

## Kajian Stres Organisasi dan Produktivitas Guru di Sekolah Dasar: Peran Mediasi Kesejahteraan Karyawan

Yayuk Hariyasasti

Mahasiswa Program Magister Pendidikan Dasar, Universitas Muria Kudus

Email: [yayukhariyasasti.spd@gmail.com](mailto:yayukhariyasasti.spd@gmail.com)

**Abstract-** Tujuan kajian ini adalah menganalisis hubungan stres organisasi terhadap produktivitas guru sekolah dasar. Stres organisasi terhadap kesejahteraan guru dan kesejahteraan guru terhadap produktivitas guru sekolah dasar. Metode penelitian ini adalah metode kuantitatif, Pengumpulan data dilakukan dengan memberikan kuesioner berupa Google form yang disebarakan melalui beberapa media sosial selama 4 minggu sebagai target sampel. Peneliti menyebarkan kuesioner kepada guru sekolah dasar. Metode analisis menggunakan pendekatan kuantitatif. Data diolah dengan menggunakan metode analisis data PLS (Partial Least Square) dan pengolahan data dilakukan dengan software Smart PLS 3.0. Langkah-langkah analisis meliputi pengujian outer model dan inner model. Hasil penelitian ini adalah Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara stres organisasi dan produktivitas guru sekolah dasar. Kesejahteraan guru sekolah dasar memediasi hubungan antara stres organisasi dan produktivitas guru sekolah dasar. Temuan studi ini menyoroti dampak signifikan stres organisasi terhadap produktivitas guru sekolah dasar di Guru sekolah dasar Tingkat stres yang tinggi, yang sering kali disebabkan oleh tekanan beban kerja, ambiguitas peran, dan lingkungan kerja yang menuntut, ditemukan berdampak negatif pada kemampuan guru sekolah dasar untuk bekerja sebaik-baiknya. Hal ini tidak hanya menyebabkan berkurangnya produktivitas tetapi juga meningkatkan kemungkinan terjadinya kelelahan dan pergantian guru sekolah dasar.

**Kata Kunci:** Stres Organisasi , Produktivitas Guru , Sekolah Dasar, Kesejahteraan Karyawan

### PENDAHULUAN

Stres merupakan masalah universal yang memengaruhi individu di semua lapisan masyarakat. Stres tidak hanya memengaruhi kesejahteraan fisik dan mental guru sekolah dasar, tetapi juga kinerja dan keberlanjutan sekolah dasar, organisasi, dan bahkan pemerintahan. Dalam angkatan kerja modern, jam kerja yang panjang merupakan hal yang umum, dan hal ini dapat secara signifikan mengurangi kualitas hidup dan kesejahteraan guru sekolah dasar secara keseluruhan. Stres organisasi telah menjadi perhatian global, yang terwujud dalam berbagai bentuk di semua industry [1]. Stres kerja, yang terjadi di hampir setiap sektor pekerjaan, merupakan aspek kehidupan kerja yang tak terelakkan. Guru sekolah dasar di berbagai bidang mengalami stres terkait pekerjaan di beberapa titik dalam karier mereka. Secara umum, stres dapat dipahami sebagai tekanan yang dirasakan individu karena tuntutan atau keadaan eksternal. Dampak stres di tempat kerja terhadap kinerja guru sekolah dasar menghadirkan tantangan besar bagi organisasi,



# UJoST

e-ISSN: 2962-9179



## Universal Journal of Science and Technology

Vol. 4 No. 1 (2025)

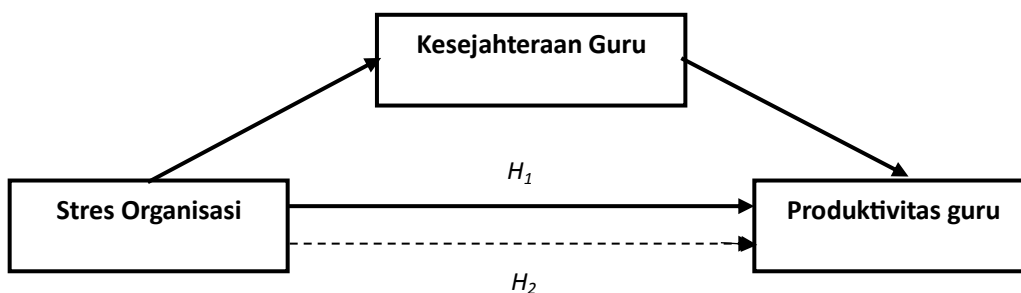
khususnya dalam industri seperti perbankan, di mana tuntutan kinerja tinggi. Guru sekolah dasar merupakan aset penting dalam organisasi mana pun. Seiring dengan meningkatnya beban kerja, guru sekolah dasar sering kali dituntut untuk bekerja lebih lama dan berkinerja pada level yang lebih tinggi untuk memenuhi ekspektasi organisasi yang terus meningkat[2]. Tekanan yang meningkat ini dapat memperburuk stres kerja, yang memengaruhi kinerja individu dan keberhasilan organisasi secara keseluruhan. Mengatasi tantangan ini sangat penting untuk menumbuhkan lingkungan kerja yang sehat dan produktif. Stres dapat memiliki efek negatif dan positif pada guru sekolah dasar. Di sisi positif, stres dapat memotivasi pekerja untuk bertanggung jawab dan tetap fokus pada tugas mereka[3]. Namun, stres yang berlebihan dapat menyebabkan perilaku yang merugikan seperti absensi, kemarahan, dan penurunan produktivitas. Oleh karena itu, sangat penting bagi manajemen organisasi untuk menyadari tingkat stres yang dialami guru sekolah dasar mereka dan mengambil tindakan proaktif untuk membantu mereka mengelolanya. Upaya untuk mengurangi stres di tempat kerja ini umumnya disebut sebagai manajemen stres. Dengan menerapkan strategi manajemen stres, organisasi dapat meningkatkan kesejahteraan guru sekolah dasar dan produktivitas secara keseluruhan[4].

Stres merupakan bagian tak terelakkan dari pekerjaan apa pun, dan guru sekolah dasar bank sangat rentan karena sifat pekerjaan mereka yang menuntut. Jam kerja yang panjang, ekspektasi yang tinggi, dan kurangnya sistem pendukung yang tepat untuk mengelola stres dapat berdampak negatif pada kesejahteraan fisik dan mental mereka. Stres di tempat kerja muncul ketika tuntutan pekerjaan melebihi kemampuan guru sekolah dasar untuk mengatasinya, baik karena keterbatasan sumber daya, keterampilan, atau kapasitas pribadi[5]. Jika tidak ditangani, stres ini dapat menyebabkan masalah kesehatan yang serius dan peningkatan risiko cedera. Dalam lingkungan kerja yang serba cepat saat ini, stres tersebar luas, terutama karena organisasi memprioritaskan produktivitas dan hasil, yang sering kali mengorbankan kesejahteraan guru sekolah dasar. Tekanan yang tiada henti ini telah membuat stres di tempat kerja menjadi perhatian kritis, karena sangat memengaruhi kesehatan guru sekolah dasar dan kualitas hidup secara keseluruhan. Ketika individu tidak mampu menangani tantangan mental dan fisik yang mereka hadapi di tempat kerja, tingkat stres meningkat, dan dalam beberapa kasus, hal ini dapat menyebabkan depresi klinis, yang lebih bertahan lama dan rumit untuk dikelola daripada stres itu sendiri[6]. Menangani stres di tempat kerja sangat penting untuk menciptakan lingkungan kerja yang lebih sehat. Dengan menerapkan strategi manajemen stres yang efektif, organisasi dapat meningkatkan kesejahteraan guru sekolah dasar, yang mengarah pada kinerja yang lebih baik dan tenaga kerja yang lebih berkelanjutan.

## METODE

Metode penelitian ini adalah metode kuantitatif, Pengumpulan data dilakukan dengan memberikan kuesioner berupa Google form yang disebarakan melalui beberapa media sosial selama 4 minggu sebagai target sampel. Peneliti menyebarkan kuesioner kepada guru sekolah dasar. Metode analisis menggunakan pendekatan kuantitatif. Data diolah dengan menggunakan metode analisis data PLS (Partial Least Square) dan pengolahan data dilakukan dengan software Smart PLS 3.0. Langkah-langkah analisis meliputi pengujian outer model dan inner model.

**Figure 1**  
*Conceptual framework*



Dengan mempertimbangkan hal-hal di atas, penelitian ini mengajukan hipotesis sebagai berikut:  
 H1: Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara stres organisasi dan produktivitas guru sekolah dasar.  
 H2: Kesejahteraan guru sekolah dasar memediasi hubungan antara stres organisasi dan produktivitas guru sekolah dasar.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Studi ini menyoroti dampak stres organisasi terhadap produktivitas guru sekolah dasar dengan peran mediasi kesejahteraan guru sekolah dasar. Stresor organisasi seperti beban kerja yang tinggi, ambiguitas peran, dan kurangnya dukungan telah ditemukan berdampak buruk pada kemampuan guru sekolah dasar untuk bekerja secara optimal yang pada akhirnya memengaruhi produktivitas guru sekolah dasar. Meningkatnya tingkat stres dapat menyebabkan kelelahan, motivasi yang menurun, dan kepuasan kerja yang menurun, yang semuanya pada akhirnya mengakibatkan berkurangnya produktivitas. Hal ini konsisten dengan temuan yang menekankan bahwa paparan stres yang berkepanjangan tidak hanya memengaruhi kinerja individu tetapi juga kohesi tim dan efektivitas organisasi secara keseluruhan [7]. Stres tidak hanya menghambat kinerja individu tetapi juga berdampak buruk pada dinamika tim dan efektivitas organisasi secara keseluruhan. Hasil serupa juga ditemukan yang menemukan bahwa stres secara signifikan mengurangi produktivitas guru sekolah dasar. menyoroti tren serupa di negara-negara Asia, yang menunjukkan bahwa stresor organisasi memiliki efek merugikan universal pada produktivitas. Temuan ini menggarisbawahi perlunya Guru sekolah dasar untuk mengenali dan mengurangi stresor di tempat kerja untuk meningkatkan hasil produktivitas [8].

Selain itu, temuan tersebut mengungkapkan bahwa kesejahteraan guru sekolah dasar memainkan peran mediasi dalam hubungan antara stres organisasi dan produktivitas guru sekolah dasar. Program kesejahteraan yang ditingkatkan, termasuk dukungan kesehatan mental, inisiatif keseimbangan kehidupan kerja, dan peluang untuk pengembangan profesional, dapat meringankan dampak buruk stres, sehingga mendorong tenaga kerja yang lebih produktif. Hal ini sejalan dengan perspektif yang berpendapat bahwa organisasi yang memprioritaskan



# UJoST

e-ISSN: 2962-9179



## Universal Journal of Science and Technology

Vol. 4 No. 1 (2025)

kesejahteraan guru sekolah dasar tidak hanya mengurangi tingkat stres tetapi juga menumbuhkan lingkungan yang mendukung produktivitas yang lebih tinggi[9]. Dengan demikian, studi ini menunjukkan bahwa Guru sekolah dasar harus menerapkan strategi kesejahteraan guru sekolah dasar yang komprehensif untuk menciptakan suasana yang mendukung yang mengurangi stres organisasi dan meningkatkan produktivitas, yang pada akhirnya berkontribusi pada kinerja organisasi dan kesejahteraan guru sekolah dasar yang lebih baik[10].

Studi ini juga menyoroti bahwa inisiatif kesejahteraan dapat menciptakan lingkungan yang mendukung dan membina di mana guru sekolah dasar merasa dihargai dan termotivasi untuk melakukan pekerjaan. Program kesejahteraan yang efektif memungkinkan guru sekolah dasar untuk mengatasi stres di tempat kerja dengan lebih baik, yang pada akhirnya menumbuhkan tenaga kerja yang lebih tangguh[11]. Lebih jauh, studi ini menunjukkan bahwa sekolah dasar yang berinvestasi dalam kesejahteraan guru sekolah dasar tidak hanya mengurangi efek berbahaya dari stres tetapi juga meningkatkan kepuasan kerja, meningkatkan moral, dan mempertahankan tingkat produktivitas yang lebih tinggi[12]. Oleh karena itu, memprioritaskan kesejahteraan guru sekolah dasar sangat penting bagi bank yang ingin mempertahankan keunggulan kompetitif, karena memperkuat ketahanan individu dan organisasi dalam industri yang menuntut. Temuan tersebut menunjukkan bahwa Guru sekolah dasar harus memprioritaskan inisiatif kesejahteraan guru sekolah dasar tidak hanya mengurangi stres tetapi juga meningkatkan kepuasan kerja dan retensi guru sekolah dasar. Dalam jangka panjang, upaya tersebut akan berkontribusi pada tenaga kerja yang lebih tangguh, terlibat, dan produktif, yang penting untuk mempertahankan keunggulan kompetitif dan mencapai keberhasilan organisasi jangka panjang di Guru sekolah dasar yang sangat kompetitif.

### **KESIMPULAN**

Temuan studi ini menyoroti dampak signifikan stres organisasi terhadap produktivitas guru sekolah dasar di Guru sekolah dasar Tingkat stres yang tinggi, yang sering kali disebabkan oleh tekanan beban kerja, ambiguitas peran, dan lingkungan kerja yang menuntut, ditemukan berdampak negatif pada kemampuan guru sekolah dasar untuk bekerja sebaik-baiknya. Hal ini tidak hanya menyebabkan berkurangnya produktivitas tetapi juga meningkatkan kemungkinan terjadinya kelelahan dan pergantian guru sekolah dasar. Namun, temuan tersebut juga menekankan peran penting kesejahteraan guru sekolah dasar dalam mengurangi dampak negatif stres organisasi. Inisiatif kesejahteraan seperti layanan konseling, pengaturan kerja yang fleksibel, dan program tunjangan yang komprehensif sangat penting dalam meningkatkan kesejahteraan guru sekolah dasar. Mekanisme pendukung ini menciptakan lingkungan kerja yang lebih sehat, mengurangi dampak buruk stres, dan memungkinkan guru sekolah dasar untuk mempertahankan produktivitas mereka. Dengan demikian, organisasi yang berinvestasi dalam kesejahteraan guru sekolah dasar tidak hanya melindungi tenaga kerja mereka dari tantangan terkait stres tetapi juga membina tim yang lebih tangguh, terlibat, dan produktif. Selain itu, peran mediasi kesejahteraan guru sekolah dasar sangat penting dalam mengurangi stres organisasi dan

meningkatkan produktivitas. Ketika sekolah dasar memprioritaskan kesejahteraan guru sekolah dasar, mereka menciptakan lingkungan yang mendukung di mana guru sekolah dasar merasa dihargai dan lebih termotivasi untuk memenuhi harapan kinerja. Studi ini menunjukkan bahwa program kesejahteraan yang dilaksanakan dengan baik dapat menumbuhkan tenaga kerja yang lebih tangguh dan mampu mengelola stres, yang mengarah pada kepuasan kerja yang lebih tinggi, peningkatan moral, dan produktivitas yang berkelanjutan. Oleh karena itu, berinvestasi dalam kesejahteraan guru sekolah dasar sangat penting bagi bank komersial Nepal untuk tidak hanya mengelola stres tetapi juga mempertahankan tingkat produktivitas yang kompetitif dalam Guru sekolah dasar

## REFERENCES

1. Ahmed, I., & Shabbir, S. (2019). Causes of teacher stress: Its effects on teacher performance and health problems. *International Journal of Management and Business Sciences*, 1(1), 1-13.
2. Akhlaq, M., Amjad, B. M., Mehmood, K., Hassan, S., & Malik, S. (2010). An evaluation of the effects of stress on the job performance of secondary school teachers. *Journal of Law and Psychology*, 1(1), 43-54.
3. Asaloei, S. I., Wolomasi, A. K., & Werang, B. R. (2020). Work-Related stress and performance among primary school teachers. *International Journal of Evaluation and Research in Education*, 9(2), 352-358.
4. Collins, A. B. (2004). Teacher performance evaluation: A stressful experience from a private secondary school. *Educational Research*, 46(1), 43-54.
5. Chidir, G., Asbari, M., Purwanto, A., & Asbari, D. A. F. (2022). Pengaruh Learning dan Coaching Individu terhadap Kinerja Guru: Sebuah Telaah Singkat. *Jurnal Pendidikan Transformatif*, 1(1), 21-25.
6. Hariyasasti, Y. . (2025). The Influence of Competence, Work Culture on the Performance of Elementary School Teachers in Gunungwungkal District. *INTERNATIONAL JOURNAL OF SOCIAL, POLICY AND LAW*, 6(1), 37-41. <https://doi.org/10.8888/ijospl.v6i1.184>
7. Hariyasasti, Y. (2025). The Effect of Work Environment, Discipline and Motivation on the Performance of Elementary School Teachers in Gunungwungkal District. *UJoST-*



# UJoST

## Universal Journal of Science and Technology

e-ISSN: 2962-9179



Vol. 4 No. 1 (2025)

Universal Journal of Science and Technology, 4(1), 1–6.  
<https://doi.org/10.11111/ujost.v4i1.164>

8. Hariyasasti, Y. (2025). The Role of Transformational Leadership and Principal's Work Motivation on the Performance of Elementary School Teachers in Gunungwungkal District. *Journal of Industrial Engineering & Management Research*, 6(1), 68-72.  
<https://doi.org/10.7777/jiemar.v6i1.569>
9. Khan, A., Shah, I. M., Khan, S., & Gul, S. (2012). Teachers' stress, performance & resources. *International Review of Social Sciences and Humanities*, 2(2), 10-23.
10. Nart, S., & Batur, O. (2014). The relation between work-family conflict, job stress, organizational commitment and job performance: A study on Turkish primary teachers. *European journal of research on Education*, 2(2), 72-81.
11. Pakarinen, E., Kiuru, N., Lerkkanen, M. K., Poikkeus, A. M., Siekkinen, M., & Nurmi, J. E. (2010). Classroom organization and teacher stress predict learning motivation in kindergarten children. *European journal of psychology of education*, 25, 281-300.
12. Purwanto, A., Asbari, M., & Hadi, A. H. (2020). Pengaruh Gaya Kepemimpinan Transformasional, Authentic, Authoritarian, Transactional Terhadap Kinerja Guru Pesantren di Tangerang. *Dirasah: Jurnal Studi Ilmu dan Manajemen Pendidikan Islam*, 3(1), 85-110.
13. Purwanto, A., Sopa, A., Primahendra, R., Kusumaningsih, S. W., & Pramono, R. (2020). Pengaruh Gaya Kepemimpinan Transactional, Transformational, Authentic Dan Authoritarian Terhadap Kinerja Guru Madrasah Tsanawiyah Di Kudus. *AL-TANZIM: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 4(1), 70-80.
14. Purwanto, A., Tukiran, M., Asbari, M., Hyun, C. C., Santoso, P. B., & Wijayanti, L. M. (2020). Model kepemimpinan di lembaga pendidikan: a schematic literature review. *Journal of Industrial Engineering & Management Research*, 1(3), 255-266.
15. Ouellette, R. R., Frazier, S. L., Shernoff, E. S., Cappella, E., Mehta, T. G., Mariñez-Lora, A., ... & Atkins, M. S. (2018). Teacher job stress and satisfaction in urban schools: Disentangling individual-, classroom-, and organizational-level influences. *Behavior therapy*, 49(4), 494-508.
16. Smylie, M. A. (1999). Teacher stress in a time of reform. *Understanding and preventing teacher burnout: A sourcebook of international research and practice*, 59-84.

17. Vázquez-Cano, E., & Holgueras-González, A. I. (2019). Teacher stress factors and performance in high schools in Ecuador. *KEDI Journal of Educational Policy [revista en Internet]*, 16(2), 21-41.
18. Von der Embse, N. P., Sandilos, L. E., Pendergast, L., & Mankin, A. (2016). Teacher stress, teaching-efficacy, and job satisfaction in response to test-based educational accountability policies. *Learning and Individual Differences*, 50, 308-317.
19. Van Waeyenberg, T., Peccei, R., & Decramer, A. (2022). Performance management and teacher performance: the role of affective organizational commitment and exhaustion. *The International Journal of Human Resource Management*, 33(4), 623-646.
20. Wiley, C. (2000). A Synthesis of Research on the Causes, Effects, and Reduction of Strategies of Teacher Stress. *Journal of Instructional Psychology*, 27(2), 80.
21. Yunarti, B. S., Asaloei, S. I., Wula, P., & Werang, B. R. (2020). Stress and performance of elementary school teachers of Southern Papua: A survey approach. *Universal Journal of Educational Research*, 8(3), 924-930.