


Studi Kasus: Problematika Tekanan Beban Administrasi dan Dampaknya Terhadap Kesejahteraan Psikologis Guru

Ni Wayan Windasari¹, Ni Komang Yuni Antari², I Dewa Ayu Diah Ika Damayanti³ *, Basilius Redan Werang⁴

^{1,2,3,4}Program Studi Administrasi Pendidikan, Universitas Pendidikan Ganesha, Jl. Udayana, No.11, Singaraja – Bali, 81116, Indonesia

E-mail: ayu.diah.ika@student.undiksha.ac.id

*Corresponding Author

 <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i2.3716>

ARTICLE INFO

Article history

Received: 20 November 2025

Revised: 26 November 2025

Accepted: 5 Desember 2025

Kata Kunci:

Beban Mengajar,
Kesejahteraan Psikologis,
Guru, Stres Kerja, Studi Kasus

Keywords:

Teaching Load, Psychological Well-Being, Teachers, Work Stress, Case Studies



ABSTRACT

Beban kerja guru yang tinggi sering kali menjadi pemicu stres dan kelelahan emosional, yang berimplikasi pada penurunan motivasi dan efektivitas kerja. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji problematika beban mengajar terhadap kesejahteraan psikologis guru sekolah menengah kejuruan di Kecamatan Tegallalang. Metode penelitian yang digunakan adalah studi kasus kualitatif dengan teknik wawancara mendalam dan observasi terhadap enam puluh guru SMK Negeri 1 Tegallalang di Kecamatan Tegallalang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa beban mengajar yang melebihi standar ideal (lebih dari 24 jam tatap muka per minggu) berdampak pada menurunnya kesejahteraan psikologis guru, ditandai dengan munculnya gejala kelelahan, stres kerja, dan berkurangnya kepuasan hidup. Faktor utama penyebabnya adalah tuntutan administratif, kurangnya dukungan sosial, dan keterbatasan waktu untuk refleksi diri. Dengan demikian, penelitian ini menekankan pentingnya kebijakan manajemen beban kerja guru yang lebih proporsional dan pendekatan kesejahteraan berbasis psikologis di lingkungan sekolah.

The high workload of teachers often triggers stress and emotional exhaustion, which leads to a decline in motivation and work effectiveness. Therefore, this study aims to examine the issue of teaching workload on the psychological well-being of vocational high school teachers in Tegallalang District. The research method used was a qualitative case study with in-depth interviews and observations of sixty teachers at SMK Negeri 1 Tegallalang in Tegallalang District. The results showed that teaching loads that exceeded the ideal standard (more than 24 face-to-face hours per week) had an impact on the decline in teachers' psychological well-being, marked by the emergence of symptoms of fatigue, work stress, and reduced life satisfaction. The main contributing factors were administrative demands, lack of social support, and limited time for self-reflection. Thus, this study emphasizes the importance of more proportional teacher workload management policies and a psychological-based welfare approach in the school environment.



This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.

How to Cite: Ni Wayan Windasari, et al (2025) Studi Kasus: Problematika Tekanan Beban Administrasi dan Dampaknya Terhadap Kesejahteraan Psikologis Guru . 4(2) 12009- 12014
<https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i2.3716>

PENDAHULUAN

Menurut Peraturan Direktur Jenderal GTK No.2626/B/HK.04.01/2023 tentang Model Kompetensi Guru, disebutkan ada empat kompetensi yang harus dimiliki oleh seorang guru, yaitu

kompetensi pedagogik, kompetensi kepribadian, kompetensi sosial, dan kompetensi profesional (Mulyono et al., 2024). Dengan demikian, tentunya setiap guru diarahkan untuk memiliki keempat kompetensi tersebut. Salah satu tugas guru yang berkaitan dengan kompetensi pedagogik dan kompetensi profesional, yaitu menyiapkan administrasi pembelajaran. Untuk menyusun sebuah perencanaan pembelajaran, guru diharuskan mempersiapkan terlebih dahulu administrasi yang dipergunakan, baik berupa administrasi cetak maupun digital. Administrasi yang disiapkan guru mencakup administrasi perencanaan, pelaksanaan, hingga administrasi asesmen dan evaluasi (Arianti, 2015). Administrasi perencanaan mencakup kalender pendidikan, analisis CP dan TP, serta modul ajar. Sementara itu, administrasi pelaksanaan pembelajaran meliputi jurnal, absensi, buku pegangan guru, serta buku teks. Sedangkan untuk administrasi penilaian meliputi, pembuatan daftar nilai, KKTP (Kriteria Ketercapaian Tujuan Pembelajaran), dokumen asesmen, analisis hasil asesmen formatif dan sumatif, serta menyiapkan program remedial dan pengayaan.

Guru adalah aktor penting dalam proses pembelajaran terutama di kelas, namun dalam praktiknya sering kali dibebani oleh berbagai tugas administratif yang menyita banyak waktu dan energi. Peningkatan beban administrasi yang dimaksudkan mencakup ketentuan yang berkaitan dengan perumusan modul ajar, dokumen prestasi akademik, serta penilaian hasil belajar (Rosyada et al., 2024). Seperti yang dikemukakan oleh Depari et al. (2024), peningkatan tugas administrasi yang tidak proporsional, ditambah dengan dukungan kelembagaan yang tidak memadai, berpotensi mengurangi kesejahteraan psikologis pendidik. Sedangkan, untuk meningkatkan kualitas pendidikan sangat bergantung pada kesejahteraan dan kinerja guru dalam melaksanakan tugas profesionalnya. Namun fakta di lapangan menunjukkan bahwa, guru sering kali menghadapi berbagai tekanan pekerjaan yang kompleks, mulai dari beban mengajar yang tinggi, tuntutan administrasi pembelajaran, hingga tekanan capaian kurikulum, yang dapat mempengaruhi tingkat kesejahteraan guru. Selain beban administrasi, beban mengajar yang berlebihan juga dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis guru. Menurut Ryff (2014), kesejahteraan psikologis mencakup aspek penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Menurut Maslach & Leiter (2016) dalam Aprianti et al. (2025) menyatakan bahwa, apabila beban kerja melampaui kapasitas individu, aspek-aspek tersebut dapat terganggu dan justru menimbulkan stres atau *burnout*.

Studi yang dilakukan oleh Gea et al. (2025) menunjukkan bahwa, banyak guru yang mengalami tekanan akibat beban administrasi yang tinggi, sehingga waktu untuk mengajar dan refleksi pedagogis berkurang. Kondisi ini juga diperkuat oleh temuan Pau et al. (2022) yang menunjukkan bahwa, tuntutan beban kerja yang tidak seimbang antara kegiatan mengajar dan administrasi dapat menjadikan seorang guru mengalami tekanan psikologis. Dampak dari tingginya beban administrasi ditunjukkan dengan munculnya stres, *burnout*, dan penurunan kebahagiaan kerja bagi setiap guru. Kondisi tersebut pada akhirnya dapat memengaruhi kualitas pembelajaran di kelas. Seperti yang diartikulasikan oleh Ryff (1989) kesejahteraan psikologis mencakup perasaan positif individu terhadap diri sendiri dan kehidupannya. Ketika guru mengalami tekanan administratif berlebih, aspek seperti otonomi, penguasaan lingkungan, dan tujuan hidup menjadi terganggu. Oleh karena itu, sangat penting untuk mendapatkan pemahaman yang komprehensif tentang bagaimana beban administratif mempengaruhi kesejahteraan psikologis pendidik dalam konteks otentik dari pengaturan pendidikan.

Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi beban administrasi yang dialami guru, menganalisis dampak beban administrasi terhadap kesejahteraan psikologis guru, dan mendeskripsikan strategi guru dalam menjaga kesejahteraan psikologis di tengah beban administrasi yang diampu. Penelitian ini diantisipasi untuk menghasilkan manfaat praktis yang signifikan bagi lembaga pendidikan dan pembuat kebijakan dalam merancang dan merumuskan kebijakan penyederhanaan administrasi guru serta penguatan dukungan psikologis di sekolah. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk mengkaji secara mendalam problematika beban mengajar terhadap kesejahteraan psikologis guru melalui pendekatan studi kasus di lapangan.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis studi kasus deskriptif. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan peneliti memahami secara mendalam pengalaman dan persepsi guru terhadap beban kerja yang mereka alami. Informan dalam penelitian ini terdiri dari 48 guru di SMK

Negeri 1 Tegallalang dari latar belakang mata pelajaran yang berbeda. Sebanyak 23 informan merupakan guru laki-laki dan sisanya merupakan guru perempuan. Pemilihan informan dilakukan melalui teknik *purposive sampling* dengan kriteria, diantaranya informan sebagai guru aktif dengan masa kerja minimal lima tahun, memiliki waktu mengajar lebih dari 24 jam pelajaran per minggu, dan informan bersedia berpartisipasi secara sukarela.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari tiga teknik. Pertama, data dikumpulkan melalui teknik wawancara mendalam yang bertujuan untuk menggali pengalaman, tekanan, dan strategi coping guru. Kedua, untuk mencatat setiap perilaku dan ekspresi keseharian guru, maka digunakan teknik pengumpulan data observasi non-partisipatif. Terakhir, beberapa data seperti jadwal mengajar dan laporan administrasi dikumpulkan peneliti sebagai bahan dokumentasi. Setelah data terkumpul, kemudian peneliti menganalisis data tersebut berdasarkan teknik analisis data menurut Miles et al. (2014), yang terdiri dari tiga tahapan, yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Selain itu, keabsahan data diperkuat melalui triangulasi sumber dan teknik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi Data Responden

Tabel 1. Deskripsi Data Responden

Jenis Kelamin	Jumlah Responden
Perempuan	25
Laki-Laki	23
Usia Responden	Jumlah Responden
36–45 Tahun	18
25-35 Tahun	16
46-55 Tahun	11
55 Tahun	3
Lama Mengajar	Jumlah Responden
10 Tahun	28
6-10 Tahun	9
3-5 Tahun	6
<3 Tahun	5
Status Kepegawaian	Jumlah Responden
P3K	30
PNS	16
Honorer	2

Proporsi responden dalam penelitian ini relatif seimbang dengan sedikit didominasi oleh guru perempuan (25 responden). Mayoritas guru di SMK Negeri 1 Tegallalang berada pada rentang usia produktif, yaitu 25-45 tahun dan sebagian besar responden merupakan guru berpengalaman lebih dari 10 tahun. Selain itu, sebagian besar guru di SMK Negeri 1 Tegallalang berstatus sebagai P3K.

Hasil Analisis Kuesioner

1. Beban Administrasi Guru

Tabel 2. Hasil Analisis pada Indikator Beban Administrasi

No	Indikator Beban Administrasi	Mean	Kategori
1.	Saya sering menghabiskan waktu di luar jam mengajar untuk menyelesaikan administrasi sekolah	3.21	Sedang
2.	Tugas Administratif (Seperti RPP, Laporan BOS, Dapodik, e-Raport) menyita waktu yang seharusnya digunakan untuk mengajar	3.15	Sedang
3.	Jumlah dokumen yang harus saya kerjakan terlalu banyak	3.04	Sedang
4.	Banyak tugas administrasi yang tidak berhubungan langsung dengan proses pembelajaran	2.75	Sedang

5.	Saya memahami dengan jelas tujuan dari setiap laporan administratif yang diminta sekolah	3.15	Sedang
6.	Ada tumpang tindih antara administrasi dari sekolah dan dinas	2.63	Sedang
7.	Sekolah menyediakan staf dan bantuan untuk mengurus beban administrasi	2.06	Rendah
8.	Sistem digital (Dapodik, e-Raport,e-Kinerja) membantu saya menghemat waktu	3.48	Tinggi
9.	Saya merasa tidak memiliki cukup waktu untuk menyelesaikan semua administrasi dengan baik	2.69	Sedang
Rata-rata		2.91	Sedang

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan diperoleh hasil, yaitu guru tetap menunjukkan *sense of pride* tinggi terhadap profesinya (mean 4.12), namun tingkat stres dan kelelahan emosional akibat administrasi berada pada tingkat sedang (sekitar 2.9–3.0).

Kesejahteraan Psikologis Guru

Tabel 2. Hasil Analisis pada Indikator Kesejahteraan Psikologis Guru

No	Indikator Kesejahteraan Psikologis Guru	Mean	Kategori
1.	Saya sering merasa lelah secara emosional setelah mengerjakan tugas administratif	2.92	Sedang
2.	Saya merasa kewalahan dengan banyaknya laporan dan deadline administratif	2.85	Sedang
3.	Saya merasa stres ketika mendapat permintaan laporan mendadak dari atasan atau dinas	2.92	Sedang
4.	Tugas administratif membuat saya kehilangan motivasi dalam mengajar	2.35	Rendah
5.	Saya tetap merasa bangga dengan pekerjaan saya sebagai guru meskipun beban administratif tinggi	4.13	Tinggi
6.	Saya merasa beban administratif mengganggu semangat saya untuk mengembangkan diri	2.44	Rendah
7.	Tugas administratif membuat saya sulit membagi waktu antara pekerjaan dan kehidupan pribadi	2.60	Sedang
8.	Saya merasa sering cemas atau sulit tidur karena beban pekerjaan administratif	2.21	Rendah
9.	Saya merasa kesejahteraan psikologis saya menurun karena tekanan administratif	2.23	Rendah
Rata-rata		2.74	Sedang

Berdasarkan hasil pengolahan data, tingkat tekanan psikologis guru tergolong pada tingkat sedang hingga rendah, yang ditunjukkan dengan nilai rata-rata di bawah 3. Dengan demikian, hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar guru tidak mengalami gangguan psikologis berat, meskipun tetap merasakan tekanan emosional dan kelelahan ringan akibat beban administratif. Sementara itu, pada pernyataan nomor 5, “Saya tetap bangga menjadi guru meskipun beban administratif tinggi,” dengan skor sebesar 4.12 menunjukkan bahwa, motivasi intrinsik para guru tetap stabil dan menegaskan adanya rasa bangga dan komitmen profesional yang kuat.

Gejala stres akibat beban administratif muncul lebih bersifat situasional, terutama ketika menghadapi tenggat waktu, laporan mendadak, atau sistem digital yang rumit, sehingga tidak bersifat kronis (Saepurrohman & Pitaloka, 2025). Selain itu, kesejahteraan psikologis guru menunjukkan penurunan ringan dengan rata-rata skor 2.23, yang menandakan adanya penurunan energi dan keseimbangan emosional, namun kondisi tersebut belum berdampak signifikan terhadap performa mengajar dan masih berada dalam batas yang adaptif.

Analisis Hubungan Deskriptif Antara Beban Administrasi dan Kesejahteraan Psikologis

Tabel 3. Hasil Analisis Hubungan Variabel Beban Administrasi dan Kesejahteraan Psikologis

Variabel	Rata-rata
“Tugas administratif membuat saya kehilangan motivasi dalam mengajar”	2.35
“Saya merasa kesejahteraan psikologis saya menurun karena tekanan administratif”	2.23

Berdasarkan data di atas diperoleh hasil nilai rata-rata yang relatif rendah (<2.5), nilai ini menunjukkan bahwa, meskipun administrasi menambah beban kerja, secara umum guru tidak merasa sangat kehilangan motivasi atau mengalami penurunan kesejahteraan yang parah. Namun, gejala tekanan tetap ada.

Analisis Kualitatif Jawaban Terbuka dan Wawancara

Sebagian besar guru menyatakan bahwa, waktu mengajarnya berada pada kisaran antara 28–36 jam pelajaran per minggu, ditambah tugas tambahan seperti wali kelas, pembina ekstrakurikuler, serta kegiatan administrasi yang kompleks. Hal ini menyebabkan waktu istirahat dan refleksi menjadi sangat terbatas. Salah satu Informan menyatakan pernyataannya dalam kutipan wawancara berikut:

“Waktu luang yang dimiliki guru (seperti setelah jam sekolah, saat istirahat, atau bahkan di rumah) yang seharusnya digunakan untuk mendesain kegiatan pembelajaran, mencari sumber daya inovatif, dan membuat media ajar sering kali terpaksa dialihkan untuk menyelesaikan laporan, pengisian data digital, atau koreksi dokumen.” (Wawancara, 2025).

Pernyataan tersebut sejalan dengan temuan Syabrina (2025) yang menyebutkan bahwa, guru dengan jam mengajar di atas standar mengalami stres kerja 1,8 kali lebih tinggi dibandingkan yang beban kerjanya seimbang. Berdasarkan data wawancara yang telah dilakukan, bagian administrasi yang paling membebani guru adalah pengelolaan kinerja guru dan modul ajar, meskipun beberapa responden menyebut tidak ada atau sementara tidak ada. Hal ini menandakan sebagian guru sudah adaptif terhadap beban administrasi tersebut.

Dampak terhadap Kesejahteraan Psikologis

Berdasarkan kerangka pendekatan *well-being* yang disusung oleh Ryff (2014), aspek yang paling terdampak dari kurangnya kesejahteraan psikologis adalah penguasaan terhadap lingkungan dan pertumbuhan pribadi. Guru juga mengalami penurunan kepuasan hidup, karena sulit menyeimbangkan antara peran profesional dan pribadi. Fenomena ini menggambarkan adanya ketidakseimbangan antara tuntutan pekerjaan dan sumber daya pribadi (Bakker & Demerouti, 2017).

Dari hasil penelitian yang dilakukan, secara keseluruhan beban administratif memang menimbulkan tekanan psikologis dan kelelahan emosional pada guru SMK, tetapi tingkatnya masih moderat. Guru mampu mempertahankan motivasi dan kebanggaan profesional berkat dukungan sosial dan kemampuan adaptasi terhadap sistem administrasi yang kompleks.

Strategi Coping Guru

Meskipun mengalami tekanan, sebagian upaya-upaya berikut dapat menjaga keseimbangan antara peran profesional dan pribadi guru, seperti mendapatkan dukungan dari rekan kerja dan lingkungan sekolah, menanamkan rasa bangga terhadap profesi dan dedikasi terhadap siswa, dan kemudahan yang diberikan oleh teknologi digital seperti, e-raport, Dapodik, dapat membantu mengurangi beban manual guru. Strategi tersebut sesuai dengan strategi-strategi yang disarankan oleh Silalahi & Marpaung, (2025) dalam penelitiannya bahwa, pengaruh dukungan dari rekan kerja dan lingkungan sekolah salah satunya dari kepala sekolah dalam memberikan motivasi dan mengatur beban kerja, dapat mengurangi tingkat stres kerja guru. Namun, strategi-strategi tersebut belum sepenuhnya efektif tanpa adanya dukungan sistematis dari sekolah maupun pemerintah.

Implikasi Kebijakan dan Dukungan Institusional

Temuan menunjukkan perlunya kebijakan manajemen beban kerja guru yang menyesuaikan dengan kapasitas dan kesejahteraan individu. Sekolah disarankan menerapkan pendekatan *well-being at school*, di mana kesejahteraan guru menjadi bagian dari budaya organisasi sekolah (Afifah & Nugraha, 2024). Guru menghendaki penyederhanaan tugas administratif dan pembagian waktu yang proporsional agar tidak mengganggu tugas utama mengajar.

SIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa beban administratif memiliki pengaruh terhadap kesejahteraan psikologis guru SMK dalam kategori “Sedang”. Guru merasakan stres dan kelelahan

emosional akibat banyaknya laporan dan tuntutan administratif, namun masih mampu mempertahankan motivasi dan kebanggaan terhadap profesinya berkat dukungan sosial dan adaptasi professional. Beban mengajar yang cukup berat secara signifikan tidak sampai menurunkan motivasi. Dengan demikian, guru membutuhkan dukungan sosial, manajemen waktu, dan kebijakan institusional yang adaptif untuk menjaga kesejahteraan psikologisnya. Untuk penelitian selanjutnya disarankan menggunakan pendekatan kuantitatif atau *mixed methods* untuk mengukur tingkat kesejahteraan secara lebih objektif.

REFERENSI

- Afifah, H., & Nugraha, M. S. (2024). Peran Program Kesejahteraan Psikologi Dalam Mengatasi Stres Dan Burnout Guru Di Lembaga Pendidikan. *Jurnal Tahsinia*, 5(8), 1143–1154.
- Aprianti, S. S., Lestari, D., Astuti, M. P., & Septian, M. R. (2025). Strategi Mengatasi Overwork Guru Bk Dalam Mendukung. *Advice: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 7(1), 36–43.
- Arianti, D. (2015). Studi Evaluasi Administrasi Guru Kelas. *Manajer Pendidikan*, 9(4), 567–578.
- 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>
- Depari, R. S., Dahlan, Z., Yusuf, R. A., & Hidayat, T. (2024). Paradigma Pendidik Terhadap Penerapan Kurikulum Merdeka Belajar Di Raudhatul Athfal Swasta Harapan Bandar Pulo. *Education Journal*, 4(1), 23–28. <https://adisampublisher.org/index.php/edu/article/view/616>
- Gea, R. T. P., Hutauruk, G., Damanik, T. Y., Ramadani, R., & Sitanggang, F. Y. (2025). Analisis Kesulitan Guru Dalam Mengerjakan Beban Administrasi Kurikulum Merdeka Yang Tinggi Dalam Penerapan Fungsi Manajemen Pada Pembelajaran Di SD Swasta Attaufiq. *Sindoro: Cendikia Pendidikan*, 13(6). <https://doi.org/10.9644/sindoro.v3i9.252>
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldana, J. (2014). *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook* (3rd ed.). SAGE Publications.
- Mulyono, P., Kusumaningsih, W., & Soedjono, S. (2024). Pengaruh Kepemimpinan Kepala Sekolah, Budaya Organisasi, Dan Penguasaan Teknologi Informasi Terhadap Kompetensi Profesional Guru SD Di Kecamatan Bogorejo Kabupaten Blora. *Jurnal Inovasi Pembelajaran Di Sekolah*, 5(1), 109–117. <https://doi.org/10.51874/jips.v5i1.231>
- Pau, K., Ahmad, A. B., Tang, H.-Y., Jusoh, A. J. Bin, Perveen, A., & Tat, K. K. (2022). Mental Health and Wellbeing of Secondary School Teachers in Malaysia. *International Journal of Learning, Teaching and Educational Research*, 21(6), 50–70. <https://doi.org/10.26803/ijlter.21.6.4>
- Rosyada, A., Syahada, P., & Chanifudin, C. (2024). Dampak Peningkatan Beban Administrasi Guru terhadap. *Jurnal Inovasi, Evaluasi, Dan Pengembangan Pembelajaran*, 4(2), 238–244.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D. (2014). Psychological Well-Being Revisited: Advances in the Science and Practice of Eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10–28. <https://doi.org/10.1159/000353263>
- Saepurrohman, A., & Pitaloka, L. K. (2025). Pengaruh Beban Administrasi Kurikulum Merdeka, Tekanan Waktu, dan Dukungan Organisasi terhadap Kesejahteraan Mental Guru SMK di Semarang. *JEKPEND: Jurnal Ekonomi Dan Pendidikan*, 8(1), 77. <https://doi.org/10.26858/jekpend.v8i1.70761>
- Silalahi, K. A., & Marpaung, S. F. (2025). Kepemimpinan Transformasional Kepala Sekolah Dalam Mengurangi Stres Kerja Guru: Studi Kasus Di SMK. *Jurnal Dinamika Manajemen Pendidikan*, 9(2), 230–244. <https://doi.org/https://doi.org/10.26740/jdmp.v9n2.p230-244>
- Syabrina, R. (2025). Pengaruh Stres Kerja, Beban Kerja dan Kompensasi terhadap Kinetja Guru SMK Negeri 2 Purbalingga. *Jurnal Inovasi Ekonomi Syariah Dan Akuntansi*, 2(5), 52–63. <https://doi.org/10.61132/jjesa.v2i5.1499>