

SKRIPSI

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN STRES KERJA PADA GURU SMA/SEDERAJAT DENGAN KURIKULUM *CAMBRIDGE* DI KOTA PALEMBANG TAHUN 2025



OLEH

**NAMA : ANGGUN WAFIQ NURHALIZA
NIM : 10011282126053**

**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT (S1)
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2025**

SKRIPSI

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN STRES KERJA PADA GURU SMA/SEDERAJAT DENGAN KURIKULUM *CAMBRIDGE* DI KOTA PALEMBANG TAHUN 2025

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar (S1) Sarjana
Kesehatan Masyarakat pada Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Sriwijaya



OLEH

**NAMA : ANGGUN WAFIQ NURHALIZA
NIM : 10011282126053**

**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT (S1)
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2025**

**KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
Skripsi, 15 Juli 2025**

Anggun Wafiq Nurhaliza; Dibimbing oleh Poppy Fujianti, S.K.M., M.Sc

**Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Kerja Pada Guru
SMA/Sederajat Dengan Kurikulum *Cambridge* di Kota Palembang Tahun
2025**

xvi + 134 Halaman, 6 Tabel, 2 Gambar, 6 Lampiran

ABSTRAK

Stres kerja merupakan kondisi yang dapat mempengaruhi kesehatan mental pekerja, termasuk dalam sektor pendidikan. Guru tingkat SMA/Sederajat dengan Kurikulum *Cambridge* dihadapkan pada tantangan profesional yang kompleks dan tuntutan kinerja yang tinggi, yang berpotensi menimbulkan stres kerja. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan stres kerja pada guru SMA/Sederajat di Kota Palembang. Desain penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*, melibatkan 73 responden dari total populasi 268 guru yang dipilih secara *proportional random sampling*. Data dianalisis menggunakan uji *Chi-Square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar guru mengalami stres kerja (52,1%). Terdapat hubungan yang signifikan antara stres kerja dengan variabel umur ($p\text{-value} = 0,048$), status pernikahan ($p\text{-value} = 0,018$), status pekerja ($p\text{-value} = 0,012$), hubungan interpersonal ($p\text{-value} = 0,001$), dukungan sosial (atasan) ($p\text{-value} = 0,28$), dukungan sosial (rekan kerja) ($p\text{-value} = 0,014$), peran ($p\text{-value} = 0,003$), dan perubahan dalam organisasi ($p\text{-value} = 0,012$). Sementara itu, jenis kelamin ($p\text{-value} = 0,483$), masa kerja ($p\text{-value} = 0,438$), tuntutan pekerjaan ($p\text{-value} = 0,812$), dan kontrol terhadap pekerjaan ($p\text{-value} = 0,076$) tidak menunjukkan hubungan yang signifikan terhadap stres kerja. Penelitian ini menyimpulkan bahwa faktor umur, status pernikahan, status pekerjaan, hubungan interpersonal, kontrol terhadap pekerjaan, dukungan sosial (atasan), peran dan perubahan dalam organisasi berkontribusi terhadap tingkat stres kerja guru, sementara jenis kelamin, masa kerja, tuntutan pekerjaan dan dukungan sosial (rekan kerja) tidak berpengaruh secara signifikan. Oleh karena itu, disarankan agar sekolah melakukan evaluasi terhadap sistem beban kerja, menyediakan dukungan psikososial, dan mengembangkan kebijakan yang responsif terhadap kebutuhan guru untuk meminimalkan risiko stres kerja.

Kata kunci : Stres kerja, Guru, *Cambridge*, Sumber Daya
Kepustakaan : 50 (2014-2025)

**OCCUPATIONAL HEALTH AND SAFETY
FACULTY OF PUBLIC HEALTH
SRIWIJAYA UNIVERSITY
Thesis, 15 July 2025**

Anggun Wafiq Nurhaliza; Supervised By Poppy Fujianti, S.K.M., M.Sc

***Factors Related to Work Stress Among High School Teachers Using the
Cambridge Curriculum in Palembang City in 2025***

xvi + 134 Pages, 6 Tables, 2 Figures, 6 Appendices

ABSTRACT

Work-related stress is a condition that can affect the mental health of workers, including those in the education sector. High school teachers using the Cambridge Curriculum face complex professional challenges and high performance demands, which can potentially cause work-related stress. This study aims to analyze the factors associated with work-related stress among high school teachers in Palembang City. The research design used was quantitative with a cross-sectional approach, involving 73 respondents from a total population of 268 teachers selected through proportional random sampling. Data were analyzed using the Chi-Square test. The results showed that the majority of teachers experienced work-related stress (52.1%). There was a significant association between work-related stress and the variables of age (p-value = 0.048), marital status (p-value = 0.018), employment status (p-value = 0.012), interpersonal relationships (p-value = 0.001), social support (superiors) (p-value = 0.28), social support (colleagues) (p-value = 0.014), role (p-value = 0.003), and organizational changes (p-value = 0.012). Meanwhile, gender (p-value = 0.483), length of service (p-value = 0.438), job demands (p-value = 0.812), and control over work (p-value = 0.076) did not show a significant relationship with work-related stress. This study concludes that age, marital status, employment status, interpersonal relationships, job control, social support (supervisors), role, and organizational changes contribute to teachers' work stress levels, while gender, years of service, job demands, and social support (colleagues) do not have a significant effect. Therefore, it is recommended that educational institutions evaluate their workload systems, provide psychosocial support, and develop policies responsive to teachers' needs to minimize the risk of work-related stress.

*Keywords : Work-related stress, Teachers, Cambridge, Resource
Bibliography : 50 (2014-2025)*

LEMBAR PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Saya dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini dibuat dengan sejujurnya dengan mengikuti kaidah Etika Akademik FKM Unsri serta menjamin bebas plagiarisme. Bila kemudian saya melanggar Etika Akademik maka saya bersedia dinyatakan tidak lulus/gagal.

Indralaya, 15 Juli 2025

Yang bersangkutan,



Anggun Wafiq Nurhaliza

NIM. 10011282126053

HALAMAN PENGESAHAN

FAKTOR-FAKTOR YANG BERTHUBUNGAN DENGAN STRES KERJA PADA GURU SMA/SEDERAJAT DENGAN KURIKULUM CAMBRIDGE DI KOTA PALEMBANG TAHUN 2025

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat

Oleh:
ANGGUN WAFIQ NURHALIZA
10011282126053

Indralaya, Juli 2025

Mengetahui
Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Sriwijaya

Pembimbing



Prof. Dr. Misnaniarti, S.KM., M.KM
NIP. 197606092002122001



Poppy Fujianti, S.KM., M.Sc
NIP. 199008312022032009

HALAMAN PERSETUJUAN

Karya tulis ilmiah berupa skripsi ini dengan judul “Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Kerja Pada Guru SMA/Sederajat Dengan Kurikulum *Cambridge* di Kota Palembang Tahun 2025” telah dipertahankan Tim Penguji Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya pada tanggal 15 Juli 2025.

Indralaya, 15 Juli 2025

Tim Penguji Skripsi

Ketua :

1. Mona Lestari, S.K.M., M.KKK
NIP. 199006042019032019

()

Anggota :

2. Muhammad Cholil Munadi, S.Psi., M.K.M.
NIK. 1671040210980010

()

3. Poppy Fujianti, S.K.M., M.Sc
NIP. 199008312022032009

()

Mengetahui
Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Sriwijaya



Prof. Dr. Murnianiarti., S.K.M., M.K.M
NIP. 197606092002122001

Koordinator Program Studi
Kesehatan Masyarakat



Asmaripa Ainy, S.Si., M.Kes
NIP. 197909152006042005

RIWAYAT HIDUP

Data Pribadi

Nama : Anggun Wafiq Nurhaliza
Tempat/Tanggal Lahir : Palembang, 30 Agustus 2003
Agama : Islam
Jenis Kelamin : Perempuan
Alamat : Perum. Sukabagun Indah 2 Lr. Alamiah Blok. P No. 8
RT. 56 RW. 08 Kel. Sukajaya Kec. Sukarami Palembang
Email : anggunwafiq13@gmail.com
Motto : Belajar bukan tentang siapa yang tercepat, tetapi siapa yang tetap bertahan

Riwayat Pendidikan

2008 – 2009 : TK Adila Mulia 2
2010 – 2015 : MI Al-Adli Palembang
2016 – 2018 : MTsN 2 Palembang
2018 – 2021 : SMA Negeri Sumatera Selatan
2021 – 2025 : Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sriwijaya

Pengalaman Organisasi

2021 – 2023 : Staf Ahli Sosmas HIMKESMA
2021 – 2023 : Anggota Kaderisasi LDF BKM Adz-Dzikra
2023 – 2025 : Kepala Divisi *Entrepreneurship* SAN Chapter Palembang
2024 – 2025 : Anggota Divisi HRD OHSA FKM UNSRI

KATA PENGANTAR

Dengan memanjatkan puji dan syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Kerja Pada Guru SMA/Sederajat Dengan Kurikulum *Cambridge* di Kota Palembang Tahun 2025”, sebagai syarat untuk menyelesaikan Program Sarjana (S1) Jurusan Kesehatan Masyarakat, Universitas Sriwijaya. Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak mungkin terselesaikan tanpa adanya dukungan, bantuan, bimbingan, dan nasehat dari berbagai pihak selama penyusunan skripsi ini. Pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Misnaniarti, S.KM., M.KM selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya.
2. Ibu Asmaripa Ainy, S.Si., M.Kes selaku ketua Prodi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya.
3. Ibu Poppy Fujianti, S.KM., M.Sc selaku Dosen Pembimbing skripsi yang telah membimbing dengan penuh kesabaran, meluangkan waktu untuk memberikan arahan, semangat serta dukungan untuk meyakinkan penulis bisa menyelesaikan skripsi ini. Semoga Ibu selalu dalam lindungan Allah SWT dan dilancarkan segala urusannya.
4. Ibu Mona Lestari, S.KM., M.K.K.K dan Bapak Cholil Munadi, S.Psi., M.K.M selaku dosen penguji skripsi yang telah meluangkan waktu memberikan kritik dan saran sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.
5. Seluruh dosen dan staff Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya.
6. Seluruh kepala sekolah, ibu guru serta warga sekolah di SMA/Sederajat Kota Palembang yang telah membantu dan memberikan izin agar penelitian ini bisa berjalan dengan baik.
7. Kedua orang tua penulis, Ibu Herni dan Bapak Badri yang selalu menjadi alasan penulis untuk terus maju, selalu memberikan yang terbaik untuk anak-anaknya, selalu menjadi top no.1 support system. terima kasih atas segala do'a,

dukungan, nasihat dan pengorbanan yang selama ini diberikan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini tepat waktu.

8. Kedua saudara penulis, Mba Nindi dan Dek Ariq terima kasih sudah menemani penulis, memberikan semangat, doa, dukungan, dan menjadi salah satu alasan penulis bertahan sampai sejauh ini.
9. Sahabat MTs-ku “AAIB” Innak, Anggi, dan Berli yang selalu mendengarkan keluh kesah penulis serta memberikan masukan dan dukungan kepada penulis sehingga penulis mampu bertahan dan menyelesaikan skripsi ini.
10. Sahabat dari awal maba sampai detik ini “CUMLAUDE” Nur dan Azzah yang selalu menjadi 911 selama masa perkuliahan, terima kasih sudah selalu meyakinkan penulis kalau penulis mampu untuk menghadapi semuanya yang selalu menjadi *support system*, pendengar, dan teman curhat yang sangat baik untuk penulis.
11. Teman kampus Tiah, Rima dan Andin yang selalu meyakinkan penulis dengan memberikan solusi dari kebingungan penulis.
12. Teman komplek “GRUP orang cantik” yang selalu memberikan semangat, masukan dan dukungan kepada penulis.
13. Diriku yang mampu bertahan sampai detik ini walaupun di setiap malamnya ditemani dengan perasaan takut dengan naik turunnya kehidupan di perkuliahan, terima kasih sudah mau berjuang sampai mendapat gelar yang selalu diimpikan itu.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan Skripsi ini masih banyak kekurangan, oleh karena itu penulis memohon maaf dan menerima saran yang bersifat membangun dan bermanfaat di masa yang akan datang. Akhir kata penulis, mengucapkan terima kasih dan skripsi ini dapat bermanfaat.

Indralaya, 2025



Penulis

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademika Universitas Sriwijaya, saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Anggun Wafiq Nurhaliza

NIM : 10011282126053

Program studi : S1 Kesehatan Masyarakat

Fakultas : Kesehatan Masyarakat

Dengan ini menyatakan menyetujui untuk memberikan kepada Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya **Hak Bebas Royalti (Non Exclusive Royalty Free Right)** atas karya ilmiah saya yang berjudul :

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN STRES KERJA
PADA GURU SMA/SEDERAJAT DENGAN KURIKULUM *CAMBRIDGE* DI
KOTA PALEMBANG TAHUN 2025

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan hak bebas Royalti Non Eksklusif ini Universitas Sriwijaya berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat : di Indralaya

Pada Tanggal : 15 Juli 2025

Yang Menyatakan,



Anggun Wafiq Nurhaliza

NIM. 10011282126053

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
<i>ABSTRACT</i>	ii
LEMBAR PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME Error! Bookmark not defined.	
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN.....	v
RIWAYAT HIDUP	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.3.1 Tujuan Umum	4
1.3.2 Tujuan Khusus	4
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.4.1 Bagi Peneliti.....	5
1.4.2 Bagi Tenaga Kerja.....	5
1.4.3 Bagi Sekolah	5
1.5 Ruang Lingkup Penelitian.....	6
1.5.1 Lingkup Lokasi	6
1.5.2 Lingkup Waktu.....	6
1.5.3 Lingkup Materi.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1 Stres Kerja.....	7
2.1.1 Mekanisme Stres Kerja	8

2.1.2 Sumber Stres Kerja	9
2.1.3 Dampak Stres Kerja	14
2.1.4 Pengendalian Stres Kerja	15
2.1.5 Pengukuran Stres Kerja.....	16
2.1.6 Instrumen Pengukuran Stres Kerja.....	17
2.2 <i>Teacher Stres Inventory</i>	19
2.3 Beban Kerja.....	19
2.3.1 Indikator Beban Kerja	20
2.3.2 Faktor yang Mempengaruhi Beban Kerja	21
2.4 Penelitian Terkait	22
2.5 Kerangka Teori.....	26
2.6 Kerangka Konsep	27
2.7 Definisi Operasional.....	28
2.8 Hipotesis Penelitian.....	31
BAB III METODE PENELITIAN	32
3.1 Desain Penelitian.....	32
3.2 Populasi dan Sampel	32
3.2.1 Populasi	32
3.2.2 Sampel.....	33
3.3 Jenis , Cara, Alat Pengumpulan Data.....	35
3.3.1 Jenis Data	35
3.3.2 Cara Pengumpulan Data.....	35
3.3.3 Alat Pengumpulan Data	36
3.4 Pengolahan Data.....	38
3.5 Validitas Data.....	39
3.6 Analisis dan Penyajian Data.....	40
3.6.1 Analisis <i>Univariat</i>	40
3.6.2 Analisis <i>Bivariat</i>	40
3.6.3 Penyajian Data	41
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	42
4.1 Gambaran Umum.....	42
4.1.1 SMA Negeri Sumatera Selatan	42

4.1.2 SMA Negeri 1 Palembang	43
4.1.3 MA Negeri 3 Palembang.....	45
4.1.4 SMA Negeri 17 Palembang	46
4.2 Hasil Penelitian	48
4.2.1 Analisis Univariat.....	48
4.2.2 Analisis Bivariat.....	52
BAB V PEMBAHASAN	59
5.1 Keterbatasan Penelitian.....	59
5.2 Pembahasan.....	59
5.2.1 Kejadian Stres Kerja Guru SMA/Sederajat Dengan Kurikulum <i>Cambridge</i> di Kota Palembang.....	59
5.2.2 Pengaruh Umur terhadap Stres Kerja Guru SMA/Sederajat Dengan Kurikulum <i>Cambridge</i> di Kota Palembang.....	61
5.2.3 Pengaruh Jenis Kelamin terhadap Stres Kerja Guru SMA/Sederajat Dengan Kurikulum <i>Cambridge</i> di Kota Palembang.....	63
5.2.4 Pengaruh Status Pernikahan terhadap Stres Kerja Guru SMA/Sederajat Dengan Kurikulum <i>Cambridge</i> di Kota Palembang...	64
5.2.5 Pengaruh Status Pekerja terhadap Stres Kerja Guru SMA/Sederajat Dengan Kurikulum <i>Cambridge</i> di Kota Palembang.....	65
5.2.6 Pengaruh Masa Kerja terhadap Stres Kerja Guru SMA/Sederajat Dengan Kurikulum <i>Cambridge</i> di Kota Palembang.....	67
5.2.7 Pengaruh Tuntutan Pekerjaan terhadap Stres Kerja Guru SMA/Sederajat Dengan Kurikulum <i>Cambridge</i> di Kota Palembang...	68
5.2.8 Pengaruh Hubungan Interpersonal terhadap Stres Kerja Guru SMA/Sederajat Dengan Kurikulum <i>Cambridge</i> di Kota Palembang...	69
5.2.9 Pengaruh Kontrol terhadap Pekerja terhadap Stres Kerja Guru SMA/Sederajat Dengan Kurikulum <i>Cambridge</i> di Kota Palembang...	70
5.2.10 Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Stres Kerja Guru SMA/Sederajat Dengan Kurikulum <i>Cambridge</i> di Kota Palembang...	71
5.2.11 Pengaruh Peran terhadap Stres Kerja Guru SMA/Sederajat Dengan Kurikulum <i>Cambridge</i> di Kota Palembang.....	74

5.2.12 Pengaruh Perubahan dalam Organisasi terhadap Stres Kerja Guru SMA/Sederajat Dengan Kurikulum <i>Cambridge</i> di Kota Palembang...	75
--	----

BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....	77
6.1 Kesimpulan	77
6.2 Saran.....	78
DAFTAR PUSTAKA.....	80
LAMPIRAN.....	85

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	26
Gambar 2.2 Kerangka Konsep	27

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Terkait	22
Tabel 2.2 Definisi Operasional	28
Tabel 3.1 Skala Kuesioner TSI	37
Tabel 3.2 Kategori Variabel Stres Kerja	38
Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Stres Kerja, Umur, Jenis Kelamin, Status Pernikahan, Status Pekerja, Masa Kerja, Tuntutan Pekerjaan, Hubungan Interpersonal, Kontrol Terhadap Pekerjaan, Dukungan Sosial, Peran, Dan Perubahan Dalam Organisasi Guru SMA/Sederajat Dengan Kurikulum <i>Cambridge</i> di Kota Palembang.....	48
Tabel 4. 2 Pengaruh Umur, Jenis Kelamin, Status Pernikahan, Status Pekerja, Masa Kerja, Tuntutan Pekerjaan, Hubungan Interpersonal, Kontrol Terhadap Pekerjaan, Dukungan Sosial, Peran, Dan Perubahan Dalam Organisasi Terhadap Stres Kerja Guru SMA/Sederajat Dengan Kurikulum <i>Cambridge</i> di Kota Palembang.....	53

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. *Informed Consent*

Lampiran 2. Kuesioner

Lampiran 3. Surat Izin Penelitian

Lampiran 4. Sertifikat Kaji Etik

Lampiran 5. *Output* Hasil Penelitian

Lampiran 6. Dokumentasi Penelitian

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Stres kerja merupakan isu signifikan dalam dunia kerja yang berdampak pada kesehatan pekerja serta produktivitas organisasi. *Labour Force Survey* (LFS) yang dikutip oleh *Health and Safety Executive* (HSE, 2023) mencatat bahwa sekitar 37.000 pekerja di Inggris mengalami stres, depresi, atau kecemasan terkait pekerjaan di sektor industri. Di Indonesia, laporan terbaru dari *Mercer Marsh Benefits*, bagian dari *Marsh McLennan*, menunjukkan bahwa 26% pekerja menghadapi stres dalam kehidupan sehari-hari (Putra *et al.*, 2024). Situasi serupa juga terlihat dalam dunia pendidikan yang menunjukkan pengaruh negatif kelelahan kerja terhadap kinerja guru (Hendrawan *et al.*, 2018). Kelelahan ini sering kali diperburuk oleh beban kerja yang berlebihan dan tuntutan tambahan yang tidak diimbangi dengan manajemen waktu yang efektif. Tuntutan kerja yang semakin kompleks, seperti kurikulum *cambridge* yang mengacu pada standar internasional, menambah tantangan yang dihadapi oleh guru dalam mengelola stres kerja.

Jam kerja yang panjang dan beban kerja yang berat, guru berada dalam bahaya kerja berlebihan (*overwork*). Sehingga, kurangnya perhatian terhadap kesehatan mental dan fisik pada diri mereka sendiri. Profesi pendidik menghadapi berbagai tuntutan pekerjaan, termasuk beban jam mengajar yang tinggi, kewajiban administratif, serta tambahan tugas baru yang sering diperkenalkan tanpa mengurangi beban kerja sebelumnya (Cunningham *et al.*, 2022). Selain itu, mereka juga perlu mendistribusikan tugas kerja, perencanaan individu dan persiapan pelajaran baik di dalam maupun di luar sekolah. Beban kerja ini sering kali menjadi lebih berat bagi guru yang mengajar di sekolah dengan kurikulum tambahan seperti *cambridge*, yang memerlukan metode pengajaran yang berbeda dan persiapan yang lebih detail. Akumulasi tugas yang terus menumpuk membuat guru lebih mudah mengalami kelelahan, yang dapat berdampak pada kualitas pengajaran mereka dan pada akhirnya mempengaruhi hasil belajar siswa. Stres kerja dapat dipahami sebagai

dampak fisik dan emosional yang timbul akibat ketidaksesuaian antara tuntutan pekerjaan dan kemampuan atau sumber daya yang tersedia di lingkungan kerja (ILO, 2016). Selain itu, guru pemula menghadapi situasi yang lebih menegangkan dibanding dengan guru senior. Hal ini disebabkan oleh beban kerja dan konflik peran yang menyebabkan stres di kalangan guru. J. Fimian (1988) mengemukakan bahwa faktor organisasi yang dapat menyebabkan stres antara lain manajemen waktu, stres yang muncul akibat pekerjaan yang berkaitan dengan disiplin dan motivasi, serta hal lainnya. Dalam konteks kurikulum *cambridge*, guru tidak hanya harus mengelola waktu secara efektif tetapi juga memenuhi tuntutan disiplin dan motivasi dalam standar internasional, yang dapat memperburuk tekanan yang mereka alami.

Selain stres kerja, beban kerja yang tinggi baik fisik maupun mental dapat menyebabkan kelelahan. Peraturan Menteri Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2024 menetapkan bahwa beban kerja guru minimal 24 jam dan maksimal 40 jam tatap muka per minggu. Namun, guru yang mengajar kurikulum *cambridge* menghadapi tantangan tambahan berupa persiapan materi internasional dan tuntutan hasil belajar yang lebih tinggi, yang dapat meningkatkan risiko kelelahan kerja. Masa kerja juga mempengaruhi kelelahan, di mana pengalaman yang lebih lama meningkatkan keterampilan, namun berisiko menyebabkan kebosanan, kelelahan, dan stres akibat tuntutan yang semakin meningkat (Coman *et al.*, 2024).

Beberapa penelitian terbaru menunjukkan keterkaitan antara stres kerja dan berbagai faktor seperti: manajemen waktu (Nisa, 2021), beban kerja (Kurniawati *et al.*, 2022), tekanan profesional (Nisa, 2021), motivasi (Nisa, 2021), investasi profesional (Kourmoussi *et al.*, 2015), gejala kelelahan (Hamzah, 2019), gejala kardiovaskular (Daryati, 2023), gejala pencernaan (Bakar *et al.*, 2023; Shofah & Widiyawati, 2023), gejala perilaku (Luma, 2018), umur (Rambe & Bahri, 2022), jenis kelamin (Kurniawati *et al.*, 2022; Rambe & Bahri, 2022), status pernikahan (Rambe & Bahri, 2022), status Pekerja (Pertiwi & Wardani, 2019), tipe Sekolah (Pertiwi & Wardani, 2019), masa kerja (Nina Fentiana & Daniel Ginting, 2023; Rambe & Bahri, 2022), dukungan rekan kerja (Bastian *et al.*, 2023), dukungan supervisor (Wirabuana Putra *et al.*, 2023). Faktor-faktor ini memiliki hubungan

yang kompleks dan saling mempengaruhi, terutama dalam konteks kurikulum *cambridge*.

Berdasarkan data dari Data Pokok Pendidikan (DAPODIKDASMEN) pada semester ganjil tahun ajaran 2024/2025 jumlah guru di Provinsi Sumatera Selatan tercatat sebanyak 14.959 orang. Dari total tersebut, 4.548 guru merupakan pria dan 10.411 guru merupakan wanita. Di Kota Palembang jumlah guru tercatat sebanyak 3.129 orang (Dapodikdasmen, 2024). Kota Palembang sebagai salah satu kota yang berada di Provinsi Sumatera Selatan yang memiliki empat sekolah menengah atas dengan kurikulum tambahan yaitu *cambridge*, diantaranya SMA Negeri Sumatera Selatan, SMA Negeri 1 Palembang, SMA *Ignatius Global School* (IGS) Palembang, SMA Kusuma Bangsa Palembang, *Singapore International School* (SIS) Palembang, MA Negeri 3 Palembang, dan SMA Negeri 17 Palembang. Penggunaan kurikulum *cambridge* ini memiliki kesamaan dalam pendekatan berbasis standar internasional yang membutuhkan upaya lebih dari para guru. Namun, hingga kini belum pernah dilakukan pengukuran formal terkait tingkat stres kerja yang dialami oleh para guru di sekolah tersebut, maupun upaya untuk menangani stres kerja melalui pendekatan kesehatan mental atau fisik.

Oleh karena itu, berdasarkan permasalahan yang telah dijelaskan diatas penting untuk meneliti dan menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan stres kerja pada guru SMA/Sederajat dengan kurikulum *cambridge* di Kota Palembang tahun 2025 dalam upaya menerapkan langkah-langkah pencegahan yang mendorong kesejahteraan guru yang sesuai dengan prinsip-prinsip Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3).

1.2 Rumusan Masalah

Guru memiliki tanggung jawab tambahan, seperti membimbing ekstrakurikuler, olimpiade, dan organisasi sekolah. Namun, SMA Negeri Sumatera Selatan, SMA Negeri 1 Palembang, SMA *Ignatius Global School* (IGS) Palembang, SMA Kusuma Bangsa Palembang, *Singapore International School* (SIS) Palembang, MA Negeri 3 Palembang, dan SMA Negeri 17 Palembang menerapkan kurikulum tambahan, yaitu *Cambridge International Examination* atau yang biasa dikenal dengan IGCSE (*International General Certificate of Secondary Education*), yang

mewajibkan penggunaan bahasa inggris dalam pembelajaran sehingga menjadi beban tambahan bagi guru. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang berhubungan dengan stres kerja pada guru SMA/Sederajat dengan kurikulum *cambridge* di Kota Palembang tahun 2025. Pemahaman yang lebih mendalam dapat menjadi dasar dalam merancang strategi untuk mendukung kesejahteraan mereka dan menciptakan lingkungan kerja yang lebih sehat. Berdasarkan uraian masalah diatas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: "*Apa saja faktor-faktor yang berhubungan dengan stres kerja pada guru SMA/Sederajat dengan kurikulum cambridge di Kota Palembang Tahun 2025?*"

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan stres kerja pada guru SMA/Sederajat dengan kurikulum *cambridge* di Kota Palembang tahun 2025.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui distribusi umur, jenis kelamin, status pernikahan, status pekerja, masa kerja, tuntutan pekerjaan, hubungan interpersonal, kontrol terhadap pekerjaan, dukungan sosial, peran, dan perubahan dalam organisasi pada guru di SMA/Sederajat dengan kurikulum *cambridge* di Kota Palembang tahun 2025.
2. Menganalisis hubungan antara umur dengan stres kerja pada guru di SMA/Sederajat dengan kurikulum *cambridge* di Kota Palembang tahun 2025.
3. Menganalisis hubungan antara jenis kelamin dengan stres kerja pada guru di SMA/Sederajat dengan kurikulum *cambridge* di Kota Palembang tahun 2025.
4. Menganalisis hubungan antara status pernikahan dengan stres kerja pada guru di SMA/Sederajat dengan kurikulum *cambridge* di Kota Palembang tahun 2025.
5. Menganalisis hubungan antara status pekerja dengan stres kerja pada guru di SMA/Sederajat dengan kurikulum *cambridge* di Kota Palembang tahun 2025.
6. Menganalisis hubungan antara masa kerja dengan stres kerja pada guru di SMA/Sederajat dengan kurikulum *cambridge* di Kota Palembang tahun 2025.

7. Menganalisis hubungan antara tuntutan pekerjaan dengan stres kerja pada Guru SMA/Sederajat dengan kurikulum *cambridge* di Kota Palembang tahun 2025.
8. Menganalisis hubungan antara hubungan interpersonal dengan stres kerja pada Guru SMA/Sederajat dengan kurikulum *cambridge* di Kota Palembang tahun 2025.
9. Menganalisis hubungan antara kontrol terhadap pekerjaan dengan stres kerja pada Guru SMA/Sederajat dengan kurikulum *cambridge* di Kota Palembang tahun 2025.
10. Menganalisis hubungan antara dukungan sosial dengan stres kerja pada Guru SMA/Sederajat dengan kurikulum *cambridge* di Kota Palembang tahun 2025.
11. Menganalisis hubungan antara peran dengan stres kerja pada Guru SMA/Sederajat dengan kurikulum *cambridge* di Kota Palembang tahun 2025.
12. Menganalisis hubungan antara perubahan dalam organisasi dengan stres kerja pada Guru SMA/Sederajat dengan kurikulum *cambridge* di Kota Palembang tahun 2025.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

Penelitian ini merupakan proses belajar dalam mendapatkan pengetahuan serta mengembangkan kemampuan peneliti dalam melaksanakan penelitian dan mengaplikasikan teori dalam bidang keselamatan dan kesehatan kerja terkait stres kerja.

1.4.2 Bagi Tenaga Kerja

Memberikan informasi kepada guru di SMA/Sederajat dengan kurikulum *cambridge* di Kota Palembang tahun 2025 terkait faktor-faktor yang berhubungan stres kerja terhadap produktivitas kerja. Sehingga tenaga kerja dapat meningkatkan produktivitas kerjanya dan tidak merasakan stres kerja pada saat bekerja.

1.4.3 Bagi Sekolah

Manfaat bagi sekolah hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai masukan dan bahan pertimbangan bagi instansi dalam menentukan langkah-langkah yang efektif

untuk mencegah serta mengatasi stres kerja bagi para pekerjaanya khususnya pada guru.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

1.5.1 Lingkup Lokasi

Penelitian dilakukan di empat SMA/Sederajat Kota Palembang diantaranya:

- A. SMA Negeri Sumatera Selatan yang bertempat di Jalan Pangeran Ratu, Kel. 8 Ulu, Kec. Seberang Ulu 1, Palembang 30252, Sumatera Selatan, Indonesia.
- B. SMA Negeri 1 Palembang yang bertempat di Jalan Sri Jaya Negara No. 10, Bukit Lama, Kecamatan Ilir Barat I, Palembang 30139, Sumatera Selatan.
- C. SMA Negeri 3 Palembang yang bertempat di Jalan Inspektur Marzuki, Siring Agung, Kec. Ilir Bar. I, Kota Palembang, Sumatera Selatan 30138.
- D. SMA Negeri 17 Palembang yang bertempat di Jalan Mayor Zurbi Bustan Pipa Jaya Kecamatan Kemuning, Kelurahan. Sukajaya, Kec. Sukarami, Kota Palembang, Sumatera Selatan.

1.5.2 Lingkup Waktu

Penelitian menggunakan data primer yang diambil dengan melakukan pengisian kuesioner oleh responden yaitu guru di SMA/Sederajat dengan kurikulum *cambridge* dan dilaksanakan pada Februari 2025 - Juli 2025.

1.5.3 Lingkup Materi

Penelitian membahas terkait faktor-faktor yang berhubungan dengan stres kerja pada guru di SMA/Sederajat dengan kurikulum *cambridge* di Kota Palembang tahun 2025.

DAFTAR PUSTAKA

- Adelia, I., Mutmainnah, M., & Mulyani, S. (2023). Hubungan Antara Beban Kerja dengan Tingkat Stress Kerja pada Perawat Wanita di Rumah Sakit Dr. Bratanata Kota Jambi. *Jurnal Ners*, 7(2), 1534–1542. <https://doi.org/10.31004/jn.v7i2.16631>
- Alghamdi, M. H., & Sideridis, G. (2025). Identifying subgroups of teacher in elementary and secondary schools: The effects of teacher experience, age and gender. *Frontiers in Psychology*, 15, 1406562. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1406562>
- Amalia, R., & Ridho, A. A. (2021). Resiliensi pada Guru Honorer di Masa Pandemi. *Edu Consilium: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam*, 2(1), 12–20. <https://doi.org/10.19105/ec.v2i1.4287>
- Bakar, A. A., Sabilu, Y., & Hikmawati, Z. (2023). Hubungan Pola Makan Dan Stres Dengan Kejadian Gastritis Pada Siswa Kelas 12 Man 1 Kendari Tahun 2022. *Jurnal Wawasan Promosi Kesehatan*, 4(2). <https://doi.org/10.37887/jwins.v4i2.43211>
- Bakker, A. B., & Demerouti, E. (2017). Job demands–resources theory: Taking stock and looking forward. *Journal of Occupational Health Psychology*, 22(3), 273–285. <https://doi.org/10.1037/ocp0000056>
- Bastian, A., Wahyuni, S., Liza, L. O., Kasriyati, D., Situmorang, D. D. B., & Ifdil, I. (2023). Emotional Intelligence and Job Stress: In Its Influence on Teachers' Performance. *COUNS-EDU: The International Journal of Counseling and Education*, 7(4). <https://doi.org/10.23916/0020220741040>
- Brough, P., Dollard, M. F., & Tuckey, M. R. (2014). Theory and intervention evaluation in occupational health psychology. *Journal of Occupational Health Psychology*, 19(3), 229–241. <https://doi.org/10.1037/a0036730>
- Coman, E., Stoicov, I., Țîru, L. G., Brătucu, G., Ciobanu, E., Nechita, F., Bucs, L., & Coman, C. (2024). Work Engagement and Performance of Romanian School Teachers During the COVID-19 Pandemic: The Impact of Sociodemographic and Contextual Factors. *Administrative Sciences*, 14(11), 305. <https://doi.org/10.3390/admsci14110305>
- Cunningham, T. R., Guerin, R. J., Ferguson, J., & Cavallari, J. (2022). Work-related fatigue: A hazard for workers experiencing disproportionate occupational risks. *American Journal of Industrial Medicine*, 65(11), 913–925. <https://doi.org/10.1002/ajim.23325>

- Daryati, Y. D. (2023). Pengaruh Beban Kerja Terhadap Tekanan Darah Pada Guru Di Smk Assa'adah Bungah Gresik. *Journal of Public Health Science Research*, 4(2), 1. <https://doi.org/10.30587/jphsr.v4i2.5594>
- Emeljanovas, A., Sabaliauskas, S., Mežienė, B., & Istomina, N. (2023). The relationships between teachers' emotional health and stress coping. *Frontiers in Psychology*, 14, 1276431. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1276431>
- Erden, A., Erden, H., & Aytac, T. (2023). Teachers' Well-Being Levels by Gender and Marital Status: A Meta-Analysis Study. *Asya Öğretim Dergisi*, 38–60. <https://doi.org/10.47215/aji.1304646>
- Fiorilli, C., Benevene, P., De Stasio, S., Buonomo, I., Romano, L., Pepe, A., & Addimando, L. (2019). Teachers' : The Role of Trait Emotional Intelligence and Social Support. *Frontiers in Psychology*, 10, 2743. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02743>
- Giorgi, G., Lecca, L. I., Alessio, F., Finstad, G. L., Bondanini, G., Lulli, L. G., Arcangeli, G., & Mucci, N. (2020). COVID-19-related mental health effects in the workplace: A narrative review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(21), 7857. <https://doi.org/10.3390/ijerph17217857>
- Hamzah, W. (2019). Pengaruh Beban Kerja dan Dukungan Sosial Terhadap Kelelahan Kerja. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(2). <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v7i2.4789>
- Hartono, H. H. (2024). Regulasi Emosi Dan Stres Kerja Pada Guru Sekolah Luar Biasa. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 8(2), 8.
- Hartoyo, A., & Basith, A. (2023). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Stres Kerja Pada Guru Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Dasar Indonesia*, 8, 47–51.
- He, L., Huang, L., Huang, Y., Li, H., Zhang, Z., Li, J., Lin, S., Wu, K., Huang, D., & Wu, F. (2025). Prevalence and influencing factors of anxiety, depression, and among teachers in China: A cross-sectional study. *Frontiers in Psychiatry*, 16, 1567553. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1567553>
- Hendrawan, A., Sucahyawati, H., Cahyandi, K., & Indriyani, I. (2018). Stres Kerja Dan Kelelahan Kerja Pengaruhnya Terhadap Kinerja Guru Sekolah Dasar. *Jurnal EMA*, 3(1). <https://doi.org/10.47335/ema.v3i1.22>
- Hendrikson Febri. (2024). Stres No More: Strategi Efektif Mengelola Stres di Tengah Kehidupan Digital. *Coram Mundo: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Agama Kristen*, 6(2), 54–71. <https://doi.org/10.55606/corammundo.v6i2.383>

- Hiregoudar, R., & Natekar, D. S. (2023). Comparative Study of Stress among Teachers Working in Government and Private High Schools of Vijayapura, Karnataka. *SSR Institute of International Journal of Life Sciences*, 9(5), 3315–3322. <https://doi.org/10.21276/SSR-IIJLS.2023.9.5.4>
- Kourmoussi, N., & Alexopoulos, E. C. (2016). Stress sources and manifestations in a nationwide sample of pre-primary, primary and secondary educators in Greece. *BMC Public Health*, 16, 1043. <https://doi.org/10.1186/s12889-016-3633-2>
- Kourmoussi, N., Darviri, C., Varvogli, L., & Alexopoulos, E. (2015). Teacher Stress Inventory: Validation of the Greek version and perceived stress levels among 3,447 educators. *Psychology Research and Behavior Management*, 81. <https://doi.org/10.2147/prbm.s74752>
- Kurniawati, R., Wahyuni, I., & Widjasena, B. (2022). Hubungan Beban Kerja Mental Dan Sistem Pembelajaran Masa Pandemi Covid-19 Dengan Stres Kerja Pada Guru Slb. 12(2).
- Leung, D. Y. P. (2020). Relationships among emotional job demands, mental health and service performance in preschool teachers: The role of emotion regulation. *Child & Youth Services*, 41(3), 272–294. <https://doi.org/10.1080/0145935X.2019.1704572>
- Luma, M. (2018). Hubungan Lingkungan Kerja dengan Stres Kerja Guru di SDN Se-Kecamatan Batudaa Kabupaten Gorontalo. *Jurnal Ilmiah Iqra'*, 10(1). <https://doi.org/10.30984/jii.v10i1.589>
- Lumban Gaol, N. T. (2016). Teori Stres: Stimulus, Respons, dan Transaksional. *Buletin Psikologi*, 24(1), 1. <https://doi.org/10.22146/bpsi.11224>
- Markelj, N., Kovač, M., & Jurak, G. (2023). The dynamics of among Slovenian primary school teachers over the school year in relation to their perceptions of various predictors of in the school context. *Frontiers in Psychology*, 14, 1108322. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1108322>
- Maya Desvira Riandy & Sri Ernawati. (2024). Gambaran Pemicu Stress Kerja pada Anggota Polisi Satresnarkoba di Polresta Surakarta. *Concept: Journal of Social Humanities and Education*, 3(3), 76–88. <https://doi.org/10.55606/concept.v3i3.1382>
- Nimehchisalem, V. (2014). Contribution of Gender, Marital Status, and Age to English Language Teachers' . *Advances in Language and Literary Studies*, 5(6). <https://doi.org/10.7575/aiac.all.v5n.6p.39>

- Nina Fentiana & Daniel Ginting. (2023). Hubungan Masa Kerja Dan Umur Kerja Dengan Kelelahan Fisik Pada Pekerja Wanita. *Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Gizi*, 1(4), 84–87. <https://doi.org/10.55606/jikg.v1i4.1709>
- Nisa, F. K. (2021). Gambaran Stres Kerja Guru Sekolah Dasar Di Kecamatan Kalinyamatan Kabupaten Jepara Jawa Tengah Pada Masa Pandemi Covid-19 Tahun 2021.
- Oh, H. (2024). Teacher in Educational Organizations. In L. Bright (Ed.), *Public Health* (Vol. 4). IntechOpen. <https://doi.org/10.5772/intechopen.1006832>
- Padmanabhanunni, A., & Pretorius, T. B. (2023). The moderating role of resilience in the relationship between and work engagement among South African teachers. *South African Journal of Education*, 43(2), 1–9. <https://doi.org/10.15700/saje.v43n2a2057>
- Pakdee, P., Suwanchaoen, D., Sirisukprasert, W., *et al.* (2025). Emotional exhaustion and job stress among teachers in urban Thailand: A cross-sectional study. *Asian Journal of Psychiatry*, 88, 103829. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2023.103829>
- Pakdee, S., Cheechang, P., Thammanoon, R., Krobpet, S., Piya-amornphan, N., Puangsri, P., & Gosselink, R. (2025). and well-being among higher education teachers: Influencing factors of . *BMC Public Health*, 25(1), 1409. <https://doi.org/10.1186/s12889-025-22602-w>
- Pertiwi, N. Y., & Wardani, I. Y. (2019). Tingkat Stres Kerja Dan Strategi Koping Guru Sd Dalam Implementasi Kurikulum 2013. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah Stikes Kendal*, 9(2), 155–164. <https://doi.org/10.32583/pskm.9.2.2019.155-164>
- Putra, F. B. A., Yaser, M., & Saputra, F. (2024). Hubungan Beban Kerja, Lingkungan Kerja dan Shift Kerja terhadap Stres Kerja Karyawan di PT. Generasi Muda Bersatu Kecamatan Simpenan, Kabupaten Sukabumi Tahun 2023. *Journal of Public Health Education*, 3(4), 162–169. <https://doi.org/10.53801/jphe.v3i4.230>
- Răducu, C.-M., & Stănculescu, E. (2022). Personality and socio-demographic variables in teacher during the COVID-19 pandemic: A latent profile analysis. *Scientific Reports*, 12(1), 14272. <https://doi.org/10.1038/s41598-022-18581-2>
- Rambe, H., & Bahri, S. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Kerja Pada Pekerja Bagian Produksi Di Pt. Tri Teguh Manunggal Sejati Kota Tangerang. *Prepotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 6(2), 1554–1565. <https://doi.org/10.31004/prepotif.v6i2.4562>
- Roeser, R. W., Schonert-Reichl, K. A., Jha, A., Cullen, M., Wallace, L., Wilensky, R., Oberle, E., Thomson, K., Taylor, C., & Harrison, J. (2013). Mindfulness training and reductions in teacher stress and : Results from two randomized, waitlist-control field

- trials. *Journal of Educational Psychology*, 105(3), 787–804.
<https://doi.org/10.1037/a0032093>
- Sai, B., Mohamed, B., Dergaa, I., Ceylan, H. İ., Guelmemi, N., Stefanica, V., Jaraya, M., Raul-Ioan, M., & Ben Abderrahman, A. (2025). Transcultural validation of the “Teacher Stress Inventory” (TSI) in Arabic: An exploratory study on stress among Tunisian teachers. *Frontiers in Education*, 10, 1513330.
<https://doi.org/10.3389/educ.2025.1513330>
- Shofah, W., & Widiyawati, W. (2023). Hubungan Tingkat Stres dan Pola Makan dengan Kejadian Gastritis pada Remaja Umur 12-15 Tahun di MTs. Ihyaul Islam Bolo Ujungpangkah Gresik. *Journal of Public Health Science Research*, 3(1).
<https://doi.org/10.30587/jphsr.v4i1.5417>
- Simanjuntak, P. E., & Marpaung, R. J. M. (2021). *Analisis Beban Kerja Fisik Dan Tingkat Kelelahan Kerja Secara Ergonomis Pada Karyawan Pt Hutahaeen Perkebunan Dan Pabrik Tapioka Wilayah Tapanuli*. 8 edisi 2, 14.
- Skaalvik, E. M., & Skaalvik, S. (2015). Job satisfaction, stress and coping strategies in the teaching profession—What do teachers say? *International Education Studies*, 8(3), 181–192. <https://doi.org/10.5539/ies.v8n3p181>
- Van Droogenbroeck, F., & Spruyt, B. (2015). Do teachers have worse mental health? Review of the existing comparative research and results from the Belgian Health Interview Survey. *Teaching and Teacher Education*, 51, 88–100.
<https://doi.org/10.1016/j.tate.2015.06.005>
- Wang, X., & Cheng, Z. (2020). Cross-Sectional Studies. *Chest*, 158(1), S65–S71.
<https://doi.org/10.1016/j.chest.2020.03.012>
- Wirabuana Putra, S., Pono, M., & Wahda. (2023). The Effects of Work Stress and Work Motivation on Employee Performance. *Ilomata International Journal of Management*, 4(3), 329–339. <https://doi.org/10.52728/ijjm.v4i3.811>
- Yusuf, Y., Jusni, & Nurqamar, I. F. (2024). Pengaruh Konflik Peran Ganda, Beban Kerja, dan Lingkungan Kerja Pada Karyawan Wanita terhadap Stres Kerja di Pabrik Gula Arasoe dan Camming. *Peradaban Journal of Economic and Business*, 3(1), 1–22.
<https://doi.org/10.59001/pjeb.v3i1.157>
- Zhao, W., Liao, X., Li, Q., Jiang, W., & Ding, W. (2022). The Relationship Between Teacher Job Stress and : A Moderated Mediation Model. *Frontiers in Psychology*, 12, 784243.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.784243>