

GAMBARAN TINGKAT *STRESS* DAN *STRESSOR* GURU SEKOLAH DASAR DI PEDESAAN DENGAN SISTEM PEMBELAJARAN TATAP MUKA TERBATAS PADA ERA PANDEMI COVID-19

Lisna Sari^{1*}, Veny Elita²⁾, Darwin Karim³⁾

Fakultas Keperawatan, Universitas Riau^{1,2,3}

*Email¹: lisnasari0494@student.unri.ac.id

Abstrak

Introduction: *the pandemic has caused a lot of stress for teachers. Especially with changing systems in teaching, including teachers in rural areas. Stress on teachers is caused by many things such as the individual, families, communities and the environment. This study aimed to describe the stress level and stressor of elementary school teachers in rural areas with a limited classroom learning in the era of the covid 19 pandemic.* **Methods:** *This study used a quantitative research design using a descriptive method. The sample included 68 teachers from 21 elementary schools in Siak Kecil District, Bengkalis Regency, Riau Province, Indonesia who were taken based on inclusion criteria using cluster random sampling technique. The data collection tool using a questionnaire, stress levels are measured using a questionnaire that refers to Shukla and Srivastava's The new job stress scale (in Lukman, 2019) and teacher stressors are measured by a questionnaire referring to Nasir and Muhith (2011) theory.* **Results:** *the results showed that the majority of respondents were late adulthood (39.7%) and the majority of the respondents' gender was female (73.5%), education of respondents was bachelor degree (97.1%), marital status of married respondents (94.1%). On the subjects taught The majority are classroom teachers (67.6%), most teachers only teach in the same class (77.9%). From 68 Respondents, 45 teachers (66.2%) experienced severe stress and the majority of stressors related to the individual (57.4%).* **Conclusion:** *the stress level of elementary teachers in rural areas with a limited classroom learning in the era of the covid 19 pandemic was at a severe level with the majority of stressors are coming from individuals.*

Keyword : *elementary school teache, limited classroom learning, pandemic, stress, stressor.*

Abstrak

Pendahuluan: pandemi telah banyak menyebabkan stres para guru terutama dengan berubahnya sistem dalam mengajar termasuk guru yang ada di pedesaan sekalipun, stres pada guru ini disebabkan oleh banyak hal seperti diri individu, keluarga serta komunitas dan lingkungan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat *stress* dan *stressor* guru sekolah dasar di pedesaan dengan sistem pembelajaran tatap muka terbatas pada era pandemi covid 19. **Metode:** penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode deskriptif. Sampel penelitian ini berjumlah 68 guru dari 21 SDN di Kecamatan Siak Kecil Kabupaten Bengkalis Provinsi Riau, Indonesia yang diambil berdasarkan kriteria inklusi dengan menggunakan teknik *cluster random sampling*. Alat pengumpul data menggunakan kuesioner tingkat stres diukur menggunakan kuesioner yang mengacu pada *The new job stres scale* milik Shukla dan Srivastava (dalam Lukman, 2019) dan stresor guru diukur dengan kuesioner yang mengacu pada teori Nasir dan Muhith (2011). **Hasil:** hasil penelitian menunjukkan mayoritas

usia responden adalah pada kategori dewasa akhir (39,7%) dan jenis kelamin terbanyak adalah perempuan (73,5%), pendidikan responden mayoritas S1 (97,1%), dan berdasarkan status perkawinan mayoritas responden menikah (94,1%). Pada mata pelajaran yang diajar mayoritas adalah sebagai guru kelas (67,6%), mayoritas guru hanya mengajar 1 kelas yang sama (77,9%). Dari 68 responden, sebanyak 45 orang (66,2%) mengalami stres berat dan mayoritas mengalami stresor yang berkaitan dengan diri individu (57,4%). **Kesimpulan:** tingkat stres Guru Sekolah Dasar di pedesaan dengan sistem pembelajaran tatap muka terbatas pada era pandemi covid 19 berada pada tingkat berat dan mayoritas stresor berasal dari diri individu.

Kata kunci: guru sekolah dasar, pandemi, pembelajaran tatap muka terbatas, *stress*, *stressor*

PENDAHULUAN

Pada saat ini sedunia tengah dilanda wabah penyakit yang disebabkan oleh virus yang disebut Covid-19. Penyebaran dan peningkatan kasus Covid-19 setiap harinya membuat pemerintah melakukan pembatasan gerakan fisik dan sosial (Bouey et al., 2020).

Pembatasan aktivitas fisik dan sosial ini berdampak juga pada bidang pendidikan di Indonesia, sejak Maret 2020 Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia (Kemendikbud RI) telah memutuskan bahwa seluruh aktivitas pendidikan dilakukan secara daring (Yolanda, 2020). Sistem pembelajaran daring sesuai dengan anjuran pemerintah ternyata menimbulkan banyak kendala bagi guru, anak didik dan orang tua.

Berhubungan terhadap keputusan bersama Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 04/KB/2020, Menteri Agama Nomor 737 tahun 2020, Menteri Kesehatan Nomor HK.01.08. Menkes/ 7093/2020, dan Menteri Dalam Negeri Nomor 420-3987 tahun 2020 tentang Panduan Pembelajaran pada Tahun Ajaran 2020/2021 di Masa Pandemi Covid-19 maka sekolah akan dibuka kembali berdasarkan zona hijau dan kuning oleh Menteri Pendidikan Nadiem Makarim sesuai dengan saran dan masukan khalayak ramai. Pembukaan sekolah berdasarkan zona hijau dan kuning membuat sekolah yang berada di Perkotaan belum melakukan tatap muka secara keseluruhan, pelaksanaan tatap muka

banyak dilakukan di daerah pedesaan. Pelaksanaan pembelajaran tatap muka di Kota Pekanbaru diberhentikan sampai batas waktu yang belum ditentukan, karena meningkatnya jumlah kasus Covid 19 (Adha, B.A dan Yusuf, 2021)

Pelaksanaan pembelajaran tatap muka di kota-kota besar hanya untuk kelas VI SD dan kelas IX SMP (Iskana, 2021).

Sekolah yang menjalankan sistem tatap muka terbatas di masa pandemi ini termasuk seluruh Sekolah Dasar di Kecamatan Siak Kecil Kabupaten Bengkalis. Kecamatan Siak Kecil mempunyai 17 desa/kelurahan yang dengan status pemerintahannya yaitu berupa desa (BPS Kabupaten Bengkalis, 2015).

Realitas pendidikan tatap muka baik atau buruk bagi orang tua dan guru. masalah Orang tua membuka kembali sekolah sebagai pusat penyebaran Covid 19 antara siswa dan guru (Firdaus, 2020). Dalam hal ini, banyak orang tua yang melarang anaknya kembali bersekolah. (Syukur, 2020). Penolakan ini membuat pihak sekolah menyiapkan surat pernyataan persetujuan anaknya untuk bersekolah tatap muka (Syukur, 2020).

Para guru meragukan bahwa siswanya tetap mematuhi protokol kesehatan saat berada di sekolah terutama pada siswa SD yang masih senang untuk bermain. Selama pelaksanaan tatap muka yang diadakan tidak ada yang menjamin bahwa semua guru dan siswa bebas dari penyakit, sehingga jika salah satu anak didik yang tertular covid 19,

gurulah yang akan disalahkan oleh orang tua. Kondisi ini menambah faktor stres pada guru (Zamzami, 2020).

Faktor peningkatan stres guru selama pembelajaran tatap muka terbatas diperberat dengan peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 04/KB/2020, Menteri Agama Nomor 737 tahun 2020, Menteri Kesehatan Nomor HK. 01.08.Menkes/7093/2020, dan Menteri Dalam Negeri Nomor 420-3987 tahun 2020 tentang Panduan Pembelajaran pada Tahun Ajaran 2020/2021 di Masa Pandemi Covid-19 dimana guru harus memandu seluruh siswa dari awal masuk sekolah hingga pulang sekolah. Guru melakukan pengecekan suhu, melakukan pengecekan perlengkapan siswa, memandu mencuci tangan siswa, dan selama di area sekolah dan di dalam kelas siswa menjaga jarak dan memakai alat pelindung diri dengan dipandu oleh guru. Sehingga, beban kerja guru meningkat tidak hanya mengajar tetapi mengawasi, mengatur dan memandu seluruh siswa dari mulai masuk sampai dengan pulang. Guru mengalami kelelahan dan dapat memicu peningkatan stres guru.

Peraturan lain yang memperberat adalah dengan mengalokasikan waktu hanya 2 jam dalam sehari untuk siswa sekolah dasar, sehingga guru kesulitan untuk menyampaikan materi secara penuh karena kekurangan waktu (Permendikbud, 2020). Waktu yang terbatas membuat target kurikulum tidak tercapai. Stres guru bertambah ketika menyampaikan materi harus padat dan jelas agar waktu yang digunakan seefektif mungkin.

Pelaksanaan Pembelajaran Tatap Muka Terbatas ini menggunakan sistem *shift* untuk para siswa, agar tidak terjadi penumpukan siswa di area sekolah (Permendikbud, 2020). Keterbatasan jumlah siswa dalam kelas membuat guru membagi siswa menjadi dua

shift. Guru harus menjelaskan materi yang sama dengan *shift* yang berbeda. Pengulangan materi ini tentu membuat guru jenuh dan bosan. Selain itu, butuh tenaga ekstra untuk mengulang materi yang sama. Jenuh yang dirasakan dapat menimbulkan stres pada guru.

Schiferl (2020) memaparkan tentang stres yang dialami guru beberapa sekolah dalam masa pandemi yang berada di *South California* dimana para guru banyak yang tidak setuju dengan dibukanya sekolah di masa pandemi Covid 19. Beberapa guru mengalami tekanan stres karena mengajar secara tatap muka sehingga memutuskan untuk berhenti bekerja dan akan lebih banyak lagi guru yang akan berhenti kerja. Para guru khawatir akan menyebarkan virus kepada anggota keluarga, guru merasa kelelahan harus mengajar secara virtual dan tatap muka, dan akibat banyak guru yang mengundurkan diri sehingga beberapa guru harus merangkap pekerjaan yang ditinggalkan rekannya tersebut. Kebijakan tatap muka di *South California* ini, membuat guru terpaksa melakukan pembelajaran tatap muka terlepas dari setuju atau tidaknya pengajar itu sendiri.

Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat gambaran tingkat stress dan stresor guru sekolah dasar di pedesaan dengan sistem pembelajaran tatap muka terbatas pada era pandemi covid 19. Manfaat penelitian ini adalah referensi, evaluasi, dan sumber pengetahuan baik untuk ilmu keperawatan, masyarakat pihak sekolah maupun peneliti selanjutnya.

METODE

Pada penelitian ini peneliti menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode deskriptif. Populasi pada penelitian ini berjumlah 218 orang dengan sampel sebanyak 68 orang guru dari 21 SDN di Kecamatan Siak Keci,l

Kabupaten Bengkalis, Provinsi Riau, Indonesia. Teknik sampling yang digunakan oleh peneliti adalah *cluster random sampling*. Analisis data yang digunakan adalah analisis bivariat. Alat pengumpul data menggunakan kuesioner tingkat stres diukur menggunakan kuesioner yang mengacu pada *The new job stres scale* milik Shukla dan Srivastava (dalam Lukman, 2019) dengan *cornbach's alpha* 0,867 dan r hitung 0,450-0,653. Stresor guru diukur dengan kuesioner yang mengacu pada teori Nasir dan Muhith (2011) mengenai sumber stres dalam kehidupan dengan tiga aspek utama yaitu diri

individu, keluarga dengan komunitas dan lingkungan. Kuesioner stresor memiliki hasil *cornbach's alpha* 0,91 dan r hitung 0,488-717.

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 19-27 Juli 2021 yang sudah lolos uji etik oleh Komite Etik Penelitian Keperawatan Dan Kesehatan Fakultas Keperawatan Universitas Riau nomor: 232 /UN.19.5.1.8/KEPK.FKp/2021.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian tersebut didapatkan hasil sebagai berikut :

Tabel 1 *Distribusi frekuensi responden berdasarkan karakteristik responden*

Karakteristik responden	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Usia		
26-35 tahun (dewasa awal)	21	30,9
36-45 tahun (dewasa akhir)	27	39,7
46-55 tahun (lansia awal)	12	17,6
56-65 tahun (lansia akhir)	8	11,8
Jenis kelamin		
Laki-laki	18	26,5
Perempuan	50	73,5
Pendidikan		
D3	1	1,5
S1	66	97,1
S2	1	1,5
Status perkawinan		
Belum kawin	3	4,4
Kawin	64	94,1
Cerai	1	1,5
Mata pelajaran yang diajar		
Guru kelas	46	67,6
Guru bidang studi	22	32,4
Kelas yang diajar		
1 kelas	53	77,9
>1 kelas	15	22,1
Total	68	100

1. Usia

Karakteristik usia responden pada penelitian ini didapatkan mayoritas usia

responden adalah 36-45 tahun sejumlah 27 orang (39,7%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian dengan Rumeen et al (2021) yang menyatakan bahwa mayoritas responden berusia 36-45 tahun sebanyak 12 orang (34,3%). Menurut Nasir dan Muhith (2011) usia seseorang akan mempengaruhi tingkat stres yang dialami. Masa usia dewasa akhir merupakan tempat banyak ditemukan konflik dalam mencapai tujuan dan hubungan hidupnya. Saat dewasa akhir mereka akan membuat perubahan dalam diri sosial dan tempat kerjanya. Konflik yang terjadi dapat menjadi pemicu terjadinya stres pada usia dewasa akhir. Masalah yang sering menimbulkan stress pada dewasa akhir berhubungan dengan pekerjaan dan stresor yang berasal dari keluarga.

2. Jenis kelamin

Karakteristik jenis kelamin pada penelitian ini diperoleh mayoritas jenis kelamin responden adalah perempuan (73,5%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Collie (2021) menunjukkan bahwa jenis kelamin terbanyak yaitu perempuan (67%). Penelitian Ambara (2021) didapatkan hasil bahwa responden perempuan paling banyak dengan jumlah 99 orang (55,3%). Klapporth (2020) menyatakan bahwa guru berjenis kelamin perempuan cenderung lebih stres dari pada guru berjenis kelamin laki-laki. Stresor pada perempuan dapat berasal dari masalah di luar pekerjaan, sehingga guru perempuan mengalami beban kerja yang lebih besar untuk mengajar dan mengurus tugas rumah tangga pada bersamaan (Greenglass & Burke dalam Klapporth, 2020).

3. Pendidikan

Pendidikan pada responden untuk penelitian ini menunjukkan mayoritas guru adalah S1 dengan jumlah 66 orang (97,1%). Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Pertiwi dan Wardani (2019) yang memaparkan bahwa tingkat pendidikan tertinggi guru SD adalah lulusan S1 dengan jumlah 196 orang (88,3%). Guru dengan status pendidikan S1 mengalami stres sedang hingga berat, sebelumnya pada penelitian Pamungkas (2015) responden yang mengalami stres kerja merupakan lulusan S1 (Pertiwi & Wardani, 2019).

4. Status perkawinan

Hasil dari penelitian ini karakteristik responden untuk status perkawinan responden mayoritas adalah kawin dengan jumlah 64 (94,1%). Pada penelitian yang dilakukan oleh Pertiwi dan Wardani (2019) mayoritas responden adalah berstatus kawin dengan jumlah 180 orang (81,1%). Hasil survey yang dilakukan oleh *American Psychological Association* (APA) menunjukkan responden dengan status perkawinan yaitu kawin telah mengalami peningkatan stres selama lima tahun terakhir sebesar (33%) (Pertiwi & Wardani, 2019). Seseorang yang berstatus kawin sering mengalami ambiguitas peran sehingga sering kali meningkatkan tingkat stres orang tersebut (Susilo, 2007). Peneliti berasumsi bahwa status perkawinan yaitu kawin memang rentan untuk mengalami stres karena peningkatan fungsi peran yang dialami, dimana responden yang sudah kawin dituntut untuk bertanggung jawab tidak hanya di pekerjaan tetapi juga peran dan tanggung jawab di dalam keluarga dan masyarakat lebih besar.

5. Mata pelajaran yang diajar

Karakteristik mata pelajaran yang diajar didapatkan hasil yaitu mayoritas guru kelas dengan jumlah (67,6%). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Harahap, et al (2020) mayoritas responden guru negeri berposisi sebagai guru kelas sebanyak (78,8%). Peneliti berasumsi bahwa guru kelas yang memegang mata pelajaran lebih banyak dibanding guru bidang studi yang hanya memegang satu mata pelajaran saja lebih rentan untuk mengalami stres karena beban kerja yang dialami. Mata pelajaran siswa SD berjumlah 12 mata pelajaran yang didalamnya terdapat 4-5 yang diajar oleh guru bidang studi, sehingga lebih dari setengah mata pelajaran dipegang oleh guru kelas. Terdapat beberapa sekolah yang hanya memiliki 2 guru bidang studi sehingga beberapa mata pelajaran yang seharusnya diajarkan oleh guru bidang studi terpaksa harus dipegang guru kelas. Peningkatan beban kerja akan menambah faktor stres pada seseorang (Nasir & Muhith, 2011).

6. Kelas yang diajar

Karakteristik mayoritas kelas yang diajar pada penelitian ini adalah 1 kelas dengan jumlah 53 orang (77,9%). Pada penelitian Anugrahana (2020) sebaran guru SD yang terbanyak adalah guru kelas yang hanya mengajar satu kelas dari kelas 1 sampai kelas 6 dengan jumlah (88%). Peneliti berasumsi bahwa banyaknya jumlah guru yang berposisi menjadi guru kelas sehingga hanya mengajar satu kelas membuat guru yang mengajar 1 kelas banyak mengalami stres. Pengulangan materi dan kelas yang sama akan menimbulkan kejenuhan bagi guru. Manajemen kelas yang buruk juga dapat menimbulkan stres oleh guru (Ambara, 2010). Penelitian yang dilakukan oleh Yoon (2002) guru di Amerika mengindikasikan adanya hubungan signifikan penyebab guru stres adalah adanya hubungan negatif antara guru dan siswa di kelas. Bernard (1990) menyatakan salah satu penyebab stres pada guru adalah ruang kelas.

Tabel 2 *Distribusi frekuensi berdasarkan gambaran tingkat stres responden*

Tingkat stress	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Stres ringan	1	1,5
Stres sedang	20	29,4
Stres berat	45	66,2
Stres sangat berat	2	2,9
Total	68	100

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan mayoritas tingkat stres pada guru SDN Kecamatan Siak Kecil mayoritas berada pada kategori stres berat sebanyak 45 orang (66,2%). Hal ini sejalan dengan penelitian Fata (2016) pada guru di

Blangpidie Kabupaten Aceh Barat Daya yang menunjukkan bahwa dari 30 responden didapatkan sebagian besar mengalami stres berat sebanyak 20 orang (66,7%).

Penelitian yang dilakukan oleh Fitria (2017) pada 55 guru SDN di Jombang

menunjukkan bahwa terdapat 34 responden (61,8%) mengalami stres berat. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Muhbar dan Rochmawati (2017) menunjukkan bahwa tingkat stres guru berada pada tingkat stres berat dengan jumlah 18 orang (60,0%). Guru mengalami tingkat stres tinggi sebanyak 23 orang (54,8%) dari 42 responden (Sugiarto et al., 2019)

Stres adalah respon yang sering timbul akibat adanya stresor yang tidak bisa dikelola dengan tetap dan dapat mengancam (*World Health Organization*,2016). Menurut Potter dan Perry (2010), stres berat mengacu pada stres kronis yang berlangsung dari minggu ke tahun.

Pekerjaan mengajar berada di bawah tekanan besar, dan banyak guru mengalami stres (Muhbar & Rochmawati, 2017) .

Stress pada guru juga di perburuk dengan keadaan pandemi saat ini. Menghadapi masa kebiasaan baru banyak harus dipersiapkan oleh guru sehingga dengan munculnya pandemi dan penerapan kebiasaan baru memicu timbulnya stress pada guru (Rochani, 2020).

Peningkatan kasus Covid 19 juga menjadi penyebab stress pada guru. Guru harus bekerja diluar dan beresiko tertular virus covid 19. Guru yang sudah berumur sering mengalami kesulitan dengan pengoprasian teknologi saat ini sehingga cenderung menimbulkan stres (Rifai,2021). Peneliti juga berasumsi bahwa tingkat stres responden berada pada posisi berat karena banyaknya tuntutan pekerjaan yang dialami oleh guru selama memakai sistem pembelajaran tatap muka terbatas ini.

Tabel 3 *Distribusi frekuensi responden berdasarkan gambaran stresor*

Stresor	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Diri individu		
Rendah	29	42,6
Tinggi	39	57,4
Keluarga		
Rendah	41	60,3
Tinggi	27	39,7
Komunitas dan lingkungan	36	52,9
Rendah	32	47,1
Tinggi		
Total	68	100

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas stresor yang paling tinggi menyebabkan stres pada guru SDN di Kecamatan Siak Kecil adalah stresor terkait diri individu berjumlah 39 orang (57,4%). Berdasarkan hasil penelitian juga menunjukkan, bahwa stres yang dialami responden terkait aspek diri individu disebabkan oleh kelelahan, usia, emosi, motivasi, penyakit penyerta dan rasa takut untuk tertular covid 19.

Menurut Nasir dan Muhith (2011) usia, penyakit dan motivasi yang bertentangan dari individu akan mempengaruhi tingkat stres seseorang. Selain itu saat seseorang berada dua pilihan yang saling bertentangan akan menghasilkan konflik dalam diri sendiri. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fata (2016) menyatakan bahwa peran diri individu mempengaruhi tingkat stres guru.

Bernard (1990) berpendapat bahwa salah satu penyebab stres pada guru adalah faktor dari diri individu sendiri, termasuk dirinya sendiri, orang lain dan pekerjaannya sebagai guru. Tekanan kerja profesi guru dapat berasal dari sumber pribadi, profesional dan lingkungan (Ambara, 2010).

Karakteristik individu mempengaruhi timbulnya stres (Susilo, 2007). Keadaan kesehatan individu juga mempengaruhi tingkat stres orang tersebut, dimana orang dengan memiliki penyakit penyerta akan memiliki tingkat stres yang berbeda dengan orang yang memiliki ketahanan tubuh yang bagus (Susilo, 2007). Hal ini juga sangat penting dimasa pandemi saat ini guru yang berusia lansia atau yang memiliki penyakit penyerta harus tetap bekerja diluar yang rentan untuk tertular virus covid 19. Ketakutan pada tertularnya virus covid 19 meningkatkan stres pada guru. Setiap peningkatan kasus covid 19 di Indonesia akan beresiko meningkatkan tingkat stres pada guru (Rifai, 2021).

KESIMPULAN

Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti tentang gambaran tingkat stres dan stresor guru sekolah dasar dipedesaan dengan sistem pembelajaran menunjukkan bahwa dari 68 responden yang diteliti mayoritas kelompok usia responden 36-45 tahun sejumlah 27 orang (39,7%) dan mayoritas jenis kelamin responden adalah perempuan dengan jumlah 50 orang (73,5%) dengan mayoritas pendidikan responden adalah S1 dengan jumlah 66 orang (97,1%), selanjutnya mayoritas status perkawinan responden adalah kawin dengan jumlah 64 (94,1%). Pada mayoritas mata pelajaran yang diajar adalah guru kelas dengan jumlah 46 orang (67,6%) dan mayoritas kelas yang diajar 1 kelas dengan jumlah 53 orang (77,9%).

Penelitian ini juga memaparkan bahwa mayoritas guru mengalami tingkat stres pada responden adalah stres berat dengan jumlah 45 orang (66,2%). Penelitian ini menunjukkan bahwa gambaran tingkat stres berdasarkan jenis kelamin mayoritas perempuan dengan tingkat stress berat sebanyak 36 orang (72,0%). Selain itu, penelitian ini sebagian besar para guru mengalami stres yang disebabkan oleh stresor yang berkaitan dengan diri individu responden dengan kategori tinggi sebanyak 39 orang (57,4%).

UCAPA TERIMA KASIH

Pada kesempatan ini peneliti ingin menyapaikan ucapan terima kasih yang tak terhingga kepada pihak-pihak yang telah membantu terlaksananya penelitian ini. Peneliti ingin menyampaikan terima kasih kepada para dosen pembimbing, Kepala DPMTSP Provinsi Riau, Kepala Sekolah SDN Kecamatan Siak Kecil Kabupaten Bengkalis, keluarga besar Fakultas Keperawatan Universitas Riau dan seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

DAFTAR PUSTAKA

- Adha, B.A dan Yusuf, M. (2021). Disdik Riau kembali hentikan sekolah tatap muka. *Antaranews*. In *Antaranews* (p. 2).
- Ambara, D. P. (2002). Pengaruh Tingkat Stres Guru Terhadap Manajemen Kelas Di Sekolah Menengah Atas. *Ejournal Undiksha*, 193–204.
- Anugrahana, A. (2020). Hambatan, Solusi dan Harapan: Pembelajaran Daring Selama Masa Pandemi Covid-19 Oleh Guru Sekolah Dasar. *Scholaria: Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 10(3), 282–289. <https://doi.org/10.24246/j.js.2020.v10.i3.p282-289>
- Bernard, M. (1990). *NoTaking Stress Out of Teaching, School of education, University of Melbourne. Title.*
- Boshoff, S. M., Potgieter, J. C., Ellis, S. M., Mentz, K., & Malan, L. (2018). Validation of the teacher stress inventory (Tsi) in a multicultural context: The sabpa study. *South African Journal of Education*, 38(December), 1–13. <https://doi.org/10.15700/saje.v38ns2a1491>
- Collie, R. J. (2021). COVID-19 and Teachers’ Somatic Burden, Stress, and Emotional Exhaustion: Examining the Role of Principal Leadership and Workplace Buoyancy. *AERA Open*, 7(1), 1–15. <https://doi.org/10.1177/2332858420986187>
- Fata, H. (2016). *Guru Di Man Blangpidie Kabupaten Aceh Barat Daya Tahun 2015 Skripsi Husnul Fata Nim : 10C10104210 Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat.*
- Federkeil, L., Heinschke, F., Jungmann, T., & Klapproth, F. (2020). Teachers experiences of stress and their coping strategies during COVID - 19 induced distance teaching. *Journal of Pedagogical Research*, 4(4), 444–452. <https://doi.org/10.33902/jpr.2020062805>
- Firdaus, A. . (2020). Sekolah tatap muka diprotes, ini catatan warga sekolah kena covid-19. In *Ayobogor*.
- Fitria, N. . (2017). Hubungan faktor intrinsic pekerjaan terhadap tingkat stress kerja pada guru SD Negeri 02 Jombang Ciputat tahun 2017. *Doctoral Dissertation, Universitas Pembangunan Nasional.*
- Harahap, S., Wahdi, H., & Harapan, U. P. (2020). Kesiapan Menghadapi Perubahan Pada Guru Sekolah. *Jamp*, 3, 359–369.
- Iskana, F. . (2021). Semakin banyak daerah mulai gelar sekolah tatap muka. In *Katadata*.
- Muhbar, F., & Rochmawati, D. . (2017). Hubungan antara tingkat stres dengan beban kerja guru di sekolah luar biasale. *Jurnal Keperawatan*, 5(2), 82–86.
- Nasir, A., & Muhith, A. (2011). *Dasar-dasar keperawatan jiwa, pengantar dan teori*. Jakarta: Salemba Medika.
- Pemerintah Kabupaten Bengkalis. (2019). Kecamatan Siak Kecil. In *Bengkaliskab*.
- Pertiwi, N. Y., Wardani, I. Y., Studi, P., Ilmu, S., Keperawatan, F. I., Indonesia, U., Jiwa, D. K., Ilmu, F., & Universitas, K. (2019). Tingkat Stres Kerja Dan Strategi Koping Guru Sd Dalam the Level of Stress and Coping Strategy of Elementary School Teachers in Implementation of Curriculum 2013. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES K*, 9(2), 155–164.
- Potter, P, A., & Perry, A, G . (ed.7). (2010). *Fundamental keperawatan*. Vol.2. Jakarta : Salemba Medika.
- Rochani. (2020). PELATIHAN MANAJEMEN STRES UNTUK MEREDUKSI TINGKAT STRES

- GURU SELAMA MASA
ADAPTASI KEBIASAAN BARU
Rochani Pogram Doktor Ilmu
Pendidikan, Universitas Sultan Ageng
Tirtayasa. *Jurnal Psikologi*, 11–21.
- Sarafino. (ed5). (1994). *Health psychology
biopsychosocial interactions* .USA:
John Wiley & Sons
- Schiferl, J. (2020). Some SC teachers quit,
other face burnout as schools reopen
amid coronavirus pandemic.
Postandcourier.
- Studi, P., Jurusan, P., Psikologi, F., &
Dharma, U. S. (2007). *Sumber Stres
Dengan Somatisasi Karyawan Pt .
Mataram Tunggal Garment*.
- Sugiarto, S., Marisdaya, R., & Karlina, I.
(2019). Faktor-Faktor Yang
Berhubungan Dengan Stres Kerja
Pada Guru Sd Di Yayasan Slb Prof.
Dr. Sri Soedewi. *Jurnal Kesmas
(Kesehatan Masyarakat)
Khatulistiwa*, 5(3), 104.
<https://doi.org/10.29406/jkmk.v5i3.1576>
- Yosep, I. (2011). *Keperawatan jiwa*.
Bandung: PT Refika Aditama
- Zamzami, A. A. (2020). *Guru butuh
jaminan lakukan pembelajaran tatap
muka*. Gatra.
<https://www.gatra.com/detail/news/487378/milenial/guru-butuh-jaminan-lakukan-pembelajaran-tatap-muka>