjalankan tugas mereka dengan lebih baik dan menghadapi tantangan dengan lebih tangguh (Johnson, Riley & White, 2020; Jennings & Greenberg, 2009; Miller, Whitfield, Perdue, & Borkowski, 2014; Shoji, Haskett & Willoughby, 2014; Sutherland, dkk., 2018).

Penting bagi guru PAUD untuk membangun dukungan sosial yang kuat (Shoji, Haskett & Willoughby, 2014). Mencari dukungan dari rekan kerja, keluarga, atau bahkan bergabung dengan komunitas profesional guru PAUD dapat memberikan kesempatan untuk berbagi pengalaman, mencari solusi bersama, dan mendapatkan pemahaman bahwa mereka tidak sendirian dalam menghadapi stres. Diskusi bersama rekan kerja atau mentor dapat menjadi ruang yang aman untuk berbagi tantangan, ide, dan strategi yang efektif (Johnson, Riley & White, 2020). Selain itu, menjaga keseimbangan hidup juga menjadi faktor penting dalam coping stres guru PAUD (Jennings & Greenberg, 2009). Memiliki jadwal yang teratur, mengatur waktu istirahat yang cukup, dan melibatkan diri dalam kegiatan di luar pekerjaan yang menyenangkan dapat membantu mengurangi stres dan menjaga kesejahteraan mental (Jennings & Greenberg, 2009). Guru PAUD perlu mengingat bahwa

mereka juga memiliki kebutuhan pribadi yang harus dipenuhi.

Mengembangkan strategi relaksasi adalah langkah penting lainnya dalam coping stres (Miller, Whitfield, Perdue, & Borkowski, 2014). Guru PAUD dapat mempraktikkan teknik-teknik relaksasi seperti meditasi, pernapasan dalam, atau yoga untuk mengurangi stres dan meningkatkan kesejahteraan mental. Selain itu, guru PAUD dapat menghadirkan latihan relaksasi sederhana ke dalam kelas mereka untuk membantu anak-anak mengelola emosi mereka juga. Ini dapat menciptakan lingkungan pembelajaran yang positif dan membantu mengurangi stres bagi guru dan anak-anak. Menciptakan lingkungan pembelajaran yang positif adalah kunci penting dalam mempertahankan kualitas pembelajaran (Miller, Whitfield, Perdue & Borkowski 2014). Guru PAUD perlu menerapkan aturan yang jelas, memberikan pujian dan penghargaan kepada anak-anak, serta menyesuaikan strategi pembelajaran dengan kebutuhan individu anak. Dengan menciptakan suasana yang nyaman, aman, dan mendukung, guru PAUD dapat mengurangi stres yang mungkin timbul dalam mengelola kelas dan meningkatkan kualitas pembelajaran.

Dalam menjalankan tugas mereka, guru PAUD juga perlu mengingat bahwa mereka adalah manusia dan tidak mungkin untuk menghindari sepenuhnya stres. Namun, dengan mengimplementasikan strategi coping stres yang

efektif, guru PAUD dapat mengatasi tantangan dan mempertahankan kualitas pembelajaran yang optimal bagi anak-anak usia dini. Berdasarkan hasil penelitian ini, meskipun guru-guru paud menyadari mereka belum terdokumentasi sebagai pendidik profesional, namun mereka berupaya untuk selalu bersikap profesional dengan membangun ketahanan demi menjaga kalitas pembelajaran. Coping stress yang baik, dengan mengidentifikasi sumber-sumber stres yang dialami oleh guru PAUD, mengambil langkah-langkah yang sesuai untuk mengatasinya, membangun dukungan sosial yang kuat, mengembangkan strategi relaksasi, serta menciptakan lingkungan pembelajaran yang positif juga telah guru-guru paud sebagai responden telah lakukan sepenuhnya. Dengan dukungan dan pemahaman yang tepat, guru PAUD dapat terus memberikan pengalaman pembelajaran yang berharga dan mendukung bagi anak-anak usia dini.

IV. SIMPULAN

Guru PAUD yang memiliki sikap humanis memahami bahwa mereka juga manusia biasa yang memiliki kebutuhan fisik, emosional dan mental. Oleh karena itu, mereka menyadari betapa pentingnya menjaga diri dan menjaga keseimbangan antara tuntutan pekerjaan dan kebutuhan pribadi. Guru PAUD seringkali menghadapi tantangan dan tekanan dalam menjalankan tugasnya. Oleh karena itu, memiliki

dukungan sosial yang kuat sangat penting untuk menjaga kesejahteraan mereka. Dukungan sosial dapat berasal dari rekan kerja, kepala sekolah, dan juga orang-orang di luar lingkungan sekolah, seperti keluarga dan teman. Dukungan sosial dapat berupa mendengarkan, memberikan umpan balik positif, berbagi pengalaman, dan memberikan dukungan emosional. Guru PAUD yang menerima dukungan sosial yang memadai akan merasa didukung, dihargai, dan memiliki sumber daya yang lebih besar untuk menghadapi tantangan sehari-hari dalam pekerjaan mereka.

Pengembangan resiliensi juga harus diterapkan pada guru itu sendiri. Untuk mengatasi tantangan-tantangan ini, guru PAUD dapat membentuk komunitas dukungan dengan rekan-rekan mereka dan mengintegrasikan strategi yang mempromosikan resiliensi seperti pengaturan diri secara emosional dan mekanisme koping yang positif. Berdasarkan hasil penelitian ini, meskipun guru-guru paud menyadari mereka belum terdokumentasi sebagai pendidik profesional, namun mereka berupaya untuk selalu bersikap profesional dengan membangun ketahanan demi menjaga kalitas pembelajaran. Coping stress yang baik, dengan mengidentifikasi sumber-sumber stres yang dialami oleh guru PAUD, mengambil langkah-langkah yang sesuai untuk mengatasinya, membangun dukungan sosial yang kuat, mengembangkan strategi relaksasi, serta menciptakan lingkungan pembelajaran yang positif juga telah guru-guru paud sebagai

responen telah lakukan sepenuhnya. Dengan dukungan dan pemahaman yang tepat, guru PAUD dapat terus memberikan pengalaman pembelajaran yang berharga dan mendukung bagi anak-anak usia dini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ainscow, M., T. Booth, and A. Dyson. (2006). *Improving Schools, Developing Inclusion*. London: Routledge.
- Annur, dkk. (2018). Sustainable Development Goals dan Peningkatan Kualitas Pendidikan. Banjarmasin: Universitas Lampung, 251.
- Avramidis, E., Bayliss, P., & Burden, R. (2000). Student teachers' attitudes towards the inclusion children with special educational needs in the ordinary school. *Teaching and Teacher Education*, 16, 277-293.
- Banks, C. A. M., & Banks, J. A. (1995). Equity pedagogy: An essential component of multicultural education. *Theory Into Practice*, 34(3), 152–158. <https://doi.org/10.1080/00405849509543674>.
- Banks, J. A. (1992). Insights on diversity: Dimensions of multicultural education. *Kappa Delta Pi Record*, 29(1), 12–12. <https://doi.org/10.1080/00228958.1992.10517907>.
- Brown, B. (2010). *The Gifts of Imperfection: Let Go of Who You Think You're Supposed to Be and Embrace Who You Are*. Hazelden Publishing.
- Castro, A. J., Kelly, J., Shih, M. (2010). Resilience Strategies for New Teachers in
- Clarà, M. (2017). Teacher resilience and meaning transformation: How teachers reappraise situations of adversity. *Teaching and Teacher Education*, 63, 82-91.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268.
- Evers, W. J. G., Welko T., & André B. (2004). *Burnout Among Teachers: Student' and Teacher' Perceptions Compared*.
- Fromm, E. (2013). *The Art of Loving*. Harper Perennial Modern Classics
- Fromm, E. (2013b). *Man for Himself: An Inquiry into the Psychology of Ethics*. Routledge.
- Gerber, R. (2010). Implementing a caring and inclusive classroom: A humanistic approach to early childhood education. *Early Childhood Education Journal*, 37(5), 379-386.
- Gu, Q., & Day, C. (2007). Teachers resilience: A necessary condition for effectiveness. *Teaching and Teacher education*, 23(8), 1302-1316.
- Herrman, H., Stewart, D. E., Diaz-Granados, N., Berger E. L., Jackson, B., Yuen, T. (2011). What is resilience?. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 56(5):258–265.

- Howard, S., Johnson, B. (2004). Resilient Teachers: Resisting Stress and Burnout. *Social Psychology of Education*, 7: 399-420.
- Hussain, Humaira. (2010). *A thesis submitted in fulfilment of the requirements of Bournemouth University for the degree of Doctor of Professional Practice.*
- Jennings, P. A., & Greenberg, M. T. (2009). The prosocial classroom: Teacher social and emotional competence in relation to student and classroom outcomes. *Review of Educational Research*, 79(1), 491-525.
- Johnson, S. G., Riley, P., & White, E. J. (2020). Work-related stress and well-being of early childhood teachers. *Early Child Development and Care*, 190(5), 730-742.
- Kaldor, M. (2003). *Global civil society: an answer to war.* Cambridge, UK: Polity Press.
- Kymlicka, W. (2012). *Multiculturalism: success, failure, and the future.* Washington, D.C: Migration Policy Institute.
- Kyriacou, C. (1987). Teacher stress and burnout: An international review. *Educational Studies*, 7(1), 55-60.
- Lubis, A. Y. (2015). *Pemikiran kritis kontemporer: Dari teori kritis, culture studies, feminisme, postkolonial hingga multikulturalisme.* Jakarta: Rajawali Pers.
- Maslow, A. H. (2013). *Toward a Psychology of Being.* Martino Fine Books.
- Miller, L., Whitfield, K., Perdue, T., & Borkowski, J. G. (2014). Cognitive coping moderates the association between stress and depressive symptoms among early adolescent girls. *Journal of abnormal child psychology*, 42(7), 1119-1130.
- Noddings, N. (2002). *Educating moral people: A caring alternative to character education.* Teachers College Press.
- Nussbaum, M. C. (2011). *Creating Capabilities: The Human Development Approach.* Belknap Press.
- Parekh, B. (2002). *A New Politics of Identity: Political Principles for an Interdependent World.* Palgrave Macmillan.
- Parekh, B. (2006). *Rethinking multiculturalism: cultural diversity and political theory.* Basingstoke: Palgrave Macmillan.
- Peterson, C., & Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification.* Oxford University Press.
- Pianta, R. C., & Hamre, B. K. (2009). Conceptualization, measurement, and improvement of classroom processes: Standardized observation can leverage capacity. *Educational Researcher*, 38(2), 109-119.

- Putnam, R. D. (2000). *Bowling alone: the collapse and revival of American community*. New York: Simon & Schuster.
- Raharja, Setya. 2001. *Pluralisme, Konflik dan Pendidikan Agama Di Indonesia*, Yogyakarta: pustaka Pelajar.
- Reivich, K & Shatte, A. (2002). *The Resilience Factor; 7 Essential Skill For Overcoming Life's Inevitable Obstacle*. New York: Broadway Books.
- Rimm-Kaufman, S. E., & Pianta, R. C. (2000). An ecological perspective on the transition to kindergarten: A theoretical framework to guide empirical research. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 21(5), 491-511.
- Roffey, S. (2012). *Changing teachers, changing times: Teachers' work and culture in the postmodern age*. Routledge.
- Rogers, C. R. (2012). *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*. Mariner Books.
- Schonert-Reichl, K. A., & Hymel, S. (2007). Educating the heart as well as the mind: Social-emotional learning for school and life success. *Education Canada*, 47(2), 20-25.
- Shermer, M. (2015). *The Moral Arc: How Science and Reason Lead Humanity Toward Truth, Justice, and Freedom*. Henry Holt and Company.
- Shoji, M. N., Haskett, M. E., & Willoughby, M. T. (2014). Stress and coping among early childhood teachers. *Early Education and Development*, 25(3), 375-394.
- Skaalvik, E. M., & Skaalvik, S. (2018). Teacher self-efficacy and teacher burnout: A study of relations. *Teaching and Teacher Education*, 74, 110-120.
- Sutherland, K. S., Conroy, M. A., McLeod, B. D., Algina, J., Kunemund, R. L., & Fox, J. J. (2018). School-based practitioners' fidelity to an early childhood intervention: Associations with student outcomes. *Journal of Emotional and Behavioral Disorders*, 26(1), 38-49.
- Taylor, C. (1994). The politics of recognition. In A. Gutmann (Ed.), *Multiculturalism: examining the politics of recognition* (pp. 25-73). Princeton, N.J: Princeton University Press.
- Walzer, M. (1994). Pluralism: a political perspective. In S. Benhabib (Ed.), *Democracy and difference: contesting the boundaries of the political* (pp. 83-98). Princeton, N.J: Princeton University Press.
- Wardhani, D. Trikora. (2012). Burnout di kalangan guru pendidikan luar biasa di kota Bandung. *Jurnal Psikologi Undip*, 11(1).