

RESILIENSI GURU PAUD HONORER

Mirna Wahyu Agustina dan Germino Wahyu Broto

Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Tulungagung

Email: masino.debro@gmail.com

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui sumber-sumber stressor pada guru PAUD di Indonesia, faktor yang dapat mempengaruhi proses resiliensi dan strategi guru PAUD dalam mengembangkan proses resiliensi yang efektif. Selain itu dalam penelitian ini menjelaskan faktor yang dapat meningkatkan dan menurunkan keberhasilan proses pembentukan resiliensi guru PAUD di Indonesia. Metode penelitian menggunakan studi literatur dimana peneliti mengumpulkan data dan sumber-sumber pustaka yang berkaitan dengan topik kajian resiliensi dan subyek yakni guru PAUD honorer melalui media jurnal, buku, dokumentasi, serta internet.

Kata kunci: Pembelian Impulsif, Konsep Diri

Pendahuluan

Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) merupakan tingkat pendidikan yang cukup penting didalam rentang usia pendidikan dan perkembangan anak. Pendidik atau Guru PAUD memiliki tanggung jawab yang begitu besar dalam mengantarkan peserta didiknya dalam mengenal dan mengeksplorasi berbagai hal disekitarnya.

Tanggung jawab besar ini seringkali tidak disertai dengan kompensasi yang setara. Hal ini ditandai dari keinginan pemerintah yang begitu besar untuk menggalakkan keikutsertaan anak dalam PAUD kurang diimbangi dengan program-program dalam rangka mensejahterakan kehidupan guru PAUD di Indonesia. Menurut Flook et al (2013) pengajar merupakan profesi yang memiliki tuntutan tinggi sehingga rentan mengalami stres dan kelelahan emosi atau *burnout*.

Bahkan tidak sedikit guru PAUD yang mengundurkan diri dari pekerjaannya karena tidak mampu lagi bertahan dengan kondisi tersebut. Bauer et al (2006) mengemukakan hasil penelitiannya bahwa di negara-negara berkembang guru merupakan profesi yang memiliki tingkat *burnout* yang tinggi. Disamping beban kerja yang berat, Howard dan Jhonson (dalam Akbar & Tahoma, 2018) menjelaskan lingkungan kerja yang buruk bagi pengajar juga dapat menyebabkan stress.

Demikian pula keadaan yang terjadi pada guru PAUD. Keterbatasan kondisi pendidikan anak usia dini di beberapa tempat di Indonesia seperti sarana dan prasarannya juga kurang memadai menyebabkan guru PAUD harus memutar otak agar tetap bisa menyediakan alternatif agar pembelajaran tetap berlangsung dengan stimulasi yang tepat untuk peserta didik.

Kesulitan yang dialami oleh guru PAUD tidak hanya disebabkan oleh faktor dari pihak sekolah tetapi juga dari luar lingkungan sekolah. Pada umumnya tidak semua guru PAUD berasal dari latar belakang pendidikan untuk anak usia dini. Hal tersebut dapat menjadi penghambat untuk mengejar kesetaraan dengan guru yang sudah memiliki latar belakang pendidikan guru PAUD.

Persyaratan administratif tentang latar belakang pendidikan yang harus sejalan dengan profesi guru PAUD tersebut menjadi hambatan untuk menaikkan status profesi menjadi guru tetap. Padahal tidak sedikit dari Guru PAUD yang berasal dari keluarga dengan ekonomi di bawah rata-rata. Bahkan terdapat guru PAUD dengan suami yang hanya bekerja secara serabutan.

Individu yang berprofesi sebagai guru PAUD sekaligus menjalani kehidupan sebagai ibu rumah tangga tentu akan menganggap hal tersebut sebagai stressor karena pekerjaan yang dijalani seharusnya dapat meningkatkan

kesejahteraan dan taraf hidupnya, termasuk membiayai kehidupan keluarga.

Kondisi dan fenomena yang dipaparkan diatas membuat peneliti ingin menggali lebih lanjut bagaimana proses resiliensi guru PAUD hingga dapat bertahan menghadapi stressor yang ada, apa saja sumber-sumber stressor pada guru PAUD di Indonesia baik yang berasal dari lingkungan kerja maupun lingkungan lainnya, faktor apa saja yang dapat mempengaruhi proses resiliensi guru PAUD dan bagaimana strategi dalam mengembangkan proses resiliensi yang efektif. Selain itu peneliti juga akan menggali lanjut faktor-faktor yang dapat meningkatkan dan menurunkan keberhasilan proses pembentukan resiliensi guru PAUD.

Kajian Teori

Menurut Prawoto (1981) peranan guru dalam proses belajar mengajar meliputi banyak hal seperti sebagai pembimbing peserta didik, fasilitator yang menyenangkan, mediator yang yang mengefektifkan proses belajar mengajar yang edukatif serta pendorong anak didiknya agar bergairah dan aktif dalam belajar.

Pendidikan usia dini menurut Undang-undang no 20 tahun 2003 (Hariwijaya & Sukaca, 2009) adalah suatu upaya pembinaan yang ditujukan kepada anak sejak lahir sampai dengan usia 6 tahun melalui pemberian stimulasi pendidikan guna membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan untuk memasuki jenjang pendidikan selanjutnya.

Jenis PAUD menurut Undang-undang Sistem Pendidikan Nasional bagian tujuh pasal 28 ayat 2 dapat dibedakan menjadi pendidikan formal seperti Taman Kanak-kanak (TK), pendidikan non formal seperti kelompok belajar, taman pendidikan anak dan sederajat serta pendidikan informal seperti pendidikan dalam keluarga dan lingkungan (Hariwijaya & Sukaca, 2009).

PAUD harus didasarkan atas beberapa prinsip seperti bertujuan pada kebutuhan anak, pelaksanaan kegiatan belajar melalui bermain, menstimulai anak dengan mencakup aspek perkembangan agar muncul kreativitas dan inovasi, mengkondisikan lingkungan agar sesuai dengan proses belajar anak, mengembangkan keterampilan anak serta dilaksanakan secara

bertahap dan terus menerus (Hariwijaya & Sukaca, 2009).

Istilah pendidik atau guru PAUD secara umum sama dengan pamong belajar, fasilitator atau tutor yang diidentikan memiliki sifat seperti sosok yang memiliki karisma, kemampuan merancang program pembelajaran, menata dan mengelola kelas dengan efektif dan mampu membimbing (Yamin & Sanan, 2013). Selain itu beberapa prinsip dasar PAUD yang juga harus diterapkan oleh pendidik menjadikan guru PAUD merupakan profesi yang membutuhkan keahlian khusus.

Begitu juga tugas guru PAUD. Anak dengan usia pra sekolah atau yang sering disebut dengan pendidikan usia dini ini begitu penting sebab anak pada masa 6 tahun pertama ini merupakan masa keemasan atau *Golden Age*. Masa emas yang dimaksud adalah pada masa ini tidak kurang 100miliar sel otak siap dirangsang agar kecerdasan seseorang dapat berkembang secara optimal (Hariwijaya & Sukaca, 2009). Artinya jika mendapatkan stimulus dari pengajaran PAUD secara maksimal, potensi tumbuh kembang anak akan terbangun dengan baik, sehingga tugas guru PAUD sangat penting dan sangat dibutuhkan.

Resiliensi menurut Kuiper (dalam Diah & Pradna, 2012) resiliensi merupakan bagian dari pendekatan psikologi positif yang mengarahkan individu untuk memaknai kembali kualitas hidup dan mengarahkan individu pada gaya hidup yang lebih positif agar individu menjadi lebih resilien dalam menghadapi stress dan trauma yang menimpa.

Psikologi positif (Kuiper, 2012 dalam Diah & Padma, 2012) memiliki tiga pilar utama yakni: (1) Pengalaman hidup individu yang positif yang merupakan *output* dari usaha individu dalam mengupayakan emosi yang positif dalam berbagai macam situasi baik yang positif maupun yang negatif; (2) Aspek yang positif dalam diri individu, diantara karakter kepribadian individu dan bakat yang positif; dan (3) lingkungan sosial yang positif, diantaranya orang-orang disekitar individu seperti keluarga, teman, tempat kerja yang mendukung individu dalam banyak situasi (Wiwin Hendriani buku resiliensi psikologis sebuah pengantar).

Grotberg (1999, dalam Hendriani, 2018) menyebutkan empat komponen resiliensi yaitu yang pertama adalah dukungan sosial yang

diperoleh dari sekitar yang dirasakan dan dapat dimaknai oleh individu sebagai sumber “*I Have*”. Dukungan ini dapat menjadi kekuatan atau kelemahan bagi individu tergantung pada kualitas dalam hubungan tersebut, struktur dan peraturan dalam hubungan tersebut terutama apabila hubungan yang dimaksud adalah hubungan keluarga, model-model peran dalam hubungan tersebut, dorongan untuk mandiri dari hubungan tersebut, serta akses terhadap fasilitas misalnya layanan kesehatan, pendidikan, keamanan, dan kesejahteraan.

Kedua mencakup kekuatan dari dalam pribadi yang bersumber dari perasaan, sikap, serta keyakinan pribadi dapat menjadi faktor pencetus “*I Am*” dalam diri individu. Kekuatan “*I Am*” ini dipengaruhi oleh bagaimana penilaian diri individu tentang dirinya, kualitas empati, kepedulian, serta cintanya kepada orang lain, perasaan bangga akan dirinya sendiri, tanggung jawab serta penerimaan terhadap konsekuensi atas segala perbuatannya, selain itu optimisme dan kepercayaan diri sekaligus harapan di masa yang akan datang.

Komponen ketiga adalah penilaian akan kemampuan diri dalam menyelesaikan masalah yang dihadapinya juga menjadi komponen resiliensi yang disebut dengan “*I Can*”. Kekuatan “*I Can*” ini dipengaruhi oleh kemampuan dalam berkomunikasi, kemampuan memecahkan masalah, kemampuan dalam mengelola perasaan, emosi, dan impuls, kemampuan mengukur temperamen sendiri serta orang lain, dan kemampuan menjalin hubungan yang penuh kepercayaan.

Metode

Metode dalam penelitian ini adalah studi literatur dengan mengumpulkan data dan sumber-sumber pustaka yang berkaitan dengan topik kajian resiliensi dan subyek yakni guru PAUD honorer melalui media jurnal, buku, dokumentasi, serta internet.

Hasil dan Pembahasan

Puspitarani dan Masykur (dalam Azizah, 2018:20) menyatakan bahwa keputusan menjadi guru PAUD merupakan sebuah keputusan yang membutuhkan idealisme dan dedikasi untuk mampu menjalaninya. Keputusan tersebut akan sulit dilakukan tanpa adanya panggilan jiwa. Djaramah (dalam Azizah, 2018:20)

menyebutkan dengan adanya panggilan jiwa tersebut, guru PAUD akan dapat menjalani profesinya dengan bahagia sesulit apapun tantangan dalam menghadapi peserta didiknya.

Kebahagiaan dalam menjalani pekerjaan atau profesi kita juga didukung dengan pola pikir yang senantiasa bersyukur sebab dengan selalu bersyukur maka perasaan kita pun akan senantiasa bahagia (Pitaloka dan Ediati, 2015 dalam Azizah, 2018:22).

Penelitian yang dilakukan oleh Yulinda (dalam Azizah, 2018) pada 115 Guru PAUD di Kecamatan Cangkringan Kabupaten Sleman Yogyakarta menunjukkan bahwa tingkat kebersyukuran guru PAUD sangat berkaitan dengan kebahagiaan pada dirinya sendiri. Semakin tinggi tingkat kebersyukuran seorang guru PAUD, maka akan semakin tinggi pula tingkat kebahagiaan yang dirasakan oleh guru PAUD tersebut dan pada umumnya memiliki tingkat kebersyukuran serta tingkat kebahagiaan yang rata-rata cukup tinggi. Kebahagiaan dalam penelitian ini diartikan sebagai penilaian subyektif dan global individu dalam menilai level kebahagiaan dirinya sendiri sebagai individu, serta cara individu dalam menafsirkan dan menanggapi situasi yang dialami sepanjang kehidupannya. Sedangkan yang dimaksud kebersyukuran dalam penelitian ini adalah suatu respon terhadap rasa terima kasih kepada Allah dengan cara mengerjakan amal ibadah dan ketaatan baik yang tampak maupun yang tidak tampak.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Andriani dkk (Andriani, dkk., 2019) terhadap 20 subyek penelitian juga menghasilkan jawaban bahwa ada hubungan yang cukup kuat antara kesejahteraan psikologis guru dengan proses resiliensi guru PAUD. Hal ini tergambar dari data deskriptif subyek penelitian yang termasuk dalam kategori tinggi baik dalam hal kesejahteraan psikologis dan proses resiliensi. Peneliti menyebutkan bahwa pengaruh kesejahteraan psikologis terhadap resiliensi adalah sebesar 31,2%.

Kesejahteraan psikologis yang diambil dalam penelitian ini diambil dari teori Reivich dan Shatte (2002, dalam Andriani, dkk., 2019) yang diartikan sebagai sebuah kondisi dimana individu memiliki sikap yang positif terhadap diri sendiri dan orang lain, dapat membuat keputusan sendiri, serta mengatur lingkungan

yang kompatibel dengan kebutuhannya, sekaligus memiliki tujuan hidup dan membuat tujuan hidup mereka lebih bermakna serta berusaha mengeksplorasi dirinya.

Resiliensi adalah suatu kemampuan yang dibutuhkan dalam kebutuhan setiap orang, sebab kehidupan manusia senantiasa diwarnai oleh *adversity* atau kondisi yang tidak menyenangkan (Desmita, 2013:228). Keadaan yang tidak menyenangkan yang dialami guru PAUD honorer salah satunya adalah tekanan atau stres.

Berdasarkan konsep yang diperkenalkan Cannon (dalam Gaol, 2016) gangguan homeostasis yang menyebabkan perubahan pada keseimbangan fisiologis yang dihasilkan dari adanya rangsangan terhadap fisik maupun psikologis. Adapun hal yang dapat menyebabkan stres pada guru PAUD menurut penelitian Yogisutanti (Yogisutanti, 2019) dengan subyek 8 guru PAUD dengan rerata usia 35 tahun adalah ketaksaan peran, konflik peran, beban berlebih kuantitatif, beban kerja kualitatif pengembangan karir serta tanggung jawab terhadap orang lain.

Dalam penelitian Yogisutanti, guru juga mengalami keluhan kelelahan pada muskulokeletal yang disebabkan oleh pekerjaan rumah, dan bukan aktivitas mengajar. Beberapa guru PAUD mengalami kelelahan ringan karena merawat anaknya yang masih balita serta perjalanan menuju tempat kerja yang jauh, sedangkan stres sedang disebabkan oleh tingkat oleh tingkat kebosanan saat mengajar. Dari sisi pengembangan karir guru PAUD merasa tidak ada harapan untuk menjadi lebih baik lagi (Yogisutanti, 2019).

Pembahasan resiliensi memang tidak luput dari berbagai stresor dan faktor yang mendukung atau justru menjadi hambatan kemampuan resiliensi individu. Terdapat faktor yang dapat berpengaruh dalam menurunkan dan meingkatkan resiliensi pada diri individu yaitu faktor risiko dan faktor protektif.

Menurut Rutter (Kalil, 2003 dalam Hendriani, 2018) resiliensi merupakan hasil dari upaya mengelola berbagai macam risiko atau hal yang memunculkan krisis dengan cara yang positif. Faktor risiko mengarah langsung pada kondisi patologis dan mengarah pada akibat yang bersifat problematik. Kaplan (1999, dalam Hendriani, 2018) mendefinisikan faktor resiko

sebagai prediktor awal dari sesuatu yang tidak diinginkan.

Faktor risiko berbeda dengan stresor. Jika stresor adalah sumber stres atau segala sesuatu yang dapat menyebabkan stres, maka faktor risiko merupakan segala sesuatu yang berpengaruh dan turut menentukan kerentanan seseorang terhadap stres ketika terpapar stresor, sehingga semakin rentan terhadap stres semakin besar kemungkinan individu memunculkan respon perilaku yang tidak adaptif (*Stress Causes Risk Factors*, 2011 dalam Hendriani, 2018).

Berdasarkan data awal penelitian yang didapat melalui wawancara beberapa guru Taman Kanak-kanak di Yogyakarta (Maharani, 2016), peneliti mengidentifikasi ada beberapa permasalahan yang menyebabkan stres guru, antara lain keharusan mengikuti inovasi dan perubahan yang serba cepat, rendahnya kesejahteraan guru, administrasi dan iklim sekolah, hubungan dengan teman sejawat, wali murid, dan komunitas, serta masalah manajemen kelas. Berbagai tekanan yang dialami ini kemudian diakui dapat mempengaruhi kualitas mengajar guru di sekolah sehingga berpengaruh juga pada peserta didik, sehingga resiliensi memang sangat dibutuhkan untuk mengatasi stres dan kelelahan pada guru PAUD yang juga merangkap sebagai ibu rumah tangga.

Di sisi lain, faktor protektif merupakan hal potensial yang digunakan sebagai alat untuk merancang pencegahan dan penanggulangan berbagai macam hambatan, persoalan, dan kesulitan dengan cara yang efektif (Hogue dan Liddle, 1999; Masten dan Braswell, 1991, dalam Hendriani, 2018)

Faktor protektif menurut Rutter (Kalil, 2003 dalam Hendriani, 2018) berpengaruh potensial untuk merubah efek yang merugikan dari faktor risiko, yaitu mereduksi dampak dan rantai negatif sebuah kejadian yang memunculkan faktor risiko. Selain itu faktor protektif berpengaruh dalam memelihara dan mengembangkan trait positif individu serta dapat menjadikan individu membuka diri terhadap kesempatan baru untuk meraih keberhasilan dalam hidup.

Adapun berbagai faktor yang berpengaruh resiliensi menurut Grotberg (dalam Desmita, 2013) ditentukan oleh tingkat usia, taraf perkembangan, intensitas dalam menghadapi

situasi yang tidak menyenangkan serta seberapa besar dukungan sosial di sekitar. Menurut penelitian (Andriani, 2019) yang dilakukan dengan subyek 76 orang guru PAUD menghasilkan kesejahteraan psikologis juga memiliki pengaruh besar dalam peningkatan resiliensi guru PAUD. Semakin sejahtera guru PAUD secara psikologis, diharapkan guru dapat bangkit dari segala permasalahan yang dihadapi dan dapat memahami apa tujuan hidupnya, sehingga target yang dimiliki dapat tercapai.

Garmezy (1991, dalam Hendriani, 2018) mengidentifikasi kategori dari faktor protektif, yaitu berbagai atribut positif yang dimiliki individu seperti tempramen yang baik, pandangan positif terhadap diri sendiri dan intelegensi. Selain itu kualitas keluarga seperti kohesivitas, kehangatan, keterlibatan dan harapan keluarga serta keberadaan pemanfaatan sistem pendukung eksternal di luar keluarga juga turut andil dalam komponen faktor protektif.

Terdapat penelitian yang mendukung bahwa faktor protektif yakni sistem pendukung dari keluarga maupun dari luar keluarga memiliki pengaruh meningkatkan resiliensi. Hasil penelitian kuantitatif yang dilakukan oleh Zarina Akbar dan Oliver Tahoma (Akbar dan Tahoma, 2018) terhadap guru sekolah dasar menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bersifat positif antara dukungan sosial dan tingkat resiliensi. Dukungan sosial ini dapat bersumber dari tempat kerja, keluarga, pasangan suami istri, dan teman, misalnya rekan dalam Kelompok Kerja Guru (KKG) (Akbar dan Tahoma, 2018).

Hasil penelitian fenomenologi yang dilakukan oleh Putri Puspitarani dan Achmad Mujab Masykur (Puspitarani dan Masykur, 2018) menunjukkan bahwa proses memaknai pekerjaan dimulai dari interaksi dari komponen personal, sosial, spiritual, dan nilai. Komponen personal berisi unsur pemahaman diri dan perubahan sikap. Komponen sosial berisi dukungan sosial, faktor pemicu kesadaran diri, dan model ideal pengarah diri. Komponen spiritual berisi keimanan sebagai dasar dari kehidupan beragama. Komponen nilai meliputi pencarian makna hidup, penemuan makna hidup, ketertarikan diri terhadap makna hidup, kegiatan terarah pada tujuan, tunjangan, dan keberhasilan memenuhi makna hidup. Guru yang memaknai pekerjaannya akan bergairah

dalam melakukan pekerjaannya, menghargai setiap pengalaman, dan tidak mengalami kehampaan hidup. Pemaknaan terhadap pekerjaan menghindarkan guru dari perasaan bahwa pekerjaan adalah bebas, kejenuhan, dan rasa bosan. Guru yang berhasil meraih makna pekerja memandang mengajar anak usia dini memiliki nilai lebih penting dibandingkan imbalan yang diperoleh dari pekerjaan sebagai guru TK.

Hasil penelitian Riza Diah dan Pramesti Pradna (Diah dan Pradna, 2012) yang masih membahas tentang resiliensi namun pada guru di sekolah terpencil menunjukkan kemampuan guru dalam melewati fase resiliensi dipengaruhi oleh dimensi resiliensi. Salah satu dimensi resiliensi yang cukup penting adalah dimensi interpretasi. Dimensi interpretasi guru tercermin dalam pandangan hidup mereka. Guru yang memiliki pandangan optimis pada kehidupan akan cenderung lebih mudah melewati fase resiliensinya. Subyek penelitian pada penelitian ini menunjukkan adanya sikap positif dalam menghadapi kesulitan, upaya untuk focus pada *core value*, fleksibilitas dalam usaha untuk meraih tujuan, keberanian mengambil langkah nyata dalam menghadapi kesulitan, penciptaan kondisi diri dan lingkungan yang mendukung, usaha mempertahankan harapan dan ekspetasi yang tinggi pada guru, siswa, orangtua, serta usaha mengembangkan sikap partisipasi dan tanggung jawab.

Hasil penelitian oleh Tien Suhartini (Suhartini, 2018) menunjukkan bahwa makna kerja bagi pendidik PAUD di PAUD tersebut lebih diutamakan karena pengabdian atau ibadah kepada Allah SWT serta sebagai panggilan hati untuk memperbaiki keadaan masyarakat agar menjadi lebih berkualitas dan hal tersebut dapat dimulai sejak pendidikan usia dini. Mereka merasakan adanya kepuasan, kebanggaan, dan kesejahteraan dalam bekerja disana. Mereka yakin bahwa Allah SWT telah mengatur segalanya, termasuk urusan rezeki, sehingga tidak ada kekhawatiran mengenai pekerjaan yang dilakukan tersebut. Kepuasan batin juga mereka temukan disini yang menurut mereka tidak bisa didapatkan ditempat lain.

Resiliensi menurut Windle (Kalil, 2003 dalam Hendriani, 2018) terbentuk dari interaksi signifikan antara faktor risiko dan faktor protektif. Adaptasi yang baik dan berhasil

terhadap suatu permasalahan mencerminkan kuatnya pengaruh faktor protektif yang dimiliki individu.

Membahas strategi yang dibutuhkan untuk meningkatkan resiliensi pada guru PAUD honorer tentu tidak bisa dipisahkan dengan faktor-faktor yang telah di bahas serta komponen yang menyusun resiliensi.

Seperti yang telah dibahas sebelumnya, terdapat komponen yang memuat gambaran interaksi *I have*, *I am* dan *I can* yang menghasilkan kepercayaan, otonomi, inisiatif, industri dan identitas (Grotberg, 1999 dalam Hendriani, 2018). Komponen pertama adalah kepercayaan atau *trust* menggambarkan bagaimana individu percaya pada lingkungan yang mampu memahami kebutuhan, perasaan, serta berbagai hal dalam kehidupannya. Guru honorer yang memiliki *trust* akan meyakini bahwa lingkungan memberikan dukungan padanya, sehingga akan mampu mengembangkan relasi sehat berdasarkan kepercayaan yang dimilikinya.

Kedua adalah otonomi yang berkaitan dengan bagaimana individu mampu menyadari bahwa dirinya adalah pribadi yang berbeda dan terpisah dari orang lain, meskipun saling berinteraksi di lingkungannya. Setiap guru memiliki kehidupan sosial dan keluarga masing-masing dan memiliki peran tersendiri. Guru yang merasa tidak memiliki otonom dengan memberikan perhatian atas orang lain dan tidak dapat bertanggung jawab atas perilakunya tidak akan dapat menghargai peran diri sendiri, sehingga resiliensi tidak akan pernah bisa dicapai.

Ketiga adalah inisiatif yang merupakan kemampuan dan kesediaan individu untuk melakukan sesuatu. Inisiatif mempengaruhi juga dalam peran dan keterlibatan dalam aktivitas kelompok. Guru honorer diharapkan memiliki inisiatif untuk berperan serta dalam kegiatan kelompok. Bukan karena kepentingan kelompok semata namun juga untuk meningkatkan kepercayaan, kesadaran akan perilakunya serta dapat menerima dorongan dari lingkungan di sekitarnya untuk mandiri dan punya inisiasi sendiri.

Selanjutnya adalah industri, yang mana berkaitan dengan pengembangan keterampilan individu dalam berbagai aktivitas. Pengembangan ini mampu membuat individu

mampu mencapai prestasi di kehidupannya. Guru honorer diharapkan memiliki kegiatan dan keterampilan yang berhubungan dengan PAUD maupun yang sama sekali tidak berkaitan dengan PAUD, misalnya membuat kerajinan hingga berjualan aneka ragam produk hasil sendiri. Dalam pengembangan ini guru harus memiliki panutan yang baik serta memiliki sumber dorongan untuk menjadi individu yang lebih mandiri.

Poin terakhir merupakan identitas yang merupakan faktor pembangun resiliensi yang berkaitan dengan pengembangan pemahaman individu akan dirinya sendiri baik pemahaman terhadap kondisi fisik maupun psikologis. Guru yang memahami kemampuan, kebutuhan dan potensi yang dimiliki akan menumbuhkan perasaan mampu mengendalikan dan mengatur dirinya dengan baik, tentu diimbangi dengan dukungan, kasih sayang dan berbagai pengalaman positif.

Adapun faktor yang lebih dalam yang menjadi domain utama resiliensi menurut Reivich dan Shatte (2002, dalam Hendriani, 2018) adalah regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, analisis kausal, empati, efikasi diri dan *reaching out*. Guru PAUD honorer yang bersinggungan langsung dengan peserta didik, orang tua atau wali serta keluarganya diharapkan memiliki faktor-faktor tersebut.

Regulasi emosi adalah kemampuan untuk tetap tenang di bawah kondisi yang menekan. Pengendalian impuls merupakan kemampuan untuk mengendalikan keinginan, dorongan serta tekanan yang muncul dari dalam diri. Seorang guru PAUD diharapkan memiliki regulasi emosi yang baik dibarengi dengan kontrol impuls yang tinggi. Fakta yang dihadapi guru PAUD di sekolah yang diharuskan mengontrol peserta didik dengan usia di bawah 6 tahun dengan impulsivitas yang tinggi tentu membutuhkan pengendalian impuls dan emosi, jika tidak akan berakibat pada peserta didik maupun kelelahan yang dialami oleh guru itu sendiri.

Sikap optimis yang dimiliki oleh guru PAUD juga menandakan bahwa dia percaya bahwa dirinya memiliki kemampuan untuk mengatasi kemalangan yang mungkin terjadi di masa depan. Individu yang memiliki sikap optimis akan memiliki kepercayaan bahwa ia mampu menyelesaikan apapun masalah yang ada. Kemampuan analisis kausal atau

mengidentifikasi penyebab dari permasalahan yang terjadi juga memiliki peranan penting. Guru yang tidak resilien, akan lebih banyak menyalahkan orangtua peserta didik atau pihak lain, tanpa bisa mengidentifikasi penyebab permasalahan pada peserta didik, sehingga lebih banyak mengerahkan energi pada masalah daripada energi yang dimiliki untuk bangkit dan meraih kesuksesan. Efikasi diri juga dibutuhkan, yang mana merupakan sebuah keyakinan bahwa individu mampu memecahkan masalah yang dialami dan mencapai kesuksesan pada akhirnya.

Empati juga merupakan faktor yang dibutuhkan guru PAUD honorer untuk meningkatkan resiliensi. Individu yang memiliki empati mahir dalam melihat tanda kondisi emosional dan psikologis orang lain (Reivich dan Shatte, 2002 dalam Hendriani, 2018). Ketidakmampuan dalam berempati akan berpotensi membuat guru PAUD honorer mengalami kesulitan dalam berhubungan sosial. Ketidakmampuan ini akan sangat merugikan mengingat guru PAUD honorer dituntut sebagai pendidik dan inisiator dalam pendidikan anak usia dini. Selain itu juga dalam konteks hubungan kerja maupun personal.

Resiliensi lebih dari sekadar bagaimana seorang individu memiliki kemampuan untuk mengatasi kemalangan dan bangkit dari keterpurukan (Hendriani, 2018), namun juga *reaching out* atau kemampuan untuk melihat aspek positif lalu berusaha meraih keberhasilan dan kesempatan untuk sukses. Kemampuan ini didapatkan dari gabungan faktor-faktor dan komponen yang telah dibahas sebelumnya, lalu berlatih menghadapi kegagalan daripada menghindari kegagalan dan memilih mempunyai hidup standar tanpa ada capaian untuk mengupayakan sesuatu.

Daftar Pustaka

Akbar, Z. & Tahoma, O. (2018). Dukungan Sosial dan Resiliensi Diri pada Guru Sekolah Dasar. *Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*. Vol.7 No.1.

Andriani, D., Novianti, R., & Risma, D. (2019). Hubungan Kesejahteraan Psikologis dengan Resiliensi Guru PAUD di

Kecamatan Tampan Kota Pekanbaru. *JOM FKIP-UR*. Vol. 6.

Azizah, Y.R.N. (2018). Hubungan antara Kebersyukuran dan Kebahagiaan pada Guru Pendidikan Anak Usia Dini. *Skripsi Fakultas Psikologi dan Ilmu Budaya*. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia

Bauer, J., Stamm, A., Virnich, K., Wissing, K., Muller, U., Wirsching, M., (2006). Correlation Between Burnout Syndrome and Psychological and Psychosomatic Symptom Among Teachers. *International Archives of Occupational and Environmental Health*, 79, 199-204.

Desmita (2013). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Diah, R.A.K & Pradna, P.P. (2012). Resiliensi Guru di Sekolah Terencil. *Jurnal Psikologi Pendidikan Perkembangan Vol.1, No.02 Juni 2012*. Universitas Airlangga.

Flook, L., Goldberg, S. B., Pinger, L., Bonus, K., & Davidson, R., (2013). Mindfulness For Teachers: A Pilot Study To Assess Effects On Stress, Burnout, and Teaching Efficacy. *Journal Compilation Of International Mind, Brain, and Education*, 7:182-195.

Gaol, N.T.L. (2016). Teori Stres: Stimulus, Respons, dan Transaksional. *Buletin Psikologi*. Vol. 24, No. 1 diakses dari <https://jurnal.ugm.ac.id/buletinpsikologi>

Hariwijaya, M. & Sukaca, B.E. (2009) *PAUD: Melejitkan Potensi Anak dengan Pendidikan Sejak Dini*. Yogyakarta: Mahardika Publishing.

Hendriani, W. (2018). *Resiliensi Psikologis: Sebuah Pengantar*. Jakarta: Prenada Media Group.

Maharani, E.A. (2016). Pengaruh Pelatihan Berbasis *Mindfulness* terhadap Tingkat Stres pada Guru PAUD. *Jurnal*

Penelitian Ilmu Pendidikan. Vol. 9, No. 2.

Puspitarani, P. & Masykur, A.M. (2018). Makna Menjadi Guru Taman Kanak-kanak (Sebuah Studi Kualitatif Fenomenologis). *Jurnal Empati*. Vol. 7 No. 1 Hal 308-314.

Prawoto (1981). *Microtheaching sebagai Media Meningkatkan Kesiapan Kognitif-Afektif-Psikomotor bagi Mahasiswa Calon Guru*. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta.

Suhartini, T. (2018). Makna Kerja Bagi Pendidik Pendidikan Anak Usia Dini: Studi Fenomenologi di PAUD Aisyiyah Bustanul Athfal di Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta. *Tesis*. Program Pasca Sarjana Fakultas Ekonomi Program Studi Magister Manajemen Universitas Islam Indonesia.

Yamin, M. & Sanan, J.S. (2013). *Panduan PAUD: Pendidikan Anak Usia Dini*. Jakarta: Gaung Persada Press Group.

Yogisutanti, G. (2019). Pencegahan Kelelahan Kerja dan Stres Kerja pada Guru Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) di Desa Babakan Kecamatan Ciparay Kabupaten Bandung. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*. Vol. 2, No. 1, Hal 21-31.