



## STRES KERJA PADA GURU SELAMA PANDEMI COVID-19

### WORK STRESS ON TEACHERS DURING THE COVID-19 PANDEMIC

Oleh :  
**Akhmad Fauzan<sup>1</sup>**  
**Totok Haryanto<sup>2</sup>**  
**Herdian<sup>3</sup>**

#### ABSTRACT

**Submitted:**  
**10-01-2022**

**Revision:**  
**21-01-2022**

**Accepted:**  
**25-01-2022**

*The COVID-19 pandemi is still being felt today. Previous research has reported that stress is a common impact. More specifically, work stress occurs in teachers due to changes in the online learning system during the COVID-19 pandemi. This study aims to examine how teachers work stress during the COVID-19 pandemi. The participants in this study were 98 teachers who worked in an online learning system. Data collection using google form because when the research was conducted, physical distancing was still in effect in Indonesia. The data collection tool in this study used a work stress scale. The results showed that the medium and high categories dominated teacher work stress during the COVID-19 pandemi. The results of data tabulation found differences related to categories in gender demographic data. In addition, there were also differences related to categories in the age range. The categorization and implications of this research are discussed.*

**Keywords:** *work stress; online learning; COVID-19 pandemic*

#### ABSTRAK

Pandemi COVID-19 masih dirasakan dampaknya hingga saat ini. Penelitian sebelumnya banyak melaporkan bahwa stres menjadi dampak yang umum terjadi. Lebih spesifik, Stres kerja terjadi pada guru karena perubahan pada sistem pembelajaran online selama pandemi COVID-19. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji bagaimana stres kerja guru selama pandemi COVID-19. Partisipan dalam penelitian ini yaitu 98 guru yang bekerja dalam sistem pembelajaran online. pengumpulan data menggunakan google form karena saat penelitian dilakukan, pemberlakuan physical distancing masih diberlakukan di Indonesia. Alat pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala stres kerja dengan analisis data dekriptif kategorisasi dan crosstab. Hasil penelitian menunjukkan bahwa stres kerja guru selama pandemi COVID-19 didominasi kategori sedang dan tinggi. Hasil tabulasi data menemukan perbedaan terkait kategori pada data demografi jenis kelamin. Selain itu ditemukan pula perbedaan terkait kategori pada rentang usia. Pemaparan kategorisasi dan implikasi penelitian ini dibahas secara rinci.

**Kata kunci:** *stres kerja; pembelajaran online; pandemi COVID-19*

#### PENDAHULUAN

Pandemi COVID-19 masih berlangsung di Indonesia hingga November 2021. Hal ini menunjukkan bahwa pandemi berlangsung cukup lama, sejak Maret 2020 hingga saat ini. Berdasarkan situs resmi milik Indonesia, melalui Satuan Tugas Penanganan COVID-

<sup>1</sup> Akhmad Fauzan, Universitas Muhammadiyah Purwokerto, akhmadfauzan@ump.ac.id

<sup>2</sup> Totok Haryanto, Universitas Muhammadiyah Purwokerto, totokharyanto@ump.ac.id

<sup>3</sup> Herdian, Universitas Muhammadiyah Purwokerto, herdian@ump.ac.id

19 (Covid19.Go.Id, 2021) total 4.248.409 terkonfirmasi positif/ menunjukkan gejala Covid/terpapar virus Covid-19 dan 96.4% dinyatakan sembuh, sedangkan 3.45% dinyatakan meninggal dunia. Tiga kota besar di Indonesia dengan kasus tertinggi terjadi di DKI Jakarta, Jawa barat dan Jawa Tengah. Secara global dilansir dari <https://covid19.who.int/> Indonesia pada urutan ke 7 dengan jumlah korban meninggal dunia karena COVID-19. Berbagai upaya yang dilakukan pemerintah Indonesia untuk menanggulangi penyebaran COVID-19, mulai dari PSBB atau Pembatasan Sosial Berskala Besar hingga pada PPKM atau Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat level 4. Selain itu upaya lain yang sedang “gencar” dilakukan oleh pemerintah yaitu dengan program vaksin pada seluruh masyarakat Indonesia melalui berbagai terobosan yang dilaksanakan di pusat kesehatan masyarakat maupun melalui instansi baik negeri maupun swasta, bahkan dilaksanakan di sekolah dengan program tersebut diharapkan mampu menekan angka kasus COVID-19 di Indonesia.

Sejak adanya pandemic, banyak penelitian melaporkan dampak yang serius terhadap banyak sektor. Fakta menyebutkan bahwa dampak global dirasakan oleh seluruh negara didunia meliputi dampak ekonomi, pikis, dan lngkungan (Hiscott et al., 2020). Selain itu dampak yang cukup besar dirasakan yaitu pada pelaksanaan pendidikan di dunia. Pandemi COVID-19 membuat seluruh sekolah di dunia tutup dan memberlakukan pembelajaran *online*. Perubahan sistem pembelajaran dari *offline* ke *online* secara “mendadak” menyebabkan banyak permasalahan muncul baik bagi pelajar (Goothy et al., 2020; Totok & Mildaeni, 2021; Kaparounaki et al., 2020) maupun bagi pengajar (Purwanto et al., 2020).

Salah satu dampak yang terjadi pada perubahan sistem pendidikan yang dirasakan oleh guru adalah stres kerja, karena guru dipaksa secara cepat harus menyesuaikan kondisi dan situasi terutama sistem pembelajaran yang dilakukan mutlak secara daring. Berdasarkan kajian teoritis mengenai stres, stres merupakan akibat dari tuntutan lingkungan yang berlebih dan kemampuan yang tidak memadai (Schuler, 1980). Stres psikologis terjadi ketika seorang individu merasakan bahwa tuntutan lingkungan membebani atau melebihi kapasitas adaptifnya (Cohen et al., 1995).

Stres yang terjadi pada lingkungan kerja terutama berkaitan dengan pekerjaan dikenal dengan stres kerja. Definisi umum stres kerja yaitu kesadaran atau perasaan karyawan tentang disfungsi pribadi sebagai akibat dari kondisi atau kejadian yang dirasakan di tempat kerja, dan reaksi psikologis dan fisiologis karyawan yang disebabkan oleh ketidaknyamanan, tidak diinginkan, atau ancaman di lingkungan tempat kerja langsung karyawan (Montgomery et al., 1996). Stres kerja terjadi karena ketidakseimbangan antara karakteristik kepribadian karyawan dengan karakteristik aspek-aspek pekerjaannya dan dapat terjadi pada semua kondisi pekerjaan (Jum'ati & Wusma, 2013).

Penelitian sebelumnya melaporkan bahwa stres merupakan reaksi umum yang terjadi di masyarakat selama pandemi COVID-19 berlangsung (Awalia et al., 2021; Ginting & Siagian, 2021; Hakman et al., 2021; Herdian et al., 2021; Jembarwati, 2020; KK et al., 2020; Muslim, 2020; Prabandari et al., 2020; Weken et al., 2020). Muslim (2020) menjelaskan tiga kategori stres selama pandemi COVID-19 diantaranya stres akademik, stres kerja, dan stres dalam keluarga. Salah satu kategori stres yang dialami guru selama *Work from Home* adalah stres kerja. Penelitian stres kerja pada guru dilaporkan terjadi pada semua jenjang, seperti Sekolah Dasar (Nasution et al., 2021; Renny, 2020), Sekolah Menengah Pertama (Rafifah et al., 2021; Rumeen et al., 2021; Zahro & Megatsari, 2021) dan Sekolah Menengah Atas (Indra et al., 2021; Weken et al.,

2020). Sebuah studi melaporkan bahwa lingkungan kerja selama pandemi COVID-19 berpengaruh terhadap stres kerja guru (Anita et al., 2021) serta kepuasan guru (Ginting & Siagian, 2021), bahkan penelitian lain melaporkan adanya dampak yang lebih serius seperti depresi (Palupi et al., 2021).

*Work From Home* mengharuskan guru mengajar dan bekerja dari rumah selama pandemi COVID-19. Penelitian melaporkan *Work From Home* membuat guru terbebani dengan banyaknya aktivitas baru, seperti mengurus keluarga di rumah bersamaan dengan mengajar (Rokhani, 2020) dan metode mengajar yang menggunakan teknologi (Renny, 2020). Hal tersebut membuat guru tidak produktif, tidak kreatif, menurunkan kualitas mengajar, hingga berdampak pada ketidaknyamanan guru bekerja di rumah dan memilih bekerja di sekolah (Rokhani, 2020). Diperkuat oleh penelitian lain yang mengatakan bahwa beban kerja guru juga semakin berat jika dibandingkan dengan *Work From Office*, diantaranya karena pembelajaran masih terfokus pada penuntasan kurikulum, sedikitnya waktu dalam mengajar, kapabilitas guru yang terbatas dalam membuat modul pembelajaran yang menarik dan menyenangkan bagi siswa dan guru dituntut dengan segala inovasinya, jam bekerja menjadi lebih lama, kemampuan penggunaan media pembelajaran yang masih terbatas (Renny, 2020).

Berdasarkan paparan di atas tujuan penelitian ini yaitu mendeskripsikan tingkat stres kerja pada guru selama pandemi COVID-19. Selain itu tujuan penelitian ini menggambarkan stres kerja berdasarkan data demografi, seperti jenis kelamin, status kepegawaian dan lainnya.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif. Penelitian deskriptif merupakan penelitian yang bertujuan untuk menggambarkan suatu permasalahan yang saat ini sedang terjadi. Pendekatan kuantitatif bertujuan untuk memperoleh data yang berupa angka atau prosentase. Partisipan penelitian ini yaitu 98 guru yang tersebar dari semua jenjang Sekolah Dasar, Sekolah Menengah Pertama dan Sekolah Menengah Atas dan Kejuruan di Kabupaten Banyumas. Informasi mengenai partisipan dipaparkan lebih jelas dipaparkan pada tabel 1. Berdasarkan tabel 1 diperoleh informasi bahwa partisipan perempuan mendominasi penelitian ini yaitu 68.4% sedangkan partisipan laki-laki berjumlah 30.6%. usia partisipan mulai dari 21 tahun hingga 60 tahun. Selain itu partisipan yang beragama islam mendominasi penelitian ini, sedangkan partisipan yang beragama katolik dan protestan, masing-masing berjumlah 2 partisipan.

**Tabel 1.** Data Demografi Partisipan

Demografi	Levels	Counts	% Of Total	Cumulative %
Jenis Kelamin	Laki-Laki	30	30.6 %	30.6 %
	Perempuan	68	69.4 %	100.0 %
Usia	21-30	18	18.4 %	18.4 %
	31-40	29	29.6 %	48.0 %
	41-50	21	21.4 %	69.4 %
	51-60	30	30.6 %	100.0 %
Agama	Islam	94	95.9 %	95.9 %
	Katolik	2	2.0 %	98.0 %
	Protestan	2	2.0 %	100.0 %
Jenjang Pendidikan Tempat Bekerja	SD	11	11.2%	11.2%

SMP	58	59.2	70.4%
SMA	24	24.5	94.9
SMK	5	5.1	100.0%

Alat pengumpulan data menggunakan skala stres kerja. Skala stres kerja yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala stres kerja yang dikembangkan oleh Parker & DeCotiis (1983) yang telah diadaptasi untuk populasi partisipan Indonesia oleh Dwiyantri et al. (2020). Skala stres kerja terdiri dari 13 item yang disusun unidimensi. Skala ini memiliki reliabilitas alpha sebesar 0,88. Analisis data kuantitatif dilakukan dengan analisis deskriptif dan *cross tab*. Alat bantu analisis menggunakan JAMOV.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Tujuan dari penelitian ini yaitu mendeskripsikan stres kerja guru selama pandemi COVID-19 dan mendeskripsikan kategorisasi tingkat stres kerja berdasarkan data demografi. Berdasarkan tabel 2. dipaparkan hasil analisis deskriptif kuantitatif berupa kategorisasi statistik empirik skala stres kerja dengan dasar perhitungan menggunakan distribusi normal yang dibagi kedalam 6 kategori. Berdasarkan data tersebut diperoleh hasil bahwa stres kerja guru selama pandemi didominasi oleh kategori sedang yaitu sejumlah 38 guru atau 38.8%, selanjutnya diikuti kategori tinggi sejumlah 25 guru atau 25.5%, rendah 18 guru atau 18.4%, sangat rendah 9 guru atau 9.2% dan sangat tinggi sejumlah 8 guru atau 8.2%. Berdasarkan perhitungan statistik empirik kategorisasi stres kerja, dapat disimpulkan bahwa kebanyakan guru mengalami stres kerja pada kategori sedang selama proses pembelajaran *online* dimasa pandemi COVID-19. Selain itu jika dibandingkan antara tinggi dan rendah, maka stres kerja guru lebih banyak pada kategori tinggi.

**Tabel 2.** Frekuensi kategorisasi

Levels	Counts	% of Total	Cumulative %
Sangat Tinggi	8	8.2	8.2
Tinggi	25	25.5	33.7
Sedang	38	38.8	72.4
Rendah	18	18.4	90.8
Sangat Rendah	9	9.2	100.0
<b>Total</b>	<b>98</b>	<b>100%</b>	

Hasil analisis deskriptif kuantitatif dengan melakukan tabulasi silang, dipaparkan pada tabel 3, yang menjelaskan kategorisasi stres kerja berdasarkan data demografi. Karena masing-masing jumlah data demografi tidak proporsional perbandingannya, maka interpretasi tidak bisa dilakukan dengan membandingkan data demografi pada kelompok yang berbeda. Sehingga interpretasi hanya menjelaskan setiap kategori pada variabelnya saja. Berdasarkan tabel 3. Diperoleh informasi bahwa stres kerja pada masing-masing demografi seperti jenis kelamin, usia, pendidikan terakhir, status sekolah, status kepegawaian dan jenjang pendidikan tempat bekerja, didominasi oleh kategori sedang, meskipun pada demografi usia kategori tinggi mendominasi, seperti pada usia 41-50 tahun. Informasi pada tabel 3 di perjelas dalam bentuk diagram

**Tabel 3.** Kategorisasi Stres Akademik berdasarkan Demografi

DEMOGRAFI		KATEGORI									
		SR	%	R	%	S	%	T	%	ST	%
Jenis Kelamin	Laki-Laki	2	6.7	3	10.0	13	43.3	10	33.3	2	6.7
	Perempuan	7	10.3	15	22.1	25	36.8	15	22.1	6	8.8
Usia	21-30	0	-	6	33.3	5	27.8	6	33.3	1	5.6
	31-40	0	-	6	20.7	13	44.8	7	24.1	3	10.3
	41-50	4	19.0	4	19.0	6	28.6	7	33.3	0	-
	51-60	5	16.7	2	6.7	14	46.7	5	16.7	4	13.3
Pendidikan Terakhir	S1	7	8.2	17	20.0	31	36.5	23	27.1	7	8.2
	S2	2	15.4	1	7.7	7	53.8	2	15.4	1	7.7
Status Sekolah	Negeri	9	11.4	15	19.0	29	36.7	18	22.8	8	10.1
	Swasta	0	-	3	15.8	9	47.4	7	36.8	0	-
Status Kepegawaian	Non PNS	0	-	11	28.9	13	34.2	12	31.6	2	5.3
	PNS	9	15.0	7	11.7	25	41.7	13	21.7	6	10.0
Jenjang	SD	0	-	4	36.4	6	54.5	1	9.1	0	-
	SMA	2	8.3	3	12.5	11	45.8	5	20.8	3	12.5
	SMK	1	20.0	0	-	1	20.0	2	40.0	1	20.0
	SMP	6	10.3	11	19.0	20	34.5	17	29.3	4	6.9

Keterangan: SR: sangat rendah, R: rendah, S: sedang, T: tinggi, ST: sangat tinggi

Berdasarkan diagram 1. kategorisasi stres kerja berdasarkan jenis kelamin, partisipan laki-laki dan partisipan perempuan didominasi kategori sedang. Pada partisipan laki-laki perbandingan kategori tinggi menjadi kategori kedua terbanyak setelah sedang. Kategori ketiga pada laki-laki yaitu rendah, namun terlihat jauh lebih sedikit dibandingkan dengan kategori tinggi. Sedangkan kategori kedua dan ketiga pada partisipan perempuan berimbang antara rendah dan tinggi. Hal ini dapat disimpulkan bahwa stres kerja pada kategori tinggi cenderung lebih banyak terjadi pada partisipan laki-laki. Sebagaimana teori stres sebelumnya, bahwa jenis kelamin merupakan salah satu penentu tingkat stres (Hall et al., 1984) diperjelas secara empiris pada penelitian lain yang mengatakan bahwa perempuan lebih memungkinkan untuk lebih stres dari pada laki-laki (Charbonneau et al., 2009). Penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya yang mengatakan bahwa perempuan lebih memiliki kemungkinan lebih banyak sumber stres daripada laki-laki (Aydin, 2018), sehingga penelitian ini memberikan perbedaan dengan hasil penelitian sebelumnya.

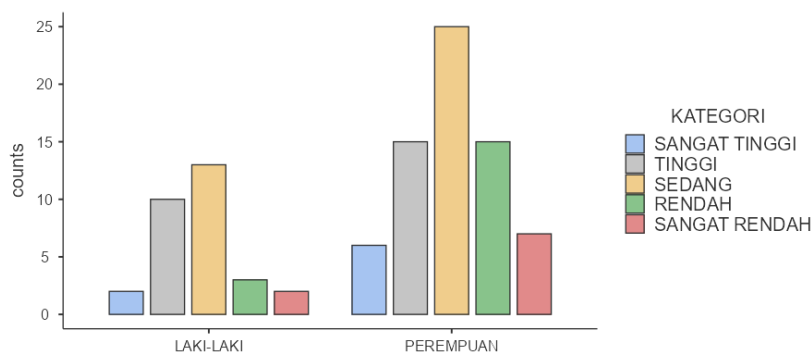


Diagram 1. Kategorisasi stres kerja berdasarkan jenis kelamin

Berdasarkan diagram 2. Diperoleh informasi kategorisasi stres kerja berdasarkan usia partisipan. Diketahui bahwa pada usia 31-40 tahun dan 51-60 tahun, stres kerja didominasi oleh kategori sedang. Pada usia 21-30 tahun, stres kerja didominasi oleh kategori tinggi dan rendah. Pada usia 41-50 tahun stres kerja didominasi kategori tinggi, kemudian posisi kedua pada kategori sedang. Dapat disimpulkan bahwa usia 41-50 tahun stres kerja selama pandemi COVID-19 banyak dirasakan pada kategori tinggi. Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya yang melaporkan bahwa usia menjadi salah satu faktor demografi yang menjelaskan stres kerja (Aydin, 2018)

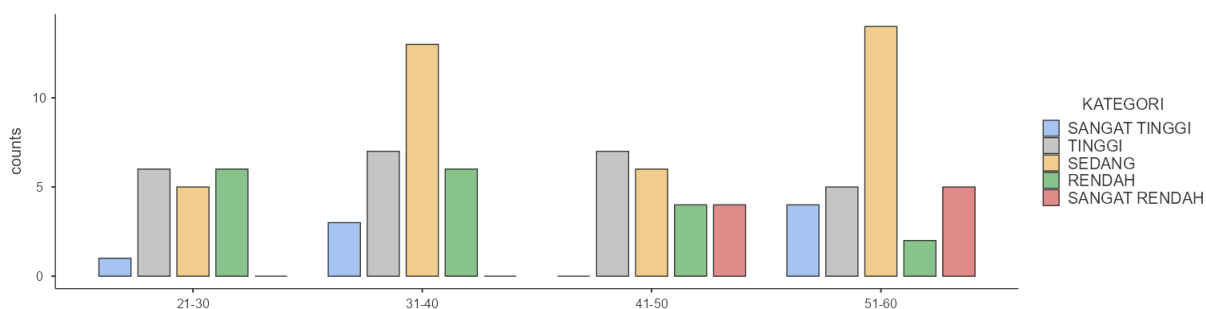


Diagram 2. Kategorisasi stres kerja berdasarkan Usia

Berdasarkan diagram 3. Kategorisasi stres kerja berdasarkan status sekolah yaitu negeri dan swasta, diperoleh informasi bahwa stres kerja pada sekolah negeri maupun swasta didominasi oleh kategori sedang, kemudian berurutan pada kategori tinggi dan rendah. Hal ini menunjukkan bahwa stres kerja di masa pandemi COVID-19 cenderung dirasakan sama pada semua instansi, baik negeri maupun swasta.

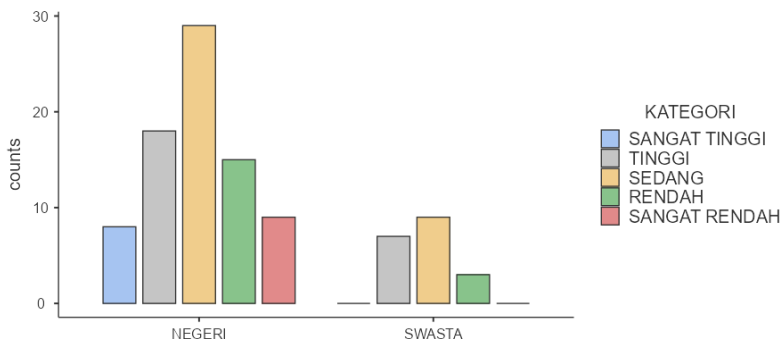


Diagram 3. Kategorisasi stres kerja berdasarkan status sekolah

Berdasarkan diagram 4. Kategorisasi stres kerja berdasarkan status kepegawaian yang meliputi dua kategori yaitu PNS dan Non PNS, diperoleh informasi bahwa kategori sedang mendominasi di kedua kelompok. Namun terlihat bahwa perbandingan kategori tinggi, sedang dan rendah pada partisipan non PNS tidak begitu jauh prosentasenya (lihat tabel. 3). Sedangkan pada partisipan PNS kategori sedang ke kategori tinggi dan Sangat rendah cukup jauh berbeda. Hal ini dapat disimpulkan bahwa pada partisipan non PNS kategori tinggi, sedang dan rendah cukup merata. Sedangkan pada partisipan PNS memiliki nilai prosentase perbandingan yang cukup jauh.

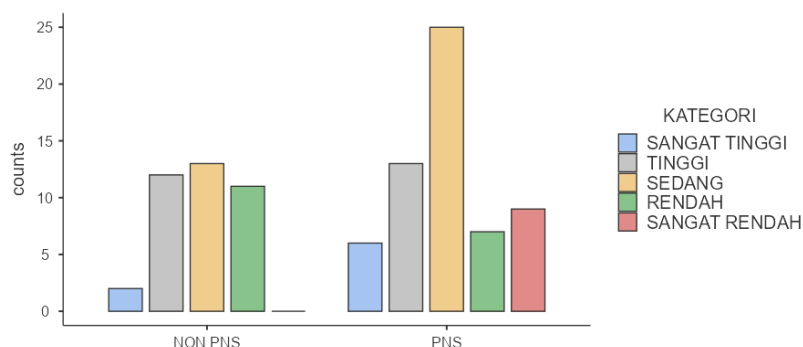


Diagram 4. Kategorisasi stres kerja berdasarkan status kepegawaian

Stres menjadi salah satu variabel yang menarik untuk diteliti, dimana stres dapat dijelaskan oleh berbagai perspektif maupun demografi. Berdasarkan demografi telah dijelaskan bahwa sosio-demografi memainkan peran penting dalam menjelaskan stres secara umum pada remaja (Persaud & Persaud, 2016) maupun pada orang dewasa yang bekerja (David, 2016). Sebuah penelitian sebelumnya menjelaskan lebih rinci mengenai bukti empiris sosio-demografi yang menjelaskan stres kerja, diantaranya jenis kelamin, usia, tingkat pendidikan, status pekerjaan, kerja *shift*, waktu perjalanan, kontrak kerja (Marinaccio et al., 2013). Penelitian ini memberikan kontribusi khususnya pada partisipan yang berasal dari demografi yang berbeda seperti status kepegawaian dan status instansi dimana partisipan bekerja.

Penelitian ini memiliki implikasi terhadap penerapan kebijakan yang dapat diberlakukan oleh sekolah. Pihak sekolah dalam hal ini yang memegang peranan penting dalam membuat kebijakan seperti kepala sekolah maupun komite agar dapat mempertimbangkan faktor demografi dalam stres kerja. Selain itu peningkatan keterampilan bagi guru dalam mengatasi stres kerja perlu untuk ditingkatkan. Hal ini penting dilakukan agar guru mampu mengatasi stres kerja hingga pada gilirannya akan memberikan dampak yang positif terhadap efektifitas pembelajaran dengan siswa

## KESIMPULAN

Dampak pandemi COVID-19 pada sistem pendidikan di Indonesia yaitu pemberlakuan pembelajaran *online*. Perubahan sistem tersebut memiliki berbagai dampak yang signifikan terutama pada efektifitas pembelajaran dan sumber daya manusia itu sendiri seperti guru. Penelitian ini mengkaji tingkat stres guru selama pandemi COVID-19 berlangsung. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat stres kerja guru didominasi kategori sedang dan tinggi. Selain itu berdasarkan hasil tabulasi silang antara kategorisasi dan data demografi. Stres kerja terbanyak kedua pada kategori tinggi lebih memungkinkan terjadi pada guru laki-laki dibandingkan dengan perempuan. Pada data demografi status kepegawaian partisipan non PNS kategori tinggi, sedang dan rendah cukup merata. Sedangkan pada partisipan PNS memiliki nilai prosentase perbandingan yang cukup jauh. Berdasarkan hasil penelitian ini maka perlunya peningkatan keterampilan guru dalam mengatasi stres kerja. Selain itu hasil penelitian ini juga dapat menjadi bahan kebijakan sekolah dalam menerapkan pembelajaran *online* dengan memperhatikan berbagai dampak yang terjadi terutama pada sumber daya manusianya seperti guru.

DAFTAR PUSTAKA

- Anita, T., Tjitrosumarto, S., & Setyohadi, J. S. (2021). Stres Kerja Guru Saat Pandemi Covid-19 Ditinjau Dari Kompensasi Dan Lingkungan Kerja. *Research and Development Journal of Education*, 7(1), 146–157.
- Awalia, M. J., Medyati, N. J., & Giay, Z. J. (2021). Hubungan Umur Dan Jenis Kelamin Dengan Stres Kerja Pada Perawat Di Ruang Rawat Inap RSUD Kwaingga Kabupaten Keerom. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan)*, 5(2).
- Aydin, O. T. (2018). Impact of demographic variables on job stress factors: A study on Turkish employees. *İşletme Araştırmaları Dergisi*, 10(2), 803–826.
- Charbonneau, A. M., Mezulis, A. H., & Hyde, J. S. (2009). Stress and emotional reactivity as explanations for gender differences in adolescents' depressive symptoms. *Journal of Youth and Adolescence*, 38(8), 1050–1058. <https://doi.org/10.1007/s10964-009-9398-8>
- Cohen, S., Kessler, R. C., & Gordon, L. U. (1995). Strategies for Measuring Stress in Psychiatric and Physical Disorders. In S. Cohen, R. C. Kessler, & L. U. Gordon (Eds.), *Measuring Stress* (pp. 3–28). Oxford University Press.
- David, A. (2016). The influence of socio-demographic factors on job stress level in foreign-owned manufacturing companies in Ogun state, Nigeria. *Indonesian Journal of Business and Entrepreneurship (IJBE)*, 2(3), 139.
- Dwiyanti, R., Hamzah, H., & Abas, N. A. H. (2020). Psychological Contracts, Job Stress, and Turnover Intention for Salesperson Retail Company. *International Journal of Scientific Research and Management*, 8(09 SE-Economics and Management), 1930–1936. <https://doi.org/10.18535/ijstrm/v8i09.em01>
- Ginting, G., & Siagian, V. (2021). Pengaruh Motivasi Dan Lingkungan Kerja Terhadap Kepuasan Kerja Guru Di Sekolah Adent Air Bersih Medan Saat Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Manajemen Ubhara*, 3(2), 96–107.
- Goothy, S. S. K., Goothy, S., Choudhary, A., GG, P., Purohit, M., Chakraborty, H., Pathak, A., & VK, M. (2020). COVID-19 lockdown impact on the mental health of students: need to start a mental health cell. *MOJ Anatomy & Physiology*, 7(2), 51–52. <https://doi.org/10.15406/mojap.2020.07.00289>
- Hakman, H., Suhadi, S., & Yuniar, N. (2021). Pengaruh Beban Kerja, Stres Kerja, Motivasi Kerja Terhadap Kinerja Perawat Pasien Covid-19. *Nursing Care and Health Technology Journal (NCHAT)*, 1(2), 47–54.
- Hall, J. R., Matthews, L. H., & Keeler, H. (1984). Demographics, stress, and depression in a community health screening. *The Journal of Psychology*, 118(1ST Half), 45–50. <https://doi.org/10.1080/00223980.1984.9712590>
- Herdian, H., & Mildaeni, I. N. (2021). Academic Stress On Muslim Students In Indonesia: Study On Online Learning. *Revista EDUCARE-UPEL-IPB-Segunda Nueva Etapa 2.0*, 25(1), 224–239.
- Herdian, H., Mildaeni, I. N., & Wahidah, F. R. (2021). The Role of Academic Stress and Religiosity on Academic Dishonesty. *Research on Education and Psychology*, 5(1), 31–40.
- Hiscott, J., Alexandridi, M., Muscolini, M., Tassone, E., Palermo, E., Soultioti, M., & Zevini, A. (2020). The global impact of the coronavirus pandemic. *Cytokine & Growth Factor Reviews*, 53, 1–9. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.cytogfr.2020.05.010>



- Indra, R., Lian, G. C., Putri, J. A. I., Valencia, L., Santoso, Y. E. S. U., & Yosua, I. (2021). Gambaran Stres Kerja dan Koping Guru SMA saat Pembelajaran Daring selama Pandemi. *Jurnal Ilmiah Psikologi MIND SET*, 1(01), 63–86. <https://doi.org/10.35814/mindset.v1i01.2577>
- Jembarwati, O. (2020). Stres dan Dukungan Sosial pada Perawat, Dokter dan Tenaga Kesehatan pada Masa Pandemi Covid-19. *Psisula: Prosiding Berkala Psikologi*, 2, 292–299. <http://dx.doi.org/10.30659/psisula.v2i0.13092>
- Jum'ati, N., & Wusma, H. (2013). Stres Kerja (Occupational Stres) yang Mempengaruhi Kinerja Individu pada Dinas Kesehatan Bidang Pencegahan Pemberantasan Penyakit dan Penyehatan Lingkungan (P2P-PL) di Kabupaten Bangkalan. *Jurnal NeO-Bis*, 7(2), 1–17. <https://doi.org/10.21107/nbs.v7i2.525>.
- Kaparounaki, C. K., Patsali, M. E., Mousa, D.-P. V., Papadopoulou, E. V. K., Papadopoulou, K. K. K., & Fountoulakis, K. N. (2020). University students' mental health amidst the COVID-19 quarantine in Greece. In *Psychiatry research* (Vol. 290, p. 113111). <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113111>
- KK, I. F. J., Irfannuddin, I., & Santoso, B. (2020). Pengaruh Teknik Afirmasi Terhadap Tingkat Stress Kerja Perawat Covid-19. *Jurnal Media Kesehatan*, 13(2), 67–72.
- Marinaccio, A., Ferrante, P., Corfiati, M., Di Tecco, C., Rondinone, B. M., Bonafede, M., Ronchetti, M., Persechino, B., & Iavicoli, S. (2013). The relevance of socio-demographic and occupational variables for the assessment of work-related stress risk. *BMC Public Health*, 13(1), 1157. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-13-1157>
- Montgomery, D. ., Blodgett, J. ., & Barnes, J. . (1996). A model of financial securities salespersons' job stress. *The Journal of Services Marketing*, 10(3), 21–34. <https://doi.org/https://doi.org/10.1108/08876049610119776>
- Muslim, M. (2020). Manajemen stress pada masa pandemi covid-19. *ESENSI: Jurnal Manajemen Bisnis*, 23(2), 192–201.
- Nasution, N. B., Tambunan, H. P., & Marselina, M. (2021). Pelatihan Koping Adaptif Untuk Menurunkan Dampak Psikologi Virus Covid-19 Di SD Plus Jabal Rahmah Mulia, Jl. Balai Desa No. 16-27, Sunggal, Kec. Medan Sunggal, Kota Medan. *Prosiding Seminar Nasional Hasil Pengabdian Masyarakat: Kontribusi Perguruan Tinggi Dalam Pemberdayaan Masyarakat Di Masa Pandemi*, 113–117.
- Palupi, N. R., Leonita, A., Fakhira, A. D., Rahmasari, N., & Mandagi, A. M. (2021). Risiko Jenis Kelamin Dengan Kejadian Depresi Pada Guru Dalam Menghadapi Work From Home Selama Pandemi Covid-19. *Journal of Community Mental Health and Public Policy*, 4(1), 10–16.
- Parker, D. F., & DeCotiis, T. A. (1983). Organizational determinants of job stress. *Organizational Behavior and Human Performance*, 32(2), 160–177. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/0030-5073\(83\)90145-9](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/0030-5073(83)90145-9)
- Persaud, N., & Persaud, I. (2016). The Relationship between Socio-Demographics and Stress Levels, Stressors, and Coping Mechanisms among Undergraduate Students at a University in Barbados. *International Journal of Higher Education*, 5(1), 11–27.
- Peta Sebaran COVID-19 | Covid19.go.id.* (2021, November 9). <https://covid19.go.id/peta-sebaran-covid19>
- Prabandari, F., Sumarni, S., & Astuti, D. P. (2020). Pengaruh Kepuasan Kerja Dan Stress Kerja Terhadap Kinerja Bidan Dalam Masa Pandemi Covid-19. *Proceeding of The URECOL*, 28–36.
- Purwanto, A., Pramono, R., Asbari, M., Santoso, P. B., Wijayanti, L. M., Hyun, C. C., &

- Putri, R. S. (2020). Studi Eksploratif Dampak Pandemi COVID-19 Terhadap Proses Pembelajaran Online di Sekolah Dasar. *Journal of Education, Psychology and Counseling*, 2(1), 1–12.
- Rafifah, H., Nurhayati, F., & Ruhaena, L. (2021). Psikoedukasi Terhadap Guru SMP Insan Cendekia tentang Pengelolaan Stress. *Abdi Psikonomi*, 86–93.
- Renny, C. A. (2020). Management Stress Kerja Guru SD Terhadap Beban Kerja Pada Masa Pandemi Covid-19. *Consilia: Jurnal Ilmiah Bimbingan Dan Konseling*, 3(3), 219–226.
- Rokhani, C. T. S. (2020). Pengaruh Work From Home (WFH) Terhadap Kinerja Guru SD Negeri Dengkek 01 Pati Selama Masa Pandemi Covid-19. *EduPsyCouns: Journal of Education, Psychology and Counseling*, 2(1), 424–437.
- Rumeen, C., Joseph, W. B. S., & Rumayar, A. A. (2021). Gambaran tingkat stres kerja pada tenaga pendidik terhadap pembelajaran jarak jauh di SMPN 1 Likupang selatan dan SMPN 1 Dimembe. *KESMAS*, 10(6).
- Schuler, R. S. (1980). Definition and conceptualization of stress in organizations. *Organizational Behavior and Human Performance*, 25(2), 184–215. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/0030-5073\(80\)90063-X](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/0030-5073(80)90063-X)
- Weken, M. E., Mongan, A. E., & Kekenusa, J. S. (2020). Hubungan antara Beban Kerja, Konflik Peran, dan Dukungan Sosial dengan Stres Kerja Pada Guru di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Manado Pada Masa Pandemi Covid-19. *Indonesian Journal of Public Health and Community Medicine*, 1(4), 80–88.
- Zahro, K. M., & Megatsari, H. (2021). Gambaran Strategi Koping Stres pada Guru SMP Negeri di Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 11(4), 835–846.