

Dinamika Perubahan Organisasi dan Strategi Pengelolaan Stres Guru di Madrasah Aliyah

Rahmah¹, Nurbaiti², Jamrizal³, Samsu⁴

^{1,2,3,4}, Magister Manajemen Pendidikan Islam

Universitas Islam Negeri Sulthan Thaha Saifuddin Jambi, Indonesia

Email : rahmahsp75@gmail.com, nurbaitiyaqadhanaddin@gmail.com,
jamrizal@uinjambi.ac.id, samsu@uinjambi.ac.id.

Abstract : *Organizational changes in Madrasah Aliyah aim to improve the quality of education, but often give rise to challenges such as increased workload and stress for teachers. Effective stress management strategies, such as training, open communication, psychosocial support, and balanced workload arrangements, are key to helping teachers adapt to these changes. With a holistic and planned approach, Madrasah Aliyah can create a healthy work environment, support teacher well-being, and improve the quality of teaching in a sustainable manner.*

Keywords: *Organizational Change, Management Strategy, Stress*

Abstrak : Perubahan organisasi di Madrasah Aliyah bertujuan untuk meningkatkan kualitas pendidikan, namun sering kali memunculkan tantangan seperti peningkatan beban kerja dan stres pada guru. Strategi pengelolaan stres yang efektif, seperti pelatihan, komunikasi terbuka, dukungan psikososial, dan pengaturan beban kerja yang seimbang, menjadi kunci untuk membantu guru beradaptasi dengan perubahan tersebut. Dengan pendekatan yang holistik dan terencana, Madrasah Aliyah dapat menciptakan lingkungan kerja yang sehat, mendukung kesejahteraan guru, dan meningkatkan kualitas pengajaran secara berkelanjutan.

Kata Kunci : Perubahan Organisasi, Strategi Pengelolaan, Stres

1. PENDAHULUAN

Perubahan dalam organisasi merupakan proses alami yang terjadi seiring dengan perkembangan zaman, perubahan kebijakan, dan dinamika kebutuhan lingkungan internal maupun eksternal. Dalam konteks lembaga pendidikan, perubahan organisasi menjadi salah satu langkah penting untuk memastikan institusi tetap relevan dan mampu memenuhi tuntutan kompetensi modern saat ini. Madrasah Aliyah, sebagai lembaga pendidikan berbasis agama Islam, tidak terlepas dari kebutuhan untuk melakukan perubahan tersebut. Namun, dinamika perubahan dalam organisasi pendidikan sering kali menghadirkan tantangan tersendiri, baik dari sisi implementasi kebijakan, penyesuaian struktur organisasi, hingga adaptasi individu terhadap perubahan.

Madrasah Aliyah menghadapi tantangan unik dalam proses perubahan organisasi. Selain menyesuaikan dengan kebijakan pendidikan nasional, madrasah juga harus tetap mempertahankan identitas keislaman yang menjadi nilai utama lembaga. Perubahan yang terjadi di Madrasah Aliyah sering kali melibatkan aspek struktural, operasional, maupun budaya kerja, seperti penerapan teknologi pendidikan, transformasi kurikulum berbasis kompetensi, dan perubahan tata kelola organisasi (Solehudin, 2023). Kendati bertujuan untuk meningkatkan mutu pendidikan, proses perubahan tersebut tidak jarang memicu

Dinamika Perubahan Organisasi dan Strategi Pengelolaan Stres Guru di Madrasah Aliyah resistensi dari beberapa pihak, khususnya guru dan tenaga kependidikan yang terlibat langsung dalam pelaksanaannya.

Salah satu dampak signifikan dari perubahan organisasi adalah munculnya stres kerja (Rafki, 2023). Guru sebagai aktor utama dalam penyelenggaraan pendidikan di madrasah menjadi pihak yang paling terdampak. Stres kerja yang berkepanjangan tidak hanya memengaruhi kinerja dan produktivitas individu, tetapi juga dapat berdampak pada kesejahteraan psikologis, hubungan interpersonal, dan suasana kerja secara keseluruhan (Asih, 2018). Jika tidak dikelola dengan baik, kondisi ini dapat menghambat tercapainya tujuan perubahan organisasi dan menurunkan kualitas pendidikan yang diberikan kepada siswa.

Pengelolaan stres menjadi salah satu cara untuk membantu individu dan organisasi menghadapi dinamika perubahan (Suryani, 2019). Dalam konteks perubahan organisasi di Madrasah Aliyah, strategi pengelolaan stres dapat dilakukan melalui pendekatan individu dan organisasi. Dari sisi organisasi, komunikasi yang transparan, pelibatan guru dalam pengambilan keputusan, penyediaan dukungan emosional, serta pelatihan dan pengembangan keterampilan adaptasi menjadi langkah penting. Sementara itu, pada tingkat individu, pengelolaan stres dapat dilakukan dengan memperkuat kemampuan coping, mengembangkan spiritualitas, serta menjaga keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji dinamika perubahan organisasi dan strategi pengelolaan stres di Madrasah Aliyah melalui pendekatan studi literatur. Melalui penelitian ini, diharapkan dapat diperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang bagaimana perubahan organisasi memengaruhi stres kerja di Madrasah Aliyah, serta bagaimana strategi pengelolaan stres dapat diimplementasikan untuk mendukung proses adaptasi.

2. METODE PENELITIAN

Metode dalam penelitian ini menggunakan kajian literatur. Kajian literatur adalah pendekatan penelitian yang bertujuan untuk mengkaji, menganalisis, dan mengintegrasikan informasi yang terkandung dalam sumber-sumber literatur yang relevan dengan topik penelitian tertentu (Yusuf, 2019). Metode ini digunakan untuk membahas konsep-konsep yang telah dikembangkan sebelumnya dan hasil-hasil riset yang telah dilakukan. Kajian literatur yang dilakukan pada penelitian ini berfokus pada dinamika perubahan organisasi dan strategi pengelolaan stres guru di Madrasah Aliyah.

Landasan yang digunakan dalam penelitian ini berasal dari jurnal nasional dan internasional, buku, makalah, dan artikel.

3. PEMBAHASAN HASIL PENELITIAN

Perubahan Organisasi Madrasah Aliyah

Perubahan organisasi di Madrasah Aliyah sering kali terjadi sebagai respons terhadap tuntutan eksternal, seperti kebijakan pendidikan nasional, perkembangan teknologi, dan perubahan kebutuhan peserta didik. Perubahan dalam pengelolaan madrasah seyogyanya diarahkan untuk mencapai perkembangan dan perbaikan yang melibatkan proses inovasi (Asrori, 2019). Perubahan ini mencakup aspek struktur organisasi atau pergantian pemimpin, kurikulum, serta pengelolaan sumber daya manusia yang lebih efisien (Utari, 2020). Proses perubahan ini sering kali mempengaruhi dinamika internal dalam organisasi.

- a. **Perubahan Kurikulum:** Madrasah Aliyah dapat mengalami perubahan dalam penyampaian materi pelajaran, baik itu dari segi pembaruan kurikulum berbasis kompetensi atau penyesuaian dengan kebijakan pendidikan nasional dan regional. Proses ini sering kali melibatkan pertemuan antara pimpinan madrasah dengan guru untuk mendiskusikan perubahan tersebut dan menyiapkan rencana implementasi.
- b. **Manajemen Perubahan:** Pimpinan Madrasah Aliyah memainkan peran penting dalam mengelola perubahan tersebut dengan komunikasi yang efektif. Pemimpin harus mampu merencanakan perubahan secara strategis, memberikan dukungan kepada guru dan staf, serta mengatasi resistensi terhadap perubahan dengan memberikan pemahaman yang jelas tentang manfaat perubahan tersebut.
- c. **Budaya Organisasi:** Perubahan dalam budaya organisasi, yang melibatkan peningkatan nilai-nilai kerja sama, disiplin, dan inovasi, juga perlu dikelola dengan baik. Para pendidik dan tenaga kependidikan di Madrasah Aliyah harus diajak untuk beradaptasi dengan perubahan, serta diberikan pelatihan dan pengembangan agar mereka dapat mendukung visi dan misi baru madrasah.

Strategi Pengelolaan Stres Guru

Stres di lingkungan Madrasah Aliyah bisa muncul akibat beban kerja yang tinggi, tuntutan terhadap prestasi akademik siswa, serta tekanan dari berbagai pihak, seperti orang tua dan pemerintah. Pengelolaan stres yang efektif sangat penting untuk menjaga kesejahteraan guru, siswa, dan staf lainnya. Stres di Madrasah Aliyah bisa berasal dari berbagai sumber, seperti (Gaol, 2021):

1. **Beban Tugas:** Guru menghadapi tuntutan untuk menyelesaikan materi pelajaran tepat waktu, serta memenuhi standar kurikulum yang ketat.
2. **Tekanan Akademik:** Siswa yang menghadapi ujian dan persiapan kelulusan bisa memengaruhi tingkat stres di lingkungan sekolah.
3. **Perubahan Organisasi:** Ketidakpastian yang timbul akibat perubahan organisasi atau kebijakan pendidikan baru juga dapat menambah stres bagi guru dan staf.
4. **Dampak Stres:** Stres yang tidak terkelola dengan baik bisa menyebabkan penurunan produktivitas kerja, gangguan kesehatan mental dan fisik, serta menurunnya motivasi dan semangat kerja. Untuk itu, penting bagi pimpinan Madrasah Aliyah untuk menciptakan lingkungan yang mendukung pengelolaan stres.

Pengelolaan stres guru di Madrasah Aliyah menjadi aspek penting dalam mendukung dinamika perubahan organisasi. Guru yang menghadapi tekanan akibat perubahan kurikulum, beban kerja yang meningkat, serta tuntutan masyarakat, berisiko mengalami stres yang dapat mengganggu keseimbangan emosional dan produktivitas mereka (Mumtaz, 2023). Berdasarkan kajian literatur berikut strategi pengelolaan stress dapat dilakukan untuk meminimalisir stress kerja, diantaranya adalah:

1. **Pelatihan Manajemen Stres:** Madrasah Aliyah bisa memberikan pelatihan kepada guru dan staf mengenai cara-cara mengelola stres, seperti teknik relaksasi, manajemen waktu, dan cara menghadapi tekanan (Warastri, 2022).
2. **Membangun Komunikasi yang Baik:** Memfasilitasi komunikasi yang terbuka antara guru, staf, dan pimpinan dapat membantu mengurangi ketidakpastian dan rasa tertekan.
3. **Fasilitas Kesejahteraan:** Madrasah Aliyah juga dapat memberikan dukungan psikologis melalui konselor atau menyediakan fasilitas lain yang membantu kesejahteraan mental dan fisik.
4. **Pengaturan Beban Kerja:** Memastikan bahwa beban kerja guru dan staf tidak berlebihan, serta adanya pembagian tugas yang adil (Jalil, 2019).

Pembahasan

Dinamika perubahan organisasi di Madrasah Aliyah menghadirkan tantangan yang kompleks bagi guru dalam menghadapi tuntutan baru, baik dari segi akademik maupun non-akademik. Perubahan yang terjadi sering kali memerlukan adaptasi cepat terhadap teknologi pendidikan, sistem evaluasi, dan kebijakan kurikulum yang terus berkembang. Namun, perubahan ini juga berpotensi menimbulkan ketidakseimbangan beban kerja, konflik peran, dan stres yang dapat menghambat efektivitas pengajaran.

Strategi pengelolaan stres yang efektif sangat diperlukan untuk memastikan guru tetap sehat secara fisik dan emosional dalam menghadapi tekanan tersebut. Penanganan stres yang baik melibatkan pendekatan yang holistik, termasuk aspek psikososial, spiritual, dan penguatan keterlibatan sosial di tempat kerja. Selain itu, Madrasah Aliyah perlu mengembangkan program yang mendukung keseimbangan antara kehidupan pribadi dan profesional, sehingga guru mampu mengelola stres dengan baik tanpa mengorbankan kualitas pengajaran yang diberikan.

Dalam konteks ini, dinamika perubahan organisasi dan pengelolaan stres guru harus berjalan secara sinergis agar dapat menciptakan lingkungan pendidikan yang sehat, produktif, dan berkelanjutan di Madrasah Aliyah. Dengan demikian, guru dapat terus berkontribusi secara optimal dalam menciptakan suasana pembelajaran yang berkualitas bagi para siswa.

5. KESIMPULAN

Perubahan organisasi di Madrasah Aliyah bertujuan untuk meningkatkan kualitas pendidikan, namun sering kali memunculkan tantangan seperti peningkatan beban kerja dan stres pada guru. Strategi pengelolaan stres yang efektif, seperti pelatihan, komunikasi terbuka, dukungan psikososial, dan pengaturan beban kerja yang seimbang, menjadi kunci untuk membantu guru beradaptasi dengan perubahan tersebut. Dengan pendekatan yang holistik dan terencana, Madrasah Aliyah dapat menciptakan lingkungan kerja yang sehat, mendukung kesejahteraan guru, dan meningkatkan kualitas pengajaran secara berkelanjutan.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Asih, G. Y., Widhiastuti, H., & Dewi, R. (2018). *Stres kerja*. Semarang University Press.
- Asrori, I., & Putra, E. (2019). Perubahan organisasi madrasah di Indonesia dalam menghadapi persaingan global. *ICESS: Education, Constitutional Law, Economics and Management, Sociology*, 1(1), 69-82.
- Gaol, N. T. L. (2021). Faktor-faktor penyebab guru mengalami stres di sekolah. *Educational Guidance and Counseling Development Journal*, 4(1), 17-28.
- Jalil, A. (2019). Pengaruh beban kerja, stres kerja, dan lingkungan kerja terhadap kinerja guru madrasah aliyah negeri 2 Kota Palu. *Jurnal Ilmu Perbankan dan Keuangan Syariah*, 1(2), 117-134.
- Mumtaz, S., & Rindanigsih, I. (2023). Faktor-faktor yang mempengaruhi kinerja guru: Literature review. *Academic Journal Research*, 1(1), 48-57.

- Rafki, R., Aima, H., Lusiana, L., Sari, S., Oktarina, Y., & Nofriadi, N. (2023). Pengaruh konflik, stres, dan perubahan organisasi terhadap produktivitas karyawan. *Dinamika: Jurnal Manajemen Sosial Ekonomi*, 3(2), 171-176.
- Solehudin, D., Erihadiana, M., & Ruswandi, U. (2023). Isu-isu global dan kesiapan guru madrasah menghadapi isu-isu global: Studi kasus di Madrasah Aliyah Al-Huda Pameungpeuk Bandung. *Jurnal Syntax Imperatif: Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan*, 4(4), 471-481.
- Suryani, N. K., & Yoga, G. A. D. M. (2019). Konflik dan stres kerja dalam organisasi. *Widya Manajemen*, 1(1), 99-113.
- Utari, R. (2020). *Mengawali proses perubahan di sekolah*. UNY.
- Warastri, A. (2022). Peningkatan resiliensi guru dalam kegiatan pembelajaran jarak jauh dengan pelatihan stress management. *Masyarakat Berdaya dan Inovasi*, 3(1), 42-46.
- Yusuf, S. A., & Khasanah, U. (2019). Kajian literatur dan teori sosial dalam penelitian. *Metode penelitian ekonomi syariah*, 80, 1-23.