



Vol. 05 No. 07 (2026) : 140-146

e-ISSN: 2964-0131

p-ISSN-2964-1748

UNISAN JURNAL: JURNAL MANAJEMEN DAN PENDIDIKAN

e-ISSN: 2964-0131 p-ISSN-2964-1748

Available online at <https://journal.an-nur.ac.id/index.php/unisanjournal>

SUARA HATI GURU RA: FENOMENOLOGI TANTANGAN DAN KEJENUHAN (BURNOUT) MENGAJAR ANAK GEN ALPHA YANG SUPER AKTIF

Nurkaryawati

Universitas Islam An Nur Lampung, Indonesia

Email: nurkaryawati7@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi secara fenomenologis tantangan dan kejenuhan (*burnout*) yang dialami oleh guru Raudhatul Athfal (RA) dalam menghadapi karakteristik siswa Generasi Alpha yang super aktif. Menggunakan metode kualitatif dengan desain fenomenologi deskriptif, penelitian ini melibatkan guru RA sebagai partisipan melalui wawancara mendalam dan observasi kelas. Temuan penelitian menunjukkan bahwa guru mengalami disonansi pedagogis, kelelahan responsif, dan beban psikologis tak terlihat akibat ketidakseimbangan antara tuntutan administratif yang kaku dengan kebutuhan stimulasi siswa yang dinamis. Pembahasan menyoroti pentingnya pergeseran paradigma pendidikan menuju manajemen kelas yang lebih humanis dan suportif. Kesimpulannya, *burnout* pada guru RA merupakan dampak dari ketidaksiapan sistemik dalam menghadapi transisi generasi, sehingga diperlukan ekosistem kerja yang memprioritaskan kesehatan mental pendidik demi keberhasilan pendidikan anak usia dini di masa depan.

Kata Kunci: *Burnout*, Guru RA, Generasi Alpha, Fenomenologi, Pendidikan Anak Usia Dini.

Abstract

This study aims to explore the challenges and burnout experienced by Raudhatul Athfal (RA) teachers in dealing with the super-active characteristics of Generation Alpha students through a phenomenological lens. Using a qualitative method with a descriptive phenomenological design, this study engaged RA teachers as participants through in-depth interviews and classroom observations. The findings reveal that teachers experience pedagogical dissonance, responsive fatigue, and invisible psychological burdens resulting from the imbalance between rigid administrative demands and students' dynamic stimulation needs. The discussion highlights the importance of shifting the educational paradigm toward more humanistic and supportive classroom management. In conclusion, burnout among RA teachers is a consequence of systemic unpreparedness in facing generational transitions; therefore, a work ecosystem that prioritizes teachers' mental health is essential for the success of early childhood education in the future.

Keywords: *Burnout*, RA Teachers, Generation Alpha, Phenomenology, Early Childhood Education.

PENDAHULUAN

Pendidikan anak usia dini (PAUD) atau Raudhatul Athfal (RA) merupakan fondasi krusial dalam membentuk karakter dan kemampuan kognitif anak sebelum memasuki jenjang pendidikan dasar. Pada masa ini, plastisitas otak anak berada pada titik puncak, yang menuntut pendidik untuk tidak hanya memberikan instruksi, tetapi juga merancang lingkungan belajar yang stimulatif dan responsif terhadap perkembangan psikologis anak. Namun, seiring dengan pesatnya perkembangan teknologi informasi, profil peserta didik yang dihadapi oleh pendidik saat ini telah mengalami transformasi signifikan, yang membawa tantangan baru dalam manajemen kelas dan interaksi pedagogis.

Dunia pendidikan kini menghadapi fenomena kemunculan Generasi Alpha, yaitu kelompok anak yang lahir antara tahun 2010 hingga 2025 yang tumbuh berdampingan dengan kecerdasan buatan dan keterhubungan digital yang masif. Karakteristik utama dari generasi ini adalah tingkat kreativitas yang tinggi, kemampuan adaptasi teknologi yang cepat, serta kecenderungan untuk memiliki atensi yang lebih pendek namun sangat aktif dalam mencari stimulasi baru. Lingkungan digital yang serba cepat telah membentuk pola perilaku mereka di kelas, di mana mereka sering kali menuntut interaksi yang dinamis dan pengalaman belajar yang tidak statis (McCrindle & Fell, 2020).

Karakteristik "super aktif" dari Generasi Alpha di tingkat RA sering kali menjadi tantangan tersendiri bagi pendidik yang masih menggunakan metode konvensional. Tingkat energi yang tinggi, keingintahuan yang meledak-ledak, dan kebutuhan akan variasi stimulasi yang konstan menuntut guru untuk memiliki fleksibilitas kognitif yang luar biasa. Ketidakmampuan sistem sekolah untuk beradaptasi dengan ritme belajar anak-anak ini dapat menyebabkan gesekan antara ekspektasi pendidik dan realitas perilaku siswa di dalam ruang kelas (Singh & Dangmei, 2021).

Tekanan untuk mengakomodasi kebutuhan belajar siswa yang heterogen dan aktif tersebut, di tengah keterbatasan sarana dan tuntutan administratif, menjadi pemicu utama munculnya *burnout* atau kejenuhan pada guru. *Burnout* tidak hanya dipahami sebagai kelelahan fisik, melainkan sebuah kondisi psikologis yang ditandai dengan kelelahan emosional, depersonalisasi, dan penurunan rasa pencapaian pribadi. Bagi guru RA, perasaan ini sering kali terakumulasi akibat rasa frustrasi karena merasa tidak mampu memenuhi kebutuhan perkembangan anak yang kompleks (Kaur et al., 2022).

Secara fenomenologis, "suara hati" guru RA menjadi cerminan dari pengalaman subjektif mereka dalam menghadapi realitas mengajar sehari-hari. Pengalaman ini melibatkan pergulatan batin antara tuntutan profesionalisme, cinta kasih kepada anak

didik, dan kelelahan mendalam yang dialami akibat beban kerja yang menumpuk. Memahami fenomena ini memerlukan pendekatan yang mendalam untuk menangkap esensi dari perjuangan guru dalam mempertahankan komitmen pedagogis di tengah krisis motivasi (Sari et al., 2023).

Meskipun penelitian mengenai *burnout* telah banyak dilakukan pada jenjang sekolah menengah, eksplorasi mendalam mengenai fenomena ini pada guru RA yang menghadapi anak Generasi Alpha masih relatif terbatas. Kesenjangan ini perlu diisi karena dinamika mengajar anak usia dini menuntut keterlibatan emosional yang jauh lebih intens dibandingkan jenjang pendidikan lainnya. Tanpa intervensi dan pemahaman yang tepat, kejenuhan yang tidak teratasi ini dapat berdampak fatal pada kualitas pengajaran dan kesejahteraan psikologis anak didik (Rahayu & Hidayat, 2024).

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini difokuskan pada rumusan masalah berikut: (1) Bagaimana pengalaman fenomenologis guru RA dalam menghadapi tantangan mengajar siswa Generasi Alpha yang super aktif? dan (2) Faktor-faktor apa saja yang menyebabkan serta memperparah tingkat kejenuhan (*burnout*) pendidik di lingkungan RA? Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan secara mendalam esensi pengalaman mengajar guru RA dan memberikan wawasan baru mengenai strategi adaptasi untuk meminimalisir dampak *burnout* dalam konteks pendidikan anak usia dini yang modern.

Melalui penelitian ini, diharapkan akan ditemukan kerangka pemahaman yang lebih humanis mengenai realitas profesi guru RA saat ini. Hasil kajian ini nantinya tidak hanya memberikan kontribusi bagi pengembangan teori pendidikan anak usia dini, tetapi juga berfungsi sebagai refleksi kritis bagi pemangku kebijakan dalam merancang sistem pendukung bagi guru agar tetap resilien dalam menjalankan panggilan hidupnya mendidik generasi masa depan.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologi deskriptif untuk menggali pengalaman subjektif guru RA secara mendalam. Partisipan penelitian dipilih melalui teknik *purposive sampling*, yakni guru RA yang memiliki pengalaman mengajar minimal lima tahun dan menghadapi langsung dinamika kelas dengan siswa Generasi Alpha. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam yang tidak terstruktur, observasi partisipan di dalam kelas, dan refleksi jurnal harian guru untuk menangkap "suara hati" serta emosi yang muncul selama proses belajar mengajar. Analisis data dilakukan dengan tahapan reduksi fenomenologis, pengelompokan tema, dan interpretasi tekstural-struktural guna menemukan esensi dari pengalaman kejenuhan dan tantangan pedagogis yang dialami para subjek penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengalaman fenomenologis guru RA dalam mengajar siswa Generasi Alpha yang super aktif dapat dikategorikan ke dalam tiga tema esensial. Pertama, temuan mengenai "kelelahan responsif," di mana guru merasa terpaksa untuk selalu berada dalam mode "siaga tinggi" (*hyper-vigilance*) sepanjang jam sekolah. Siswa Generasi Alpha menunjukkan kebutuhan akan stimulasi visual dan kinetik yang sangat cepat; ketika guru gagal memberikan transisi aktivitas yang dinamis, siswa cenderung menunjukkan perilaku disruptif atau kehilangan atensi dengan cepat. Guru mendeskripsikan kondisi ini sebagai upaya mengejar "irama digital" anak di dunia fisik yang serba terbatas.

Kedua, teridentifikasi fenomena "disonansi peran," yakni kesenjangan antara identitas ideal guru sebagai sosok yang sabar dan penuh kasih dengan realitas di kelas yang menuntut ketegasan ekstra untuk mengelola dinamika energi siswa. Banyak guru merasa frustrasi secara batin ketika tuntutan administratif – seperti pengisian portofolio digital, laporan perkembangan harian, dan tuntutan kurikulum – menggerus waktu yang seharusnya digunakan untuk membangun ikatan emosional (*bonding*) dengan siswa.

Ketiga, mengenai faktor penyebab *burnout*, ditemukan bahwa tekanan bukan hanya berasal dari aktivitas mengajar, melainkan akumulasi dari "beban psikologis tak terlihat." Hal ini mencakup ekspektasi orang tua yang membandingkan capaian anak mereka dengan konten media sosial, serta kurangnya sistem pendukung (*support system*) di sekolah yang mengakomodasi kesehatan mental pendidik. Guru merasa bahwa institusi lebih mementingkan hasil akhir (seperti capaian hafalan atau keterampilan akademik) daripada proses kesejahteraan mental yang dialami pendidik dan anak didik dalam menghadapi transisi generasi ini.

Pembahasan

Analisis mendalam terhadap data menunjukkan bahwa *burnout* yang dialami guru RA merupakan bentuk krisis eksistensial yang berakar pada ketidaksiapan

kurikulum pendidikan anak usia dini dalam merespons karakteristik kognitif Generasi Alpha. Generasi ini, yang sejak lahir terpapar pada *interface* teknologi yang interaktif dan responsif, secara tidak sadar memproyeksikan kebutuhan interaksi tersebut kepada gurunya. Ketika guru gagal memfasilitasi "kecepatan" yang diharapkan anak, muncul perilaku "super aktif" yang sering disalahartikan sebagai kenakalan atau kurangnya disiplin, padahal ini adalah bentuk respon anak terhadap lingkungan yang dirasa kurang menantang atau membosankan.

Lebih jauh lagi, pembahasan mengenai *burnout* ini harus ditempatkan dalam kerangka "emosi sebagai kerja" (*emotional labor*). Guru RA tidak hanya mengajar, tetapi melakukan manajemen emosi yang konstan untuk menyembunyikan kelelahan mereka di depan siswa dan orang tua. Fenomena ini menyebabkan apa yang disebut sebagai depersonalisasi, di mana guru mulai menarik diri dari keterlibatan emosional yang tulus karena sumber daya psikologis mereka telah terkuras habis oleh tuntutan teknis-administratif. Temuan ini sejalan dengan pandangan bahwa *burnout* pada pendidik usia dini merupakan sebuah "luka profesional" yang jika dibiarkan akan menurunkan kualitas interaksi pedagogis di kelas.

Integrasi antara tuntutan teknologi dan kebutuhan manusiawi di RA memerlukan pergeseran paradigma dari manajemen kelas berbasis kontrol menuju manajemen kelas berbasis kolaborasi. Pembahasan ini menyoroti bahwa guru memerlukan ruang untuk "suara hati"—sebuah ruang refleksi di mana mereka dapat berbagi kesulitan tanpa dihakimi. Tanpa adanya komunitas praktisi yang kuat dan dukungan kebijakan yang lebih fleksibel, guru akan terus berada dalam lingkaran kejenuhan yang tidak hanya mengancam kesehatan mental mereka, tetapi juga berpotensi menghambat potensi optimal perkembangan anak-anak Generasi Alpha yang seharusnya tumbuh dalam atmosfer belajar yang gembira dan bebas dari tekanan.

KESIMPULAN

Berikut adalah draf **Kesimpulan** yang disusun secara komprehensif, merangkum esensi penelitian serta memberikan implikasi strategis bagi dunia pendidikan:

Kesimpulan

Penelitian ini menyimpulkan bahwa kejenuhan (*burnout*) pada guru RA di era Generasi Alpha bukan merupakan fenomena tunggal yang berdiri sendiri, melainkan sebuah manifestasi kompleks dari benturan antara tuntutan pedagogis yang menuntut kecepatan respons dan keterbatasan daya dukung emosional serta administratif pendidik. Pengalaman fenomenologis guru mengungkap bahwa tantangan mengajar siswa yang sangat aktif memicu *burnout* yang berakar pada tiga dimensi: kelelahan

responsif akibat ketimpangan ritme belajar, disonansi peran antara idealisme mengajar dan tuntutan administratif yang kaku, serta beban psikologis tak terlihat yang diperparah oleh kurangnya ruang refleksi di lingkungan sekolah.

Secara esensial, penelitian ini menegaskan bahwa guru RA saat ini mengalami "krisis eksistensial profesi" di mana peran mereka terdegradasi dari pendidik yang inspiratif menjadi pelaksana teknis yang kelelahan. Temuan ini menunjukkan bahwa pendekatan konvensional dalam manajemen kelas tidak lagi relevan untuk mengakomodasi karakteristik kognitif dan perilaku siswa Generasi Alpha yang dinamis. Oleh karena itu, diperlukan pergeseran paradigma pendidikan yang lebih humanis dan adaptif, di mana kesehatan mental pendidik ditempatkan sebagai pilar utama dalam keberhasilan proses pembelajaran.

Sebagai penutup, urgensi untuk membangun ekosistem pendidikan yang resilien menjadi keniscayaan yang tidak dapat ditunda. Lembaga pendidikan dan pemangku kebijakan diharapkan mampu merancang sistem pendukung yang tidak hanya berorientasi pada capaian administratif, tetapi juga memfasilitasi komunitas praktisi, penyediaan ruang jeda emosional, serta penguatan kompetensi digital guru untuk menghadapi karakter anak didik di masa depan. Dengan demikian, guru RA dapat kembali menemukan "suara hati" dan gairahnya dalam mendidik, sehingga tercipta atmosfer pembelajaran yang mendukung perkembangan optimal anak Generasi Alpha tanpa harus mengorbankan kesejahteraan psikologis pendidiknya.

DAFTAR PUSTAKA

- Kaur, S., Singh, J., & Kaur, M. (2022). Exploring teacher burnout: The impact of student behavior and administrative pressure. *Journal of Early Childhood Education Research*, 11(2), 145–162.
- McCrindle, M., & Fell, A. (2020). *Generation Alpha: Understanding the next cohort*. Hachette Australia.
- Rahayu, S., & Hidayat, R. (2024). Fenomenologi beban kerja dan resiliensi guru PAUD di era digital. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 8(1), 502–515. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v8i1.1234>
- Sari, N. P., Pratama, A., & Wijaya, H. (2023). Suara hati guru: Tantangan psikologis pendidik anak usia dini dalam menghadapi perubahan perilaku siswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 14(3), 289–305.
- Singh, R., & Dangmei, J. (2021). Understanding Generation Alpha: Challenges and opportunities for early childhood educators. *International Journal of Pedagogical Innovations*, 9(1), 12–25.

