FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI TINGKAT STRES KERJA PADA GURU HONORER SEKOLAH DASAR DI KECAMATAN PLAJU KOTA PALEMBANG TAHUN 2020

SKRIPSI

OLEH

NAMA : GUSTIA ASTRI NATASYA
NIM : 10011281621071

PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT (S1)
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2021

FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI TINGKAT STRES KERJA PADA GURU HONORER SEKOLAH DASAR DI KECAMATAN PLAJU KOTA PALEMBANG TAHUN 2020

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Syarat Untuk Mendapatkan Gelar (S1)
Sarjana Kesehatan Masyarakat Pada Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Sriwijaya

OLEH

NAMA : GUSTIA ASTRI NATASYA
NIM : 10011281621071

PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT (S1)
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2021

KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
Skripsi, November 2020

Gustia Astri Natasya

Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Stress Kerja Pada Guru Honorer Sekolah Dasar di Kecamatan Plaju Kota Palembang Tahun 2020

x + 74 halaman, 20 tabel, 2 gambar, 4 lampiran

ABSTRAK

Stress kerja adalah kondisi ketegangan yang menyebabkan adanya ketidakseimbangan kondisi fisik, dan psikis pada guru honorer yang bersumber dari Individu maupun Organisasi sehingga berpengaruh pada fisik, psikologis dan perilaku. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan antara faktor beban kerja mental dengan tingkat stress kerja pada guru honorer Sekolah Dasar di Kecamatan Plaju Kota Palembang tahun 2020. Penelitian ini bersfat deskriptif analitik dengan pendekatan desain studi cross sectional. Sampel dalam penelitian ini adalah guru honorer yang bekerja di Sekolah Dasar di Kecamatan Plaju Kota Palembang sebanyak 96 orang. Teknik pengambilan sampel yaitu *purposive sampling*. Teknik analisis data dengan menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat. Uji statistik dengan menggunakan uji Chi-Square dengan tingkat kepercayaan 95% dan kemaknaan 5%. Berdasarkan hasil uji statistik didapatkan hasil bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara beban kerja mental (p-value = 0,676), umur (p-value = 0,808), masa kerja (p-value = 0,280), upah/penghasilan (p-value = 0,723), pekerjaan sampingan (p-value = 0,154), dan hubungan baik dengan atasan (p-value = 0,041) dengan tingkat stress kerja. Beban kerja mental pada variabel hubungan baik dengan atasan yang memiliki pengaruh yang signifikan, untuk itu guru honorer disarankan untuk lebih menjalin hubungan baik dengan atasan sehingga timbul suasana kenyamanan dalam menjalankan tugasnya sebagai guru dengan cara mengerjakan tugas yang menjadi tanggungjawabnya dengan baik, selalu berkomunikasi dengan dengan baik dengan atasan, melakukan pengembangan diri dan beretika yang baik.

Kata kunci : Beban Kerja Mental, Tingkat Stress Kerja, Guru Honor

Daftar Pustaka : 37 (1995-2019)

OCCUPATIONAL HEALTH AND SAFETY
PUBLIC HEALTH FACULTY
SRIWIJAYA UNIVERSITY
Thesis, November 2020

Gustia Astri Natasya

Factors Affecting Work Stress Levels for Honorary Elementary School Teachers in Plaju District, Palembang City in 2020

x + 74 pages, 20 tabels, 2 pictures, 4 appendix

ABSTRACT

Work stress is a condition of tension that causes an imbalance in the physical and psychological conditions of honorary teachers who come from individuals and organizations so that they affect the physical, psychological and behavior. The purpose of this study was to determine the relationship between mental workload factors and work stress levels for honorary elementary school teachers in Plaju District, Palembang City in 2020. This research is analytical descriptive with a cross sectional study design approach. The sample in this study were honorary teachers who worked in elementary schools in Plaju District, Palembang City as many as 96 people. The sampling technique is purposive sampling. Data analysis techniques using univariate analysis and bivariate analysis. Statistical test using Chi-Square test with 95% confidence level and 5% significance. Based on the results of statistical tests, it was found that there was no significant relationship between mental workload (p-value = 0.676), age (p-value = 0.808), years of service (p-value = 0.280), wages/income (p-value = 0.723), side job (p-value = 0.154), and good relationship with superiors (p-value = 0.041) with work stress level. The mental workload on the variable of good relations with superiors has a significant influence, for that honorary teacher are advised to better establish good relations with superiors so that an atmosphere of comfort arises in carrying out their duties as teachers by doing the tasks that are their responsibility well, always communicating with others, good with superiors, self-development, and good ethics.

Keywords: Mental Workload, Work Stress Level, Honorary Teacher
Bibliography : 37 (1995-2019)

LEMBAR PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Saya dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini dibuat dengan sejujur-jujurnya dengan mengikuti kaidah Etika Akademik Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya serta menjamin bebas plagiarism. Bila kemudian diketahui saya melanggar Etika Akademik saya bersedia dinyatakan tidak lulus/gagal.

Indralaya, Juni 2021

sangkutan,

METERAI TEMPEL

Gustia Astri Natasya

NIM. 10011281621071

Dipindai dengan CamScanner

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini dengan judul "Faktor-faktor yang Mempengaruhi Tingkat Stress Kerja pada Guru Honorer Sekolah Dasar di Kecamatan Plaju Kota Palembang Tahun 2020" telah diseminarkan dihadapan Panitia Sidang Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya pada tanggal 2 April 2021 dan telah diperbaiki serta disetujui sesuai dengan masukkan Panitia Sidang Ujian Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya.

Indralaya, Juni 2021

Ketua:

1. Desheilla Andarini, S.KM.,M.Sc (. .....)
   NIP. 198912202019032016

Anggota:

1. Mona Lestari, SKM.,M.KKK (. .....)
   NIP. 199006042019032019
2. Fenny Etrawati, S.KM.,M.KM (. .....)
   NIP. 198905242014042001
3. Dr. Novrikasari, S.KM.,M.Kes (. .....)
   NIP. 197811212001122002

Mengetahui,
Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Sriwijaya

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

Dipindai dengan CamScanner

HALAMAN PERSETUJUAN

Hasil penelitian skripsi ini dengan judul "Faktor-faktor yang Mempengaruhi Tingkat Stress Kerja pada Guru Honorer Sekolah Dasar di Kecamatan Plaju Kota Palembang Tahun 2020" telah disetujui untuk diseminarkan pada tanggal 21 April 2021.

Indralaya, Juni 2021

Pembimbing :

1. Dr. Novrikasari, S.KM., M.Kes (.....)
   NIP. 197811212001122002

Dipindai dengan CamScanner

RIWAYAT HIDUP

Data Pribadi

Nama	: Gustia Astri Natasya
NIM	10011281621071
Tempat, tanggal lahir	: Semarang, 12 Agustus 1998
Agama	: Islam
Jenis Kelamin	: Perempuan
Alamat	: Jln Tegal Binangun Rt.21 Rw.07 Palembang
Email	: gustiaanatasya738@gmail.com
Telp/hp	083867879509

Riwayat Pendidikan

S1 (2016-2021)	Departemen Keselamatan dan Kesehatan Kerja
SMA (2013-2016)	SMA Negeri 4 Palembang
SMP (2010-2013)	SMP Negeri 24 Palembang
SD (2004-2010)	SD Negeri 255 Palembang

Riwayat Organisasi

2016-2017	Anggota LDF BKM Adz-Dzikra

KATA PENGANTAR

Alhamdulilah, segala puji dan syukur penulis haturkan kepada kehadirat Allah SWT yang selalu memberikan rahmat dan karuniaNya, sehingga skripsi dengan judul Faktor-faktor yang Mempengaruhi Tingkat Stress Kerja pada Guru Honorer Sekolah Dasar di Kecamatan Plaju Kota Palembang Tahun 2020 dapat diselesaikan.

Dengan segala kerendahan hati, penulis ingin mengucapkan terimakasih atas segala bimbingan dan petunjuk yang berharga dan bermanfaat kepada:

1. Allah SWT yang telah memberikan nikmat kesehatan, keselamatan, dan kelancaran dalam penyusunan skripsi ini
2. Ibu Dr. Misnaniarti, S.KM,. M.KM, selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya dan selaku pembimbing skripsi saya yang senantiasa memberikan arahan, saran, dan bimbingan sehingga skripsi ini dapat berjalan dengan lancar
3. Ibu Dr. Novrikasari, S.KM,.M.Kes, selaku Kepala Jurusan Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya dan selaku pembimbing skripsi saya yang senantiasa memberikan arahan, saran, dan bimbingan sehingga skripsi ini dapat berjalan dengan lancar
4. Ibu Elvi Sunarsih, S.KM,. M.KM, selaku Kepala Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya
5. Ibu Desheilla Andarini, S.KM., M.Sc, selaku ketua penguji yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan ilmu serta saran dan bimbingan yang sangat membantu dalam menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
6. Ibu Mona Lestari, SKM., M.KKK selaku penguji 1 yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan ilmu serta saran, bimbingan, dan semangat yang sangat membantu dalam menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
7. Ibu Fenny Etrawati, S.KM., M.KM selaku penguji 2 yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan ilmu serta saran, bimbingan, dan juga semangat yang sangat membantu dalam menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
8. Seluruh Kepala Sekolah Dasar di Kecamatan Plaju yang telah mengizinkan peneliti untuk melakukan penelitian serta seluruh pihak yang terlibat dan bersedia menjadi informan dalam penelitian saya

9. Seluruh dosen, staf, dan karyawan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya
10. Mama, Papa, adik, Eva, Melisa, Cherin, Ibal, dan teman-teman Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya angkatan 2016 yang telah memberikan bantuan, inspirasi, dukungan dan semangat.
11. Evan Hidayat terimakasih telah memberikan dukungan baik moril maupun materil dalam proses pembuatan skripsi ini

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan proposal skripsi ini masih jauh dari sempurna. Untuk itu kritik dan saran yang sifatnya membangun sangat penulis harapkan dari semua pihak demi perbaikan dan kesempurnaan proposal skripsi ini.

Indralaya, Juni 2021
Penulis

Gustia Astri Natasya

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL ..... **i**
HALAMAN RINGKASAN (Abstrak Indonesia) ..... **iii**
HALAMAN RINGKASAN (Abstrak Inggris) ..... **iv**
LEMBAR PERNYATAAN INTEGRITAS ..... **v**
HALAMAN PENGESAHAN ..... **vi**
HALAMAN PERSETUJUAN ..... **vii**
RIWAYAT HIDUP ..... **viii**
KATA PENGANTAR ..... **ix**
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI ..... **xi**
DAFTAR ISI. ..... **xii**
DAFTAR TABEL ..... **xiii**
DAFTAR GAMBAR ..... **xiv**
BAB I PENDAHULUAN **1**
1.1 Latar Belakang 1
1.2 Rumusan Masalah 6
1.3 Tujuan Penelitian 6
1.3.1 Tujuan Umum 6
1.3.2 Tujuan Khusus 6
1.4 Manfaat Penelitian 7
1.4.1 Manfaat Bagi Peneliti 7
1.4.2 Manfaat Bagi Instansi 7
1.4.3 Manfaat Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat 7
1.5 Ruang Lingkup Penelitian 8
1.5.1 Lingkup Lokasi 8
1.5.2 Lingkup Waktu 8
1.5.3 Lingkup Materi 8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA **9**
2.1 Beban Kerja 9
2.1.1 Pengertian Beban Kerja 9
2.1.2 Beban Kerja Fisik 10
2.1.3 Beban Kerja Mental. 11
2.1.4 Pengukuran Beban Kerja 13
2.1.5 Metode NASA-TLX 14
2.1.6 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Beban Kerja 17

2.2 Stress Kerja 17
2.2.1 Pengertian Stress Kerja 17
2.2.2 Faktor-faktor Penyebab Stress Kerja 18
2.2.3 Sumber-sumber Stress Kerja 20
2.2.4 Dampak Stress Kerja 21
2.3 Faktor Individu yang Dapat Mempengaruhi Stres Kerja 24
2.4 Faktor Organisasi yang Dapat Mempengaruhi Stres Kerja 25
2.5 Guru 26
2.5.1 Pengertian Guru 26
2.5.2 Pengertian Guru Honorer 28
2.6 Kerangka Teori 29
2.7 Penelitian Terkait 31
BAB III KERANGKA KONSEP, DEFINISI OPERASIONAL DAN HIPOTESI 36
3..1 Kerangka Konsep 36
3.2 Definisi Operasional 36
3.3 Hipotesis Penelitian 38
BAB IV METODE PENELITIAN 39
4.1 Desain Penelitian 39
4.2 Populasi dan Sampel Penelitian 39
4.2.1 Populasi 39
4.2.2 Sampel 39
4.2.3 Teknik Pengambilan Sampel 40
4.3 Jenis, Cara dan Alat Pengumpulan Data 43
4.3.1 Jenis Data 43
4.3.2 Cara Pengumpulan Data 43
4.3.3 Alat Pengumpulan Data 43
4.4 Pengolahan Data 43
4.5 Analisis dan Penyajian Data 45
4.5.1 Analisis Univariat 45
4.5.2 Analisis Bivariat 45
4.5.3 Pengujian Hipotesis 46
4.5.4 Penyajian Data 46
BAB V HASIL PENELITIAN 47
5.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian. 47

5.1 Gambaran Stres Kerja pada Guru Honorer Sekolah Dasar di Kecamatan Plaju 48

5.2 Gambaran Beban Kerja Mental Berdasarkan NASA-TLX pada Guru Honorer Sekolah Dasar di Kecamatan Plaju 51

5.3 Gambaran Umur, Masa Kerja, Upah, Pekerjaan Sampingan dan Hubungan Baik dengan Atasan pada Guru Honorer Sekolah Dasar di Kecamatan Plaju 54

5.4 Hubungan Beban Kerja Mental dengan Stress Kerja 55

5.5 Hubungan Umur dengan Stress Kerja 56

5.7. Hubungan Masa Kerja dengan Stress Kerja 56

5.8 Hubungan Besaran Upah/Penghasilan dengan Stress Kerja 57

5.9 Hubungan Pekerjaan Sampingan dengan Stress Kerja 58

5.10 Hubungan Baik dengan Atasan dan Stress Kerja di Kecamatan Plaju 58

BAB VI PEMBAHASAN 60

6.1 Beban Kerja 60

6.2 Stress Kerja 61

6.3 Beban Kerja Mental 62

6.4 Hubungan Beban Kerja Mental dengan Stress Kerja 63

6.5 Hubungan Umur dan Stress Kerja 65

6.6 Hubungan Masa kerja dan Stress Kerja 67

6.7 Hubungan Upah/Penghasilan dan Stress Kerja 68

6.8 Hubungan Pekerjaan Sampingan dan Stress Kerja 69

6.9 Hubungan Baik dengan Atasan dan Stress Kerja 70

BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN 73

7.1 Kesimpulan 73

7.2 Saran 73

DAFTAR PUSTAKA 75

DAFTAR TABEL

Table 2.1.1 Dimensi Indikator Metode Pengukuran Beban Kerja Secara Subjektif 14
Tabel 2.1.2 Penjelasan Indikator Beban Kerja Mental 15
Tabel 2.1.3 Penggolongan Skor NASA-TLX 16
Tabel 2.7.1 Penelitian Terkait 31
Tabel 3.2.1 Definisi Operasional 36
Tabel 4.1.1 Perhitungan Besar Sampel Penelitian Sebelumnya 40
Tabel 4.2.1 Pengambilan Sampel Guru Honorer Berdasarkan Sekolah di Kecamatan Plaju 41
Tabel 5.1.1 Daftar Sekolah Yang Ada Di Kecamatan Plaju 47
Tabel 5.2.1 Distribusi Frekuensi Stress Kerja Guru Honorer 49
Tabel 5.2.2 Distribusi Frekuensi Stress kerja Guru Honorer 50
Tabel 5.3.1 Distribusi Frekuensi Beban Kerja Mental Guru Honorer 51
Tabel 5.3.2 Klasifikasi Beban Kerja Mental Berdasarkan Score NASA-TLX..... 53
Tabel 5.4.1 Distribusi Frekuensi Umur, Masa Kerja, Upah, Pekerjaan Sampingan dan Hubungan Baik dengan Atasan 54
Tabel 5.5.1 Hubungan Beban Kerja dengan Stres Kerja 55
Tabel 5.6.1 Hubungan Umur dengan Stress Kerja..... 56
Tabel 5.7.1 Hubungan Masa Kerja dengan Stress Kerja Guru Honorer Sekolah Dasar di Kecamatan Plaju 56
Tabel 5.8.1 Hubungan Besaran Upah/Penghasilan dengan Stress Kerja Guru Honorer Sekolah Dasar di Kecamatan Plaju..... 57
Tabel 5.9.1 Hubungan Pekerjaan Sampingan dengan Stress Kerja Guru Honorer Sekolah Dasar di Kecamatan Plaju 58
Tabel 5.10.1 Hubungan Baik dengan Atasan dan Stress Kerja Guru Honorer Sekolah Dasar 58

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.6.1 Kerangka Teori 30
Gambar 3.1.1 Kerangka Konsep..... 36

BAB I
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pekerjaan di satu sisi mempunyai arti penting bagi kemajuan dan peningkatan prestasi, sehingga dapat mencapai kehidupan yang produktif sebagai salah satu tujuan hidup. Di sisi lain, bahwa setiap pekerjaan merupakan beban bagi yang bersangkutan. Beban tersebut dapat berupa beban fisik maupun beban mental. (Tarwaka, 2010). Tenaga kerja merupakan aset yang paling penting bagi perusahaan. Tetapi tidak semua perusahaan memperhatikan kesejahteraan karyawan dan sering kali diabaikan. Tidak jarang perusahaan menganggap karyawan adalah beban yang semestinya harus ditekan untuk mengurangi biaya produksi suatu perusahaan. Tuntutan hidup dan tuntutan perusahaan membuat karyawan menurunnya kesehatan sampai kepada dideritanya suatu penyakit. Stres kerja dapat terjadi kepada siapa saja dan pada unit kerja apa saja, termasuk para manajer dan eksekutif juga mengalaminya.

Stress kerja dipandang sebagai salah satu masalah psikososial yang ada di tempat kerja (Girdano, 2005). Hingga saat ini stress kerja masih menjadi permasalahan yang utama dan aktual bagi perusahaan modern (Rafferty *et al*, 2011). Stress kerja tentunya dialami oleh karyawan dan hanya berkaitan dengan kejadian dan kondisi di lingkungan kerja (Rollinson, 2005). Stres kerja biasanya muncul sebagai bentuk reaksi emosional dan fisik terhadap tuntutan dari dalam ataupun dari luar organisasi (Greenberg & Baron, 2003).

WHO menyatakan bahwa stres kerja merupakan epidemi yang menyebar ke seluruh dunia. Laporan PBB memberi julukan bahwa stres kerja sebagai penyakit abad 20. Stres kerja sudah menjadi masalah di dunia. Di Inggris terhitung ada 385.000 kasus, di Wales 11.000 sampai 26.000 kasus. Diperkirakan 100 juta hari kerja menjadi sia-sia dikarenakan stres kerja dan hampir 50% sampai 70% penyakit berkaitan dengan stres kerja (Tahir, 2015). Survei yang telah dilakukan pada perusahaan asuransi *Northwestren National* menunjukkan 70% pekerja

mengindikasikan bahwa stres yang dialami menyebabkan masalah kesehatan dan kurang produktifnya pekerjaan. Berdasarkan hasil survei 1 dari 3 pekerja di Amerika Serikat mempertimbangkan keluar dari pekerjaannya karena stres akibat faktor yang berkaitan dengan tempat kerja, 1 dari 10 pekerja dihadapkan dengan berbagai masalah sehingga dapat membuat karyawan terkena stres.

Hasil laporan *National Institute for Occupational Safety and Health* (NIOSH) dalam (Fitri, 2013) menyatakan bahwa stres yang diakibatkan saat bekerja adalah masalah yang saat ini umum terjadi di tempat kerja di Amerika. Menurut *Labour Force Survey* (LFS) pada tahun 2014 sampai 2015 menemukan adanya 440.000 kasus stres kerja akibat kerja di Inggris dengan angka kejadian sebanyak 1.380 kasus per 100.000 pekerja yang mengalami stres akibat kerja, dimana faktor penyebab stres kerja tersebut berupa depresi atau kecemasan yangdiakibatkan oleh tekanan pada saat bekerja, terlalu banyak tanggung jawab dan kurangnyadukungan manajerial (Wijayanti *et al*, 2016).

Di Indonesia, didapatkan data dari Direktur Jenderal Bina Upaya Kesehatan dalam (Karima, 2014) menyatakan bahwa dari jumlah populasi orang di Indonesia sebesar 150 juta jiwa sekitar 11,6 persen atau 17,4 juta jiwa mengalami gangguan kesehatan jiwa berupa gangguan emosional ataupun mental yang mengakibatkan terjadinya kecemasan dan depresi, stres juga menimbulkan berbagai penyakit diantaranya adalah penyakit jantung, masalah pencernaan, kegemukan, gangguan magh, khususnya jika gaya hidup yang dilakukan juga tidak sehat (Fitri, 2013).

Hasil penelitian dari dokter spesialis kejiwaan RSCM Amir dalam (Hidayat, 2012) menyatakan bahwa 10% dari total penduduk Indonesia mengalami insomnia, dimana 10-15% merupakan gejala insomnia kronis yang disebabkan oleh masalah keluarga maupun pekerjaan. Stres dalam keadaan yang masih ringan dapat membuat seseorang berpikir, memburuknya kondisi kulit, penelitian menunjukkan penyakit jantung dapat meningkat 23% pada pekerja yang mengalami stres secara kronis. Stres yang kronis diakibatkan oleh pekerjaan yang menumpuk yang dapat berdampak buruk bagi jantung dan berusaha dalam melakukan tanggung jawab dalam hidup sehari-hari. Stres dalam kadar yang masih ringan dapat menjadi suatu motivasi untuk seseorang pekerja menuju ke arah yang lebih baik dan dapat membuat hidup lebih baik, stres yang berlebihan dan berkepanjangan akan

menimbulkan gangguan terhadap kesehatan seorang pekerja (Febriana, 2013).

Data yang dikumpulkan oleh Biro Statistik Ketenagakerjaan (2014), menunjukkan bahwa jumlah hari yang dipakai para pekerja untuk absen dengan alasan mengalami gangguan yang berkaitan dengan stres bisa mencapai 20 hari. Departemen Dalam Negeri memperkirakan bahwa sekitar 40% dari kasus keluar masuknya tenaga kerja disebabkan karena masalah stres, prakiraan ini berdasarkan kenyataan bahwa 60- 90% kunjungan ke dokter disebabkan oleh masalah-masalah yang berkaitan dengan stres. Beban kerja berlebih dan beban kerja terlalu sedikit juga dapat menjadi faktor pembangkit terjadinya stres. Menurut Herrianto (2010), faktor yang membuat seseorang menjadi stres meliputi sistem tugas yang melebihi kemampuan pekerja, volume pekerjaan yang berlebih, tanggung jawab yang terlalu berat, kondisi fisik/lingkungan kerja yang ekstrem dan organisasi tempat kerja yang kurang mendukung. Salah satu faktor yang bersumber pada pekerjaan diantaranya beban kerja.

Penelitian yang dilakukan oleh Putranto (2013) memaparkan hasil penelitiannya meunjukkan persentase sebesar 30,60% responden mendefinisikan stres kerja adalah kejenuhan kerja. Sebesar 33,61% responden menganggap faktor utama penyebab stres adalah karena beban pekerjaan. Sebesar 50,19% responden menjawab *coping stress* yangdilakukan adalah dengan melakukan kegiatanpositif. Sebesar 55,44% responden menjawab gangguan kondisi tubuh sebagai dampak yang timbul akibat stress kerja. Menurut *National Safety Council* (1994) dalam Pratama (2012) terdapat daftar pekerjaan yang lebih menyebabkan stress, yaitu pegawai pos, pialang saham, jurnalis, pilot pesawat, manajer tingkat menengah, sekretaris, polisi, perawat, petugas *costumer service*, pelayan guru, pengatur lalu lintas, pemadam kebakaran, paramedis.

Hasil penelitian yang dilakukan Khleifat dan Zaghloul (2003) bertujuan untuk menyelidiki fenomena tekanan mental di antara sampel 406 guru di provinsi Karak dan hubungannya dengan beberapa variabel. Hasil menunjukkan bahwa tingkat tekanan mental di antara para guru di wilayah Gubernur Karak tinggi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa yang paling umum stresor dihubungkan dengan variabel pendapatan, masyarakat setempat, orang tua, kegiatan ekstrakurikuler, sekolah konstruksi, suasana sekolah dan proses pengajaran. Al-Omari (2003)

meneliti hubungan antara variabel demografis dan fungsional dan pekerjaan stres dan pengaruhnya terhadap guru di sekolah umum di Riyadh. Sampel penelitian termasuk 472 guru.Itu hasil menunjukkan bahwa ada hubungan moral negatif antara variabel-variabel demografis, termasuk usia, gaji, pengalaman kerja dan streskerja. Namun, ada hubungan positif antara variabel fungsional beban kerja, konflikperan, ambiguitas peran, sifat pekerjaan, keamanan kerja dan stres kerja. Variabel fungsional ditemukan menjadi lebih berpengaruh pada stres kerja daripadavariabel demografis.

Menurut Waitz, individu yang mengalami stress akan berperilaku lain dibandingkan dengan tujuannya yang tidak mengalami stress. Seorang guru yang memiliki tingkat stress yang tinggi maka akan sangat mempengaruhi siswa-siswanya dan sebaliknya apabila seorang guru yang memiliki tingkat stress yang rendah maka akan memudahkan tujuan guru tersebut dalam mencapai tujuannya (Sukadiyanto, 2010). Stres sangat berpengaruh besar dalam kelancaran untuk mencapai tujuannya, ketika guru mengalami stres maka akan membuat guru berpikir negative dan mengganggu guru saat berlangsungnya proses belajar mengajar. Guru memiliki tugas dalam mengembangkan kemampuan siswa dan menjadi fasilitator di sekolah. Apabila guru yang menjadi fasilitator mengalami stress maka akan membuat tugas guru tersebut terhambat (Rizal, 2013).

Berdasarkan PP No 74 tahun 2008 tentang guru, pengertian guru adalah guru yang diangkat oleh Pemerintah, Pemerintah Daerah, penyelenggaran pendidikan, atau satuan pendidikan untuk jangka waktu paling singkat 2 (dua) tahun secara terus menerus, dan tercatat pada satuan administrasi pangkal di satuan pendidikan yang meiliki izin pendirian dari Pemerintah atau Pemerintah Daerah serta melaksanakan tugas pokok sebagai guru. Sedangkan guru tidak tetap atau guru honorer adalah guru yang belum diangkat oleh Pemerintah atau Pemerintah Daerah sehingga jasa yang diterima guru tersebut masih setara upah minimun regional (UMR) atau masih dibawah UMR (Padmawati, 2010). Meski status dan jumlah gaji guru tetap dan guru honorer berbeda, jam kerja dan tuntutan beban kerja antara guru tetap dan guru honorer tetap sama. Tuntutan beban kerja yang termasuk berat bagi guru honorer ini dikhawatirkan akan menyebabkan stres kerja. Selain itu, faktor beban kerja tambahan bagi guru honorer juga dapat menyebabkan stres kerja. Hal

ini dapat berdampak buruk pada kegiatan belajar mengajar di sekolah.

Pemilihan guru honorer SD dalam penelitian ini berdasarkan alasan bahwa guru SD lebih memiliki tantangan jika dibandingkan dengan guru sekolah menengah, dimana sebagai seorang tenaga pengajar sekolah dasar, guru harus melakukan proses pembentukan awal seorang anak ketika anak tersebut mulai mengenyam bangku pendidikan formal untuk yang pertama kalinya. Selain itu sebagaimana di sekolah pada umumnya, sebagian besar pegawai di sekolah dasar adalah guru (Utami, 2010).

Menurut Bafadal (2008) guru di sekolah dasar tidak sama dengan guru di SMP dan SMA. Guru yang mengajar pada SMP dan SMA guru mengampu sebagai guru mata pelajaran, seperti guru mata pelajaran Bahasa Indonesia, guru mata pelajaran Matematika dan sebagainya, sedangkan guru di sekolah dasar merupakan guru kelas (Bafadal, 2008).

Pada umumnya guru Sekolah Dasar (SD) memiliki tugas mengajar yang lebih monoton dibandingkan dengan guru Sekolah Menengah Pertama (SMP), Sekolah Menengah Atas (SMA) ataupun Dosen. Kebanyakan guru SD berperan sebagai guru kelas yang mengajar siswa dalam satu kelas, sehingga setiap harinya seorang guru SD akan menghadapi murid-murid yang sama. Seorang guru kelas juga memiliki tanggung jawab untuk menyiapkan dan menyampaikan hampir semua mata pelajaran yang ada, sehingga dapat dikatakan bahwa jam kerjanya adalah sehari penuh.

Kecamatan Plaju merupakan salah satu daerah di Kota Palembang yang memiliki jumlah Sekolah Dasar sebanyak yaitu 32 sekolah dengan jumlah guru honorer sebanyak 208 orang. Dari uraian di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengukur adanya hubungan antara beban kerja dengan tingkat stress kerja pada guru honorer Sekolah Dasar. Karena beban kerja dan tingkat stres kerja merupakan variabel-variabel yang saling mempengaruhi dan berkaitan satu sama lain.

Dari urain diatas bisa disimpulkan bahwa tidak lebih mudah bagi seorang guru sekolah dasar, jika dibandingkan dengan guru sekolah menengah pertama maupun sekolah menengah atas yang siswanya telah memiliki keinginan untuk diarahkan karena usia mereka yang telah memasuki usia dewasa. Sehingga, penulis lebih tertarik untuk meneliti pada kinerja guru pada tingkat sekolah dasar.

1.2 Rumusan Masalah

Pekerjaan menjadi guru honorer Sekolah Dasar memiliki risiko stres kerja yang disebabkan oleh beban kerja yang diterima oleh guru honorer. Selain itu faktor individu dan faktor organisasi juga dapat mempengaruhi tingkat stres kerja pada guru honorer. Apabila stres kerja yang dialami oleh guru honorer itu tidak ditanggulangi, maka akan berdampak buruk pada proses belajar mengajar yang ada di sekolah. Berdasarkan latar belakang tersebut maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah "Apa saja Fakto-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Stres Kerja Pada Guru Honorer Sekolah Dasar di Kecamatan Plaju Kota Palembang?".

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis Fakto-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat stress kerja pada guru honorer Sekolah Dasar di Kecamatan Plaju Kota Palembang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui gambaran/distribusi frekuensi beban kerja, umur, masa kerja, pekerjaan sampingan, dan hubungan baik dengan atasan terhadap tingkat stres kerja guru honorer Sekolah Dasar di Kecamatan Plaju Kota Palembang.
2. Mengklasifikasi tingkat beban kerja mental pada guru honorer Sekolah Dasar di Kecamatan Plaju Kota Palembang.
3. Mengetahui gambaran/distribusi frekuensi beban kerja terhadap tingkat stres kerja guru honorer Sekolah Dasar di Kecamatan Plaju Kota Palembang.
4. Mengetahui gambaran/distribusi frekuensi masa kerja terhadap tingkat stres kerja guru honorer Sekolah Dasar di Kecamatan Plaju Kota Palembang.
5. Mengetahui gambaran/distribusi frekuensi pekerjaan sampingan terhadap tingkat stres kerja guru honorer Sekolah Dasar di Kecamatan

Plaju Kota Palembang.

6. Mengetahui gambaran/distribusi frekuensi hubungan baik dengan atasan terhadap tingkat stres kerja guru honorer Sekolah Dasar di Kecamatan Plaju Kota Palembang.
7. Menganalisis hubungan variabel umur terhadap tingkat stress kerja guru honorer Sekolah Dasar di Kecamatan Plaju Kota Palembang.
8. Menganalisis hubungan variabel masa kerja terhadap tingkat stress kerja guru honorer Sekolah Dasar di Kecamatan Plaju Kota Palembang.
9. Menganalisis hubungan variabel upah/penghasilan terhadap tingkat stress kerja guru honorer Sekolah Dasar di Kecamatan Plaju Kota Palembang.
10. Menganalisis hubungan variabel pekerjaan sampingan terhadap tingkat stress kerjaguru honorer Sekolah Dasar di Kecamatan Plaju Kota Palembang.
11. Menganalisis variabel hubungan baik pekerja dengan atasan terhadap tingkat stress kerja guru honorer Sekolah Dasar di Kecamatan Plaju KotaPalembang.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Bagi Peneliti

Menambah pengetahuan tentang hubungan beban kerja mental terhadap tingkat stress kerja guru honorer Sekolah Dasar di Kecamatan Plaju Kota Palembang.

1.4.2 Manfaat Bagi Instansi

Sebagai bahan masukan untuk instansi pendidikan, tentang hubungan beban kerja mental terhadap tingkat stress kerja guru honorer Sekolah Dasar di Kecamatan Plaju Kota Palembang. Hasil ini akan digunakan sebagai bahan pertimbangan Sekolah Dasar di Kecamatan Plaju Kota Palembang.

1.4.3 Manfaat Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat

Sebagai bahan pustaka bagi seluruh civitas akademika untuk memberikan informasi tentang kesehatan masyarakat terutama tentang pengaruh beban kerja mental terhadap tingkat stress kerja.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

1.5.1 Lingkup Lokasi

Penelitian ini dilakukan di Sekolah Dasar yang ada di Kecamatan Plaju Kota Palembang.

1.5.2 Lingkup Waktu

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan 29 Januari 2020 sampai Februari 2021.

1.5.3 Lingkup Materi

Materi penelitian ini termasuk dalam lingkup keilmuan yang berhubungan dengan kajian Kesehatan Kerja.

DAFTAR PUSTAKA

Anis Setyowati, Ida Wahyuni, dan Ekawati. 2017. *Hubungan Antara Faktor Organisasi Kerja dan Beban Kerja Terhadap Stres Kerja pada Pekerja Galangan Kapal di Pt.X.* Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal) Volume 5, Nomor 5, Oktober 2017 (ISSN: 2356-3346).

Bavanhi, Norasmah. *Workload Factor Encouraging Job Stress Among PT3 Teachers in School District Kapit, Sarawak.* Universiti Kebangsaan Malaysia.

Budhi, Arifin. 2012. *Dampak Beban Kerja Terhadap Stres Kerja pada Perawat RSUD Prof. Dr. Soekandar Mojokerto.* [skripsi]. FKM Univesritas Airlangga Surabaya.

Budi, Satrio. 2017. *Faktor Determinan Terhadap Stres Kerja pada Pekerja Bagian Produksi di PT Indogravure Tahun 2017.* FKIK UIN SyarifHidayatullah.

Cooper Cary dan Straw Alison. 1995. *Stress Management yang Sukses.* Jakarta: Kesain Blanc.

Departemen Kesehatan Republik Indonesia. 2006. *Pusat Promosi Kesehatan Indonesia*. Jakarta. Retrieved from http://www.gizi.depkes.go.id.

Dessy Prihatiningtyas Raharjanti Susilo Utami, *Perbedaan Kinerja Pada Guru Tetap Dengan Guru Tidak Tetap Di Sekolah Dasar Negeri*. Univesitas Muhammadiyah Surakarta, 2010

Dian, Sri. 2012. *Hubungan Beban Kerja dan Kondisi Penyakit dengan Stres Kerja Perawat Pelaksana di Intensive Care Unit (Icu) Rsud Polewali Mandar*. FIK UIN Alauddin Makassar.

Eres, Figen, dan Atanasoska, Tatjana. 2011. *Occupational Stress of Teacher: A Comparative Study Between Turkey and Macedonia. International Journal of Humanities and Social Science*. Vol. 1., No. 7.

Greenwood BN, Fleshner M. *Exercise, learned, helplessness and the stress resistant brain. Neuromolecular Medicine*. 2008: (10): 81-98.

Gyllesten K. *The role of gender in workplace stres: A critical literature review*. Education Journal, 2005; 64 (3):271-288.

Fahamsyah, Dikky. 2017. *Analisis Beban Kerja Mental dengan Stres Kerja.* Persatuan Alumni Kesehatan Masyarakat Indonesia Provinsi Jawa Timur, Indonesia

Fandi, Dwi. 2017. *Hubungan Antara Tingkat Stres dengan Beban Kerja Guru di Sekolah Luar Biasa.* Jurnal Keperawatan Vol. 5, No.2 Hal 82-86, November

2017.

Hawari D. *Manajemen stres, cemas dan depresi*. 2008. Balai penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia: Jakarta.

Iin, Muthmainah. 2012. *Faktor-faktor Penyebab Stres Kerja di Ruangan ICU Pelayanan Jantung Terpadu Dr. Cipto Mangunkusumo Jakarta*. Jakarta: Progam Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Keperawatan UI.

Inggit, Yogi. 2012. *Hubungan Antara Beban Kerja dengan Stres Kerja pada Pekerja di Sentra Industri Gamelan Wirun Sukoharjo*. [skripsi]. Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret.

Karima, A. 2014. *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Stres Kerja Pada Pekerja di PT X Tahun 2014*. UIN Syarif Hidayatullah: Jakarta.

Kazronian, S., Zakerian, S., Saraji, J., Hosseini, M. 2013. *Reliability and Validity Study of the NIOSH Generic Job Questionnaire Among Firefighters in Iran*. Journal Health and Safety of Work, 3(3).

Merry, Nova, dan Paul. 2018. *Hubungan Antara Beban Kerja dan Stres Kerja dengan Kelelahan Kerja pada Perawat Rumah Sakit Gmim Kalooran Amurang.* Jurnal KESMAS, Vol. No. 5, 2018.

Monalisa, Desi. 2018. *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Stres Kerja pada Guru Sekolah Dasar (SD) di Unit Pelaksana Teknis Kecamatan Parlilitan Kabupaten Humbang Hasundutan Tahun 2018.* [skripsi]. FKM Universitas Sumatera Utara.

Natalia, Henni. 2015. *Hubungan Beban Kerja dengan Stres Kerja Perawat di IGD RSAB Harapan Kita*. FKM Universitas Esa Unggul Jakarta.

National Institute for Occupational Safety and Health. *NIOSH General Job Stress Questionnaire*. Organizational Science and Human Factors Branch: Cincinnati, OH.

Notoatmodjo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Nelfiandra, Listiana, dan Erni. *Pengaruh Karakteristik Individu Dan Beban Kerja Guru Terhadap Kepuasan Kerja Dengan Stres Kerja Sebagai Variabel Intervening*. Program Pascasarjana Universitas Bung Hatta.

Nur, dan Irma. 2016. *Analisis Tingkat Beban Kerja Terhadap Stres Kerja Perawat di Instalasi Diagnostik Intervensi Kardiovaskular Rsud Dr. Soetomo*. Jurnal Manajemen Kesehatan STIKES Yayasan RS. Dr. Soetomo, Vol.2 No.2 Oktober 2016 : 133-142.

Oteer, Rabee. 2015. *Stress at Work and Its Subsequent Problems among Teachers of the Public Schools Which Operate the School-Based Violence Reduction Program (VRP) in Tulkarm Governorate.* Al-Quds University, Tulkarm,

Palestine.

Prabawati, Rika. 2012. *Hubungan Beban Kerja Mental dengan Stres Kerja pada Perawat Bagian Rawat Inap RSJD Dr. R. M Soerwadjadi Klaten.* FK Universitas Sebelas Maret.

Prihatini. *Analisis Hubungan Beban Kerja Dengan Stres Kerja Perawat Di Tiap Ruang Rawat Inap RSUD Sidikalang*. Tesis. Medan. USU. 2007.

Purwani, Tri. 2016. *Pengaruh Beban Pekerjaan dan Konflik Pekerjaan Terhadap Stres Kerja Guru Honor di Sekolah Menengah Pertama Kabupaten Bengkayang Provinsi Kalimantan Barat.* Jurnal Ilmu-ilmu Sosial, Vol. 8, No. 2 September 2016.

Puspita Sari, Ria. 2015. *Pengaruh Stres Kerja dan Konflik Kerja terhadap Kinerja Karyawan Jambuluwuk Malioboro Boutique Hotel Yogyakarta*. Universitas Negeri Yogyakarta.

Retno Widiastuti, Puji Sulistiani, dan V. Reza Bayu Kurniawan. 2017. *Analisis Beban Kerja Mental Guru Untuk Perbaikan Sistem Pembelajaran Sekolah Luar Biasa (SLB) Kategori B (Studi Kasus: Slb-B Karnnamanohara Yogyakarta)*. IEJST (Industrial Engineering Journal of The University of Sarjanawiyata Tamansiswa) Vol. 1 No.1, Desember 2017.

Sulityana, Intan. 2017. *Analisis Hubungan Faktor Individu dan Beban Kerja Mental dengan Stres Kerja.* The Indonesian Journal of Occupational Safety and Health, Vol. 7, No. 2 Mei–Agustus 2018: 220–229.

Teuta, Jovanka, dan Dragan. 2012. *Level of Work Related Stress among Teachers in Elementary Schools.* Macedonian Journal of Medical Sciences. 2015 Sep 15;3(3):484-488.

Usastiawaty, Prima, Lidya, dan Leni. 2019. *Hubungan Beban Kerja, BudayaKerja dan Lama Kerja Terhadap Stres Kerja Perawat Di Ruang Irna III Rumah Sakit Umum Daerah Dr.H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung*. Akademi Keperawatan Malahayati Bandar Lampung.

Wahdaniyah, Lia. 2018. *Pengaruh Hardiness, Beban Kerja dan Faktor Demografi Terhadap Stres Kerja Guru SMA Negeri di Tangerang Selatan.* [skripsi]. Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah.

Widodo Hariyono, Dyah Suryani, dan Yanuk Wulandari. 2009. *Hubungan Antara Beban Kerja, Stres Kerja dan Tingkat Konflik Dengan Kelelahan Kerja Perawat di RumahSakit Islam Yogyakarta PDHI Kota Yogyakarta.* Jurnal KESMAS Vol. 3, No. 3, September 2009 : 162-232.

Yanto, Arief, dan Rejeki, Sri. 2017. *Faktor-faktor yang berhubungan dengan penurunan stres kerja perawat baru di Semarang. Nurscope*. Jurnal Keperawatan dan Pemikiran Ilmiah: Semarang.

Zetli, Sri. 2019. *Hubungan Beban Kerja Mental Terhadap Stres Kerja pada Tenaga Kependidikan di Kota Batam*. Jurnal Rekayasa Sistem Industri Volume 4.No. 2 Mei 2019.