

Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Stres Kerja pada Guru SMK Persada Husada Indonesia di Jatiasih Bekasi

Rutina Paskaliani¹, Herlina², Elwindra³

Factors Associated with Work Stress for Persada Husada Indonesia Vocational School Teachers in Jatiasih Bekasi

Email: ¹stikesphi@stikesphi.ac.id, ²herlina.aceh@yahoo.co.id, ³elwindra@yahoo.com

Abstrak

Guru menempatkan posisi penting serta memegang peranan yang penting dalam dunia pendidikan. Ketika membicarakan permasalahan pendidikan, figur guru harus terlibat dalam agenda pembicaraan tersebut terutama menyangkut persoalan pendidikan formal di sekolah. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan stres kerja pada guru SMK Persada Husada Indonesia di Jatiasih Bekasi. Metode penelitian yaitu kuantitatif dengan jenis penelitian yaitu observasi analitik. Variabel independent meliputi usia, lama jam kerja, jenis kelamin, status pernikahan, masa kerja, konflik peran, beban kerja, pembagian waktu kerja, stres karena kemajuan teknologi, hubungan interpersonal, struktur organisasi, dan hubungan antara pekerjaan dengan rumah. variabel dependennya adalah stres kerja.

Hasil analisis Hasil analisis bivariat terdapat hubungan yang signifikan antara usia dengan stres kerja p -value 0,03 ($>0,05$), konflik peran dengan stres kerja P -value 0,03 ($<0,05$), beban kerja berlebihan dengan stress kerja P -value 0,03 ($<0,05$) serta didapatkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan lama jam kerja dengan stress kerja dengan P -value 0,330 ($>0,05$), jenis kelamin dengan stress kerja P -value 0,472 ($>0,05$), status pernikahan dengan stress kerja P -value 0,358 ($>0,05$), masa kerja dengan stress kerja dengan P -value 0,258 ($>0,05$), stres karena kemajuan teknologi dengan stress kerja P -value 0,107 ($>0,05$), hubungan interpersonal dengan stres kerja p -value 0,274 ($>0,05$), struktur organisasi dengan stres kerja P -value 0,642 ($>0,05$), hubungan pekerjaan dengan rumah dengan stres kerja P -value 0,259 ($>0,05$). Saran bagi peneliti selanjutnya Melakukan penelitian stress kerja hingga ke tahap stress kerja kronis.

Kata kunci : Pendidikan, Sumber Daya, Stress Kerja

Abstract

Teachers occupy an important position and play an important role in the world of education. When discussing educational issues, teacher figures must be involved in the discussion agenda, especially regarding formal education issues in schools. The aim of the research is to determine the factors related to work stress among Persada Husada Indonesia Vocational School teachers in Jatiasih Bekasi. The research method is quantitative with the type of research being analytical observation. Independent variables include age, length of working hours, gender, marital status, length of service, role conflict, workload, division of work time, stress due to technological advances, interpersonal relationships, organizational structure, and the relationship between work and home. the dependent variable is work stress.

Analysis results: Bivariate analysis results show a significant relationship between age and work stress, p -value 0.03 (>0.05), role conflict and work stress, P -value 0.03 (<0.05), excessive workload and stress. work P -value 0.03 (<0.05) and it was found that there was no significant relationship between length of working hours and work stress with a P -value of 0.330 (>0.05), gender and work stress P -value 0.472 (>0.05), marital status with work stress P -value 0.358 (>0.05), length of work with work stress with P -value 0.258 (>0.05), stress due to technological advances with work stress P -value 0.107 (>0.05), interpersonal relationships with work stress p -value 0.274 (>0.05), organizational structure with work stress P -value 0.642 (>0.05), work-home relationship with work stress P -value 0.259 (>0.05). Suggestions for future researchers: Conduct work stress research up to the stage of chronic work stress.

Keywords: Education, Resources, Work Stress

¹ Alumni pada Program Studi Keperawatan STIKES Persada Husada Indonesia

^{2/3} Dosen pada Program Studi Kesehatan Masyarakat STIKES Persada Husada Indonesia

Pendahuluan

Stres dapat diartikan sebagai suatu ketidakseimbangan antara tuntutan dan sumber daya yang dimiliki oleh individu. Semakin tinggi tingkat kesenjangan, semakin tinggi pula tingkat stres yang dialami oleh individu tersebut. Stres merupakan suatu respon tubuh yang bersifat tidak spesifik terhadap tuntutan atau beban yang diberikan. Menurut National Safety Council (NSC) stres merupakan ketidakmampuan mental, fisik, emosional dan spiritual seseorang dalam mengatasi ancaman yang pada suatu waktu dapat mempengaruhi kesehatan individu tersebut. World Health Organization (WHO) meramalkan bahwa pada tahun 2020 gangguan psikologi seperti depresi akan menjadi pembunuh nomor dua setelah penyakit jantung koroner (Brier & Lia Dwi Jayanti, 2020).

Stres kerja didefinisikan sebagai perasaan tertekan yang dialami oleh pekerja dalam menghadapi pekerjaannya. Stres kerja menjadi hal yang berisiko bagi kesehatan dan keselamatan pekerja apabila pekerjaan yang dilakukan melebihi kapasitas, sumber daya, dan kemampuan. Menurut Cooper, stres kerja merupakan faktor lingkungan yang negatif dan menjadi pemicu dari munculnya stres kerja seperti kelebihan pekerjaan, konflik peran, dan kondisi kerja yang buruk yang terkait dengan pekerjaan tertentu. International Labour Organization (ILO) mengatakan bahwa stres kerja merupakan sesuatu yang penting untuk diperhatikan, salah satunya pada pekerja di sektor pendidikan, yaitu guru.

Survey oleh International Labour Organization (ILO) pada tahun 2016 yang dilakukan pada berbagai negara di Eropa, Amerika Serikat dan Australia menemukan bahwa 2 dari 3 pekerja pernah mengalami stres akibat kerja. Berdasarkan survey 2 yang dilakukan di Jepang, lebih dari 32% pekerja mengalami stres yang diakibatkan oleh pekerjaannya, sedangkan di Korea sebanyak 20% pekerja melaporkan adanya tekanan dan beban kerja yang terlalu berat di tempat kerja.

Menurut data terbaru yang dihimpun Labour Force Survey (LFS) yang diterbitkan oleh *Health Safety Executive*, jumlah kasus stres,

depresi, ataupun kecemasan yang diakibatkan pekerjaan pada tahun 2019-2020 sebanyak 828.000 kasus dengan tingkat prevalensi 2.440 kasus per 100.000 pekerja. Angka ini menyumbang 51% dari semua penyakit akibat kerja dan 55% dari semua hari yang hilang karena kesehatan yang menurun akibat pekerjaan. Angka ini mengalami peningkatan yang signifikan dari tahun sebelumnya dengan jumlah 602.000 kasus dan tingkat prevalensi 1.800 kasus per 100.000 orang pekerja.

Stres kerja termasuk salah satu masalah serius yang masih sering dikeluhkan pekerja di berbagai sektor tempat kerja. Di Eropa, stres kerja menempati urutan ke-2 setelah Musculoskeletal Disorder (Gangguan Muskuloskeletal). Di Asia Pasifik, permasalahan stres kerja melebihi rata-rata global yang berkisar pada 48%. Dalam laporan National Institute for Occupational Safety and Health (NIOSH), terdapat 2 penelitian mengenai tingkat stres kerja yang terjadi di tempat kerja di Amerika. Pertama, survey yang dilakukan oleh *Familier and Work Institute* menunjukkan 3 sebanyak 26% orang sering mengalami stres di tempat kerja mereka. Kedua, survey yang dilakukan oleh Yale University menunjukkan sebanyak 20% orang mengalami stres kerja.^(11,12) Selain itu, dalam survey yang dilakukan oleh Perinelli dan Beker pada 2011, dari 1.500 orang pekerja, sebanyak 80,39% orang mengatakan bahwa pekerjaannya membuat dirinya stres, sebanyak 78,84% orang mengatakan bahwa pekerjaannya membuatnya lelah secara fisik dan sebanyak 73,12% orang mengatakan bahwa pekerjaannya membuat dirinya lelah secara mental.

Berdasarkan hasil survei Regus pada tahun (2019) dilaporkan tingkat stres kerja di Indonesia 73% dalam hal ini Indonesia mengalami peningkatan sebesar 9% dari tahun sebelumnya yang hanya berada 64% di tingkat stres kerja.³ Indeks kebahagiaan yang dirilis oleh Badan Pusat Statistik juga mengatakan bahwa Provinsi DKI hanya meraih indeks 71,33 dari 75,68 yang diraih Provinsi Maluku Utara sebagai provinsi paling bahagia di Indonesia.

SMK Persada Husada Indonesia memiliki

jumlah guru sebanyak 45 orang. Selain melakukan tugas mengajar, beberapa guru juga melakukan tugas sebagai admin sekolah yang mana jam tugasnya pun lebih lama dari guru yang lainnya. Usia guru rata-rata berada pada usia 26-40 kebanyakan guru nya berjenis kelamin perempuan dari pada laki-laki beberapa dari guru juga mempunyai beban kerja yang tinggi sehingga dapat memicu terjadinya Stres kerja. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di SMK Persada Husada Indonesia dengan judul “Faktor- Faktor Yang Berhubungan dengan Stres Kerja Pada Guru SMK Persada Husada Indonesia di Jatiasih Bekasi Tahun 2023”

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode analitik menggunakan pendekatan *Cross Sectional* merupakan suatu penelitian yang mempelajari hubungan antara faktor risiko (*independent*) dengan faktor efek (*Dependent*), dimana melakukan observasi atau pengukuran variabel sekali dan sekaligus pada waktu yang sama (Riyanto, 2021).

Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling dimana jumlah sampel sama dengan populasi (Sugiyono 2007). Pengambilan sampel dengan teknik total sampling dari populasi yang ada sebanyak 45 Orang pada Guru tetap 10 orang guru tidak tetap 35 orang Guru SMK Persada Husada Indonesia. Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini adalah data primer yang diperoleh menggunakan teknik pengumpulan data survey dan membagikan kuesioner kepada Guru SMK Persada Husada Indonesia. Dalam penelitian ini peneliti mengumpulkan data dengan menggunakan kuesioner yang berisi pertanyaan-pertanyaan yang di susun berdasarkan definisi oprasional variable- variabel penelitian.

Sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang diteliti (Arikunto, 2006). Pendapat senada pun dikemukakan oleh (Sugiyono, 2001) yang menyatakan bahwa sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Bila populasi besar dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada

populasi, misalnya karena keterbatasan dana, waktu dan tenaga, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu. Apa yang dipelajari dari sampel itu, kesimpulannya akan diberlakukan untuk populasi. Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah *non-probability sampling* (sampel tidak acak) dengan jenis Purposive sampling yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu dalam Sugiyono, (2016: 85). Alasan meggunakan teknik purposive sampling ini karena sesuai untuk digunakan untuk penelitian kuantitatif, atau penelitian-penelitian yang tidak melakukan generalisasi menurut (Sugiyono, 2016).

Penelitian meliputi beberapa tahapan, yaitu meliputi tahapan persiapan, pelaksanaan, dan tahapan evaluasi.

1). Tahap persiapan

Pada tahapan ini peneliti melakukan survey awal untuk mengidentifikasi permasalahan yang ada di daerah yang dijadikan tempat penelitian. Menentukan besaran populasi dan sampel yang akan diteliti.

2). Tahap pelaksanaan

Tahap pelaksanaan yang dilakukan dalam penelitian ini, meliputi:

- a) Mempersiapkan alat penelitian untuk melakukan wawancara atau menyebar kuesioner kepada sampel.
- b) Melakukan wawancara atau menyebar kuesioner terhadap sampel 45 orang yang telah ditentukan dari populasi.

3). Tahap evaluasi

Tahap terakhir yang dilakukan adalah analisis data evaluasi terhadap serangkaian yang telah dilakukan. Saran dan kritik akan secara jelas peneliti tuliskan agar menjadi perbaikan untuk penelitian sejenis dan penelitian lain.

Data-data yang telah dikumpulkan akan dimasukan ke dalam tabel distribusi frekuensi. Setelah itu, data-data tersebut dimasukan kedalam tabel chi-square untuk dicari hubungannya. Program yang akan digunakan untuk manajemen data adalah program SPSS (*Statistical Product And Service Solution*). Dalam analisis data

dilakukan dengan dua cara, yaitu:

1). Analisis Univariat

Analisis univariat dilakukan untuk mendapatkan gambaran umum masalah penelitian dengan cara mendeskripsikan tiap-tiap variabel yang digunakan dalam penelitian ini, yakni dengan melihat gambaran distribusi frekuensi dengan presentase dari tiap variabel independent dan variabel dependennya.

2). Analisis Bivariat

Analisis Bivariat digunakan untuk mengidentifikasi hubungan antara variabel independen, pemilihan uji statistik yang digunakan berdasarkan pada jenis data serta jumlah variabel yang diteliti, Uji chi-square digunakan untuk variabel independen berbentuk data kategori (individu, kelompok) dan variabel dependennya (stres kerja pada Guru SMK PHI).

Hasil dan Pembahasan

Analisis Univariat

1). Faktor Individu

No	Usia	Frekuensi	Persentase (%)
1	26-40 tahun	27	60 %
2	41-52 tahun	18	40%
Total		45	100%
No	Lama Jam kerja	Frekuensi	Persentase (%)
1	≥ 8 jam	34	60 %
2	< 8 jam	11	40%
Total		45	100%
No	Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
1	Laki-laki	18	40%
2	Perempuan	27	60%
Total		45	100%
No	Status Pernikahan	Frekuensi	Persentase (%)
1	Sudah menikah	37	82%
2	Belum menikah	8	18%
Total		45	100%
No	Masa Kerja	Frekuensi	Persentase (%)
1	< 6 tahun	23	53%
2	≥ 6 tahun	22	47%
Total		45	100%
No	Konflik Peran	Frekuensi	Persentase (%)
1	Rendah	2	4,4%
2	Tinggi	43	95,6%
Total		45	100%

Berdasarkan tabel di atas Karakteristik responden umur guru SMK Persada Husada Indonesia yaitu, umur 26-40 sebanyak 27 (60%), lama jam kerja yaitu, ≥ 8 jam sebanyak 34 (60%), perempuan sebanyak 27 (60%), status

pernikahan yaitu, sudah menikah sebanyak 37 orang (82%), masa kerja < 6 tahun sebanyak 23 orang, dan konflik peran tinggi sebanyak 43 (96,6%).

2) Faktor Kelompok

No	Beban Kerja	Frekuensi	Persentase (%)
1	Rendah	2	4,4%
2	Tinggi	43	95,6%
Total		45	100%
No	Stres Karena Kemajuan Teknologi	Frekuensi	Persentase (%)
1	Rendah	6	13,3%
2	Tinggi	39	86,7
Total		45	100%
No	Hubungan Interpersonal	Frekuensi	Persentase (%)
1	Rendah	21	46,7%
2	Tinggi	24	53,3%
Total		45	100%
No	Struktur Organisasi	Frekuensi	Persentase (%)
1	Rendah	6	13,3%
2	Tinggi	39	86,7%
Total		45	100%
No	Hubungan Antara Pekerjaan dan Rumah	Frekuensi	Persentase (%)
1	Rendah	21	46,7%
2	Tinggi	24	53,3%
Total		45	100%

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa beban kerja tinggi sebanyak 43 (95,6%), stres karena kemajuan teknologi yang lebih tinggi sebanyak 39 (87,7%), guru yang memiliki hubungan interpersonal tinggi sebanyak 24

(53,3%), guru yang memiliki struktur organisasi tinggi yaitu sebanyak 39 (86,7%), dan guru yang memiliki hubungan antara pekerjaan dan rumah sebanyak 24 (53,3%).

Analisis Bivariat

1) Faktor individu

a. Tabel Hubungan Usia dengan Stres Kerja

Usia	Stres Kerja				Total		P- Value
	Tidak Stres		Stres				
	N	%	N	%	N	%	
26-40	14	51,9 %	13	48,1 %	27	100 %	0,03
41-52	15	83,3 %	3	16,7 %	18	100 %	
Total	29	64,4 %	16	35,6 %	45	100 %	

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa jumlah responden pada usia 26-40 tahun yang tidak merasakan gejala stres kerja 14 (51,9%), yang merasakan gejala stres kerja 13 (48,1%). Responden pada usia 41-52 tahun yang tidak merasakan gejala stres kerja 15 (64,4%), yang merasakan gejala stres kerja 3 (16,7%). Hasil uji statistik didapatkan p-value sebesar

0,03 ($>0,05$), artinya ada hubungan yang signifikan antara usia dengan stres kerja pada guru SMK Persada Husada Indonesia. Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa kecenderungan guru yang berusia lebih muda lebih banyak yang mengalami stress dibandingkan dengan guru yang berusia lebih tua.

b. Tabel Hubungan Lama Jam Kerja dengan Stres Kerja

Lama Jam Kerja	Stres Kerja				Total		P- Value
	Tidak Stres		Stres				
	N	%	N	%	N	%	
≥ 8 jam	23	67,6%	11	32,4%	34	100%	0,330
< 8 jam	6	54,5%	5	45,5%	11	100%	
Total	29	64,4	16	35,6%	45%	100%	

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa jumlah responden pada lama jam kerja yang tidak merasakan gejala stres kerja ≥ 8 jam 23 (67,6%), yang merasakan gejala stres kerja 11 (32,4%), yang tidak merasakan gejala stres kerja < 8 jam 6 (54,5%), yang merasakan gejala stres kerja 5 (45,5%). Hasil uji statistik di dapatkan p-value sebesar 0,330 (>0,05) artinya tidak ada

hubungan yang signifikan antara lama jam kerja dengan stres kerja pada guru SMK Persada Husada Indonesia. Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa kecenderungan guru berdasarkan lama jam kerja ≥ 8 jam lebih banyak mengalami stres dibandingkan dengan guru yang bekerja < 8 jam.

c. Tabel Hubungan Jenis Kelamin dengan Stres Kerja

Jenis Kelamin	Stres Kerja				Total		P- Value
	Tidak Stres		Stres				
	N	%	N	%	N	%	
Laki-laki	11	61,1%	7	38,9%	18	100%	0,472
Perempuan	18	66,7%	9	33,3%	27	100%	
Total	29	64,4%	16	35,6%	45	100%	

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa jumlah responden yang sudah menikah yang tidak merasakan gejala stres kerja 25 (67,6%), yang merasakan gejala stres kerja 12 (32,4%). Responden yang belum menikah yang tidak merasakan gejala stres kerja 4 (50,0%), yang merasakan gejala stres kerja 4 (50,0%). Hasil uji statistik didapatkan p-value sebesar

0,358 (>0,05), artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara status pernikahan dengan stres kerja pada guru SMK Persada Husada Indonesia. Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa kecenderungan guru berdasarkan status pernikahan yang sudah menikah lebih banyak mengalami stress dibandingkan yang belum menikah.

d. Tabel Hubungan Masa Kerja dengan Stres Kerja

Masa Kerja	Stres Kerja				Total		P- Value
	Tidak Stres		Stres				
	N	%	N	%	N	%	
< 6 tahun	3	100%	0	0,0%	23	100 %	0,258
≥ 6 tahun	26	61,9%	16	38,1%	22	100 %	
Total	29	64,4%	16	35,6%	45	100 %	

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa jumlah responden <6 tahun yang tidak merasakan gejala stres kerja 3 (100%), yang merasakan gejala stres kerja 0 (0,0%). Responden ≥ 6 tahun yang tidak merasakan

gejala stres kerja 26 (61,9%), yang merasakan gejala stres kerja 16 (38,1%). Hasil uji statistik didapatkan p-value sebesar 0,258 (>0,05), artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara masa kerja dengan stres kerja pada guru

SMK Persada Husada Indonesia. Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa kecenderungan guru berdasarkan masa kerja ≥ 6 tahun lebih banyak

mengalami stress dibandingkan dengan guru < 6 tahun.

e. Tabel Hubungan Konflik Peran dengan Stres Kerja

Konflik Peran	Stres Kerja				Total		<i>P-Value</i>
	Tidak Stres		Stres				
	N	%	N	%	N	%	
Rendah	2	100 %	0	0,0 %	2	100 %	0,03
Tinggi	27	62,8 %	16	37,2 %	43	100 %	
Total	29	64,4 %	16	35,6 %	45	100 %	

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa jumlah responden yang mempunyai konflik peran rendah yang tidak merasakan gejala stres kerja 2 (100%), dan yang merasakan gejala stres kerja 0 (0,0%). Responden yang mempunyai konflik peran tinggi yang tidak merasakan gejala stres kerja 27(62,8%), dan yang merasakan gejala stres kerja 16(37,2%).

Hasil uji statistik didapatkan p-value sebesar 0,03 ($<0,05$), artinya ada hubungan yang signifikan antara konflik peran dengan stres kerja pada guru SMK Persada Husada Indonesia. Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa kecenderungan guru berdasarkan konflik peran tinggi lebih banyak mengalami stres dibandingkan dengan guru konflik peran rendah.

1) Faktor Kelompok

a). Kondisi Kerja

Tabel Hubungan Beban Kerja Berlebihan dengan Stres Kerja

Beban Kerja Berlebihan	Stres Kerja				Total		P- Value
	Tidak Stres		Stres				
	N	%	N	%	N	%	
Rendah	2	100%	0	0,0%	2	100%	0,03
Tinggi	27	62,8%	16	37,2%	43	100%	
Total	29	64,4%	16	35,6%	45	100%	

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa jumlah responden yang mempunyai beban kerja rendah yang tidak merasakan gejala stres kerja 2 (100%), dan yang merasakan gejala stres kerja 0 (0,0%). Responden yang mempunyai beban kerja tinggi yang tidak merasakan gejala stres kerja 27 (62,8%), dan yang merasakan gejala stres kerja 16(37,2%).

Hasil uji statistik didapatkan p-value sebesar 0,03 ($<0,05$), artinya ada hubungan yang signifikan antara konflik peran dengan stres kerja pada guru SMK Persada Husada Indonesia. Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa kecenderungan guru yang mempunyai beban kerja tinggi lebih banyak yang mengalami stress dibandingkan dengan guru beban kerja rendah.

Tabel Hubungan Stres karena Kemajuan Teknologi dengan Stres Kerja

Stres Karena Kemajuan Teknologi	Stres Kerja				Total		P-Value
	Tidak Stres		Stres				
	N	%	N	%	N	%	0,05
Rendah	2	33,3%	4	66,7 %	6	100%	0,107
Tinggi	27	69,2 %	12	30,8 %	39	100%	
Total	29	64,4 %	16	35,6 %	45	100 %	

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa jumlah responden yang stres karena kemajuan teknologi yang tidak merasakan gejala stres kerja rendah 2 (33,3%), dan yang merasakan gejala stres kerja 4 (30,8%). Responden yang tidak stres karena kemajuan teknologi tinggi yang tidak merasakan gejala stres kerja 27 (69,2%), dan yang merasakan gejala stres 12 (66,7%). Hasil uji statistik

didapatkan *p-value* sebesar 0,107 ($>0,05$), artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara stres karena kemajuan teknologi dengan stres kerja pada guru SMK Persada Husada Indonesia. Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa kecenderungan guru berdasarkan stres karena kemajuan teknologi lebih tinggi mengalami stres dibandingkan dengan guru stres karena kemajuan teknologi rendah.

b). Peran Individu

Tabel Hubungan Interpersonal dengan Stres Kerja

Hubungan Interpersonal	Stres Kerja				Total		P-Value
	Tidak Stres		Stres				
	N	\%	N	%	N	%	
Rendah	14	58,3%	10	41,7%	21	100%	0,274
Tinggi	15	71,4%	6	28,6%	24	100%	
Total	29	64,4%	16	35,6%	45	100%	

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa jumlah responden hubungan interpersonal yang rendah yang tidak merasakan gejala stres kerja 14 (58,3%), dan yang merasakan gejala stres kerja 10 (41,7%). Responden yang merasakan hubungan interpersonal tinggi yang tidak merasakan gejala stres kerja 15 (71,4%), dan yang merasakan gejala stres kerja 6 (28,6%). Hasil uji statistik

didapatkan *P-value* sebesar 0,274 ($<0,05$), artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara hubungan interpersonal dengan stres kerja pada guru SMK Persada Husada Indonesia. Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa kecenderungan guru berdasarkan hubungan interpersonal yang lebih rendah lebih banyak mengalami stres dibandingkan dengan guru yang lebih tinggi.

Tabel Hubungan Struktur Organisasi dengan Stres Kerja

Struktur Organisasi	Stres Kerja				Total		P-Value
	Tidak Stres		Stres				
	N	%	N	%	N	%	0,05
Tinggi	25	64,1 %	14	35,9 %	39	100 %	0,642
Rendah	4	66,7 %	2	33,3 %	6	100 %	
Total	29	64,4 %	16	35,6 %	45	100 %	

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa jumlah responden struktur organisasi yang tidak merasakan gejala stres kerja tinggi 25 (64,1%), dan yang merasakan gejala stres kerja 14 (35,9%). Responden struktur organisasi yang rendah yang tidak merasakan gejala stres kerja 4 (66,7%), dan yang merasakan gejala stres kerja 2 (33,3%). Hasil uji statistik didapat nilai *P-*

value sebesar 0,642 ($>0,05$), artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara struktur organisasi dengan stres kerja pada guru SMK Persada Husada Indonesia. Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa kecenderungan guru berdasarkan struktur organisasi lebih tinggi mengalami stress dibandingkan dengan guru struktur organisasi rendah.

Tabel Hubungan Antara Pekerjaan Rumah dengan Stres Kerja

Hubungan antara Pekerjaan Rumah dengan Rumah	Stress Kerja					Total	P-Value
	N	%	N	%	N	%	
Rendah	12	57,1%	9	42,9%	21	100%	0,259
Tinggi	17	70,8%	7	29,2%	24	100%	
Total	29	64,4%	16	35,6%	45	100%	

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa jumlah responden hubungan antara pekerjaan dengan rumah yang tidak merasakan gejala stres kerja rendah 12 (57,1%), dan yang merasakan gejala stres kerja tinggi 9 (42,9%). Responden yang merasakan gejala stres kerja tinggi yang tidak merasakan gejala stres kerja 17 (70,8%), dan yang merasakan gejala stres kerja 7 (29,2%). Hasil uji statistik di dapatkan nilai *p-value* sebesar 0,259 ($>0,05$), artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara hubungan pekerjaan dengan rumah. Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa kecenderungan guru berdasarkan hubungan antara pekerjaan dengan rumah lebih rendah mengalami stress dibandingkan dengan guru yang lebih tinggi.

Kesimpulan

1. Berdasarkan hasil analisis univariat, dari faktor individu untuk kategori usia mayoritas berada pada usia 26-40 berjumlah 27 orang dengan persentase (60%), lama jam kerja terbanyak ≥ 8 jam sebanyak 34 orang dengan persentase (60%), jenis kelamin terbanyak perempuan sebanyak 27 orang dengan persentase (60%), status pernikahan terbanyak sudah menikah sebanyak 37 orang dengan persentase (82%), masa kerja terbanyak < 6 tahun sebanyak 23 orang dengan persentase (53%), konflik peran paling banyak menjawab tinggi sebanyak 43 orang dengan persentase (95,6%).
2. Berdasarkan hasil analisis univariat faktor kelompok beban kerja paling banyak menjawab tinggi sebanyak 43 orang dengan persentase (95,6%), stres karena kemajuan teknologi paling banyak menjawab tinggi 39 orang dengan persentase (86,7%), hubungan interpersonal paling banyak menjawab tinggi sebanyak 24 orang dengan persentase (53,3%), struktur organisasi paling banyak

menjawab tinggi sebanyak 39 orang dengan persentase (86,7%), hubungan antara pekerjaan dengan rumah paling banyak menjawab tinggi 24 orang dengan persentase (53,3%).

3. Berdasarkan hasil penelitian bivariat hubungan yang signifikan antara usia dengan stres kerja *p-value* 0,03 ($>0,05$), konflik peran dengan stres kerja *P-value* 0,03 ($<0,05$), beban kerja berlebihan *P-value* 0,03($<0,05$) yang artinya ada hubungan yang signifikan
4. Berdasarkan hasil penelitian bivariat tidak terdapat hubungan yang signifikan lama jam kerja dengan *P-value* 0,330 ($>0,05$), jenis kelamin dengan *P-value* 0,472 ($>0,05$), status pernikahan dengan *P-value* 0,358 ($>0,05$), masa kerja dengan *P-value* 0,258 ($>0,05$), stres karena kemajuan teknologi dengan *P-value* 0,107 ($>0,05$), hubungan interpersonal dengan *p-value* 0,274 ($>0,05$), struktur organisasi dengan *P-value* 0,642 ($>0,05$), hubungan pekerjaan dan rumah dengan *P-value* 0,259 ($>0,05$) yang artinya tidak ada hubungan yang signifikan.

Saran

- 1). Bagi SMK Persada Husada Indonesia
 - a). Melakukan evaluasi terhadap uraian kerja guru dan komunikasi yang efektif secara rutin setiap *briefing* sebelum melakukan proses mengajar.
 - b). Komunikasi yang efektif dibangun untuk menyampaikan peran dan tanggung jawab untuk mengatasi konflik peran guru secara jelas, menyampaikan hambatan yang dirasakan selama melakukan pekerjaan, serta melibatkan guru dalam proses pengambilan keputusan terkait dengan pekerjaan.

- 2). Bagi Guru SMK Persada Husada Indonesia
 - a) Melakukan manajemen stress dengan berpikir positif terhadap kemampuan diri dan mengembangkan keterampilan diri dalam bekerja.
 - b) Perlu adanya dukungan sosial dari teman sekerja sehingga tidak dapat menimbulkan konflik peran antara sesama pekerja.
 - c) Diharapkan kepada guru agar dapat menyesuaikan pembagian beban kerja dengan kemampuan yang dimiliki oleh guru dalam melaksanakan proses pembelajaran
- 3). Bagi Peneliti Selanjutnya
 - a). Melakukan penelitian stress kerja hingga ke tahap stress kerja kronis.
 - b). Melakukan penelitian dengan lebih banyak variabel lagi.

Ucapan Terima kasih

Untuk Ibu Lisa Putri Jayanti, M. Pd sebagai Wakabid Kurikulum SMK Persada Husada Indonesia terima kasih banyak karena telah memberi kesempatan kepada saya untuk melakukan pengumpulan data.

Daftar Pustaka

Adiputra, I, M. et, all. (2017). Metodologi Penelitian Kesehatan Denpasar: Yayasan Kita Menulis.

Asih, G.Y., Widhiastuti, H, & Dewi, R. (2018). Stres Kerja (1st ed). Semarang University Press.

Brier, J., & lia dwi jayanti. (2020). *faktor- faktor yang berhubungan dengan Stres kerja*. 21(1) 1–9. <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM/article/view/2203>

Dewi, I Gusti Ayu Agung Desy Aristantya. (2016). Pengaruh Konflik Interpersonal Dan Beban Kerja Terhadap Stres Kerja Pada Kantor Sekretariat Daerah Kota Denpasar. E- Jurnal Manajemen Unud, 5 (8) : 4865-489

Hastono, S. P. (2016). *Analisis Data pada Bidang Kesehatan*. Depok : PT Raja Grafindo Persada.

Ibrahim, Hasbi. Dkk, 2016. Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Kerja Pada Pekerja Factory 2 PT. Maruki Internasinoal Indonesia Makassar Tahun 2016. Public Health Science Jorunal.

Sugiarto, S., Marisdaya, R., & Karlina, I. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Kerja Pada Guru Sd Di Yayasan Slb Prof. Dr. Sri Soedewi. Jurnal Kesmas (Kesehatan Masyarakat) Khatulistiwa, 5(3), 104–110.

Sugiyono, 2001. Metode Penelitian, Bandung: CV Alfa Beta.