

Mengelola Konflik Ekspektasi Peran: Perspektif Guru Taman Kanak-Kanak di Era Digital

^{1**}Tri Nur Aini Noviar, ²Indri Rahmawati, ³Raditya Pratama Putra
Fakultas Ilmu Komunikasi, Universitas Islam Bandung
E-mail: trinil.trinov@gmail.com

Diserahkan: 6 Maret 2026

Direvisi: 20 Juni 2026

Diterima: 23 Juli 2026

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis internalisasi nilai lillahita'ala dalam mengatasi stres yang dialami oleh guru Taman Kanak-Kanak (TK) akibat pembuatan media pembelajaran berbasis digital. Studi ini mengangkat tentang pengalaman dalam penggunaan media digital. Dengan menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif, data dikumpulkan melalui angket yang kemudian disebarakan kepada guru TK di Kabupaten Bandung, Jawa Barat. Hasil analisis menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki tingkat internalisasi nilai lillahita'ala yang tinggi, yang berkontribusi pada kemampuan mereka dalam mengelola stres kerja. Faktor-faktor seperti dukungan rekan kerja dan keseimbangan kehidupan kerja juga ditemukan berperan signifikan dalam penanggulangan stres. Penelitian ini menekankan pentingnya penguatan nilai-nilai spiritual dalam lingkungan pendidikan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis guru di era digital.

Kata Kunci: rekan kerja, guru TK, media digital, nilai lillahita'ala, stres kerja

Abstract

*This study aims to analyze the internalization of the value of *lillahita'ala in coping with the stress experienced by kindergarten teachers due to the creation of digital-based learning media. The study focuses on experiences regarding the use of digital media. Employing a descriptive quantitative approach, data were collected via questionnaires distributed to kindergarten teachers in Bandung Regency, West Java. The analysis reveals that the majority of respondents possess a high level of internalization of the *lillahita'ala* value, which contributes to their ability to manage work-related stress. Factors such as peer support and work-life balance were also found to play significant roles in stress management. This research underscores the importance of reinforcing spiritual values within the educational environment to enhance teachers' psychological well-being in the digital era.*

Keywords: Digital media, kindergarten teachers, lillahita'ala values, peer support, stress

PENDAHULUAN

Era digitalisasi pendidikan telah menggeser praktik Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD), termasuk Taman Kanak-Kanak (TK). Dukungan berbagai teknologi informasi dan komunikasi dapat memperkaya gaya dan kualitas pengajaran (Liu & Ko, 2022). Penggunaan media pembelajaran digital yang semakin masif telah menciptakan dinamika baru dalam ekspektasi peran guru taman kanak-kanak. Guru tidak hanya sebagai pendidik yang

mentransformasikan ilmu pengetahuan, tetapi juga sebagai asisten dan mediator dalam proses pengajaran (Carlsen et al., 2016). Perubahan terjadi dari kegiatan pedagogis yang semata berpusat di ruang kelas menuju ekosistem kerja yang dimediasi oleh perangkat, platform, dan komunikasi secara daring. Dalam arah kebijakan PAUD 2020-2024, transformasi pendidikan tidak hanya diarahkan pada pembaruan kurikulum, pedagogi, dan asesmen, tetapi juga pada penguatan infrastruktur serta pemanfaatan teknologi di satuan pendidikan (Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah, 2022).

Pada praktiknya, guru TK tidak lagi hanya menjalankan peran sebagai pendidik, pengasuh, dan pengamat perkembangan anak, tetapi juga sebagai pengelola dokumentasi digital, penyampai laporan kegiatan, mediator komunikasi dengan orang tua, serta pengguna aktif media komunikasi sekolah. Digitalisasi pada level TK perlu dipahami sebagai perubahan desain kerja guru, bukan sekadar penggunaan media pembelajaran. Fenomena ini menimbulkan kompleksitas tersendiri di mana guru tidak hanya dituntut menguasai kompetensi pedagogis tradisional, tetapi juga harus beradaptasi dengan teknologi digital yang terus berkembang. Teknologi digital dan internet yang semakin menonjol dalam sistem pendidikan anak menuntut berbagai perubahan yang perlu dipersiapkan oleh guru (Starkey, 2019).

Selain dituntut untuk beradaptasi dengan perkembangan teknologi informasi, seorang guru juga dihadapkan pada keragaman peran dalam kehidupan sosial. Hal tersebut, kerap menimbulkan konflik peran ketika tuntutan dari berbagai pihak seperti sekolah, keluarga, dan masyarakat tidak selaras dengan kemampuan guru. Pekerjaan dan keluarga mewarnai kehidupan orang dewasa. Tuntutan waktu, energi, dan komitmen yang menantang mengakibatkan orang dewasa sering kali kesulitan menjaga keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi maupun sosial (Takhur et al., 2018). Termasuk di Kecamatan Katapang, Kabupaten Bandung.

Data survei yang disebarkan pada Januari 2025 melalui kuesioner kepada 31 orang guru yang berada di bawah naungan IGTKI (Ikatan Guru Taman Kanak-Kanak Indonesia) di Kecamatan Katapang, Kabupaten Bandung, memperlihatkan bahwa lebih dari 32% guru merasakan kewalahan dalam tuntutan pembuatan media pembelajaran berbasis media digital. Ekspektasi yang saling bertentangan ini dapat menurunkan kesejahteraan psikologis seorang guru. Kondisi psikologis guru yang lebih tinggi dari kecemasan, ketakutan, kesengsaraan, keputusasaan, dan depresi dapat menyebabkan hilangnya kepercayaan diri dan motivasi.

Semakin tinggi stres kerja yang dialami oleh para guru, semakin rendah kesejahteraan psikologisnya (Leonardi & Astuti, 2023).

Konteks pendidikan anak usia dini di Katapang menunjukkan urgensi tersendiri. Data yang dihimpun dari Ketua IGTKI pada Januari 2025 menyatakan bahwa seluruh desa di Kecamatan Katapang memiliki fasilitas Taman Kanak-Kanak. Pada tahun ajaran 2024/2025, IGTKI Kecamatan Katapang, Kabupaten Bandung, menaungi 35 lembaga sekolah Taman Kanak-Kanak dengan jumlah pendidik dan tenaga kependidikan sebanyak 134 orang, yaitu lima guru ASN dan 129 guru non-ASN. Pada saat ini, di bawah IGTKI Kecamatan Katapang, terdapat 1386 siswa, dengan komposisi 708 siswa laki-laki dan 678 siswa perempuan. Selain itu, terdapat juga 17 siswa berkebutuhan khusus. Berdasarkan data survei yang disebarakan pada Januari 2025 kepada 31 orang guru yang berada di bawah naungan IGTKI (Ikatan Guru Taman Kanak-Kanak Indonesia) di Kecamatan Katapang, Kabupaten Bandung, memperlihatkan hanya 6,4% (dua orang guru) dengan latar belakang pendidikan S-1 PG PAUD. Kondisi tersebut perlu mendapat perhatian karena guru TK tidak hanya bertanggung jawab sebagai pelaksana pembelajaran, tetapi juga sebagai figur utama yang menjaga kepercayaan orang tua terhadap layanan pendidikan. Dalam konteks TK, relasi guru dengan orang tua cenderung memiliki dimensi layanan yang kuat, sehingga ekspektasi orang tua terhadap respons, dokumentasi kegiatan anak, dan komunikasi perkembangan anak dapat menjadi bagian dari tekanan kerja guru.

Secara teoretis, konflik peran muncul ketika tuntutan peran yang berbeda—atau dari aktor yang berbeda—tidak selaras, menimbulkan ketegangan pada batas peran (*role boundaries*), serta mengganggu transisi peran (misalnya dari peran profesional ke peran domestik). Dalam konteks pengajaran, riset terbaru menunjukkan bahwa ketidaksesuaian antara ekspektasi dan identitas peran dapat memicu stres dan kelelahan, terutama ketika mediator teknologis memperluas jam dan ruang kerja (Pagán-Garbín, 2024). Pada guru TK, hal ini diperparah oleh sifat pekerjaan yang menuntut *caring labor* dan interaksi emosional secara intensif, sehingga setiap perluasan peran (misalnya kewajiban pelaporan digital *real-time*) berpotensi menggeser keseimbangan kerja-keluarga (Pagán-Garbín, 2024).

Data FGD pada Februari 2025 dengan 31 guru TK di Kecamatan Katapang memperlihatkan bahwa para guru mengalami stres ketika harus menghadapi siswa yang kurang fokus di kelas, siswa yang memperlihatkan perlakuan kasar kepada teman dikarenakan mendapat perlakuan serupa di rumah, sedangkan guru juga dituntut untuk terus berkomunikasi dengan orang tua terkait perkembangan anak di sekolah. Selain itu, permasalahan domestik

yang dihadapi oleh masing-masing guru juga berkontribusi dalam menyebabkan stres kerja. Penelitian terdahulu dalam konteks pendidikan digital mengidentifikasi bahwa guru mengalami tekanan untuk mengadopsi teknologi tanpa dukungan yang memadai, menciptakan ketegangan antara ekspektasi dan realitas kemampuan mereka (Voogt & McKenney, 2017). Menurut Antoniou terdapat tiga faktor yang menjadi pemicu stres kerja terhadap guru, yaitu: 1) administratif (sumber daya dan waktu terkendala, ketidakjelasan peran pekerjaan, terjadinya konflik pekerjaan, berlebihannya peran pekerjaan, dan beratnya beban pekerjaan), 2) ruang kelas (perilaku yang mengganggu dari siswa dan progress siswa akan pembelajaran yang lamban), 3) personal (status sosial yang rendah, kompensasi yang kurang mumpuni, lingkungan kerja yang buruk, kerja sama antar rekan kerja yang kurang) (Wirayuda, et al., 2022).

Pada saat yang sama, integrasi TIK di pendidikan anak usia dini tidak sederhana. Kajian sistematis mutakhir menunjukkan bahwa penggunaan teknologi pada usia prasekolah dipengaruhi secara simultan oleh kompetensi dan sikap guru, dukungan organisasi, ketersediaan sumber daya, serta kesesuaian pedagogis dengan tahap perkembangan anak (Aldhilan, 2024; Lim & Chai, 2024). Keseluruhan faktor tersebut memengaruhi *work design* bagi guru, yaitu dari perencanaan, implementasi, hingga pelaporan, yang ketika tidak ditopang oleh kebijakan mikro yang jelas, mudah bergeser menjadi sumber konflik ekspektasi (Aldhilan, 2024; Lim & Chai, 2024). Ditambah lagi, penggunaan teknologi informasi belum dimaksimalkan karena keterbatasan kemampuan guru dalam memanfaatkannya. Selain itu, jumlah media di sekolah juga terbatas, sehingga tidak mencukupi untuk mendukung proses pembelajaran (An'navi & Sukartono, 2023).

Literatur tentang *technostress* pada guru menegaskan bahwa *techno-overload* (tugas bertambah karena teknologi), *techno-invasion* (menembus ruang privat), dan *techno-complexity* (tuntutan keterampilan baru) berkaitan dengan *burnout*, turunnya komitmen organisasi, serta performa kerja (Kumar, 2024; Tu et al., 2025). Secara konseptual, *digital fatigue* dapat muncul sebagai luaran dari proses *technostress* berkepanjangan—ditandai dengan kelelahan kognitif-emosional karena paparan perangkat dan komunikasi sinkron/asinkron yang intens (Kumar, 2024). Oleh karena itu, konflik ekspektasi peran pada guru TK di era digital seharusnya dipahami tidak hanya sebagai friksi sosial, tetapi sebagai proses yang bisa memunculkan ketegangan karena teknologi dan organisasi sekolah (Kumar, 2024; Tu et al., 2025).

Kehadiran orang-orang yang mendukung dapat mengubah persepsi terhadap stres dan meningkatkan kemampuan seseorang untuk mengelola dan mengatasi situasi yang menantang. Efektivitas dukungan sosial sebagai penyangga mungkin dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk jenis dukungan, kualitas hubungan, dan karakteristik individu (Einav et al., 2024). Dukungan rekan kerja telah terbukti menjadi faktor penting dalam mengurangi konflik ekspektasi peran. House mengkategorikan dukungan sosial menjadi empat jenis: dukungan emosional, instrumental, informasional, dan penilaian (Song, 2024). Dalam konteks pendidikan, Collie et al. (2018) menemukan bahwa dukungan kolega secara signifikan mengurangi stres kerja dan meningkatkan efikasi diri guru. Penelitian (Admiraal et al., 2017) menunjukkan bahwa kolaborasi antarguru dalam mengintegrasikan teknologi pembelajaran menciptakan lingkungan yang mendukung adaptasi dan inovasi. Lingkungan kerja yang positif dan mendukung mampu memotivasi guru dan mengurangi tekanan pekerja, sedangkan, lingkungan kerja yang buruk dapat memperburuk kondisi stres kerja (Rizka et al., 2025). Dukungan sosial yang dirasakan memainkan peran penting dalam mempertahankan kesejahteraan emosional, mengatasi stres, dan menghadapi tantangan hidup (Einav et al., 2024).

Meskipun telah banyak penelitian yang mengkaji konflik peran dan dukungan sosial dalam konteks pendidikan, adopsi TIK, *technostress*, dan *Work-Life Balance* pada pendidik, komunikasi *WhatsApp* sebagai medium keterlibatan orang tua dalam pengajaran. Namun, relatif sedikit yang secara eksplisit memfokuskan pada “konflik ekspektasi peran” guru TK yang beririsan dengan orang tua–institusi–*platform* digital, sekaligus mengembangkan strategi “berkawan dengan konflik”. Strategi yang berlandaskan etika komunikasi digital, pembagian kerja administratif di lingkungan sekolah, dukungan kolega dan pendekatan agama dalam *stress release*.

Berdasarkan fenomena dan gap analisis yang telah diidentifikasi, penelitian ini memfokuskan pada "Bagaimana guru Taman Kanak-Kanak di Kecamatan Katapang, Kabupaten Bandung dapat beradaptasi positif dengan konflik ekspektasi peran yang diakibatkan oleh implementasi media pembelajaran digital melalui dukungan rekan kerja dan menginternalisasikan nilai-nilai keislaman sebagai strategi untuk *stress release*".

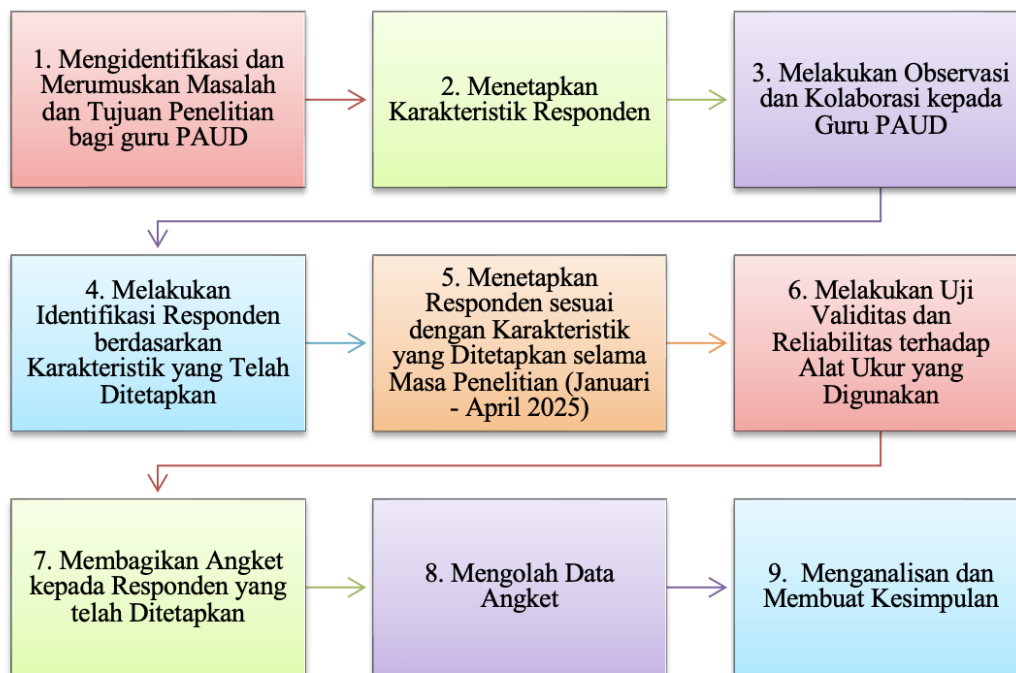
METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif untuk menggambarkan dan menganalisis konflik ekspektasi peran (*role expectation conflict*) serta dukungan rekan kerja

(*coworker support*) dalam konteks guru taman kanak-kanak tanpa mencari hubungan dan pengaruh di antara variabelnya. Pendekatan deskriptif dipilih untuk memberikan gambaran sistematis mengenai fenomena yang diteliti berdasarkan data empiris yang terukur (Creswell & Creswell, 2018)

Populasi penelitian adalah guru taman kanak-kanak yang menggunakan media pembelajaran digital dalam praktik mengajar mereka di Kecamatan Katapang, Kabupaten Bandung, yaitu sebanyak 134 guru TK yang tergabung dalam IGTKI. Kecamatan Katapang dipilih bukan karena sekadar bagian dari Kabupaten Bandung, melainkan karena daerah ini memiliki kombinasi antara kepadatan penduduk tinggi, layanan TK swasta yang cukup banyak, basis anak usia dini, tetapi tidak didukung oleh latar belakang pendidikan yang sesuai bagi para guru TK. Teknik sampling yang digunakan adalah kuota sampling dengan kriteria inklusi sebagai berikut: (1) Guru yang telah mengajar minimal dua tahun, (2) Aktif menggunakan media pembelajaran digital, dan (3) Bersedia berpartisipasi dalam penelitian. Penentuan jumlah minimal kuota ditentukan dengan rumus Slovin dengan $N = 134$ dan tingkat error 10%, sehingga didapatkan 58 responden sebagai sampel minimal. Namun, berdasarkan kriteria inklusi, ditetapkan 64 responden guru taman kanak-kanak yang akan berpartisipasi dalam penelitian.

Penelitian ini menggunakan kuesioner terstruktur dengan skala *Likert* 1-6 untuk mengukur konflik ekspektasi peran dan dukungan rekan kerja dalam penggunaan media pembelajaran digital. Sebelum digunakan dalam penelitian, seluruh instrumen telah melalui uji validitas dan reliabilitas menggunakan program SPSS untuk memastikan bahwa instrumen mampu mengukur data secara valid dan konsisten. Uji validitas dihitung berdasarkan teknik korelasi *Pearson Product Moment (Bivariate Pearson)*, yaitu mengkorelasikan skor tiap item dengan skor total. Item dinyatakan valid apabila $r_{hitung} \geq r_{tabel}$ pada tingkat *error* 0,05 (uji dua sisi). Uji reliabilitas dilakukan dengan uji statistik *Alpha Cronbach*, dan instrumen dinyatakan reliabel jika nilai *Alpha Cronbach* > 0,60 sesuai standar penelitian kuantitatif (Ghozali, 2021). Berdasarkan perhitungan yang telah dilakukan terhadap instrumen penelitian, didapatkan semua pernyataan valid dan reliabel. Selain itu, peneliti juga melakukan FGD sebagai data sekunder. Secara ringkas, proses yang telah dilakukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:



Gambar 1. Alur Penelitian, 2025

HASIL DAN PEMBAHASAN

Di era digital, profesi guru Taman Kanak-Kanak (TK) mengalami perluasan tuntutan yang tidak hanya terbatas pada praktik pedagogis tatap muka. Guru TK kini berada pada titik temu antara ekspektasi tradisional sebagai pendidik sekaligus figur pengasuhan yang dekat dengan anak. Ekspektasi baru ini, juga berkaitan dengan literasi teknologi, produksi materi berbasis media digital, serta komunikasi pembelajaran yang semakin terdokumentasi (Undheim, 2022; Wolak & Kim, 2023). Perubahan ini mendorong munculnya konflik ekspektasi peran ketika standar, harapan, dan bentuk dukungan dari berbagai pihak tidak selalu sejalan. Dalam konteks pendidikan anak usia dini, konflik tersebut menjadi semakin kompleks karena guru juga berhadapan dengan kebutuhan perkembangan anak yang khas serta pembelajaran berbasis bermain, kebutuhan atensi yang tinggi, serta keragaman latar sosial keluarga yang memengaruhi dinamika kelas (Kusumaningtyas & Aprianto, 2025).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, ditemukan gambaran empiris secara deskriptif tentang bagaimana guru TK merasakan, mengalami, dan menegosiasikan konflik ekspektasi peran pada situasi pembelajaran yang terhubung dengan praktik digital. Penyajian data lapangan akan difokuskan pada pola tematik yang muncul dari dua sumber data: (1) Respons survei skala Likert yang menangkap kecenderungan pengalaman konflik peran dan dukungan sosial di lingkungan kerja; serta (2) Catatan diskusi kelompok terarah (FGD) yang

memotret pengalaman, bahasa keseharian, dan strategi guru dalam menghadapi tuntutan yang saling beririsan seperti yang tercantum pada Tabel 1.

Tabel 1. Matriks Ringkas Temuan Kualitatif (FGD) terkait *Stressor* dan *Strategi Stress Release*

Kode	Tema/Subtema	Indikator	Ilustrasi Kutipan (FGD)	Interpretasi Adaptasi
Q1	<i>Stressor</i> pedagogis (kelas)	Anak sulit fokus meski guru sudah berusaha maksimal	"...ketika anak-anak susah fokus padahal guru sudah berusaha... mengeluarkan sekuat tenaga." (Eli)	Menimbulkan kelelahan emosional; memicu kebutuhan <i>coping</i> cepat di ruang kerja.
Q2	<i>Spillover</i> rumah-kerja	Masalah rumah terbawa ke kelas	"Kadang terbawa masalah yang di rumah." (Eli)	Memperkuat konflik peran dan menurunkan regulasi emosi saat mengajar.
Q3	<i>Stressor</i> sosial-emosional siswa	Menghadapi anak korban kekerasan yang agresif pada teman	"...anak... korban perlakuan kasar... melakukan hal yang sama... susah dikasih tau..." (Belianti)	Meningkatkan tuntutan kerja; membutuhkan dukungan kolektif dan koordinasi sekolah.
Q4	<i>Stressor</i> pedagogis (media religiusitas)	Kebingungan memilih media untuk pengenalan nilai religiusitas	"...bingung dengan media apa... 'Muka nya Allah gimana?'" (Siti)	Ketegangan antara tuntutan digital dan sensitivitas materi keagamaan.
Q5	<i>Coping</i> sosial (<i>peer support</i>)	Berbagi/curhat dengan rekan "sefrekuensi"	" <i>Sharing</i> dengan teman-teman yang sefrekuensi..." (Santika)	Dukungan emosional dan informasional; mempercepat <i>problem-solving</i> .
Q6	<i>Coping</i> religius-organisasional	Tadarus/doa bersama dan forum komunikasi rutin menyelesaikan masalah antar guru	"...mengawali dengan tadarus... berdoa... forum komunikasi... menyelesaikan masalah..." (Belianti)	Membangun iklim kerja religius; memperkuat makna, ikhlas, dan kohesi tim.

Sumber: Notulensi FGD dengan Guru TK, 2025

Hasil temuan akan dipaparkan melalui tema-tema utama yang mewakili area ketegangan peran dan dinamika beban kerja, dampak kesejahteraan, serta mekanisme dukungan dan adaptasi yang dilaporkan oleh partisipan. Kutipan langsung dari peserta digunakan untuk memperkaya nuansa pengalaman, sekaligus menjaga keterhubungan antara data numerik dan data empirik guru.

Konflik Ekspektasi Peran yang Beragam atas Produksi Materi Pembelajaran Berbasis Media Digital

Survei menunjukkan adanya variasi ekspektasi yang dirasakan guru dari pihak yang berbeda. Data pada Tabel 2 menunjukkan sebanyak 31 dari 64 guru (48,44%) menyatakan setuju dan agak setuju bahwa mereka khawatir terhadap harapan yang berbeda-beda dari orang yang berbeda. Selain itu, 21 guru (32,81%) menyetujui bahwa harapan dari senior berbeda dari junior.

Tabel 2. Distribusi Respons Responden terkait Variasi Ekspektasi Peran

No	Item Jawaban	SS	S	AS	ATS	TS	STS
1	Harapan dari senior saya berbeda dari junior saya	0%	18.75%	14.06%	4.69%	57.81%	4.69%
2	Saya khawatir mengenai harapan yang berbeda dari orang-orang yang berbeda	0%	28.12%	20.31%	6.25%	42.19%	3.12%

Sumber: Hasil Penelitian, 2025

Di tingkat praktik, hasil FGD menampilkan pengalaman guru yang masih mencari bentuk media yang dianggap ‘tepat’ untuk menjembatani tuntutan pembelajaran dan karakteristik anak usia dini, terutama ketika mereka akan mengajarkan nilai-nilai religiositas.

Kadang suka bingung dengan media apa yang harus dipakai untuk menerapkan nilai religiositas. Media terkait pengenalan dan pemahaman religius itu sangat sulit ketika harus disampaikan kepada anak-anak. Contohnya “Muka Allah itu gimana” (Siti, Februari 2025)

Beragamnya ekspektasi atas produk pembelajaran berbasis media digital dapat dilihat sebagai konsekuensi perubahan “bentuk kerja” guru TK, dari praktik kelas yang relatif tertutup menjadi produk atau *output* yang dapat dilihat berulang kali oleh pihak lain. Bahkan *output* ini dapat dengan mudah disalin, dibagikan, dan dinilai oleh banyak pihak sekaligus. Merujuk pada data Tabel 1, hampir separuh responden menyatakan khawatir terhadap harapan yang berbeda dari orang yang berbeda (48,44%) dan sepertiga responden menilai harapan senior berbeda dari junior (32,81%). Hal ini menunjukkan bahwa produk digital seperti bahan ajar, video, lembar aktivitas, dokumentasi kelas, bukan hanya “alat bantu”, tetapi juga berubah menjadi simbol kinerja yang memicu standar ganda. Standar pedagogis, standar estetika atau teknis, standar kepatuhan administratif, hingga standar “keterlihatan” sekolah di ruang digital.

Selain itu, hasil survei juga menunjukkan bahwa terdapat sekitar 16%-20% yang menyatakan kesulitan memenuhi tuntutan pembuatan materi berbasis aktivitas digital. Hal ini mengindikasikan sebagian guru merasakan kesulitan ketika menghadapi tuntutan pembuatan bahan ajar berbasis digital, walaupun sebagian besar merasa tidak memiliki konflik atas hal tersebut.

Tabel 3. Konflik Tuntutan Pembuatan Materi Berbasis Aktivitas Digital

No	Item Jawaban	SS	S	AS	ATS	TS	STS
1	Saya tidak dapat memenuhi berbagai tuntutan pembuatan bahan ajar dan aktivitas berbasis media digital yang saling bertentangan dari kolega dan junior saya	1.56%	10.94%	7.81%	12.5%	64.06%	3.12%

2	Saya tidak dapat memenuhi berbagai tuntutan pembuatan bahan ajar dan aktivitas berbasis media digital dari dinas pendidikan dan kepala sekolah karena mereka saling bertolak belakang	1.56%	4.69%	9.38%	6.25%	75%	3.12%
---	---	-------	-------	-------	-------	-----	-------

Sumber: Hasil Penelitian, 2025

Dalam praktik PAUD, produksi materi digital sering berjalan paralel dengan tuntutan pedagogi berbasis bermain, pengasuhan, dan pengelolaan kelas. Catatan FGD tentang “kebingungan menentukan media tepat dalam menjelaskan” mengindikasikan problem tidak hanya pada jumlah tugas, melainkan pada ketidakpastian standar sesuatu hal yang dianggap “tepat” atau “berhasil” dan merupakan ciri *role ambiguity* (Rizzo et al., 1970).

Dari perspektif digitalisasi kerja, hasil tabulasi data pada Tabel 3 selaras dengan temuan bahwa teknologi dapat menghasilkan “*dark side*” berupa *overload* informasi, tekanan respons cepat, dan kecemasan kompetensi (Marsh et al., 2022). Digitalisasi juga dapat memperuncing *role overload* dan *role conflict* karena tugas digital sering ditambahkan tanpa pengurangan beban lama, serta standar kinerja menjadi lebih mudah dipantau atau dibandingkan (Zhang et al., 2025). Pada guru, perubahan beban dan peran selama periode tertentu terbukti berkaitan dengan *role conflict*, *ambiguity* dan *burnout*, yang kemudian menurunkan kepuasan kerja (Pretorius et al., 2022).

Kekhawatiran merupakan sinyal awal dari stres peran. Sebuah kondisi yang jika berulang dapat berkontribusi pada kelelahan emosional. Berdasarkan hasil FGD, beberapa guru menunjukkan bahwa tekanan emosional muncul terutama pada situasi kelas ketika anak sulit fokus atau memiliki latar keluarga yang kompleks. Guru menggambarkan dinamika tersebut sebagai tantangan yang memicu stres situasional, terutama ketika tuntutan pengasuhan, pengelolaan kelas, dan pencapaian tujuan belajar harus dipenuhi secara simultan.

Kadang stress ketika anak-anak susah fokus dan juga misalnya anak broken home, kurang diperhatikan di rumah atau korban perlakuan kasar orang tuanya. Anak-anak melakukan hal yang sama kepada temannya (Belianti, Februari 2025)

Dalam kerangka Teori Peran, gejala tersebut konsisten dengan konsep *role set*—guru menerima tuntutan dari beragam pengirim peran seperti otoritas sekolah/dinas, kolega senior, kolega junior, bahkan norma profesional yang tersirkulasi di komunitas digital. Ketika ekspektasi itu tidak disatukan dalam rujukan yang disepakati, guru menghadapi situasi ambigu, yaitu “sesuatu yang diminta” dan “yang dianggap benar atau ideal” tidak selalu jelas (Biddle, 1986). Ambiguitas ini didukung oleh ungkapan guru pada FGD yang masih “mencari

bentuk” media yang tepat. Kondisi ini menunjukkan sebuah indikator bahwa standar produk digital belum menjadi pengetahuan kolektif yang stabil (Abedi, 2024). Pada titik ini, konflik ekspektasi tidak selalu tampil sebagai penolakan terang-terangan, melainkan sebagai sebuah ketegangan.

Ekspektasi yang beragam juga berkaitan dengan kesenjangan kompetensi dan sumber daya. Kendala guru dalam memanfaatkan internet sebagai media pembelajaran meliputi ketidaktahuan perangkat atau *website* pembuat media, keterbatasan kreativitas, waktu untuk mempelajari media, faktor usia, serta dukungan dana sekolah (Herni et al., 2024; Fawziyah, 2025). Temuan ini menjelaskan mengapa satu produk digital yang sama dapat dipahami secara berbeda. Bagi sebagian pihak, kehadiran media digital dianggap cukup bila memenuhi tujuan belajar. Namun, di sisi lain, dinilai kurang karena tampilan, format, atau platformnya tidak sesuai tren. Keputusan penggunaan teknologi tidak pernah netral karena dipengaruhi oleh interpretasi guru atas konteks, nilai pedagogis, dan tekanan lingkungan (Yang & Dong, 2024).

Ekspektasi beragam sering muncul bukan karena guru “tidak mau”, melainkan karena kapasitas digital dan ruang belajar profesional belum merata. Banyak studi memperlihatkan tingkat kompetensi digital guru masih rendah dan sangat bervariasi antarindividu, jenjang, dan wilayah (Portillo et al., 2020; Garzón Artacho et al., 2020; Althubayani, 2024). Hal ini ditegaskan pula oleh studi TPACK pada guru TK/PAUD di Jawa Barat yang menemukan banyak guru yang kuat pada pengetahuan konten dan pedagogis, tetapi masih merasakan kesenjangan pada penguasaan teknologi dan penerapannya; akses pelatihan berpengaruh signifikan terhadap kesiapan integrasi teknologi (Budiarti & Shintarahayu, 2024). Secara konseptual, TPACK menuntut integrasi tiga ranah pengetahuan (teknologi–pedagogi–konten) agar produk digital bukan sekadar “dipoles”, tetapi benar-benar selaras dengan tujuan pembelajaran (Hidayat et al., 2023; Arifuddin et al., 2025).

Oleh karena itu, “ekspektasi beragam” seharusnya diperlakukan sebagai isu tata kelola, bukan semata isu individu. UNESCO menekankan bahwa agar teknologi pendidikan efektif, perlu dipenuhi kondisi sistemik seperti akses, tata kelola atau regulasi, dan persiapan guru. Pada level sekolah, kerangka kompetensi pendidik dapat berfungsi sebagai pemahaman bersama untuk menyepakati apa yang dimaksud dengan “produk materi pembelajaran berbasis digital yang baik”. Tidak hanya pada aspek teknis, tetapi juga pada pemilihan sumber digital, desain aktivitas, asesmen, dan etika penggunaan teknologi. Dengan rujukan bersama, perbedaan ekspektasi senior–junior dapat dialihkan dari “selera” menjadi “standar

profesional”, sehingga guru lebih mampu mengelola konflik peran secara terarah dengan kriteria yang transparan dan dukungan pelatihan yang nyata.

Dukungan Rekan Kerja sebagai Jembatan dalam Mereduksi Ketegangan

Di tengah tuntutan digitalisasi pembelajaran dan berbagai dinamikanya, guru tidak semata-mata mengandalkan kompetensi individual, tetapi juga bertumpu pada “modal sosial” internal sekolah berupa kolaborasi, solidaritas, dan pertukaran cara-cara dalam membuat materi ajar. Dukungan rekan kerja yang tinggi, seperti bantuan pada saat membuat materi pembelajaran, berperan sebagai “jembatan” antara standar ideal dan kapasitas aktual. Pada pekerjaan yang menuntut adaptasi teknologi, informasi praktis dan umpan balik yang konkret sangat penting karena dapat mengurangi ketidakpastian, mempercepat pembelajaran, dan menurunkan beban kognitif ketika harus memutuskan aplikasi, format, atau standar media digital yang akan digunakan.

Hasil survei kepada 64 guru taman kanak-kanak memperlihatkan bahwa keempat indikator dukungan rekan kerja menunjukkan tingkat persetujuan yang sangat tinggi, seperti yang digambarkan pada tabel berikut:

Tabel 4. Distribusi Respons Dukungan Rekan Kerja dalam Pembuatan Media Pembelajaran Digital

No	Item Jawaban	SS	S	AS	ATS	TS	STS
1	Orang yang bekerja dengan saya, pernah memberikan informasi atau nasihat kepada saya terkait pembuatan bahan ajar dan aktivitas berbasis media digital	6.25%	71.88%	9.38%	4.69%	7.81%	0%
2	Orang yang bekerja dengan saya, memahami saya dan memberikan nasihat terkait pembuatan bahan ajar dan aktivitas berbasis media digital	7.81%	71.88%	6.25%	6.25%	7.81%	0%
3	Ada orang yang memberikan umpan balik yang jelas dan membantu mengenai pembuatan bahan ajar dan aktivitas berbasis media digital	4.69%	70.31%	12.5%	6.25%	6.25%	0%
4	Ada orang yang pernah memberikan bantuan atas pekerjaan (membuatkan) bahan ajar dan aktivitas berbasis media digital	3.12%	62.5%	14.06%	3.12%	17.19%	0%

Sumber: Hasil Penelitian, 2025

Mayoritas guru melaporkan rekan kerja memberikan informasi yang membantu, memahami kesulitan kerja, serta memberikan umpan balik yang jelas, bahkan dukungan yang bersifat instrumental ketika rekan kerja membuat bahan ajar berbasis media digital.

State dan kolega menegaskan bahwa dukungan rekan kerja pada level interpersonal merupakan elemen kunci yang membantu pendidik memenuhi tuntutan kerja dan mengelola stres, khususnya ketika tuntutan berbentuk *role overload*, *role conflict*, atau *role ambiguity* (State et al., 2023). Dukungan rekan kerja dapat dipahami sebagai mekanisme “*buffer*” yang menahan dampak pada minimnya kesejahteraan guru akibat situasi yang kurang menyenangkan. Hal ini juga diperkuat dengan pernyataan salah satu peserta FGD bahwa:

Biasanya kalo lagi pusing suka sharing dengan teman-teman yang sefrekuensi atau dengan teman dekat. (Santika, Februari 2025)

Guru secara aktif mencari dukungan dari teman yang “sefrekuensi”, berbagi strategi menghadapi stres, dan membangun ruang aman untuk bercerita. Praktik “*sharing*” ini bukan sekadar curhat, melainkan regulasi emosi berbasis relasi. Guru memvalidasi emosi satu sama lain, menukar cara mengelola kelas, dan mengurangi rasa kesepian profesional. Di banyak konteks pendidikan, isolasi kerja menjadi salah satu variabel prediktor turunnya *well-being*. Oleh karena itu, strategi berbagi pengalaman merupakan praktik preventif yang bernilai.

Dukungan rekan kerja tidak hanya mengurangi stres, tetapi juga dapat menjadi sarana dalam membangun kapasitas kolektif (*collective competence*). Dalam pembelajaran digital, guru sering membutuhkan *micro-learning* yang bersifat cepat, kontekstual, dan berbasis pengalaman. Di sinilah dukungan informasional dan umpan balik menjadi jembatan antara tuntutan baru dalam membuat media pembelajaran berbasis digital dan *self-efficacy* (perasaan mampu dalam mengerjakan tugas). Temuan penelitian mengenai *coping* dan *well-being* guru menunjukkan bahwa profil koping guru dan ketersediaan sumber daya berhubungan dengan *well-being* (Aulén et al., 2021), dan *self-efficacy* berperan penting dalam *teacher well-being* (Ortan et al., 2021). Dukungan rekan kerja pada praktiknya dapat meningkatkan *self-efficacy* melalui *modeling*, *coaching* singkat, serta validasi sosial bahwa kesulitan adaptasi teknologi adalah pengalaman yang wajar.

Secara mekanistik, dukungan rekan kerja bekerja melalui tiga jalur. *Pertama, jalur kognitif* yaitu informasi dan contoh praktik, dapat menurunkan ketidakpastian sehingga mengurangi beban keputusan (*decision load*) saat guru memilih aplikasi, format, atau cara evaluasi. *Kedua, jalur afektif* yaitu kepedulian rekan, menurunkan rasa terancam dan mencegah isolasi, sehingga emosi negatif tidak meningkat menjadi kelelahan emosional.

Ketiga, *jalur normatif* yaitu umpan balik yang jelas membantu membangun norma kualitas internal yang konsisten, sehingga guru tidak selalu menebak-nebak standar eksternal. Jalur normatif ini penting karena sebagian stres peran tidak berasal dari banyaknya pekerjaan, melainkan dari kebingungan “apa yang sebenarnya diharapkan” dan “kriteria siapa yang dipakai” (State et al., 2023).

Di lingkungan TK, kolaborasi memiliki nilai tambah karena relasi kerja yang sehat meningkatkan kolaborasi dan menjaga harmoni sekolah (Li et al., 2025). Ketika guru saling berbagi template media, mereka tidak hanya menghemat waktu tetapi juga menyamakan arah pengajaran, sehingga mengurangi potensi perbedaan ekspektasi antarguru. Dengan kata lain, dukungan rekan kerja tidak sekadar mengurangi stres, tetapi juga mengurangi sumber stresnya dengan membangun keseragaman prosedural. Hal ini dikarenakan *perceived organizational support* dapat melemahkan hubungan stres kerja dan *burnout* pada guru prasekolah.

Terjadi proses adaptasi yang positif sebagai hasil komunikasi kolektif yang memfungsikan rekan kerja sebagai praktik komunikasi informal. Ketika guru menghadapi konflik ekspektasi peran, seperti standar yang berbeda antara dinas, kepala sekolah, dan rekan kerja, komunikasi kolektif menyediakan arena negosiasi makna. Guru dapat menyepakati definisi “cukup baik” untuk media pembelajaran berbasis media digital, mengurangi perfeksionisme, dan menyusun standar internal yang lebih realistis. Proses ini penting karena digitalisasi kerja sering mendorong perbandingan performa yang tidak seimbang, sementara *review* integratif menunjukkan bahwa kecemasan *overload* dapat meningkat jika teknologi menjadi sumber kontrol atau perbandingan sosial (Marsh et al., 2022).

Model Integratif Adaptasi Positif: Dari Konflik Ekspektasi Peran ke Kesejahteraan Kerja Melalui Internalisasi Nilai *Lillahita'ala*

Di Indonesia, dimensi religiositas juga menjadi modal kultural yang potensial dalam proses adaptasi. Berbagai temuan menunjukkan bahwa religiositas dapat berkaitan dengan *well-being* kerja, termasuk pada guru TK, baik secara langsung maupun melalui mekanisme psikologis seperti *mindfulness* (Mariyati et al., 2024). Di sisi lain, praktik spiritual seperti dzikir dapat digunakan sebagai pendekatan manajemen stres yang menurunkan *burnout* guru dalam konteks beban administrasi dan meningkatkan pencapaian personal serta kepuasan kerja (Mulyadi et al., 2024). Riset kualitatif tentang *coping* berbasis iman dalam tradisi Islam juga menekankan fungsi ritual (shalat, doa, dzikir) sebagai pengatur stres dan penopang disiplin

waktu, sehingga membantu individu mempertahankan keseimbangan psikologis (Sentürk & Isikan, 2024).

Data FGD memperlihatkan bahwa strategi *stres release* guru TK tidak hanya bersifat psikologis umum, tetapi juga religius-kultural. Guru mengekspresikan kebutuhan “ketenangan batin” dan penguatan makna melalui praktik spiritual seperti doa, dzikir, tadarus, dan kegiatan keagamaan bersama. Temuan FGD juga menunjukkan bahwa internalisasi nilai keislaman tidak berdiri sendiri. Internalisasi nilai *lillahita'ala* berjalan bersamaan dengan dukungan rekan kerja.

Namanya hidup, pasti ada tantangan. Tapi kita sudah punya solusinya beberapa cara, diantaranya ada pengajian juga seminggu sekali. Kita semua harus siap pada diri sendiri, dan kita harus dengan semangat (Belianti, Februari 2025)

Di TK suka ada pertemuan rutin seminggu sekali. Biasanya bukan cuma sharing atau evaluasi, tapi kita biasa mengawali kegiatan dengan tadarus bersama, dzikir dan berdoa bersama. Jadi melalui forum komunikasi tersebut kita bisa menyelesaikan masalah-masalah yang ada seperti miskom antar guru atau mengenai pembelajaran (Dewi, Februari 2025)

Secara teoretis, praktik seperti dzikir dapat dipahami sebagai teknik regulasi emosi yang mirip dengan *mindfulness*. Repetisi lafaz dan fokus atensi dapat menurunkan pikiran negatif dan membantu pemulihan emosi. Selain itu, forum tadarus atau doa bersama berfungsi ganda sebagai praktik ibadah sekaligus ruang dukungan sosial. Hal ini memperlihatkan bahwa religiositas dapat meningkatkan *well-being* kerja guru TK dan *mindfulness* berperan sebagai mediator parsial (Mariyati et al., 2024). Ketika guru menautkan pengalaman kerja yang menekan dengan makna sabar, syukur, dan tawakal, mereka melakukan penilaian. Para guru mengubah cara memaknai tuntutan bukan hanya sebagai ancaman, tetapi sebagai ujian dan ruang pengembangan diri. Pada level praktis, penilaian ulang memperkecil intensitas stres dan mempercepat pemulihan. Koping berbasis iman menekankan bahwa ritual dan keyakinan dapat menjadi sumber daya yang membentuk ketahanan psikologis, termasuk melalui disiplin waktu ibadah dan rasa keterhubungan dengan Tuhan (Sentürk & Isikan, 2024).

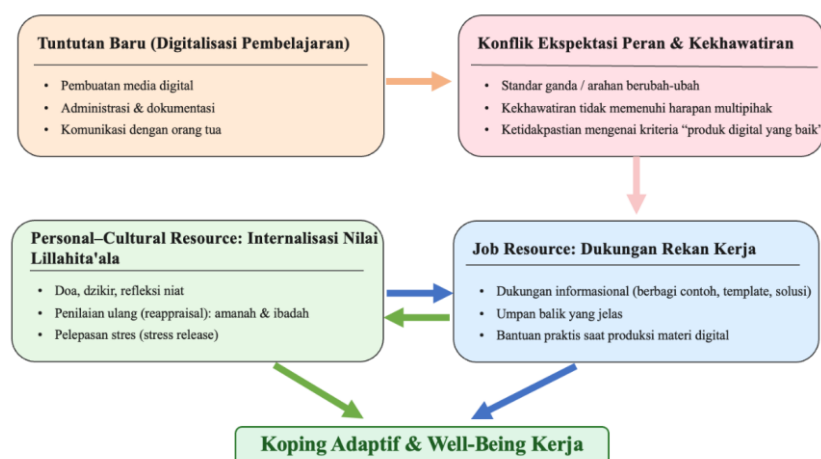
Nilai-nilai seperti ikhlas, sabar, tawakal, dan syukur dapat dibaca sebagai perangkat komunikasi intrapersonal. Guru berdialog dengan diri sendiri, menata niat, dan menjaga emosi. Di sisi lain, nilai-nilai tersebut juga berdampak secara interpersonal karena menurunkan agresivitas komunikasi, meningkatkan empati, dan memperbaiki kualitas hubungan kerja. Senada dengan pendapat (Muslih & Nashori, 2024) yang menyatakan bahwa

koping religius Islam dan dukungan sosial berkontribusi dalam menjelaskan variasi stres pada individu yang memikul peran ganda.

Digitalisasi sering mendorong budaya *always-on*. Pesan dari orang tua atau grup kerja dapat masuk kapan saja. Dalam kondisi demikian, internalisasi nilai *lillahita'ala* memberikan “struktur waktu” yang menolong guru mengelola *work intensification digital*. Disiplin untuk melakukan salat dan mengaji dapat menjadi penanda jeda (*micro-break*) yang memaksa individu berhenti sejenak, mengatur napas, dan mengembalikan fokus. Ritual Islam dapat memunculkan disiplin manajemen waktu yang berdampak positif pada regulasi stres (Sentürk & Isikan, 2024). Jika praktik ini diakui sebagai bagian dari kesejahteraan kerja, maka sekolah dapat merancang ritme kerja yang lebih sehat, seperti menetapkan jam respons pesan yang jelas, sehingga peran digital tidak menyusup tanpa batas ke ruang privat guru.

Berdasarkan integrasi temuan survei dan FGD, adaptasi positif guru TK dapat dipetakan dalam model sederhana: (1) Digitalisasi pembelajaran memunculkan tuntutan baru, seperti pembuatan media digital, administrasi, komunikasi dengan orang tua, yang berpotensi memicu konflik ekspektasi peran dan kekhawatiran; (2) Dukungan rekan kerja berperan sebagai modal utama yang dapat membantu menurunkan ketidakpastian dan memperkuat rasa mampu; (3) Internalisasi nilai *lillahita'ala* berfungsi sebagai *personal-cultural resource* yang memfasilitasi *stress release* melalui praktik spiritual dan penilaian ulang; (4) Kombinasi keduanya menghasilkan koping adaptif dan menjaga *well-being* kerja.

Gambar 2. Model Integratif Adaptasi Positif



Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa stres dan *burnout* guru meningkat ketika tuntutan bertambah tanpa kejelasan dan sumber daya tidak seimbang (Bates & Dynia, 2023; Pretorius et al., 2022). Oleh karena itu, intervensi tidak cukup hanya berupa pelatihan teknis.

Dibutuhkan penyelarasan standar, baik kepala sekolah maupun tim kurikulum, yang perlu merumuskan definisi kualitas media digital yang realistis, menyepakati indikator minimal, serta mengomunikasikan perubahan secara transparan.

Penyelarasan ini akan *menurunkan role ambiguity* dan meminimalisir sumber kecemasan. Pertama, dukungan rekan kerja beroperasi kuat pada level teknis (bagaimana membuat media), namun kecemasan bisa bersumber dari level kebijakan (siapa penilai, indikator apa, dan seberapa sering berubah). Pada titik ini, sumber daya interpersonal perlu dilengkapi oleh sumber daya organisasi, misalnya kejelasan SOP, kepemimpinan yang memberdayakan, dan partisipasi guru dalam pengambilan keputusan. Hal ini perlu dilakukan karena penyelarasan struktur keputusan mengurangi ketidakpastian yang tidak bisa diatasi hanya dengan bantuan rekan (State et al., 2023).

Kedua, mengidentifikasi aktivitas digital yang benar-benar meningkatkan kualitas belajar anak dan memangkas aktivitas yang hanya menambah beban simbolik. Perlu dibedakan antara tuntutan “*challenge*” dan “*hindrance*”. Tuntutan *challenge* dapat memicu pertumbuhan kompetensi dan rasa berdaya seperti mempelajari aplikasi baru yang jelas manfaatnya, sebaliknya, tuntutan *hindrance* seperti membuat dokumentasi berlebihan tanpa tujuan pedagogis lebih mungkin memicu frustrasi. Hal ini dikarenakan jenis tuntutan dan jenis *well-being* memoderasi hubungan *demands–well-being* (Li et al., 2025).

Ketiga, sekolah dapat mengubah dukungan informal menjadi program terstruktur, seperti (a) *peer coaching* mingguan untuk berbagi aplikasi atau strategi membuat media pembelajaran berbasis media digital, (b) membuat bank media digital bersama yang memuat contoh yang sudah disetujui sekolah, (c) mekanisme umpan balik cepat yang bersifat suportif, bukan menghakimi. Program semacam ini mempercepat pembelajaran teknologi dan menjaga kohesi sosial sebagai kebutuhan dalam transformasi digital di tempat kerja (Marsh et al., 2022).

Keempat internalisasi nilai *lillahita'ala* dapat diposisikan sebagai praktik kesejahteraan kerja yang sah dan kontekstual, bukan sekadar aktivitas tambahan. Sekolah dapat mengintegrasikan sesi dzikir singkat, doa bersama, atau refleksi nilai (sabar–tawakal–syukur–ikhlas) dalam rapat rutin, dengan tetap menjaga keberagaman pengalaman religius guru. Ketika dipadukan dengan dukungan sosial, internalisasi nilai keislaman akan menjadi *coping* religius yang berpotensi sebagai strategi protektif pada situasi peran ganda dan tekanan kerja (Muslih & Nashori, 2024).

SIMPULAN

Secara empiris, data menunjukkan bahwa mayoritas guru TK tidak memaknai tuntutan pembuatan media pembelajaran berbasis digital sebagai “ketidakmampuan”. Akan tetapi, hampir separuh masih mengalami kekhawatiran atas perbedaan harapan dari berbagai pihak, yang menandai adanya konflik ekspektasi peran pada level ketidakselarasan standar dan ketidakpastian. Pada saat yang sama, dukungan rekan kerja muncul sebagai sumber daya kerja yang sangat kuat, terutama dalam bentuk nasihat, informasi, dan umpan balik yang membantu guru belajar teknologi, menurunkan ketidakpastian, dan menormalkan emosi.

Di luar sumber daya sosial, internalisasi nilai-nilai *lillahita'ala* berperan sebagai strategi *stress release* yang khas dan kontekstual. Praktik spiritual serta pemaknaan sabar, tawakal, syukur, dan ikhlas menjadi perangkat regulasi emosi dan metode penilaian ulang yang memperkuat resiliensi profesional. Integrasi kedua sumber, baik dukungan rekan kerja maupun nilai religiositas, dapat membentuk model adaptasi positif yang menjaga *well-being* guru TK di tengah digitalisasi pembelajaran. Implikasinya, sekolah perlu memperkuat mekanisme dukungan sebaya sekaligus menyelaraskan ekspektasi lintas pemangku kepentingan agar konflik ekspektasi peran tidak berkembang menjadi *burnout*.

ACKNOWLEDGMENT

Terima kasih kepada seluruh pihak yang telah membantu dalam penelitian ini.

REFERENSI

- Abedi, E. A. (2024). Tensions between technology integration practices of teachers and ICT in education policy expectations: implications for change in teacher knowledge, beliefs and teaching practices. *Journal of Computers in Education*, 11(4), 1215–1234.
- Admiraal, W., Louws, M., Lockhorst, D., Paas, T., Buynsters, M., Cviko, A., Janssen, C., de Jonge, M., Nouwens, S., Post, L., van der Ven, F., & Kester, L. (2017). Teachers in school-based technology innovations: A typology of their beliefs on teaching and technology. *Computers & Education*, 114, 57–68.
- Aldhilan, D. (2024). Teachers' use of ICT in Early Childhood Education: A systemic literature review. *Journal of Media Literacy Education*, 16(2), 78–95.
- Althubiani, A. R. (2024). Digital Competence of Teachers and the Factors Affecting Their Competence Level: A Nationwide Mixed-Methods Study. *Sustainability*, 16(7), 2796.
- An'navi, S., & Sukartono. (2023). Problematika Guru dalam Menggunakan Media IT pada Pembelajaran Siswa Kelas 4 Sekolah Dasar. *Jayapangus Press*, 6, 516–527.
- Arifuddin, A., Khoiriyah, S., Sugianto, H., & Karim, A. R. (2025). Integrating technological pedagogical content knowledge in Learning: A systematic review. *Journal of Research in Instructional*, 5(1), 16–39.
- Aulén, A.-M., Pakarinen, E., Feldt, T., & Lerkkanen, M.-K. (2021). Teacher coping profiles in relation to teacher well-being: A mixed method approach. *Teaching and Teacher Education*, 102, 103323.

- Bates, R. A., & Dynia, J. M. (2023). Psychological and physiological stress and stressors in early childhood educators: An observational pilot study. *Psychology in the Schools*, 61(4), 1413–1439.
- Biddle, B. J. (1986). Recent Developments in Role Theory. *Annual Review of Sociology*, 12(1), 67–92.
- Carlsen, M., Erfjord, I., Hundeland, P., & Monaghan, J. (2016). Kindergarten teachers' orchestration of mathematical activities afforded by technology: agency and mediation. *Educational Studies in Mathematics*, (93), 1–17.
- Collie, R. J., Shapka, J. D., & Perry, N. E. (2018). School climate and social–emotional learning: Predicting teacher stress, job satisfaction, and teaching efficacy. *Journal of Educational Psychology*, 110(3), 1189–1204.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (5th ed). CA: Sage Publications.
- Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah. (2022). *Rencana Strategis Direktorat Pendidikan Anak Usia Dini 2020-2024*. Jakarta: Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi.
- Einav, M., Confino, D., Geva, N., & Margalit, M. (2024). Teachers' Burnout - The Role of Social Support, Gratitude, Hope, Entitlement and Loneliness. *International Journal of Applied Positive Psychology*.
- Fawziyah, D. A. (2025). Teacher Preparedness in Utilizing Technology for Learning: Navigating Challenges and Opportunity in the Digital Age. *Journal of English Language and Pedagogy (JELPA)*, 3(1), 33–45.
- Garzón Artacho, E., Martínez, T. S., Ortega Martín, J. L., Marín Marín, J. A., & Gómez García, G. (2020). Teacher Training in Lifelong Learning—The Importance of Digital Competence in the Encouragement of Teaching Innovation. *Sustainability*, 12(7), 2852.
- Ghozali, I. (2021). *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program SPSS 26* (10th ed). Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Herni, A., Umami, A., Khairinnisa, R., Prayoga, I., & Wismanto, W. (2024). Kemampuan Guru Dalam Membuat Media Pembelajaran Sederhana. *CENDEKIA: Jurnal Ilmu Sosial, Bahasa Dan Pendidikan*, 4(2), 46–51.
- Hidayat, W. N., Nurlaila, N., Purnomo, E., & Aziz, N. (2023). Technological Pedagogical and Content Knowledge (TPACK) in Islamic Religious Education in the Digital Era. *Al Hikmah: Journal of Education*, 4(1), 93.
- Kumar, P. S. (2024). TECHNOSTRESS: A comprehensive literature review on dimensions, impacts, and management strategies. *Computers in Human Behavior Reports*, 16, 100475.
- Kusumaningtyas, N., & Aprianto, R. (2025). Literature Analysis on Classroom Management in Early Childhood Education in Indonesia. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 9(1), 350–358.
- Leonardi, F. N., & Astuti, N. W. (2023). Hubungan Stres Kerja Dengan Kesejahteraan Psikologi Guru. *Provita Jurnal Psikologi Pendidikan*, 16, 26–37.
- Li, Y., Chen, J., Lu, J., & Wang, X. (2025). A meta-analysis of teacher well-being: A job demands and resources perspective. *Educational Research Review*, 49(100719).
- Lim, J., & Chai, C. S. (2024). Integrating technology in early childhood classrooms: Intentions and enactments. *Teachers and Teaching*, 30(7), 1–17.
- Liu, H., & Ko, Y. (2022). Influence of Teachers' Occupational Stress on Anxiety by Using Cross-Media Teaching Method. *International Journal of Mental Health Promotion*. *International Journal of Mental Health Promotion*, 24(5), 649–664.
- Mariyati, L. I., Ansyah, E. H., Rahman, N. A., Akbar, I. N., & Wafa, S. (2024). Religiosity and occupational well-being among kindergarten teachers: The mediating role of mindfulness in advancing SDG 3. *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 9(1), 95–115.
- Marsh, E., Vallejos, E. P., & Spence, A. (2022). The digital workplace and its dark side: An integrative review. *Computers in Human Behavior*, 128(107118), 1–21.

- Mulyadi, L., Umamah, U., Shalahudin, M., & Norman, E. (2024). The role of stress management with dhikr-based relaxation techniques in reducing teacher burnout in the era of independent learning curriculum. *At-Tadris: Journal of Islamic Education*, 3(2), 42–50.
- Muslih, Q. Z. N. P., & Nashori, F. (2024). The role of Islamic religious coping and social support in parenting stress among working mothers with young children. *Psikis: Jurnal Psikologi Islami*, 10(2), 186–200.
- Ortan, F., Simut, C., & Simut, R. (2021). Self-Efficacy, Job Satisfaction and Teacher Well-Being in the K-12 Educational System. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(23), 12763.
- Pagán-Garbín, I. (2024). Exploration of stress, burnout and technostress levels in teachers. *Teaching and Teacher Education*.
- Portillo, J., Garay, U., Tejada, E., & Bilbao, N. (2020). Self-Perception of the Digital Competence of Educators during the COVID-19 Pandemic: A Cross-Analysis of Different Educational Stages. *Sustainability*, 12(23), 10128.
- Pretorius, T. B., Padmanabhanunni, A., Isaacs, S. A., & Jackson, K. (2022). Perceived vulnerability to disease and the relationship with teacher satisfaction in South Africa during COVID-19: The serial role of burnout, role conflict, and ambiguity. *Behavioral Sciences*, 12(6), 160.
- Rizka, A. F., Fuad, N., & Kamaludin. (2025). Pengaruh Lingkungan Kerja dan Beban Kerja Terhadap Stress Kerja Guru: Sebuah Kajian Literatur Review. *Journal on Education*, 17.
- Rizzo, J. R., House, R. J., & Lirtzman, S. I. (1970). Role Conflict and Ambiguity in Complex Organizations. *Administrative Science Quarterly*, 15(2), 150.
- Sentürk, F. K., & Isikan, S. (2024). Islamic faith as a source of coping with work stress. *Al-Jāmi‘ah: Journal of Islamic Studies*, 62(1), 65–90.
- Song, Z. (2024). WeChat as Social Connection Enabler for Hong Kong Drifters during the Pandemic: A Positive Technology Perspective. *Advances in Journalism and Communication*, 12(02), 231–245.
- Starkey, L. (2019). A review of research exploring teacher preparation for the digital age. . *Cambridge Journal of Education*, (50), 1–20.
- State, T. M., Ouellette, R. R., Zaheer, I., & Zahn, M. R. (2023). Healthy educators need healthy schools: Supporting educator work-related well-being through multitiered systems of support. *School Psychology*, 39(3), 243–255.
- Takhur, M., Chandrasekaran, V., & Guddattu, V. (2018). Role Conflict and Psychological Well Being in School Teachers: A Cross Sectional Study from Southern India. *Journal of Clinical and Diagnostic Research*, 12(7), 1–6.
- Tu, L., Rao, Z., Jiang, H., & Dai, L. (2025). Technostress, Burnout, and Job Satisfaction: An Empirical Study of STEM Teachers’ Well-Being and Performance. *Behavioral Sciences*, 15(7), 992.
- Undheim, M. (2022). Children and teachers engaging together with digital technology in early childhood education and care institutions: a literature review. *European Early Childhood Education Research Journal*, 30(3), 472–489.
- Voogt, J., & McKenney, S. (2017). TPACK in teacher education: are we preparing teachers to use technology for early literacy? *Technology, Pedagogy and Education*, 26, 69–83.
- Wirayuda, A., Nurwahidin, M., & Sudjarwo. (2022). Stress Kerja dan Koping pada Guru: A Systematic Literature Review. *Jurnal Ilmiah Hospitality* 925, 11.
- Wolak, M., & Kim, M. S. (2023). A Case Study of Virtual Kindergarten Teachers in Technology-Enhanced Classrooms. *International Journal of Information and Education Technology*, 13(1), 82–92.
- Yang, T., & Dong, C. (2024). What influences teachers’ implementation of ICT in early childhood education? A qualitative exploration based on an ecological-TPACK framework. *Computers and Education Open*, 7, 100228.
- Zhang, Q., Dai, W., Chen, J., Gu, Y., & Zhao, Y. (2025). The ‘side effects’ of digitalization: A study on role overload and job burnout of employees. *PLOS One*, 20(4), e0322112.