

**HUBUNGAN BEBAN KERJA, KONFLIK PERAN, DAN  
DUKUNGAN SOSIAL DENGAN STRES KERJA  
PADA GURU**

*(Studi Observasional Analitik di Sekolah Menengah Kejuruan Telkom  
Banjarbaru)*

Skripsi

Diajukan guna memenuhi sebagian syarat  
untuk memperoleh derajat Sarjana Kesehatan Masyarakat  
Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat

Oleh

Nisnawati

NIM. 1910912220011



**UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT  
FAKULTAS KEDOKTERAN  
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT  
BANJARBARU**

**April, 2023**

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Banjarbaru, 24 Maret 2023



**Skripsi**

**HUBUNGAN BEBAN KERJA, KONFLIK PERAN, DAN DUKUNGAN SOSIAL  
DENGAN STRES KERJA PADA GURU  
(Studi Observasional Analitik di Sekolah Menengah Kejuruan Telkom  
Banjarbaru)**

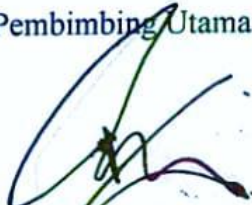
Dipersiapkan dan disusun oleh

**Nisnawati**

Telah dipertahankan di depan dewan penguji  
pada tanggal **03 April 2023**

**Susunan Dewan Penguji**

Pembimbing Utama



**Rudi Fakhriadi, SKM., M.Kes(Epid)**

Anggota Dewan Penguji Lain



**Fakhriyah, S.SiT., MKM**

Pembimbing Pendamping



**Ihya/Hazairin Noor, SKM., MPH**



**Mufatihatul Aziza Nisa, SKM., MKKK**

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan  
untuk memperoleh gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat



**Laily Khairiyati, SKM., MPH**  
Koordinator Program Studi: Kesehatan Masyarakat

## KATA PENGANTAR

Puji Puji dan syukur kehadiran Tuhan yang Maha Esa karena atas izin-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Hubungan Beban Kerja, Konflik Peran, dan Dukungan Sosial dengan Stres Kerja Pada Guru (Studi Observasional Analitik di Sekolah Menengah Kejuruan Telkom Banjarbaru)”**, tepat pada waktunya. Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian syarat guna memperoleh derajat Sarjana Kesehatan Masyarakat di Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat Banjarbaru.

Dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Dekan Fakultas Kedokteran Dr. Istiana, dr., M.Kes yang telah memberi kesempatan dan fasilitas dalam pelaksanaan penelitian.
2. Ketua Program Studi Kesehatan Masyarakat, Laily Khairiyati, SKM., MPH yang telah memberikan kesempatan dalam pelaksanaan penelitian.
3. Unit Pengelola KTI dan P2M Anggun Wulandari, SKM., M.Kes yang telah memberikan kesempatan dalam pelaksanaan penelitian.
4. Dosen pembimbing utama Rudi Fakhriadi, SKM., M.Kes.(Epid) dan dosen pembimbing pendamping Ihya Hazairin Noor, SKM., MPH yang berkenan memberikan saran dan arahan dalam penyelesaian skripsi ini.
5. Kedua dewan penguji Fakhriyah S.Si.T., M.KM dan Mufatihatul Aziza Nisa, SKM., M.KKK yang memberi kritik dan saran sehingga skripsi ini menjadi semakin baik.

6. Kepala Sekolah SMK Telkom Banjarbaru dan unit terkait atas izin yang diberikan sehingga penelitian ini bisa dilaksanakan serta bantuan fasilitas terkait kelancaran kegiatan penelitian di lapangan.
7. Kedua orang tua saya dan kedua kakak saya yang sampai detik ini selalu memberikan dukungan, motivasi, semangat, doa, masukan dan bantuan emosional maupun finansial dalam perkuliahan hingga penyelesaian skripsi ini.
8. Sahabat-sahabat saya yaitu Shaufa, Wafiqa, Awwal, Angel, Lydia, Wulan, Yolana, Bella, Hana, Dinda, May, Syifa dan sahabat saya lainnya yang tidak dapat disebutkan satu persatu, terimakasih banyak atas dukungan emosional, doa, semangat dan bantuan yang selalu diberikan hingga penelitian ini dapat terselesaikan sampai titik ini.
9. Rekan mahasiswa khususnya Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran angkatan 2019, terimakasih atas segala doa, semangat dan bantuan yang telah diberikan dalam bentuk sumbangan pikiran maupun tenaga pada penelitian ini hingga sampai dititik ini.

Penulis menyadari bahwa karya ilmiah ini masih jauh dari kesempurnaan, akan tetapi penulis berharap penelitian ini bermanfaat bagi dunia ilmu pengetahuan.

Banjarbaru, Maret 2023

Nisnawati

## ABSTRAK

### HUBUNGAN BEBAN KERJA, KONFLIK PERAN, DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN STRES KERJA PADA GURU (STUDI OBSERVASIONAL ANALITIK DI SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN TELKOM BANJARBARU)

NISNAWATI

Stres kerja adalah kondisi yang dapat menyebabkan terjadinya ketegangan serta emosi seseorang dan proses berpikir disetiap kondisi masing-masing orang. Bidang pendidikan menjadi salah satu bidang yang paling terpengaruh dengan stres setelah bidang kesehatan. ILO menyebutkan bahwa profesi guru memiliki prevalensi stres kerja tertinggi. Hasil survei oleh *Health Safety Executive* tahun 2016 menunjukkan bahwa terdapat sebanyak 2530 kasus stres kerja per 100.000 guru. Berdasarkan data beban kerja guru di SMK Telkom Banjarbaru potensi stres kerja dapat terlihat apabila melihat data beban kerja guru, dimana terdapat 53% guru yang memiliki beban kerja tambahan. Studi ini bertujuan menganalisis korelasi beban kerja, konflik peran, dan dukungan sosial terhadap stres kerja guru di SMK Telkom Banjarbaru. Metode penelitian menggunakan kuantitatif dan pendekatan cross sectional. Populasi dalam studi yaitu 45 orang, dimana sampelnya 41 responden yang diambil melalui metode simple random sampling. Penelitian ini memakai angket *online google form*. Data dianalisis melalui uji *chi-square* (CI=95%,  $\alpha=0,05$ ). Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa ada hubungan antara beban kerja ( $p\text{-value}=0,012$ ), konflik peran ( $p\text{-value}=0,001$ ), dukungan sosial ( $p\text{-value}=0,0001$ ) dengan stres kerja pada guru di SMK Telkom Banjarbaru. Berdasarkan hal tersebut, sekolah diharapkan dapat menekan angka stres kerja dengan memahami kemampuan guru dalam bekerja sehingga, ketika diberi tugas guru tidak merasakan bahwa tugas tersebut sebagai beban, mendelegasikan tugas sesuai dengan kemampuan dan keahlian sesuai dengan skill yang dimiliki guru serta memberikan dukungan sosial kepada guru dengan memberikan apresiasi baik secara materi ataupun peningkatan karir bagi guru.

**Kata Kunci:** Beban kerja, dukungan sosial, konflik peran, stres kerja.

## **ABSTRACT**

### ***THE RELATIONSHIP BETWEEN WORKLOAD, ROLE CONFLICT, AND SOCIAL SUPPORT TO WORK STRESS AMONG TEACHERS (OBSERVATIONAL ANALYTIC STUDY AT VOCATIONAL HIGH SCHOOL TELKOM BANJARBARU)***

**NISNAWATI**

*Work stress is a condition that can cause the occurrence of tension and emotions of a person and the process of thinking in each individual condition. Education is one of the areas most affected by stress after healthcare. The ILO states that teachers have the highest prevalence of work stress. A 2016 survey by Health Safety Executive showed that there were 2,530 workplace stress cases per 100,000 teachers. Based on the workload data of teachers at SMK Telkom Banjarbaru the potential work stress can be seen when looking at the data of teacher workload, where there are 53% teachers who have additional workload. The study aims to analyze the relationship between workload, role conflict, and social support with work stress in teachers at SMK Telkom Banjarbaru. The research method uses quantitative with cross-sectional approach. The study population was 45 people, with a sample of 41 respondents taken using the simple random sampling method. The survey uses the online Google Form questionnaire. Data analysis using the chi-square test (CI = 95%,  $\alpha = 0,05$ ). The results of statistical analysis show that there is a relationship between workload (p-value = 0,012), role conflict (p -value= 0,001), social support (p – value = 0,0001) and work stress in teachers at SMK Telkom Banjarbaru. Based on this, the school is expected to be able to suppress the number of work stress by understanding the teacher's ability to work so that, when given the task of the teacher does not feel that the task as a burden, delegate the task in accordance with the ability and expertise according to the skill that the teacher has and provide social support to the teacher by giving appreciation either materially or career improvement for the teacher.*

**Keyword** : *Role conflict, sosial support, work load, work stress*

## DAFTAR ISI

	Halaman	
HALAMAN JUDUL.....	i	
HALAMAN PERNYATAAN .....	ii	
HALAMAN PEERSETUJUAN .....	iii	
KATA PENGANTAR .....	iv	
ABSTRAK .....	vi	
<i>ABSTRACT</i> .....	vii	
DAFTAR ISI.....	viii	
DAFTAR TABEL.....	x	
DAFTAR GAMBAR .....	xi	
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii	
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>		
A. Latar Belakang Masalah .....	1	
B. Rumusan Masalah.....	5	
C. Tujuan Penelitian .....	5	
D. Manfaat Penelitian .....	6	
E. Keaslian Penelitian .....	7	
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>		
A. Stres Kerja.....	9	
B. Faktor yang Berhubungan dengan Stres Kerja .....	15	
C. Manajemen Stres Kerja Guru .....	22	
<b>BAB III LANDASAN TEORI DAN HIPOTESIS</b>		
A. Landasan Teori .....	25	
B. Hipotesis Penelitian .....	27	
<b>BAB IV METODE PENELITIAN .....</b>		<b>28</b>
A. Rancangan Penelitian.....	28	
B. Populasi dan Sampel.....	28	
C. Instrumen Penelitian .....	30	

D.	Variabel Penelitian.....	36
E.	Definisi Operasional .....	36
F.	Prosedur Penelitian .....	38
G.	Teknik Pengumpulan dan Pengolahan Data .....	40
H.	Cara Analisis Data .....	41
I.	Tempat dan Waktu Penelitian.....	42
<b>BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN</b>		
A.	Analisis Univariat .....	43
B.	Analisis Bivariat .....	52
<b>BAB VI PENUTUP .....</b>		<b>65</b>
A.	Simpulan .....	65
B.	Saran .....	65
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>		
<b>LAMPIRAN</b>		