

Dukungan Sosial Dan Religiusitas Terhadap Stres Kerja Pada Guru Sekolah Dasar Negeri Di Kelurahan Wanasari Cibitung Bekasi

Dzulkifli Sandia¹, Tahrir², Tintin Supriyatin³
Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung
*e-mail: dzulkiflisandia31@gmail.com

Abstract

Learning in elementary schools has a different level of learning system with other levels of education. Because at this level, it is a basic learning transition process, and the existing curriculum requires teachers to be able to complete assignments and work faster. As a result, the teaching profession is vulnerable to work stress. Many factors can overcome work stress, one of which is social support and religiosity which have a negative influence on work stress. This study uses a correlational quantitative approach using multiple linear data analysis, and uses a population of teachers at SDN Wanasari Cibitung. Data collection using gform with 180 respondents. The F-Test result shows the sig value. 0.000, which means that the variables of social support and religiosity have a significant positive effect together on work stress. Then the t-test results show that the social support variable gets a significance value of 0.000, which means that social support has a significant effect on the work stress variable. While the religiosity variable gets a significance value of 0.034, which means religiosity has a significant effect on the work stress variable. It can be concluded that there is a significant effect of social support and religiosity on work stress for teachers at SDN Wanasari Cibitung, where the higher the social support and religiosity, the lower the work stress experienced.

Keywords: social support, religiosity, work stress.

Abstrak

Pembelajaran di sekolah dasar punya tingkat perbedaan sistem pembelajaran dengan tingkatan pendidikan lain. Karena pada tingkat ini, merupakan proses transisi pembelajaran dasar, dan kurikulum yang ada pun menuntut para guru untuk dapat menyelesaikan tugas dan lebih cepat dalam bekerja. Akibatnya profesi guru ini menjadi rentan terkena stres kerja. Banyak faktor yang dapat menanggulangi stres kerja, salah satunya yaitu dukungan sosial dan religiusitas yang memiliki pengaruh negatif terhadap stres kerja. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan menggunakan analisis data linear berganda, dan menggunakan populasi guru di SDN Wanasari Cibitung. Pengambilan data menggunakan gform dengan responden sebanyak 180 orang. Hasil Uji-F menunjukkan nilai sig. 0,000, yang berarti variabel dukungan sosial dan religiusitas berpengaruh positif signifikan secara bersama-sama terhadap stres kerja. Kemudian hasil Uji-t menunjukkan variabel dukungan sosial mendapatkan nilai signifikansi sebesar 0,000 yang artinya dukungan sosial berpengaruh secara signifikan terhadap variabel stres kerja. Sedangkan variabel religiusitas mendapatkan nilai signifikansi sebesar 0,034 yang artinya religiusitas berpengaruh secara signifikan terhadap variabel stres kerja. Maka diperoleh kesimpulan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari dukungan sosial dan religiusitas terhadap stres kerja pada guru SDN Wanasari Cibitung, yang mana semakin tinggi dukungan sosial dan religiusitas maka akan semakin rendah stres kerja yang dialami.

Kata kunci :dukungan sosial, religiusitas, stres kerja.

Pendahuluan

Pembelajaran yang ada di sekolah dasar punya tingkat perbedaan sistem pembelajaran dengan tingkatan pendidikan lain. Cara pembelajaran di sekolah dasar harus disesuaikan dengan tingkat perkembangan siswa, bahkan proses perkembangan setiap siswa di sekolah dasar pun punya beberapa perbedaan. Siswa sekolah dasar merupakan masa dimana proses transisi pembelajaran dasar. Oleh karena itu, guru diwajibkan untuk menerapkan sistem pembelajaran yang dapat meningkatkan motivasi dan semangat siswa.

Siswa sekolah dasar perlu perhatian yang lebih banyak karena para siswa masih lemah dalam berkonsentrasi saat belajar, sehingga para guru harus mampu menerapkan cara pembelajaran yang efektif. Guru yang memberikan contoh baik dari berperilaku maupun memberi ilmu pengetahuan terhadap siswa dapat mempengaruhi akhlak dan kepribadian siswa, baik di keluarga, lingkungan sekolah, maupun di masyarakat. Guru mempunyai posisi penting dalam memberikan pendidikan. Kalau tidak ada guru yang profesional, siswa mungkin tidak mendapatkan pendidikan yang berkualitas. Namun sekarang perubahan kurikulum yang terjadi menuntut para guru untuk dapat menyelesaikan tugas mereka dan lebih cepat bekerja, sehingga terkadang para guru tidak sempat memberikan pembelajaran tambahan tentang tutur kata yang baik dan tata karma. Hasil pembahasan bersama antar Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan dengan Kementrian lain dalam pasal 52 PP Nomor 19 Tahun 2017 disebutkan bahwa beban kerja guru selain bertugas mengajar di depan kelas, guru juga memiliki tugas yaitu membuat rancana pelaksanaan pembelajaran (RPP), membimbing dan melatih siswa, menilai hasil pembelajaran dan bimbingan, melaksanakan tugas tambahan yang melekat pada pelaksanaan kegiatan pokok sesuai dengan beban kerja guru.

Menjadi seorang guru tidak selamanya mudah, terkadang ada faktor yang membuat guru mengalami keluhan atau kecemasan, dari keluhan psikis atau mental maupun keluhan fisik. Keluhan itu bisa di golongan sebagai stres kerja. Baron dan Greenberg dalam Kaswan, (2017)) mendefinisikan stres kerja sebagai reaksi emosional dan psikologis yang terjadi pada situasi yang menghalangi tujuan seseorang dan tidak dapat mengatasinya. *American Institute of Stress AIS*, (2018) mengemukakan lima aspek stres kerja ; *Demands*(tuntutan), *Control*(pengendalian), *Support*(dukungan), *Relationship*(hubungan), dan *Change*(perubahan). Kaswan, (2017). Mengemukakan faktor-faktor penyebab stres kerja yaitu dari faktor tingkat individu, tingkat kelompok, tingkat organisasi, dan tingkat ekstraorganisasional.

Dengan adanya tuntutan pada guru, profesi guru ini bisa menjadi salah satu profesi yang rentan terkena stres kerja. Stres kerja yang berlangsung terus menerus dapat berpotensi menimbulkan stres berkelanjutan dan memicu kecemasan pada guru. Pendapat ini didukung oleh (Beehr dan Newman,

dalam Nurendra & Saraswati, 2017) yang menjelaskan mengenai stres kerja sebagai kondisi yang muncul dari interaksi antara manusia dengan pekerjaannya. Bisa juga diartikan bahwa stres kerja adalah umpan balik atas diri pekerja secara psikologis maupun fisiologis terhadap permintaan ataupun keinginan dari organisasi. Stres kerja merupakan faktor yang dapat memberi tekanan pada produktivitas dan lingkungan kerja serta dapat mengganggu para pekerja. (Asih dkk., 2018)

Ada banyak faktor yang dapat meringankan stres kerja, salah satunya yaitu dukungan sosial. (Sarafino, 2006 dalam Pontoh & Farid, 2015) mendefinisikan bahwa dukungan sosial mengarah pada memberikan kenyamanan pada orang lain, menghargai atau merawatnya. Dukungan sosial dapat berupa pemberian bantuan materi atau jasa, ataupun informasi yang didapat dari hubungan sosial akrab yang dapat membuat orang merasa bernilai, dicintai dan diperhatikan. Menurut Sarafino, 1998 (dalam Hanapi & Agung, 2018). Ada empat aspek dalam dukungan sosial ini, yaitu; dukungan emosi, dukungan penghargaan, dukungan instrument, dan dukungan informasi. Dukungan sosial bagi setiap orang membuat mereka memiliki cara pandang yang positif bagi setiap masalah, sehingga orang-orang mampu mengendalikan masalah yang terjadi pada dirinya baik secara eksternal maupun internal. Menurut (House dalam Aziz & Noviekayati, 2016) dukungan sosial dapat diartikan sebagai sebuah bentuk hubungan yang memiliki sifat menolong yang melibatkan beberapa aspek diantaranya; dukungan emosional, dukungan instrumen, dukungan *apparsial* (penilaian) dan dukungan informatif.

Selain adanya faktor dukungan sosial yang bisa mengurangi stres kerja guru sekolah dasar, peneliti juga memasukan faktor lain, yaitu, religiusitas. (Carone and Barone, 2001 dalam Utama & Surya, 2019) mendefinisikan religiusitas yang berarti orang yang memegang, meyakini, mentaati, dan menghayati dalam dimensi keyakinan agama, pengamalan agama, pengalaman beragama, pengetahuan, dan penghayatan terhadap ajaran agama yang tampak dalam kehidupan manusia sehari-hari. Menurut (Glock dan Stark, dalam Azizah, 2015) terdapat lima aspek religiusitas yaitu ; aspek ideologi, aspek ritualistik, aspek eksperensial, aspek intelektual, dan aspek konsekuensial. Dalam konsep agama Islam diungkapkan bahwa manusia diciptakan dengan keadaan sebaik-baiknya (Qs. At-Tin 95:4). Oleh karena itu, dengan adanya faktor religiusitas manusia bisa terhindar dari berbagai macam tindakan negatif yang dapat membuat keluar dari norma kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan hasil dari studi awal yang dilakukan oleh peneliti pada 23 guru sekolah dasar di Kelurahan Wanasari Cibitung Bekasi terdapat beberapa jawaban yang disampaikan oleh responden, diantaranya. Sebanyak 62% responden mengalami gejala stres kerja yang ditandai dengan ciri-ciri guru mengalami kelelahan fisik setelah bekerja atau mengajar, seperti kelelahan, imun menurun, dan

sakit kepala. Sebanyak 42% responden mengalami tekanan psikis tentang adanya keluhan seperti gelisah, cemas, dan kurang konsentrasi. Untuk hasil dukungan sosial ada sebanyak 58% sangat setuju dan 42% setuju bahwa rekan kerja dan keluarganya mendukung, perhatian, dan saling menguatkan satu sama lain, sedangkan 50% sangat setuju, 46% setuju, dan 4% tidak setuju bahwa rekan kerja dan keluarganya menyediakan waktu dan fasilitas tertentu ketika guru tersebut membutuhkannya. Adapun hasil religiusitas sebanyak 96% sangat setuju dan 4% setuju bahwa responden mempercayai Tuhan dan segala kehendak Nya, lalu sebanyak 87% sangat setuju dan 13% setuju responden merasakan adanya campur tangan Tuhan dalam kehidupannya.

Hasil studi awal tersebut sesuai dengan penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan pengaruh dukungan sosial dengan stres kerja, yang diteliti oleh (Johana Purba dkk., 2007) ini membuktikan bahwa dukungan sosial mampu berpengaruh negatif terhadap *burnout* atau stres kerja pada guru. Semakin tinggi dukungan sosial yang diterima guru maka level burnout atau stres kerja yang dialami semakin kecil. Pada penelitian lain mengenai stres kerja dan faktor yang mampu mengurangi stres kerja itu sendiri ada religiusitas, penelitian dari (Utama & Surya, 2019) tentang pengaruh religiusitas terhadap stres kerja membuktikan bahwa religiusitas memiliki pengaruh yang negatif dan signifikan terhadap stres kerja. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat religiusitas yang dimiliki oleh guru di tempat kerja maka semakin rendah pula stres kerja dirasakan oleh guru dalam lembaganya.

Adapun yang menjadikan penelitian ini perlu atau penting untuk diteliti itu karena kebanyakan siswa sekolah dasar memerlukan perhatian khusus yang lebih banyak dibandingkan dengan siswa sekolah menengah pertama ataupun siswa sekolah menengah atas, karena siswa sekolah dasar ini masih lemah dalam berkonsentrasi dan masih membutuhkan perhatian yang lebih. Sesuai dengan rumusan masalah tersebut maka tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui adanya pengaruh dukungan sosial dan religiusitas terhadap stres kerja yang dialami oleh guru sekolah dasar negeri di Kelurahan Wanasari Cibitung Bekasi. Adapun hipotesis yang diajukan yaitu ; (1) Terdapat pengaruh dari dukungan sosial terhadap stres kerja yang dialami guru sekolah dasar negeri di Kelurahan Wanasari Cibitung Bekasi. (2) Terdapat pengaruh dari religiusitas terhadap stres kerja yang dialami guru sekolah dasar negeri di Kelurahan Wanasari Cibitung Bekasi. (3) Terdapat pengaruh dari dukungan sosial dan religiusitas terhadap stres kerja yang dialami guru sekolah dasar negeri di Kelurahan Wanasari Cibitung Bekasi.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian dengan pendekatan kuantitatif dan menggunakan metode korelasional. Desain penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat, yang mana dukungan sosial dan religiusitas merupakan variabel bebas sedangkan stres kerja merupakan variabel terikat. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 180 guru yang mengajar di sekolah dasar negeri di Kelurahan Wanasari Cibitung Bekasi. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan teknik pengumpulan data berupa kuesioner atau angket. Kuesioner dalam penelitian ini disebar dengan bantuan *google form*.

Pada penelitian ini, pengukuran variabel dukungan sosial menggunakan skala ISSB (*Inventory of Socially Supportive Behaviors*) dari Barrera, M., Sandler, I. M., & Ramsey, T. B. (1981) dan diadaptasi oleh (Joseph P. Stokes, 1984) yang terdiri dari empat aspek yaitu dukungan emosi, dukungan penghargaan, dukungan instrumen, dan dukungan informasi. Skala ini memiliki indeks validitas sebesar 0,789-0,894 dan nilai reliabilitas sebesar 0,907 hal ini menunjukkan bahwa skala ini valid dan reliabel sehingga dapat digunakan untuk mengukur variabel dukungan sosial.

Pengukuran variabel religiusitas akan diukur dengan memakai skala CRS (*The Centrality of Religiosity Scale*) dari instrumen religiusitas yang dikonstruksi oleh Stefan Huber dan Odilo W. Huber (Huber & Huber, 2012) yang terdiri dari lima aspek, yaitu aspek ideologi, aspek ritualistik, aspek eksperiensial, aspek intelektual, dan aspek konsekuensial. Skala ini memiliki indeks validitas sebesar 0,582-0,888 dan nilai reliabilitas sebesar 0,846 hal ini menunjukkan bahwa skala ini valid dan reliabel sehingga dapat digunakan untuk mengukur variabel religiusitas.

Pengukuran variabel stres kerja diukur dengan menggunakan skala stres kerja *The Workplace Stress Scale* dari *The American Institute of Stress* (AIS) yang terdiri dari 5 aspek, yaitu tuntutan (*demands*), pengendalian (*control*), dukungan (*support*), hubungan (*relationship*), dan perubahan (*change*). Skala ini memiliki indeks validitas sebesar 0,586-0,932 dan nilai reliabilitas sebesar 0,879 hal ini menunjukkan bahwa skala ini valid dan reliabel sehingga dapat digunakan untuk mengukur variabel stres kerja.

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil Penelitian

Hasil Analisis Deskriptif

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan data demografi responden meliputi jenis kelamin dan rentang usia pada guru sekolah dasar negeri di Wanasari. Diketahui jumlah responden yang berjenis kelamin laki-laki yaitu sebanyak 17% atau 29 orang dan perempuan sebanyak 83% atau 151 orang dari keseluruhan jumlah responden 180 orang. Rentang usia para guru 20-30 tahun dengan persentase

9% atau 16 orang, 30-40 tahun dengan persentase sebesar 34% atau 61 orang, 40-50 tahun dengan persentase 32% atau 58 orang, dan 50-60 tahun 25% atau 45 orang.

Tabel 1
 Tabulasi Silang Dukungan Sosial dan Stres Kerja

Stres Kerja * Dukungan Sosial Crosstabulation

Count

		Dukungan Sosial			Total
		Rendah	Sedang	Tinggi	
Stres Kerja	Rendah	0	13	8	21
	Sedang	15	104	13	132
	Tinggi	5	20	2	27
Total		20	137	23	180

Berdasarkan tabel 1 diatas hasil tabulasi silang, antara dukungan sosial terhadap stres kerja terdapat 5 responden dengan stres kerja tinggi dan dukungan sosial rendah, 20 responden dengan stres kerja tinggi dan dukungan sosial sedang, dan 2 responden dengan stres kerja tinggi dan dukungan sosial tinggi juga. Lalu 15 responden mengalami stres kerja sedang dengan dukungan sosial rendah, 104 responden dengan stres kerja sedang dan dukungan sosial sedang, dan 13 responden dengan stres kerja sedang dan dukungan sosial tinggi. Kemudian 0 responden dengan stres kerja rendah dan dukungan sosial rendah, 13 responden dengan stres kerja rendah dan dukungan sosial sedang, dan 8 responden dengan stres kerja rendah dan dukungan sosial tinggi.

Tabel 2
 Tabulasi Silang Religiusitas dan Stres Kerja

Stres Kerja * Religiusitas Crosstabulation

Count

		Religiusitas			Total
		Rendah	Sedang	Tinggi	
Stres Kerja	Rendah	1	12	8	21
	Sedang	32	78	22	132
	Tinggi	10	13	4	27
Total		43	103	34	180

Berdasarkan tabel 2 diatas hasil tabulasi silang, antara religiusitas terhadap stres kerja terdapat 10 responden dengan stres kerja tinggi dan religiusitas rendah, 13 responden dengan stres kerja tinggi dan religiusitas sedang, dan 4 responden dengan stres kerja tinggi dan religiusitas tinggi juga. Lalu 32 responden dengan stres kerja sedang dan religiusitas rendah, 78 responden dengan stres kerja sedang dan religiusitas sedang, dan 22 responden dengan stres kerja sedang dan dukungan sosial tinggi. Kemudian 1 responden dengan stres kerja rendah dan religiusitas juga rendah, 12 responden dengan stres kerja rendah dan religiusitas sedang, dan 8 responden dengan stres kerja rendah dan religiusitas tinggi.

Hasil Uji Asumsi Klasik

Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan teknik *One Sample Kolmogorov-Smirnov*. Setelah dilakukan uji normalitas ini diperoleh nilai signifikansi yaitu sebesar $0.344 > 0.05$. Hasil tersebut membuktikan bahwa data dari variabel tersebut berdistribusi normal.

Uji multikolinearitas dilakukan untuk melihat hasil apakah ada atau tidak multikolinearitas dengan menggunakan uji Variance Inflation Factor (VIF) dan nilai tolerance. Berdasarkan hasil perhitungan, variabel dukungan sosial dan religiusitas memiliki nilai VIF sebesar 1,084 dan nilai *tolerance* sebesar 0.922, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi multikolinearitas.

Adapun berdasarkan uji glejser untuk pengujian heteroskedastisitas, diperoleh nilai signifikansi untuk variabel dukungan sosial sebesar $0.014 > 0.05$ dan nilai signifikansi untuk variabel religiusitas sebesar $0.441 > 0.05$, yang kemudian dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi heteroskedastisitas dalam model persamaan regresi penelitian ini. Sehingga uji prasyarat heteroskedastisitas terpenuhi.

Hasil Uji Hipotesis

Uji t digunakan untuk melihat sejauh mana pengaruh dari variabel independen secara parsial terhadap variabel dependen. Berdasarkan hasil pengujian Uji t, variabel dukungan sosial mendapatkan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ yang artinya variabel dukungan sosial berpengaruh secara signifikan terhadap variabel stres kerja. Sedangkan variabel religiusitas mendapatkan nilai signifikansi sebesar $0,034 < 0,05$ yang artinya variabel religiusitas berpengaruh secara signifikan terhadap variabel stres kerja. Maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis pertama dan kedua diterima.

Uji-F dilakukan untuk mengetahui sejauh mana variabel dukungan sosial dan religiusitas (independen) secara bersama-sama dapat memengaruhi variabel stres kerja (dependen). Berdasarkan hasil pengujian Uji-F, variabel dukungan sosial dan religiusitas mendapatkan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ yang dapat diartikan dukungan sosial dan religiusitas berpengaruh signifikan secara bersama-sama terhadap stres kerja. Maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis ketiga diterima. Adapun hasil perhitungan koefisien determinasi menunjukkan nilai koefisien *R square* sebesar 0,145 atau 14,5%. Artinya dukungan sosial dan religiusitas berpengaruh terhadap stres kerja sebesar 14,5%, sedangkan sisanya 85,5% dipengaruhi oleh variabel lain diluar penelitian.

Setelah uji regresi berganda dilakukan, maka tahap selanjutnya ialah menyusun persamaan regresi yang memiliki tujuan untuk mengetahui apakah variabel dukungan sosial dan religiusitas berpengaruh terhadap stress kerja pada guru Sekolah Dasar Negeri di Kelurahan Wanasari Cibitung

Bekasi. Adapun nilai persamaan regresi yang diperoleh adalah Nilai konstanta (β_0) sebesar 24,235, artinya jika tidak terjadi perubahan variabel dukungan sosial (X1) dan religiusitas (X2) nilainya 0 maka stress kerja pada guru Sekolah Dasar Negeri di Kelurahan Wanasari Cibitung Bekasi ada sebesar 24,235. Nilai koefisien (β_1) variabel dukungan sosial memiliki nilai negatif yaitu sebesar -0,076, hal tersebut menunjukkan bahwa setiap penurunan satu satuan variabel dukungan sosial (X1) akan turut meningkatkan variabel stres kerja (Y) sebesar 0,076 satuan dengan asumsi variabel lainnya tetap. Nilai koefisien (β_2) variabel religiusitas memiliki nilai negatif sebesar -0,063 hal tersebut menunjukkan bahwa setiap penurunan satu satuan variabel religiusitas (X2) akan turut meningkatkan variabel stres kerja (Y) sebesar 0,063 satuan dengan asumsi variabel lainnya tetap.

Pembahasan

Berdasarkan pada hasil perhitungan model persamaan regresi, diperoleh bahwa nilai konstanta adalah 24,235, artinya jika tidak terjadi perubahan variabel dukungan sosial (X1) dan religiusitas (X2) nilainya 0 maka stres kerja pada guru sekolah dasar di Kelurahan Wanasari Cibitung-Bekasi ada sebesar 24,235. Nilai koefisien regresi variabel dukungan sosial memiliki nilai negatif yaitu -0,076, artinya setiap penurunan satu satuan variabel dukungan sosial (X1) akan turut menurunkan variabel stres kerja (Y) sebesar 0,076 satuan dengan asumsi variabel lainnya tetap. Nilai koefisien regresi variabel religiusitas adalah -0,063, artinya setiap penurunan satu satuan variabel religiusitas (X2) akan turut menurunkan variabel stres kerja (Y) sebesar 0,063 satuan dengan asumsi variabel lainnya tetap.

Berdasarkan pada hasil perhitungan koefisien determinasi (R^2), koefisien determinasi penelitian ini sebesar 0,145 atau 14,5%. Artinya dukungan sosial dan religiusitas berpengaruh terhadap stres kerja pada guru sekolah dasar di Kelurahan Wanasari Cibitung-Bekasi sebesar 14,5%, sedangkan 85,5% sisanya dipengaruhi oleh variabel lain diluar penelitian. Pengaruh yang diberikan oleh dukungan sosial dan religiusitas terhadap stres kerja pada guru sekolah dasar di Kelurahan Wanasari Cibitung-Bekasi sebesar 14,5% menunjukkan pengaruh yang dapat dikatakan rendah. Hal ini menunjukkan dukungan sosial dan religiusitas hanya berpengaruh rendah terhadap stres kerja pada guru sekolah dasar di Kelurahan Wanasari Cibitung-Bekasi.

Berdasarkan pada hasil perhitungan uji simultan (Uji-F) diperoleh bahwa nilai signifikansi sebesar 0,000 dan nilai F hitung sebesar 15,024 yang berarti dukungan sosial dan religiusitas berpengaruh positif signifikan secara bersama-sama terhadap stres kerja, yang artinya jika dukungan sosial dan religiusitas tinggi, maka akan menurunkan tingkat stres kerja yang dialami oleh responden.

Hasil dari perhitungan uji parsial (Uji-t) pada variabel dukungan sosial menunjukkan bahwa variabel dukungan sosial memiliki nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ artinya dukungan sosial berpengaruh secara signifikan terhadap stres kerja. Hal ini menandakan bahwa hipotesis pertama diterima dan dapat menjawab rumusan masalah penelitian, yaitu dukungan sosial memiliki pengaruh terhadap stres kerja pada guru sekolah dasar negeri di Kelurahan Wanasari Cibitung-Bekasi. Semakin tinggi dukungan sosial seseorang maka akan semakin rendah stres kerja pada orang tersebut. Hal tersebut terjadi sesuai dengan asumsi peneliti, dimana para guru yang memiliki dukungan sosial yang tinggi maka memiliki tingkat stres kerja yang rendah. Hasil ini sesuai dengan hasil penelitian (Setiawan & Darminto, 2013) menyebutkan bahwa adanya dukungan sosial dapat meredakan bentuk-bentuk stres kerja yang ada pada lingkungan kerja.

Hasil dari perhitungan uji parsial (Uji-t) untuk variabel religiusitas mendapatkan nilai signifikansi sebesar $0,034 < 0,05$ artinya religiusitas berpengaruh secara signifikan terhadap stres kerja. Hal ini menandakan bahwa hipotesis kedua diterima dan dapat menjawab rumusan masalah penelitian, yaitu religiusitas memiliki pengaruh terhadap stres kerja pada guru sekolah dasar negeri di Kelurahan Wanasari Cibitung-Bekasi. Hal tersebut terjadi sesuai dengan asumsi peneliti, dimana para guru yang memiliki religiusitas yang tinggi maka memiliki tingkat stres kerja yang rendah. Hasil ini sesuai dengan penelitian dari (Utama & Surya, 2019) yaitu bahwa religiusitas memiliki pengaruh negatif dan signifikan terhadap stres kerja. Hal ini menunjukkan semakin tinggi tingkat religiusitas yang dimiliki oleh pekerja di tempat kerja maka semakin rendah stres kerja dirasakan oleh pekerja dalam organisasinya.

Hasil dari penelitian ini menjawab fenomena penelitian, yaitu dengan adanya dukungan sosial dan religiusitas pada guru sekolah dasar negeri di Kelurahan Wanasari dapat mengurangi permasalahan stres kerja yang dialami oleh para guru sekolah dasar tersebut walaupun dengan persentase yang rendah yaitu 14,5% hasil ini sesuai dengan penelitian dari (Karim & Yoenanto, 2021) yang menjelaskan bahwa dukungan sosial dan religiusitas hanya berpengaruh rendah terhadap variabel Y. Adapun kelebihan dari penelitian ini yaitu adanya pengaruh yang cukup signifikan dari setiap variabel X terhadap variabel Y, hal tersebut dapat diaplikasikan kepada guru sekolah dasar yang mungkin sedang mengalami stres kerja, lalu untuk kekurangan yang terjadi pada penelitian ini yaitu pengaruh yang dihasilkan dari dukungan sosial dan religiusitas terbilang rendah. Hal ini bisa disebabkan karena variabel-variabel lain yang diteliti diluar penelitian ini. Selain itu, mungkin saja dapat dipengaruhi oleh kondisi responden, alat ukur, dan faktor lainnya.

Simpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan tentang pengaruh dukungan sosial dan religiusitas terhadap stres kerja pada guru Sekolah Dasar Negeri di Kelurahan Wanasari Cibitung Bekasi dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh dukungan sosial dan religiusitas secara simultan terhadap stres kerja dengan koefisien determinasi sebesar 0,145 atau sebesar 14,5%, sedangkan 85,5% lainnya dipengaruhi oleh variabel lain di luar variabel yang diteliti dalam penelitian ini.

Adapun pengaruh secara parsial dari masing-masing variabel bebas atau independen dapat disimpulkan bahwa variabel dukungan sosial memiliki pengaruh terhadap stres kerja pada guru Sekolah Dasar Negeri di Kelurahan Wanasari Cibitung Bekasi. Kemudian variabel religiusitas juga memiliki pengaruh terhadap stres kerja pada guru Sekolah Dasar Negeri di Kelurahan Wanasari Cibitung Bekasi.

Daftar Pustaka

- AIS. (2018). *American Institute of Stress*.
- Asih, G. Y., Widhiastuti, H., & Dewi, R. (2018). *Stress Kerja*. Semarang University Press.
- Aziz, M. R., & Noviekayati, I. (2016). Dukungan Sosial, Efikasi Diri dan Resiliensi Pada Karyawan yang Terkena Pemutusan Hubungan Kerja. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(01). <https://doi.org/10.30996/persona.v5i01.742>
- Azizah, N. (2015). Perilaku Moral dan Religiusitas Siswa Berlatar Belakang Pendidikan Umum dan Agama. *Jurnal Psikologi*, 33(2), 1–16.
- Hanapi, I., & Agung, I. M. (2018). Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Self Efficacy Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa. *Jurnal RAP UNP*, 9(1), 37–45. <http://ejournal.unp.ac.id/index.php/psikologi/article/view/10378>
- Huber, S., & Huber, O. W. (2012). The Centrality of Religiosity Scale (CRS). *Religions*, 3(3), 710–724. <https://doi.org/10.3390/rel3030710>
- Joseph P. Stokes, D. G. Wilson. (1984). The inventory of socially supportive behaviors: Dimensionality, prediction, and gender differences. *American Journal of Community Psychology*, 12(1), 53–69.
- Karim, K., & Yoenanto, N. H. (2021). Dukungan Sosial Dan Religiusitas Terhadap Kecemasan Masyarakat Yang Tinggal Sendiri Selama Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Psikologi*, 17(2), 102. <https://doi.org/10.24014/jp.v17i2.11034>
- Kaswan. (2017). *Psikologi Industri & Organisasi*. ALFABETA.
- Nurendra, A. M., & Saraswati, M. P. (2017). Model Peranan Work Life Balance, Stres Kerja Dan Kepuasan Kerja Pada Karyawan. *Humanitas*, 13(2), 84. <https://doi.org/10.26555/humanitas.v13i2.6063>
- Pontoh, Z., & Farid, M. (2015). Hubungan Antara Religiusitas dan Dukungan Sosial dengan Kebahagiaan Pelaku Konversi Agama. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 4(1), 100–110. <https://doi.org/10.30996/persona.v4i1.495>

- Purba, J., Yulianto, A., & Widyanti, E. (2007). Pengaruh dukungan sosial terhadap burnout pada guru. *Jurnal Psikologi*, 5(1), 77–87.
- Setiawan, A. I., & Darminto, E. (2013). PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP STRES KERJA PADA KARYAWAN. Ahmad Indra Setiawan Dan Eko Darminto, 000.
- Utama, I. K. A. B., & Surya, I. B. K. (2019). Pengaruh Religiusitas, Adversity Quotient Dan Lingkungan Kerja Non Fisik Terhadap Stres Kerja. *E-Jurnal Manajemen Universitas Udayana*, 8(5), 3138. <https://doi.org/10.24843/ejmunud.2019.v08.i05.p20>

