

HUBUNGAN ANTARA *PERCEIVED ORGANIZATIONAL SUPPORT* DENGAN *TECHNOSTRESS* PADA GURU SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI DI KOTA SEMARANG

Athira Diva Maharani¹, Ika Zenita Ratnaningsih¹

¹Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
Jalan Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, Jawa Tengah 50275

athiradivaa@gmail.com

ABSTRAK

Pesatnya perkembangan teknologi yang berpengaruh signifikan pada bidang pendidikan menuntut guru untuk senantiasa beradaptasi dengan teknologi, khususnya dalam pemanfaatan teknologi untuk mendukung pekerjaannya sebagai pendidik. Peningkatan intensitas penggunaan teknologi, tuntutan untuk terus beradaptasi, serta adanya hambatan dalam penggunaan teknologi yang terjadi dapat menimbulkan *technostress*. Dukungan organisasi dalam hal ini menjadi sumber daya penting yang membantu guru dalam beradaptasi dan menghadapi *technostress*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *perceived organizational support* dengan *technostress* pada guru sekolah menengah pertama negeri di Kota Semarang. Sampel penelitian terdiri atas 235 guru SMP Negeri yang ada di Kota Semarang yang ditentukan melalui teknik *cluster random sampling*. Data dikumpulkan menggunakan dua alat ukur, yaitu Skala *Perceived Organizational Support* (15 aitem, $\alpha = 0.90$) dan Skala *Technostress* (30 aitem, $\alpha = 0.935$). Pengujian hipotesis menggunakan analisis regresi sederhana menunjukkan bahwa *perceived organizational support* mampu menjelaskan 24.6% variasi dari *technostress* ($R^2 = 0.246$; $F(1, 233) = 76.083$; $p < .001$). *Perceived organizational support* secara signifikan mampu memprediksi *technostress* ($\beta = -0.496$; $p < .001$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan bersifat negatif yang signifikan antara *perceived organizational support* dengan *technostress*. Semakin tinggi *perceived organizational support* dalam hal ini akan diikuti dengan semakin rendahnya *technostress* pada guru sekolah menengah pertama negeri di Kota Semarang dan begitupun sebaliknya.

Kata kunci: *perceived organizational support*; *technostress*; guru

THE RELATIONSHIP BETWEEN PERCEIVED ORGANIZATIONAL SUPPORT AND TECHNOSTRESS AMONG PUBLIC JUNIOR HIGH SCHOOL TEACHERS IN SEMARANG CITY

Athira Diva Maharani¹, Ika Zenita Ratnaningsih¹

¹Faculty of Psychology Universitas Diponegoro
Jalan Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, Jawa Tengah 50275

athiradivaa@gmail.com

ABSTRACT

The rapid advancement of technology has significantly impacted the field of education, requiring teachers to continuously adapt to technological developments, particularly in using technology to support their roles as educators. The increasing intensity of technology use, the demand to adapt continuously, and the existence of obstacles in technology use can lead to technostress. Organizational support in this case is an important resource that helps teachers adapt and cope with technostress. This study aims to determine the relationship between perceived organizational support and technostress among public junior high school teachers in Semarang City. The sample consisted of 235 public junior high school teachers in Semarang City, determined through a cluster random sampling technique. Data were collected using two measuring instruments: the Perceived Organizational Support Scale (15 items, $\alpha = 0.90$) and the Technostress Scale (30 items, $\alpha = 0.935$). Hypothesis testing using simple regression analysis showed that perceived organizational support explained 24.6% of the variance in technostress ($R^2 = 0.246$; $F(1, 233) = 76.083$; $p < .001$). Perceived organizational support significantly predicted technostress ($\beta = -0.496$; $p < .001$). These results indicate a significant negative relationship between perceived organizational support and technostress. Higher perceived organizational support in this case will be followed by the lower technostress among public junior high school teachers in Semarang City, and vice versa.

Keywords: *perceived organizational support; technostress; teachers*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pesatnya perkembangan teknologi informasi dan komunikasi pada abad ke-21 berpengaruh pada berbagai bidang kehidupan, salah satunya adalah bidang pendidikan. Bidang pendidikan yang menjadi salah satu bidang terpenting demi memajukan kehidupan bangsa diharuskan senantiasa mengikuti perkembangan zaman. Munculnya ilmu dan teknologi baru pada setiap perkembangannya menciptakan perubahan yang signifikan pada bidang pendidikan. Saat ini segala kegiatan belajar mengajar yang dilakukan tak luput dari adanya penggunaan berbagai teknologi (Puspitarini, 2022). Guru sebagai garda terdepan di dunia pendidikan pun dalam hal ini dituntut untuk bisa menguasai dan mengintegrasikan teknologi dalam proses pembelajarannya. Sebagai fasilitator pembelajaran, adanya tuntutan tersebut tentunya menjadi salah satu tantangan yang harus dihadapi oleh guru. Guru sendiri merupakan sosok yang membantu siswa dalam mencapai keberhasilan di masa depan melalui pengembangan berbagai pengetahuan, keterampilan, serta nilai moral (Sulistiani & Nugraheni, 2023). Untuk itu dalam menghadapi perkembangan zaman, guru diharuskan dapat dengan terbuka menyesuaikan diri dengan perubahan dan memiliki cukup penguasaan teknologi yang kemudian bisa diimplementasikan dalam kegiatan pembelajaran.

Apalagi sistem pendidikan di Indonesia kini telah mengimplementasikan Kurikulum Merdeka. Kurikulum Merdeka merupakan kurikulum berbasis karakter, kompetensi, dan kreativitas yang diimplementasikan pada pendidikan dasar dan

menengah sejak tahun 2022. Pembelajaran berbasis proyek menjadi karakteristik pembelajaran yang diimplementasikan pada kurikulum ini. Hal tersebut guna mengembangkan keterampilan nonteknis dan karakter siswa. Kemudian demi memberikan siswa waktu yang cukup untuk bisa belajar dengan mendalam terkait literasi serta numerasi pun, kurikulum ini menekankan pada materi yang bersifat esensial. Tak hanya itu, guru memiliki fleksibilitas untuk melakukan pembelajaran dalam proses pengimplementasian kurikulum ini. Materi pembelajaran ataupun kurikulum yang akan diimplementasikan bisa dengan leluasa guru sesuaikan dengan karakteristik siswa yang diajar, visi misi instansi pendidikan, serta budaya dan kearifan lokal daerah setempat (Badan Standar, Kurikulum, dan Asesmen Pendidikan Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia, 2024)

Pengimplementasian Kurikulum Merdeka tentunya tak luput dari adanya tantangan. Teknologi dalam konteks ini memainkan peran yang penting dalam proses peningkatan kualitas pendidikan dengan Kurikulum Merdeka Belajar (Widiyono & Millati, 2021). Teknologi dalam penerapan Kurikulum Merdeka dapat membantu guru sebagai pengajar mengalokasikan waktu dengan lebih efektif dan efisien, memfasilitasi proses pembelajaran, menurunkan tingkat ketergantungan pembelajaran berbasis ceramah, dan mengembangkan proses pembelajaran yang mandiri pada siswa (Koelsoem & Kusmiyati, 2024).

Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi dalam mendukung implementasi Kurikulum Merdeka pun merilis platform digital ataupun aplikasi yang bertujuan untuk membuat proses pembelajaran menjadi lebih efisien. Contoh

aplikasi atau platform tersebut seperti Akunbelajar.id dan Platform Merdeka Mengajar (PMM). Akunbelajar.id merupakan akun yang digunakan untuk mengakses berbagai kebutuhan kegiatan mengajar seperti Platform Merdeka Mengajar (PMM), Chromebook, Rumah Belajar, Canva, Rapor Pendidikan, dan sebagainya. Platform Merdeka Mengajar sendiri merupakan aplikasi khusus untuk guru dan kepala sekolah yang berasal dari berbagai sekolah di Indonesia agar dapat saling belajar dan berbagi. Platform ini merupakan platform edukasi yang menyediakan beragam referensi perangkat ajar, modul pelatihan bagi guru untuk mengembangkan proses kegiatan mengajarnya, dan memberikan ruang bagi guru untuk mendokumentasikan serta membagikan karyanya. Bermunculannya aplikasi atau platform-platform baru tersebut tentu membuat guru harus mempelajarinya agar nantinya teknologi baru tersebut bisa diintegrasikan dalam proses pembelajaran.

Selain bertanggung jawab dalam hal pengajaran, guru tentunya juga memiliki tugas administratif yang harus dipenuhi. Tugas administratif yang harus dikerjakan oleh guru antara lain seperti menyusun rencana pelaksanaan pembelajaran, membuat soal, membuat administrasi kelas seperti daftar presensi, melakukan pemeriksaan dan penilaian hasil tugas siswa, hingga menyusun rapor siswa. Saat ini, seluruh aktivitas administratif tersebut sebagian besar dilakukan dengan memanfaatkan bantuan teknologi (Wijayanti dkk., 2024).

Meskipun guru dituntut untuk bisa beradaptasi dengan teknologi dan mengintegrasikan teknologi tersebut dalam menjalani pekerjaannya sebagai guru, tetapi nyatanya setiap sekolah di Indonesia tak selalu memiliki ketersediaan sarana

prasarana teknologi dan dukungan pengembangan guru yang sama antar sekolah. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik mengenai proporsi sekolah dengan akses komputer pada tahun 2021-2022 diketahui bahwa hanya terdapat 27,10% sekolah di Indonesia yang memiliki akses terhadap komputer (Badan Pusat Statistik, 2024). Sementara itu, berdasarkan data Badan Pusat Statistik pada tahun 2018 baru terdapat 80,29% SMP Negeri di daerah Indonesia Barat yang menggunakan fasilitas internet (Badan Pusat Statistik, 2018). Kemudian dilansir dari pusdatin.kemdikbud.go.id melalui angket literasi yang diberikan kepada 133.072 siswa SMP peserta ujian nasional, ditemukan bahwa sebagian besar siswa SMP memiliki kepuasan yang rendah akan ketersediaan media digital dan kemudahan akses internet di ruang kelas. Data-data tersebut menunjukkan bahwa belum semua sekolah memiliki akses terhadap komputer dan memiliki fasilitas internet yang memadai. Hal ini tentunya membuat kondisi tantangan perkembangan teknologi yang harus dihadapi oleh setiap guru berbeda satu sama lain. Hasil penelitian Dalena dkk (2019) menunjukkan bahwa minimnya ketersediaan teknologi di sekolah, terbatasnya kemampuan guru dalam memanfaatkan teknologi dalam pembelajaran, keterbatasan waktu untuk membuat media belajar dengan teknologi, dan ketidaktahuan akan teknologi sebagai media belajar menjadi kendala dalam penggunaan teknologi oleh guru.

Kota Semarang sendiri merupakan salah satu kota besar di Indonesia yang mendukung transformasi digital dalam pendidikan. Dinas Pendidikan Kota Semarang mengupayakan peningkatan integrasi teknologi dalam dunia pendidikan melalui berbagai inisiatif seperti mengadakan pelatihan teknologi untuk guru,

menyediakan akses ke platform pembelajaran, dan mengembangkan infrastruktur pendidikan berbasis teknologi. Salah satu jenjang pendidikan yang turut menjadi sasaran transformasi digital dalam pendidikan adalah jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP). Kota Semarang sendiri memiliki 45 SMP Negeri yang tersebar luas di berbagai wilayah Kota Semarang. Hasil penggalan data awal dengan Dinas Pendidikan Kota Semarang dan guru di salah satu SMPN Kota Semarang menunjukkan bahwa guru dalam melakukan pekerjaannya tak lepas dari adanya penggunaan teknologi. Guru menggunakan teknologi dalam menyelesaikan tugas administratif, membuat media pembelajaran, dan ketika proses pembelajaran berlangsung. Pihak sekolah pun memperkenankan para muridnya untuk membawa *gadget* ke sekolah dengan batasan tertentu karena *gadget* tersebut dibutuhkan untuk mendukung proses pembelajaran. Proses pembelajaran yang dilakukan memanfaatkan aplikasi atau *platform-platform online* yang memberikan pengalaman pembelajaran secara interaktif. Adapun platform atau media yang biasa digunakan seperti Quizizz, Canva, Google Classroom, Google Form, dan Youtube.

Akunbelajar.id menjadi salah satu bentuk teknologi yang dimanfaatkan dalam mendukung aktivitas kerja guru. Setiap guru SMP Negeri di Kota Semarang dalam kaitannya dengan hal tersebut telah memiliki Akunbelajar.id. Akunbelajar.id ini digunakan tidak hanya untuk menunjang pelaksanaan tugas pengajaran, tetapi juga mendukung penyelesaian berbagai tugas administratif. Melalui Akunbelajar.id para guru dapat mengakses berbagai platform pembelajaran, menyimpan dan membagikan materi ajar, mengelola tugas siswa, dan melakukan tugas administratif melalui fitur-fitur yang tersedia seperti Google Workspace yang meliputi Google

Classroom, Google Docs, Google Drive, dan Google Form. Secara khusus, Google Form kini banyak dimanfaatkan oleh SMP Negeri di Kota Semarang sebagai alternatif pelaksanaan ujian siswa untuk menggantikan metode ujian berbasis kertas. Peralihan tersebut mencerminkan adanya transformasi digital dalam praktik evaluasi pembelajaran yang dilakukan oleh sekolah. Pada momen tertentu, Akunbelajar.id ini juga digunakan untuk pelaksanaan uji kompetensi kenaikan jenjang jabatan guru. Di sisi lain, terdapat pula aplikasi e-Rapor yang turut menjadi bagian dari digitalisasi administrasi sekolah, yang wajib digunakan oleh satuan Pendidikan termasuk SMP Negeri di Kota Semarang. Aplikasi e-Rapor ini digunakan oleh guru untuk menginput, mengelola, dan melaporkan hasil belajar siswa secara digital yang terintegrasi langsung dengan Data Pokok Pendidikan (Dapodik). Teknologi dalam hal ini telah menjadi kebutuhan yang tak terhindarkan dalam menjalani pekerjaan sebagai guru. Guru SMP Negeri di Kota Semarang dalam hal ini memiliki eksposur yang tinggi terhadap penggunaan teknologi.

Ditinjau dari segi fasilitas pendukung sendiri sebenarnya setiap SMP Negeri di Kota Semarang telah memiliki laboratorium komputer dan akses *Wi-Fi*. Setiap SMP Negeri di Kota Semarang juga telah melakukan pengadaan laptop. Hanya saja pengadaan laptop tersebut tidak secara khusus diberikan kepada setiap guru, melainkan hanya sebagai aset sekolah. Apabila dibutuhkan, maka guru, tenaga kependidikan, dan siswa dapat menggunakannya. Namun, hasil wawancara peneliti mendapati bahwa selama proses menjalankan pekerjaan dengan dukungan teknologi itu sendiri, guru masih menghadapi beberapa kendala. Kendala yang dialami antara lain seperti koneksi internet yang kurang memadai, kurangnya

kompetensi teknologi, waktu kerja yang sibuk sehingga tidak memiliki waktu untuk membuat media pembelajaran sendiri menggunakan teknologi, dan adanya siswa yang tidak membawa *gadget*. Hal tersebut selaras dengan penelitian Aulia dkk (2024) yang mendapatkan temuan bahwa dalam menggunakan teknologi untuk proses pembelajaran terdapat kendala yang dialami oleh guru, yaitu kurang memadainya pelatihan dalam teknologi pembelajaran, kesulitan beradaptasi dengan cepatnya perubahan teknologi pembelajaran, kurang memadainya sumber daya teknologi seperti perangkat keras dan perangkat lunak di sekolah, bertambahnya beban penggunaan teknologi akibat masalah teknis, sulitnya menemukan konten yang sesuai dengan kebutuhan siswa, perlunya memahami dan menjaga privasi data siswa, dan kurangnya dukungan dari pihak sekolah atau pemerintah dalam menghadapi masalah penggunaan teknologi dalam pembelajaran.

Penggunaan teknologi ini membuat guru kewalahan karena di samping mereka harus membimbing siswanya, mereka juga harus beradaptasi dengan teknologi dan mengatasi kendala yang terjadi. Apalagi jenjang SMP memiliki karakteristik yang berbeda dengan jenjang lainnya. SMP merupakan jenjang pendidikan dengan siswa yang sedang berada pada masa remaja, yaitu masa transisi dari kanak-kanak menuju masa dewasa. Pada masa ini, siswa mengalami berbagai perubahan dari segi fisik, emosional, kognitif, maupun sosial yang membuatnya cenderung lebih sensitif, memiliki emosi, dan perilaku yang tidak stabil. Bersamaan dengan hal tersebut, pada jenjang SMP ini siswa juga mulai mengalami peningkatan tanggung jawab serta penurunan ketergantungan terhadap orang tua, mengalami perubahan lingkungan belajar yang signifikan yaitu dari sekolah dasar yang cenderung kecil

dan akrab dengan satu guru untuk semua mata pelajaran ke sekolah yang lebih besar dengan banyak guru sesuai spesialisasinya masing-masing, mengalami peningkatan fokus pada pencapaian dan kinerja (Direktorat Guru dan Tenaga Kependidikan Pendidikan Dasar, 2020).

Perubahan-perubahan yang terjadi pada siswa memengaruhi dinamika pembelajaran di kelas dan meningkatkan kompleksitas peran guru SMP. Perkembangan yang terjadi pada remaja dalam banyak aspek membutuhkan pendampingan yang tepat agar pertumbuhan mereka dapat berlangsung dengan optimal. Guru SMP dalam hal ini tak hanya menjadi pendidik yang harus menguasai materi ajar dan strategi mengajar, tetapi juga harus dapat memahami dan merespons dengan baik tantangan psikososial yang dihadapi siswa.

Direktorat Guru dan Tenaga Kependidikan Pendidikan Dasar (2020) mengemukakan bahwa guru SMP diharapkan memiliki kecakapan khusus seperti kemampuan beradaptasi dengan psikologi perkembangan siswa SMP, kecakapan berkomunikasi, kreativitas dan keingintahuan intelektual dengan menggunakan variasi pendekatan dan metode pembelajaran serta memiliki penguasaan ilmu pengetahuan dan teknologi yang kuat, hingga kecakapan melek informasi dan media. Sejalan dengan tuntutan tersebut, guru perlu senantiasa meningkatkan kapasitas profesionalnya termasuk dalam pemanfaatan teknologi di dunia pendidikan secara optimal. Teknologi dalam hal ini memiliki peran krusial dalam mendukung peningkatan profesionalisme guru dengan menyediakan akses ke sumber daya yang lebih luas dan mendorong pendekatan pengajaran yang lebih inovatif (Zhang, 2022). Teknologi dibutuhkan oleh guru tidak hanya sebagai

pengganti pembelajaran tradisional, tetapi juga meningkatkan kualitas interaksi dan keterlibatan dalam proses pembelajaran (Wekerle dkk., 2022). Dengan demikian, Guru SMP dalam hal ini tak hanya harus menghadapi tantangan pedagogis dalam membimbing siswa SMP yang sedang berada pada masa remaja, melainkan juga harus menghadapi tantangan teknologi yang selalu berkembang.

Intensifnya kebutuhan penggunaan teknologi, tuntutan untuk bisa senantiasa beradaptasi dengan teknologi, dan hambatan dalam menggunakan teknologi yang sebelumnya dipaparkan dapat menyebabkan terjadinya *technostress* pada guru SMP Negeri di Kota Semarang yang pada dasarnya sudah memiliki beban berat untuk membimbing siswa remaja. *Technostress* sendiri dianggap sebagai kondisi psikologis yang negatif, yang berkaitan dengan penggunaan atau penyalahgunaan teknologi serta ancaman penggunaan teknologi di masa mendatang (Salanova dkk., 2013). Tarafdar dkk (2007) mengemukakan bahwasanya *technostress* ialah masalah adaptasi yang dialami individu akibat tidak mampu mengatasi tuntutan teknologi atau tidak terbiasa dengan pengoperasian teknologi, informasi, dan komunikasi. *Technostress* yang terjadi dapat ditandai dengan adanya *techno-overload*, *techno-complexity*, *techno-insecurity*, *techno-invasion*, dan *techno-uncertainty*.

Techno-overload merupakan situasi yang muncul ketika individu yang menggunakan teknologi dipaksa untuk bekerja melebihi kemampuannya dengan lebih cepat dan menghabiskan lebih banyak waktu untuk bekerja. *Techno-complexity* merupakan situasi ketika kerumitan teknologi membuat individu merasa kemampuan dan pengetahuannya tidak mencukupi untuk menggunakan teknologi

sehingga individu menghabiskan waktu dan berupaya untuk mempelajari berbagai aspek teknologi. *Techno-insecurity* merupakan situasi ketika individu merasa terancam kehilangan pekerjaannya akibat adanya teknologi baru yang menggantikannya atau karena adanya individu lain yang pemahaman akan teknologinya lebih baik. *Techno-invasion* merupakan situasi yang membuat individu merasa dirinya harus selalu terhubung karena teknologi menjadikannya bisa dihubungi kapanpun. Sementara itu, *techno-uncertainty* merupakan situasi yang muncul ketika pesatnya perkembangan teknologi membuat individu merasakan ketidakpastian dan kecemasan dalam dirinya, individu merasa dituntut untuk terus belajar mengenai teknologi yang baru.

Hasil penelitian terdahulu menemukan bahwa guru adalah salah satu profesi yang rentan mengalami *technostress* karena faktor kelebihan informasi, tekanan untuk beradaptasi atau terus mengikuti teknologi, kurangnya kompetensi teknologi, ketergantungan akan teknologi, dan kesulitan teknis (Khlaif dkk., 2023; Rodriguez-Barboza dkk., 2023; Saltan dkk., 2024). Hal ini selaras dengan aspek *technostress* yang telah dijelaskan sebelumnya, seperti *techno-overload*, *techno-complexity*, dan *techno-uncertainty*. Meskipun teknologi menawarkan efisiensi, kebutuhan penggunaan teknologi dapat menjadi sumber tekanan tersendiri bagi guru terutama ketika mereka dihadapkan dengan gangguan teknis, pembaruan sistem, serta kompleksitas fitur yang membutuhkan pemahaman dan penyesuaian yang tidak selalu mudah. Adanya teknologi baru beserta dengan kompleksitasnya menyebabkan guru berada di situasi yang membuatnya merasakan stres dan ketidakamanan (Rodriguez-Barboza dkk., 2023). Hadirnya Akunbelajar.id dengan

berbagai akses *platformnya* serta e-Rapor dalam hal ini tidak hanya merepresentasikan transformasi digital dalam pendidikan, tetapi juga menghadirkan tantangan tersendiri bagi guru dalam hal adaptasi teknologi, khususnya dalam konteks beban kerja dan tuntutan kompetensi digital.

Guru yang mengalami *technostress* dalam hal ini dicirikan dengan adanya perasaan cemas, kelelahan, dan ketidakpuasan dalam bekerja karena kurangnya batasan yang jelas antara pekerjaan dan kehidupan pribadi akibat *techno-invasion*. Guru mengalami kelelahan emosional karena merasa tetap terhubung melalui email maupun aplikasi untuk berkomunikasi (Gaudioso dkk., 2017; Ragu-Nathan dkk., 2008). Guru mengalami kelelahan fisik dan mental yang dapat berdampak pada kesehatan, seperti gangguan pada tangan, punggung bawah, hingga leher sebagai akibat dari *techno-overload* yang menggambarkan penggunaan teknologi yang dalam waktu lama dan secara terus-menerus (Dunmade dkk., 2014). Guru merasa kewalahan, kesulitan, dan kurang siap dalam mengikuti perkembangan teknologi akibat *techno-complexity*, *techno-insecurity*, *techno-uncertainty* yang menuntut adaptasi berkelanjutan. Guru merasa terbebani karena harus menyesuaikan rencana pembelajaran, mengelola berbagai alat digital secara bersamaan, sekaligus mengatasi masalah teknis ketika mengintegrasikan teknologi dalam pembelajaran (Hassan dkk., 2019; Q. Wang dkk., 2024). Guru menjadi enggan untuk menggunakan teknologi karena merasa tidak memiliki keterampilan dan pengetahuan akan teknologi yang memadai sebagai akibat kompleksitas teknologi dan perkembangan teknologi yang berubah-ubah (Khlaif dkk., 2023; Rey-Merchán & López-Arquillos, 2022).

Technostress yang dialami ini berdampak negatif pada *psychological well-being* individu, yaitu tingginya tingkat stres yang disebabkan karena teknologi maka berdampak pada rendahnya tingkat *psychological well-being* individu (Rîglea dkk., 2021). *Technostress* yang dialami berdampak negatif pada kesejahteraan emosional, seperti kecemasan, kelelahan, gangguan hubungan interpersonal, dan gangguan tidur. Teknologi yang digunakan secara berlebihan serta adanya paparan layar secara terus menerus mengakibatkan kelelahan secara fisik dan mental pada guru. Tak hanya itu, *technostress* juga bisa berdampak negatif pada kinerja ketika melakukan pekerjaan (Rodriguez-Barboza dkk., 2023). Hasil riset Novianty dan Sedjo (2023) pada guru SMA menunjukkan bahwa *technostress* secara signifikan berpengaruh pada kinerja, yaitu semakin rendah *technostress* maka akan semakin tinggi pula kinerja pada guru dan begitupun sebaliknya. Adanya dampak negatif dari *technostress* tersebut menunjukkan bahwa mencegah dan mengatasi terjadinya *technostress* pada guru adalah hal yang penting.

Technostress sendiri dipengaruhi oleh banyak faktor. Menurut Khlaif dkk (2023) *technostress* dipengaruhi oleh faktor individu, karakteristik teknologi, pengetahuan akan konten pembelajaran, pedagogi serta teknologi, dan dukungan sekolah. Faktor individu yang memengaruhi *technostress* berkaitan dengan karakteristik individu seperti identitas profesional, kurangnya pengalaman, kurangnya waktu untuk mempelajari teknologi, kendala bahasa, dan masalah komitmen sosial. Faktor karakteristik teknologi berkaitan dengan kompleksitas teknologi, pembaruan yang terus-menerus, kegunaan, keterjangkauan untuk mengakses teknologi, dan kekhawatiran terkait privasi. Kemudian, faktor

pengetahuan akan konten pembelajaran, pedagogi, dan teknologi merupakan faktor yang berkaitan dengan kurangnya kemampuan guru dalam mengintegrasikan teknologi dalam proses pembelajaran secara efektif. Terakhir adalah faktor dukungan sekolah, yaitu faktor yang berkaitan dengan program pelatihan, kebijakan, kepercayaan, dukungan manajemen, dukungan rekan kerja, dukungan teknis, dan infrastruktur yang mendukung proses pembelajaran.

Dukungan sekolah sebagai organisasi menjadi faktor terpenting yang perlu diperhatikan dalam menanggulangi *technostress* pada guru. Kurangnya kepercayaan dan dukungan dari sekolah, kurangnya dukungan rekan kerja sesama guru, kurangnya infrastruktur yang memadai untuk mendukung pengintegrasian teknologi dalam proses pembelajaran yang dirasakan dapat membuat guru mengalami *technostress*. Dengan kata lain, dukungan organisasi yang dirasakan oleh guru dapat memengaruhi tingkat *technostress* yang dialami.

Dukungan organisasi yang dirasakan atau *perceived organizational support* merupakan persepsi karyawan terhadap organisasi terkait seberapa organisasi tersebut menghargai kontribusi mereka dan kesejahteraan mereka (Eisenberger dkk., 2020). Adanya *perceived organizational support* dapat menciptakan perasaan tanggung jawab untuk lebih menunjukkan dedikasinya dalam bekerja. Guru dalam hal ini akan merasa sekolah menghargainya apabila sekolah memperlakukan dan memerhatikan guru dengan baik. Penelitian Solís dkk (2023) mendapatkan temuan bahwa *technostress* pada guru bisa berkurang dengan adanya *perceived organizational support* yang tinggi. *Perceived organizational support*

memengaruhi kepuasan kerja dan kemauan guru untuk berinovasi mengintegrasikan teknologi dalam praktik pembelajaran yang dilakukan.

Penelitian yang meneliti hubungan antara *perceived organizational support* dan *technostress* sebelumnya telah dilakukan pada guru di Spanyol (Solís dkk., 2023). Hasil penelitian tersebut menemukan bahwa terdapat hubungan antara *perceived organizational support* dengan *technostress* pada guru. Penelitian ini juga memberikan hasil lain berupa temuan yang menunjukkan bahwa guru di sekolah umum menunjukkan tingkat *technostress* yang lebih tinggi daripada guru sekolah swasta.

Spanyol dan Indonesia tentunya memiliki perbedaan dalam hal kebijakan pendidikan, budaya, kemajuan di bidang teknologi, dan sumber daya manusia. Sejauh ini *technostress* pada konteks Indonesia belum banyak diteliti, sehingga peneliti tertarik untuk meneliti hubungan antara *perceived organizational support* dan *technostress* pada guru sekolah menengah pertama negeri di Kota Semarang sebagai salah satu kota besar di Indonesia. *Perceived organizational support* dipilih sebagai variabel yang diteliti hubungannya dengan *technostress* karena secara empiris telah terbukti berhubungan negatif dengan *technostress* pada penelitian di negara lain. Dukungan organisasi yang dirasakan dapat berperan sebagai sumber daya yang membantu individu menghadapi berbagai tekanan kerja, termasuk tekanan yang bersumber dari penggunaan teknologi. Dukungan organisasi dapat membantu individu dalam menghadapi tekanan kerja akibat perubahan teknologi di lingkungan kerja (Ragu-Nathan dkk., 2008). *Perceived organizational support* dianggap sebagai variabel yang relevan untuk diteliti hubungannya dengan

technostress, khususnya pada guru SMP Negeri di Kota Semarang yang memiliki kompleksitas peran di tengah tantangan transformasi digital dalam dunia pendidikan. Penelitian ini penting untuk mendukung keberhasilan transformasi digital pendidikan melalui pendekatan psikososial guru dengan memahami bagaimana dukungan organisasi dapat memengaruhi tingkat *technostress* yang dialami.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara *perceived organizational support* dengan *technostress* pada guru sekolah menengah pertama negeri di Kota Semarang”

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *perceived organizational support* dengan *technostress* pada guru sekolah menengah pertama negeri di Kota Semarang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian yang dilakukan diharapkan dapat bermanfaat dan memberikan sumbangan pengetahuan dalam perkembangan Ilmu Psikologi di bidang Psikologi Industri dan Organisasi. Penelitian ini juga menyumbangkan

wawasan yang lebih dalam mengenai *perceived organizational support* dan *technostress* beserta dengan hubungan antara kedua variabel tersebut.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi sekolah

Penelitian ini dapat meningkatkan pengetahuan instansi akan kondisi *technostress* yang dialami oleh guru beserta dengan *perceived organizational support* yang dimiliki. Informasi tersebut kemudian dapat dijadikan sebagai landasan dalam menentukan upaya-upaya peningkatan *perceived organizational support* untuk menanggulangi *technostress* dalam rangka menjaga kesejahteraan guru.

b. Bagi guru

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman kepada guru mengenai pentingnya *perceived organizational support*. Melalui hasil penelitian ini, guru juga dapat mengetahui kondisi *technostress* yang dialami.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi dalam pengembangan ataupun pembaharuan penelitian selanjutnya khususnya mengenai *perceived organizational support* dan *technostress*.