

PENDAHULUAN

Pada awal tahun 2020, dunia di gemparkan dengan munculnya virus baru yang menjangkit hampir seluruh negara di dunia. Virus ini disebut dengan Covid-19 yang berasal dari Wuhan, Cina. Pandemi virus Covid-19 pertama kali muncul di Indonesia pada awal bulan Maret 2020. Virus COVID – 19 kemudian kian hari kian bertambah parah dan menyebabkan hilangnya nyawa manusia. Dari hal ini menimbulkan banyak dampak dalam kehidupan masyarakat seperti dampak ekonomi, kesehatan, pendidikan sosial, dan budaya. Selain itu, pandemi juga membawa berbagai macam dampak psikologis seperti panik, khawatir, ketakutan, ketidakberdayaan, kecemasan, stress, trauma, hingga depresi (Mukhtar, 2020). Dampak dari pikiran dan emosi yang negative apabila terus berlangsung dalam waktu yang lama, akan berdampak pada kesehatan mental individu.

Dampak yang paling dirasakan salah satunya muncul dari segi pendidikan terutama pada proses belajar mengajar disekolah dari jenjang sekolah terendah seperti TK dan sekolah dasar hingga sekolah menengah seperti SMP dan SMA sampai pada tingkat perguruan tinggi. Akibat dari penyebaran Covid-19 yang tinggi, pemerintah mengambil keputusan untuk menutup perguruan tinggi sampai sekolah dasar. Namun, agar proses pembelajaran masih tetap berjalan, pemerintah memutuskan untuk melanjutkan proses pembelajaran tidak dengan tatap muka, melainkan dengan daring. Dalam proses belajar dan mengajar secara daring, guru dituntut untuk melakukan proses pembelajaran dengan efektif dan diharapkan untuk memiliki kemampuan dalam teknologi agar ilmu yang diberikan sampai kepada murid dan kegiatan belajar mengajar dapat terlaksana dengan baik. Guru juga dituntut untuk mengubah kembali rencana pembelajaran yang sudah dibuat (Mansyur, 2020). Hal ini tentu saja tidak mudah karena perlu mempertimbangkan

berbagai macam cara penyampaian materi yang efektif dan media yang tepat untuk digunakan agar proses pembelajaran dapat terlaksana dengan maksimal. Metode guru dalam memberikan materi agar murid paham dengan apa yang disampaikan dan tugas yang diberikan tidak membosankan juga merupakan tantangan bagi guru pada saat Study From Home (SFH), dengan mempertimbangkan apakah anak didik dan orang tua mampu memenuhi kebutuhan dasar pembelajaran seperti kuota internet dan *handphone* atau laptop (Astutik dan Parahita, 2021). Selama diberlakukannya sistem pembelajaran daring atau *study from home*, teknologi sangat dibutuhkan untuk mempermudah kelangsungan belajar mengajar anatara guru dan sisiwa. Untuk itu, guru dituntut untuk menguasai teknologi yang digunakan seperti wa, google class room, youtube dan platform lainnya, apabila guru tidak terbiasa menggunakan media tersebut akan memunculkan berbagai hambatan yang secara langsung mempengaruhi tingkat kesejahteraanya sebagai guru, dan sebaliknya jika guru mampu menguasai teknologi dengan baik akan berpengaruh terhadap lancarnya proses pembelajaran daring dan meningkatkan kesejahteraanya sebagai guru (Satriyawan, dkk. 2021).

Menurut Husein, 2017 (dalam Novariawati, 2017) Guru merupakan sebuah profesi yang diartikan sebagai suatu jabatan atau pekerjaan tertentu yang memiliki syarat memiliki pengetahuan dan memiliki keterampilan khusus yang didapatkan dari pendidikan akademis yang intensif. Tujuan seorang guru dalam mendidik dan mengajak siswa adalah untuk mencapai tujuan nasional seperti yang dicantumkan dalam UU No.20 Tahun 2003 yang tertulis bahwa berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga Negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Dari sekian banyak jenjang pendidikan di Indonesia, tingkat beban kerja guru selama pandemi COVID – 19 dialami oleh guru sekolah dasar, dari hasil penelitian yang dilakukan oleh (Giyanti dan Fachrizal, 2021) dengan menggunakan metode pengukuran beban kerja dalam penelitian ini ialah NASA-TLX, hasil penelitian menunjukkan bahwa baik guru wali kelas maupun guru mata pelajaran memiliki beban kerja mental yang tinggi ketika melakukan sistem pembelajaran secara daring. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk menggali lebih jauh tingkat kualitas kesejahteraan hidup guru sekolah dasar selama pemberlakuan *study from home* selama pandemi, beban kerja yang meningkat hingga mempengaruhi mental guru sekolah dasar ini dipengaruhi oleh minimnya ketersediaan gadget untuk anak serta materi pembelajaran yang dirasa menyulitkan seperti materi praktik. Dengan ini tidak dapat dipungkiri beban kerja yang berdampak pada mental para guru ini berkaitan dengan kualitas kesejahteraan hidupnya.

Kesejahteraan hidup atau yang biasa dikenal dengan istilah *subjective well being* sangat berpengaruh terhadap maksimalisasi peran dari setiap individu, terutama dalam hal ini kesejahteraan hidup guru sekolah dasar. Menurut Diener, seseorang yang memiliki *subjective well being*, mampu mengevaluasi komponen kognitif dan komponen afektif. Individu yang memiliki *subjective well being* yang baik, akan mampu mengevaluasi diri sendiri dengan menggunakan dua komponen tersebut. Dengan menggunakan komponen kognitif, seseorang mampu mengevaluasi tingginya kepuasan hidup atau *life satisfaction*. Sedangkan dengan menggunakan komponen afektif, seseorang mampu mengevaluasi tingginya afek positif atau *positive affect*, dan mengevaluasi afek negatif atau *negative affect* (E. Diener & Lucas, 2015)

Individu yang memiliki *subjective well being* yang rendah, mereka akan merasa tidak bahagia, dan dipenuhi perasaan dan pikiran yang negatif. Sehingga apabila hal tersebut berlanjut secara terus menerus, lama kelamaan akan

menimbulkan perasaan cemas, kemarahan, dan bahkan potensi mengalami depresi menjadi lebih tinggi, begitu juga sebaliknya. Individu yang memiliki subjective yang tinggi, mereka lebih mampu mengatur emosi menjadi lebih positif dan mampu menghadapi masalah dengan baik (Diener, Oishi, & Lucas, 2015). Menurut (Schiffirin & Nelson, 2010) tekanan hidup yang akan menimbulkan stres pada individu, ada kaitannya dengan subjective well being terutama dalam proses munculnya afek. Seseorang yang memiliki tingkat kebahagiaan yang tinggi, maka ia memiliki tingkat stres yang rendah. Sedangkan seseorang yang memiliki tingkat kebahagiaan yang rendah, maka ia memiliki tingkat stres yang tinggi.

Pada mada pandemi ini, guru SD dituntut untuk melakukan *Work From Home*, sehingga guru harus mampu memahami teknologi untuk menunjang proses belajar mengajar selama *Study From Home*, namun fakta dilapangan membuktikan masih ada guru SD yang belum mampu menguasai teknologi dan kurikulum, (masih ada gap) sehingga hal tersebut memberikan pengaruh pada *subjective well-being* pada guru SD. Dengan uraian yang sudah dijelaskan, peneliti tertarik untuk mengungkap *Subjective Well-being* Guru SD pada Masa Pandemi COVID-19.

Tujuan penelitian ini adalah mendeskripsikan kualitas *subjective well being* guru SD pada masa pandemi COVID-19 ditinjau dari kepuasan hidup holistik. Serta pertanyaan dari penelitian ini diantaranya Bagaimana kualitas subjective well being guru SD dimasa pandemi, apa sajakah yang termasuk evaluasi kognitif dari pengalaman hidup guru sekolah dasar, apa sajakah yang termasuk evaluasi afektif dari pengalaman hidup guru sekolah dasar, serta bagaimana dinamika kepuasan hidup secara holistik pada guru sekolah dasar dimasa pandemi.