

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Penelitian

Pendidikan merupakan instrumen fundamental dalam membangun kualitas sumber daya manusia dan kemajuan suatu bangsa. Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 menegaskan bahwa pendidikan tidak hanya berorientasi pada pencapaian akademik, tetapi juga diarahkan pada pengembangan karakter, kompetensi, dan kesejahteraan psikologis peserta didik (UU No. 20 Tahun 2003: Pasal 3). Dalam konteks perubahan global dan revolusi industri 4.0, sistem pendidikan dituntut beradaptasi dengan pesatnya perkembangan teknologi, sehingga peran guru sebagai pelaksana utama pembelajaran menjadi semakin strategis dan kompleks.

Perkembangan teknologi digital telah mengubah paradigma pendidikan dari sistem konvensional menuju pembelajaran berbasis teknologi informasi. Transformasi ini menciptakan peluang pembelajaran yang lebih fleksibel, namun juga menimbulkan tantangan baru bagi guru. Tuntutan untuk menguasai perangkat digital, beradaptasi dengan platform pembelajaran daring, dan mengelola administrasi berbasis sistem digital berpotensi meningkatkan tekanan psikologis yang dialami guru.

Dalam proses digitalisasi pendidikan, guru menjadi pihak yang paling terdampak karena harus memastikan pembelajaran tetap efektif di tengah perubahan sistem kerja. Guru tidak hanya berperan sebagai penyampai ilmu, tetapi juga pembimbing moral, fasilitator, dan motivator bagi peserta didik.

Oleh karena itu, kesejahteraan fisik dan mental guru menjadi faktor krusial yang menentukan kualitas pembelajaran dan keberhasilan adaptasi terhadap digitalisasi.

Dalam praktiknya, profesi guru di Indonesia menghadapi berbagai permasalahan kompleks, seperti beban kerja berlebih, tuntutan administratif, dan tekanan adaptasi teknologi. Beban tersebut semakin meningkat akibat digitalisasi pendidikan yang mengharuskan guru mengelola pembelajaran daring serta melakukan pelaporan administrasi melalui berbagai platform digital.

Tabel 1.1. Tingkat Stres Guru di Indonesia

Tahun	Persentase Guru Mengalami Stres (%)
2020	42
2021	55
2022	47
2023	39

Sumber: Guru Inovatif (2023); Antaranews (2023)

Fenomena tekanan psikologis pada guru telah menjadi isu nasional dalam beberapa tahun terakhir. Laporan Guru Inovatif (2023) menunjukkan bahwa 76% guru mengalami stres kerja tinggi akibat meningkatnya beban tugas, terutama setelah implementasi sistem pembelajaran digital. Data tersebut sejalan dengan pernyataan Presiden Joko Widodo melalui Antaranews (2023) bahwa tingkat stres guru di Indonesia lebih tinggi dibandingkan profesi lain di sektor publik. Meskipun angka stres guru terlihat menurun pada tahun 2022–2023, penurunan ini tidak mencerminkan perbaikan kesejahteraan mental secara substansial. Kemendikbud (2023) menegaskan bahwa tekanan guru kini bergeser dari stres situasional akibat pandemi menjadi stres struktural

akibat digitalisasi administrasi, seperti pengisian e-rapor, Dapodik, dan platform manajemen pembelajaran. Pergeseran ini menunjukkan bahwa kesejahteraan mental guru cenderung menurun, bukan karena tingginya angka stres semata, melainkan karena bentuk tekanan kerja yang berubah dan semakin berkelanjutan.

Dengan demikian, penurunan angka stres secara statistik tidak berarti tekanan psikologis berkurang, melainkan menunjukkan perubahan bentuk stres dari situasional (pandemi) menjadi struktural (digitalisasi kerja). Inilah yang menjadi dasar kuat bagi penelitian ini, karena fenomena kelelahan digital (*Digital Fatigue*) muncul sebagai bentuk baru dari tekanan psikologis guru di era pascapandemi.

Data tersebut menunjukkan bahwa guru di Indonesia menghadapi tekanan psikologis yang berkelanjutan dalam tiga tahun terakhir, sehingga kesejahteraan mental guru berada dalam kondisi rentan dan berisiko mengalami penurunan apabila tidak dikelola secara sistematis. Penurunan ini bukan hanya akibat dampak pandemi, tetapi berlanjut sebagai konsekuensi dari meningkatnya beban administrasi digital dan tuntutan adaptasi teknologi. Fakta bahwa 63% guru melaporkan penurunan kesejahteraan mental (Novianti & Susanti, 2022), 58% guru madrasah mengalami penurunan kesejahteraan emosional (Hidayati & Mulyani, 2021), dan adanya penurunan indikator kesejahteraan emosional guru sebesar 14% pada 2023 (Kemendikbud, 2023), menjadi dasar kuat urgensi penelitian ini karena kondisi tersebut berpotensi mengganggu kualitas pembelajaran dan keberlangsungan pendidikan.

Dalam konteks pendidikan Islam, khususnya pesantren, tantangan kesejahteraan mental guru menjadi lebih kompleks. Guru pesantren memiliki peran multidimensional sebagai pendidik akademik, pembimbing spiritual, dan pengasuh karakter santri. Peran ganda ini menuntut keterlibatan emosional dan spiritual yang tinggi, sehingga beban yang mereka rasakan berbeda dari guru sekolah umum (Mastuhu, 1994). Modernisasi pesantren dan tuntutan digitalisasi administrasi membuat guru harus menyeimbangkan peran tradisional dengan kebutuhan adaptasi teknologi, yang tidak selalu mudah dilakukan.

Hingga saat ini, belum tersedia data empiris yang secara khusus menggambarkan kondisi kesejahteraan mental guru Pesantren PERSIS, khususnya dalam menghadapi tuntutan modernisasi dan digitalisasi pendidikan. Data yang tersedia masih bersifat nasional dan umum, sehingga belum sepenuhnya merepresentasikan karakteristik unik guru pesantren yang memiliki peran akademik, spiritual, dan sosial secara simultan. Oleh karena itu, belum dapat dipastikan apakah kesejahteraan mental guru Pesantren PERSIS mengalami penurunan, berada dalam kondisi stabil, atau dipengaruhi oleh faktor-faktor psikologis tertentu. Ketiadaan data empiris inilah yang menjadi dasar utama dan urgensi dilakukannya penelitian ini.

Meskipun berbagai data nasional menunjukkan adanya tekanan psikologis dan kerentanan kesejahteraan mental guru, kondisi tersebut belum dapat digeneralisasi secara langsung pada guru Pesantren PERSIS karena perbedaan karakteristik organisasi, budaya kerja, dan peran religius yang

melekat. Oleh karena itu, diperlukan kajian empiris yang secara khusus mengkaji kesejahteraan mental guru Pesantren PERSIS.

Transformasi digital di pesantren meliputi penggunaan platform administrasi daring, digitalisasi materi pembelajaran, serta kewajiban pelaporan berbasis sistem yang semakin kompleks. Meskipun digitalisasi membawa kemudahan, banyak guru pesantren mengalami tekanan tambahan karena harus mempelajari teknologi baru di tengah jadwal mengajar dan tugas pembinaan santri yang padat.

Berdasarkan studi pendahuluan melalui pra-observasi dan wawancara awal yang dilakukan peneliti terhadap beberapa guru Pesantren PERSIS di Kota Tasikmalaya, diperoleh indikasi bahwa guru sering merasa kewalahan dengan tuntutan administrasi digital, seperti pengisian data, evaluasi pembelajaran, dan pelaporan melalui berbagai platform pemerintah. Kondisi ini menyebabkan berkurangnya waktu istirahat serta munculnya kelelahan emosional pada guru.

Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa digitalisasi yang seharusnya mempermudah pekerjaan justru dapat menjadi sumber tekanan baru bagi guru pesantren apabila tidak diimbangi dengan dukungan fasilitas dan kesiapan psikologis. Fenomena kelelahan akibat penggunaan perangkat digital secara intensif ini sejalan dengan konsep Kelelahan Digital dalam literatur psikologi modern, yang berdampak langsung pada penurunan fokus, motivasi, dan kesejahteraan mental guru.

Digitalisasi pendidikan juga menimbulkan fenomena Kelelahan Digital, yaitu kelelahan fisik, emosional, dan kognitif akibat paparan berlebihan terhadap perangkat digital (Aulia & Asbari, 2023). Fenomena meningkatnya beban digital pada guru tidak hanya terlihat pada tingkat sekolah umum, tetapi juga tampak pada data nasional yang menunjukkan bahwa transformasi digital justru menambah kompleksitas pekerjaan guru. Berbagai laporan resmi pemerintah dan penelitian empiris mengonfirmasi bahwa guru mengalami peningkatan signifikan dalam tugas administrasi digital, penggunaan platform pembelajaran, serta paparan perangkat digital yang intens. Data berikut menggambarkan beban digital yang dialami guru di Indonesia berdasarkan laporan Kemendikbudristek dan penelitian terbaru.

Tabel 1.2. Beban Digital Guru di Indonesia

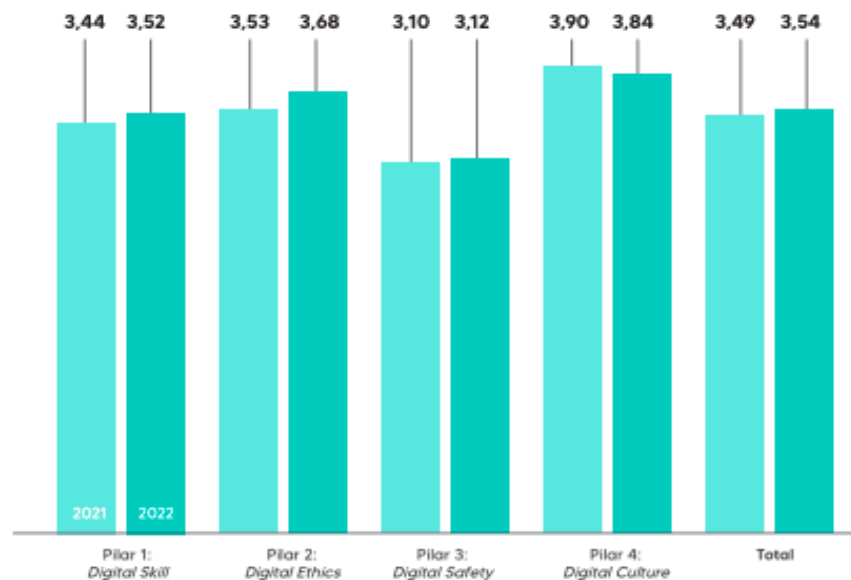
Kategori Beban Digital Guru	Persentase (%)	Sumber
Peningkatan beban administrasi digital	78%	Kemendikbudristek (2023)
Waktu kerja guru semakin panjang akibat digitalisasi	61%	Kemendikbudristek (2023)
Guru mengalami <i>Kelelahan Digital</i> (kelelahan digital)	74%	Aulia & Asbari (2023)
Gangguan fisik akibat layar intens (mata lelah, insomnia, penurunan motivasi)	69%	Munawaroh (2021)

Sumber: Diolah 2025

Data pada tabel tersebut menunjukkan bahwa beban digital guru di Indonesia semakin meningkat secara signifikan. Peningkatan beban administrasi digital hingga 78% dan bertambahnya durasi kerja akibat digitalisasi sebesar 61% mengindikasikan bahwa teknologi belum sepenuhnya meringankan tugas guru (Kemendikbudristek, 2023). Selain itu, tingginya angka Kelelahan Digital sebesar 74% (Aulia & Asbari, 2023) serta adanya

gejala fisik akibat paparan layar intens pada 69% guru (Munawaroh, 2021: 83) memperlihatkan bahwa digitalisasi pekerjaan memberikan dampak langsung terhadap kelelahan emosional dan penurunan kesejahteraan mental. Kondisi ini memperkuat urgensi penelitian terkait faktor-faktor psikologis yang dapat melindungi guru dari tekanan digital yang semakin meningkat.

Selain beban kerja digital, aspek literasi digital guru juga menunjukkan dinamika yang perlu diperhatikan. Menurut data Katadata dan Kominfo (2022), indeks literasi digital Indonesia memang meningkat dalam tiga tahun terakhir, namun aspek budaya digital justru menurun.



Sumber: Katadata Insight Center & Kementerian Komunikasi dan Informatika (Kominfo),
“Status Literasi Digital di Indonesia 2022”, Databoks Katadata, 1 Februari 2023.

Gambar 1.1. Indeks Literasi Digital Indonesia 2020–2022

Peningkatan literasi digital tidak serta merta menjamin kesejahteraan mental. Guru yang terpapar teknologi tanpa keseimbangan mental dan spiritual berpotensi mengalami kelelahan digital yang berdampak pada keterikatan kerja

dan kesejahteraan mereka. Tekanan digital yang terus meningkat tentu dapat memengaruhi kondisi psikologis guru. Oleh karena itu, diperlukan kekuatan psikologis internal untuk menjaga keseimbangan dan kesejahteraan mental mereka, salah satunya melalui Modal Psikologis.

Kesejahteraan mental atau *mental well-being* merupakan kondisi ketika individu mampu mengelola tekanan hidup, bekerja secara produktif, serta berkontribusi terhadap lingkungannya (WHO, 2021: 2). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa kesejahteraan mental guru di Indonesia mengalami penurunan dalam tiga tahun terakhir. Novianti dan Susanti (2022) menemukan bahwa 63% guru mengalami penurunan *well-being* akibat tekanan administrasi dan tuntutan digitalisasi pembelajaran. Penelitian Hidayati dan Mulyani (2021) melaporkan bahwa 58% guru madrasah mengalami penurunan kesejahteraan emosional, sementara Kemendikbud (2023) mencatat penurunan indikator kesejahteraan emosional guru sebesar 14% pada 2023. Data ini memperkuat urgensi penelitian terkait faktor-faktor yang dapat meningkatkan kesejahteraan mental guru.

Secara global, penurunan kesejahteraan mental guru telah menjadi perhatian berbagai lembaga internasional. Laporan OECD menunjukkan bahwa kesejahteraan guru di banyak negara cenderung menurun seiring dengan meningkatnya penggunaan teknologi digital dan beban administrasi berbasis sistem daring dalam pendidikan (OECD, 2021). Temuan serupa juga disampaikan oleh UNESCO, yang menyoroti bahwa guru di kawasan Asia menghadapi tekanan kesejahteraan mental akibat kombinasi tuntutan digital,

beban informasi yang berlebihan, serta perubahan kurikulum yang berlangsung cepat (UNESCO, 2022). Sejalan dengan itu, penelitian terkini mengungkapkan bahwa dalam ekosistem pembelajaran digital, guru cenderung lebih rentan mengalami tekanan psikologis, terutama pada lingkungan pendidikan berbasis agama dan sistem berasrama seperti pesantren (Collie, 2022).

Secara konseptual, fenomena penurunan kesejahteraan mental guru di tengah meningkatnya tuntutan digital dapat dijelaskan melalui perspektif Psikologi Positif yang menekankan pentingnya pengembangan kekuatan psikologis individu sebagai fondasi kesejahteraan dan keberfungsian optimal. Psikologi Positif memandang bahwa individu tidak hanya perlu dilindungi dari gangguan psikologis, tetapi juga perlu diperkuat melalui pengembangan sumber daya internal seperti optimisme, resiliensi, dan keterlibatan kerja agar mampu bertahan dalam situasi penuh tekanan.

Dalam konteks organisasi dan dunia kerja, dinamika kesejahteraan mental tersebut lebih lanjut dapat dijelaskan melalui Job Demands-Resources Model (JD-R Model) yang menyatakan bahwa kesejahteraan individu dipengaruhi oleh keseimbangan antara tuntutan kerja (job demands) dan sumber daya kerja (job resources). Tuntutan kerja yang tinggi, termasuk tekanan administrasi dan digitalisasi, berpotensi menimbulkan kelelahan apabila tidak diimbangi dengan sumber daya psikologis yang memadai. Dalam penelitian ini, Kelelahan Digital diposisikan sebagai bentuk job demands, sedangkan Modal Psikologis dan Keterikatan Kerja dipahami sebagai personal

dan motivational resources yang berperan dalam menjaga keseimbangan psikologis guru.

Selain itu, Conservation of Resources Theory (COR Theory) memperkuat penjelasan tersebut dengan menyatakan bahwa individu akan berupaya mempertahankan dan mengembangkan sumber daya yang dimilikinya. Stres dan penurunan kesejahteraan mental muncul ketika sumber daya tersebut terkuras akibat tuntutan kerja yang berkelanjutan. Dalam konteks digitalisasi pendidikan, paparan teknologi yang intens dapat menguras energi emosional dan kognitif guru, sehingga keberadaan sumber daya psikologis internal menjadi faktor protektif yang sangat penting.

Kondisi penurunan kesejahteraan mental tersebut menunjukkan perlunya faktor internal yang mampu menjaga stabilitas psikologis guru. Pemilihan Modal Psikologis dan Keterikatan Kerja sebagai variabel penelitian didasarkan pada temuan empiris bahwa kedua faktor psikologis ini memiliki peran penting dalam meningkatkan kesejahteraan mental guru. Modal Psikologis, yang terdiri dari efikasi diri (*self-efficacy*), harapan (*hope*), optimisme (*optimism*), dan resiliensi (*resilience*) terbukti membantu individu menghadapi tekanan kerja dan mempertahankan kesehatan mental (Luthans et al., 2007: 3). Sementara itu, Keterikatan Kerja yang ditandai semangat kerja (*vigor*), dedikasi (*dedication*), dan keterlibatan penuh (*absorption*) berpengaruh pada motivasi, komitmen, dan ketahanan psikologis guru (Schaufeli & Bakker, 2004: 295). Guru dengan Modal Psikologis dan Keterikatan Kerja tinggi cenderung memiliki kesejahteraan mental lebih baik. Oleh karena itu, kedua variabel ini

relevan sebagai faktor protektif terhadap penurunan kesejahteraan mental di era digital.

Walaupun berbagai penelitian telah membahas kesejahteraan mental guru, namun karakteristik guru pesantren dalam konteks digitalisasi belum banyak dikaji. Berdasarkan kajian literatur, sebagian besar penelitian mengenai kesejahteraan mental guru masih berfokus pada guru sekolah umum atau konteks organisasi non-keagamaan. Meskipun penelitian mengenai stres kerja dan burnout guru telah banyak dilakukan, kajian yang secara khusus meneliti kesejahteraan mental guru pesantren dalam konteks digitalisasi masih sangat terbatas. Sebagian besar penelitian terdahulu berfokus pada guru sekolah umum atau pada sektor korporat, sehingga belum menggambarkan karakteristik beban kerja guru pesantren yang memiliki peran akademik, sosial, dan spiritual secara bersamaan.

Selain itu, penelitian mengenai Modal Psikologis dan Keterikatan Kerja sebagai prediktor kesejahteraan mental lebih banyak dilakukan pada konteks organisasi umum, bukan pada lembaga pendidikan berbasis agama. Padahal, guru pesantren memiliki tuntutan emosional dan spiritual yang berbeda, sehingga kemungkinan besar mekanisme psikologis yang memengaruhi kesejahteraan mental mereka tidak sepenuhnya sama dengan guru sekolah reguler.

Lebih jauh, kajian yang menempatkan Kelelahan Digital sebagai variabel moderasi dalam hubungan antara Modal Psikologis, Keterikatan Kerja, dan kesejahteraan mental masih sangat jarang ditemukan, terutama di

Indonesia. Sebagian besar penelitian hanya menempatkan Kelelahan Digital sebagai variabel independen, bukan sebagai faktor yang memperkuat atau memperlemah pengaruh variabel psikologis terhadap *well-being*.

Dengan demikian, kajian literatur menunjukkan adanya celah konseptual dan empiris yang belum terjawab secara komprehensif. Pertama, integrasi Modal Psikologis dan Keterikatan Kerja sebagai personal resources dalam satu model prediktif terhadap kesejahteraan mental guru pesantren belum banyak diuji secara simultan. Kedua, penelitian mengenai kesejahteraan mental guru pesantren dalam konteks transformasi digital masih sangat terbatas, padahal karakteristik peran akademik, sosial, dan spiritual yang melekat pada guru pesantren berpotensi menghasilkan dinamika psikologis yang berbeda dibandingkan guru sekolah umum. Ketiga, penempatan Kelelahan Digital sebagai variabel moderasi dalam hubungan antara sumber daya psikologis dan kesejahteraan mental belum banyak dikaji, khususnya dalam konteks pendidikan berbasis agama di Indonesia.

Oleh karena itu, penelitian ini berupaya mengisi kekosongan tersebut dengan menguji model integratif berbasis Job Demands-Resources Theory dan Conservation of Resources Theory untuk menjelaskan mekanisme psikologis kesejahteraan mental guru pesantren di era digital.

Kelelahan Digital ditempatkan sebagai variabel moderasi karena perannya bukan hanya memengaruhi kesejahteraan mental secara langsung, tetapi lebih pada memperkuat atau memperlemah pengaruh sumber daya psikologis internal terhadap kesejahteraan mental. Dalam teori psikologi kerja,

Kelelahan Digital menjadi faktor situasional yang dapat melemahkan efektivitas Modal Psikologis dan Keterikatan Kerja dalam menjaga kondisi psikologis guru. Misalnya, guru dengan Modal Psikologis tinggi dapat tetap resilien, namun ketika Kelelahan Digital meningkat, kemampuan koping tersebut dapat berkurang. Demikian pula, guru yang sangat terikat dapat mengalami penurunan motivasi jika paparan digital berlebihan. Oleh karena itu, Kelelahan Digital lebih tepat dijadikan variabel moderasi, bukan variabel bebas, karena ia mempengaruhi kuat-lemahnya hubungan antarvariabel utama dalam penelitian ini. Secara konseptual, posisi ini sejalan dengan asumsi JD-R Model bahwa job demands tidak selalu berdampak langsung, tetapi dapat mengubah efektivitas sumber daya dalam menghasilkan well-being.

Keseluruhan fenomena yang telah diuraikan – mulai dari tekanan struktural akibat digitalisasi (Kelelahan Digital), peran ganda guru pesantren, hingga kebutuhan untuk mempertahankan kesejahteraan mental di tengah tantangan ini – menunjukkan adanya kebutuhan mendesak untuk menguji peran sumber daya psikologis internal (Modal Psikologis dan Keterikatan Kerja) sebagai faktor protektif. Urgensi utamanya adalah menganalisis bagaimana kelelahan digital dapat memperkuat atau memperlemah hubungan tersebut. Seluruh argumentasi ini menunjukkan urgensi penelitian berjudul: **'Pengaruh Modal Psikologis dan Keterikatan Kerja terhadap Kesejahteraan Mental dengan Kelelahan Digital sebagai Variabel Moderasi, Survei pada Guru Pesantren PERSIS Kota Tasikmalaya'**, yang diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis dan praktis yang signifikan terhadap pengembangan

pendidikan Islam di Indonesia, khususnya pada lembaga pesantren yang tengah bergerak menuju transformasi digital.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang penelitian, maka permasalahan dalam penelitian ini dapat diidentifikasi melalui beberapa pertanyaan penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana kondisi modal psikologis, keterikatan kerja, kesejahteraan mental guru, dan kelelahan digital pada guru pesantren PERSIS di Kota Tasikmalaya.
2. Bagaimana pengaruh modal psikologis terhadap keterikatan kerja guru pesantren PERSIS di Kota Tasikmalaya.
3. Bagaimana pengaruh modal psikologis dan keterikatan kerja terhadap kesejahteraan mental guru pesantren PERSIS di Kota Tasikmalaya.
4. Bagaimana pengaruh modal psikologis dan keterikatan kerja terhadap kesejahteraan mental guru yang dimoderasi oleh kelelahan digital pada guru pesantren PERSIS di Kota Tasikmalaya.

1.3. Tujuan Penelitian

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah dikemukakan, maka tujuan yang ingin dicapai dalam pelaksanaan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mengetahui kondisi modal psikologis, keterikatan kerja, kesejahteraan mental guru, dan kelelahan digital pada guru pesantren PERSIS di Kota Tasikmalaya.

2. Menganalisis pengaruh modal psikologis terhadap keterikatan kerja pada guru pesantren PERSIS di Kota Tasikmalaya.
3. Menganalisis pengaruh modal psikologis dan keterikatan kerja terhadap kesejahteraan mental guru pesantren PERSIS di Kota Tasikmalaya.
4. Menganalisis pengaruh modal psikologis dan keterikatan kerja terhadap kesejahteraan mental guru yang dimoderasi oleh kelelahan digital pada guru pesantren PERSIS di Kota Tasikmalaya.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoretis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang Manajemen Sumber Daya Manusia dan Psikologi Pendidikan, melalui hal-hal berikut:

1. Menambah kajian empiris mengenai pengaruh Modal Psikologis dan Keterikatan Kerja terhadap Kesejahteraan Mental guru dalam konteks lembaga pendidikan Islam.
2. Memberikan pemahaman teoretis mengenai peran Kelelahan Digital sebagai variabel moderasi yang dapat memperkuat atau memperlemah hubungan antarvariabel psikologis dalam konteks dunia pendidikan.
3. Menjadi referensi ilmiah bagi peneliti selanjutnya yang ingin mengembangkan penelitian serupa pada konteks pendidikan lain, seperti madrasah atau sekolah umum.

1.4.2. Manfaat Praktis

Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi berbagai pihak sebagai berikut:

1. Bagi guru pesantren, penelitian ini dapat menjadi bahan refleksi untuk meningkatkan kesejahteraan mental melalui penguatan Modal Psikologis dan peningkatan keterikatan kerja dalam menghadapi tantangan digitalisasi.
2. Bagi pengelola lembaga pesantren, hasil penelitian ini dapat dijadikan dasar dalam menyusun kebijakan pengelolaan sumber daya manusia, khususnya dalam menciptakan lingkungan kerja yang sehat, suportif, dan adaptif terhadap perkembangan teknologi digital.
3. Bagi pemerintah atau instansi Pendidikan, penelitian ini dapat memberikan masukan tentang pentingnya program pelatihan psikologis dan manajemen stres berbasis digital bagi guru pesantren.
4. Bagi akademisi dan praktisi pendidikan, hasil penelitian ini dapat menjadi sumber rujukan dalam memahami hubungan antara faktor psikologis, keterikatan kerja, dan dampak digitalisasi terhadap kesejahteraan tenaga pendidik.

1.5.Tempat dan Jadwal Penelitian

1.5.1. Tempat Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan di Pesantren PERSIS Kota Tasikmalaya, yang merupakan salah satu lembaga pendidikan Islam di bawah naungan Persatuan

Islam (PERSIS). Pemilihan lokasi ini didasarkan pada beberapa pertimbangan sebagai berikut:

1. Pesantren PERSIS merupakan lembaga pendidikan Islam yang telah menerapkan sistem pembelajaran dan administrasi berbasis digital, terutama dalam kegiatan pelaporan dan manajemen data guru.
2. Guru pesantren di lingkungan PERSIS memiliki peran ganda, yaitu sebagai pendidik akademik dan pembimbing spiritual, sehingga relevan dengan fokus penelitian mengenai kesejahteraan mental dan kelelahan digital (*Digital Fatigue*).
3. Kota Tasikmalaya memiliki jumlah lembaga pesantren PERSIS yang cukup banyak dan aktif melakukan transformasi digital dalam kegiatan pendidikan, sehingga dapat memberikan data yang representatif untuk penelitian ini.

1.5.2. Jadwal Penelitian

Jadwal penelitian ini disusun dalam beberapa tahapan yang meliputi tahap persiapan, pengumpulan data, analisis data, dan penyusunan laporan akhir yang dilaksanakan secara bertahap. Secara rinci, jadwal penelitian dapat dilihat pada lampiran.