

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dunia pendidikan merupakan salah satu institusi yang berperan penting dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Pendidikan merupakan hal yang sangat penting bagi masa depan, baik masa depan bangsa secara makro maupun masa depan anak didik secara mikro. Dengan pendidikan yang layak dan berkualitas maka bangsa ini akan menjadi maju dan berkembang serta dapat bersaing dengan bangsa lain. Pendidikan (UU No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional) upaya dalam mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki ilmu keagamaan, akhlak mulia, keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara (Raya et al., 2025:628). Dunia pendidikan merupakan salah satu institusi yang berperan penting dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Peran ini terkait dengan upaya menjadikan generasi penerus bangsa yang mempunyai kualitas sumber daya manusia dan dapat diandalkan.

Sebuah lembaga pendidikan dalam mewujudkan eksistensinya dalam rangka mencapai suatu tujuan memerlukan manajemen sumber daya manusia (SDM) yang efektif. Pengelolaan sumber daya manusia dalam organisasi menjadi hal yang sangat penting karena manusia adalah penggerak utama dalam proses organisasi. Tanpa adanya manajemen sumber daya manusia yang baik, pencapaian peningkatan mutu dalam berbagai bidang, termasuk pendidikan, akan sulit tercapai.

Oleh karena itu, peran manajemen sumber daya manusia dalam meningkatkan kualitas mutu pendidikan sangatlah penting. Manusia yang memilih teknologi, mencari modal, menggunakan, dan memeliharanya. Selain itu, manusia juga dapat menjadi salah satu sumber keunggulan bersaing yang langgeng bagi suatu organisasi (Ni'am et al., yang dikutip Sulistyaningrum 2024:931). Dunia pendidikan merupakan institusi yang mempunyai peranan penting dalam meningkatkan kualitas Sumber Daya Manusia (SDM). Peran ini terkait dengan upaya menjadikan generasi penerus bangsa yang mempunyai kualitas Sumber Daya Manusia yang dapat diandalkan. Sekolah merupakan salah satu lembaga alternatif pelayanan dalam pendidikan. Untuk mengemban visi dan misi, dalam mencapai tujuan yang telah direncanakan sebelumnya dan menjalankan fungsinya, sekolah memerlukan tenaga profesional, tata kerja organisasi dan sumber-sumber yang mendukung baik dari segi finansial maupun non finansial.

Guru merupakan salah satu Sumber Daya Manusia (SDM) yang menjadi faktor sentral di dalam sistem pembelajaran terutama di sekolah. Menurut Arifin yang dikutip Raya et al., (2025:629) Kinerja guru merupakan keberhasilan guru dalam melaksanakan tugas serta kewajibannya bisa melaksanakan perencanaan, pelaksanaan serta penilaian pengajaran sesuai dengan sasaran yang diharapkan . Kinerja guru sangat menentukan keberhasilan siswa dalam mencapai tujuan pendidikan. Namun sebagai pendidik, guru mengalami stres akibat dari profesi yang diemban tersebut. Memang tidak dapat dipungkiri, mengajar adalah salah satu pekerjaan atau profesi yang paling stres.

Stres kerja menurut Vanchapo yang dikutip Pratiwi & Mardianty (2022:17) adalah keadaan emosional yang timbul karena adanya ketidaksesuaian beban kerja dengan kemampuan individu untuk menghadapi tekanan tekanan yang dihadapinya. Stres kerja guru menjadi permasalahan signifikan yang berpengaruh besar terhadap mutu pendidikan dan kesejahteraan guru. Studi literatur mengenai faktor penyebab stres kerja guru sangat penting untuk memahami akar permasalahan, seperti tekanan psikologis akibat tuntutan kurikulum yang dinamis, konflik peran, dan kurangnya dukungan sumber daya seperti sarana teknologi digital, pelatihan pengembangan kompetensi, dan keterbatasan anggaran operasional (Satria & Muhammad, 2025:250). Penurunan kinerja akibat stres terindikasi melalui penurunan kualitas RPP (Rencana Pelaksanaan Pembelajaran), ketidak konsistenan dalam evaluasi siswa, dan kurangnya inovasi mengajar yang lebih baik. Stres kerja juga bisa berdampak bagi kesehatan yang dapat menimbulkan berbagai dampak atau konsekuensi dalam aspek psikologis, jasmaniah, perilaku dan lingkungan. Dampak psikologi yang kuat dari stres adalah kecenderungan untuk mudah marah, frustrasi, kecemasan, agresif, gugup, panik. Keadaan lebih lanjut adalah timbulnya kebosanan, apatis depresi tidak bergairah dan kehilangan percaya diri. Disisi lain juga terdapat guru yang mengalami peningkatan dalam kinerja nya setelah mengalami stres kerja, karena pada hakikatnya stres kerja dapat merusak atau membangun kinerja tergantung seberapa besar porsi stres kerja yang dirasakan oleh para guru.

Selanjutnya peneliti melakukan studi ke SMP Al Amanah Cikawao Pacet sebagai lokus penelitian. Berdasarkan hasil observasi awal pada saat studi, terdapat

beberapa fenomena stres kerja yang dialami beberapa guru di sekolah tersebut. Faktor yang menjadi penyebab munculnya stres kerja di sekolah tersebut mencakup beberapa faktor baik yang bersifat internal maupun eksternal. Beban kerja yang berlebihan, seperti tuntutan mengajar, perubahan kurikulum, tugas administrasi yang menumpuk, fasilitas yang kurang memadai serta tanggung jawab tambahan di luar jam pelajaran, sering kali menjadi pemicu utama. Selain itu, keterbatasan sumber daya, baik dari segi fasilitas, tenaga pendukung, maupun waktu, turut memperburuk tekanan kerja. Interaksi sosial yang kompleks antara guru, siswa, rekan kerja, hingga orang tua murid juga dapat menciptakan ketegangan emosional. Tidak jarang, guru dan staf mengalami kesulitan dalam menjaga keseimbangan antara tuntutan pekerjaan dan kehidupan pribadi, yang pada akhirnya berdampak pada kesehatan mental dan kinerja mereka. Ketidakpastian karier, perubahan kebijakan pendidikan yang mendadak, serta minimnya apresiasi atau dukungan dari pihak manajemen sekolah, murid, orang tua murid menambah tekanan yang dirasakan.

Tekanan yang dirasakan oleh para guru di SMP Al Amanah Cikawao Pacet mengakibatkan adanya guru yang tidak masuk untuk mengajar bahkan tanpa keterangan. Hal tersebut bisa dilihat pada tabel 1.1 bahwa masih banyak guru yang bolos, baik itu izin, sakit, ataupun tanpa keterangan (alfa). Hal ini dapat memberikan gambaran mengenai tingkat kehadiran guru selama satu tahun ajaran. Tingkat absensi guru yang tinggi, khususnya ketidakhadiran/tanpa keterangan, dapat berdampak pada proses pembelajaran dan menurunkan kinerja mengajar di kelas. Oleh karena itu, analisis terhadap data absensi guru tahun ajaran 2024-2025

menjadi dasar penting dalam mengkaji pengaruh stres kerja terhadap kinerja guru di sekolah ini. Di bawah ini peneliti sajikan data absensi guru SMP Al Amanah Cikawao Pacet sebanyak 26 orang.

Tabel 1. 1
Data Absensi Guru SMP Al Amanah Cikawao Pacet

Tahun Pelajaran 2024-2025

Bulan	Izin	Sakit	Alfa	Jumlah Absensi
Juli	3	4	1	8
Agustus	5	5	4	14
September	8	3	3	14
Oktober	10	5	0	15
November	13	3	1	17
Desember	5	1	4	10
Januari	3	0	10	13
Februari	3	0	7	10
Maret	6	1	12	18
April	4	3	3	10
Rata Rata				11,9%

Sumber : (Data Staf TU SMP Al Amanah Cikawao Pacet, 2024-2025)

Berdasarkan Tabel 1.1 data absensi guru di SMP Al Amanah Cikawao Pacet selama tahun ajaran 2024–2025 menunjukkan adanya fluktuasi kehadiran yang cukup signifikan. Tercatat bahwa rata-rata 11,9% ketidakhadiran selama 10 bulan terakhir karena alasan izin, sakit, maupun tanpa keterangan (alfa). Pada bulan Juli, tercatat 8 absensi yang terdiri dari 3 izin, 4 sakit, dan 1 alfa. Angka ini meningkat pada Agustus dan September, masing-masing dengan total 14 absensi. Bulan Oktober menunjukkan jumlah absensi tertinggi sebanyak 15 kali, didominasi oleh izin sebanyak 10 kali. Lonjakan absensi juga terlihat di bulan November dengan

total 17, sementara Desember mengalami penurunan drastis menjadi 10. Memasuki semester genap, Januari dan Februari menunjukkan angka alfa yang cukup tinggi, terutama Januari dengan 10 alfa dari total 13 absensi. Puncaknya terjadi pada Maret dengan total 18 absensi, termasuk 12 kali alfa. Kondisi ini sedikit membaik di April, yang mencatat 10 absensi dengan komposisi yang lebih seimbang. Tingkat ketidakhadiran ini cukup signifikan, terutama jika dikaitkan dengan peran guru sebagai ujung tombak proses pembelajaran. Ketidakhadiran guru, terlebih yang disebabkan oleh alfa atau izin berulang, dapat berdampak langsung pada kelancaran kegiatan belajar mengajar, keterlambatan materi, dan penurunan kualitas layanan pendidikan. Penyebab ketidakhadiran paling banyak berasal dari izin, yang relatif dapat diterima jika disertai alasan jelas, diikuti oleh sakit, dan yang perlu diwaspadai adalah alfa yang terjadi cukup tinggi di beberapa bulan, seperti Januari dan Maret. Ini menandakan perlunya peningkatan pengawasan, komunikasi internal, serta pembinaan kedisiplinan terhadap guru. Hal ini yang bisa menjadi salah satu indikator adanya tekanan kerja atau stres yang memengaruhi konsistensi dan kinerja mereka dalam mengajar.

Selanjutnya peneliti mencoba melakukan prasurvei mengenai stres kerja dengan menyebar kuesioner terhadap responden sebanyak 10 guru untuk membuktikan guru di SMP Al Amanah Cikawao Pacet ini mengalami stres kerja. Adapun yang di dapatkan hasilnya sebagai berikut :

Tabel 1. 2
Hasil Prasurvei Stres Kerja SMP Al Amanah Cikawao Pacet

No	Indikator	Respon Responden			
		Ya		Tidak	
		F	%	F	%
1	Saya mampu mengatur waktu dengan baik antara mengajar di sekolah dan kehidupan pribadi	0	0	10	100
2	Tugas administrasi dapat saya selesaikan dengan baik.	1	10	9	90
3	Saya dapat beradaptasi dengan baik terhadap perubahan kebijakan atau sistem akademik.	2	20	8	80
4	Fasilitas sekolah yang ada sudah cukup memadai untuk mendukung tugas saya sebagai guru.	2	20	8	80
5	Saya jarang merasa tertekan akibat konflik dengan rekan kerja, siswa, atau orang tua siswa.	3	30	7	70
RATA RATA		16%		84%	
Jumlah Responden : 10					

Sumber : (Guru SMP Al Amanah Cikawao Pacet, 2025).

Berdasarkan hasil prasurvei pada tabel 1.2 terhadap 10 guru SMP Al Amanah Cikawao Pacet, dapat disimpulkan bahwa mayoritas guru mengalami berbagai kesulitan yang menyebabkan tingkat stres kerja yang tinggi. Semua responden (100%) menyatakan kesulitan dalam mengatur waktu antara tugas mengajar dan kehidupan pribadi, hal ini dikarenakan beban kerja yang sangat padat, termasuk persiapan mengajar dan penyelesaian berbagai tugas tambahan, sehingga guru merasa sulit membagi waktu secara efektif. Sebanyak 90% guru juga mengaku terbebani oleh tugas administrasi yang harus diselesaikan, yang sering kali menyita waktu tanpa didukung oleh pelatihan atau fasilitas yang memadai sehingga

menimbulkan tekanan tambahan. Selanjutnya, 80% responden mengalami kesulitan beradaptasi dengan perubahan kebijakan atau sistem akademik yang sering terjadi tanpa sosialisasi dan pelatihan yang cukup, sehingga menimbulkan kebingungan dan ketidaknyamanan dalam melaksanakan pekerjaan. Kondisi fasilitas sekolah yang dianggap kurang memadai juga menjadi kendala serius bagi 80% guru, di mana keterbatasan sarana dan prasarana menghambat kelancaran tugas mengajar dan meningkatkan beban kerja. Selain itu, 70% guru merasakan tekanan emosional akibat konflik dengan rekan kerja, siswa, ataupun orang tua siswa, yang menimbulkan suasana kerja yang tidak nyaman dan menambah tingkat stres. Semua faktor ini menunjukkan bahwa guru menghadapi tuntutan pekerjaan yang melebihi sumber daya dan kemampuan mereka, sehingga stres kerja menjadi sangat dominan dan berdampak langsung pada kinerja mereka di sekolah. Penjelasan ini sejalan dengan teori stres kerja menurut Lazarus dan Folkman, yang menyatakan bahwa stres muncul dari proses transaksi antara individu dan lingkungannya, terutama ketika tuntutan kerja melebihi sumber daya yang dimiliki untuk mengatasi tekanan tersebut.

Selanjutnya peneliti juga melakukan prasurvei mengenai keadaan kinerja guru dalam mengajar dengan menyebar kuesioner terhadap responden sebanyak 10 guru di SMP Al Amanah Cikawao Pacet. Hal ini bertujuan untuk mengetahui keadaan situasi mengajar guru di sekolah tersebut.

Tabel 1. 3
Hasil Prasurvei Kinerja Guru SMP Al Amanah Cikawao Pacet

No	Indikator	Respon Responden			
		Ya		Tidak	
		F	%	F	%
1	Saya tetap dapat menyiapkan materi pembelajaran dengan baik meskipun beban kerja meningkat.	2	20	8	80
2	Saya dapat menyelesaikan tugas administrasi sekolah tepat waktu.	3	30	7	70
3	Saya tetap hadir dan mengajar sesuai jadwal meskipun jam sekolah bertambah.	1	10	9	90
4	Saya tetap berusaha memberikan pelayanan terbaik kepada siswa meskipun fasilitas sekolah kurang mendukung.	1	10	9	90
5	Saya aktif mengikuti pelatihan dan pengembangan profesional sebagai guru.	3	30	7	70
RATA RATA		21%		79%	
Jumlah Responden : 10					

Sumber : (Guru SMP Al Amanah Cikawao Pacet, 2025)

Berdasarkan hasil prasurvei pada tabel 1.3 mengenai kinerja guru di SMP Al Amanah Cikawao Pacet, dapat dilihat bahwa mayoritas guru mengalami kesulitan yang nyata dalam menjalankan tugas-tugas utamanya, yang merupakan indikasi stres kerja yang cukup tinggi. Sebanyak 80% guru mengaku kesulitan untuk menyiapkan materi pembelajaran dengan baik meskipun beban kerja meningkat. Hal ini terjadi karena tingginya tuntutan pekerjaan yang tidak diimbangi dengan waktu dan sumber daya yang memadai, sehingga guru merasa terbebani dan

sulit fokus mempersiapkan bahan ajar secara optimal. Selanjutnya, 70% guru tidak dapat menyelesaikan tugas administrasi sekolah tepat waktu, kondisi ini disebabkan oleh beban administrasi yang menumpuk dan kurangnya fasilitas maupun dukungan yang memadai, sehingga menambah tekanan kerja. Lebih jauh, 90% guru kesulitan mempertahankan kehadiran dan mengajar sesuai jadwal, yang dapat dipicu oleh kelelahan fisik dan mental akibat beban kerja yang berat. Hal yang sama juga terjadi dalam pelayanan kepada siswa, di mana 90% guru merasa sulit memberikan pelayanan terbaik karena fasilitas sekolah yang kurang mendukung serta kondisi kerja yang menimbulkan stres. Selain itu, hanya sekitar 30% guru yang aktif mengikuti pelatihan dan pengembangan profesional, hal ini terjadi karena keterbatasan waktu dan energi yang dialami guru akibat tekanan pekerjaan yang tinggi, sehingga partisipasi dalam pengembangan diri menjadi berkurang.

Melihat kondisi tersebut, penting untuk menaruh perhatian lebih terhadap kondisi stres kerja yang dialami oleh guru, karena secara langsung maupun tidak langsung dapat berdampak pada kualitas kinerja mereka di sekolah. Meskipun sebagian besar guru masih mampu menjalankan tugas pokoknya, gejala stres yang muncul seperti kelelahan emosional, tekanan administrasi, hingga keterbatasan fasilitas berpotensi menurunkan efektivitas dalam jangka panjang. Hal ini menjadi penting untuk diteliti lebih dalam, khususnya di SMP Al Amanah Cikawao Pacet, guna menemukan sejauh mana stres kerja memengaruhi kinerja guru. Dengan memahami hubungan antara kedua variabel ini, diharapkan sekolah dapat mengambil langkah yang lebih strategis dalam menciptakan lingkungan kerja yang lebih sehat, mendukung, dan produktif bagi para pendidik.

Berdasarkan uraian tersebut dan juga dilihat dari beberapa fenomena yang ditemukan, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Pengaruh Stres Kerja terhadap Kinerja Guru di SMP AL-AMANA CIKAWAO PACET”**. Guna mengetahui sejauh mana dampak stres kerja memengaruhi kinerja guru serta sebagai dasar pertimbangan dalam pengambilan kebijakan yang lebih mendukung kesejahteraan tenaga pendidik.

1.2 Identifikasi Masalah

Permasalahan penelitian yang peneliti ajukan ini dapat diidentifikasi permasalahannya berdasarkan latar belakang permasalahan di atas sebagai berikut.

1. Tingkat absensi guru pada tahun ajaran 2024-2025 kurang baik akibat tingginya frekuensi pengajuan izin, sakit, dan tanpa keterangan (alfa).
2. Lingkungan atau fasilitas kerja yang kurang mendukung, dan komunikasi yang tidak efektif antara guru, rekan kerja, menyebabkan stres kerja.
3. Kesulitan mengatur waktu antara mengajar di sekolah dan kehidupan pribadi.
4. Perubahan kebijakan atau kurikulum, yang menimbulkan beban administrasi yang tinggi.
5. Tingkat stres kerja guru yang relatif cukup tinggi.

1.3 Pembatasan Masalah

Mengingat keterbatasan kemampuan yang dimiliki peneliti dan supaya pembahasan lebih berfokus dan tidak menyimpang dari pokok masalah yang ingin diketahui kepastiannya maka peneliti perlu membatasi kajian penelitian ini. Adapun batasan masalah dalam penelitian ini, Diantaranya:

1. Penelitian ini hanya membahas pengaruh stres kerja terhadap kinerja guru.
2. Subjek penelitian terbatas pada guru yang mengajar di Smp Al Amanah Cikawao Pacet.
3. Penelitian ini fokus pada hubungan antara tingkat stres kerja dan kinerja guru tanpa memasukkan faktor lain yang mungkin mempengaruhi kinerja.
4. Waktu penelitian dibatasi pada periode tertentu sesuai dengan waktu pengumpulan data yang ditentukan peneliti.
5. Variabel yang diteliti hanya stres kerja sebagai faktor bebas dan kinerja guru sebagai faktor terikat

1.4 Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah yang telah diuraikan di atas, terdapat beberapa masalah yang dapat merumuskan masalah penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana kondisi Stres Kerja Guru di SMP Al Amanah Cikawao Pacet.
2. Bagaimana kondisi Kinerja Guru di SMP Al Amanah Cikawao Pacet.
3. Bagaimana pengaruh Stres Kerja Terhadap Kinerja Guru SMP Al Amanah Cikawao Pacet.

1.5 Maksud dan Tujuan Penelitian

1.5.1 Maksud Penelitian

Maksud dari penelitian ini untuk memahami sejauh mana stres kerja memengaruhi kinerja guru di SMP Al Amanah Cikawao Pacet. Melalui penelitian ini, peneliti ingin menggambarkan kondisi nyata yang dialami guru dalam

menjalankan tugasnya sehari-hari, khususnya ketika harus menghadapi tekanan pekerjaan yang tinggi. Selain itu, penelitian ini juga dimaksudkan untuk mengidentifikasi faktor-faktor pemicu stres kerja serta bagaimana hal tersebut berdampak terhadap efektivitas dan kualitas kerja guru, baik dari segi pengajaran, administrasi, maupun pengembangan profesional. Serta maksud lainnya sebagai salah satu syarat penyelesaian studi untuk mencapai gelar sarjana pada jurusan Manajemen Fakultas Ekonomi Universitas Sangga Buana YPKP.

1.5.2 Tujuan Penelitian

Tujuan dari Penelitian ini, Diantaranya :

1. Mendeskripsikan dan menganalisis Stres Kerja Guru Di SMP Al Amanah Cikawao Pacet
2. Mendeskripsikan Dan Menganalisis Kinerja Guru Di SMP Al Amanah Cikawao Pacet
3. Mengukur seberapa besar Pengaruh Stres Kerja Guru terhadap Kinerja Guru di SMP Al Amanah Cikawao Pacet

1.6 Kegunaan Penelitian

1.6.1 Kegunaan Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang manajemen sumber daya manusia, dengan menambah wawasan mengenai pengaruh stres kerja terhadap kinerja guru. Hasil penelitian ini juga dapat menjadi referensi dan bahan bacaan tambahan bagi mahasiswa, serta pihak lain yang membutuhkan literatur terkait topik ini, khususnya di lingkungan Universitas Sangga Buana.

1.6.2 Kegunaan Praktis

Secara Praktis, Penelitian ini bermamfaat bagi beberapa pihak , antara lain :

1. Bagi Peneliti

Dapat berguna untuk mengembangkan dan meningkatkan kemampuan berfikir dan menganalisa setiap gejala dan permasalahan yang dihadapi di lapangan sekaligus dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan . Dan sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana.

2. Bagi Sekolah

Dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan dan saran serta pemikiran yang bermanfaat untuk SMP AL Amanah Cikawao Pacet, khususnya mengenai Pengaruh Stres Kerja terhadap Kinerja Guru yang diharapkan mampu meningkatkan kinerja mereka dengan sudut pandang lebih luas yang secara kolektif dapat dipandang sebagai peningkatan kinerja.

1.7 Lokasi Penelitian dan Waktu Penelitian

1.7.1 Lokasi Penelitian

Dalam Penulisan Karya Ilmiah peneliti melakukan penelitian di Smp Al Amanah Cikawao Pacet. Yang berada di Kp. Pasir Jambu Rt. 05/09 Ds. Cikawao Kec. Pacet Kab. Bandung, Jawa Barat

1.7.2 Waktu Penelitian

Penelitian Ini dimulai pada Mei 2025 sampai dengan selesai.

Tabel 1. 4
Jadwal Penelitian

NO	Kegiatan	Bulan Penelitian					
		Mar	Apr	Mei	Jun	Jul	Agu
1	Pengajuan Judul Penelitian						
2	Penyusunan Bab 1						
3	Penyusunan Bab 2						
4	Penyusunan Bab 3						
5	Sidang UP						
6	Penyusunan Bab 4						
7	Penyusunan Bab 5						
8	Sidang Akhir						

Sumber : Peneliti, 2025

