

Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin
Volume 2, Nomor 8, Agustus 2024, Halaman 723-729
Licenced by CC BY-SA 4.0
E-ISSN: 2986-6340
DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.13645877>

Hubungan Antara Beban Kerja Dengan Stres Kerja Guru di Madrasah Tsanawiyah Negeri Karo

Indri Sofia^{1*}, Candra Wijaya¹, Fatkhur Rohman¹

¹Universitas Islam Sumatera Utara

*Email: indrisofia12@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk meng uji hubungan stres kerja dengan beban kerja guru di Madrasah Tsanawiyah Negeri Karo. Stres kerja sering kali muncul akibat tingginya beban kerja yang harus ditanggung guru, meliputi tanggung jawab mengajar, penyiapan materi, penilaian, dan tugas administratif lainnya. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan Ex Post Facto dan Survey. Responden penelitian ini adalah seluruh guru yang mengajar di Madrasah Tsanawiyah Negeri Karo. Temuan penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang cukup antara variabel beban kerja dengan stres kerja guru (Y), dengan koefisien korelasi sebesar 0,600. Koefisien determinasi sebesar 0,360 menunjukkan terdapat hubungan antara beban kerja dengan stres kerja guru sebesar 36% (Y). dengan garis regresi $\hat{y} = 21,023 + 1,448x$, linier dan prediktif.

Kata kunci: Hubungan, Beban Kerja, Stres Kerja

Abstract

This research aims to examine the relationship between work stress and teacher workload at Madrasah Tsanawiyah Negeri Karo. Job stress often arises due to the high workload that teachers have to bear, which includes teaching responsibilities, material preparation, assessment, and other administrative tasks. The method used in this research is quantitative research with an Ex Post Facto and Survey approach. The respondents for this research were all teachers who taught at Madrasah Tsanawiyah Negeri Karo. The study's findings indicate that there is a sufficient relationship between the workload variable and teacher work stress (Y), with a correlation coefficient of 0.600. The coefficient of determination is 0.360, indicating that there is a 36% relationship between work load and teacher work stress (Y). with the regression line $\hat{y} = 21.023 + 1.448x$, linear and predictive.

Keywords: Relationship, Workload, Work Stress.

Article Info

Received date: 15 August 2024

Revised date: 28 August 2024

Accepted date: 31 August 2024

PENDAHULUAN

Perkembangan zaman, menjadi salah satu tantangan terbesar di dunia Pendidikan khususnya di Indonesia. Dimana sebagai negara berkembang Pendidikan di Indonesia harus terus meningkatkan kualitas Pendidikan agar dapat mengimbangi Pendidikan di negara-negara maju sehingga tidak tertinggalan jauh. Untuk mengimbangi Pendidikan di negara-negara maju, Indonesia perlu meningkatkan kualitas Pendidikan, dengan cara menghasilkan sumber daya manusia yang mampu bersaing secara sehat dalam segala bidang di dunia internasional. Oleh karena itu Pendidikan di Indonesia dengan berbagai macam programnya perlu adanya peningkatan profesionalitas setiap orang. Guru, siswa, kurikulum, sarana dan prasarana lingkungan merupakan faktor penentu dalam peningkatan profesionalitas Pendidikan di Indonesia. Dalam hal ini profesi

guru yang memiliki peranan yang cukup besar dalam meningkatkan kualitas Pendidikan tersebut. Untuk memenuhi tugas menghasilkan Pendidikan yang berkualitas, guru harus lebih imajinatif, memotivasi, dan menciptakan kegiatan pembelajaran yang menarik serta bebobot untuk generasi Indonesia.

Jika seorang pendidik bercita-cita menjadi acuan dan teladan bagi anak didiknya, maka ia harus belajar menerima konsekuensi dari setiap keputusan yang diambilnya. Selain sebagai fasilitator dan pendidik bagi murid-muridnya, seorang guru mempunyai kewajiban untuk memajukan pengembangan profesionalnya sendiri dan berhak serta berkewajiban untuk menuntut agar murid-muridnya mempunyai kompetensi dan kemampuan yang diperlukan (Rumeen et al., 2021).

Untuk menciptakan koordinasi, kolaborasi, dan tindakan konstruktif, kontak ini diperlukan. Sebagai agen pembelajaran pada pendidikan dasar dan menengah serta pendidikan anak usia dini, guru harus memiliki empat kompetensi, sesuai peraturan pemerintah (PP) nomor 19 tahun 2005 tentang standar nasional pendidikan, bab VI pasal 28 ayat 3. Kompetensi tersebut adalah sebagai berikut: (1) Kompetensi pedagogik, yaitu kemampuan mengelola kemampuan peserta didik. (2) Kompetensi perilaku adalah mempunyai sikap kalem, kalem, dewasa, cerdas, berwibawa, menjadi teladan bagi peserta didik, dan mempunyai akhlak yang tinggi. (3) Kemampuan memahami isi pembelajaran secara menyeluruh dan komprehensif dikenal dengan kompetensi profesional. (4) Kemampuan pendidik dalam berinteraksi dan berkomunikasi dengan peserta didik, pendidik lain, tenaga kependidikan, orang tua atau wali peserta didik, dan masyarakat luas disebut dengan kompetensi sosial. Ambara, 2010: 194 (dalam Canggi Putranto 2013:13).

Menjadi seorang guru adalah suatu pekerjaan yang sangat terhormat. Kemampuannya dalam membimbing murid-muridnya menuju masa depan mereka adalah bagaimana ia mewujudkan kehebatannya. Dia mempunyai kepercayaan dan kewajiban yang besar untuk mewujudkan impian yang telah ditanamkan oleh orang tua murid kepadanya. Selain itu, pendidik harus mampu menjadi teladan positif bagi siswanya dan orang-orang di sekitarnya. Itulah sebabnya profesi guru menjadi profesi yang mulia.

Sebagaimana disebutkan dalam Qs. Al-Mujadilah ayat 11:

إن للمعلم مكانة ومكانة عالية، ليس في الدنيا فقط، بل في الآخرة أيضا. المعنى: "يرفع الله الذين آمنوا منكم والذين أوتوا العلم درجات والله خبير بما تعملون".

Artinya: Seorang guru memiliki tempat dan derajat yang tinggi, tidak hanya di dunia tetapi juga di akhirat kelak. Artinya: "Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat. Dan Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan." (Qs. Al-Mujadilah:11)

Berdasarkan ayat diatas megatakan tentang kemuliaan seorang guru. Dimana sebagai pendidik, guru mempunyai tanggung jawab untuk melakukan lebih banyak hal bagi siswanya daripada sekadar memberikan informasi; mereka juga mempunyai tugas untuk menanamkan prinsip-prinsip moral dalam diri mereka, yang dapat membantu mereka menjadi siswa yang berakhlak mulia dan cerdas. Selain mengawasi kegiatan pendidikan di dalam kelas, pendidik juga bertanggung jawab untuk memelihara perlengkapan administrasi yang terkait dengan pengembangan profesional dan pendidikan.

Guru sehari-hari terlibat dengan lingkungan kerjanya, termasuk institusi tempat mereka bekerja serta masyarakat luas, pemerintah, dan konteks eksternal lainnya. Guru harus mampu menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan yang terus berubah dan rumit dan percepatan perubahan. Jika perubahan ekspektasi tidak ditangani secara efektif, hal ini akan menimbulkan masalah yang meningkatkan tingkat stres di tempat kerja. Seperti yang diketahui bahwa tugas wajib

guru adalah mendidik tetapi disamping mendidik, guru juga harus melaksanakan tugas-tugas administrasi yang berhubungan dengan tugas dan tanggung jawabnya. Semakin hari semakin banyak administrasi sekolah yang harus dilengkapi oleh guru, belum lagi perubahan kebijakan yang terjadi di dunia pendidikan mengharuskan guru siap menyesuaikan dengan tuntutan perubahan tersebut.

Memahami lingkungan sekitar sangat penting untuk proses penyesuaian ini. Guru juga memerlukan pemikiran yang dinamis agar seluruh tugasnya dapat berjalan dengan baik. Namun, pendidik juga mengalami beberapa batasan, seperti kelelahan dan rendahnya vitalitas. Jika hal ini terjadi, instruktur akan mengalami tekanan fisik dan psikis yang akan mengganggu kemampuannya dalam mengajar dan berujung pada keterlambatan menyelesaikan tugas, kurang konsentrasi, bahkan penyakit.

Faktanya menyelesaikan tugas itu sulit. ketika instruktur berada di bawah tekanan untuk memenuhi ekspektasi, ada kalanya jumlah pekerjaan yang diberikan tidak sepadan dengan jumlah waktu yang diberikan. Agar selalu mengikuti perkembangan terkini, para pendidik harus senantiasa meningkatkan keterampilannya, seperti terlihat pada informasi di bawah ini:

JAKARTA- Para profesional pengajar diharapkan untuk terus mempelajari keterampilan baru. Mereka akan dapat memberikan banyak pengetahuan kepada siswanya dengan cara ini. Sayangnya, banyak guru yang masih belum mampu mengembangkan keahlian mereka yang beragam. Menurut Ifa Hanifah Misbach, MA, salah satu pendiri Pusat Kajian Kebijakan Pendidikan (PSKP), beban kerja menjadi faktor utama yang menghalangi guru untuk tumbuh menjadi profesional. Menurut Ifa, instruktur merasa kesulitan untuk memenuhi kebutuhan pengembangan keterampilan karena beban kerja yang ada. Penjelasanannya adalah energi sudah terkuras hanya dengan menjalankan tugas pembelajaran. Mereka juga sulit menerimanya secara mental jika fisiknya lelah. Lalu bagaimana mereka bisa tumbuh.

Hal ini sejalan dengan penelitian Hety Umriyani (2020) yang menyatakan bahwa unsur penyebab stres kerja bersumber dari ekspektasi pekerjaan yang terlalu menuntut, yang pada akhirnya menyebabkan seseorang merasa terbebani dengan pekerjaannya. Seseorang bisa saja mengalami stres akibat pekerjaan akibat beban kerja yang berlebihan tersebut. Tingkat stres guru di tempat kerja akan meningkat seiring dengan meningkatnya beban kerja mereka. Menurut Sari dan Hartini (2021), beban kerja yang berat yang membebani secara fisik dan psikis akan berdampak pada pekerjaan dan aktivitas terkait pekerjaan; sebaliknya jika beban dirasakan lebih rendah maka pengaruh tekanan kerja juga akan minimal.

Hubungan beban kerja dengan stres kerja menjadi fokus penelitian Hety Umriyani (2020) yang melibatkan 84 orang guru SMP Negeri 2 Samarinda dan SMP Negeri 8 Samarinda. Temuan penelitian menunjukkan nilai korelasi sebesar 0,444 dan nilai Sig sebesar 0,000 ($P < 0,05$) antara beban kerja dengan stres kerja. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara beban kerja dengan stres kerja pada guru SMP Negeri 2 Samarinda dan guru SMP Negeri 8 Samarinda. Hal ini dikenal sebagai korelasi sedang atau cukup. Kaitan beban kerja guru dengan stres kerja di SMP N 6 Kota Jambi menjadi subjek penelitian Putri (2023). Dengan menggunakan 40 guru PNS sebagai sampel penelitian, hal ini menunjukkan hasil yang diharapkan.

Berdasarkan hasil observasi, peneliti menemukan ada beberapa masalah yang dialami oleh guru di Madrasah Tsanawiyah Negeri Karo, salah satunya yaitu pada guru-guru yang sudah lanjut usia, dimana guru tersebut kesulitan dalam menggunakan pekerjaan yang harus menggunakan aplikasi komputer. Hal ini akan menjadi beban tersendiri pada guru-guru yang kurang paham dalam menggunakan aplikasi komputer. Berdasarkan hal tersebut maka perlu dilakukan penelitian lebih lanjut tentang kinerja guru yang dimediasi oleh stress kerja pada Madrasah Tsanawiyah Negeri

Karo dengan judul: “HUBUNGAN ANTARA BEBAN KERJA TERHADAP STRES KERJA GURU DI MADRASAH TSANAWIYAH NEGERI KARO”

METODE

Penelitian ini bersifat kuantitatif karena menggunakan metodologi pengambilan sampel, analisis data, dan pengumpulan. Sugiyono (2017) menjelaskan penelitian kuantitatif adalah suatu cara mempelajari suatu populasi atau sampel tertentu dengan cara mengumpulkan data dengan alat penelitian dan menganalisis data tersebut secara kuantitatif atau statistik. Penelitian ini menggunakan metodologi kuantitatif dengan teknik Ex Post Facto dan Survei.

Penelitian ini menggunakan teknik ex post facto dan survei karena data yang dikumpulkan didasarkan pada data yang telah tersedia di lokasi penelitian. Penelitian Ex Post Facto melibatkan perjalanan mundur ke masa lalu untuk menganalisis kejadian di masa lalu dan menentukan keadaan apa yang mungkin berkontribusi terhadap kejadian tersebut (Sugiyono, 2009, hal. 7). Di sisi lain, penelitian metode survei melibatkan studi data dari sampel yang diambil dari suatu populasi, tanpa memandang seberapa besar atau kecil populasi tersebut (Sugiyono, 2009, p. 7). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana hubungan antara dua variabel beban kerja (X) yang merupakan variabel bebas dan stres kerja guru (Y) yang merupakan variabel terikat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil uji normalitas menunjukkan bahwa Asymp.Sig (2-tailed) atau nilai probabilitas X sebesar 0,310 dan nilai probabilitas Y sebesar 0,939. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa data kedua variabel penelitian ini berasal dari data yang berdistribusi normal, karena nilai signifikan atau probabilitas dari masing-masing variabel menunjukkan besaran > dari 0,05.

Pengujian sebelumnya menunjukkan bahwa 17 orang (42,5%) memiliki skor intensitas beban kerja di bawah rata-rata kelas interval, 10 orang (25%) memiliki skor rata-rata kelas interval, dan 23 orang (57,5%) memiliki skor di atas rata-rata. Skor beban kerja seringkali lebih tinggi dari biasanya, seperti terlihat pada statistik di atas. Sementara itu, distribusi skor stres kerja (Y) pada pengajar menunjukkan bahwa 19 orang (47,5%) berada di bawah rata-rata kelas interval, 7 orang (17,5%) berada pada rata-rata, dan 14 orang (35%) berada di atas rata-rata kelas interval. rata-rata. Informasi di atas menunjukkan bahwa stres kerja guru seringkali lebih tinggi dari biasanya

Berdasarkan analisis yang dilakukan di atas, diketahui bahwa hipotesis yang diajukan di terima dan telah teruji secara empiris dimana hasil pengujian regresi sederhana diperoleh koefisien korelasi antara variable Beban kerja dengan Stres kerja guru (Y) sebesar sebesar 0,600 dengan demikian hubungan keduanya tergolong cukup dan koefisien determinasinya sebesar 0,360 artinya Beban kerja memberikan pengaruh terhadap Stres kerja guru (Y) sebesar 36% dengan bentuk hubungan linier dan prediktif melalui garis regresi $\hat{Y} = 21,023 + 1,448 X$.

Temuan penelitian ini setidaknya semakin menegaskan bahwa Beban kerja guru merupakan salah satu aspek penting yang mempengaruhi kualitas pendidikan serta kesejahteraan dan kinerja guru. Beban kerja yang terlalu berat dapat menyebabkan stres dan menurunkan motivasi kerja, sedangkan beban kerja yang seimbang dapat meningkatkan kinerja dan kesejahteraan guru. Karasek (1990) mengemukakan bahwa stres kerja terjadi ketika ada ketidakseimbangan antara tuntutan pekerjaan dan kontrol yang dimiliki pekerja.

Guru yang menghadapi tuntutan kerja tinggi dengan sedikit kontrol cenderung mengalami stres, yang dapat menurunkan kinerja dan kesejahteraan mereka. Menurut Greenhaus dan Beutell (1985) juga, keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi penting untuk kesejahteraan

pekerja. Beban kerja yang tinggi dapat mengganggu keseimbangan ini, menyebabkan kelelahan dan stres. Beban kerja yang berlebihan dapat mempengaruhi kesehatan fisik dan mental guru. Kyriacou (2001) menemukan bahwa stres kerja kronis dapat menyebabkan masalah kesehatan seperti kelelahan kronis, gangguan tidur, dan masalah kesehatan lainnya.

Di Madrasah Tsanawiyah Negeri Karo, seperti halnya di banyak lembaga pendidikan lainnya, para guru menghadapi tantangan besar dalam menjalankan tugas mereka. Selain bertanggung jawab dalam mendidik dan membimbing siswa, mereka juga harus memenuhi berbagai tuntutan administratif, mengikuti program pengembangan profesional, dan seringkali menghadapi ekspektasi yang tinggi dari siswa, orang tua, dan pihak sekolah. Beban kerja yang begitu berat ini dapat memicu stres, terutama ketika tugas-tugas tersebut dianggap melampaui kapasitas mereka.

Dalam konteks ini, Surah Al-Baqarah ayat 286 memberikan pemahaman yang mendalam mengenai hubungan antara beban kerja dan stres kerja yang dialami oleh para guru. Ayat ini menegaskan bahwa Allah tidak akan membebani seseorang melampaui kesanggupannya. Ini berarti, seberat apapun beban kerja yang dihadapi oleh para guru, sesungguhnya Allah telah memberikan kemampuan kepada mereka untuk menanganinya. Namun, penting juga untuk diingat bahwa pengelolaan beban kerja yang baik, pemahaman akan batas kemampuan diri, dan pengaturan prioritas merupakan kunci untuk mengurangi stres yang berlebihan.

Ayat tersebut juga mengajarkan bahwa dalam menghadapi beban kerja yang terasa berat, para guru perlu memohon pertolongan dan rahmat dari Allah. Doa yang dipanjatkan dalam ayat ini menjadi bentuk permohonan agar tidak diberikan beban yang mereka tidak mampu tanggung, sekaligus meminta pengampunan dan pertolongan dalam menjalankan tugas mereka. Ini adalah pengingat penting bahwa, meskipun mereka dituntut untuk bekerja keras, mereka tidak sendirian dalam menghadapi beban tersebut. Ada kekuatan spiritual yang dapat mereka andalkan untuk mendapatkan ketenangan dan kekuatan dalam menghadapi tantangan.

Bagi para guru di Madrasah Tsanawiyah Negeri Karo, refleksi atas ayat ini dapat memberikan ketenangan batin dan menjadi panduan dalam menghadapi stres kerja. Dengan memahami bahwa Allah Maha Adil dan mengetahui batas kemampuan setiap hamba-Nya, para guru dapat lebih bijaksana dalam mengelola tugas-tugas mereka, serta tetap menjaga keseimbangan antara pekerjaan dan kesehatan mental. Ayat ini juga mendorong mereka untuk tidak segan meminta bantuan, baik secara spiritual melalui doa, maupun secara praktis melalui kerjasama dan komunikasi dengan rekan-rekan kerja dan pihak sekolah.

Dengan demikian, meskipun tantangan pekerjaan sebagai guru sangat besar, keyakinan bahwa beban yang diberikan tidak akan melampaui kesanggupan mereka dapat menjadi dasar untuk tetap semangat dan berusaha maksimal dalam mendidik generasi muda, sambil menjaga diri dari stres yang berlebihan.

KESIMPULAN

Setelah menguraikan hasil penelitian di atas, dapat dikemukakan kesimpulan dari hasil penelitian ini sebagai berikut

1. Dari individu dengan skor beban kerja, 17 (42,5%) memiliki skor di bawah rata-rata kelas interval, 10 (25%) memiliki skor rata-rata kelas interval, dan 23 (57,5%) memiliki skor di atas rata-rata kelas interval. Skor beban kerja seringkali lebih tinggi dari biasanya, seperti terlihat pada statistik di atas.
2. Dari peserta, 19 orang (47,5%) mempunyai nilai stres kerja (Y) di bawah rata-rata kelas interval, 7 orang (17,5%) mempunyai nilai mendekati rata-rata, dan 14 orang (35%)

mempunyai nilai di atas rata-rata. Stres kerja guru seringkali lebih tinggi dari biasanya, menurut statistik di atas.

3. Koefisien determinasi sebesar 0,360 menunjukkan bahwa beban kerja mempunyai pengaruh sebesar 36% terhadap stres kerja guru (Y), dengan hubungan linier dan prediktif yang dibentuk oleh garis regresi $\phi = 21,023 + 1,448$. Beban kerja (X) berhubungan positif dan signifikan terhadap stres kerja guru (Y) sebesar 0,600 sehingga hubungan keduanya dianggap cukup.

DAFTAR PUSTAKA

- Cangih Putranto (2013) Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi Stres Kerja : Studi Indigenous Pada Guru Bersuku Jawa. *Journal Of Social And Industrial Psychology* Hasby. (2017). Pengaruh Konflik Kerja, Beban Kerja, Dan Komunikasi Terhadap Stres Kerja Perawat Bagian Rawat Inap (Pada Rsd. Petala Bumi Pekanbaru). Jom Fekon. 4 (1).
<http://news.okezone.com/read/2016/06/08/65/1409374/ini-penyebab-guru-sulit-tambah-skill>,
 Izzati, U., A., & Mulyana, O., P. (2019) *Psikologi Industry Dan Organisasi* . Penerbit: Bintang Surabaya
 James L Gibson, et.al, *Organizations Behavior Structure, Process*, (New Yorj : McGraw- Hill, 2012).
 Keputusan Menteri Pendayagunaan Aparatur Negara Nomor: KEP/75/M.PAN/7/2004. www.menpan.go.id/jdih/permenkepmen/kepmenpan-rb?download=227
 Koesomowidjojo, S.M. 2017. Analisis Beban Kerja. Raih Asa Sukses, Jakarta.
 Kyriacou, C. (2001). *Teacher Stress: Directions for Future Research*. Educational Review.
 Misbah Hayat Bhatti, Muhammad Hasnat Bhatti, Muhammad, Umair Akram, dan Muhammad Hashim, Zubair Akram, *Relationship between job stress and organizational commitment: An empirical study of banking sector*, Journal of Business Management and Economics Vol. 7(1), 2016.
 Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 12 Tahun 2008 Bab I Pasal I diakses dari <http://www.kemendagri.go.id/produk-hukum/2008/02/20/peraturan-mendagri-no-12-tahun-2008>
 Rohman. M., A & Rully Moch. Ichsan, Ss., Mm. (2021). *Pengaruh Beban Kerja Dan Stress Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pt Hondadaya Anugrah Mandiri Cabang Sukabumi: Manajemen Sumber Daya Manusia*. *Jurnal Mahasiswa Manajemen*, 2(1), 1–22. <https://Journal.Stiepasim.Ac.Id/Index.Php/Jmm/Article/View/130>
 Rumeen, C., Joseph. W. B. S., Rumayar, A. A., (2021) Gambar Tingkat Stress Kerja Pada Tenaga Pendidik Terhadap Pembelajaran Jarak Jauh Di Smpn 1 Dimem. Kesmas: *Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi*. <https://Ejournal.Unsrat.Ac.Id/Index.Php/Kesmas/Article/View/35458>
 Stephen P. Robbins and Timothy A. Judge, *Organizational Behaviour Fifteenth Edition*, (New Jersey : Pearson Educational. Inc, 2013).
 Stephen P. Robbins dan Mary Coulter, *Management Eleventh Edition*, (New Jersey: Pearson Education, Inc, 2012).
 Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. (Bandung: Alfabeta., 2013).
 Sugiyono. (2008). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D)*. Bandung: Alfabeta.

- . (2009). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung : Alfabet
- . (2015). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- . (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D* (Sutopo); (Ke 2 Ed)
- . (2007). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- . (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, R&D*. Bandung: Alfabeta.
- . (2019). *Metode Penelitian Pendidikan* (3rd Ed.; A. Nuryanto, Ed.). Bandung: Alfabeta.
- T. Hani Handoko, *Manajemen Personalia dan Sumber Daya Manusia*, (Yogyakarta: BPFE UGM, 2011).
- Terry Looker dan Olga Gregson, *Managing Stress Mengatasi Stres Secara Mandiri*, (Yogya: Pustaka Baca, 2005).
- Travella Putri (2023) Hubungan Beban Kerja Dengan Stres Kerja Pada Guru Smp N 6 Kota Jambi. S1 Thesis, Universitas Jambi