

## Studi tentang stres pada guru SLTP Negeri di wilayah Jakarta Pusat tahun 1998

Sugijanto, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=75696&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Profesi guru seperti juga tenaga kerja lainnya, tidak dapat terhindar dari penyakit akibat kerja, khususnya yang bersifat psikologis yaitu stres. Akibat stres dapat menurunkan performansi kerja dan meningkatnya absen ketidakhadiran. Apabila tingkat stresnya kronis maka dapat menimbulkan berbagai macam penyakit, seperti : serangan jantung, tekanan darah tinggi, tukak, asma, emphysema, rematik, migraine dan sakit pinggang. Penelitian dilakukan pada guru-guru SLTP Negeri di wilayah Jakarta Pusat dengan subyek penelitian tentang stres yang berhubungan dengan faktor demografi dan faktor pribadi.

Metode penelitian adalah survei bersifat deskriptif analitik dengan pendekatan cross sectional dimana faktor demografi dan faktor pribadi merupakan variabel independen dan stres merupakan variabel dependent Data diolah menggunakan program SPSS dengan uji univariat, bivariat dan multivariat.

Berdasarkan uji statistik bahwa dari 326 responden yang tergolong stres berjumlah 168 orang (51,5 %) dan yang tergolong tidak stres berjumlah lebih kecil yaitu 158 orang (48,5 %). Dari 10 variabel (faktor demografi : umur, jenis kelamin, lama tahun mengajar, tingkat pendidikan, status perkawinan dan faktor pribadi : idealis, ambisi, tegang, kebutuhan dihargai, penilaian diri rendah) terdapat 4 variabel yang mempunyai hubungan secara bermakna dengan stres, yaitu lama tahun mengajar dengan nilai  $P : 0,040$  ( $P < 0,05$ ), idealis dengan nilai  $P : 0,023$  ( $P < 0,05$ ) tegang dengan nilai  $P : 0,000$  ( $P < 0,05$ ) dan penilaian diri rendah dengan nilai  $P : 0,000$  ( $P < 0,05$ ).

Ternyata faktor pribadi mempunyai peran lebih besar dalam hubungannya dengan stres karena terdapat 3 variabel yang menimbulkan adanya hubungan secara bermakna dengan stres, artinya pribadi guru merupakan faktor yang kuat dalam hubungannya dengan kejadian stres. Namun lama tahun mengajar merupakan variabel yang dominan diantara. 10 variabel yang paling kuat mempunyai hubungan secara bermakna dengan stres berdasarkan uji multivariat, artinya bahwa semakin lama berkecimpung dalam pendidikan yaitu sebagai guru maka semakin tinggi tingkat kerentanan terhadap stres. Walaupun hal ini juga dipengaruhi oleh faktor pribadi seperti telah dijelaskan.

Untuk menurunkan tingkat kerentanan terhadap stres, pribadi guru merupakan pertahanan yang handal dalam menghadapi segala jenis stressor, dalam hal ini perlu menerapkan manajemen stres dengan benar, meningkatkan pelatihan pengembangan pribadi guru supaya berhasil menghindarkan pribadi yang rapuh, misalnya terlalu tegang, mempunyai penilaian diri yang rendah, idealis yang terlalu tinggi dan faktor pribadi lainnya sebagai stressor.

---

Teacher profession as another workers could not be avoided from occupational diseases, especially psychological diseases like stress. The effect of the stress may decrease the performance of the work and

increase the absence. In chronic level of stress brings various of diseases such as: heart attack, high blood pressure, gastritis, asthma, emphysema, rheumatic, migraine and kidney diseases. This study was conducted on Government junior high school teachers in Central Jakarta with subject of the study was stress related to demographic and personal factors.

The method was analytic descriptive of survey with cross-sectional approach where the cause of the stress become the independent variable and stress level become the dependent variable. The data was analyzed with SPSS program through univariate, bivariate and multivariate analysis. From 326 respondent who really feel stress were 168 teachers ( 51.5 % ) and unstressed were lower 158 teachers ( 48.5 % ). From 10 variables (demographic factors age, sex, school level, year of teaching, , marital status and personality factors \_ idealist, ambitious, tense, self esteem, low self esteem ) there were 4 variables have the significant relationship with stress ; year of teaching where value  $P : 0.040$  ( $P < 0.05$  ); idealist where value  $P : 0.023$  ( $P < 0.05$  ) ; tense where value  $P : 0.000$  ( $P < 0.05$  ) and low self.

The personality factors fact showed larger actor relationship with stress, because was found 3 variables was significant relationship with stress. This is means teachers personality is larger factors in the relationship with stress. Notwithstanding the year of teaching to shape the dominant variables between 10 variables strongest was significant relationship with stress in the based univariate analyst, this is means so much the involved in education that is a. teacher therefore so much high the level of resistance in the stress. Although about that influence by the personality factors too as the clear.

To decrease the level of resistance on stress, there for in any type of stressor depend on the personality it self when a stressor was seriously responded then the response would be serious and vice versa when the stressor was un-seriously responded and make it as common occurrence or think it as the comedy occurrence then our body would be more adaptive facing the stressor, it means we have the high resistance on stress because we was success to manage the stressors.