

Pengaruh Lingkungan Kerja Dan Beban Kerja Terhadap Stres Kerja Guru : Sebuah Kajian Literatur Review

Annissa Fitriani Rizka¹, Nurhattati Fuad², Kamaludin²

^{1, 2} Program Studi Magister Manajemen Pendidikan, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Jakarta,,
Jl. Rawamangun Muka No. 11, Pulo Gadung, Jakarta Timur, Indonesia
annissafirizka@gmail.com

Abstract

Teachers play a crucial role in shaping a quality generation but often face challenges such as work stress. This study aims to analyze the impact of the work environment and workload on teachers' work stress through a literature review using the Systematic Literature Review (SLR) approach. This approach is utilized to collect and review scientific literature related to two main factors: the work environment and workload. The study findings reveal that the work environment significantly influences teachers' stress levels. An unsupportive environment, such as inadequate facilities, uncomfortable classrooms, and poor interpersonal relationships with colleagues and superiors, can increase stress levels. Additionally, workload is another critical factor. The imbalance between teaching time and time for other activities has been proven to increase pressure on teachers. Furthermore, the findings highlight that these two factors interact in influencing work stress. By creating a supportive work environment and ensuring a balanced workload, teachers can work more effectively without being overwhelmed by excessive pressure. Therefore, this study is crucial for understanding and addressing work stress to enhance the quality of education.

Keywords: Work Environment, Workload, Work Stress, Teacher

Abstrak

Guru memiliki peran penting dalam membentuk generasi berkualitas, namun sering kali menghadapi tantangan seperti stres kerja. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh lingkungan kerja dan beban kerja terhadap stres kerja guru melalui kajian literatur dengan pendekatan *Systematic Literature Review (SLR)*. Pendekatan ini digunakan untuk mengumpulkan dan mengkaji literatur ilmiah terkait dua faktor utama, yaitu lingkungan kerja dan beban kerja. Hasil penelitian menunjukkan bahwa lingkungan kerja berperan signifikan dalam menentukan tingkat stres kerja guru. Lingkungan yang tidak mendukung, seperti fasilitas yang kurang memadai, ruang kelas tidak nyaman, serta hubungan interpersonal yang buruk antara rekan kerja dan atasan, dapat meningkatkan tingkat stres. Selain itu, beban kerja juga menjadi faktor penting. Ketidakseimbangan antara waktu mengajar dengan waktu untuk aktivitas lainnya, terbukti meningkatkan tekanan pada guru. Lebih lanjut, temuan ini menggarisbawahi bahwa kedua faktor tersebut saling berinteraksi dalam memengaruhi stres kerja. Dengan menciptakan lingkungan kerja yang mendukung dan memastikan beban kerja yang seimbang, guru dapat bekerja lebih efektif tanpa terbebani tekanan yang berlebihan. Oleh karena itu, penelitian ini penting untuk memahami dan mengatasi stres kerja demi meningkatkan kualitas Pendidikan.

Kata kunci: Lingkungan Kerja, Beban Kerja, Stres Kerja, Guru

Copyright (c) 2024 Annissa Fitriani Rizka, Nurhattati Fuad, Kamaludin

✉ Corresponding author: Annissa Fitriani Rizka

Email Address: annissafirizka@gmail.com (Jl. Rawamangun Muka No. 11, Pulo Gadung, Jakarta Timur, Indonesia)

Received 03 December 2024, Accepted 12 December 2024, Published 20 December 2024

PENDAHULUAN

Di era globalisasi dan kemajuan teknologi, tuntutan terhadap kualitas pendidikan semakin meningkat. Dalam dunia pendidikan, guru memegang peranan penting dalam mencetak generasi yang bermutu. Namun, terdapat tantangan yang dialami guru, salah satunya adalah stres kerja.

Stres kerja guru diartikan sebagai tekanan psikologis yang dihadapi oleh guru akibat tuntutan pekerjaan yang melebihi kemampuan mereka untuk mengatasinya. Stress kerja adalah respons individu terhadap tekanan yang timbul akibat tuntutan pekerjaan yang melebihi kemampuan untuk mengatasinya

(Gibson, *et al.*, 2001). Stres yang berkepanjangan dapat mengarah pada kelelahan emosional, ketidakpuasan kerja, dan *burnout*, yang pada akhirnya memengaruhi kinerja dan kualitas pengajaran.

Salah satu faktor yang mempengaruhi stres kerja adalah lingkungan kerja, seperti hubungan antar rekan kerja yang kurang harmonis, fasilitas sekolah yang tidak memadai, serta kondisi fisik dan psikologis ruang belajar yang buruk, dapat meningkatkan tingkat stres guru. Lingkungan kerja yang positif dan mendukung, sebaliknya, mampu memotivasi guru dan mengurangi tekanan pekerjaan (Robbins & Judge, 2013). Kondisi ini diperparah ketika lingkungan kerja tidak memberikan dukungan yang cukup bagi guru untuk menyelesaikan tugas-tugasnya secara efektif.

Selain lingkungan kerja, faktor beban kerja juga berpengaruh signifikan terhadap tingkat stres kerja guru. Beban kerja yang tinggi sering kali menjadi permasalahan bagi guru, terutama ketika tuntutan pekerjaan melebihi kapasitas fisik dan mental mereka. Guru dihadapkan pada berbagai tanggung jawab, seperti persiapan pengajaran, kegiatan administrasi, pengawasan, dan tuntutan untuk mencapai target akademik siswa. Beban kerja yang berlebihan dapat mengakibatkan kelelahan fisik, mental, dan emosional, yang pada akhirnya memicu stres kerja (Kyriacou, 2001).

Terdapat fenomena yang terjadi di Kecamatan Duren Sawit, beberapa SMP Negeri dilaporkan menghadapi permasalahan terkait peningkatan beban kerja guru yang berdampak pada tingkat stres kerja mereka. Berdasarkan observasi awal, beberapa guru mengeluhkan beban kerja yang berlebihan serta lingkungan kerja yang tidak kondusif, yang dirasakan semakin memperberat tekanan kerja mereka. Kondisi ini menunjukkan bahwa lingkungan kerja dan beban kerja memainkan peranan penting dalam menciptakan tingkat stres kerja di kalangan guru. Penelitian yang dilakukan oleh Chan dan Hui (dalam Kyriacou, 2001) telah meneliti kelelahan guru dalam sebuah studi terhadap 415 guru sekolah menengah di Hong Kong. Mereka mengamati bahwa studi sebelumnya terhadap guru di Hong Kong telah menunjukkan bahwa salah satu sumber utama stres adalah beban kerja yang terlalu berat. Pendapat yang sama dari Mark and Smith (2012), menemukan bahwa beban kerja yang tinggi, termasuk jumlah jam kerja yang panjang, volume tugas administratif, dan tuntutan pengajaran, berhubungan positif dengan tingkat stres kerja guru. Penelitian yang dilakukan Sari, *et al.*, (2022), menemukan bahwa beban kerja dan lingkungan kerja secara simultan ber-pengaruh positif dan signifikan terhadap stres kerja. Lalu penelitian yang dilakukan oleh Sawal, *et al.*, (2022), bahwa variabel beban kerja secara parsial mempunyai hubungan dengan koefisien regresi mempunyai nilai positif sebesar 0,587 dan 250 berpengaruh terhadap stres kerja, hal ini dibuktikan dari nilai $t_{hitung}(2,794) > t_{tabel}(1,73961)$ dengan nilai signifikan sebesar $0,012 < 0,05$, dan variabel lingkungan kerja secara parsial berpengaruh terhadap stres kerja, yang mempunyai nilai negatif sebesar 0,392, hal ini dibuktikan dari nilai $t_{hitung}(2,361) > (1,73961)$ dengan nilai signifikan sebesar $(0,030) < (0,05)$.

Menurut Gibson (2009), menjelaskan unsur-unsur yang mempengaruhi stres kerja yaitu beban kerja, lingkungan kerja dan pengalaman kerja. Penelitian yang dilakukan oleh Robbins dan Judge (2013), lingkungan kerja yang buruk, seperti fasilitas yang tidak memadai dan komunikasi yang kurang efektif di organisasi, dapat memperburuk kondisi stres kerja. Maka *state of the art* dalam penelitian ini,

akan memberikan pengetahuan baru terhadap permasalahan di dunia pendidikan serta peran kepemimpinan dalam memberikan pekerjaan sehingga guru tidak mengalami stres kerja.

Berdasarkan kondisi tersebut maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dengan tema **“Pengaruh Lingkungan Kerja dan Beban Kerja Terhadap Stres Kerja Guru SMPN di Kecamatan Duren Sawit”**

Penelitian ini sangat penting dan segera untuk dilakukan dalam upaya meningkatkan kualitas pendidikan. Melalui penelitian ini dapat memberikan kontribusi dalam memahami faktor-faktor yang mempengaruhi stress kerja guru, serta memberikan rekomendasi bagi peningkatan lingkungan kerja yang lebih sehat dan kondusif.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode *Systematic Literature Review* (SLR) untuk memperoleh dan mengkaji literatur ilmiah mengenai pengaruh lingkungan kerja dan beban kerja terhadap stres kerja guru. Pendekatan *systematic literatur review* memungkinkan peneliti untuk mengidentifikasi dan menganalisis studi terdahulu secara sistematis, sehingga dapat menyimpulkan faktor-faktor utama yang memengaruhi stres kerja guru. Data dikumpulkan melalui akses database ilmiah seperti Google Scholar, PubMed, Scopus, dan SpringerLink menggunakan kata kunci seperti *"Work Environment and Job Stress and Teachers"* dan *"Workload and Stress Levels and Teachers"*. Seleksi artikel dilakukan menggunakan pendekatan PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*), dimulai dari penyaringan judul dan abstrak hingga analisis teks penuh. Data yang terpilih dianalisis menggunakan metode tematik untuk mengelompokkan temuan terkait faktor lingkungan kerja, beban kerja, dan dampaknya terhadap stres kerja guru. Validitas artikel dievaluasi menggunakan *Critical Appraisal Skills Programme* (CASP), dan temuan dilaporkan dalam bentuk sintesis tematik yang mengidentifikasi pola, kesenjangan penelitian, serta implikasi teoretis dan praktis. Instrumen pengumpulan data berupa tabel evaluasi literatur yang mencatat informasi penting seperti tujuan penelitian, metode, hasil, dan rekomendasi. Analisis data dilakukan dengan metode tematik untuk mengidentifikasi pola dalam pengaruh lingkungan kerja dan beban kerja terhadap stres kerja guru. Studi yang relevan dikelompokkan berdasarkan topik, metode penelitian, dan temuan utama, sehingga dapat ditarik kesimpulan menyeluruh mengenai pengaruh lingkungan kerja dan beban kerja terhadap stres kerja guru..

HASIL DAN DISKUSI

Pengaruh Lingkungan Kerja terhadap Stres Kerja Guru

Lingkungan kerja memiliki peran yang signifikan dalam mempengaruhi tingkat stres kerja guru. Lingkungan yang tidak mendukung, seperti fasilitas yang tidak memadai, ruang kelas yang tidak nyaman, dan hubungan interpersonal yang buruk antar rekan kerja dan atasan, dapat meningkatkan stres pada guru. Penelitian oleh Robbins & Judge (2013) menunjukkan bahwa lingkungan kerja yang buruk

dapat memperburuk kondisi stres kerja. Fasilitas yang tidak memadai dan komunikasi yang kurang efektif memperburuk beban psikologis yang dihadapi guru.

Sementara itu, lingkungan kerja yang positif, yang mencakup dukungan sosial yang baik, fasilitas yang memadai, dan suasana yang kondusif, dapat mengurangi stres kerja guru. Gibson *et al.* (2001) menyatakan bahwa dukungan sosial yang kuat dari rekan kerja dan atasan dapat mengurangi dampak stres dan meningkatkan kesejahteraan guru. Dengan adanya suasana kerja yang mendukung, guru akan merasa lebih termotivasi dan mampu mengatasi tantangan yang ada dengan lebih baik.

Penelitian yang dilakukan oleh Sari, *et al.*, (2022), lingkungan kerja yang mendukung, seperti adanya fasilitas yang memadai, hubungan interpersonal yang positif, dan kebijakan manajerial yang jelas, dapat mengurangi stres kerja pada guru. Sebaliknya, lingkungan kerja yang penuh tekanan, konflik, atau ketidakjelasan peran justru akan meningkatkan tingkat stress.

Pengaruh Beban Kerja terhadap Stres Kerja Guru

Beban kerja yang tinggi adalah salah satu penyebab utama stres kerja pada guru. Beban kerja guru tidak hanya terbatas pada jam mengajar, tetapi juga mencakup tugas-tugas administratif, persiapan materi, dan kegiatan pengawasan. Kyriacou (2001) menemukan bahwa beban kerja yang berlebihan dapat menyebabkan kelelahan fisik dan mental yang pada akhirnya memicu stres kerja. Penelitian oleh Sari, *et al.*, (2022) juga mengungkapkan bahwa beban kerja yang tinggi, terutama yang tidak seimbang antara waktu mengajar dan waktu untuk kegiatan lainnya, dapat meningkatkan tingkat stres pada guru.

Penelitian yang dilakukan oleh Teori Keseimbangan Demand dan Kontrol menurut Karasek (1979) Teori ini juga menunjukkan bahwa jika tuntutan pekerjaan tinggi tetapi karyawan memiliki kontrol terbatas dalam pekerjaan mereka, ini dapat menyebabkan stres.

Beban kerja yang tidak terkendali dan melampaui kapasitas fisik dan mental guru dapat mengarah pada burnout. Hal ini sesuai dengan temuan dari Tang, *et al.*, (2001) yang menunjukkan bahwa beban kerja yang berat dapat menjadi salah satu faktor utama penyebab stres pada guru. Mark & Smith (2012) juga mendapati bahwa volume tugas administratif, jam kerja yang panjang, dan tekanan untuk memenuhi target akademik dapat berhubungan positif dengan stres kerja.

Pengaruh Lingkungan Kerja dan Beban Kerja Terhadap Stres Kerja Guru

Menurut Gibson (2009), stres kerja dipengaruhi oleh tiga unsur utama, yaitu beban kerja, lingkungan kerja, dan pengalaman kerja. Beban kerja yang tinggi dan tidak seimbang dapat memicu tekanan fisik maupun mental pada individu, sedangkan lingkungan kerja yang tidak mendukung, seperti fasilitas yang tidak memadai atau hubungan interpersonal yang buruk, memperburuk dampak beban kerja terhadap stres. Pengalaman kerja juga memainkan peran penting, di mana individu dengan pengalaman kerja yang lebih banyak cenderung memiliki kemampuan lebih baik dalam menghadapi tekanan pekerjaan dibandingkan dengan individu yang kurang berpengalaman.

Penelitian yang dilakukan oleh (Sawal, dkk., 2022), beban kerja dan Lingkungan kerja secara simultan berpengaruh dan signifikan terhadap Stres kerja guru di SMAN 12 Enrekang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh beban kerja dan lingkungan kerja terhadap stres kerja guru

di SMAN 12 Enrekang. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh Guru di SMAN 12 Enrekang sebanyak 20 Guru. Penentuan sampel dilakukan dengan cara penentuan sampel jenuh atau seluruh populasi dijadikan sampel. Pengumpulan data dilakukan dengan cara observasi, kuesioner dan wawancara. Teknik analisis data menggunakan uji instrumen yang terdiri dari uji validitas, reliabilitas, uji asumsi klasik, uji hipotesis yang terdiri dari uji regresi linear berganda, uji t, uji f, dan uji R Square dengan menggunakan *Statistical Product and Service Solution* (SPSS versi 24). Hasil penelitian menunjukkan bahwa variabel beban kerja secara parsial mempunyai hubungan dengan koefisien regresi mempunyai nilai positif sebesar 0,587 dan 250 berpengaruh terhadap stres kerja. Hal ini dibuktikan dari nilai $t_{hitung}(2,794) > t_{tabel}(1,73961)$ dengan nilai signifikan sebesar $0,012 < 0,05$. Variabel lingkungan kerja secara parsial berpengaruh terhadap stres kerja, yang mempunyai nilai negatif sebesar 0,392. Hal ini dibuktikan dari nilai $t_{hitung}(2,361) > (1,73961)$ dengan nilai signifikan sebesar $(0,030) < (0,05)$. Dan secara simultan dari kedua variabel independen berpengaruh signifikan terhadap stres kerja. Hal ini dibuktikan dari nilai $F_{hitung} 9,249 > F_{tabel} 3,590$ dengan tingkat signifikan sebesar $(0,002) < (0,005)$.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Yertas (2024), berdasarkan hasil pengujian peneliti didapat hasil untuk pengaruh beban kerja dan lingkungan kerja terhadap stres kerja menunjukkan hasil uji F diketahui bahwa nilai F_{hitung} sebesar 12,863 lebih besar dari F_{tabel} sebesar 3,30 dan memiliki taraf signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_1 diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel beban kerja (X1) dan lingkungan kerja (X2) secara bersama-sama (simultan) berpengaruh signifikan positif terhadap stres kerja. Beban kerja dan lingkungan kerja secara simultan berpengaruh terhadap stress kerja guru SD Al Manar. Jika guru merasa mendapatkan beban kerja yang tidak sesuai dengan tugas dan kemampuannya, serta adanya lingkungan kerja yang tidak nyaman dan tidak mendukung untuk menjalankan aktifitasnya dengan baik, maka guru tersebut akan merasa stres dan tertekan.

Penelitian yang dilakukan Dawam dan Setiawan (2022), berdasarkan hasil analisa, diketahui bahwa variabel beban kerja berpengaruh positif dan signifikan secara parsial terhadap stress kerja, pengujian koefisien peneliti didapat hasil untuk pengaruh beban kerja terhadap stres kerja menunjukkan hasil uji T diketahui bahwa nilai $t_{hitung} >$ sebesar 4,330 lebih besar dari t_{tabel} sebesar 1,695. Sedangkan variabel lingkungan kerja tidak berpengaruh signifikan terhadap stres kerja, pengujian koefisien menunjukkan hasil uji T diketahui bahwa nilai t_{hitung} sebesar 0,618 lebih kecil dari t_{tabel} sebesar 1,695. Namun secara bersama-sama keduanya akan dapat memberikan pengaruh terhadap stres kerja guru, Hasil pengujian koefisien regresi secara simultan diperoleh f_{hitung} sebesar 12.863 lebih besar dari pada f_{tabel} sebesar 3.30.

Penelitian lain dilakukan juga Jalil (2019), Hasil penelitian menunjukkan bahwa variabel beban kerja, stress kerja dan lingkungan kerja secara simultan berpengaruh signifikan terhadap kinerja guru Man 2 Kota Palu, dengan nilai sig-F sebesar $0,00 < \alpha 0,05$. Variabel beban kerja berpengaruh negatif dan signifikan terhadap kinerja guru dengan nilai Sig-t 0,025; stress berpengaruh positif dan signifikan

terhadap kinerja guru dengan nilai Sig-t 0,013 dan budaya kerja berpengaruh positif dan signifikan terhadap kinerja guru dengan nilai Sig-t 0,032.

Oleh karena itu, pengelolaan lingkungan kerja dan beban kerja sangat relevan bagi kehidupan profesional guru, terutama ketika institusi pendidikan memperhatikan kesejahteraan dan kenyamanan kerja mereka. Dengan menciptakan lingkungan kerja yang mendukung dan beban kerja yang seimbang, guru dapat bekerja secara maksimal tanpa merasa terbebani oleh tekanan pekerjaan yang berlebihan. Ketika guru merasa didukung oleh lingkungan kerja yang kondusif dan beban kerja yang proporsional, mereka mampu mengekspresikan potensi mereka secara optimal, meningkatkan kepuasan kerja, dan memberikan kontribusi positif terhadap kualitas pengajaran. Sebaliknya, lingkungan kerja yang buruk dan beban kerja yang tinggi dapat meningkatkan risiko stres kerja, yang berpotensi menurunkan kinerja guru dan memengaruhi kualitas pendidikan. Oleh sebab itu, perhatian terhadap pengelolaan kedua faktor ini menjadi kunci penting dalam menciptakan keseimbangan kerja yang sehat dan produktif di dunia pendidikan.

KESIMPULAN

Berdasarkan pembahasan di atas, maka dapat disimpulkan:

1. Lingkungan kerja memiliki pengaruh yang signifikan terhadap tingkat stres kerja guru. Lingkungan kerja yang mendukung, dengan fasilitas memadai dan hubungan interpersonal yang positif, dapat mengurangi stres kerja guru (Gibson et al., 2001; Sari, *et al.*, 2022). Sebaliknya, lingkungan yang buruk, seperti fasilitas yang tidak memadai dan ketegangan antar rekan kerja, dapat meningkatkan stres (Robbins & Judge, 2013).
2. Beban kerja yang tinggi merupakan salah satu penyebab utama stres kerja pada guru. Beban kerja yang tidak hanya mencakup jam mengajar tetapi juga tugas administratif, persiapan materi, dan kegiatan pengawasan dapat menyebabkan kelelahan fisik dan mental (Kyriacou, 2001). Penelitian oleh Sari et al. (2022) menunjukkan bahwa ketidakseimbangan antara waktu mengajar dan kegiatan lainnya dapat meningkatkan stres pada guru. Teori Keseimbangan Demand dan Kontrol menurut Karasek (1979) juga menyatakan bahwa tuntutan pekerjaan yang tinggi dengan kontrol terbatas dapat menyebabkan stres. Beban kerja yang tidak terkendali dapat mengarah pada burnout, yang sejalan dengan temuan Chan dan Hui (2001) dan Mark & Smith (2012) yang mengungkapkan bahwa tugas administratif yang berat dan jam kerja panjang dapat meningkatkan stres kerja pada guru.
3. Beban kerja dan lingkungan kerja memiliki pengaruh signifikan terhadap stres kerja guru. Beban kerja yang tinggi dan tidak seimbang dapat menyebabkan tekanan fisik dan mental, sementara lingkungan kerja yang tidak mendukung, seperti fasilitas yang tidak memadai dan hubungan interpersonal yang buruk, dapat memperburuk dampak stres. Penelitian oleh Sawal et al. (2022) dan Yertas (2024) mengungkapkan bahwa kedua faktor tersebut, baik secara parsial maupun simultan, berpengaruh signifikan terhadap stres kerja guru. Selain itu, penelitian Dawam dan Setiawan (2022)

menunjukkan bahwa meskipun lingkungan kerja tidak berpengaruh signifikan secara parsial, keduanya (beban kerja dan lingkungan kerja) tetap memiliki pengaruh signifikan secara simultan terhadap stres kerja.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dalam penyelesaian penelitian ini.

Pertama-tama, saya mengucapkan terima kasih kepada kedua orang tuaku tercinta yang selalu memberikan dukungan berupa doa, semangat dan perhatian serta kasih sayang yang senantiasa dilimpahkan kepada penulis hingga saat ini.

Terima kasih juga kepada Ibu Prof. Dr. Nurhattati Fuad, M.Pd dan bapak Dr. Kamaludin, S.Pd.I., M.Pd, sebagai pembimbing utama dalam penelitian ini, yang telah memberikan arahan, wawasan, dan bimbingan yang sangat berarti. Tanpa dukungan dan bimbingannya, penelitian ini tidak akan dapat terselesaikan dengan baik.

Tidak lupa, saya ingin mengucapkan terima kasih kepada keluarga dan teman-teman yang telah memberikan dukungan moral yang tak ternilai sepanjang proses penelitian ini.

Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi positif dalam pengembangan ilmu pengetahuan dan dunia pendidikan.

REFERENSI

- Tang, C. S. K., Au, W. T., Schwarzer, R., & Schmitz, G. (2001). Mental health outcomes of job stress among Chinese teachers: Role of stress resource factors and burnout. *Journal of Organizational Behavior: The International Journal of Industrial, Occupational and Organizational Psychology and Behavior*, 22(8), 887-901. DOI : <https://doi.org/10.1002/job.120>
- Dawam, M., & Setiawan, I. T. (2022). Analisis Beban Kerja Dan Lingkungan Kerja Mempengaruhi Stres Kerja (Studi Empirik). *Ecobisma (Jurnal Ekonomi, Bisnis Dan Manajemen)*, 9(1), 77-88. DOI : <https://doi.org/10.36987/ecobi.v9i1.2134>
- Gibson. (2009). *Organisasi. Edisi Kelima*. Jakarta: Erlangga.
- Gibson, J. L., Ivancevich, J. M., Donnelly, J. H., & Konopaske, R. (2001). *Organizations: Behavior, Structure, Processes* (10th ed.). McGraw-Hill.
- Jalil, A. (2019). Pengaruh Beban Kerja, Stres Kerja dan Lingkungan Kerja Terhadap Kinerja Guru Madrasah Aliyah Negeri 2 Kota Palu. *Jurnal Ilmu Perbankan Dan Keuangan Syariah*, 1(2), 117-134. DOI : <https://doi.org/10.24239/jipsya.v1i2.14.117-134>
- Karasek, R. A. (1979). *Job Demands, Job Decision Latitude, and Mental Strain: Implications for Job Redesign*. *Administrative Science Quarterly*, 24(2), 285-308. DOI: <https://doi.org/10.2307/2392498>

- Kyriacou, C. (2001). Teacher stress: Directions for future research. *Educational Review*, 53(1), 27-35.
DOI: <https://doi.org/10.1080/00131910120033628>
- Mark, G., & Smith, A. P. (2012). Effects of occupational stress, job characteristics, coping, and attributional style on the mental health and job satisfaction of university employees. *Anxiety, Stress & Coping*, 25(1), 63-78. DOI: <https://doi.org/10.1080/10615806.2010.548088>
- Putra. (2012). Pengaruh Beban Kerja terhadap Kepuasan Kerja dengan Stres Kerja Sebagai Variabel. Semarang. *E-Jurnal Manajemen Unud*, Vol. 3 No. 2:111-117. Homepage: <https://www.neliti.com/publications/254931/pengaruh-beban-kerja-terhadap-kepuasan-kerja-dengan-stres-kerja-sebagai-variabel?>
- Robbins, S.P., & Judge, T.A. (2013). *Organizational Behavior* (15th ed.). Pearson Prentice Hall.
- Sari, V. N., Safitri, R., & Sulistyowati, E. (2022). Pengaruh beban kerja dan lingkungan kerja terhadap kinerja karyawan dengan stres kerja sebagai variabel intervening pada PT Batanghari Barisan Padang. *Jurnal Maksipreneur: Manajemen, Koperasi, dan Entrepreneurship*, 12(1), 288- 302. DOI: <http://repository.upiypk.ac.id/id/eprint/8122>
- Sawal, S., Musa, M. I., & Ruma, Z. (2022). Pengaruh Beban Kerja Dan Lingkungan Kerja Terhadap Stres Kerja Guru Di Sman 12 Enrekang. *EDUCATIONAL JOURNAL: General and Specific Research*, 2(2), 249-261. Homepage: <https://adisampublisher.org/index.php/edu/article/view/120>
- Yertas, M. (2024). Analisis Pengaruh Beban Kerja dan Lingkungan Kerja Terhadap Stres Kerja Guru Pada SMK Negeri I Kabupaten Manokwari. *Journal of Management and Business Accounting*, 2(1), 01-12. Homepage: <https://www.jmbaina.id/index.php/jmba/index>