

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dalam dinamika kehidupan modern, tantangan untuk mencapai keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi menjadi semakin kompleks. Di tengah tekanan untuk memenuhi tuntutan pekerjaan yang semakin meningkat, individu sering kali merasa sulit untuk menjaga keseimbangan yang sehat antara urusan profesional dan kebutuhan pribadi mereka. Fenomena ini tidak terkecuali bagi para guru, yang memiliki tanggung jawab besar dalam membentuk generasi mendatang. Manajemen keseimbangan kehidupan kerja (*work-life balance*) dan profesionalitas guru menjadi kunci dalam memastikan kesejahteraan dan profesionalitas mereka. Dalam narasi ini, kami akan menjelajahi bagaimana tantangan ini berkaitan dengan berbagai profesi, serta pentingnya strategi yang efektif dalam mengelola aspek-aspek ini untuk mencapai keseimbangan yang optimal antara kehidupan kerja dan pribadi (Ramdhani & Rasto, 2021).

Manajemen keseimbangan kehidupan kerja adalah pendekatan yang bertujuan untuk menciptakan harmoni antara tuntutan pekerjaan dan kebutuhan pribadi seseorang. Hal ini melibatkan kesadaran dan tindakan yang bertujuan untuk memastikan bahwa individu dapat menjaga keseimbangan yang sehat antara waktu, energi, dan fokus yang mereka alokasikan untuk pekerjaan dengan waktu yang mereka habiskan untuk keluarga, rekreasi, dan perawatan diri. Manajemen keseimbangan kehidupan kerja melibatkan pengaturan prioritas, pengelolaan waktu yang efisien, serta pembangunan keterampilan dalam menangani stres dan memperkuat dukungan sosial. Tujuan akhirnya adalah menciptakan lingkungan di mana individu dapat merasa produktif dan memenuhi aspek-aspek penting dalam kehidupan mereka tanpa mengorbankan kesejahteraan atau kebahagiaan pribadi (Rahmayati, 2021).

Masalah keseimbangan antara kehidupan kerja dan kehidupan pribadi telah menjadi perhatian utama di berbagai sektor, termasuk dalam profesi mengajar. Peningkatan tekanan kerja, tuntutan pekerjaan yang semakin kompleks, serta perkembangan teknologi yang memungkinkan akses terus-menerus ke pekerjaan, semuanya telah menyebabkan tantangan baru bagi guru dalam mencapai keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi mereka. Dalam konteks ini, manajemen keseimbangan kehidupan kerja (*work-life balance*) menjadi sangat penting untuk menjaga kesejahteraan mental dan fisik guru. Menyadari bahwa keseimbangan yang sehat antara pekerjaan dan kehidupan pribadi dapat membantu mencegah kelelahan, stres, dan burnout, institusi pendidikan perlu mengembangkan strategi yang efektif untuk mendukung guru dalam mengatasi tantangan ini. Dengan memberikan perhatian yang tepat terhadap manajemen keseimbangan kehidupan kerja, institusi dapat menciptakan lingkungan kerja yang mendukung, mempromosikan kesehatan mental, dan meningkatkan kinerja profesional guru secara keseluruhan (Yunita, 2018).

Di tengah tuntutan yang semakin meningkat dalam profesi mengajar, guru sering kali mengalami tekanan yang signifikan untuk mencapai target akademik, memenuhi harapan siswa, dan menangani berbagai tugas administratif. Namun, seringkali hal ini berpotensi menyebabkan kelelahan dan kelelahan kerja yang berkelanjutan. Terlebih lagi, dengan adanya perkembangan teknologi yang memungkinkan komunikasi tanpa henti, guru cenderung sulit untuk memisahkan waktu kerja dan waktu pribadi mereka. Fenomena ini tidak hanya mengganggu keseimbangan antara kehidupan profesional dan pribadi, tetapi juga berpotensi mengakibatkan penurunan kualitas hidup dan kesejahteraan secara keseluruhan. Tidak jarang guru merasa terjebak dalam siklus tanpa henti dari pekerjaan dan merasa sulit untuk menemukan waktu untuk istirahat dan pemulihan. Oleh karena itu, penting untuk diakui bahwa manajemen keseimbangan kehidupan kerja adalah kunci untuk memastikan kesejahteraan mental dan fisik guru, serta untuk mendukung mereka dalam menjaga kualitas pengajaran yang optimal (James & Purba, 2017).

Dalam konteks ini, MAS Al-Washliyah 12 Perbaungan sebagai lembaga pendidikan memiliki tanggung jawab untuk memastikan kesejahteraan guru-gurunya. Sebagai bagian dari komunitas pendidikan, MAS Al-Washliyah 12 Perbaungan harus memperhatikan dan mengatasi tantangan yang dihadapi guru-gurunya dalam mencapai keseimbangan antara kehidupan kerja dan kehidupan pribadi mereka. Fenomena ini tidak hanya mencakup tekanan dari tuntutan akademik dan administratif, tetapi juga implikasi dari perkembangan teknologi yang memperluas batas-batas waktu kerja. Guru sering merasa terbebani oleh harapan untuk selalu terkoneksi dan merespons komunikasi yang masuk bahkan di luar jam kerja, mengganggu istirahat dan waktu pribadi mereka. Selain itu, adanya tantangan lain seperti perubahan kurikulum, kebutuhan untuk menghadapi dinamika kelas yang beragam, serta tekanan dari orang tua dan masyarakat juga merupakan faktor yang mempengaruhi keseimbangan kehidupan kerja guru. Oleh karena itu, MAS Al-Washliyah 12 Perbaungan perlu mengembangkan strategi manajemen yang efektif untuk mendukung kesejahteraan guru dan meningkatkan profesionalitas mereka, mengakui dan mengatasi kompleksitas dari berbagai faktor yang memengaruhi keseimbangan kehidupan kerja dan pribadi mereka.

Profesionalitas guru juga merupakan aspek penting dalam meningkatkan profesionalitas guru. Guru yang merasa didukung dalam profesionalitas guru mereka cenderung lebih termotivasi dan berkinerja tinggi dalam pekerjaan mereka. Oleh karena itu, MAS Al-Washliyah 12 Perbaungan perlu menyediakan program profesionalitas guru yang relevan dan bermanfaat bagi guru-gurunya. Program ini dapat mencakup pelatihan lanjutan, seminar, workshop, serta peluang untuk memperluas jaringan profesional. Dengan demikian, guru dapat terus meningkatkan keterampilan mereka, mengikuti perkembangan terbaru dalam bidang pendidikan, dan memberikan pengalaman belajar yang lebih baik kepada siswa mereka. Dengan menanamkan rasa pentingnya profesionalitas guru, institusi ini dapat memotivasi guru untuk terus tumbuh dan berkembang, yang pada gilirannya akan meningkatkan kualitas pengajaran dan kontribusi mereka terhadap komunitas pendidikan.

Berdasarkan observasi yang dilakukan peneliti, dapat diamati bahwa keseimbangan antara kehidupan kerja dan kehidupan pribadi merupakan tantangan yang signifikan bagi para guru di MAS Al-Washliyah 12 Perbaungan. Mereka sering menghadapi tekanan yang tinggi untuk mencapai target akademik, memenuhi harapan siswa, dan menangani berbagai tugas administratif. Hal ini tidak hanya berpotensi menyebabkan kelelahan kerja yang berkelanjutan, tetapi juga menimbulkan dampak negatif pada kesejahteraan mental dan fisik mereka. Selain itu, perkembangan teknologi juga memperumit situasi dengan memungkinkan komunikasi tanpa henti, sehingga sulit bagi guru untuk memisahkan waktu kerja dan waktu pribadi mereka. Namun, penting untuk dicatat bahwa upaya MAS Al-Washliyah 12 Perbaungan dalam menyediakan program profesionalitas guru yang relevan dan mendukung serta pendekatan holistik terhadap manajemen keseimbangan kehidupan kerja menjanjikan kemajuan signifikan dalam meningkatkan kesejahteraan dan profesionalitas guru-gurunya, yang pada akhirnya akan berdampak positif pada kualitas pendidikan yang disampaikan kepada siswa dan prestasi sekolah secara keseluruhan.

Masalah yang muncul di MAS Al-Washliyah 12 Perbaungan adalah banyak guru yang menjalani pekerjaan ganda, yaitu selain tugas utama mereka sebagai pengajar, mereka juga terlibat dalam berbagai tugas tambahan yang mempengaruhi keseimbangan kehidupan kerja mereka. Pekerjaan ganda ini sering kali mencakup peran administratif, pengelolaan kegiatan ekstrakurikuler, dan tanggung jawab lainnya di luar jam sekolah. Akibatnya, guru-guru ini sering kali menghadapi tantangan dalam membagi waktu dan energi antara pekerjaan utama mereka dan tugas tambahan tersebut, yang pada gilirannya dapat mengganggu keseimbangan antara kehidupan profesional dan pribadi mereka. Tekanan yang diakibatkan oleh beban kerja yang berat ini berpotensi menambah stres dan kelelahan, serta mengurangi waktu yang tersedia untuk istirahat dan kegiatan pribadi. Dengan demikian, penting bagi pihak manajemen MAS Al-Washliyah 12 Perbaungan untuk mempertimbangkan pengelolaan beban kerja yang lebih seimbang dan memberikan

dukungan yang memadai untuk mengatasi dampak dari pekerjaan ganda ini terhadap kesejahteraan dan profesionalitas guru-guru mereka.

Melalui pendekatan yang holistik terhadap manajemen keseimbangan kehidupan kerja dan profesionalitas guru, MAS Al-Washliyah 12 Perbaungan dapat menciptakan lingkungan kerja yang mendukung dan memungkinkan guru untuk mencapai potensi mereka secara maksimal. Dengan memberikan dukungan yang komprehensif terhadap kesejahteraan fisik dan mental guru, lembaga ini membantu menciptakan kondisi yang memungkinkan guru untuk berkembang secara profesional sambil menjaga keseimbangan hidup yang sehat. Dengan demikian, tujuan akhirnya adalah meningkatkan profesionalitas guru, yang pada gilirannya akan berdampak positif pada kualitas pendidikan yang diberikan kepada siswa dan prestasi sekolah secara keseluruhan. Dengan mengintegrasikan manajemen keseimbangan kehidupan kerja dan profesionalitas guru, MAS Al-Washliyah 12 Perbaungan menegaskan komitmennya terhadap peningkatan kesejahteraan guru dan kemajuan pendidikan secara menyeluruh (Alvionita & Marhalinda, 2024).

Sehingga, penelitian ini bertujuan untuk lebih memahami secara mendalam tentang manajemen yang strategis dalam menghadapi tantangan yang dihadapi oleh para guru dalam mencapai keseimbangan antara kehidupan kerja dan kehidupan pribadi mereka di MAS Al-Washliyah 12 Perbaungan. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang faktor-faktor yang mempengaruhi keseimbangan ini, penelitian ini berupaya untuk mengidentifikasi strategi manajemen yang efektif dan solusi yang dapat diterapkan oleh lembaga pendidikan untuk mendukung kesejahteraan dan profesionalitas guru. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang berarti dalam menciptakan lingkungan kerja yang lebih sehat dan mendukung bagi guru, serta memperkuat hubungan antara kesejahteraan guru, profesionalitas guru, dan kualitas pendidikan yang diberikan kepada siswa.

Berdasarkan hal di atas, menarik peneliti untuk melakukan penelitian yang berjudul “**Manajemen Keseimbangan Kehidupan Kerja (*Work Life Balance*) Dalam Meningkatkan Profesionalitas Guru di MAS Al-Washliyah 12 Perbaungan**”.

B. Kebaharuan Penelitian

Untuk menghadirkan kebaruan dalam penelitian ini, pendekatan interdisipliner dapat diadopsi dengan mengintegrasikan konsep-konsep baru dari bidang manajemen sumber daya manusia, psikologi organisasi, dan pendidikan. Selain itu, penelitian ini dapat memperluas cakupan yang melibatkan studi komparatif dengan lembaga pendidikan lain atau menggali perspektif guru, siswa, dan orang tua untuk mendapatkan pemahaman yang lebih holistik tentang tantangan dan solusi dalam mencapai keseimbangan kehidupan kerja. Pendekatan kualitatif yang mendalam seperti wawancara mendalam dan studi kasus dapat digunakan untuk mengeksplorasi nuansa dan konteks unik dari pengalaman para guru. Selain itu, mempertimbangkan perkembangan teknologi baru dan tren dalam pendidikan, penelitian dapat mengeksplorasi dampaknya terhadap keseimbangan kehidupan kerja guru, serta cara-cara inovatif untuk mengintegrasikan teknologi dalam manajemen keseimbangan kehidupan kerja dan profesionalitas guru. Dengan pendekatan ini, penelitian dapat memberikan wawasan yang segar dan relevan dalam upaya meningkatkan kesejahteraan dan profesionalitas guru di MAS Al-Washliyah 12 Perbaungan.

C. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah di uraikan sebelumnya, maka dapat dibuat rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana manajemen keseimbangan kehidupan kerja diimplementasikan di MAS Al-Washliyah 12 Perbaungan?
2. Apa saja strategi yang digunakan dalam mencapai keseimbangan antara kehidupan kerja dan kehidupan pribadi guru MAS Al-Washliyah 12 Perbaungan?

3. Bagaimana tantangan yang dihadapi dalam mencapai keseimbangan antara kehidupan kerja dan pribadi?
4. Bagaimana solusi yang diimplementasikan untuk mengatasi tantangan-tantangan manajemen keseimbangan kehidupan kerja dalam meningkatkan profesionalitas guru di MAS Al-Washliyah 12 Perbaungan?

D. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk:

1. Mengidentifikasi bagaimana manajemen keseimbangan kehidupan kerja diimplementasikan di MAS Al-Washliyah 12 Perbaungan.
2. Menganalisis strategi yang digunakan dalam mencapai keseimbangan antara kehidupan kerja dan kehidupan pribadi guru MAS Al-Washliyah 12 Perbaungan.
3. Mengevaluasi tantangan yang dihadapi guru dalam mencapai keseimbangan antara kehidupan kerja dan pribadi mereka.
4. Menentukan solusi untuk diimplementasikan dalam mengatasi tantangan manajemen keseimbangan kehidupan kerja dalam meningkatkan profesionalitas guru di MAS Al-Washliyah 12 Perbaungan.

E. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat baik secara teoritis maupun praktis sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan terhadap pemahaman kita tentang manajemen keseimbangan kehidupan kerja dan profesionalitas guru dalam konteks pendidikan. Dengan menganalisis strategi manajemen yang efektif dan mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi keseimbangan antara kehidupan kerja dan pribadi guru, penelitian ini dapat memperkaya literatur akademis terkait manajemen sumber daya manusia dalam pendidikan. Selain itu, rekomendasi strategis yang

dihasilkan dari penelitian ini memiliki potensi untuk menjadi landasan bagi pengembangan kebijakan dan praktik manajemen di lembaga pendidikan lainnya, sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan dan profesionalitas guru secara luas.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi siswa

Secara praktis, hasil penelitian ini akan memberikan manfaat langsung bagi siswa di MAS Al-Washliyah 12 Perbaungan. Dengan peningkatan kesejahteraan dan profesionalitas guru yang didukung oleh implementasi strategi manajemen yang efektif, diharapkan kualitas pendidikan yang diterima oleh siswa juga akan meningkat. Guru yang memiliki keseimbangan antara kehidupan kerja dan pribadi serta terus mengembangkan karir mereka akan mampu memberikan pengalaman belajar yang lebih baik, lebih terlibat secara emosional, dan lebih mampu memenuhi kebutuhan akademik serta pengembangan pribadi siswa. Dengan demikian, manfaat praktis dari penelitian ini adalah menciptakan lingkungan belajar yang lebih mendukung dan memungkinkan siswa untuk meraih potensi akademik dan non-akademik mereka secara optimal.

b. Bagi guru

Secara praktis, penelitian ini akan memberikan manfaat bagi guru di MAS Al-Washliyah 12 Perbaungan dengan memberikan pemahaman yang lebih dalam tentang strategi manajemen yang dapat mereka terapkan untuk mencapai keseimbangan antara kehidupan kerja dan kehidupan pribadi mereka. Dengan memiliki pengetahuan dan keterampilan yang diperoleh dari penelitian ini, para guru dapat mengembangkan strategi yang efektif dalam mengelola waktu, mengatasi stres, dan meningkatkan kualitas hidup mereka secara keseluruhan. Selain itu, rekomendasi yang dihasilkan dari penelitian ini dapat memberikan panduan praktis bagi guru dalam profesionalitas guru mereka, membantu mereka untuk terus berkembang dan meningkatkan profesionalitas dalam

menjalankan tugas pendidikan mereka, yang pada gilirannya akan berdampak positif pada kualitas pengajaran dan pengalaman belajar siswa.

c. Bagi MAS Al-Washliyah 12 Perbaungan

Secara praktis, penelitian ini akan memberikan manfaat bagi MAS Al-Washliyah 12 Perbaungan dengan menyediakan pandangan yang mendalam tentang tantangan yang dihadapi oleh para guru dalam mencapai keseimbangan antara kehidupan kerja dan kehidupan pribadi mereka. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang faktor-faktor yang memengaruhi keseimbangan ini, lembaga pendidikan ini dapat mengembangkan kebijakan dan program yang lebih efektif untuk mendukung kesejahteraan dan profesionalitas guru. Selain itu, rekomendasi praktis yang dihasilkan dari penelitian ini dapat membantu MAS Al-Washliyah 12 Perbaungan dalam meningkatkan lingkungan kerja yang mendukung, memotivasi, dan memungkinkan para guru untuk berkembang secara profesional, yang pada gilirannya akan berdampak positif pada kualitas pendidikan yang diberikan kepada siswa dan citra lembaga secara keseluruhan.