PENINGKATAN KAPASITAS GURU DAN STAF PEREMPUAN UNTUK MEMBANGUN PROFESIONALISME KERJA DI SEKOLAH DAN RUMAH PADA MASA PANDEMI COVID-19

Nurbaiti[1)]
[1)]Poltekkes Kemenkes Jakarta II
Corresponding Author : nurbaiti@poltekkesjkt2.ac.id

Diterima: Mei 2022	*Revisi: Juni 2022*	*Disetujui: Juni 2022*	*Terbit online: Juni 2022*

ABSTRAK

Ditemukannya kasus penyakit menular Covid-19 dan dengan cepat menyebar di berbagai wilayah Indonesia menjadi pertimbangan pemerintah untuk menutup sekolah. Kebijakan belajar *online* menjadi pilihan bagi sekolah-sekolah di Indonesia sejak terjadinya pandemi tahun 2020. Para guru dan staf sekolah harus memandu proses belajar siswa secara *online*. Proses ini tidak berjalan mudah. Perubahan yang terjadi dalam waktu singkat mengharuskan mereka beradaptasi sesegera mungkin. Kondisi ini memberikan stressor terutama bagi guru dan staf sekolah perempuan, karena mereka perlu memfasilitasi proses belajar siswanya secara *online* sekaligus membantu anak-anaknya yang juga belajar dari rumah. Untuk itu perlu dilakukan peningkatan kapasitas bagi mereka untuk mampu menghadapi kondisi pandemi dan berbagai perubahan yang terjadi. Kegiatan webinar dengan tema "Cerdas Membangun Profesionalisme di Tempat Kerja, Rumah dan Masyarakat di Masa Pandemi Covid-19" adalah upaya untuk menguatkan resiliensi mereka.

Kata Kunci*: Webinar, Guru Perempuan*, *Profesionalisme*, *Resilien, Covid-19*

I PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Format Pandemi Covid-19 dengan cepat merebak ke seluruh dunia sejak adanya kasus penyakit menular yang aneh ditemukan pada pasien di propinsi Wuhan Cina pada akhir tahun 2019. Oleh para ahli kasus ini diidentifikasi sebagai penyakit Covid-19 yang disebabkan oleh virus baru yang mematikan dan WHO akhirnya mengumumkan pandemi Covid-19 di bulan Maret tahun 2020 (Cucinotta & Vanelli, 2020).

Di bulan Juli 2020 Indonesia telah menghadapi lebih dari 100.000 serbuan kasus Covid-19 positif dengan tingkat kematian yang cukup tinggi mencapai 4.000 orang (Republika, 2020).

Dunia pendidikan di seluruh dunia mendapat tantangan hebat di masa pandemi Covid-19. Menutup sekolah dan belajar dari rumah menjadi keputusan yang harus diambil di tengah situasi ini (UNESCO, 2020). Korea Selatan sempat membuka kembali sekolah-sekolah mereka, akibatnya muncul kasus penularan Covid-19 yang baru (Mendalam, 2020). Untuk itu banyak negara kemudian memilih langkah lebih berhati-hati dan tidak segera membuka sekolah.

Kebijakan belajar dari rumah memberi dampak luas bagi komunitas sekolah. Berbagai kendala dihadapi baik oleh guru, murid, staf sekolah, juga orang tua. Tidaklah mudah mengubah pola belajar tatap muka denga belajar online dalam waktu singkat. Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) pun turut mencari solusi untuk permasalahan ini (KPAI, 2020).

Proses belajar dan mengajar dalam situasi pandemi memberikan dampak pada kesehatan mental para guru dan staf di sekolah. Hal ini terjadi di berbagai negara (Vargas Rubilar & Oros, 2021)(Loziak, 2021)(Kavita Dua & Veena Sangwan, 2017). Satu studi yang dilakukan di Argentina menunjukkan bahwa sekitar 60% guru-guru dan staf disana mengalami gejala gangguan kesehatan mental selama masa pandemi Covid-19. Mereka menghadapi kendala proses belajar, beban kerja yang berlebihan dan lingkungan yang tidak mendukung di masa pandemi. Keadaan ini menyebabkan mereka merasakan kecemasan, stress dan kelelahan (Vargas Rubilar & Oros, 2021). Untuk mendukung para warga sekolah di dunia, UNICEF menyebarkan panduan khusus mengatasi gangguan mental melalui laman unicef.org (Fran, 2020).

Kondisi bekerja di masa pandemi menjadi aspek penting berkaitan dengan kondisi mental para guru dan staf sekolah perempuan. Selain pekerjaan yang berkaitan dengan sekolah, sebagian besar mereka mereka memiliki peran sebagai ibu di rumah. Kedua peran ini tidak dapat dipisahkan dan perlu mendapatkan porsi perhatian yang seimbang. Kegiatan peningkatan kapasitas bagi guru dan staf sekolah perempuan diperlukan untuk meningkatkan daya tahan dan kemampuan resiliensi mereka.

1.2. Tujuan Pengabdian Kepada Masyarakat

Kegiatan dilaksanakan di Lembaga Pendidikan Islam Asy-Syukriyah Kota Tangerang. Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah:

a. Meningkatkan pemahaman tentang cara cerdas membangun profesionalisme di tengah kondisi pandemi.
b. Memberikan kesadaran untuk menjaga kesehatan mental secara mandiri selama masa pandemi.

II STUDI PUSTAKA

Pemberdayaan kepada masyarakat adalah proses kegiatan yang mencakup tiga elemen, yaitu peningkatan kesadaran, penguatan kapasitas dan memberdayaan (Wrihartolo RR Dwidjowijoto RN, 2007). Tahap pertama meningkatkan kesadaran dengan membuat mereka faham bahwa ada potensi yang dimiliki dan dapat dikembangkan. Tahap kedua adalah menguatkan kapasitas manusianya dengan berbagai metode, seperti seminar, workhop, pelatihan, berbagi pengalaman, magang, dan lain-lain. Tahap ketiga yaitu memperbesar daya yang dimiliki agar berpeluang menjadi individu berkualitas dan memiliki keterampilan lebih tinggi.

Pandemi Covid-19 memberikan dampak yang sangat besar pada dunia pendidikan. Guru, murid, orang tua dan sekolah sama-sama menghadapi masalah dengan pola belajar baru secara online. Ketersediaan sarana dan fasilitas yang terbatas, minimnya penguasaan keterampilan belajar dan mengajar online, tata kelola kegiatan belajar yang tidak sesuai dengan kondisi pandemi menambah hiruk pikuk dunia pendidikan (Harahap et al., 2021).

Kondisi belajar mengajar yang tidak bisa berhenti sekalipun di suasana pandemi Covid-19 memberikan beban berat bagi guru dan staf sekolah. Ketika sekolah ditutup dan anak-anak belajar online dari rumah, maka guru dan staf perempuan bertambah. Mereka perlu membagi peran dan tanggung jawabnya untuk proses belajar dan mengajar bagi siwa dan anak mereka di rumah dalam waktu yang bersamaan. Banyak dari mereka yang mengalami gangguan kesehata mental dengan munculnya gejala cemas atau stres (Vargas Rubilar & Oros, 2021).

Ibu yang bekerja cenderung memiliki stres lebih tinggi di saat pandemi, karena mereka menanggung beban ganda. Tanggung jawab untuk pekerjaan karirnya dan pekerjaannya di rumah harus mereka selesaikan (Darniati Putri et al., 2021). Perempuan yang bekerja di bidang pendidikan menghadapi tugas penuh tantangan saat ini. Guru membutuhkan dukungan keluarga agar ia dapat menjalankan tugas profesinya dengan baik (Kavita Dua & Veena Sangwan, 2017).

Masalah kesehatan mental yang ditemukan dari hasil survei Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa (PDSKJI) pada tahun 2020 memberikan gambaran bahwa kecemasan, depresi dan trauma mental menjadi penyakit yang banyak dikeluhkan oleh masyarakat (PDSKJI, 2020). Gejala kesehatan mental yang terjadi diakibatkan adanya beban kerja dan masalah di keluarga sepanjang masa pandemi Covid-19 (Maziyya et al., 2021).

Ketidakmampuan guru dan orang tua murid untuk beradaptasi dengan pola belajar online di saat pandemi menimbulkan konflik diantara mereka dan berpotensi menambah beban kerja (Harahap et al., 2021). Untuk itulah UNICEf berinisiatif untuk memberikan panduan bagaimana mengelola diri

agar terhindar dari gangguan mental di masa pandemi, salah satunya adalah dengan cara *self-care*. *Self-care* adalah upaya diri untuk merawat kesehatan diri dan menghindari dari penyakit. Beberapa upaya *self-care* yang dapat dilakukan adalah: memperhatikan pola makan dengan baik dan tidur teratur, mengambil jeda atau istirahat dalam bekerja, dan terbuka mengungkapkan keluhan atau gejala yang dirasakan selama bekerja untuk segera mendapatkan pertolongan (Fran, 2020).

Resiliensi atau ketahanan dalam menghadapi Covid-19 sangat dibutuhkan. Keluarga merupakan sumber ketahanan bagi tiap individu yang ada di dalamnya. Keluarga layaknya sebuah bangunan yang dapat dijadikan tempat berlindung. Resiliensi keluarga menjadi unsur penting yang bisa mempertahankan kesehatan mental setiap individu yang ada di dalamnya (Mawarpury & Mirza, 2017).

III METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) diselenggarakan dalam bentuk webinar mengikuti kebijakan pembatasan pertemuan tatap muka di saat pandemi. Agenda kegiatan meliputi ceramah tentang tips mengoptimalkan potensi diri perempuan dalam menghadapi tantangan kehidupan di masa pandemi. Kegiatan ceramah disertai dengan tanya jawab, diskusi dan survei singkat tentang aktifitas peserta di sekolah dan di rumah. Kegiatan ini dikhususkan bagi para guru dan staf sekolah perempuan karena mereka memiliki peran besar dalam proses pendidikan di sekolah maupun di rumah dan cenderung memiliki tingkat stres lebih tinggi.

IV HASIL DAN PEMBAHASAN

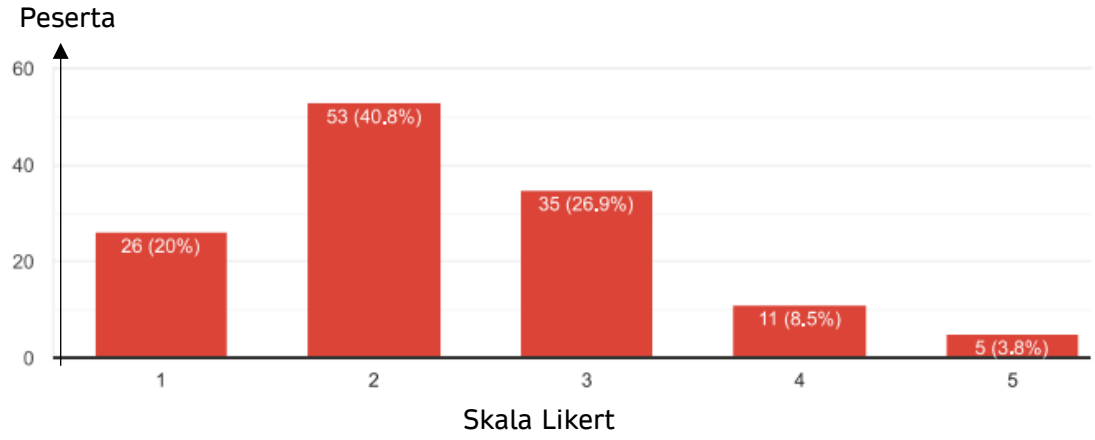
Kegiatan PKM ini berupa webinar dengan tema “Cerdas Membangun Profesionalisme di Tempat Kerja, Rumah dan Masyarakat di Masa Pandemi Covid-19”. Materi diberikan dalam bentuk ceramah secara online dengan media *zoom-meeting* dan diikuti oleh sebagian besar guru dan staf perempuan di sekolah.

Dari survei singkat yang dilakukan sepanjang webinar berlangsung diperoleh beberapa gambaran peserta dalam kondisi sehari-hari berkutat dengan pekerjaan sekolah dan pekerjaan rumah, antara lain: mereka masih dapat menikmati tidur lelap (Gambar 1) dan ketika bangun tidur di pagi hari bisa bersemangat (Gambar 2) hubungan dengan suami (Gambar 3) dan rekan kerja (Gambar 4) relatif baik . Survei ini diikuti oleh 130 peserta webinar.

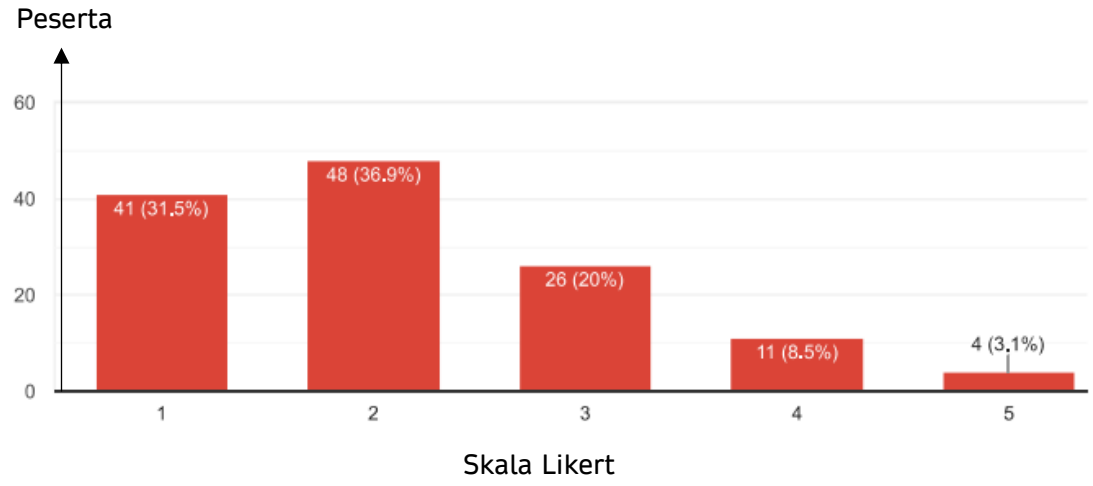
Survei menggunakan kuesioner dalam bentuk *google-form* yang didistribusikan kepada peserta melalui *zoom-meeting*. Kuesioner berupa

pertanyaan dengan jawaban berskala Likert 1-5. Jawaban skala 1 berarti sangat setuju hingga skala 5 berarti tidak setuju.

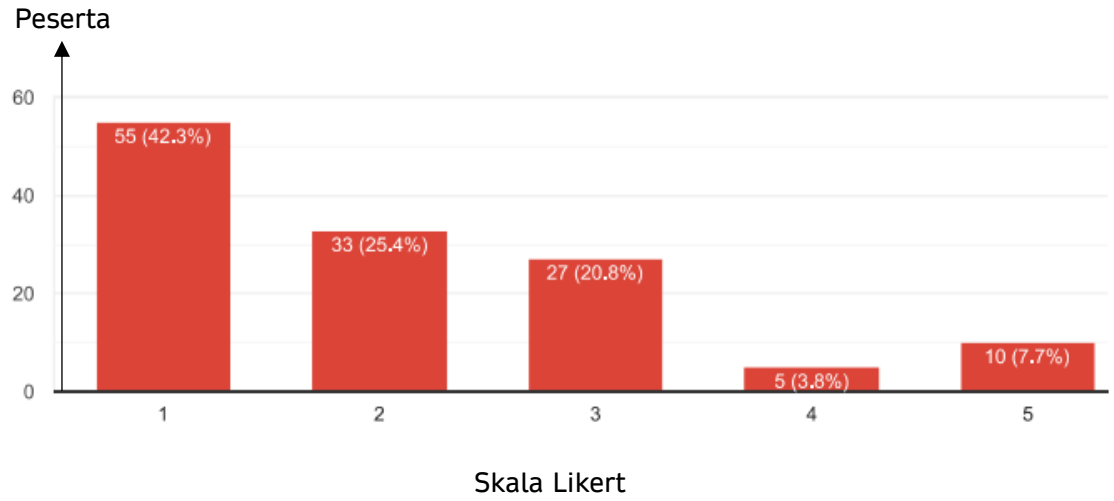
Materi yang disampaikan dalam webinar membahas antara lain tentang: pengembangan potensi diri untuk meningkatkan resiliensi atau daya tahan menghadapi pandemi, dan membangun sistem pendukung untuk menghadapi berbagai kesulitan bersama-sama, serta tips menjaga kesehatan mental agar terhindar dari stres.



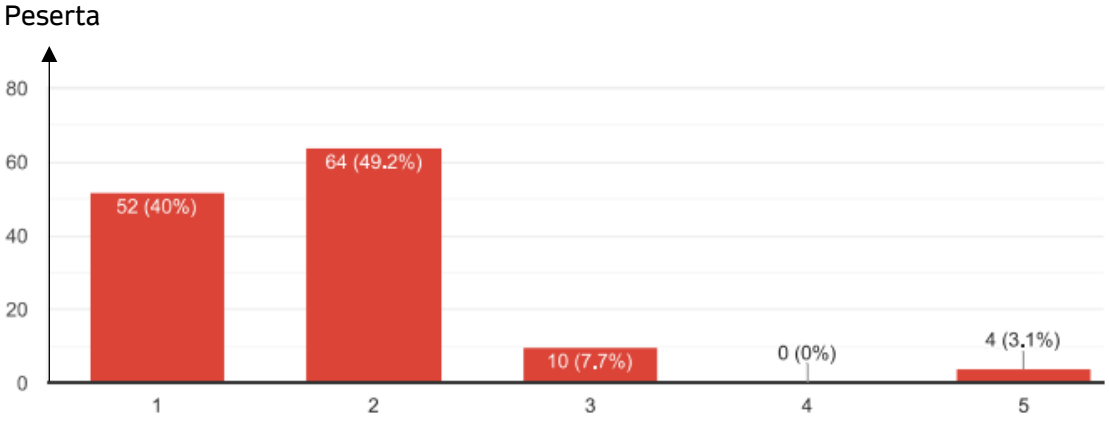
Gambar 1. Komposisi Peserta Yang Dapat Tidur Lelap



Gambar 2. Komposisi Peserta Yang Bersemangat Ketika Bangun Tidur



Gambar 3. Komposisi Peserta Memiliki Hubungan Harmonis Dengan Suami



Gambar 4. Komposisi Peserta Memiliki Hubungan Baik Dengan Mitra Kerja

Dari kegiatan webinar ini peserta mendapatkan tambahan pengetahuan dan diharapkan menguatkan kesadaran tentang potensi dirinya. Dengan modal itu mereka bisa mengatasi berbagai masalah yang muncul sepanjang pandemi Covid-19. Masalah tidak bisa diselesaikan sendiri, namun perlu membuat jejaring dengan berbagai pihak yang mampu mendukung peran guru dan staf perempuan baik di sekolah maupun di rumah. Jejaring sistem pendukung bisa mencakup anggota keluarga, tetangga, rekan seprofesi, asisten rumah tangga, murid, orang tua murid, dan masyarakat.

Para peserta mendapatkan ide untuk mengimplementasikan cara mengurangi stres, antara lain: menghindari kebingungan saat menghadapi masalah dengan mengindentifikasi apa sebenarnya masalah yang terjadi; mengurangi stres dengan upaya menyadarkan diri akan kemampuan yang dimiliki dan tidak menuntut target capaian kerja yang berlebihan serta

bergegas meminta pertolongan kala dibutuhkan; menata kembali pola kerja dengan memanfaatkan waktu dan sumber daya yang tersedia lebih efektif untuk urusan sekolah dan rumah.

Dampak yang dapat dirasakan oleh peserta webinar adalah mereka menjadi lebih yakin bahwa mereka mampu menyelesaikan pekerjaan di sekolah dan di rumah serta bersemangat untuk berjejaring. Akhirnya mereka bisa lebih memahami bahwa pandemi Covid-19 adalah kondisi luar biasa yang dihadapi dunia, termasuk dunia pendidikan. Untuk itu mereka perlu menyikapi dan menghadapinya dengan cara berbeda. Pandemi Covid-19 memberikan tantangan dan juga peluang. Peluangnya adalah menemukan ide dan cara baru menghadapi masalah dan beradaptasi dengan kondisi yang terjadi. Dengan demikian kondisi yang awalnya terasa berat dan penuh stressor menjadi sebuah kesyukuran sehingga bisa terus berkembang dan meningkatkan potensi diri.

V KESIMPULAN

Kegiatan ini bermanfaat bagi para guru dan staf perempuan di Lembaga Pendidikan Islam Asy-Syukriyah Kota Tangerang, Mereka dapat lebih memahami masalah di dunia kerja dan masalah di rumah selama masa pandemi Covid-19. Kemampuan adaptasi dan mengelola stressor dengan baik meningkatkan resiliensi mereka baik di lingkup sekolah maupun rumah. Peningkatan kapasitas para guru dan staf perempuan bisa menjadi agenda rutin di lingkungan sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

Cucinotta, D., & Vanelli, M. (2020). WHO declares COVID-19 a pandemic. In *Acta Biomedica* (Vol. 91, Issue 1, pp. 157–160). Mattioli 1885. https://doi.org/10.23750/abm.v91i1.9397

Darniati Putri, Q., Pradita, L., Zahra, L., Ema Linda Siregar, M., & Grasiaswaty, N. (2021). GAMBARAN STRES KERJA PADA IBU PEKERJA SELAMA PANDEMI COVID-19. *HEARTY*, *8*(2). https://doi.org/10.32832/hearty.v8i2.4565

Fran, E. (2020). Self-care tips for teachers during COVID-19. *UNICEF*.

Harahap, S. A., Dimyati, D., & Purwanta, E. (2021). Problematika Pembelajaran Daring dan Luring Anak Usia Dini bagi Guru dan Orang tua di Masa Pandemi Covid 19. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, *5*(2), 1825–1836. https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i2.1013

Kavita Dua, & Veena Sangwan. (2017). Study on Stress among Female High School Teachers of Haryana. *International Journal of Indian Psychology*,

4(2). https://doi.org/10.25215/0402.055

KPAI. (2020). *Ada 246 Aduan di KPAI soal Belajar Daring, Siswa Keluhkan Tugas Menumpuk-Kuota | Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI)*. KPAI. https://www.kpai.go.id/berita/ada-246-aduan-di-kpai-soal-belajar-daring-siswa-keluhkan-tugas-menumpuk-kuota

Loziak, A. (2021). BWork Stress of Female Primary School Teachers During Covid-19 Pandemic and Demographic Differences. *Journal Women's Entrepreneurship and Education*, *2021*(3–4). https://doi.org/10.28934/jwee21.34.pp164-183

Mawarpury, M., & Mirza, M. (2017). Resiliensi Dalam Keluarga: Perspektif Psikologi. *Psikoislamedia : Jurnal Psikologi*, *2*(1), 96. https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v2i1.1829

Maziyya, A. A., Islam, N. R. Q., & Nisa, H. (2021). Hubungan Beban Kerja, Work-Family Conflict, dan Stres Kerja pada Pekerja di Wilayah Pulau Jawa Saat Pandemi COVID-19 di Tahun 2020. *Media Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*, *31*(4), 337–346. https://doi.org/10.22435/mpk.v31i4.4377

Mendalam, L. (2020). Virus Corona: Beberapa hari dibuka, ratusan sekolah di Korea Selatan harus ditutup lagi karena lonjakan kasus. *Bbc.Com*.

PDSKJI. (2020). *Lima bulan pandemi COVID-19 di Indonesia*. Indonesian Psychiatric Association. http://pdskji.org/%0Ahome%0A

Republika. (2020). In Picture : Kasus Covid-19 di Indonesia Tembus. *Republika*.

UNESCO. (2020). *COVID-19 Educational Disruption and Response*. UNESCO. https://en.unesco.org/news/covid-19-educational-disruption-and-response

Vargas Rubilar, N., & Oros, L. B. (2021). Stress and Burnout in Teachers During Times of Pandemic. *Frontiers in Psychology*, *12*(November), 1–12. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.756007

Wrihartolo RR Dwidjowijoto RN. (2007). *Manajemen Pemberdayaan Sebuah Pengantar dan Panduan Untuk Pemberdayaan Masayrakat* (Vol. 7, Issue 3).