Teacher Welbeing Adalah Sebuah Utopia Atau Realita

Ambar Setyaningsih[*1], Dianingsih[2], Nur Kholis[3]
[1,2,3]Universitas PGRI Semarang, Indonesia
E-mail: ambarsetiyaningsih0812@gmail.com, dianningsih669@gmail.com, nurkolis@upgris.ac.id

Article Info
Article History
Received: 2025-03-11
Revised: 2025-04-27
Published: 2025-05-10

Keywords:
Teacher Wellbeing;
Work Pressure;
Educational Policy;
Reality;
Utopia.

Abstract
Teacher wellbeing has become an increasingly prominent topic in the field of education, given the vital role teachers play in shaping the quality of learning processes. However, amidst heavy administrative burdens, academic pressures, and rising societal expectations, the question arises: is teacher wellbeing an achievable reality or merely a utopian ideal? This article aims to explore the concept of teacher wellbeing from both theoretical and empirical perspectives by analyzing the supporting and hindering factors involved. It also highlights the gap between educational policy ideals and real-world practice. The findings suggest that although teacher wellbeing often appears utopian within the context of a demanding education system, it can become a sustainable reality with the right policy support, a healthy work culture, and greater recognition of the teaching profession. Thus, teacher wellbeing is not just a dream—it is a goal worth pursuing.

Artikel Info
Sejarah Artikel
Diterima: 2025-03-11
Direvisi: 2025-04-27
Dipublikasi: 2025-05-10

Kata kunci:
Kesejahteraan Guru;
Tekanan Kerja;
Kebijakan Pendidikan;
Realita;
Utopia.

Abstrak
Kesejahteraan guru (teacher wellbeing) telah menjadi topik yang semakin mendapat perhatian dalam dunia pendidikan, terutama karena peran sentral guru dalam menentukan kualitas proses belajar mengajar. Namun, di tengah beban administratif yang tinggi, tekanan akademik, serta ekspektasi sosial yang terus meningkat, muncul pertanyaan: apakah teacher wellbeing merupakan sebuah realita yang dapat dicapai atau sekadar utopia yang sulit diwujudkan? Artikel ini bertujuan untuk mengeksplorasi konsep teacher wellbeing dari berbagai perspektif teoritis dan empiris, dengan menganalisis faktor-faktor yang mendukung maupun menghambat kesejahteraan guru. Studi ini juga menyoroti perbedaan antara kebijakan pendidikan yang ideal dengan praktik di lapangan. Hasil pembahasan menunjukkan bahwa meskipun teacher wellbeing sering kali tampak sebagai sebuah utopia dalam konteks sistem pendidikan yang penuh tekanan, dengan dukungan kebijakan yang tepat, budaya kerja yang sehat, serta penghargaan terhadap profesi guru, kesejahteraan guru dapat menjadi realita yang berkelanjutan. Dengan demikian, teacher wellbeing bukanlah sekadar impian, melainkan tujuan yang harus diperjuangkan bersama.

I. PENDAHULUAN

Dalam dunia pendidikan, peran guru sangatlah sentral. Mereka bukan hanya penyampai ilmu, tetapi juga pembentuk karakter dan penggerak perubahan sosial. Namun, seringkali kesejahteraan guru (teacher wellbeing) terabaikan di tengah hiruk-pikuk kebijakan pendidikan, tuntutan administrasi, dan ekspektasi masyarakat yang tinggi. Pertanyaan mendasar pun muncul: apakah kesejahteraan guru adalah sebuah realita yang bisa dicapai, atau hanya sebatas utopia yang ideal namun tak terwujud?

Guru merupakan jantung yang akan menggerakkan seluruh aktivitas dan menentukan output yang bermutu. Sehingga sebagai seorang guru sudah menjadi keharusan 4 kompetensi tersebut melekat pada dirinya dengan harapan kinerja guru menjadi semakin baik dalam hal memberikan layanan pendidikan dan pembelajaran kepada peserta didik. Untuk menjadi guru yang memiliki kinerja yang baik tidak mudah. Beberapa faktor yang mempengaruhinya, diantaranya motivasi diri dan kesejahteraan psikologis guru itu sendiri (well-being).

Konsep teacher wellbeing merujuk pada kondisi holistik yang mencakup aspek fisik, mental, emosional, dan profesional seorang guru. Di negara-negara dengan sistem pendidikan maju, isu ini telah menjadi perhatian utama, bahkan menjadi indikator penting dalam menilai kualitas pendidikan secara keseluruhan. Sebaliknya, di banyak negara berkembang, kesejahteraan guru seringkali berada di titik nadir akibat rendahnya upah, beban kerja yang berlebihan, minimnya dukungan psikososial, serta kurangnya pengakuan terhadap profesi guru.

Banyak sekali tuntutan kepada guru untuk menguasai 4 kompetensi guru di atas namun ada hal yang terlewatkan yaitu well-being dari guru itu sendiri. Secara psikologis, hal ini menjadi faktor penting yang mempengaruhi guru dalam memberikan performa terbaik untuk memenuhi kinerja guru yang mampu menjawab tantangan terhadap pemenuhan mutu pendidikan dan pembelajaran. Dalam penelitian Kyriacou dan Sutcliffe (2001) mengatakan bahwa pengaruh yang signifikan terhadap wellbeing guru diantaranya beban kerja, lingkungan kerja, kompensasi, penghargaan, dan kebijakan sekolah. Faktor yang berpengaruh terhadap well-being guru ini perlu dikaji lebih detail dan mendalam yang diikuti dengan pemenuhan kompetensi guru yang harus dimiliki oleh guru. Dengan mendorong tercapainya well-being bagi guru, maka akan mencapai well-being pada siswa.

Fenomena yang terjadi di Indonesia adalah faktor-faktor yang mempengaruhi well-being guru yang tidak balance terhadap tuntutan kinerja guru yang semakin tinggi, sehinggahal ini patut dilakukan penelitian lebih lanjut walaupun telah banyak penelitian parsial yang dilakukan untuk menghubungkan bagian-bagian kecil dari faktor yang mempengaruhi well-being guru tersebut dengan kinerja guru dalam memenuhi target mutu pendidikan danpembelajaran yang lebih baik.

Fenomena burnout (kelelahan kerja), stres kronis, hingga depresi yang dialami oleh tenaga pendidik menjadi cermin bahwa ada yang salah dalam sistem yang selama ini berjalan. Guru dituntut untuk selalu memberikan performa terbaik, sementara kebutuhan dasar mereka sebagai manusia kerap kali diabaikan. Dalam konteks inilah muncul perdebatan: apakah kesejahteraan guru hanyalah mimpi indah yang sulit diwujudkan (utopia), atau masih ada celah untuk menjadikannya sebuah realita yang nyata?

II. METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif. Metode kualitatif ada sebuah metode penelitian yang mengungkapkan sebuah permasalahan melalui berbagai kajian seperti observasi maupun literatur (Sugiyono, 2016:56). Pendekatan yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif studi literatur. Penelitian ini tidak mengutamakan pada angka-angka, tetapi mengutamakan suatu penghayatan terhadap interaksi antar konsep yang dikaji secara empiris. Penelitian kualitatif ini dilakukan dengan pengumpulan data secara deskriptif yang diperoleh peneliti dari kumpilan artikel jurnal. Data yang di dapat berupa artikel jurnal. Ciri utama pada penelitian kualitatif terletak pada fokus penelitian, yaitu kajian secara mendalam tentang keadaan tertentu.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Teacher wellbeing atau kesejahteraan guru merupakan konsep yang kompleks dan multidimensional. Menurut McCallum & Price (2010), teacher wellbeing mencakup dimensi emosional, fisik, sosial, kognitif, dan spiritual dari guru dalam menjalankan perannya. Kesejahteraan ini bukan hanya soal gaji atau tunjangan, melainkan bagaimana guru merasa dihargai, didukung, dan memiliki kontrol atas pekerjaannya. OECD (2020) mendefinisikan teacher wellbeing sebagai kondisi positif guru yang memungkinkan mereka menjalankan tugas mengajar secara efektif, merasa puas secara profesional, dan memiliki keseimbangan hidup yang sehat. Dengan kata lain, seorang guru yang well tidak hanya berfungsi secara optimal di kelas, tetapi juga dalam kehidupan pribadinya.

Beberapa dimensi utama dalam teacher wellbeing antara lain: (1) Kesejahteraan Emosional. Guru yang sejahtera secara emosional mampu mengelola stres, memiliki resiliensi, dan merasakan emosi positif terhadap pekerjaannya. (2) Kesejahteraan Fisik Kondisi fisik yang baik—termasuk kesehatan tubuh, istirahat yang cukup, dan lingkungan kerja yang mendukung—mempengaruhi performa guru. (3) Kesejahteraan Sosial. Hubungan yang baik dengan rekan kerja, siswa, dan pimpinan sekolah merupakan faktor penting yang mempengaruhi kesejahteraan guru. (4) Kesejahteraan Profesional. Meliputi pengakuan terhadap kerja guru, kesempatan pengembangan karier, dan partisipasi dalam pengambilan keputusan di lingkungan sekolah. (5) Kesejahteraan Psikologis dan Mental Guru harus merasa memiliki makna dalam pekerjaannya, tidak tertekan secara berlebihan, dan memiliki rasa kontrol terhadap beban kerjanya.

Banyak penelitian menunjukkan bahwa kesejahteraan guru dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik dari dalam individu maupun lingkungan eksternal. Beberapa faktor utama di antaranya: (1) Beban kerja dan tekanan adminis-tratif Tugas administratif yang berlebihan dan beban kurikulum yang tidak proporsional sering kali menjadi penyebab utama stres guru. (2) Dukungan dari pimpinan sekolah. Kepemimpinan

yang suportif dan terbuka sangat berpengaruh dalam menciptakan suasana kerja yang sehat bagi guru. (3) Kondisi kerja dan fasilitas. Sarana dan prasarana yang memadai akan membuat guru merasa dihargai dan nyaman dalam menjalankan tugas. (4) Gaji dan insentif. Kompensasi yang layak menjadi aspek penting dalam kesejahteraan guru, terutama untuk menjaga motivasi dan loyalitas. (5) Pengembangan profesional. Kesempatan untuk terus belajar dan berkembang sangat dibutuhkan guru agar tetap relevan dan bersemangat dalam mengajar.

Kesejahteraan guru tidak hanya berdampak pada individu guru itu sendiri, tetapi juga pada siswa dan sistem pendidikan secara keseluruhan. Guru yang sejahtera cenderung: (1) Lebih efektif dalam menyampaikan materi. (2) Mampu menciptakan suasana kelas yang positif. (3) Lebih sabar dan empatik terhadap murid. (4) Memiliki tingkat kehadiran yang tinggi. (5) Lebih loyal terhadap institusi tempatnya bekerja. Sebaliknya, guru yang mengalami stres kronis, burnout, atau merasa tidak dihargai, cenderung memiliki performa rendah, sering absen, bahkan bisa keluar dari profesi.

Dalam konteks ideal, teacher wellbeing semestinya menjadi prioritas dalam kebijakan pendidikan. Namun, realitanya masih banyak guru yang bekerja dalam kondisi jauh dari kata sejahtera. Di beberapa negara maju seperti Finlandia atau Kanada, kesejahteraan guru sudah menjadi bagian integral dari sistem pendidikan. Tetapi di banyak wilayah lain, termasuk sebagian besar negara berkembang, realita ini masih jauh dari harapan. Penelitian oleh Acton & Glasgow (2015) menunjukkan bahwa teacher wellbeing sering dianggap sebagai tanggung jawab individu guru semata, bukan sebagai bagian dari sistem. Padahal, tanpa dukungan sistemik, kesejahteraan guru akan tetap menjadi harapan yang sulit diwujudkan — sebuah utopia.

Namun demikian, berbagai inisiatif telah muncul: program pelatihan kesehatan mental bagi guru, sistem penghargaan, fleksibilitas kerja, hingga pembentukan komunitas pendukung. Hal ini menjadi titik terang bahwa teacher wellbeing bukan sepenuhnya utopis—masih ada jalan menuju realitas.

IV. SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan di atas, Kesejahteraan guru (teacher wellbeing) adalah isu fundamental yang berdampak langsung pada kualitas pendidikan dan masa depan generasi penerus. Melalui kajian yang telah dibahas, dapat disimpulkan bahwa teacher wellbeing mencakup berbagai dimensi—emosional, fisik, sosial, profesional, hingga psikologis—yang saling berkaitan dan memengaruhi performa serta kepuasan kerja guru.

Kenyataan di lapangan menunjukkan bahwa di banyak konteks, kesejahteraan guru masih menjadi isu yang belum mendapatkan perhatian serius. Banyak guru menghadapi beban kerja tinggi, tekanan emosional, minimnya dukungan, dan kompensasi yang belum layak. Kondisi ini menimbulkan pertanyaan besar: apakah kesejahteraan guru adalah realita yang bisa dicapai, atau hanya sekadar utopia?

Jawabannya bergantung pada perspektif dan komitmen semua pihak yang terlibat dalam dunia pendidikan. Di satu sisi, memang masih banyak tantangan struktural dan sistemik yang membuat kesejahteraan guru tampak jauh dari jangkauan. Namun di sisi lain, berbagai praktik baik dan reformasi kebijakan di beberapa negara serta institusi menunjukkan bahwa teacher wellbeing bukan sekadar mimpi. Ia bisa menjadi kenyataan—dengan catatan ada kemauan politik, kesadaran kolektif, dan aksi nyata.

Dengan demikian, teacher wellbeing tidak sepenuhnya utopis, namun belum sepenuhnya menjadi realitas di banyak tempat. Ia adalah sebuah "realitas yang sedang diperjuangkan."

B. Saran

Untuk mewujudkan kesejahteraan guru sebagai sebuah realita, beberapa langkah berikut perlu dipertimbangkan: Penyusunan kebijakan yang berpihak pada guru termasuk pengurangan beban administratif, peningkatan insentif, dan jaminan kesehatan mental. Pelatihan dan dukungan berkelanjutan guru perlu diberi ruang untuk tumbuh dan berkembang secara profesional, termasuk dukungan psikososial. Membangun budaya kerja yang sehat di sekolah melalui kepemimpinan yang suportif, komunikasi terbuka, serta relasi yang saling menghargai.

DAFTAR RUJUKAN

Dreer, B. (2023). On the outcomes of teacher wellbeing: A systematic review of research. Frontiers in Psychology, 14, 1205179. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1205179

Dreer, B. (2022). Teacher well-being: Investigating the contributions of school climate and job crafting. Cogent Education, 9(1), 2044583. https://doi.org/10.1080/2331186X.2022.2044583

OECD. (2020). Teachers' well-being: A framework for data collection and analysis (OECD Education Working Papers No. 213). OECD Publishing. https://doi.org/10.1787/c36fc9d3-en

Turner, K., Thielking, M., & Prochazka, N. (2022). Teacher wellbeing and social support: A phenomenological study. Educational Research, 64(1), 77–94. https://doi.org/10.1080/00131881.2022.2021975

Vo, D. T., & Allen, K.-A. (2022). A systematic review of school-based positive psychology interventions to foster teacher wellbeing. Teachers and Teaching: Theory and Practice, 28(8), 964–999. https://doi.org/10.1080/13540602.2022.2077530