



**Pengaruh WFH (Work From Home), Desain Pekerjaan, dan Beban Kerja
Terhadap Stres Kerja Pada Masa Pandemi Covid-19**

(Studi Pada Guru SMA Negeri 6 Malang)

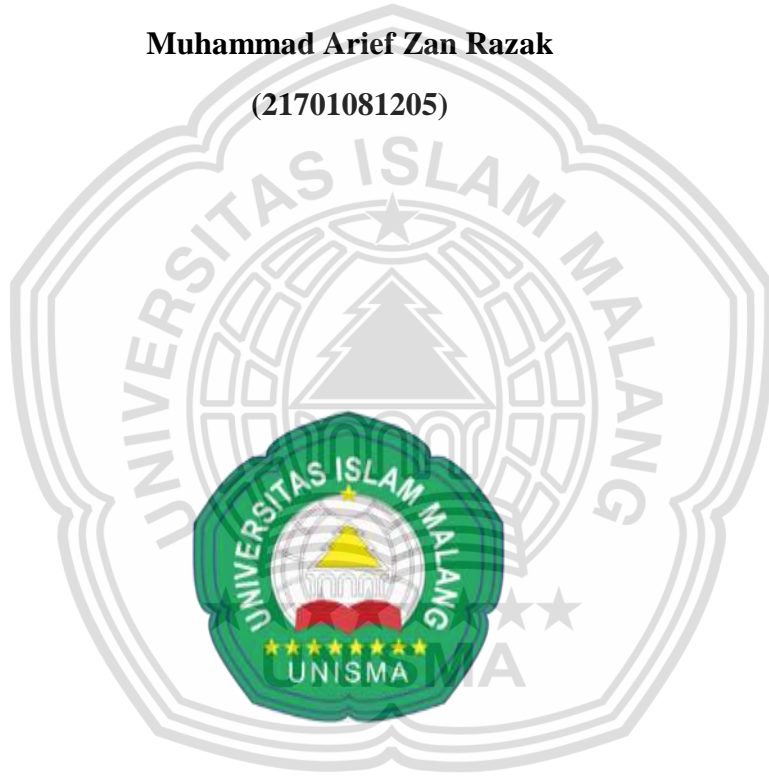
Skripsi

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Manajemen**

Oleh:

Muhammad Arief Zan Razak

(21701081205)



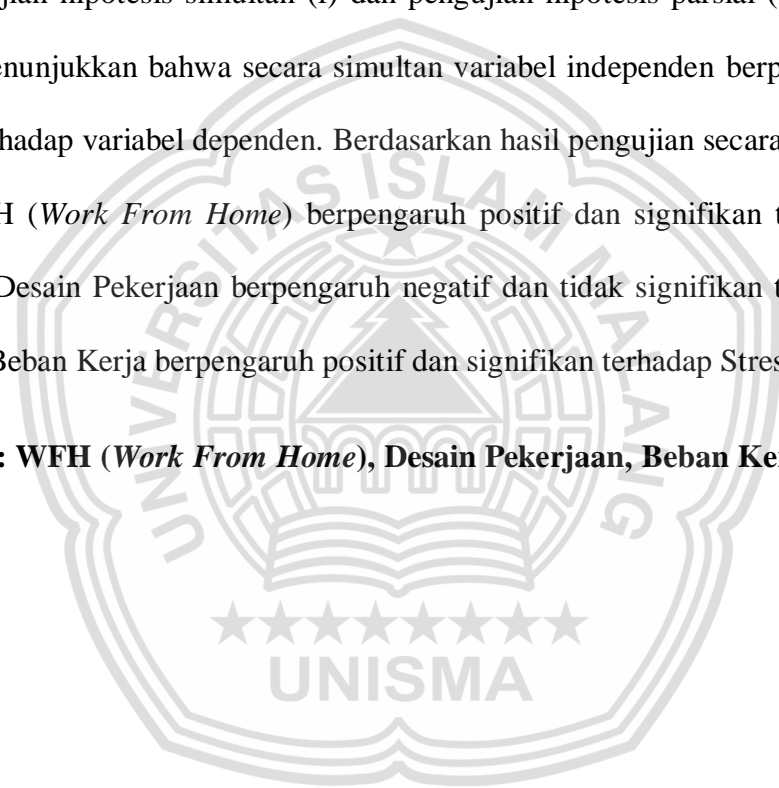
**UNIVERSITAS ISLAM MALANG
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
MALANG**

2021

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh WFH (*Work From Home*), Desain Pekerjaan, Dan Beban Kerja Terhadap Stres Kerja Pada Guru SMA Negeri 6 Malang. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 62 Guru. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis data kuantitatif yang menggunakan analisis regresi linier berganda. Pengujian data yang digunakan adalah pengujian hipotesis simultan (f) dan pengujian hipotesis parsial (t). Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara simultan variabel independen berpengaruh signifikan terhadap variabel dependen. Berdasarkan hasil pengujian secara parsial, variabel WFH (*Work From Home*) berpengaruh positif dan signifikan terhadap Stres Kerja, Desain Pekerjaan berpengaruh negatif dan tidak signifikan terhadap Stres Kerja, Beban Kerja berpengaruh positif dan signifikan terhadap Stres Kerja.

Kata Kunci : WFH (*Work From Home*), Desain Pekerjaan, Beban Kerja, dan Stres Kerja



ABSTRACT

This study aims to determine the effect of WFH (Work From Home), Job Design, and Workload on Work Stress in Teachers of SMA Negeri 6 Malang. The sample used in this study were 62 teachers. The data analysis method used in this research is quantitative data analysis using multiple linear regression analysis. Testing the data used is simultaneous hypothesis testing (f) and partial hypothesis testing (t). The results showed that simultaneously the independent variables had a significant effect on the dependent variable. Based on the partial test results, the WFH (Work From Home) variable has a positive and significant effect on work stress, job design has a negative and insignificant effect on work stress, workload has a positive and significant effect on work stress.

Keywords: *WFH (Work From Home), Job Design, Workload, and Work Stress*



BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pada masa pandemi Covid-19 di tahun 2019 lalu, telah banyak menggemparkan seluruh rakyat Indonesia dengan penyakit wabah ini. Banyak kejadian yang tidak disangka-sangka dengan kedatangan covid-19, contoh salah satunya pada sektor pendidikan, yang mana diharuskan pendidikan di seluruh indonesia menggunakan sistem belajar dirumah atau biasa disebut dengan Work From Home. Pada masa Work From Home kinerja guru pun banyak mengalami perubahan yang menurut para guru di SMA N 6 Malang merasa stres karena perubahan pembelajaran yang semulanya teori diterangkan menggunakan papan tulis, sekarang menggunakan teknologi seperti Zoom Meeting. Menurut Edsurge newsletter (2020), survey yang dilakukan oleh Yale Center for Emotional Intelligence dan Collaborative for Social Emotional and Academic Learning pada lebih dari 5.000 guru di Amerika Serikat menemukan para guru mengalami stres kerja dalam menjalankan proses belajar dan bekerja dari rumah selama masa pandemi Covid-19. Kekhawatiran dan ketakutan akan terkena Covid-19 serta proses adaptasi dengan teknologi baru menjadi penyebab mereka mengalami stres kerja.

Stres kerja merupakan salah satu sikap seseorang yang mana tidak mampu menyelesaikan pekerjaan tersebut dengan adanya tekanan secara mental dan fisik. Stres berasal dari perasaan takut atau marah yang diekspresikan dalam sikap tidak sabar, frustrasi, iri, tidak ramah, depresi, bimbang, cemas, rasa

bersalah, khawatir atau apati. Kondisi pandemi covid-19 menimbulkan stress yang tinggi terhadap guru dan cenderung menjadi burnout karena lingkungan kerja yang serba digital dan pembelajaran dalam jaringan (Ansley et al., 2021). Beberapa literatur menunjukkan stres kerja guru pada masa pandemi Covid 19 mayoritas disebabkan karena lingkungan, self-efficacy dan social support (Cappe, Poirier, Engelberg, & Boujut, 2021; Vertanen-Greis, Loyttyniemi, Uitti, & Putus, 2020).

Pada masa pandemi covid-19 pendidikan di seluruh dunia, pembelajaran dilakukan di rumah atau biasa kita sebut dengan Work From Home. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Purwanto (2020) pada beberapa guru di Tanggerang mengalami kesulitan saat bekerja dari rumah, antara lain kondisi rumah dan kondisi pada saat disekolah tidak sama pada saat mengajar, beban kerja bertambah dan dihadapkan dengan keterbatasan sarana dan prasana seperti kurang baik pada jaringan internet yang berdampak kurang efektif dalam proses pembelajaran. Dalam hal ini dapat mempengaruhi juga terhadap desain pekerjaan pada kinerja guru di SMA N 6 Malang.

Desain pekerjaan merupakan suatu sistem bekerja dengan model sesuai dengan keinginan bagi para pekerja. Sekitar 63 juta guru diseluruh dunia harus dihadapkan dengan proses pendidikan yang sangat berbeda dimana penutupan sekolah di sekitar 165 negara karena pandemi covid-19. Para guru harus bekerja lebih ekstra untuk memastikan bahwa pembelajran harus tetap lanjut pada masa pandemi covid-19, salah satu contoh adalah dengan memfalisasi pembelajaran jarak jauh bagi para siswa, dan guru diwajibkan untuk selalu kreatif, inovatif,

serta menyenangkan dalam menyajikan proses pembelajaran dengan menggunakan teknologi digital (UNESCO, 2020).

Berbagai aplikasi media pembelajaran pun sudah tersedia, baik pemerintah maupun swasta. Pemerintah mengeluarkan Surat Edaran Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 9/2018 tentang Pemanfaatan Rumah Belajar. Pihak swasta pun menyuguhkan bimbingan belajar online seperti ruang guru, Zenius, Kelasku, Kahoot, dan lainnya. Hal ini tentu dirasa berat oleh pendidik dan peserta didik. Terutama bagi pendidik, dituntut kreatif dalam penyampaian materi melalui media pembelajaran daring. Ini perlu disesuaikan juga dengan jenjang pendidikan dalam kebutuhannya. Dampaknya akan menimbulkan tekanan fisik maupun psikis (mental). Pola pikir yang positif dapat membantu menerapkan media pembelajaran daring, sehingga menghasilkan capaian pembelajaran yang tetap berkualitas (Herliandry et al., 2020)

Beban kerja saat ini pun memberikan efek terhadap stres kerja terhadap guru pada saat pandemi covid-19. Beban kerja juga diketahui dapat memengaruhi stres kerja secara signifikan (Kusnadi, 2014). Sejalan dengan penelitian tersebut, penelitian yang dilakukan menunjukkan adanya hubungan positif antara beban kerja dengan stres kerja (Omondi & Kariuki, 2016).

Penelitian ini dilakukan pada Guru di Sekolah Menengah Atas Negeri 6 Malang. Sekolah ini merupakan salah satu instansi pendidikan formal yang menyelenggarakan pendidikan umum pada jenjang Pendidikan Menengah sebagai lanjutan dari Sekolah Menengah Pertama (SMP), Madrasah Tsanawiyah

(MTs), atau bentuk lain yang sederajat sesuai dengan Peraturan Pemerintah Nomor 19 Tahun 2017.

Fenomena yang terjadi pada guru di masa pandemi covid-19 di SMA N 6 Malang yaitu pembelajaran jarak jauh atau biasa kita sebut dengan Work From Home, desain pekerjaan memaksimalkan teknologi digital seperti Zoom Meeting dan Google Meet, beban kerja yang bertambah seperti konflik peran contoh memiliki peran dirumah sebagai orang tua dan tugas peran di sekolah sebagai guru, stres kerja yang di alami oleh guru di SMA N 6 Malang yaitu dengan berubahnya kondisi Pekerjaan, berubahnya sistem desain pekerjaan dan juga beban kerja yang dirasa bertambah karena memiliki dua peran pada saat bekerja dirumah. Adaptasi kerja pun juga mempengaruhi stres kerja, karena pertama kali secara mendadak Pemerintah langsung membuat peraturan yaitu tentang adanya covid-19 yang mana diharuskan untuk lockdown dan semua pendidikan menggunakan sistem daring. Maka dari itu para guru di SMA N 6 Malang harus merubah model pembelajaran agar dipahami oleh para siswa dan para siswa tidak merasa bosan untuk belajar sama halnya dengan Guru agar tidak bosan pada saat mengajar.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah Work From Home, Desain Pekerjaan, dan Beban Kerja berpengaruh terhadap Stres Kerja pada Guru di SMA N 6 Malang, keunikan pada penelitian ini terletak pada fenomena penelitian, pada sebelumnya lebih banyak membahas efektivitas kinerja Guru disekolah, pada penelitian sekarang suatu keadaan ekstra dimana fenomena saat ini tidak bisa di hindarkan karena adanya covid-19, yaitu pembelajaran jarak jauh atau biasa disebut dengan work from home.

Oleh karena itu, penelitian ini dibuat dengan judul “**Pengaruh WFH (Work From Home), Desain Pekerjaan, Dan Beban Kerja Terhadap Stres Kerja Pada Masa Pandemi Covid-19**”.

1.2 Rumusan Masalah Penelitian

1. Bagaimana deskripsi WFH (Work From Home), Desain Pekerjaan, Beban Kerja, Dan Stres Kerja Pada Masa Pandemi Covid-19 ?
2. Bagaimana WFH (Work From Home), Desain Pekerjaan, Beban Kerja berpengaruh terhadap stres kerja pada masa pandemi covid-19 ?
3. Bagaimana pengaruh WFH (Work From Home) terhadap stres kerja pada masa pandemi covid-19 ?
4. Bagaimana pengaruh desain pekerjaan terhadap stres kerja pada masa pandemi covid-19 ?
5. Bagaimana Pengaruh beban kerja terhadap stres kerja pada masa pandemi covid-19 ?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan Penelitian ini untuk :

1. Menganalisis bagaimana deskripsi WFH (Work From Home), Desain Pekerjaan, Beban Kerja, dan Stres Kerja pada masa pandemi covid-19.
2. Menganalisis pengaruh WFH (Work From Home), Desain Pekerjaan, Beban Kerja terhadap Stres Kerja pada masa pandemi covid-19.
3. Menganalisis pengaruh WFH (Work From Home) terhadap stres kerja pada masa pandemi covid-19.

4. Menganalisis pengaruh desain pekerjaan terhadap stres kerja pada masa pandemi covid-19.
5. Menganalisis pengaruh beban kerja terhadap stres kerja pada masa pandemi covid-19.

1.4 Manfaat Penelitian

Beberapa manfaat yang di harapkan mampu untuk penelitian ini sebagai berikut:

- a. Bagi organisasi atau perusahaan

Hasil dari penelitian ini mampu menjadi rujukan atau informasi untuk SMA Negeri 6 Malang tentang adanya pengaruh work from home, desain pekerjaan, dan beban kerja terhadap stres kerja. Dan menjadi tolak ukur menentukan langkah selanjutnya dalam menghadapi masalah stres kerja pada kinerja guru.

- b. Bagi akademis

Pada penelitian ini di harapkan mampu memberikan informasi terkait pengetahuan pada manajemen sumber daya manusia tentang pengaruh work from home, desain pekerjaan, dan beban kerja terhadap stres kerja pada masa pandemi covid-19.

- c. Bagi peneliti selanjutnya

Dengan adanya penelitian ini, para peneliti lain mampu menjadikan refrensi untuk menambah wawasan di bidang manajemen sumber daya manusia. Penelitian ini merupakan rujukan tentang pengaruh work from home, desain pekerjaan, dan beban kerja terhadap stres kerja pada masa pandemi covid-19.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh WFH (*Work From Home*). Adapun kesimpulan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Simpulan Deskriptif

a. *Work From Home* pada Guru di SMA Negeri 6 Malang direfleksikan oleh indikator “Memonitoring siswa, Miskomunikasi, Biaya operasional. Pada indikator “memonitoring Siswa” Guru di SMA Negeri 6 Malang cenderung sangat setuju dengan pernyataan “Saya merasa mengajar dirumah kurang optimal karena tidak dapat melihat perkembangan siswa secara langsung”. Pada indikator “miskomunikasi” cenderung menyatakan sangat setuju dengan pernyataan “saya merasa mengajar dirumah kurang efektif karena seringnya miskomunikasi pada saat sinyal internet tidak stabil”. Pada indikator “biaya operasional” cenderung menyatakan sangat setuju dengan pernyataan “saya merasa biaya operasional rumah meningkat pada saat mengajar dirumah”.

b. Desain Pekerjaan pada Guru di SMA Negeri 6 Malang direfleksikan oleh indikator sarana prasarana. Guru di SMA Negeri 6 Malang sudah menerapkan penggunaan laptop/android untuk proses mengajar pada masa pandemi online yang sesuai dengan jawaban responden menyatakan setuju bahwa para Guru di SMA Negeri 6 Malang telah menerapkan proses

mengajar pada masa pandemi covid-19 menggunakan perangkat laptop/android.

c. Beban kerja pada Guru di SMA Negeri 6 Malang direfleksikan oleh indikator pekerjaan semakin kompleks dengan pernyataan “mengajar pada masa pandemi memiliki banyak kompleksitas dan beragam” diperoleh mean tertinggi dimana para Guru di SMA Negeri 6 Malang cenderung sangat setuju karena pada proses mengajar secara *online* para Guru dituntut untuk memberikan materi dengan baik agar siswa memahami materi yang dijelaskan oleh para Guru pada saat pandemi menggunakan teknologi digital yang sering di gunakan salah satunya *zoom meeting*.

2. Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara simultan variabel *work from home*, desain pekerjaan, dan beban kerja berpengaruh positif signifikan terhadap stres kerja pada masa pandemi covid-19.
3. *Work From Home* berpengaruh positif signifikan terhadap Stres Kerja pada masa pandemi covid-19.
4. Desain pekerjaan berpengaruh negatif dan tidak signifikan terhadap Stres Kerja pada masa pandemi covid-19.
5. Beban kerja berpengaruh positif signifikan terhadap stres kerja pada masa pandemi covid-19.

5.2 Keterbatasan

Keterbatasan yang terdapat dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Keterbatasan menyebarkan kuesioner secara *online* yaitu menggunakan *google form* dikarenakan masa pandemi covid-19 yang tidak memungkinkan untuk menyebarkan kuesioner secara langsung, biasanya

tanggapan responden yang diberikan kurang sesuai dengan keadaan sesungguhnya.

2. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini hanya melibatkan Guru di SMA Negeri 6 Malang.

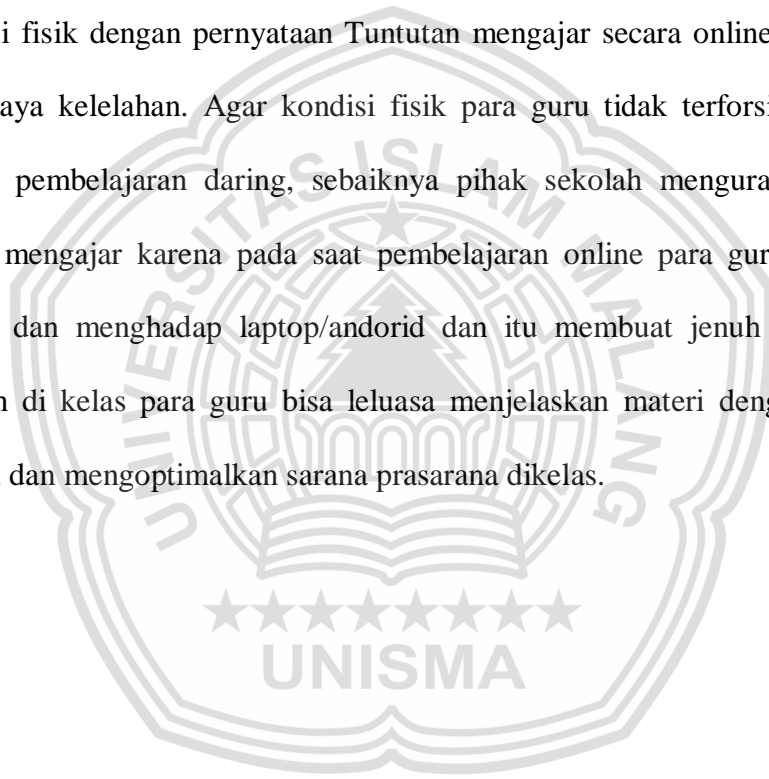
5.3 Saran

Berdasarkan pembahasan hasil penelitian diatas, masih terdapat banyak keterbatasan sehingga masih banyak yang perlu diperbaiki. Adapun saran yang dapat penulis sampaikan diantaranya sebagai berikut:

1. Agar penelitian ini dapat digunakan secara luas, maka untuk peneliti selanjutnya diharapkan subjek penelitiannya tidak hanya Guru saja.
2. Peneliti selanjutnya disarankan dalam metode penelitian dilakukan dengan mengkombinasikan pengumpulan data dengan cara kuisioner serta wawancara. Hal ini dilakukan agar dapat menghasilkan data yang lebih akurat.
3. Diharapkan bagi penelitian selanjutnya disarankan untuk tidak hanya melakukan penelitian dengan variabel peneliti ini saja tetapi ditambahkan dengan variabel yang lain serta memperluas objek penelitian.
4. Pada variabel *work from home* yang memiliki nilai terendah yaitu biaya operasional rumah dengan rata-rata 3,96. Sebaiknya pihak sekolah memberikan biaya untuk keperluan proses mengajar online terhadap guru di SMA negeri 6 Malang, agar proses pembelajaran berjalan dengan lancar dan memberikan efek semangat terhadap kinerja guru tersebut.
5. Pada variabel desain pekerjaan yang memiliki presentase terendah yaitu indikator kreativitas dengan pernyataan saya memiliki inovasi dalam

memanfaatkan sistem pembelajaran *daring* dengan nilai presentase 3,90. sebaiknya para pihak sekolah memberikan seminar ataupun pelatihan kepada Guru di SMA Negeri 6 Malang agar untuk proses pembelajaran kedepannya bisa memanfaatkan teknologi digital dengan baik, karena pada masa pandemi saat ini proses belajar mengajar secara mendadak berubah dan belum ada persiapan untuk melakukan pembelajaran online.

6. Pada variabel beban kerja yang memiliki presentase terendah yaitu indikator kondisi fisik dengan pernyataan Tuntutan mengajar secara online membuat fisik saya kelelahan. Agar kondisi fisik para guru tidak terforsir dalam proses pembelajaran daring, sebaiknya pihak sekolah mengurangi jam untuk mengajar karena pada saat pembelajaran online para guru hanya duduk dan menghadap laptop/andorid dan itu membuat jenuh berbeda dengan di kelas para guru bisa leluasa menjelaskan materi dengan cara berdiri dan mengoptimalkan sarana prasarana dikelas.



DAFTAR PUSTAKA

- Al Fajar dan Heru. (2010). *Manajemen Sumber Daya Manusia Sebagai Dasar Meraih Keunggulan Bersaing*. Edisi Pertama, Yogyakarta.
- Ali, Muhammad Shabbir, et al. "Online Teaching, Psychological State, and Job Satisfaction: Teachers' Perspective during COVID-19 Pandemic." *Ilkogretim Online* 20.2 (2021).
- 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. <https://doi.org/10.30998/rdje.v7i1.8629>
- Ansley, B. M., Houchins, D. E., Varjas, K., Roach, A., Patterson, D., & Hendrick, R. (2021). The impact of an online stress intervention on burnout and teacher efficacy. *Teaching and Teacher Education*, 98, 103251. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2020.103251>
- Antoniou, A.S., Ploumpi, A., & Ntalla, M. (2013). *Occupational stress and professional burnout in teacher primary and secondary education: The role of coping strategies*. *Journal of Scientific Research*, 3A (4), 349- 355. doi: 10.4236/psych.2013.43A051.
- Apriani, D., Nurazi R., dan Praningrum. 2013. *Analisis Karakteristik Individu, Komitmen Organisasi Beban Kerja Dan Kinerja Pegawai Dinas Pendidikan Nasional*. Bengkulu: Jurnal Ilmiah Manajemen. Vol. 15, No. 1: 273.
- Arsyada, Fachry. *Pengaruh Work Overload terhadap Stres Kerja pada Karyawan yang WFH (Work From Home)*. *Praktik Pekerjaan Sosial dengan Kelompok dan Komunitas*, 60.
- Azarbouyeh, A., & Naini, S. G. (2014). *A study on the effect of teleworking on quality of worklife*. *International Journal of Industrial Engineering Computations*, Vol. 4 Issue 6, 1063-1068. <https://doi.org/10.5267/j.msl.2014.5.027>
- Bernardin, John, *Human Resource Management an experiential Approach*. New York: McGraw-Hill, 2007.
- Cappe, E., Poirier, N., Engelberg, A., & Boujut, E. (2021). Comparison of teachers in France and in Quebec working with autistic students: Self-efficacy, stress, social support, coping, and burnout. *Teaching and Teacher Education*, 98, 103244. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2020.103244>
- Carayon, Pascale. "Effects of electronic performance monitoring on job design and worker stress: Results of two studies." *International Journal of Human-Computer Interaction* 6.2 (1994): 177-190.
- Clarke, & Holdsworth. (2017). *Flexibility in the Workplace: Implications of flexible work arrangements for individuals, teams and organisations*. Manchester:

- Acas. Flexibility in the Workplace: Implications of flexible work arrangements for individuals, teams and organisations (acas.org.uk)
- Crosbie T, Moore J. *Work-life Balance and Working from Home*. Soc Policy Soc. 2004;3(3):223–33.
- Dewayani, T. (April, 2020). *Bekerja dari rumah (work from home) dari sudut pandang unit kepatuhan internal*. Artikel Djkn. <https://www.djkn.kemenkeu.go.id/artikel/baca/13014/bekerja-dari-rumah-work-from-home-dari-sudut-pandang-unit-kepatuhan-internal.html>. 30 April 2020
- Dewi. 2013. “*Hubungan Antara Persepsi Terhadap Beban Kerja Dengan Komitmen Organisasi Karyawan Divisi Pelaksana Produksi PT. Solo Kawistara Garmino*”. Skripsi. Semarang: Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang.
- Edsurge Newsletter. 2020. *Teachers Are Anxious and Overwhelmed. They Need SEL Now More Than Ever*. Article in *Education in The Face of Unprecedented Challenges* (Online) <https://www.edsurge.com/news/2020>
- Farrell, K. (2017). *Working From Home: A Double Edged Sword*. *Royal Society Of Medicine*, 1-26.
- Gajendran, R. S., & Harrison, D. A. (2007). *The Good, the Bad, and the Unknown About Telecommuting: MetaAnalysis of Psychological Mediators and Individual Consequences*. *Journal Of Applied Psychology*, Vol. 92, no.6, 1524-1541. <https://doi.org/DOI: 10.1037/0021-9010.92.6.1524>
- George, Jenniffer M. R. Jones, *Understanding and Managing Organizational Behavior Sixth Edition*. New Jersey: Pearson, 2012.
- Ghozali, I. (2016) *Aplikasi Analisis Multivariete Dengan Program IBM SPSS 23*. Edisi 8. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Griffin, Ricky W., Gregogory Moorhead, *Organizational Behavior Managing People and Organization Eleventh Edition*. United State: South Western Cengage Learning, 2014.
- Handayani, Ririn. 2020. *Metodologi Penelitian Sosial*. Yogyakarta: Trussmedia Grafika.
- Hardjana, A. 2006. *Stres Tanpa Distres*. Yogyakarta. Penerbit Kanisius.
- Hart, S.G., & Staveland, L.E. (1988). *Development of NASA – TLX (Task Load Index): Result of empirical and theoretical research*. *Journal Human Mental Workload*.doi: 10.1016/S0166-4115(08)62386-9.
- Henke, R. M., Benevent, R., Schulte, P., Rinehart, C., Crighton, K. A., & Corcoran, M. (2016). *The Effects of Telecommuting Intensity on Employee Health*. *American Journal of Health Promotion*, Vol. 30, Issue : 8, 604-612. <http://doi.org/10.4278/ajhp.141027-QUAN544> (doi.org)

- Indrawan, R, Yaniawati, P. (2016). *Metodologi Penelitian*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Irnanda, Y (2011). *Pengaruh Desain Pekerjaan terhadap Kinerja Pelaksana di Rumah Sakit Islam Malahayati Medan*.
- Ivancevich, J. M. , & Matteson, M. T. (1988) . *Stress Diagnostic Survey: Form A. Houston: FD Associates*.
- Schermerhorn, John R., Richard N. Osborn, Mary Uhl-Bein, James G. Hunt, *Organizational Behavior 12 Edition*. Asia: Wiley, 2012.
- Kojo, & Nenonen. (2015). Places for multi-locational work – opportunities for facilities management. *Facilities*, 33(1), 20-37. doi:<http://dx.doi.org/10.1108/F-05-2013-0043>
- Kusnadi, M.A. (2014). Hubungan antara beban kerja dan *self-efficacy* dengan stress kerja pada dosen Universitas X. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 1 (3). Retrieved from 80 <http://download.portalgaruda.org/article.php?article=175587&val=5455>
- Luthans . Fred, Jonathan P. Doh, *International Management*. Singapore: McGraw-Hill International, 2009.
- Maharani, R., & Budianto, A. (2019). *Pengaruh Beban Kerja Terhadap Stres Kerja dan Kinerja Perawat Rawat Inap Dalam*. *Journal of Management Review*, 3(2), 327–332
- Mann, S., & Holdsworth, L. (2003). *The psychological impact of teleworking: stres, emotions and health*. *New Technology, Work, and Employment*, Vol : 18, No : 3, 196-211. <https://doi.org/10.1111/1468-005X.00121>
- Mark,G., Smith, A,P. 2011. *Occupational stress, job characteristics, coping, and the mental health of nurses*. *British Journal of Health Psychology*, pp7-15.
- McShaen, Steven L., Mary Ann Von Glinow, *Organizational Behavior 4 th Edition*. New York: Mc Graw Hill, 2008.
- Moekijat. 2004. *Manajemen Tenaga Kerja dan Hubungan Kerja*. Bandung: Penerbit CV. Pioner Jaya.
- Muhidin, Sambas Ali, dan Maman Abdurahman. 2017. *Analisis Korelasi, Regresi, dan Jalur Dalam Penelitian Dilengkapi dengan Aplikasi Program SPSS*. Bandung: CV Pustaka Setia.
- Munandar, Ashar Sunyoto. 2001. *Psikologi Industri dan Organisasi*. Jakarta: Universitas Indonesia.
- Munandar, 2010. *Psikologi Industri dan Organisasi*. Jakarta : UI Pres
- Munandar, S. Ashar. 2011. *Psikologi Industri dan organisasi*. Jakarta: (UI Press) Penerbit Universitas indonesia.
- Nuryaman dan Christina. 2015. *Metodologi Penelitian Akuntansi dan Bisnis*. Bogor: Ghalia Indonesia.

- Nopiyanto, Y.E., dkk. (2020). Hambatan Guru Pendidikan Jasmani Generasi 80-an dalam Pembelajaran Daring di Tengah Pandemi Covid-19. *Jurnal Sporta Sainatika*, 5(2): 139-148. <https://doi.org/10.24036/sporta.v5i2.140>
- Omondi, I.S., & Kariuki, M.W. (2016). Level of stress among the public primary school teachers: A case of public primary schools in Naivasha district. *American Journal of Education and Practice*, 1 (1), 59-76. Retrieved from www.ajpojournals.org
- Paramitadewi, Kadek Ferrania. 2017. *Pengaruh Beban Kerja Dan Kompensasi Terhadap Kinerja Pegawai Sekretariat Pemerintah Daerah Kabupaten Tabanan*. *Jurusan Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Udayana*. *Journal Of Management*, Vol. 6, Nomor 6, Tahun 2017, Halaman 3370-3397.
- Permendagri RI No. 12/2008 tentang *Pedoman Analisis Beban Kerja di Lingkungan Departemen Dalam Negeri dan Pemerintah Daerah*.
- Priyastama, Romie. 2017. *Buku Sakti Kuasai SPSS Pegolahan Data & Analisis Data*. Yogyakarta: PT Anak Hebat Indonesia.
- Purwanto. (2020). *Studi Eksplorasi Dampak Work From Home (WFH) Terhadap Kinerja Guru Selama Pandemi Covid-19*. *Journal of Education, Psychology, and Counseling*, 2(1), 92-100.
- Putra & Prihatsanti. 2016. "Pengaruh Beban Kerja Terhadap Kepuasan Kerja Dengan Intensi Turnover Pada Karyawan di PT X". *Jurnal Empati : Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro*. Vol.5.303-307.
- Putra, Bonaventura Ridya. (2012). *Pengaruh Job Stressor terhadap Turnover Intention dengan Kepuasan kerja Sebagai Variabel Pemediasi*. *Jurnal Studi Manajemen Indonesia*. Hal : 22.
- Rizky, D., & Afrianty, T. W. (2018). *Pengaruh Beban Kerja Terhadap Stres Kerja Dengan Work Life Balance Sebagai Variabel Intervening (Studi Pada Dinas Sosial Provinsi Jawa Timur Surabaya)*. *Jurnal Administrasi Bisnis (JAB)*, 61(4), 47-53. <http://administrasibisnis.studentjournal.ub.ac.id/index.php/jab/article/viewFile/2622/3016>
- Rian, Silvi Murti, 2013. Analisis Pengaruh Beban Kerja dan Kompensasi Terhadap Produktivitas Kerja Guru SMP Negeri (Studi Kasus di SMP Negeri 5 Sragen), *Fakultas Ekonomi dan Bisnis Program Studi Akuntansi*, Universitas Muhamadiyah Surakarta.
- Robbins, P. Stephen dan Mary Coulter. 2010. *Manajemen*, diterjemahkan oleh Bob Sabran, Wibi Hardani. Erlangga: Jakarta.
- Robbins, P. Stephen. (2006). *Perilaku Organisasi*. Edisi Sepuluh. Diterjemahkan oleh: Drs. Benyamin Molan. Erlangga, Jakarta.

- Schermerhorn, John R., Richard N. Osborn, Mary Uhl-Bein, James G. Hunt, *Organizational Behavior 12 Edition. Asia: Wiley*, 2012.
- Schultz, D.P. (1982). *Psychology and Industry today : An Introduction to Industrial and Organizational Psychology*. New York : Mc Millan inc.
- Seaward, B. (2017). *Managing Stress*. Burlington: Jones & Bartlett Learning.
- Siregar, Sofyan. 2016. *Statistika Deskriptif untuk Penelitian Dilengkapi Perhitungan Manual dan Aplikasi SPSS Versi 17*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Siskawati, Y. (2015). *Pengaruh Desain Kerja Dan Stres Kerja Terhadap Kualitas Kerja Guru Sd Negeri Di Kecamatan Cakung, Jakarta Timur*. Jurnal Manajemen Pendidikan, 6(1), 1077. <https://doi.org/10.21009/jmp.06109>
- Siyoto, Sandudan Ali Sodik. 2015. *Dasar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Literasi Media Publishing.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiantoro, Sigit. 2016. *Pengaruh Politik Organisasi, Beban Kerja dan dukungan Organisasi Terhadap Prestasi Kerja Dengan stress Kerja Sebagai Moderating Variabel Pada Pegawai BPK Perwakilan Provinsi Jawa Tengah*, Tesis, USM Semarang.
- Sunarto. 2005. *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Yogyakarta: Amus
- Sunyoto, Danang. 2012. *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Jakarta: PT. Buku Seru.
- Suozzo, S. H. 2015. *The Effect of Workload, Job Satisfaction, and Role Conflict on the Timing of Leaving of Nursing Faculty From Their Current Faculty Position*. Seton Hall University Dissertations and Theses. Dissertations. <https://scholarship.shu.edu/dissertations/2124>.
- Tarwaka. 2010. *Pengetahuan Ergonomi dan Aplikasi di Tempat Kerja*. Harapan Press. Solo.
- Tavares, A. I. (2017). *Telework and Health Effects Review*. *International Journal of Healthcare*, Vol : 3, No : 2, 30-36. <https://doi.org/10.5430/ijh.v3n2p30>
- Trades Union Congress (TUC). (2004). *Focus on health and safety*. Article Survey of Safety Reps 2004.
- Ugale, Archana, R., Ghutale, Arjun, P .2011. *A Comparative Study of Effect of Job Characteristics on Stress of IT-Professional and IT-Teachers*. *International Conference on Economic, Trade and Development*. Vol.7. pp.102.

- United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization. 2020. *School closures caused by Coronavirus (Covid-19)*. (Online) <https://en.unesco.org/covid19/educationresponse>
- Wahdaniyah, N., & Miftahuddin, M. (2019). *Pengaruh Hardiness, Beban Kerja, dan Faktor Demografi Terhadap Stres Kerja Guru*. TAZKIYA: Journal of Psychology, 6(1), 69–84. <https://doi.org/10.15408/tazkiya.v6i1.11010>
- Wallgren, Lars, Goran., Hanse, Jan, Johansson. 2010. *The Impact of Job Characteristics and Motivators on Perceived Stress Among Information Technology (IT) Consultants*. *The Ergonomic Open Journal*. Vol.3, pp.28-30.
- Weken, M. E., Mongan, A. E., & Kekenusa, J. S. (2020). *Journal of*. 1(2020), 80–88.
- Widjanarko (2016). *Pengaruh Karakteristik, Pengetahuan Dan Sikap Petugas Pemegang Program Tuberkulosis Paru Puskesmas Terhadap Penemuan Suspek TB Paru Di Kabupaten Blora*. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia* Vol. 1 / No. 1 / Januari 2016.
- Wight, & Raley. (2009). *When home becomes work: work and family time among workers at home*. *Social Indicators Research*, Vol. 93, Issue 1, 197-202. <https://doi.org/10.1007/s11205-008-9377-6> (repec.org)

