



Jurnal Pendidikan Dasar Indonesia is licensed under  
A Creative Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License

## **PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP STRES KERJA PADA GURU SEKOLAH DASAR**

**Werenfridus<sup>1)</sup>, Agung Hartoyo<sup>2)</sup>, Abd. Basith<sup>3)</sup>**

<sup>1)</sup> *Magister Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Universitas Tanjungpura, Pontianak, Indonesia*  
*Email: f2211221018@student.untan.ac.id*

<sup>2)</sup> *Pendidikan Matematika, Universitas Tanjungpura, Pontianak, Indonesia*  
*Email: agung.hartoyo@jkip.untan.ac.id*

<sup>3)</sup> *Bimbingan Konseling, STKIP Singkawang, Singkawang, Indonesia*  
*Email: abdullahbasith@gmail.com*

**Abstrak:** Tujuan dalam penelitian ini adalah : 1) Apakah terdapat perbedaan dukungan sosial dan stress kerja pada guru SD berdasarkan gender, jabatan, status pekerjaan dan usia?; 2) Apakah terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap stress kerja pada guru SD?. Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain asosiatif kausal. Populasi penelitian ini yaitu guru dan kepala sekolah pada jenjang Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Tengah Temila Kabupaten Landak yang berjumlah 60 sekolah. Sampel diambil dengan teknik insidental sehingga keseluruhan sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 74 orang. Teknik analisis data dengan menggunakan mean, SD, manova dan regresi sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa : 1) nilai  $p > 0.05$  sehingga tidak terdapat perbedaan yang signifikan terkait dukungan sosial dan stres kerja guru berdasarkan gender, jabatan, status kerja dan usia, 2) nilai  $p < .05$  sehingga dukungan sosial berpengaruh positif dan signifikan terhadap stress kerja dengan koefisien determinasi sebesar 10.5% dan koefisien regresi 0.382. Berdasarkan hasil penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa guru laki-laki dan perempuan memiliki stress kerja yang sama besarnya. Pengaruh positif yang diberikan oleh dukungan sosial terhadap stress kerja tidak sesuai dengan harapan penelitian dan berbagai penelitian terdahulu. Arah pengaruh harusnya negatif karena semakin tinggi dukungan sosial maka stres kerja akan semakin rendah. Ini menunjukkan bahwa dukungan sosial tidak terkait secara langsung dengan stres kerja guru.

**Kata Kunci:** Dukungan Sosial, Stres Kerja

**Abstract:** The objectives of this study were: 1) Are there differences in social support and work stress for elementary school teachers based on gender, position, employment status and age?; 2) Is there an effect of social support on work stress on elementary school teachers? The type of research used is quantitative with a causal associative design. The population of this study were teachers and principals at the state elementary school level in Tengah Temila District, Landak Regency, totaling 60 schools. Samples were taken by incidental technique so that the total sample used in this study was 74 people. Data analysis techniques using the mean, SD, manova and simple regression. The results of the research show that: 1)  $p$  value  $> 0.05$  so that there is no significant difference regarding social support and work stress of teachers based on gender, position, work status and age, 2)  $p$  value  $< .05$  so that social support has a positive and significant effect on work stress with a coefficient of determination of 10.5% and a regression coefficient of 0.382. Based on the results of this study it can be concluded that male and female teachers have the same amount of work stress. The positive influence exerted by social support on work stress is not in accordance with research expectations and various previous studies. The direction of influence should be negative because the higher the social support, the lower the work stress. This shows that social support is not directly related to teacher work stress.

**Keywords:** Social Support, Work Stress

### **I. INTRODUCTION**

Guru sekolah dasar (SD) memiliki peran strategis dan krusial dalam membentuk kepribadian dan mengoptimalkan kecerdasan siswa pada tahap awal pendidikan. Pada tahap

kognitif, siswa SD masih berada pada tahap operasional konkret. Ini artinya bahwa siswa baru bisa membentuk sebuah konsep, melihat hubungan dan memecahkan masalah (Faslah, 2011). Dengan demikian, pendidikan SD menjadi bagian

terpenting dalam pendidikan karena merupakan pilar utama yang mendasari tahapan kognitif berikutnya. Oleh karena itu, tugas guru menjadi lebih berat karena harus memastikan tahapan pondasi ini benar-benar dapat terealisasi secara optimal sehingga siswa dapat berkembang sesuai tahap kognitifnya. Tanpa guru yang profesional, sulit untuk menciptakan pendidikan berkualitas yang berpusat pada siswa. Oleh karena itu, hal yang menjadi prioritas utama adalah peningkatan kualitas guru SD (Faizal & Yustinus, 2004). Guru yang memiliki kemampuan mengajar dan kinerja yang baik akan membawa dampak peningkatan pada proses pembelajaran yang baik pula (Riyani, 2012).

Guru profesional tentunya tidak hanya bertugas untuk mengajar di depan kelas, memeriksa tugas-tugas yang dikerjakan oleh siswa dan membuat rancangan pelaksanaan pembelajaran (RPP) saja, akan tetapi juga bertanggung jawab terhadap tingkat prestasi akademik siswa. Selain itu, mayoritas guru SD juga bertindak sebagai guru kelas sehingga memiliki tanggung jawab terkait administrasi yang cukup banyak. Diantara tugas-tugas administrasi sebagai wali kelas yaitu mengadmisitrasikan hasil belajar siswa dalam bentuk rapor yang saat ini sudah dalam bentuk elektronik. Adanya rapor elektronik (*E-Raport*) harusnya memberikan kemudahan kepada guru, namun malah sebaliknya. Adanya sistem *E-Rapport* menjadi beban tersendiri bagi guru karena pada saat input nilai tidak jarang *server* bermasalah karena internet yang tidak stabil. Pada akhirnya guru harus menunggu bahkan menginap di sekolah untuk memastikan sampai jaringan stabil kembali. Selain tugas di Sekolah sebagai pengajar, guru juga memiliki peranan lain di luar Sekolah. Peran tersebut seperti menjadi ibu rumah tangga, tokoh yang berperan aktif dalam masyarakat dan ketika berada di tengah masyarakat guru merupakan figur teladan yang memberikan kontribusi positif dan norma sosial. Berbagai tanggung jawab yang diemban oleh guru tersebut tentunya tak jarang memberikan tekanan tersendiri sehingga menyebabkan timbulnya stress sebagai akibat dari banyaknya beban pekerjaan yang harus diselesaikan. Demjaha dan Jovanka (2015) mengemukakan terdapat banyak penelitian yang menunjukkan bahwa tuntutan kerja memberikan tekanan pada guru, sehingga mengakibatkan guru mengalami gejala stress.

Stres dapat diartikan sebagai suatu respon perilaku setiap orang atau individu yang di pengaruhi oleh setiap karakter individu itu sendiri atau proses psikologis yang memberikan dampak tindakan, situasi, atau kejadian yang membuat seseorang atau individu itu sendiri terkena beban fisik dan psikologi (Kreitner & Kinicki, 2014). Stres dapat terjadi pada siapa saja dan dimana saja, tuntutan serta pekerjaan yang semakin banyak dan tinggi membuat seseorang lebih cepat terkena stress kerja. Gaol (2021) terdapat 7 faktor penyebab stress pada guru disekolah seperti, karakter buruk dari siswa, aturan kepala sekolah yang tidak sesuai, kurangnya dukungan dari rekan kerja, tuntutan tugas yang terlalu banyak, gaji yang tidak sesuai, keadaan pekerjaan yang kurang baik dan adanya perubahan kebijakan pendidikan. Menurut Luthans (2011) dimensi dari stress kerja yaitu: (1) *Extraorganizational Stressors* adalah stress dari luar organisasi yang mempengaruhi kinerja karyawan yang terdiri atas perubahan

teknologi, globalisasi, keluarga, pindah tugas, kondisi ekonomi dan finansial, suku dan ras, kondisi tempat tinggal; (2) *Organizational Stressors*, stress yang berasal dari dalam organisasi terkait dengan tugas dan tanggung jawab karyawan yang terdiri atas indikator tugas dikantor, konflik dan beban kerja, keamanan kerja, konflik sesama rekan kerja, lingkungan yang tidak menentu; (3) *Group Stressors*, stress yang berasal dari kelompok formal dan non formal yang dapat memicu konflik yang terdiri atas rasa keterikatan kelompok yang lemah dan kurangnya dukungan kelompok; (4) *Individual Stressors*, stress dari individu masing-masing karyawan yang terdiri atas indikator kematangan kepribadian dan pengendalian diri.

Stres yang terjadi pada individu tentunya berbeda-beda tergantung dari tingkat stressor yang datang dan kesiapan individu dalam merespon stressor tersebut. Robbins (2008) menyebutkan bahwa terdapat beberapa indikator dari stress yang dapat digunakan untuk mengukur tingkat stress dalam organisasi pendidikan, indikator tersebut adalah: (1) gejala fisiologis, terkait dengan aspek kesehatan dan medis, dapat dilihat dari perubahan metabolisme, meningkatnya laju detak jantung dan pernapasan, meningkatnya tekanan darah, menimbulkan sakit kepala dan menyebabkan serangan jantung; (2) gejala psikologis, dilihat dari ketidakpuasan, ketegangan, kecemasan, mudah marah, kebosanan, dan suka menunda-nunda; (3) gejala perilaku, dilihat dari perubahan produktivitas, absensi, tingkat keluar masuknya karyawan, perubahan kebiasaan makan, meningkatnya konsumsi rokok dan alkohol, bicara cepat, gelisah, dan adanya gangguan tidur.

Stres dapat disebabkan karena minimnya peran dari lingkungan dalam memberikan dukungan terhadap guru. Ini sejalan dengan Robbins (2008) yang mengungkapkan bahwa timbulnya stress dipengaruhi oleh berbagai faktor, diantaranya yaitu faktor lingkungan. Peran dari lingkungan tentunya memberikan dukungan positif terhadap guru sehingga dapat berkurangnya stress yang dialami. Smet (1994) menyatakan bahwa peran lingkungan dalam memberikan dukungan sosial dapat mengurangi stress dialami oleh individu. Semakin besar dukungan sosial yang didapat dari lingkungan maka tingkat stress akan semakin rendah, dan jika dukungan sosial yang diberikan lingkungan semakin kecil maka tingkat stress akan semakin besar (Atkinson, 2005).

Dukungan sosial hakikatnya sebagai bentuk pemberian perasaan kenyamanan secara fisik maupun psikologis baik ketika guru mendapat berbagai tekanan maupun tidak sehingga tidak merasa sendiri dalam menanggung beratnya beban pekerjaan (Noviati, 2015). Hal ini juga dikuatkan oleh Windistiar (2016) yang mengungkapkan bahwa guru yang memiliki dukungan sosial tinggi akan berhasil dalam menghadapi stressor yang berat sehingga stress dapat dimanajemen dengan baik. Dengan dukungan sosial yang diterima oleh guru maka akan memberikan energi positif dalam menghadapi beban kerja yang begitu berat sehingga dapat menekan stress yang mungkin akan terjadi. Dengan demikian guru dapat menyelesaikan berbagai pekerjaan yang diberikan dengan baik.

Dukungan sosial yang diperoleh individu dapat melalui berbagai bentuk yang mungkin tidak sama antara satu dengan yang lain. Sarafino & Smith (2011) menjelaskan bahwa

dukungan sosial yang diterima individu melalui berbagai bentuk, yaitu dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi dan dukungan penghargaan. Dukungan emosional melibatkan ekspresi rasa empati dan perhatian terhadap individu, sehingga individu tersebut merasa nyaman, dicintai dan diperhatikan. Dukungan ini meliputi perilaku seperti memberikan perhatian dan afeksi serta bersedia mendengarkan keluh kesah orang lain. Dukungan instrumental melibatkan bantuan langsung, misalnya yang berupa bantuan finansial atau bantuan dalam mengerjakan tugas-tugas tertentu. Dukungan informasi dapat berupa saran, pengarahan dan umpan balik tentang bagaimana cara memecahkan persoalan. Dukungan penghargaan melibatkan ekspresi yang berupa pernyataan setuju dan penilaian positif terhadap ide-ide, perasaan dan performa orang lain.

Dukungan sosial yang diterima oleh individu berasal dari berbagai sumber yang memungkinkan perbedaan dari dampak yang diberikan. Rock & Dooley (Pelealu dkk, 2018) menjelaskan bahwa terdapat dua sumber yang mengkonstruksi dukungan sosial, yaitu sumber natural dan sumber artificial. Dukungan sosial yang bersifat natural dapat diterima individu melalui berbagai interaksi sosial yang terjadi dalam kehidupan secara spontan dengan orang-orang yang berada disekitarnya, misalnya anggota keluarga (anak, istri, suami), kerabat, teman dekat atau relasi. Dukungan sosial yang berasal dari sumber natural bersifat non formal. Kemudian dukungan artificial merupakan dukungan sosial yang dirancang ke dalam kebutuhan primer seseorang, misalnya dukungan sosial akibat bencana alam yang didapat melalui berbagai sumbangan sosial dari berbagai lapisan masyarakat.

Berdasarkan pemaparan di atas, jelas bahwa dukungan sosial memiliki peran dalam mereduksi stres yang dialami oleh guru dalam bekerja. Namun demikian, belum diketahui signifikansi dari hubungan tersebut. Penelitian-penelitian terkait hal ini dengan guru sebagai subjek penelitian masih minim dilakukan. Arah penelitian yang dilakukan masih secara umum pada karyawan. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Dodiansyah (2014) yang menghasilkan temuan bahwa adanya hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dan stress kerja pada karyawan Salopos Surakarta. Oleh karena itu, penelitian ini penting untuk dilakukan untuk menganalisis hubungan antara dukungan sosial dan stress pada guru SD. Tujuan dari penelitian ini adalah : 1) Apakah terdapat perbedaan dukungan sosial dan stress kerja pada guru SD berdasarkan jenis kelamin, jabatan, status pekerjaan dan usia?; 2) Apakah terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap stress kerja pada guru SD?.

## II. METHODS

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif, dimana penggunaan datanya dalam bentuk angka berdasarkan pada analisa statistik dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel atau lebih. Penelitian ini bersifat asosiatif kausal, yaitu penelitian yang mencari hubungan (pengaruh) sebab akibat antara variabel bebas terhadap variabel terikat (Sugiyono, 2014). Populasi dalam penelitian ini adalah sekolah dasar negeri yang berada di Kecamatan Tengah Temila Kabupaten Landak yang

berjumlah 60 sekolah. Populasi tersebut terdiri dari kepala sekolah, guru PNS, Guru P3K dan guru honorer. Kemudian dari populasi tersebut diambil sampel dengan teknik sampel insidental sehingga keseluruhan sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 74 orang. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan pengukuran dengan instrumen berupa skala dukungan sosial (terdiri dari 27 pernyataan) dan skala stres kerja (terdiri dari 32 pernyataan). Skala ini diadaptasi dari skala yang dikembangkan oleh Robbins (2008) dan Sarafino (1998). Indikator dari skala dukungan sosial yaitu dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi dan penghargaan. Sedangkan indikator skala stres kerja terdiri dari fisiologis, psikologis, dan perilaku. Instrumen tersebut memiliki empat pilihan jawaban, sangat sesuai, sesuai, tidak sesuai dan sangat tidak sesuai. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif, multivariat analisis dan regresi sederhana.

## III. RESULT AND DISCUSSION

### Hasil

#### Perbedaan Dukungan Sosial dan Stres Kerja Berdasarkan Gender, Usia, Status Kepegawaian, Jabatan

Berdasarkan analisis deskriptif dan manova pada tabel 1 dan tabel 2 menunjukkan bahwa guru perempuan memiliki dukungan sosial dan stress kerja yang lebih tinggi daripada guru laki-laki. Guru yang berusia < 40 tahun memiliki dukungan sosial dan stress kerja yang lebih tinggi daripada guru yang berusia > 40 tahun. Guru yang berstatus PNS memiliki dukungan sosial dan stress kerja yang lebih tinggi daripada guru yang berstatus P3K dan honorer. Kepala sekolah memiliki dukungan sosial yang lebih tinggi dan memiliki stress kerja yang lebih rendah daripada guru. Kemudian tidak terdapat perbedaan yang signifikan terkait dukungan sosial dan stress kerja berdasarkan gender, usia, status kepegawaian, dan jabatan dengan  $p > .05$ .

**Tabel 1**  
**Mean dan Standar Deviasi Dukungan Sosial dan Stres Kerja Berdasarkan Gender, Usia, Status Kepegawaian, Jabatan**

Variabel		Dukungan Sosial		Stres Kerja	
		M	SD	M	SD
		Gender	Laki-laki	76.5	5.9
	Perempuan	79.5	6.7	85.4	8.6
Usia	< 40	77.9	6.6	85.7	7.7
	> 40	77.4	6.9	84.3	8.1
	Tahun				
Status Kepegawaian	PNS	78.5	5.7	85.3	7.3
	P3K	76.3	4.8	84.7	9.8
Jabatan	Honorer	78.5	8.0	85.2	8.4
	Kepala Sekolah	78.9	7.1	85.1	6.8
	Guru	78.1	6.4	85.3	8.3

**Tabel 2**

**Manova : Perbedaan Stres Kerja Berdasarkan Gender dalam Implementasi Kurikulum Merdeka**

Efek	Pillai's Trace	F	df	Error df	Sig	Eta Squared
Gender	.072	2.288	2.000	59.000	.110	.072
Usia	.058	.897	4.000	120.000	.468	.029
Status Kepegawaian	.024	.363	4.000	120.000	.834	.012
Jabatan	.009	.282	2.000	59.000	.755	.009

**Tabel 3**

**Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Stres Kerja Guru**

Variabel	B	t	Sig	F	R Square
Konstanta	55.3	5.347	.000	8.412	.105
Dukungan Sosial	.382	2.900	.005		

antara dukungan sosial terhadap stress kerja. Kontribusi dukungan sosial sebesar 10.5% terhadap stress kerja, dan Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Stres Kerja Guru. Berdasarkan analisis regresi sederhana pada table 3 menunjukkan bahwa terdapat pengaruh positif yang signifikan setiap satu kali kenaikan dukungan sosial maka akan menyebabkan kenaikan stress kerja sebesar .382.

**Pembahasan**

Tujuan penelitian pertama yaitu menganalisis perbedaan dukungan sosial dan stress kerja berdasarkan gender, usia, status kepegawaian dan jabatan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada setiap faktor tersebut. Ini menunjukkan bahwa laki-laki dan perempuan yang berusia <40 tahun >40 tahun serta berstatus PNS, P3K dan honorer baik mendapatkan tugas tambahan sebagai kepala sekolah maupun menjadi guru biasa memiliki dukungan sosial dan stress kerja yang berbeda namun tidak secara signifikan. Jika dilihat dari jenis kelamin, meskipun tidak terdapat perbedaan yang signifikan namun perempuan memiliki stress kerja yang agak jauh berbeda dengan laki-laki. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Collie (2021) menunjukkan bahwa perempuan memiliki tingkat stress yang lebih tinggi dari laki-laki. Kemudian dikuatkan dengan hasil penelitian Ambara (2021) yang menunjukkan bahwa perempuan memiliki stress kerja yang lebih besar dibanding laki-laki. Klapporth (2020) menyatakan bahwa guru berjenis kelamin perempuan cenderung lebih stres dari pada guru berjenis kelamin laki-laki. Stresor pada perempuan dapat berasal dari masalah di luar pekerjaan, sehingga guru perempuan mengalami beban kerja yang lebih besar untuk mengajar dan mengurus tugas rumah tangga pada bersamaan (Greenglass & Burke dalam Klapporth, 2020). Berbeda dengan berbagai hasil penelitian tersebut, Rumeen dkk (2021) menemukan bahwa stress kerja pada laki-laki lebih besar daripada perempuan. Ini bisa saja disebabkan karena tuntutan pekerjaan laki-laki lebih besar daripada perempuan. Laki-laki

mejadi tulang punggung keluarga sehingga bebannya akan lebih besar jika tidak menyelesaikan pekerjaan dengan baik karena tentunya akan berpengaruh terhadap kualitas pekerjaannya. Sementara bagi perempuan yang sudah menikah untuk memenuhi kebutuhan hidup keluarga adalah tanggung jawab laki-laki sehingga bebannya tidak terlalu besar dan dapat mengendalikan berbagai stressor yang datang.

Tujuan penelitian kedua yaitu menganalisis pengaruh dukungan sosial terhadap stress kerja guru. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial berpengaruh positif dan signifikan terhadap stress kerja guru dalam implementasi kurikulum merdeka. Artinya semakin tinggi dukungan sosial yang dimiliki oleh guru maka semakin tinggi juga stress kerja yang dialami. Hasil temuan ini tentunya tidak sesuai dengan harapan penelitian dan berbagai temuan penelitian sebelumnya yang menunjukkan pengaruh negatif. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial menjadi salah satu variabel yang menyebabkan tinggi atau rendahnya stress kerja pada individu dalam bekerja, semakin tinggi dukungan sosial yang dimiliki individu maka stress kerja akan semakin rendah dan semakin rendah dukungan sosial yang dimiliki individu maka stress kerja akan semakin tinggi (Creaven dkk, 2020; Weken dkk, 2020; Muhbar & Rochmawati, 2017). Ini menunjukkan bahwa pada sampel penelitian tidak ada keterlibatan dukungan sosial dalam menentukan tinggi atau rendahnya stress kerja pada guru.

**IV. CONCLUSIONS**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara laki-laki dan perempuan terkait dukungan sosial dan stress kerja guru. Ini menunjukkan bahwa guru laki-laki dan perempuan memiliki stress kerja yang sama besarnya. Namun demikian, banyak peneliti lain yang menyatakan bahwa perempuan memiliki stress kerja yang lebih tinggi daripada laki-laki. Kemudian dukungan sosial berpengaruh positif dan signifikan terhadap stress kerja guru. Pengaruh positif ini tidak sesuai dengan yang diharapkan dan bertentangan dengan penelitian terdahulu yang menunjukkan hubungan negatif dan signifikan. Harusnya dukungan sosial berpengaruh negatif terhadap stress kerja guru karena semakin tinggi dukungan sosial yang didapatkan maka sejatinya akan menurunkan stress kerja. Ini menunjukkan bahwa adanya variabel lain yang terkait secara langsung terhadap stress kerja guru. Dari hasil penelitian ini tentunya membuka ruang bagi peneliti berikutnya untuk memverifikasi kembali variabel yang terkait secara langsung dengan stress kerja guru dengan sampel penelitian yang sama.

**REFERENCES**

Ambara, D. P. (2010). Pengaruh Tingkat Stres Guru Terhadap Manajemen Kelas Di Sekolah Menengah Atas. *E-journal Undiksha*, 8(2), 193–204.

Atkinson, R. C. (2005). *Pengantar Psikologi (terjemahan Taufiq dan Barhana)*. Jakarta : Erlangga.

Collie, R. J. (2021). COVID-19 and Teachers' Somatic Burden, Stress, and Emotional Exhaustion: Examining the Role of Principal Leadership and Workplace Buoyancy. *AERA*, 7.

- Creaven, A.M., Higgins, N.M., Ginty, A.T., & Gallagher, S. (2020). Social Support, Social Participation, and Cardiovascular Reactivity to Stress in the Midlife in the States (MIDUS) Study. *Biological Psychology*, 155, 107921
- Demjaha, T.A., & Jovanka, K.B. (2015). Level Of Work Related Stres Among Teachers In Elementry School. *Journal Of Medical Science*, 3(3), 484-488
- Faizal, M. H., Yustinus, S. (2004). Pengaruh Circulo Message terhadap Penurunan Perasaan Kelelahan Kerja pada Guru Wanita Sekolah Dasar Negeri di Kelurahan Bener, Tegalrejo, Yogyakarta. *Jurnal Lembaga Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Gajah Mada*, 1, 63-70
- Faslah, A. (2011). *Pencapaian Program Wajib Belajar 9 Tahun*. Retrived from <http://www.kompasiana.com>
- Gaol N. 2021. *Faktor-Faktor Penyebab Guru Mengalami Stres Di Sekolah*. Institut Agama Kristen Negeri Tarutung. Diakses pada tanggal 20 juni 2021, online. <https://doi.org/10.1177/2332858420986187>
- Klapproth, F., Federkeil, L., Heinschke, F., & Jungmann, T. (2020). Teachers' experiences of stress and their coping strategies during COVID-19 induced distance teaching. *Journal of Pedagogical Research*, 4(4), 1-9. DOI: 10.33902/JPR.2020062805
- Kreitner R & Kinicki A. (2014). *Organizational Behavior*. Jakarta: Salemba Empat
- Luthans, F. (2011). *Organizational Behavior An Evidence-Based Approach*. In McGrawHill/Irwin (12th ed.). New York: The McGraw-Hill Companies, Inc
- Muhbar, Fandi., Dwi Heppy Rochmawati. (2017). Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Beban Kerja Guru Di Sekolah Luar Biasa. *Jurnal Keperawatan*, 5(2), 82-86
- Noviati, N. P. (2015). Stres kerja ditinjau dari kecerdasan emosi, modal psikologis, dan dukungan sosial. *Psikologika*. 20(1), 27-38.
- Pealeu, A., Hendro, B., & Ferdinand, W. (2018). "Hubungan Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Minum Obat Pasien Skizofrenia di Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr. VL Ratumbuang Provinsi Sulawesi Utara. *Jurnal Keperawatan*, 6(1), 1-9
- Riyani, Y. (2012). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prestasi Belajar Mahasiswa (Studi pada Mahasiswa Jurusan Akutansi Politeknik Negeri Pontianak). *Jurnal Eksos*, 1(8), 19-25.
- Robbins, S.P., & Judget, T.A. (2008). *Perilaku Organisasi*. Jakarta : Salemba Empat.
- Rumeen, C., Joseph, W.B.S., & Rumayar, A.A. (2021). Gambaran Tingkat Stres Kerja Pada Tenaga Pendidik Terhadap Pembelajaran Jarak Jauh Di Smpn 1 Likupang Selatan Dan Smpn 1 Dimembe. *Jurnal Kesmas*, 10(6), 101-106
- Sarafino, E.P., & Smith, T.W. (2011). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. John Wiley & Sons Inc.
- Smet. (1994). *Psikologi Kesehatan*. PT. Gramedia Widiasarna Indonesia : Jakarta.
- Weken, M.E., Mongan, A.E., & Kekenusa, J.S. (2020). Hubungan antara Beban Kerja, Konflik Peran, dan Dukungan Sosial dengan Stres Kerja Pada Guru di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Manado Pada Masa Pandemi Covid-19. *Public Health and Community Medicine*, 1(4) 80-88.
- Windistiar, D. (2016). Hubungan Dukungan Sosial dengan Stres Kerja Narapidana Wanita. *Skripsi*. Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.