



RESILIENSI DAN PROBLEMATIKA: SURVEI BEBAN KERJA GURU SD DI KABUPATEN LAMPUNG TIMUR

Yola Yuniantari¹, Siti Nurlaila², Muhammad Ihsan Dacholfany³, Agus Sutanto⁴

^{1,2,3,4} Universitas Muhammadiyah Metro, Indonesia

Email: yolayuniantari@gmail.com



DOI: <https://doi.org/10.34125/jmp.v11i4.3312>

Sections Info

Article history:

Submitted: 13 June 2026

Final Revised: 21 June 2026

Accepted: 6 August 2026

Published: 26 August 2026

Keywords:

Excessive Workload

Teacher Issues

Elementary Schools

Administrative Burden

Job Demands



ABSTRACT

Objective: This study aims to describe the conditions, empirically analyze the effect of teacher problems on work overload, and formulate strategic policy recommendations for educators at Elementary Schools in East Lampung Regency. **Methods:** The research employed a descriptive quantitative survey with a causal associative approach. A total of 96 teachers were involved as the sample, selected through the Multi-Stage Proportional Stratified Random Sampling technique. Data were collected using a validated Likert scale questionnaire and subsequently analyzed using simple linear regression assisted by JASP software. **Results:** The level of teacher problems and work overload were generally in the moderate category. Regression analysis found a positive and highly significant effect of teacher problems on work overload with $p < 0.001$ and a t-count of 8.835. Teacher problems contributed 45.4% to work exhaustion. Overlapping administrative roles, such as serving as a treasurer or school operator, were proven to directly trigger work overload. **Novelty:** This study provides a theoretical modification to the Job Demands-Resources (JD-R) Model within regional primary schools, revealing that the primary trigger of work overload has shifted from pedagogical interactions to purely bureaucratic pressures and reporting routines due to the absence of specialized administrative staff.

ABSTRAK

Objektif: Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan kondisi, menganalisis secara empiris pengaruh permasalahan guru terhadap beban kerja berlebih, serta merumuskan rekomendasi kebijakan strategis bagi pendidik di Sekolah Dasar Kabupaten Lampung Timur. **Metode:** Metode yang diterapkan adalah survei kuantitatif deskriptif melalui pendekatan kausal asosiatif. Sebanyak 96 guru dilibatkan sebagai sampel menggunakan teknik Multi-Stage Proportional Stratified Random Sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner skala Likert yang telah tervalidasi, kemudian dianalisis menggunakan regresi linear sederhana berbantuan perangkat lunak JASP. **Hasil:** Tingkat permasalahan dan beban kerja berlebih secara umum berada pada kategori sedang. Analisis regresi menemukan pengaruh positif dan sangat signifikan dari permasalahan guru terhadap beban kerja berlebih dengan $p < 0,001$ dan t-hitung 8,835. Permasalahan guru memberikan kontribusi pengaruh sebesar 45,4% terhadap kelelahan kerja. Tumpang tindih peran administratif seperti tugas bendahara atau operator sekolah secara langsung memicu beban kerja berlebih. **Kebaruan:** Kajian ini memberikan modifikasi teoritis pada Job Demands-Resources (JD-R) Model dalam konteks sekolah dasar daerah, mengungkap bahwa pemicu utama beban kerja berlebih telah beralih dari interaksi pedagogis menjadi murni tekanan birokrasi dan rutinitas pelaporan akibat ketiadaan staf administrasi.

Kata kunci: Beban Kerja Berlebih, Permasalahan Guru, Sekolah Dasar, Beban Administratif, Tuntutan Pekerjaan.

PENDAHULUAN

Guru memegang peranan krusial sebagai ujung tombak penyelenggaraan pendidikan yang bermutu. Sebagai tenaga profesional, tugas utama guru mencakup kegiatan mendidik, mengajar, membimbing, dan mengevaluasi peserta didik secara optimal, sebagaimana tertuang dalam amanat Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 14 Tahun 2005 (2005). Namun, realitas empiris di lapangan menunjukkan bahwa kompleksitas pekerjaan pendidik saat ini semakin meningkat tajam seiring dengan transformasi sistem pendidikan. Para guru dituntut untuk tidak hanya cakap dan inovatif di dalam ruang kelas, tetapi juga harus mengemban berbagai tanggung jawab administratif dan manajerial tambahan yang memakan alokasi waktu serta energi secara signifikan (Mulyasa, 2022).

Fenomena ketidakseimbangan tanggung jawab tersebut sangat relevan dijelaskan melalui pendekatan *Job Demands-Resources (JD-R) Model*. Model teoritis ini menegaskan bahwa beban kerja berlebih terjadi ketika tuntutan tugas profesi, tekanan waktu, serta tingkat kesulitan pekerjaan melampaui sumber daya maupun kapasitas individu yang tersedia (Bakker & Demerouti, 2023). Ketika tuntutan profesional, beban administratif, dan ekspektasi sosial tidak diimbangi dengan dukungan organisasi yang memadai, tenaga pendidik sangat rentan mengalami tekanan psikologis yang mengarah pada kelelahan emosional dan fisik (Montgomery & Rupp, 2022).

Tinjauan terhadap berbagai penelitian terdahulu mengonfirmasi bahwa tingginya beban kerja pendidik telah menjadi isu strategis secara global maupun nasional. Survei berskala internasional membuktikan bahwa hampir separuh dari total jam kerja guru tersita untuk penyelesaian dokumen administrasi, sistem penilaian, dan berbagai tugas non-pembelajaran lainnya (OECD, 2020). Di tingkat nasional, kajian empiris menemukan bahwa sistem tata kelola sekolah yang belum optimal serta minimnya ketersediaan tenaga kependidikan memaksa guru untuk mengambil alih tugas-tugas teknis tata usaha. Kondisi beban kerja yang melebihi kapasitas normal ini memberikan dampak negatif terhadap tingkat komitmen organisasi guru (Fitriyani, 2024). Lebih lanjut, hal ini berpotensi menurunkan kualitas pembelajaran serta memicu tingkat stres yang tinggi (Nurhaliza, 2020).

Urgensi penelitian ini didasarkan pada kondisi struktural yang tidak ideal yang secara nyata dialami oleh para tenaga pendidik di tingkat Sekolah Dasar di Kabupaten Lampung Timur. Banyak guru di wilayah tersebut yang terpaksa merangkap peran ganda karena ketiadaan tenaga administrasi khusus. Sebagai bentuk justifikasi urgensi permasalahan tersebut, Tabel 1 menyajikan indikasi tuntutan kerja ganda yang membebani tenaga pendidik berdasarkan observasi lapangan awal.

Tabel 1. Indikasi Permasalahan Beban Peran Ganda Guru SD (Pra-Survei)

No	Jenis Tugas Tambahan Utama	Intensitas Keterlibatan	Dampak Tuntutan Pekerjaan (Job Demands)
1	Bendahara Dana BOS	Tinggi (Rutin)	Tekanan administratif tinggi, penyitaan waktu luang untuk penyusunan laporan keuangan.
2	Operator Sekolah (Dapodik, dll)	Tinggi (Berkala)	Beban entri data digital dan pemutakhiran sistem akademik di luar jam wajib mengajar.
3	Peran Ganda (Lebih dari 2 tugas)	Sedang - Tinggi	Memicu kebingungan peran (role ambiguity), kelelahan mental, serta tumpang tindih waktu.

Tumpang tindih tanggung jawab di atas menciptakan permasalahan multidimensi yang merugikan, mencakup kesulitan manajemen waktu dan tekanan psikososial (Puspa et al., 2021). Berbagai permasalahan ini mencerminkan adanya ketimpangan yang jauh antara tuntutan pekerjaan institusional dengan kapasitas aktual guru di tingkat daerah, sehingga

sangat mendesak untuk diteliti lebih dalam (Windasari et al., 2025).

Meskipun banyak penelitian sebelumnya telah menyoroiti dampak tugas tambahan terhadap kinerja pendidik, sebagian besar kajian tersebut masih menitikberatkan pada pengaruh faktor tunggal secara terpisah. Penelitian ini menawarkan kebaruan dengan mengevaluasi permasalahan guru secara terpadu sebagai sebuah variabel multidimensi yang terintegrasi, meliputi elemen profesional, administratif, manajerial, sosial, dan psikologis. Berbeda dengan berbagai studi sebelumnya yang mengasumsikan bahwa beban guru sekolah dasar semata-mata didominasi oleh interaksi pedagogis (Sari & Setiawan, 2022). Penelitian ini justru menyoroiti pergeseran tuntutan kerja yang murni beralih pada tekanan birokrasi akibat keterbatasan staf sekolah (Alief et al., 2024).

Mengacu pada urgensi permasalahan berupa krisis beban administratif serta kesenjangan literatur yang telah diuraikan, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan kondisi beban kerja guru di Sekolah Dasar Kabupaten Lampung Timur Provinsi Lampung. Secara empiris, penelitian ini juga menganalisis faktor-faktor penyebab terjadinya beban kerja berlebih (Hidayat & Kurniawan, 2022). Selain itu, kajian ini merumuskan rekomendasi kebijakan yang aplikatif guna mengurangi beban kerja tersebut agar selaras dengan proporsi ideal sebagaimana diatur dalam Peraturan Menteri Pendidikan Dasar dan Menengah Republik Indonesia Nomor 11 Tahun 2025 (2025).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan studi kuantitatif non-eksperimental yang menerapkan desain survei deskriptif dengan pendekatan kausal asosiatif. Gambaran umum penelitian ini difokuskan untuk mengkaji dan mengukur secara empiris pengaruh permasalahan guru sebagai faktor determinan terhadap munculnya beban kerja berlebih di lingkungan sekolah dasar, tanpa memberikan perlakuan atau manipulasi eksperimental pada subjek penelitian. Untuk memberikan gambaran metodologis yang komprehensif dan sistematis, seluruh alur pelaksanaan penelitian ini divisualisasikan secara berurutan mulai dari penentuan sampel hingga pengujian hipotesis pada Gambar 1.



Gambar 1. Alur Langkah-Langkah Penelitian

Partisipan dalam penelitian ini ditarik dari populasi yang berjumlah 5.908 guru Sekolah Dasar (SD) negeri dan swasta di 24 kecamatan dalam wilayah Kabupaten Lampung Timur. Mengingat luasnya cakupan populasi, penentuan sampel dilakukan menggunakan teknik *Multi-Stage Proportional Stratified Random Sampling* untuk memastikan objektivitas dan representativitas keterwakilan wilayah serta strata institusi. Berdasarkan perhitungan

menggunakan formula Slovin dengan batas toleransi kesalahan 10%, jumlah sampel akhir yang ditetapkan dan berpartisipasi adalah sebanyak 96 orang guru yang didistribusikan secara proporsional melintasi delapan kecamatan terpilih.

Instrumen dan prosedur pengumpulan data bertumpu pada penggunaan kuesioner atau angket terstruktur yang diukur menggunakan Skala Likert dengan lima alternatif pilihan jawaban. Instrumen awal dikembangkan untuk mengukur dimensi profesional, administratif, manajerial, dan sosio-psikologis guru, serta indikator beban kerja kuantitatif, kualitatif, emosional, dan organisasional. Sebelum disebarkan kepada sampel utama, instrumen ini wajib melalui tahapan validasi logis oleh pakar (*expert judgment*) dan uji coba lapangan (*try out*) untuk menguji validitas empirisnya menggunakan korelasi *Product Moment Pearson*. Selanjutnya, tingkat keandalan dan konsistensi internal instrumen diukur menggunakan koefisien *Cronbach's Alpha*. Prosedur pengumpulan data kemudian dilaksanakan secara sistematis dengan pengawasan ketat untuk menjaga kerahasiaan dan integritas respons partisipan.

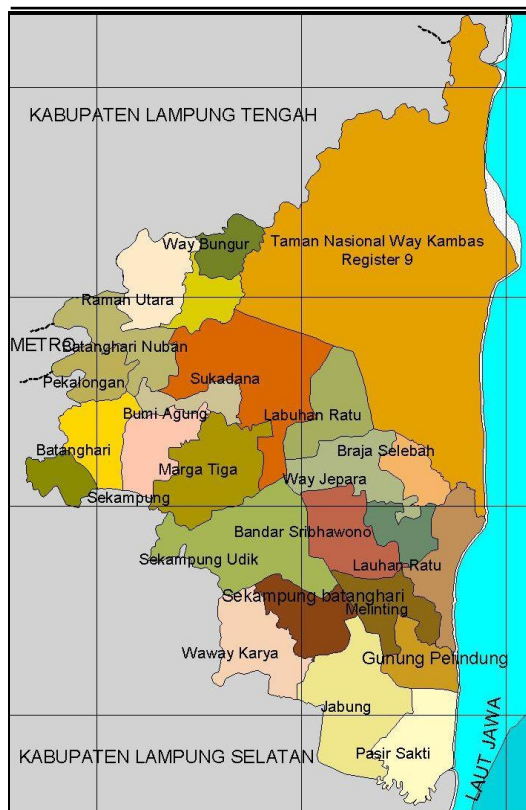
Analisis data dilakukan menggunakan metode kuantitatif berbantuan perangkat lunak statistik JASP. Tahapan analisis diawali dengan statistik deskriptif untuk mengidentifikasi tendensi sentral dan sebaran data. Selanjutnya, kelayakan data diuji melalui serangkaian prasyarat analisis yang meliputi uji normalitas melalui *Standardized Residuals Histogram*, uji linearitas melalui *Regression Plot*, serta uji homoskedastisitas menggunakan *Scatterplot*. Setelah seluruh asumsi parametrik dipastikan terpenuhi, pengujian hipotesis dieksekusi menggunakan analisis regresi linear sederhana untuk membangun model persamaan matematis, uji-t untuk mengevaluasi signifikansi pengaruh secara parsial, serta koefisien determinasi guna mengukur besaran persentase kontribusi permasalahan guru terhadap variasi beban kerja berlebih.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

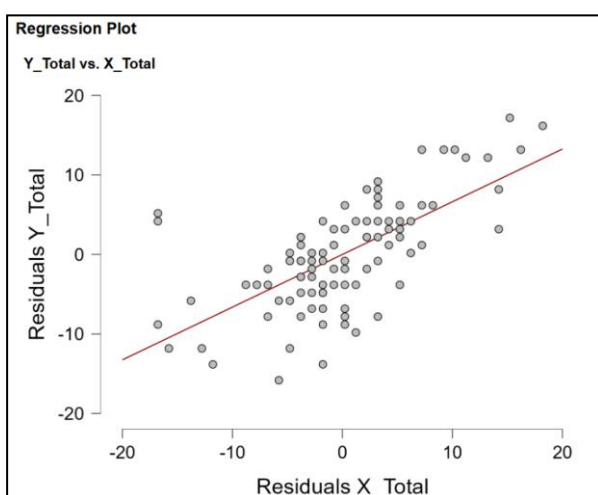
Penelitian ini menganalisis data empiris yang dikumpulkan dari 96 responden guru Sekolah Dasar di Kabupaten Lampung Timur. Sebelum pengujian hipotesis dilakukan, instrumen penelitian telah melalui tahap pemurnian dan uji keandalan. Hasil analisis menunjukkan bahwa dari 16 butir awal, tersisa 12 butir valid untuk variabel permasalahan guru dan 11 butir valid untuk variabel beban kerja berlebih. Pengujian reliabilitas menggunakan koefisien *Cronbach's Alpha* menghasilkan nilai 0,936 untuk instrumen permasalahan guru dan 0,923 untuk beban kerja berlebih, yang mengindikasikan konsistensi internal pada kategori istimewa (*excellent*).

Pemilihan Kabupaten Lampung Timur sebagai lokasi sasaran didasarkan pada tingginya fenomena rangkap jabatan guru yang ditemukan di wilayah tersebut. Untuk memberikan gambaran visual terkait konteks lokasi geografis dan kondisi riil subjek penelitian di lapangan, berikut disajikan peta lokasi penelitian pada Gambar 2.



Gambar 2. Peta Lokasi Penelitian di Kabupaten Lampung Timur

Data empiris yang telah dihimpun dari lokasi tersebut selanjutnya diuji kelayakannya sebelum masuk pada analisis regresi. Hasil pengujian menunjukkan bahwa seluruh data yang diperoleh telah memenuhi asumsi prasyarat analisis statistik parametrik. Uji normalitas melalui *Standardized Residuals Histogram* mengonfirmasi bahwa sebaran data residual membentuk kurva lonceng simetris. Selain itu, hubungan linear antara variabel juga telah terpenuhi, di mana titik-titik observasi menyebar simetris mengikuti arah garis lurus diagonal (*slope* positif) tanpa pola kelengkungan non-linear, sebagaimana divisualisasikan pada grafik berikut ini.



Gambar 3. Grafik tingkat sebaran residual (*Regression Plot*) variabel Permasalahan Guru dan Beban Kerja Berlebih.

Berdasarkan analisis statistik deskriptif, mayoritas responden berada pada tingkat yang

seragam untuk kedua variabel. Tingkat permasalahan guru paling banyak terpusat pada kategori sedang, yakni mencapai 77,08% (74 guru). Pola yang sama juga terlihat pada tingkat beban kerja berlebih, di mana 71,88% responden (69 guru) melaporkan beban kerja pada kategori sedang. Rincian profil tugas tambahan responden – yang mencatat 30,21% guru menjabat sebagai Bendahara BOS, 23,96% sebagai Operator Sekolah, dan 17,71% guru memikul lebih dari dua tugas tambahan sekaligus – serta distribusi frekuensi kategorisasi variabel penelitian secara lengkap disajikan pada Tabel 1 dan 2 di bawah ini.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Kategori Permasalahan Guru (X)

Kategori	Interval Skor	Frekuensi	Persentase
Rendah	$X < 33,81$	9	9,38%
Sedang	$33,81 \leq X < 47,75$	74	77,08%
Tinggi	$X \geq 47,75$	13	13,54%
Jumlah		96	100%

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kategori Beban Kerja Berlebih (Y)

Kategori	Interval Skor	Frekuensi	Persentase
Rendah	$Y < 30,96$	14	14,58%
Sedang	$30,96 \leq Y < 44,68$	69	71,88%
Tinggi	$Y \geq 44,68$	13	13,54%
Jumlah		96	100%

Untuk menguji signifikansi pengaruh, dilakukan analisis regresi linear sederhana berbantuan perangkat lunak JASP. Hasil analisis inferensial mengungkap nilai koefisien regresi bernilai positif, yang menunjukkan adanya pengaruh yang searah antara kedua variabel secara statistik sebagaimana terangkum secara rinci pada tabel 3 berikut.

Tabel 3. Hasil Analisis Regresi Linear Sederhana dan Koefisien Determinasi

Variabel	Koefisien Regresi (Unstandardized)	t-hitung	p-value	Keterangan
Konstanta (Intercept)	10.79	3.478	< 0,001	Signifikan
Permasalahan Guru (X)	0.663	8.835	< 0,001	Signifikan
R (Korelasi)	0.674			
R ² (Koefisien Determinasi)	0.454			

Berdasarkan hasil uji t pada Tabel 3, diperoleh nilai t-hitung sebesar 8,835 dengan tingkat signifikansi $p < 0,001$. Angka probabilitas yang berada jauh di bawah taraf nyata 0,05 ini memutuskan penolakan H_0 dan penerimaan H_a , yang berarti permasalahan guru memiliki pengaruh positif dan sangat signifikan terhadap beban kerja berlebih. Model persamaan regresi yang terbentuk adalah $Y = 10,79 + 0,663X$, yang bermakna bahwa setiap penambahan satu satuan permasalahan guru akan secara proporsional meningkatkan beban kerja berlebih sebesar 0,663 satuan. Selain itu, nilai koefisien determinasi (R^2) tercatat sebesar 0,454, yang mengonfirmasi bahwa akumulasi permasalahan menyumbang kontribusi pengaruh sebesar 45,4% terhadap tingginya kelelahan kerja yang dialami oleh responden.

Pembahasan

Interpretasi atas temuan deskriptif mengungkap fenomena menarik terkait manajemen sumber daya manusia di tingkat sekolah dasar daerah. Meskipun tingkat beban kerja berada pada kategori sedang, data empiris menunjukkan adanya ketimpangan distribusi tanggung jawab, di mana fungsi administratif seperti bendahara dan pendataan daring (operator) dilimpahkan langsung kepada tenaga pendidik. Fakta bahwa 17,71% guru memegang lebih dari dua peran ganda mengindikasikan adanya kebingungan peran ganda (*role ambiguity*) yang memicu kelelahan waktu dan energi. Fenomena ini memperkuat validitas *Job Demands-Resources* (JD-R) Model yang dikemukakan oleh Bakker & Demerouti (2023), yang menegaskan bahwa tekanan psikologis berawal dari ketidakseimbangan antara tuntutan tugas institusional dan kapasitas sumber daya organisasi yang tersedia.

Secara inferensial, pengaruh signifikan sebesar 45,4% dari permasalahan guru terhadap beban kerja berlebih mengonfirmasi bahwa tekanan kerja saat ini tidak lagi didominasi oleh kendala interaksi pedagogis, melainkan oleh rutinitas birokrasi dan tuntutan pelaporan. Nilai konstanta sebesar 10,79 poin pada persamaan regresi mengisyaratkan bahwa tanpa adanya tambahan hambatan administratif pun, profesi guru sudah memiliki beban dasar (*baseline overload*) yang konstan. Peningkatan masalah prosedural sebesar satu tingkat secara konsisten akan melonjakkan beban kerja hingga 0,663 poin, mempercepat risiko *burnout*. Hasil ini sejalan dengan temuan Nurhaliza (2020) dan Fitriyani (2024), yang menyoroti bahwa tumpang tindih peran administratif merupakan katalisator utama kelelahan kerja guru di luar kewajiban mengajar di kelas.

Lebih jauh, temuan empiris ini sangat relevan apabila dikontekstualisasikan dengan prinsip keseimbangan (*Tawazun*) dalam ajaran Islam, khususnya pada Q.S. Al-Baqarah ayat 286, yang menggarisbawahi bahwa pembebanan tanggung jawab tidak boleh melampaui batas kemampuan individu. Secara praktis, sekolah wajib melakukan restrukturisasi manajerial yang tegas untuk mendistribusikan beban secara proporsional, serta mengkompensasi beban kerja administratif dengan pengurangan jam mengajar yang adil.

Menyadari bahwa masih terdapat 54,6% varians penyebab beban kerja berlebih yang belum dijelaskan oleh model ini, disarankan agar penelitian di masa depan dapat mengarahkan fokus investigasinya pada evaluasi efektivitas intervensi eksternal. Arah penelitian baru sebaiknya membedah peran dan efektivitas adopsi Sistem Informasi Manajemen Sekolah (SIMS) berbasis *web* yang terintegrasi, serta mengeksplorasi sejauh mana kehadiran staf tata usaha definitif mampu menekan angka *work overload* secara spesifik pada level pendidikan dasar di wilayah rural maupun sub-urban.

KESIMPULAN

Temuan Mendasar: Penelitian ini membuktikan secara empiris bahwa permasalahan guru berpengaruh positif dan sangat signifikan terhadap beban kerja berlebih di Sekolah Dasar Kabupaten Lampung Timur, dengan kontribusi sebesar 45,4%. Pemicu utamanya bukan lagi isu pedagogis, melainkan krisis birokrasi akibat tumpang tindih peran struktural, seperti tugas merangkap sebagai bendahara operasional sekolah atau operator. Temuan ini mengukuhkan bahwa ketidakseimbangan antara tingginya tuntutan administratif dan minimnya dukungan sumber daya secara langsung memicu *work overload*.

Sebagai **Implikasi**, pemangku kebijakan di sekolah wajib melakukan restrukturisasi tugas yang adil, serta memberi kompensasi pengurangan jam mengajar. Pada level sistemik, Dinas Pendidikan mendesak untuk segera mengalokasikan staf tata usaha definitif di setiap sekolah agar fokus utama guru kembali pada aktivitas mendidik.

Penelitian ini memiliki **batasan** karena model baru mampu menjelaskan 45,4% varians pemicu beban kerja. **Penemuan masa depan:** riset mendatang disarankan untuk mengeksplorasi 54,6% faktor eksternal lainnya yang belum terpetakan, serta mengevaluasi efektivitas penerapan Sistem Informasi Manajemen Sekolah (SIMS) terintegrasi dalam memangkas beban administratif guru.

REFERENSI

- Aisyah, N., & Ramadhan, F. (2022). Kompetensi pedagogik dan tantangan profesional guru sekolah dasar. *Jurnal Kompetensi Pendidik*, 5(2), 77–91.
- Al-Bukhari, M. I. (2011). *Shahih Bukhari* (Terjemahan). Pustaka Azzam.
- Alfianti, E. (2023). Pengaruh media audio visual terhadap hasil belajar pada pembelajaran SBDP siswa kelas V SD Inpres 3/77 Kabupaten Bone. *Jurnal PGSD Universitas Lamappapoleonro*, 1(2), 132.
<https://jurnal.pgsd.unipol.ac.id/index.php/home/article/download/19/22/60>
- Alief, L., Fathulmila, T., & Mamonto, T. (2024). Analisis pengaruh burnout, beban administratif dan work-life balance terhadap kepuasan kerja guru. *Jurnal Pengabdian Masyarakat dan Riset Pendidikan*, 4(1). <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i1.1696>
- Apriana, R., & Rigiarti, H. A. (2024). Tantangan profesionalisme guru di era teknologi masa kini. *Jurnal Pedagogi*, 12(1), 45–54.
<https://jurnal.pbs.fkip.unila.ac.id/index.php/pgsd/article/view/695>
- Arifin, M. (2022). *Pengaruh iklim kerja dan konflik sosial terhadap beban kerja guru* [Skripsi yang tidak diterbitkan]. Universitas Muhammadiyah Metro.
- Arikunto, S. (2018). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik*. Rineka Cipta.
- Astutik, W., Munawir, M., & Hasan, M. Z. (2025). Beban kerja guru dan persepsi kelebihan peran dalam pelaksanaan tugas profesional. *Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan Indonesia*, 4(2), 622–627. <https://jpion.org/index.php/jpi/article/view/358>
- Bakker, A. B., & Demerouti, E. (2007). The job demands–resources model: State of the art. *Journal of Managerial Psychology*, 22(3), 309–328.
<https://doi.org/10.1108/02683940710733115>
- Bakker, A. B., & Demerouti, E. (2023). Job demands–resources theory: Taking stock and looking forward. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational Behavior*, 10(1), 1–28. <https://doi.org/10.1146/annurev-orgpsych-120920-053933>
- Basri, T. S., & Kuncoro, A. W. (2026, February). Pengaruh motivasi kerja, gaya kepemimpinan kepala sekolah, dan beban kerja guru terhadap kinerja guru. <https://doi.org/10.61722/jiem.v4i2.8896>
- Dacholfany, M. I. (2024). Peningkatan kualitas manajemen pendidikan di sekolah dasar melalui pelatihan dan bimbingan. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(1), 5–13.
<https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/cdj/article/view/23991>
- Dara, Y. P., Aisyah, S., Faizah, F., & Rahma, U. (2021). Kesejahteraan guru: Apakah tuntutan emosional kerja dan kepercayaan pada rekan kerja itu penting?. *ECOPSY: Jurnal Psikologi dan Kesejahteraan*, 8(1). <https://doi.org/10.20527/ecopsy.2021.06.010>
- Farhan, S. A., & Warohmah, M. (2025, April). Analisis kebijakan beban kerja guru tinjauan yuridis, sosiologis dan filosofis. <https://doi.org/10.53299/diksi.v6i2.1505>
- Fauzi, A. (2024). *Pengaruh stres kerja terhadap beban kerja berlebih guru Madrasah Ibtidaiyah* [Skripsi yang tidak diterbitkan]. UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Fauzi, S. (2023). Dampak ketidaksesuaian ergonomi sarana kursi kayu pada kenyamanan pendidik: Field study AMM Yogyakarta. *Jurnal Ergonomi Indonesia*, 8(2), 14–22.

- Firmansyah, F., Maharani, M., Muttaqin, A., Ginanjar, G., & Rahayu, M. (2024). Uji linearitas: Analisis hubungan linear antara variabel independen dan dependen pada penelitian pendidikan. *JPPP (Jurnal Penelitian, Pendidikan dan Pengajaran)*, 6(1). <https://jurnal.umsu.ac.id/index.php/JPPG/article/view/23972>
- Fitriyani, N. (2024). *Pengaruh tugas tambahan dan beban administratif terhadap beban kerja guru sekolah dasar* [Skripsi yang tidak diterbitkan]. Universitas Negeri Semarang.
- Giyanti, I., & Fachrizal, I. (2021). Beban kerja mental guru SD di masa pandemi Covid-19 menggunakan metode NASA-TLX. *SENRIABDI: Jurnal Usaha dan Servis*, 1(1). <https://jurnal.usahidsolo.ac.id/index.php/SENRIABDI/article/view/846>
- Hasanah, A. C., & Ibrahim, R. (2024). Beban kerja guru di MI Al Islam Ngemplak Boyolali. *INOVATIF: Jurnal Penelitian Pendidikan, Agama, dan Kebudayaan*, 10(1). <https://doi.org/10.55148/inovatif.v10i1.781>
- Herfiyanti, N., Setiyanti, W., & Wulandari, A. (2024). Peningkatan mutu sekolah dengan perencanaan berbasis data rapor pendidikan. *LEARNING: Jurnal Inovasi Penelitian Pendidikan dan Pembelajaran*, 4(3). <https://jurnalp4i.com/index.php/learning/article/view/3149>
- Hidayat, A. (2021). Desain penelitian kuantitatif dalam kajian pendidikan: Pendekatan survei dan analisis hubungan antarvariabel. *Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia*, 7(2), 123–134.
- Hidayat, A., & Kurniawan, R. (2022). Tahapan penelitian kuantitatif dalam kajian pendidikan: Perencanaan, pelaksanaan, dan pelaporan. *Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia*, 8(2), 115–128.
- Hidayat, R., & Anwar, K. (2024). Evaluasi pembelajaran dan beban psikososial guru di sekolah dasar. *Jurnal Evaluasi Pendidikan*, 15(1), 88–101. <https://journal.unj.ac.id/unj/index.php/jep/article/view/41256>
- Hidayatulloh, F. S. (2023, January). The relationship between workload, human resources planning, and teacher performance. <https://doi.org/10.51454/jet.v4i1.231>
- Kementerian Agama RI. (2019). *Al-Qur'an dan terjemahannya: Mushaf standar Indonesia*. Lajnah Pentashihan Mushaf Al-Qur'an.
- Kyriacou, C. (2018). Teacher stress: Directions for future research. *Educational Review*, 70(4), 427–445. <https://doi.org/10.1080/00131911.2018.1429686>
- Lestari, D., & Firmansyah, A. (2023). Dukungan organisasi dan permasalahan profesional guru. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 12(1), 45–59.
- Maharani, N. A., & Trihantoyo, S. (2026). Pengaruh beban kerja dan kompetensi digital terhadap kinerja guru SMP Negeri Kota Surabaya. *Inspirasi Manajemen Pendidikan*, 12(4). <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/inspirasi-manajemen-pendidikan/article/view/75237>
- Martini, A., & Bastaman, A. (2025, March). Pengaruh gaya kepemimpinan kepala sekolah, beban kerja guru, dan pelatihan terhadap kinerja guru dengan pemediasi kepuasan kerja di SMKN 1 Tanjungpandan. <https://doi.org/10.53299/jppi.v5i2.1337>
- Maulana, R. (2021). *Hubungan permasalahan profesional guru dengan tingkat beban kerja di sekolah dasar* [Skripsi yang tidak diterbitkan]. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Ma'wa, J., Novitawati, & Noorhapizah. (2026, June). Pengaruh self-efficacy guru, beban kerja, dan stres kerja terhadap profesionalitas guru TK di Kecamatan Bati-Bati Kabupaten Tanah Laut. <https://doi.org/10.37985/jer.v5i2.1096>
- Montgomery, C., & Rupp, A. A. (2022). A meta-analysis for exploring the diverse causes and effects of stress in teachers. *Teaching and Teacher Education*, 110. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2021.103584>

- Mufida, R., & Inayah, Z. (2023). Hubungan beban kerja fisik dan beban kerja mental dengan stres kerja. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(3), 5–6. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jkt/article/view/32291>
- Mulyasa, E. (2022). *Menjadi guru profesional: Menciptakan pembelajaran kreatif dan menyenangkan*. PT Remaja Rosdakarya.
- Nugroho, A., & Lestari, D. (2023). Hambatan pengembangan karier guru dalam sistem pendidikan formal. *Jurnal Manajemen Pendidikan*, 15(2), 134–146. <https://ejournal.upi.edu/index.php/jmp/article/view/53210>
- Nugroho, A., & Widodo, S. (2022). Analisis penerapan uji asumsi klasik dalam penelitian manajemen pendidikan. *Jurnal Pendidikan dan Administrasi Pendidikan*, 10(1), 45–58.
- Nur Ain, N., Sari, P., & Maulana, R. (2024). Mengatasi tantangan manajemen kelas di era digital. *NUSRA: Jurnal Penelitian dan Ilmu Pendidikan*, 5(3), 311–320.
- Nurhaliza. (2020). *Pengaruh beban administratif terhadap beban kerja guru sekolah dasar negeri di Kota Bandar Lampung* [Tesis yang tidak diterbitkan]. UIN Raden Intan Lampung.
- Nurlaila, S. (2023). *Pengaruh pelatihan resiliensi terhadap stres akademik mahasiswa*. Universitas Negeri Malang. <http://repository.um.ac.id/id/eprint/349717>
- Nurlaila, S., Hanurawan, F., Eva, N., & Chusniyah, T. (2024). Efektivitas pelatihan resiliensi untuk menurunkan stres akademik mahasiswa. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 13(1), 34–53. <https://doi.org/10.30996/persona.v13i1.10841>
- Nurlaili. (2019). Pengaruh budaya organisasi dan gaya kepemimpinan terhadap kinerja guru dengan lingkungan kerja dan kepuasan kerja sebagai variabel intervening. *J-MIND: Jurnal Manajemen Indonesia*, 4(2). <https://doi.org/10.29103/j-mind.v4i2.3374>
- OECD. (2020). *Teaching and learning international survey (TALIS) 2018 results (Volume I): Teachers and school leaders as lifelong learners*. OECD Publishing. <https://doi.org/10.1787/1d0bc92a-en>
- Oktavianti, S., Dacholfany, M. I., & Sutanto, A. (2019). Pengaruh kepemimpinan kepala sekolah dan perilaku kewarganegaraan organisasi terhadap kinerja guru di SMP se-Kecamatan Purbolinggo Kabupaten Lampung Timur. *Jurnal Lentera Pendidikan Pusat Penelitian LPPM UIM Metro*, 4(2), 58–71. <https://ojs.ummetro.ac.id/index.php/lentera/article/view/1086>
- Pajrini, R., Yusra, Y., & Hidayat, A. (2025). Exploring teachers' difficulties in teaching English at one state primary school. *Al-Fikrah: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 13(1), 77–88. <https://ejournal.uinmybatusangkar.ac.id/ojs/index.php/alfikrah/article/view/13923>
- Parmin, Salong, Tunny, Lating, & Sandi, I. (2023). Hubungan beban kerja fisik dan beban kerja mental dengan kelelahan kerja mengajar pada guru SD di Negeri Lima Kecamatan Leihitu. *Calory Journal Medical Laboratory Journal*, 1(4). <https://doi.org/10.57213/caloryjournal.v1i4.77>
- Peraturan Menteri Pendidikan Dasar dan Menengah Republik Indonesia Nomor 11 Tahun 2025 Tentang Beban Kerja Guru. (2025). *Berita Negara Republik Indonesia Tahun 2025*. Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah RI.
- Portal Data Pendidikan. (2026). *Jumlah PTK per wilayah*. Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah Republik Indonesia. <https://data.kemendikdasmen.go.id/data-induk/ptk/120000/120700/jumlah-per-wilayah>
- Prasetyo, A. (2025). *Analisis faktor psikososial terhadap beban kerja berlebih guru sekolah dasar negeri* [Tesis yang tidak diterbitkan]. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Prasetyo, D. (2024). Analisis data kuantitatif dan pelaporan hasil penelitian pendidikan berbasis statistik inferensial. *Jurnal Riset Pendidikan*, 14(1), 55–69.

- Pratama, R. (2021). Penerapan statistik inferensial dalam penelitian kuantitatif. *Jurnal Metode dan Aplikasi Statistik Pendidikan*.
<https://garuda.kemdikbud.go.id/documents/detail/475324>
- Pratama, R., & Lestari, N. (2023). Metode survei dalam penelitian kuantitatif non-eksperimental. *EduSociety: Jurnal Pendidikan, Ilmu Sosial, dan Humaniora*, 4(1), 12–21.
<https://jurnal.permapendis-sumut.org/index.php/edusociety/article/view/1805>
- Puspa, S., Sutanto, A., & Aminin, S. (2021). Sistem manajemen sekolah dan implikasinya terhadap beban kerja guru. *Jurnal Manajemen Pendidikan*, 13(2), 145–156.
<https://scholar.google.com/scholar?q=Puspa+Sutanto+Aminin+2021+Jurnal+Manajemen+Pendidikan>
- Putri, A. N., Nurlaila, S., & Pranoto, H. (2025). Mengurai stres akademik mahasiswa: Kombinasi regulasi emosi dan dukungan sosial. *Jurnal EMPATI*, 14(4), 371–379.
<https://doi.org/10.14710/empati.2025.53349>
- Putri, A. R., & Kurniawan, D. (2024). Stres kerja dan kelelahan emosional pada guru sekolah dasar. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 13(2), 120–132.
<https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jpp/article/view/67890>
- Putri, N., & Handayani, T. (2022). Hubungan kondisi fisik dengan persepsi beban kerja tenaga pendidik. *Jurnal Kesehatan dan Keselamatan Kerja Indonesia*, 11(2), 87–95.
- Rachman, A., & Sari, W. (2024). Beban kerja, performa organisasi, dan human error. *Journal of Educational Management*, 7(2), 99–113.
- Rachmawati, I., Lestari, D., & Fadilah, N. (2025). Tantangan guru di era teknologi: Studi kasus guru SD, SMP, dan SMA di Solo Raya. *Al-Abshah: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 1(2), 15–28.
<https://ejournal2.uinsaid.ac.id/index.php/absah/article/view/6>
- Rahman, A., & Utami, S. (2021). Pengujian asumsi klasik pada analisis regresi linier menggunakan SPSS. *Jurnal Ilmiah Manajemen dan Bisnis*, 6(2), 87–96.
<https://journal.universitasbumigora.ac.id/index.php/jimb/article/view/1325>
- Rahman, A., & Utami, S. (2022). Penelitian kausal asosiatif dalam pendekatan kuantitatif pendidikan. *Jurnal Ilmiah Pendidikan dan Pembelajaran*, 5(3), 233–241.
<https://journal.unesa.ac.id/index.php/jipp/article/view/16345>
- Rahman, F., & Utami, N. (2022). Uji validitas dan reliabilitas instrumen penelitian pendidikan menggunakan pendekatan kuantitatif. *Jurnal Statistik Pendidikan*, 9(1), 77–101.
- Retnawati, H. (2016). Validitas, reliabilitas, dan karakteristik butir dalam pengembangan instrumen evaluasi pembelajaran. *Jurnal Pendidikan dan Evaluasi Pendidikan*, 20(2), 156–168. <https://doi.org/10.21831/pep.v20i2.11158>
- Sari, D. K. (2022). *Pengaruh manajemen kepala sekolah terhadap beban kerja guru* [Tesis yang tidak diterbitkan]. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Sari, D. P., & Setiawan, A. (2022). Beban administratif guru dan implikasinya terhadap kualitas pembelajaran. *Jurnal Basicedu*, 6(5), 8734–8743.
<https://jbasic.org/index.php/basicedu/article/view/2500>
- Sari, M., & Murniati. (2021). Prosedur penelitian non-eksperimental dalam studi pendidikan: Pendekatan kuantitatif deskriptif. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 11(2), 134–146.
- Sari, M., & Nugroho, H. (2021). Integrasi teknologi pembelajaran dan kendala guru sekolah dasar. *Jurnal Teknologi Pendidikan Indonesia*, 10(2), 134–149.
- Sari, N., & Setiawan, A. (2022). Beban administratif guru dan dampaknya terhadap proses pembelajaran. *Jurnal Basicedu*, 6(5), 8765–8774.
<https://jbasic.org/index.php/basicedu/article/view/2500>

- Sari, R. K., Firdaus, M., & Yuanda, R. (2023). Analisis tingkat beban kerja mental guru PNS di SMK 1 Kuok. *Jurnal Teknik Industri Terintegrasi (JUTIN)*, 6(4), 1659–1667. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jutin/article/view/24353>
- Sholihah, S. M., Aditiya, N. Y., & Evani, E. S. (2023). Konsep uji asumsi klasik pada regresi linier berganda. *Jurnal Riset Akuntansi Soedirman (JRAS)*, 2(2), 102–110. <https://doi.org/10.32424/1.jras.2023.2.2.10792>
- Siregar, S., & Harahap, M. (2020). Uji statistik inferensial dalam penelitian kuantitatif pendidikan. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Statistik dan Riset*. <https://garuda.kemdikbud.go.id/documents/detail/360997>
- Skaalvik, E. M., & Skaalvik, S. (2021a). Teacher burnout: Relations between dimensions of burnout, perceived school context, job satisfaction and motivation for teaching. *Social Psychology of Education*, 24, 161–181. <https://doi.org/10.1007/s11218-020-09559-1>
- Skaalvik, E. M., & Skaalvik, S. (2021b). Teacher stress and teacher self-efficacy: Relations and consequences. *Teaching and Teacher Education*, 101, 103278. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2021.103278>
- Sugiyono. (2016). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Sumarni, S., Ondeng, S., & Rahman, U. (2025). Ragam variabel dan definisi operasional penelitian pendidikan: Implikasi metodologis pendidikan Islam dan pendidikan matematika. *Jurnal Penelitian Pendidikan Sosial Budaya*, 5(1), 1–12. <https://teewanjournal.com/index.php/jpps/article/view/2317/1258>
- Sutomo, A., & Egar, N. (2023). Pengaruh lingkungan kerja, budaya organisasi, dan kepemimpinan kepala sekolah terhadap kepuasan kerja guru SMK. *Andragogi: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 5(1). <https://doi.org/10.31538/adrg.v5i1.1857>
- Sya'idah, E. H., & Jauhari, T. (2025). Pengaruh beban kerja terhadap komitmen pekerjaan pada guru di MTS Arrahmah. *Journal of Administration and Educational Management (ALIGNMENT)*. <https://doi.org/10.31539/tgjhpt68>
- Taprizal, H., Augustinus, A., & Putri, M. (2021). Deteksi multikolinearitas pada analisis regresi linier. *Jurnal Pendidikan Ekonomi Indonesia*, 3(1), 155–172. <https://ejournal.upi.edu/index.php/JPEI/article/viewFile/50723/20740>
- Triana, K., Rahmi, T., & Putra, Y. Y. (2016). Kontribusi persepsi pada beban kerja dan kecerdasan emosi terhadap stres kerja guru SMP yang tersertifikasi. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 3(1), 1–17. <https://ejournal.umm.ac.id/index.php/jipt/article/view/2123>
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 14 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen. (2005). *Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2005 Nomor 14*. Pemerintah Republik Indonesia.
- Wibowo, A. (2025a). Model analisis inferensial pada penelitian kuantitatif pendidikan dasar. *Jurnal Riset Pendidikan Indonesia*, 15(1), 1–14.
- Wibowo, A. (2025b). Standar operasional pengumpulan dan pengolahan data dalam penelitian survei pendidikan. *Jurnal Riset Pendidikan Indonesia*, 15(1), 1–12.
- Wibowo, T. (2025). Analisis hubungan variabel dalam penelitian survei kuantitatif. *Jurnal Metodologi Penelitian Pendidikan*, 9(1), 1–10. <https://ejournal.unp.ac.id/index.php/jmpp/article/view/12567>
- Wimbawarni, W., Sutanto, A., & Dacholfany, M. I. (2021). Strategi kepala sekolah dalam pengembangan kompetensi profesional guru untuk meningkatkan mutu pendidikan. *Journal of Interdisciplinary Science and Education*, 1(2), 31–38. <https://doi.org/10.70371/jise.v1i2.13>

- Windasari, N. W., Antari, N. K. Y., Diah, I. D., & Werang, B. R. (2025). Studi kasus: Problematika tekanan beban administrasi dan dampaknya terhadap kesejahteraan psikologis guru. *Jurnal Pengabdian Masyarakat dan Riset Pendidikan*, 4(2). <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i2.3761>
- Yulianika, Y. (2024). Professional competence and pedagogical challenges of teachers in Indonesia. *Journal of Islamic Education Management and Research*, 2(2), 101–114. <https://ejournal.uin-suka.ac.id/tarbiyah/jiemr/article/view/10787>
- Zhang, Q., & Sapp, D. A. (2022). Teacher workload and emotional labor in primary schools. *Asia Pacific Education Review*, 23(2), 301–315. <https://doi.org/10.1007/s12564-022-09764-9>

Copyright holder:

© Author

First publication right:

Jurnal Manajemen Pendidikan

This article is licensed under:

CC-BY-SA