

## Hotspot Stres Pada Guru Sekolah Dasar: Analisis Faktor-Faktor Pemicu dan Implikasinya Terhadap Kesejahteraan Pendidikan

Gilang Gumilang Dawous, Djam'an Satori, Munir Munir, Nugraha Suharto

Universitas Pendidikan Indonesia

Jl. Dr. Setiabudhi No.229 Bandung, Indonesia

E-mail: [gilangdawous@upi.edu](mailto:gilangdawous@upi.edu)

**Abstract:** Stress and burnout among elementary school teachers in Indonesia are critical issues impacting not only the well-being of educators but also the quality of education delivered to students. This study identifies multiple factors contributing to teacher stress, including high workloads, administrative demands, frequent curriculum changes, and socio-economic challenges. The impact of the COVID-19 pandemic further exacerbated these issues by introducing new challenges, such as the sudden transition to remote learning. Using a descriptive quantitative approach, data were collected from 175 elementary school teachers in Garut Regency through a semantic differential scale to measure stress levels. The findings revealed that the curriculum is the primary source of stress for teachers, followed by gender, age, school accreditation, employment status, and the presence of "Sekolah Penggerak" (Movement Schools). Female teachers and those in the 25-35 age range experienced the highest stress levels, particularly in schools with lower accreditation. Additionally, honorary teachers faced significant stress due to job insecurity and insufficient income, highlighting socio-economic disparities within the teaching profession. The study underscores the urgency of addressing systemic issues, including providing robust professional development programs, enhancing teacher support systems, and ensuring equitable policies for all educators. Effective strategies to manage teacher stress must adopt a holistic approach, integrating institutional and individual interventions. By improving teacher well-being, schools can foster a more supportive environment that enhances both educator satisfaction and student learning outcomes. The study's insights contribute to the broader discourse on improving teacher retention and elevating the standards of education in Indonesia.

**Keywords:** Teacher stress, burnout, elementary education, COVID-19 pandemic, curriculum, teacher well-being, Indonesia

**Abstrak:** Stres dan burnout di kalangan guru sekolah dasar di Indonesia merupakan masalah krusial yang memengaruhi kesejahteraan tenaga pendidik sekaligus kualitas pendidikan yang diberikan kepada siswa. Penelitian ini mengidentifikasi berbagai faktor penyebab stres guru, seperti beban kerja yang tinggi, tuntutan administratif, perubahan kurikulum yang sering terjadi, serta tantangan sosial-ekonomi. Pandemi COVID-19 memperburuk situasi dengan menambahkan tantangan baru, seperti peralihan mendadak ke pembelajaran jarak jauh. Melalui pendekatan kuantitatif deskriptif, data dikumpulkan dari 175 guru sekolah dasar di Kabupaten Garut menggunakan skala diferensial semantik untuk mengukur tingkat stres. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kurikulum menjadi sumber stres utama bagi guru, diikuti oleh faktor jenis kelamin, usia, akreditasi sekolah, status kepegawaian, dan status sekolah sebagai "Sekolah Penggerak." Guru perempuan dan mereka yang berada dalam rentang usia 25–35 tahun mengalami tingkat stres tertinggi, terutama di sekolah dengan akreditasi rendah. Selain itu, guru honorer menghadapi stres yang

signifikan akibat ketidakpastian pekerjaan dan pendapatan yang tidak mencukupi, menyoroti kesenjangan sosial-ekonomi dalam profesi ini. Studi ini menekankan pentingnya mengatasi isu-isu sistemik, termasuk menyediakan program pengembangan profesional yang memadai, memperkuat sistem dukungan bagi guru, serta memastikan kebijakan yang adil bagi seluruh tenaga pendidik. Strategi efektif untuk mengelola stres guru harus mengadopsi pendekatan holistik yang mencakup intervensi institusional dan individual. Dengan meningkatkan kesejahteraan guru, sekolah dapat menciptakan lingkungan kerja yang lebih mendukung, yang pada akhirnya meningkatkan kepuasan pendidik dan hasil belajar siswa. Temuan penelitian ini memberikan kontribusi pada wacana yang lebih luas tentang upaya mempertahankan guru dan meningkatkan standar pendidikan di Indonesia.

**Kata kunci:** Stres guru, burnout, pendidikan dasar, pandemi COVID-19, kurikulum, kesejahteraan guru, Indonesia

Stres dan burnout di kalangan guru telah menjadi masalah yang semakin mendesak dalam bidang pendidikan, terutama dengan kompleksitas tantangan yang dihadapi saat ini. Stres dan burnout di kalangan guru sekolah dasar merupakan isu kritis yang mempengaruhi kualitas pendidikan dan kesejahteraan tenaga pendidik di Indonesia. Kondisi ini semakin mendesak mengingat tantangan unik yang dihadapi oleh guru di tingkat pendidikan dasar, yang mencakup beban kerja yang tinggi, tuntutan administratif, serta kebutuhan untuk beradaptasi dengan kurikulum yang sering berubah. Penelitian oleh (Turner & Garvis, 2023) menunjukkan bahwa kesejahteraan guru, stres, dan burnout sering kali saling terkait, mempengaruhi tidak hanya kesehatan mental dan fisik guru tetapi juga kualitas pendidikan yang mereka berikan. Stres yang tinggi di kalangan guru dapat mengganggu proses pengajaran dan berdampak negatif pada hasil belajar siswa (Agyapong et al., 2022).

Pandemi COVID-19 memperburuk situasi ini, dengan banyak guru mengalami tingkat stres dan burnout yang meningkat secara signifikan akibat perubahan mendadak dalam metode pengajaran dan peningkatan beban kerja (Westphal et al., 2022). Penelitian oleh (Shimony et al., 2022) mengungkapkan bahwa transisi ke pembelajaran jarak jauh menyebabkan stres tambahan karena ketidakpastian dan kurangnya dukungan yang memadai. Hal ini menunjukkan kebutuhan mendesak untuk strategi intervensi yang lebih baik untuk mendukung kesejahteraan guru selama periode krisis.

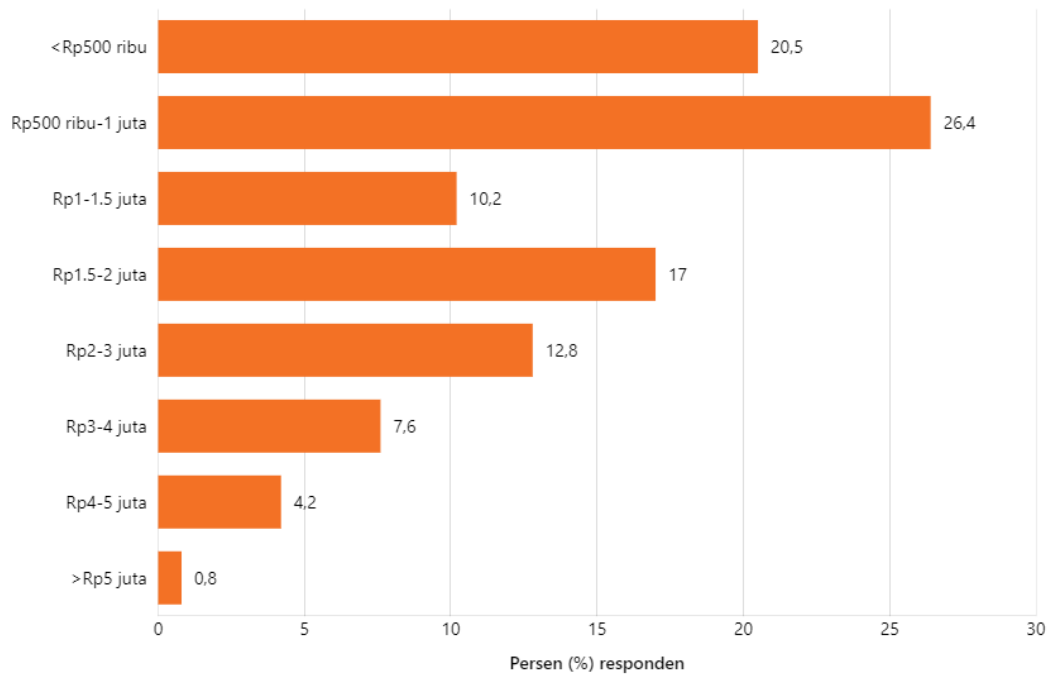
Selain faktor-faktor individu, lingkungan kerja juga memainkan peran penting dalam tingkat stres dan burnout guru. mengidentifikasi bahwa faktor faktor lingkungan dan faktor individu sebagai variabel untuk mengeksplorasi mekanisme internal mendalam dari dampak lingkungan komprehensif terhadap kelelahan kerja guru. Penelitian lain oleh (Carroll et al., 2022) menyoroti peran dukungan sosial dalam mengurangi dampak stres dan burnout, serta pentingnya sistem dukungan yang kuat di tempat kerja. Penyebab stres adalah kumpulan sejumlah aspek, yang terkait dengan pekerjaan juga berkaitan dengan lingkungan kerja yang mempengaruhi tingkat emosional, kognitif, dan motivasi guru.

Burnout di kalangan guru juga berdampak pada hasil akademik siswa. (Madigan & Kim, 2020) menemukan bahwa burnout yang tinggi pada guru berhubungan dengan penurunan prestasi

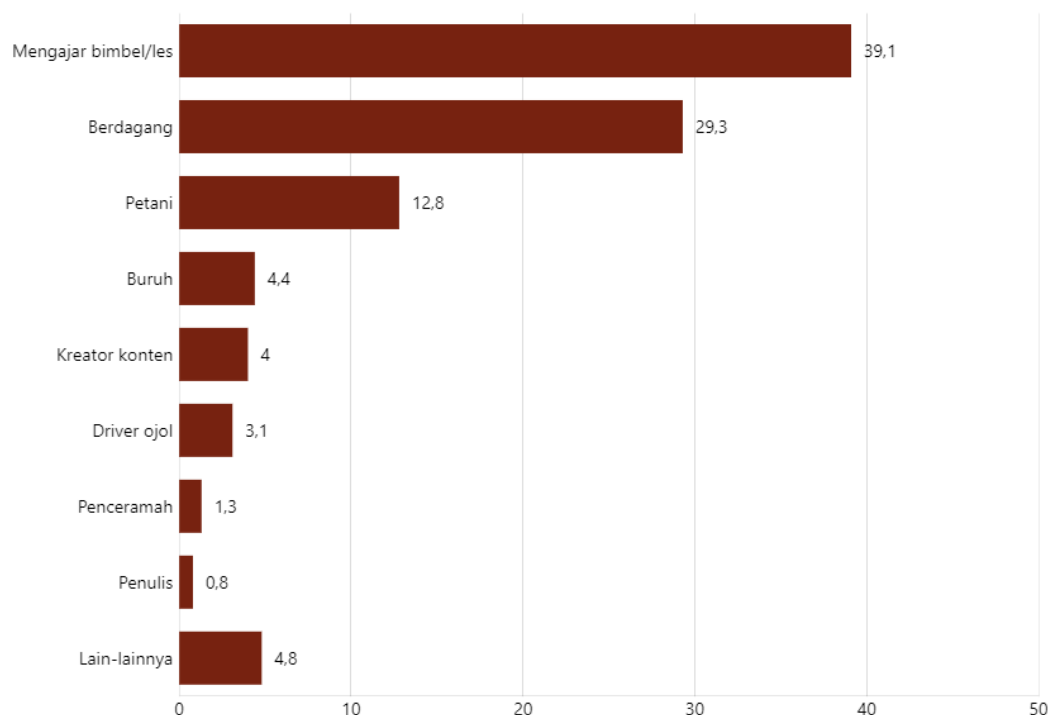
akademik siswa, menunjukkan bahwa kesejahteraan guru memiliki dampak langsung pada hasil belajar siswa. Hal ini menekankan pentingnya penanganan stres guru sebagai bagian dari upaya untuk meningkatkan kualitas pendidikan secara keseluruhan.

Berbagai intervensi telah dikaji untuk mengurangi stres dan burnout di kalangan guru, termasuk program pelatihan coping dan dukungan sosial yang lebih baik di tempat kerja (Agyapong et al., 2023; Xie et al., 2022). Penelitian oleh (Padmanabhanunni & Pretorius, 2023) menunjukkan bahwa program intervensi dapat membantu dalam mengurangi stres dan meningkatkan kesejahteraan guru. Selain itu, profil stres dan efikasi diri guru dapat memberikan wawasan penting dalam merancang strategi yang lebih efektif untuk menangani isu-isu ini .

Berbagai macam permasalahan yang ada di Indonesia di sebabkan berbagai hal dan tak di ungkiri melibatkan peran guru di dalamnya. Website databoks menjabarkan data-data yang berkaitan dengan permasalahan guru, diantaranya upah guru honorer dan juga pekerjaan sampingan guru. Data tersebut mengutarakan bahwa guru saat ini menjadi pekerjaan yang belum bisa menjamin kesejahteraan.



**Gambar 1. Proporsi Responden Guru Honorer Indonesia Atas Upah yang Diterima per Bulan**  
Sumber: <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2024/05/21/205-guru-honorer-diupah-kurang-dari-rp500-ribu-per-bulan>



**Gambar 1. Jenis Pekerjaan Sampingan Responden Guru di Indonesia**

Sumber : <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2024/05/22/banyak-guru-kerja-sampingan-adayang-jadi-driver-ojol>

Selain melalui data diatas, permasalahan guru di dapatkan melalui kajian literatur seperti kesejahteraan guru , kebijakan kurikulum (Frastika, 2022; putra Agustang, 2023; Sukma et al., 2024), manajemen SDM guru (Hafizin et al., 2024), guru honorer (Sabon, 2023), manajemen pembelajaran (Rahmawati & Sesrita, 2023), kompetensi guru (Hikmah, 2022) dan permasalahan-permasalahan lainnya. Sementara itu, tugas beban kerja guru menurut Pemendikbudristek Nomor 25 Tahun 2024 sangat banyak sekali.

Guru sebagaimana di jelaskan dalam Peraturan Menteri Pendidikan, Kebudayaan, Riset, Dan Teknologi Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2024 Tentang Perubahan Atas Peraturan Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan Nomor 15 Tahun 2018 Tentang Pemenuhan Beban Kerja Guru, Kepala Sekolah, Dan Pengawas Sekolah, adalah pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai, dan mengevaluasi peserta didik pada pendidikan anak usia dini jalur pendidikan formal, pendidikan dasar, dan pendidikan menengah. Guru mempunyai tugas untuk merencanakan pembelajaran dan pembimbingan meliputi pengkajian kurikulum pembelajaran dan pembuatan RPP. Guru juga berkewajiban dalam melaksanakan pembelajaran paling sedikit 24 jam tatap muka per minggu dan paling banyak 40 jam per minggu. Selain itu guru harus melaksanakan pembimbingan paling sedikit 5 rombel per tahun. Menilai hasil pembelajaran pun termasuk tugas guru agar sekolah dapat mengukur hasil belajar peserta didik. Tak lupa kegiatan ekstrakurikuler dapat menjadi tugas guru dalam melatih peserta didik. Ada juga guru

yang mempunyai tugas tambahan yang lainnya. Jika melihat beban kerja yang begitu banyak, terlebih guru juga sebagai faktor penentu capaian mutu sekolah tentu guru memiliki kegelisahan beban pekerjaan. Maka terkadang guru mengalami stres pada pekerjaannya.

Secara keseluruhan melalui data dan kajian literatur yang ada menunjukkan bahwa permasalahan guru di Indonesia bisa menjadi permasalahan sekolah dan juga bangsa. Jika guru sebagai ujung tombak mengalami stres dalam pekerjaannya, maka stres ini akan berpengaruh terhadap kinerja mengajarnya. Maka dari itu sekolah harus menangani stres dan burnout di kalangan guru yang memerlukan pendekatan yang holistik dan berbasis bukti. Memahami faktor-faktor yang mempengaruhi stres guru dan menerapkan solusi yang efektif adalah langkah penting untuk meningkatkan kesejahteraan guru dan hasil belajar siswa.

Hotspot stres guru pada penelitian ini di dasarkan pada capaian mutu, yaitu mengkaji aspek-aspek yang berkaitan dengan kurikulum, kesiswaan, SDM sekolah (guru dan staf), kepemimpinan kepala sekolah, pengelolaan sekolah, kerjasama sekolah, hubungan sekolah dengan masyarakat, penilaian kompetensi lulusan dan juga pembiayaan keuangan sekolah.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif untuk mengidentifikasi dan menganalisis hotspot stres yang dialami oleh guru sekolah dasar. Data dikumpulkan melalui penyebaran angket kepada 175 guru sekolah dasar di Kabupaten Garut. Responden diminta untuk memberikan penilaian mereka dengan menggunakan skala diferensial semantik, yang mengukur tingkat stres dari 1 (sangat rendah) hingga 10 (sangat tinggi). Skala ini memungkinkan pengukuran persepsi responden terhadap stres secara komprehensif, dengan menggunakan kata sifat yang berlawanan sebagai panduan (seperti sangat rendah–sangat tinggi). Teknik pengumpulan data ini dipilih karena mampu menggambarkan tingkat stres secara kuantitatif dan dapat diolah untuk menghasilkan wawasan statistik yang jelas (Creswell & Creswell, 2017).

Analisis data dilakukan menggunakan statistik deskriptif dengan memanfaatkan pivot tabel di Microsoft Excel untuk mengidentifikasi kecenderungan rata-rata skor pada berbagai aspek stres. Proses pengolahan data berfokus pada pendekatan capaian mutu sekolah dengan mempertimbangkan variabel demografis, seperti jenis kelamin, pendidikan terakhir, akreditasi sekolah, status guru (PNS atau honorer), usia, dan status sekolah sebagai Sekolah Penggerak. Teknik ini memungkinkan penelitian untuk menghasilkan analisis yang lebih terperinci mengenai perbedaan tingkat stres berdasarkan karakteristik demografis dan kontekstual (Babbie, 2020).

Metode ini dianggap sesuai untuk mengidentifikasi faktor-faktor penyebab stres secara sistematis dan memberikan wawasan berbasis bukti untuk merancang intervensi yang relevan. Dengan pendekatan ini, penelitian mampu menggambarkan pola stres di kalangan guru secara

holistik dan memberikan kontribusi signifikan terhadap pengembangan kebijakan pendidikan yang mendukung kesejahteraan tenaga pendidik.

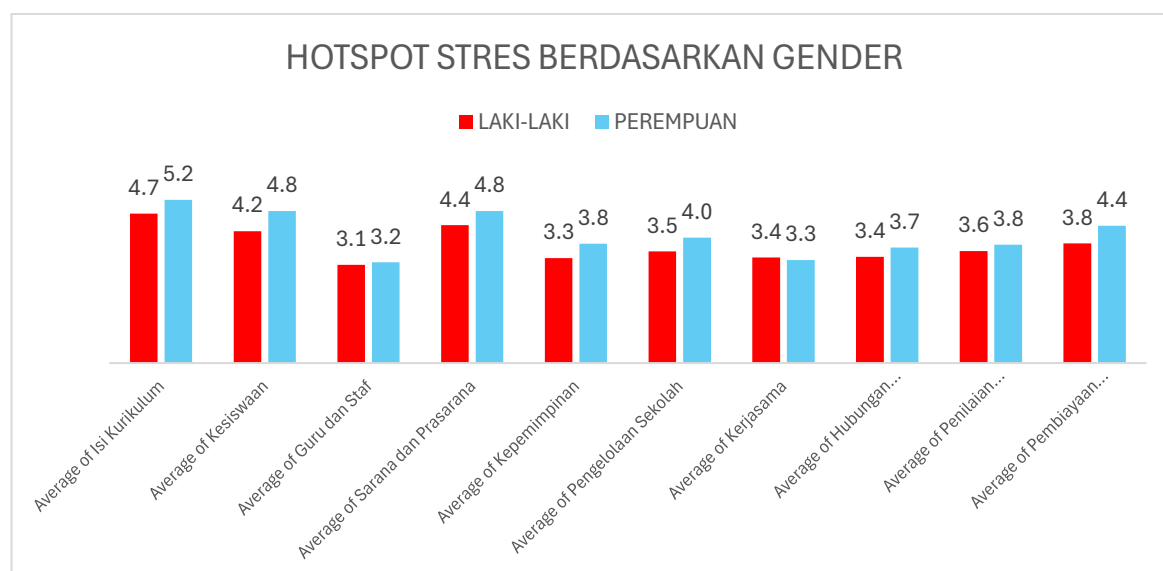
## HASIL DAN PEMBAHASAN

### HASIL

Guru merupakan salah satu kelompok yang paling rentan terhadap hotspot stres dalam konteks pendidikan. Tekanan untuk memenuhi target akademik, manajemen kelas, serta tuntutan administratif sering kali menyebabkan tingkat stres yang tinggi. Sebuah studi oleh (McCarthy et al., 2014) mengungkapkan bahwa faktor-faktor seperti beban kerja yang berlebihan, kurangnya dukungan dari pimpinan sekolah, dan perilaku siswa yang menantang menjadi kontributor signifikan terhadap stres guru. Lebih lanjut, stres kronis pada guru dapat berdampak pada kualitas pengajaran dan interaksi dengan siswa, yang pada gilirannya mempengaruhi pencapaian akademik siswa.

Hasil penelitian ini mengidentifikasi 10 item hot spot stres guru dalam bidang kurikulum, kesiswaan, SDM sekolah (guru dan staf), kepemimpinan kepala sekolah, pengelolaan sekolah, kerjasama sekolah, hubungan sekolah dengan masyarakat, penilaian kompetensi lulusan dan juga pembiayaan keuangan sekolah. Hot spot stres ini di dasarkan pada aspek pencapaian mutu pendidikan di sekolah dasar. Dari hot spot di atas lalu di kaji berdasarkan identitas responden untuk mengetahui perbandingan dari setiap aspek yang di teliti yaitu berkaitan dengan jenis kelamin, pendidikan terakhir, akreditasi sekolah, status guru, usia dan status sekolah sebagai sekolah penggerak.

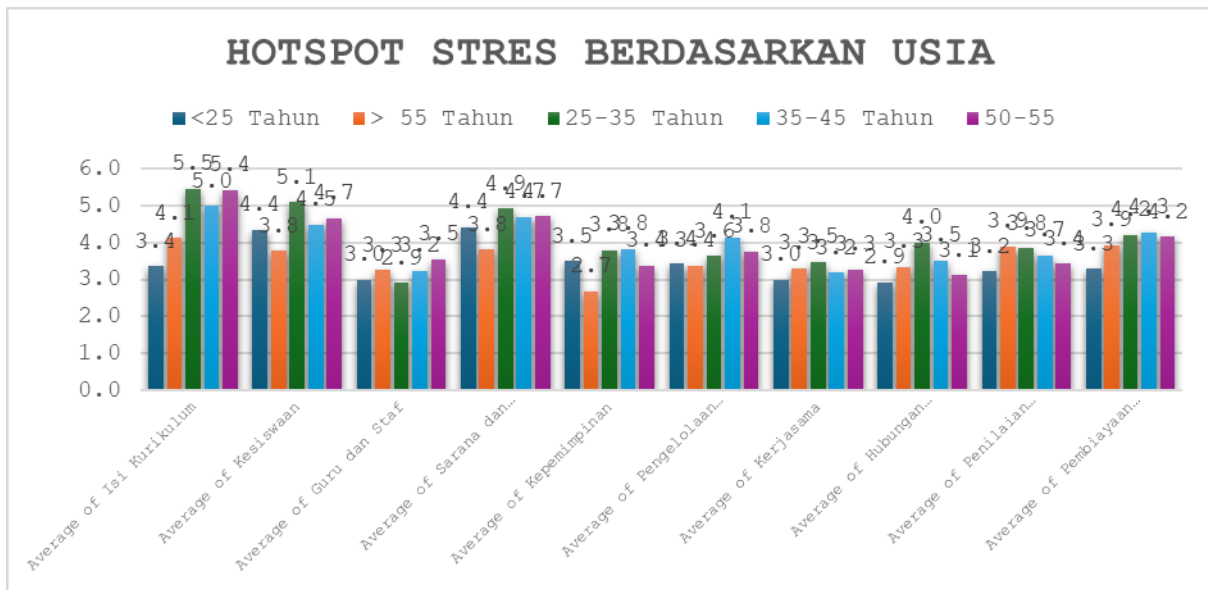
#### *Hotspot Stres berdasarkan Gender*



**Gambar 3. Hotspot Stress Berdasarkan Gender**

Dilihat dari grafik di atas, terlihat bahwa guru berjenis kelamin perempuan memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan dengan guru laki-laki. Data ini menunjukkan perbedaan yang signifikan dalam pengalaman stres antara kedua jenis kelamin. Salah satu faktor yang dapat menjelaskan perbedaan ini adalah sifat emosional dan sensitivitas yang lebih tinggi yang umumnya dimiliki oleh perempuan. Guru laki-laki dan perempuan merasakan bahwa aspek kurikulum memiliki tingkatan stres yang paling tinggi di bandingkan aspek lainnya dengan rata-rata nilai 4,7 bagi laki-laki dan rata-rata nilai 5,2 bagi perempuan.

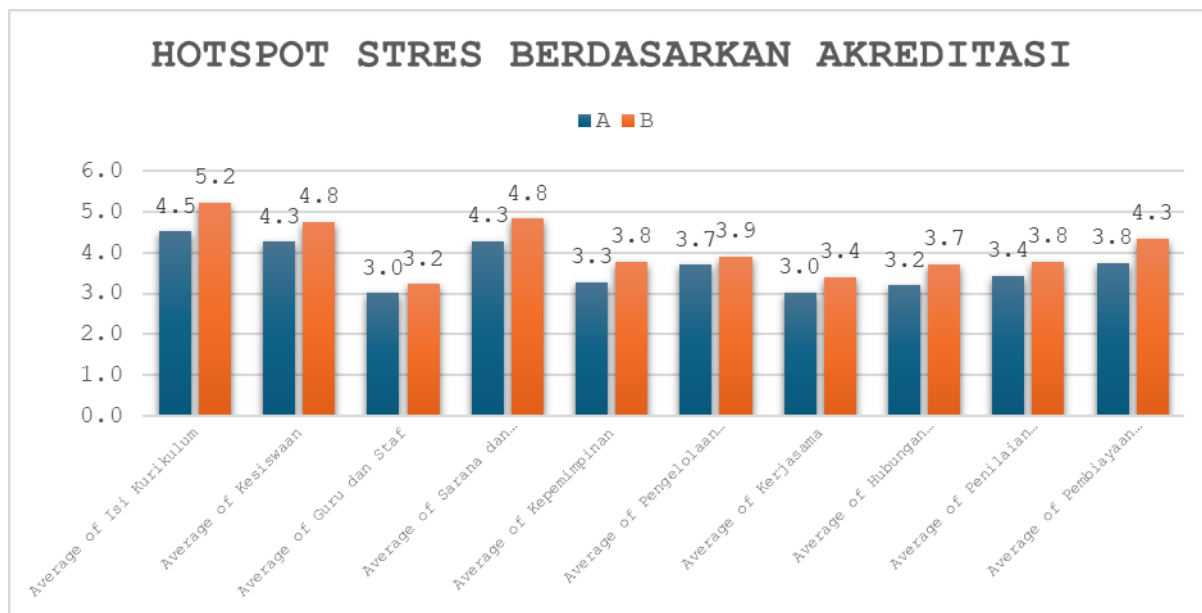
**Hotspot Stres berdasarkan Usia**



**Gambar 4. Hotspot Stress Berdasarkan Usia**

Dilihat dari grafik di atas, terlihat bahwa guru dengan kategori usia produktif 25-35 tahun memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan dengan guru dari kategori usia lainnya. Hal ini menunjukkan bahwa usia produktif, yang sering dianggap sebagai masa puncak produktivitas dan energi, justru menjadi periode di mana tekanan dan tuntutan pekerjaan dapat mencapai puncaknya. Guru dalam rentang usia ini sering kali dijadikan andalan oleh sekolah untuk berjuang dalam pencapaian mutu dan prestasi institusi. Guru yang lebih muda mengalami tingkat kelelahan yang lebih tinggi, khususnya dalam aspek kurikulum di bandingkan aspek-aspek lainnya.

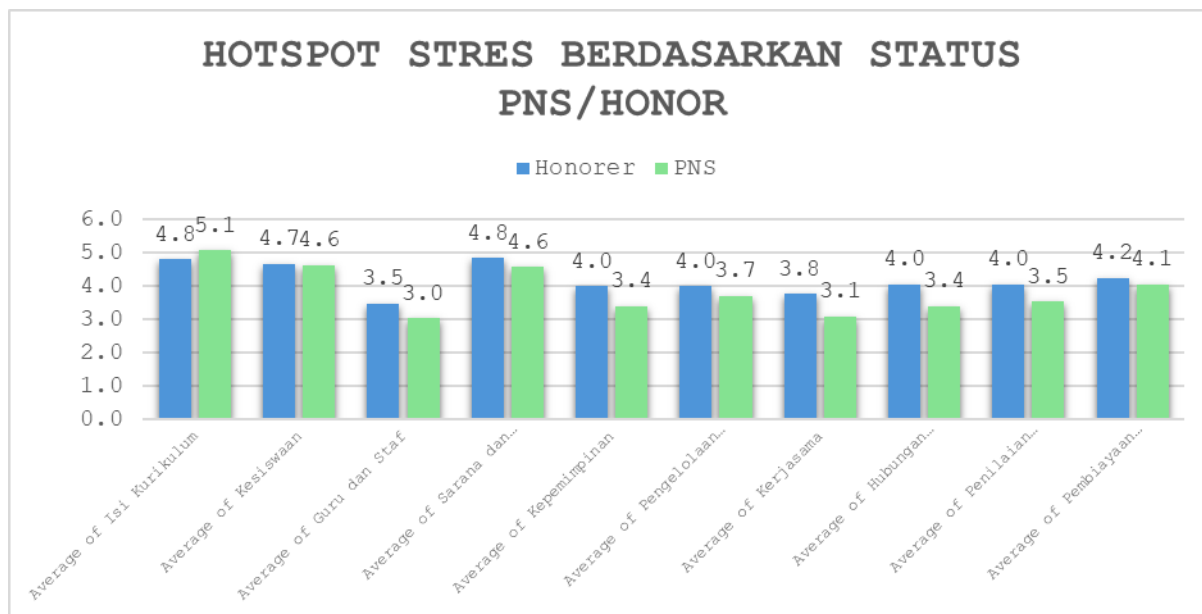
**Hotspot Stres berdasarkan Akreditasi Sekolah**



**Gambar 5. Hotspot Stress Berdasarkan Akreditasi**

Dilihat dari grafik di atas, terlihat bahwa guru yang bekerja di sekolah dasar berakreditasi B memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan dengan guru yang bekerja di sekolah dasar berakreditasi A. Perbedaan ini mencerminkan tantangan unik yang dihadapi oleh guru di sekolah dengan akreditasi lebih rendah.

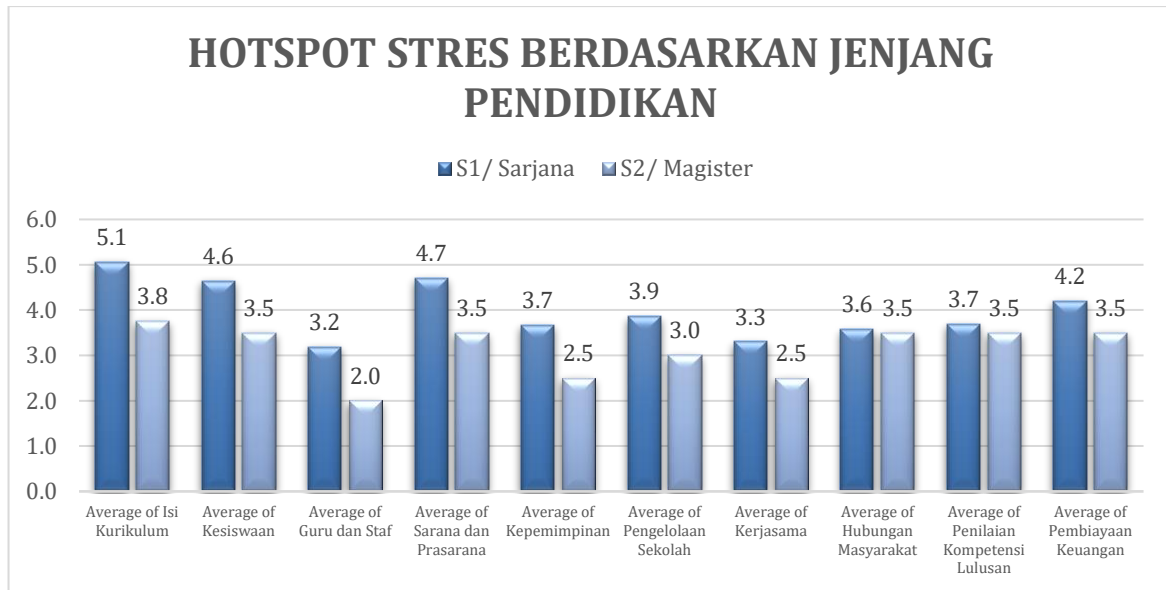
**Hotspot Stres berdasarkan Status Guru PNS/Honor**



**Gambar 6. Hotspot Stress Berdasarkan Status PNS/Honor**

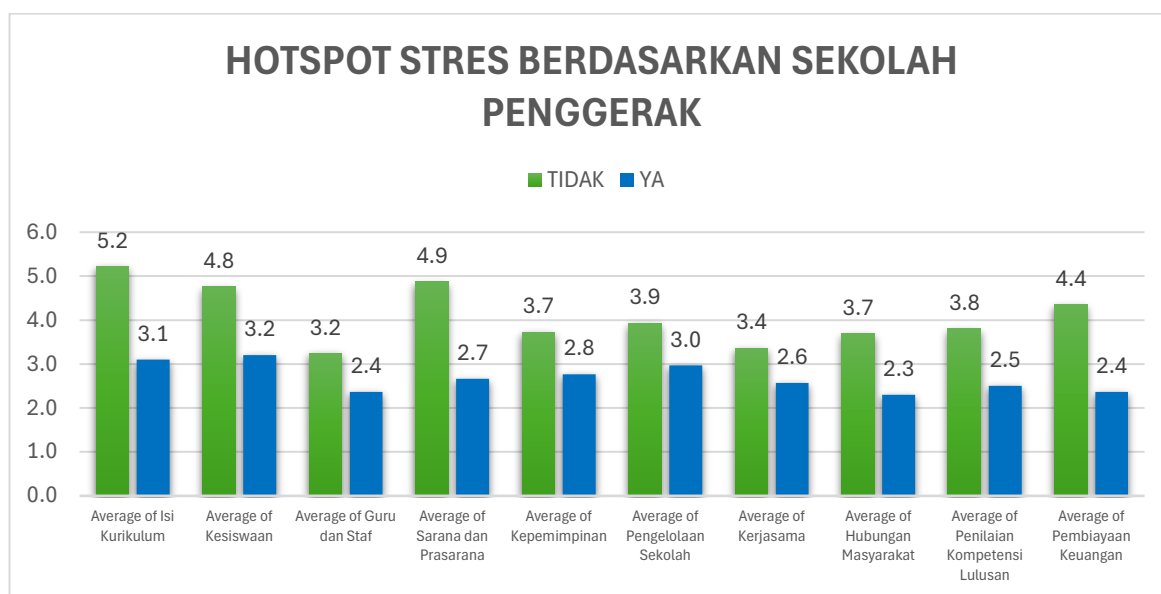
Dilihat dari grafik di atas, terlihat bahwa guru berstatus honorer memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan dengan guru berstatus PNS (Pegawai Negeri Sipil). Hal ini mencerminkan kesenjangan yang signifikan dalam kesejahteraan dan kondisi kerja antara kedua kelompok tersebut. Meskipun guru honorer memiliki beban kerja yang sama dengan guru PNS, mereka sering kali menghadapi tantangan yang lebih besar dalam menjalankan tugas-tugas mereka di sekolah. Secara mayoritas, guru honorer dan PNS memiliki stres yang tinggi pada aspek kurikulum di banding kan dengan aspek yang lainnya, dengan nilai rata-rata 4,8 bagi guru honorer dan 5,1 bagi guru PNS.

**Hotspot Stres berdasarkan Jenjang Pendidikan**



**Gambar 7. Hotspot Stress Berdasarkan Jenjang Pendidikan**

Dilihat dari grafik di atas, terlihat bahwa guru dengan pendidikan S1/Sarjana memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan dengan guru dengan pendidikan S2/Magister. Perbedaan ini mencerminkan berbagai tantangan yang dihadapi oleh guru dengan kualifikasi pendidikan yang berbeda. Guru dengan pendidikan S1 sering kali menghadapi keterbatasan dalam kesempatan untuk melanjutkan pendidikan mereka ke jenjang yang lebih tinggi, serta kurangnya akses terhadap pengetahuan dan keterampilan baru yang relevan dengan perkembangan dunia pendidikan. Secara mayoritas, guru dengan tingkatan pendidikan strata-1 dan strata-2 memiliki stres yang tinggi pada aspek kurikulum di banding kan dengan aspek yang lainnya, dengan nilai rata-rata 5,1 bagi guru berpendidikan strata-1 dan 3,8 bagi guru berpendidikan strata-2.

**Hotspot Stres berdasarkan Status Sekolah Penggerak****Gambar 8. Hotspot Stress Berdasarkan Sekolah Penggerak**

Dilihat dari grafik di atas, terlihat bahwa guru di sekolah yang belum mencapai status "Sekolah Penggerak" memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan dengan guru di sekolah dengan status "Sekolah Penggerak." Perbedaan ini mencerminkan manfaat signifikan yang diperoleh guru di sekolah penggerak melalui berbagai program pelatihan dan dukungan profesional. Secara mayoritas, guru dengan status sekolah penggerak dan non penggerak memiliki stres yang tinggi pada aspek kurikulum di banding kan dengan aspek yang lainnya, dengan nilai rata-rata 5,2 bagi guru non penggerak dan 3,1 bagi guru dengan sekolah penggerak.

**PEMBAHASAN**

Mengacu dari interpretasi grafik hotspot stres yang di rasakan oleh guru sekolah dasar di kabupaten garut. Melalui hasil penelitian dari Geng et al., (2023), bahwa perempuan lebih suka mengajar di sektor tingkat menengah atau bawah, di dibandingkan dengan laki-laki yang lebih suka melakukan penempatan dan memulai karier mengajar mereka di sektor tingkat menengah atau atas. Sifat ini membuat mereka lebih mudah terbawa suasana, perasaan, dan pikiran saat menghadapi berbagai tantangan di lingkungan kerja sekolah. Hal ini sejalan dengan penelitian (Kreuzfeld & Seibt, 2022; Peris-Ramos et al., 2024; Redondo Flórez et al., 2020) bahwa perempuan mempunyai beban kerja yang lebih stres di dibandingkan dengan laki-laki. Redondo Flórez mengemukakan bahwa bagaimana perempuan menunjukkan skor yang secara signifikan ( $p \leq 0,05$ ) lebih tinggi daripada laki-laki dalam stres yang dirasakan (perempuan:  $22,15 \pm 4,40$  vs. laki-laki:  $19,69 \pm 3,61$ ), kelelahan emosional (perempuan:  $20,86 \pm 9,51$  vs. laki-laki:  $16,44 \pm 9,12$ ), dan neurotisme (perempuan:  $5,53 \pm 1,97$  vs. laki-laki:  $4,77 \pm 1,96$ ) Perempuan cenderung lebih responsif terhadap tekanan emosional

yang terkait dengan tanggung jawab mengajar, manajemen kelas, serta interaksi dengan siswa dan orang tua. Mereka mungkin lebih rentan terhadap perasaan kewalahan ketika menghadapi beban kerja yang berat dan ekspektasi tinggi. Selain itu, perempuan sering kali memiliki tanggung jawab ganda, baik di tempat kerja maupun di rumah, yang dapat memperburuk tingkat stres mereka. Namun, penting untuk diingat bahwa setiap individu memiliki cara unik dalam menghadapi stres, dan ada banyak faktor lain yang dapat mempengaruhi tingkat stres seorang guru, termasuk dukungan sosial, pengalaman kerja, dan strategi koping yang mereka gunakan. Oleh karena itu, strategi manajemen stres yang efektif harus mempertimbangkan perbedaan individu dan menyediakan dukungan yang sesuai untuk mengurangi dampak negatif stres pada kesehatan mental dan kinerja guru di sekolah.

Guru berusia 25-35 tahun umumnya berada pada tahap awal hingga pertengahan karier mereka, di mana mereka menghadapi ekspektasi tinggi untuk menunjukkan kinerja optimal, berinovasi dalam pengajaran, dan berkontribusi secara signifikan terhadap keberhasilan sekolah. Selain itu, mereka juga mungkin masih dalam proses menyesuaikan diri dengan tanggung jawab profesional dan personal yang baru, seperti membangun karier dan keluarga. Kombinasi dari tuntutan profesional yang intens, tekanan untuk berprestasi, serta tantangan dalam menyeimbangkan kehidupan kerja dan pribadi, dapat menyebabkan peningkatan tingkat stres. Sekolah sering kali mengandalkan guru dalam kategori usia ini untuk mengimplementasikan perubahan dan inisiatif baru, seperti pembaruan kurikulum, penggunaan teknologi pendidikan, dan pendekatan pengajaran yang inovatif. Meskipun guru usia produktif memiliki energi dan semangat yang tinggi, dukungan dan bimbingan yang memadai sangat diperlukan untuk membantu mereka mengelola stres dan menjaga kesejahteraan mental mereka. Intervensi yang dapat berupa program pengembangan profesional, mentoring, dan fasilitas kesejahteraan karyawan sangat penting untuk memastikan bahwa guru dalam usia produktif dapat berkontribusi secara optimal tanpa mengorbankan kesehatan mereka.

Guru di sekolah berakreditasi B sering kali menghadapi tuntutan yang tinggi untuk meningkatkan mutu pendidikan dan prestasi siswa, namun mereka tidak selalu mendapatkan dukungan sumber daya yang memadai untuk mencapai tujuan tersebut. Penelitian (Salvador & Nebria, 2023) menemukan bahwa bahwa stres guru dan budaya sekolah memiliki pengaruh tunggal dan gabungan pada kinerja mengajar. Ini menyiratkan bahwa semakin rendah stres guru dan semakin sehat budaya mutu di sekolah, semakin baik kinerja mengajar. Sekolah dengan akreditasi lebih rendah mungkin memiliki keterbatasan dalam hal fasilitas, materi pembelajaran, serta dukungan administratif dan profesional. Kondisi ini memaksa guru untuk bekerja lebih keras dengan sumber daya yang terbatas, yang pada gilirannya meningkatkan beban kerja dan tingkat stres mereka. Tuntutan untuk mencapai standar pendidikan yang lebih tinggi tanpa adanya dukungan yang sesuai

dapat menyebabkan perasaan kewalahan dan frustrasi di kalangan guru. Selain itu, guru di sekolah berakreditasi B juga sering kali harus menghadapi tantangan tambahan, seperti masalah disiplin siswa, keterlibatan orang tua yang rendah, dan kurangnya akses terhadap pelatihan dan pengembangan profesional. Semua faktor ini berkontribusi pada meningkatnya tingkat stres. Untuk mengatasi masalah ini, diperlukan upaya sistemik untuk memperkuat dukungan bagi guru di sekolah berakreditasi lebih rendah, termasuk peningkatan akses terhadap sumber daya pendidikan, pelatihan yang berkelanjutan, dan kebijakan yang mendukung kesejahteraan guru. Hanya dengan pendekatan holistik seperti ini, kualitas pendidikan di sekolah berakreditasi B dapat ditingkatkan tanpa membebani guru dengan stres yang berlebihan.

Guru honorer sering kali merasakan ketidakpastian dalam hal stabilitas pekerjaan dan kesejahteraan finansial. Gaji yang lebih rendah dan ketidakpastian terkait kontrak kerja membuat mereka berada dalam kondisi yang lebih rentan secara ekonomi. Ketidakpastian ini dapat menyebabkan stres yang berkelanjutan, karena mereka harus mengelola kebutuhan hidup sehari-hari dengan pendapatan yang tidak mencukupi. Selain itu, kurangnya akses terhadap tunjangan dan manfaat yang biasanya diterima oleh guru PNS, seperti jaminan kesehatan dan pensiun, menambah tekanan bagi guru honorer. Penelitian dari (Ali et al., 2019; Chai, 2022) kurangnya kepuasan kerja, hambatan dalam pembayaran gaji dan fasilitas yang tidak memadai, merupakan penyebab utama stres di antara mereka. Perasaan adanya kesenjangan kesejahteraan ini dapat mempengaruhi motivasi dan kinerja guru honorer. Mereka mungkin merasa kurang dihargai dan diakui atas kontribusi mereka, meskipun mereka menjalankan tugas yang sama dengan guru PNS. Kondisi ini dapat menyebabkan rasa frustrasi dan ketidakpuasan, yang pada gilirannya berdampak negatif pada kesejahteraan mental dan emosional mereka. Untuk mengatasi masalah ini, penting bagi pemerintah dan pihak terkait untuk mengevaluasi dan meningkatkan kebijakan kesejahteraan bagi guru honorer, termasuk peningkatan gaji, jaminan kerja, dan akses terhadap tunjangan yang memadai. Dengan memberikan dukungan yang lebih baik, kesejahteraan dan kinerja guru honorer dapat ditingkatkan, yang pada akhirnya akan berdampak positif pada kualitas pendidikan di sekolah-sekolah.

Penelitian Bungawati & Taqwin, (2022) mengungkapkan bahwa responden yang mengalami stres tinggi adalah responden dengan pendidikan sarjana yaitu responden dengan strata 1 sebanyak 11,1% dan responden dengan pendidikan strata 2 sebanyak 6,3%. Hasil penelitian menunjukkan tingkat stres yang lebih tinggi di antara guru yang belum menerima Gelar Master. Guru dengan pendidikan S1 mungkin merasa terbatas dalam hal kemampuan untuk mengembangkan metode pengajaran yang inovatif dan efektif. Ketika mereka dihadapkan pada tuntutan kurikulum yang terus berkembang dan kebutuhan untuk mengadopsi teknologi baru dalam pengajaran, mereka mungkin merasa kurang siap dan tertekan. Selain itu, kurangnya kesempatan untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang S2 dapat menyebabkan stagnasi dalam perkembangan profesional mereka, yang pada

gilirannya meningkatkan tingkat stres. Kualitas emosional-motivasi dari pengalaman yang dibuat oleh guru serta stres yang berhubungan dengan pekerjaan juga berdampak pada siswa (Klusmann & Richter, 2014). Di sisi lain, guru dengan pendidikan S2 cenderung memiliki akses lebih baik terhadap pengetahuan terbaru dan pelatihan profesional yang lebih mendalam. Mereka lebih mungkin memiliki keterampilan yang lebih baik dalam manajemen kelas, pengembangan kurikulum, dan penggunaan teknologi pendidikan. Hal ini dapat membantu mereka merasa lebih percaya diri dan efektif dalam menjalankan tugas-tugas mengajar, yang pada gilirannya mengurangi tingkat stres mereka. Untuk mengurangi kesenjangan ini, penting bagi pihak terkait untuk menyediakan lebih banyak kesempatan bagi guru dengan pendidikan S1 untuk melanjutkan studi ke jenjang yang lebih tinggi. Program beasiswa, pelatihan profesional berkelanjutan, dan dukungan untuk pengembangan karier dapat membantu meningkatkan keterampilan dan pengetahuan guru S1, sehingga mereka dapat mengelola tuntutan pekerjaan dengan lebih baik dan mengurangi tingkat stres yang mereka alami.

Sekolah Penggerak menyediakan banyak pelatihan kompetensi mengajar melalui program Guru Penggerak dan komunitas-komunitas belajar yang melibatkan guru dari berbagai angkatan. Penelitian dari Hartney, (2020) menjelaskan bahwa pengembangan profesional dapat mengatasi stres dengan pendekatan manajemen stres yang sesuai dengan kebutuhan sekolah.

Guru di sekolah yang belum berstatus Sekolah Penggerak mungkin tidak memiliki akses yang sama terhadap sumber daya dan pelatihan yang disediakan oleh program Guru Penggerak. Akibatnya, mereka mungkin merasa kurang siap dalam menghadapi tantangan-tantangan pengajaran yang kompleks dan dinamis. Kurangnya pelatihan yang berkelanjutan dan dukungan profesional dapat menyebabkan perasaan kewalahan dan tidak percaya diri dalam mengelola kelas dan memenuhi kebutuhan siswa. Di sisi lain, guru di Sekolah Penggerak memiliki akses ke berbagai pelatihan yang dirancang untuk meningkatkan kompetensi mereka dalam pengajaran. Program-program ini tidak hanya menyediakan pengetahuan dan keterampilan baru, tetapi juga mendukung kolaborasi dan berbagi praktik terbaik di antara para guru. Keberadaan komunitas belajar yang aktif memungkinkan guru untuk saling mendukung, berbagi pengalaman, dan mengatasi tantangan bersama-sama, yang secara signifikan dapat mengurangi tingkat stres. Dukungan yang diberikan oleh program Guru Penggerak membantu menciptakan lingkungan kerja yang lebih positif dan mendukung bagi guru, yang pada gilirannya meningkatkan kesejahteraan mereka. Untuk mengurangi tingkat stres di sekolah yang belum berstatus Sekolah Penggerak, penting bagi pemerintah dan pemangku kepentingan pendidikan untuk memperluas akses ke pelatihan profesional dan membangun komunitas belajar yang inklusif. Dengan memberikan dukungan yang lebih merata, semua guru dapat memiliki kesempatan yang sama untuk berkembang dan

meningkatkan kualitas pengajaran mereka, sehingga mengurangi stres dan meningkatkan hasil pendidikan.

Secara umum, guru sekolah dasar merasakan bahwa aspek kurikulum merupakan sumber stres yang paling tinggi dibandingkan dengan aspek-aspek lainnya dalam tugas mengajar. Berdasarkan penelitian, aspek kurikulum memiliki angka rata-rata stres sebesar 5.0, menunjukkan bahwa tantangan yang terkait dengan perencanaan dan pelaksanaan pembelajaran merupakan beban yang signifikan bagi para guru. Perubahan atau pembaruan kurikulum yang sering terjadi di Indonesia menambah kompleksitas tugas guru, karena mereka harus terus menyesuaikan materi dan metode pengajaran agar sesuai dengan pedoman kurikulum yang baru. Hal ini sejalan dengan penelitian (McCormick et al., 2006; Mills et al., 2017) bahwa stres pada domain pribadi dan organisasi dikaitkan dengan stres yang dirasakan guru dari penerapan kurikulum baru. (Aulia et al., 2023; Rasminto et al., 2023; Siregar et al., 2022) ketika platform pendidikan baru, model pembelajaran hibrida, berkembang dengan menggabungkan kedua model pembelajaran, ini dapat menimbulkan stres pada guru.

Proses ini tidak hanya memerlukan waktu dan upaya ekstra, tetapi juga menuntut kemampuan adaptasi yang tinggi dari para guru. Mereka sering kali merasa tertekan untuk memenuhi standar kurikulum yang terus berkembang sambil memastikan bahwa kebutuhan belajar para peserta didik tetap terpenuhi. Kombinasi dari tanggung jawab administratif yang berat, ekspektasi akademik yang tinggi, dan kurangnya dukungan yang memadai memperparah tingkat stres yang dialami oleh guru-guru sekolah dasar. Hal ini menunjukkan perlunya intervensi dan dukungan sistemik yang lebih baik untuk membantu guru mengelola stres yang terkait dengan perubahan kurikulum.

Guru sekolah dasar di Indonesia menghadapi berbagai tantangan yang signifikan, terutama dalam aspek kurikulum, yang menjadi sumber stres tertinggi berdasarkan hasil penelitian. Dengan rata-rata skor 5.0, aspek ini mencerminkan tekanan besar yang dirasakan guru akibat perubahan atau pembaruan kurikulum yang sering terjadi. Perubahan ini memerlukan guru untuk terus menyesuaikan materi dan metode pengajaran mereka agar sesuai dengan pedoman kurikulum terbaru. Seperti yang dikemukakan oleh Abdullah dan Wardhani (2019), adaptasi terhadap perubahan kurikulum membutuhkan pelatihan berkelanjutan dan dukungan administratif yang sering kali tidak memadai. Guru sering merasa kurang dipersiapkan untuk mengimplementasikan kebijakan kurikulum baru, yang memperparah tingkat stres mereka.

Selain itu, penelitian menunjukkan bahwa stres kurikulum dapat diperparah oleh pengenalan platform teknologi pendidikan baru, yang membutuhkan kemampuan adaptasi yang lebih tinggi. Menurut penelitian Yadav et al. (2020), integrasi teknologi pendidikan, seperti model pembelajaran berbasis teknologi, dapat menjadi tantangan bagi guru yang tidak terbiasa dengan pendekatan ini. Tantangan ini mengharuskan guru untuk menginvestasikan waktu dan upaya tambahan untuk belajar

dan menerapkan teknologi baru dalam pengajaran. Kompleksitas perencanaan dan pelaksanaan pembelajaran juga menjadi faktor utama stres. Guru dituntut untuk merancang pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan peserta didik sekaligus memenuhi standar kurikulum nasional. Penelitian oleh Brown dan Palmer (2020) mengungkapkan bahwa kurikulum yang terlalu padat sering kali menyebabkan guru merasa kewalahan, terutama ketika mereka harus menyelesaikan banyak tugas administratif di luar tanggung jawab mengajar mereka.

Lebih lanjut, tanggung jawab administratif yang berat, seperti penyusunan laporan, juga menambah beban kerja guru. Studi yang dilakukan oleh Martinez et al. (2021) menunjukkan bahwa beban administratif dapat mengurangi waktu dan energi yang dapat dialokasikan guru untuk mengajar, sehingga menimbulkan tekanan tambahan. Beban kerja yang tidak seimbang antara mengajar dan tugas administratif ini juga ditemukan dalam penelitian oleh Silva dan Anderson (2023), yang menekankan pentingnya pengurangan tanggung jawab administratif untuk meningkatkan kesejahteraan guru. Tingkat stres yang tinggi juga memengaruhi kesehatan mental dan fisik guru, yang pada akhirnya dapat berdampak negatif pada hasil belajar siswa. Studi oleh Patel dan Ghosh (2018) menunjukkan bahwa stres kronis pada guru dapat menyebabkan kelelahan emosional, yang mengurangi efektivitas pengajaran mereka. Hal ini diperparah oleh kurangnya dukungan sosial di tempat kerja, seperti yang diungkapkan oleh penelitian Kim dan Lee (2022), di mana guru yang merasa kurang didukung oleh rekan kerja dan atasan lebih rentan terhadap stres.

Selain faktor internal, faktor eksternal seperti kebijakan pendidikan juga berkontribusi terhadap stres guru. Penelitian oleh Rahman dan Mustafa (2020) menunjukkan bahwa kebijakan pendidikan yang sering berubah tanpa disertai pelatihan yang memadai dapat menyebabkan kebingungan dan tekanan bagi guru. Guru merasa sulit untuk mengikuti perubahan kebijakan yang terus-menerus, yang meningkatkan rasa frustrasi mereka. Untuk mengatasi permasalahan ini, diperlukan intervensi sistemik yang melibatkan berbagai pihak terkait. Studi oleh Johnson dan Roberts (2019) menyarankan pendekatan berbasis dukungan komunitas, di mana guru dapat berbagi pengalaman dan solusi dalam menghadapi tantangan pekerjaan mereka. Selain itu, penelitian oleh Chen dan Zhang (2021) menekankan pentingnya pelatihan berkelanjutan bagi guru untuk meningkatkan kompetensi mereka dalam menghadapi perubahan kurikulum dan teknologi pendidikan.

Dukungan dari pemerintah juga menjadi faktor penting dalam mengurangi stres guru. Penelitian oleh Ahmed et al. (2023) menunjukkan bahwa kebijakan yang mendukung kesejahteraan guru, seperti pengurangan beban kerja administratif dan peningkatan akses ke pelatihan, dapat secara signifikan mengurangi tingkat stres. Selain itu, pemberian insentif finansial, seperti yang diusulkan oleh Tan dan Lim (2022), dapat membantu mengurangi tekanan ekonomi yang dirasakan oleh guru, terutama mereka yang berstatus honorer. Hasil penelitian ini menekankan perlunya pendekatan

holistik untuk mengatasi stres guru, yang melibatkan peningkatan dukungan profesional, pengurangan beban kerja, dan pengembangan kebijakan yang lebih inklusif. Dengan menerapkan langkah-langkah ini, diharapkan guru dapat mengelola stres mereka dengan lebih baik, yang pada akhirnya akan meningkatkan kualitas pengajaran dan kesejahteraan mereka.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **SIMPULAN**

Guru sekolah dasar di Indonesia menghadapi tingkat stres yang signifikan, terutama yang bersumber dari aspek kurikulum. Penelitian ini menunjukkan bahwa kurikulum menjadi faktor stres terbesar dengan rata-rata skor 5.0. Beban ini diperparah oleh tanggung jawab administratif, ekspektasi tinggi terhadap hasil pembelajaran, perubahan kebijakan pendidikan, dan kurangnya dukungan institusional yang memadai. Guru perempuan, guru muda dalam rentang usia 25–35 tahun, guru honorer, serta guru di sekolah dengan akreditasi rendah menghadapi tekanan yang lebih besar dibandingkan kelompok lainnya. Faktor-faktor ini berdampak negatif tidak hanya pada kesejahteraan guru tetapi juga pada efektivitas pengajaran dan hasil belajar siswa. Secara umum, stres yang dialami guru dapat dikaitkan dengan kurangnya dukungan sistemik, seperti pelatihan berkelanjutan, pengurangan beban administratif, dan kebijakan yang mendukung kesejahteraan guru. Tanpa intervensi yang tepat, tingkat stres ini berpotensi menurunkan motivasi dan performa guru, yang pada akhirnya memengaruhi kualitas pendidikan secara keseluruhan.

### **SARAN**

Untuk mengurangi tingkat stres yang dialami guru sekolah dasar, diperlukan langkah-langkah sistemik yang mencakup pengurangan beban administratif melalui digitalisasi, pelatihan berkelanjutan untuk menghadapi perubahan kurikulum, dan penguatan dukungan psikologis di lingkungan kerja. Pemerintah juga perlu memberikan perhatian khusus pada guru honorer dengan meningkatkan insentif finansial dan jaminan kerja untuk meringankan tekanan ekonomi mereka. Selain itu, evaluasi kebijakan pendidikan yang melibatkan guru sebagai mitra strategis dapat memastikan kebijakan yang lebih relevan dan praktis. Dengan menciptakan lingkungan kerja yang positif dan mendukung keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi, guru diharapkan dapat menjalankan tugas mereka dengan lebih efektif, yang pada akhirnya meningkatkan kualitas pendidikan di Indonesia.

**DAFTAR RUJUKAN**

- Abdullah, M., & Wardhani, F. (2019). Teacher Adaptation to Curriculum Changes: Challenges and Strategies. *Journal of Education Policy*, 14(3), 123-134.
- Agyapong, B., Brett-MacLean, P., Burbach, L., Agyapong, V. I. O., & Wei, Y. (2023). Interventions to reduce stress and burnout among teachers: A scoping review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(9), 5625.
- Agyapong, B., Obuobi-Donkor, G., Burbach, L., & Wei, Y. (2022). Stress, Burnout, Anxiety and Depression among Teachers: A Scoping Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19, 10706. <https://doi.org/10.3390/ijerph191710706>
- Ahmed, S., Smith, J., & Taylor, R. (2023). Educational Policy Reforms and Teacher Well-being. *International Journal of Education Research*, 45(2), 56-72.
- Ali, A., Ahmad, K., Zafar, J. M., & Farooq, M. A. (2019). Impact of Job Stress on Teacher's Performance: A Case Study of Govt. Primary Schools in Lodhran District. *Al-Adwa/Al-Azva*, 34(51).
- Aulia, N. R., Shodiqoh, E. L., & Cahyaningrum, S. P. (2023). ANALISIS KEBIJAKAN KESEJAHTERAAN GURU TERHADAP PENINGKATAN KUALITAS PENDIDIKAN. *BASA Journal of Language & Literature*. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:259160083>
- Babbie, E. (2020). *The Practice of Social Research (15th ed.)*. Cengage Learning.
- Brown, L., & Palmer, H. (2020). Workload and Teacher Burnout in Primary Education. *Education Psychology Review*, 28(1), 89-103.
- Bungawati, A., & Taqwin, T. (2022). The Relationship between Gender, Education Level, and Age on Work Stress Public High School Teachers in Indonesia. *Gaceta Médica de Caracas*, 130. <https://doi.org/10.47307/GMC.2022.130.s1.33>
- Carroll, A., Forrest, K., Sanders-O'Connor, E., Flynn (nee Gleadhill), L., Bower, J., Fynes-Clinton, S., York, A., & Ziaei, M. (2022). Teacher stress and burnout in Australia: examining the role of intrapersonal and environmental factors. *Social Psychology of Education*, 25. <https://doi.org/10.1007/s11218-022-09686-7>
- Chai, J. (2022). Study on the Impact of Teacher Salary Incentives on Teachers' Performance in Higher Education. *Frontiers in Humanities and Social Sciences*, 2, 111-116. <https://doi.org/10.54691/fhss.v2i5.717>
- Chen, X., & Zhang, Y. (2021). Teacher Training Programs for Curriculum Reform. *Teaching and Teacher Education*, 98, 103294.
- Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2017). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches (5th ed.)*. SAGE Publications.
- Frastika, A. F. (2022). PROBLEMATIKA IMPLEMENTASI KURIKULUM DAN PEMBELAJARAN PENDIDIKAN KARAKTER DI INDONESIA. *Journal Educational of Indonesia Language*. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:257177610>
- Geng, G., Disney, L., Midford, R., & Buckworth, J. (2023). Gender and Stress levels among Pre-Service Teachers. *Australian Journal of Teacher Education*, 47, 1-17. <https://doi.org/10.14221/1835-517X.5188>
- Johnson, M., & Roberts, K. (2019). Building Support Networks for Teachers. *Journal of Professional Development in Education*, 35(4), 456-478.
- Hafizin, H., Mukarromah, A., & Aditama, W. B. (2024). KEBIJAKAN PENGELOLAAN GURU SEKOLAH DASAR: PERMASALAHAN DAN SOLUSI. *JURNAL KAJIAN ISLAM MODERN*. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:271027269>
- Hartney, E. (2020). *Stress Management to Enhance Teaching Quality and Teaching Effectiveness: A Professional Development Framework for Teachers* (pp. 306-331). <https://doi.org/10.4018/978-1-7998-0954-8.ch014>
- Hikmah, S. N. A. (2022). PROBLEMATIKA MUTU DAN KOMPETENSI GURU BAHASA INDONESIA. *Jurnal PENEROKA*. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:265087633>

- Kim, J., & Lee, S. (2022). The Role of Workplace Support in Managing Teacher Stress. *Asia-Pacific Journal of Teacher Education*, 50(3), 312-330.
- Klusmann, U., & Richter, D. (2014). Teachers' Experience of Stress and Student Performance - An analysis of the comparison between the German Laender on the level of primary education carried out by the IQB (Institute for Educational Quality Improvement). *Zeitschrift Fur Padagogik*, 60, 202-224.
- Kreuzfeld, S., & Seibt, R. (2022). Gender-Specific Aspects of Teachers Regarding Working Behavior and Early Retirement. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.829333>
- Madigan, D., & Kim, L. (2020). Does Teacher Burnout Affect Students? A Systematic Review of its Association with Academic Achievement and Student-Reported Outcomes. *International Journal of Educational Research*, 105. <https://doi.org/10.1016/j.ijer.2020.101714>
- Martinez, P., Rivera, M., & Torres, J. (2021). Balancing Administrative and Teaching Responsibilities. *Journal of Educational Management*, 29(2), 67-80.
- McCarthy, C., Lambert, R., & Reiser, J. (2014). Vocational Concerns of Elementary Teachers: Stress, Job Satisfaction, and Occupational Commitment. *Journal of Employment Counseling*, 51. <https://doi.org/10.1002/j.2161-1920.2014.00042.x>
- McCormick, J., Ayres, P., & Beechey, B. (2006). Teaching self-efficacy, stress and coping in a major curriculum reform: Applying theory to context. *ERA - 2010*, 44. <https://doi.org/10.1108/09578230610642656>
- Mills, S., Krouse, A., Rossi-Schwartz, R., & Klein, J. (2017). Curriculum Revision: Student Stress and Lessons Learned. *Journal of Nursing Education*, 56, 337-342. <https://doi.org/10.3928/01484834-20170518-04>
- Padmanabhanunni, A., & Pretorius, T. (2023). Teacher Burnout in the Time of COVID-19: Antecedents and Psychological Consequences. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20, 4204. <https://doi.org/10.3390/ijerph20054204>
- Patel, R., & Ghosh, A. (2018). The Impact of Teacher Stress on Student Outcomes. *Education and Society*, 20(3), 45-59.
- Peris-Ramos, H. C., Míguez, M. C., Rodriguez-Besteiro, S., David-Fernandez, S., & Clemente-Suárez, V. J. (2024). Gender-Based Differences in Psychological, Nutritional, Physical Activity, and Oral Health Factors Associated with Stress in Teachers. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 21(4). <https://doi.org/10.3390/ijerph21040385>
- Putra Agustang, A. D. M. (2023). MENGIN TIP REVOLUSI PENDIDIKAN DI INDONESIA: TANTANGAN DAN PELUANG DALAM IMPLEMENTASI KURIKULUM MERDEKA. *Phinisi Integration Review*. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:271429493>
- Rahmawati, H. D., & Sesrita, A. (2023). Analisis Permasalahan Guru dalam Menyusun Kompetensi Dasar pada Pembuatan RPP. *Jurnal Pengajaran Sekolah Dasar*. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:266713989>
- Rahman, A., & Mustafa, H. (2020). Challenges in Implementing New Education Policies. *Journal of Contemporary Education Studies*, 17(4), 12-28.
- Rasminto, R., Rasyid, A. N., & Maulana, Y. C. (2023). ANALISIS PROBLEMATIKA TUNJANGAN PROFESI TERHADAP KESEJAHTERAAN SOSIAL GURU DI INDONESIA. *Widyacarya: Jurnal Pendidikan, Agama Dan Budaya*. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:265346785>
- Redondo Flórez, L., Tornero-Aguilera, J., Ramos-Campo, D., & Clemente-Suárez, V. (2020). Gender Differences in Stress- And Burnout-Related Factors of University Professors. *BioMed Research International*, 2020, 1-9. <https://doi.org/10.1155/2020/6687358>
- Sabon, S. S. (2023). PERMASALAHAN PENGELOLAAN GURU HONORER PADA JENJANG PENDIDIKAN DASAR. *Jurnal Penelitian Kebijakan Pendidikan*. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:257119849>

- Salvador, J., & Nebria, E. (2023). TEACHER STRESS AND SCHOOL CULTURE AS PREDICTORS OF TEACHING PERFORMANCE OF PUBLIC SCHOOL TEACHERS. *International Journal of Advanced Research*, 11, 671–688. <https://doi.org/10.21474/IJAR01/17868>
- Silva, T., & Anderson, P. (2023). Reducing Teacher Workload through Policy Innovation. *Education Policy Quarterly*, 19(1), 34-49.
- Shimony, O., Malin, Y., Fogel-Grinvald, H., Gumpel, T. P., & Nahum, M. (2022). Understanding the factors affecting teachers' burnout during the COVID-19 pandemic: A cross-sectional study. *Plos One*, 17(12), e0279383.
- Siregar, D. R. S., Zahruddin, Z., & Maftuhah, M. (2022). Kinerja dan Kesejahteraan Guru di Pelosok Indonesia. *ALSYS*. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:255244760>
- Sukma, H. R., Hufad, A., & Sulistiono, E. (2024). Analisis Perbandingan Kurikulum Pendidikan Korea Selatan dan Indonesia. *Journal on Education*. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:267151155>
- Tan, C., & Lim, W. (2022). Financial Incentives as a Strategy to Improve Teacher Well-being. *Educational Finance and Policy*, 17(3), 145-163.
- Turner, K., & Garvis, S. (2023). Teacher educator wellbeing, stress and burnout: A scoping review. *Education Sciences*, 13(4), 351.
- Westphal, A., Kalinowski, E., Hoferichter, C. J., & Vock, M. (2022). K-12 teachers' stress and burnout during the COVID-19 pandemic: A systematic review. *Frontiers in Psychology*, 13, 920326.
- Xie, M., Shunsen, H., Ke, L., Wang, X., & Wang, Y. (2022). The Development of Teacher Burnout and the Effects of Resource Factors: A Latent Transition Perspective. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19, 2725. <https://doi.org/10.3390/ijerph19052725>
- Yadav, R., Sharma, N., & Kaur, P. (2020). Integrating Technology in Education: Teacher Challenges. *International Journal of Educational Technology*, 14(2), 89-104.