

ABSTRAK

Nama : Dea Deliyana
Program Studi : S1 Kesehatan Masyarakat
Judul : Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Stres Kerja
pada Guru SMP Negeri 20 Jakarta Tahun 2025

Stres kerja merupakan respon fisik dan psikologis yang timbul ketika tuntutan pekerjaan tidak seimbang dengan kemampuan, sumber daya, maupun kebutuhan individu. Guru sebagai tenaga pendidik berisiko mengalami stres kerja karena tingginya beban kerja, konflik peran, kondisi lingkungan kerja, serta keterbatasan dukungan sosial. Penelitian ini bertujuan mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan stres kerja pada guru SMP Negeri 20 Jakarta tahun 2025. Penelitian menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian adalah seluruh guru berjumlah 45 orang dengan teknik total sampling. Variabel penelitian meliputi beban kerja, konflik peran, lingkungan kerja, dan dukungan sosial. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner *Teacher Stress Inventory* (TSI) oleh Fimian (1987) yang telah dimodifikasi. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji Chi-Square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konflik peran berhubungan signifikan dengan stres kerja ($p = 0,002$) dengan OR = 11,227 (95% CI: 2,127–59,262). Sementara itu, beban kerja ($p = 0,660$), dukungan sosial ($p = 0,800$), dan lingkungan kerja ($p = 0,063$) tidak menunjukkan hubungan signifikan. Faktor dominan yang berhubungan adalah konflik peran. Kesimpulan penelitian ini adalah konflik peran menjadi faktor utama yang memengaruhi stres kerja pada guru. Pihak sekolah disarankan melakukan manajemen peran yang jelas serta meningkatkan dukungan sosial guna menekan risiko stres kerja.

Kata Kunci: Stres kerja, beban kerja, konflik peran, dukungan sosial, lingkungan kerja

ABSTRACT

Name : Dea Deliyana
Study Program : Bachelor of Public Health
Title : Factors Associated with Work Stress among Teachers at SMP Negeri 20 Jakarta in 2025

Work stress is a physical and psychological response that occurs when job demands are not aligned with an individual's abilities, resources, or needs. Teachers, as educators, are at high risk of experiencing work stress due to heavy workloads, role conflict, work environment conditions, and limited social support. This study aimed to identify factors associated with work stress among teachers at SMP Negeri 20 Jakarta in 2025. The research used a quantitative design with a cross-sectional approach. The population consisted of 45 teachers selected through total sampling. The variables studied included workload, role conflict, work environment, and social support. The research instrument was the Teacher Stress Inventory (TSI) developed by Fimian (1987), which was modified for this study. Data were analyzed using univariate and bivariate analyses with the Chi-Square test. The results showed that role conflict was significantly associated with work stress ($p = 0.002$) with $OR = 11.227$ (95% CI: 2.127–59.262). In contrast, workload ($p = 0.660$), social support ($p = 0.800$), and work environment ($p = 0.063$) were not significantly associated with work stress. The dominant factor associated with stress was role conflict. This study concludes that role conflict is the main factor influencing teacher stress. Schools are advised to apply clearer role management and enhance social support to reduce the risk of work stress.

Keywords: *work stress, workload, role conflict, social support, work environment*