

## HUBUNGAN ANTARA KESTRESAN GURU DENGAN EFIKASI DIRI DALAM MENGAJAR DIMASA PANDEMI COVID 19 SDN KAMAL 02 PAGI JAKARTA BARAT

### *THE RELATIONSHIP BETWEEN TEACHER'S STRENGTH WITH SELF-EFFICIENCY IN TEACHING DURING THE COVID 19 PANDEMIC SDN KAMAL 02 AM JAKARTA BARAT*

Mega Anggi Oktaviani<sup>1</sup>, Ahmad Arif Fadilah<sup>2</sup>

Universitas Muhammadiyah Tangerang

E-mail: [megaoktaviani2017@gmail.com](mailto:megaoktaviani2017@gmail.com)<sup>1</sup>, [fadilah20@yahoo.com](mailto:fadilah20@yahoo.com)<sup>2</sup>

#### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat kestresan guru dengan efikasi diri di SDN Kamal 02 Pagi, metode yang digunakan adalah metode survei dengan menggunakan 17 sampel guru SDN Kamal 02 Pagi dan menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data kestresan guru dan efikasi diri menggunakan kuesioner dengan skala likert, uji hipotesis yang digunakan adalah regresi linier sederhana. Hasil analisis data yaitu terdapat hubungan tingkat kestresan guru dengan efikasi diri dengan persamaan regresi  $Y = 14.282 + (0,659) x$  yang mengalami peningkatan sedangkan pada variabel efikasi diri mengalami penurunan dengan taraf signifikansi yaitu  $0,199 > 0,05$ .

**Kata kunci:** kestresan guru, efikasi diri, Sekolah Dasar, metode survei.

#### ABSTRACT

*This study aims to determine the relationship between teacher stress levels and self-efficacy at SDN Kamal 02 Pagi, the method used is a survey method using 17 samples of teachers at SDN Kamal 02 Pagi and using purposive sampling technique. Likert, the hypothesis test used is simple linear regression. The results of data analysis showed that there was a relationship between the teacher's stress level and self-efficacy with the regression equation  $Y = 14,282 + (0.659) x$  which increased while the self-efficacy variable decreased. with a significance level of  $0.199 > 0.05$*

**Keyword:** teacher stress, self-efficacy, elementary school, method survey

#### PENDAHULUAN

Pada akhir tahun 2019 dunia dihadapkan dengan adanya temuan virus baru yang bernama severe acute respiratory syndrome coronavirus 2 (SARSCoV-2) atau yang kita kenal covid19.wabah penyakit covid 19 ini telah tersebar di seluruh negara salah satunya Indonesia. Indonesia sendiri banyak terkena covid 19 oleh karena itu, Pemerintah Indonesia mengusulkan work from home (WFH) agar tidak bertambahnya

korban virus covid 19, dengan adanya pandemi ini banyak yang terkena dampak baik di bidang ekonomi, Kesehatan, maupun Pendidikan.

Salah satunya di bidang pendidikan, dalam Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, riset, dan teknologi sejak awal masa pandemi Covid-19 memberikan beberapa panduan dalam pelaksanaan pembelajaran yaitu pembelajaran daring, pembelajaran daring ini kegiatan belajar

mengajar secara online yang membuat proses pembelajaran seperti ini menjadi kurang kondusif, kurang efektif, dan memberi dampak kelelahan baik secara psikologis, biologis, maupun material. Pembelajaran daring sendiri dapat menurunkan tingkat keberhasilan dalam proses belajar mengajar hal ini bukan hanya berdampak kepada peserta didik tetapi juga berdampak besar pada kondisi guru, terlebih lagi guru dituntut harus cepat beradaptasi baik secara fisik maupun secara mental.

Pemasalahan yang terjadi terkait dalam pengajaran di masa pandemi ini terhadap pada guru jenjang sekolah dasar masih belum efektif. Di karenakan Pembelajaran online atau daring ini merupakan hal yang baru bagi guru, dengan penggunaan berbagai aplikasi yang untuk sebagian guru masih awam dan harus belajar cara menggunakannya, selain itu pembelajaran online atau daring ini memiliki beberapa kendala seperti, tidak adanya internet, keterbatasan biaya untuk mengakses internet, tidak adanya pendampingan orang tua atau masih banyaknya guru tidak paham dengan teknologi internet. Sehingga guru merasa terbebani dengan adanya pembelajaran online atau daring ini, oleh karena itu para guru berharap bahwa pembelajaran online atau daring cepat berakhir agar para guru bisa kembali berinteraksi dengan muridnya.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara di SDN Kamal 02 Pagi Jakarta Barat, pada tanggal 09 April 2021, guru di sekolah SDN Kamal 02 Pagi ini masih banyak yang kesulitan dengan pembelajaran daring dan keadaan itu membuat sebagian guru stres disebabkan beberapa faktor baik faktor eksternal maupun faktor internal. dari faktor eksternal biasanya stres yang di sebabkan oleh lingkungan sedangkan stress

yang di sebabkan dari faktor internal biasanya terjadi karena dari diri kita. Di masa pandemi ini guru mengalami tingkat kestressan yang cukup tinggi, karena melakukan *work from home (WFH)*, Guru dituntut harus memiliki ide baru agar siswanya tidak merasa jenuh saat Pembelajaran daring berlangsung sehingga guru mengalami stres. Dalam Pembelajaran daring ini tidak semua guru dapat mengakses internet kecuali guru-guru muda yang paham dengan internet untuk guru-guru yang sudah berumur mereka masih sulit dengan adaptasi pembelajaran daring ini disebabkan mereka tidak paham cara menggunakan internet dan cara mengaplikasikan zoom, Edmodo atau platform internet lainnya sehingga guru-guru hanya menggunakan aplikasi whatsapp selama Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) berlangsung.

Selain itu guru-guru juga mengalami kendala saat pembelajaran daring seperti siswa yang tidak mengerjakan tugas, banyak guru yang mengeluh, ketika ulangan harian karena kebanyakan siswa mendapatkan nilai di bawah rata-rata yang sudah ditetapkan, interaksi antara guru dan siswa menjadi kurang sehingga guru saling mengkomunikasi dengan teman sejawat. Padahal guru sebagai seorang pendidik harus memiliki emosi yang stabil, profesional dalam mengajar dan memilik kesehatan baik jasmani maupun rohani. Apabila seorang guru mengalami stres dikhawatirkan saat proses pembelajaran berlangsung akan terganggu dan dapat berpengaruh ke peserta didik.

Salah satu cara agar sukses melakukan pembelajaran daring atau online ketika pandemi adalah efikasi diri, karena Efikasi diri adalah suatu keyakinan atau kepercayaan diri seseorang atas kemampuannya dalam

sebuah pekerjaannya. dalam efikasi diri seseorang mampu menyelesaikan tugas, memecahkan masalah, dan menghadapi berbagai macam rintangan untuk mendapatkan hasil yang di inginkan. Apabila seseorang yang tidak memiliki efikasi diri pasti mengalami kegagalan dalam menyelesaikan tugas, menghadapi kesulitan dalam pekerjaan, dan mudah menyerah. Oleh karena itu untuk meningkatkan mutu pengajaran dan menstabilkan tekanan emosi seorang guru di masa pandemi ini yaitu guru harus mampu menyelesaikan tugas-tugas selama pembelajaran berlangsung.

#### KAJIAN PUSTAKA

Menurut Gibson dkk (2011: 339) dikutip oleh Gusti Yuli Asih “stres adalah suatu tanggapan penyesuaian, diperantarai oleh perbedaan-perbedaan individual dan atau proses-proses psikologis, akibat dari setiap tindakan lingkungan, situasi, atau peristiwa yang menetapkan permintaan psikologis dan atau fisik berlebihan kepada seseorang” (Asih, Gusti Yuli, dkk, 2018, h.3). Menurut Selye di kutip oleh Permadi dan Arifin” stres adalah respons badan (*body*) yang tidak khusus terhadap berbagai tuntutan. stress adalah reaksi manusia terhadap berbagai tekanan dan tantangan yang terjadi, baik dalam dunia kerja maupun dalam kehidupan sehari-hari” (Permadi dan Arifin, 2013, h.149.). Sellen (2016) menemukan dalam penelitiannya di Inggris bahwa beberapa alasan beban kerja yang tinggi pada guru disebabkan oleh tingginya jam kerja guru yang digunakan untuk membuat rencana pembelajaran, melakukan penilaian, serta evaluasi belajar yang memakan waktu cukup lama.

Sutjipto (2001) Kondisi stres pada guru pada masa pandemi covid 19 cenderung dialami juga oleh guru SD dan berdampak

kepada munculnya kejenuhan khususnya kejenuhan dalam kegiatan mengajar. Kejenuhan merupakan kondisi emosional ketika seseorang merasa lelah dan jenuh secara mental ataupun fisik sebagai akibat tuntutan pekerjaan dan tekanan yang meningkat. Timbulnya kelelahan ini karena mereka bekerja keras, merasa bersalah, merasa tidak berdaya, tidak ada harapan, merasa terjebak, kesedihan yang mendalam, merasa malu dan secara terus-menerus membentuk lingkaran dan menghasilkan perasaan lelah dan tidak nyaman yang pada gilirannya meningkatkan rasa kesal, kelelahan fisik, kelelahan mental dan emosional.

Santrock (Sasmita & Rustika, 2015; Al-Fariqi, 2015; Rahayu & Suroso, 2016) juga menyatakan efikasi diri merupakan suatu keyakinan atau kepercayaan diri individu mengenai kemampuannya untuk mengorganisasi, melakukan suatu tugas, mencapai suatu tujuan, menghasilkan sesuatu dan mengimplementasi tindakan untuk mencapai kecakapan tertentu seperti dalam sebuah pekerjaan, untuk dapat yakin bahwa hal yang kita lakukan akan berhasil dan juga hasilnya memuaskan, diperlukan penanaman nilai sikap positif, kepercayaan diri, dan optimisme. Efikasi diri merupakan suatu bentuk keyakinan yang dimiliki seseorang terhadap kesanggupannya untuk mempersiapkan diri menghadapi rintangan sehingga dicapai suatu prestasi tertentu (Rahma, 2011; Suryani & Bantas, 2020). Menurut Ghufroon & Risnaawati (2017) dalam pandangan Baron dan Bryne” efikasi diri sebagai evaluasi seseorang mengenai kemampuan atau kompetensi dirinya untuk melakukan suatu tugas, mencapai tujuan, dan mengatasi hambatan. Efikasi diri ialah keyakinan individu atas kemampuan diri dalam melakukan bentuk kontrol terhadap

kebergunaan diri dan peristiwa yang terjadi dalam lingkungannya (Bandura, dalam Feist & Feist, 2010).

## METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini menggunakan kuantitatif survei. Subjeki penelitian ini menggunakan *sampling purposive* (penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu) dan dalam penelitian ini dilakukan oleh Guru-guru SDN Kamal 02 Pagi Jakarta Barat. Dalam teknik pengumpulan data ini peneliti menggunakan teknik data wawancara, angket atau kusioner ini menggunakan skala likert, dalam skala likert ini berisi pernyataan kepada responden apakah pernyataan itu di dukung atau di tolak. Oleh karena itu peneliti memberikan pernyataan *favourable* dan pernyataan *unfavourable* kepada responden dengan lima subjek baik tingkat kestresan guru dan efikasi diri yaitu: S (Setuju), SS (Sangat Setuju), KS (Kurang Setuju), TS (Tidak Setuju), STS (Sangat Tidak Setuju). Pernyataan *favourable* adalah pernyataan yang mengandung hal-hal positif dan mendukung sikap individu, sedangkan *unfavourable* adalah pernyataan yang mengandung hal-hal negatif dan tidak mendukung sikap individu.

Tabel 3.4Skor skala *favourable* dan Skor skala *unfavourable*

Pilihan	Skor <i>favourable</i>	Skor <i>unfavourable</i>
S (Sangat Setuju)	5	1
S (Setuju)	4	2
KS (Kurang Setuju)	3	3
TS (Tidak Setuju)	2	4
STS (Sangat Tidak Setuju)	1	5

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian diatas bahwa antara kestresan guru dengan efikasi diri di SDN Kamal 02 Pagi sangatlah tinggi terlihat dari koefisien uji realibilitas, pada penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kestresan guru dengan efikasi diri di SDN Kamal 02 Pagi dimasa pandemi, berdasarkan analisis penelitian diperoleh hasil terdapat berpengaruh tingkat kestresan guru terhadap efikasi diri. Hal tersebut dapat dilihat dalam penyajian data dan analisis yang menyatakan bahwa data berdistribusi normal dan uji homogenitas hasilnya menunjukkan homogen, karena hasil dari SPSS diperoleh sig 0,199>0,05 maka dapat disimpulkan bahwa data yang diambil dari populasi memiliki variansi sama dengan item-item pertanyaan angket memiliki kesamaan antara satu item dengan item lainnya.

Berdasarkan uji hipotesis menggunakan regresi linear sederhana terhadap nilai signifikansi dari tabel *coefficients* diperoleh nilai signifikansi 0,082> 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan kestresan guru dengan efikasi diri hal ini mengacu pada dasar pengambilan keputusan uji regresi linear sederhana dimana nilai signifikansi > 0,05 artinya variabel X terdapat pengaruh dengan variabel Y. Nilai R untuk hubungan kestresan guru terhadap efikasi diri sebesar 0,752 dan nilai R (square) sebesar 0,566 yang berarti kestresan guru memberikan dampak yang sangat besar sebesar 0,5% dan sisanya 99,7% dipengaruhi faktor lain.

Hasil dari penelitian ini mengatakan bahwa kestresan guru dengan efikasi diri yang memiliki hubungan karena dampak yang diberikan kepada efikasi diri sangat kecil karena ada faktor lain yang membuat

guru menjadi stres sehingga membuat guru tersebut merasa tidak yakin pada kemampuannya. Menurut Sutjipto (2001) Kondisi stres pada guru pada masa pandemi covid 19 cenderung dialami juga oleh guru SD dan berdampak kepada munculnya kejenuhan khususnya kejenuhan dalam kegiatan mengajar. Kejenuhan merupakan kondisi emosional ketika seseorang merasa lelah dan jenuh secara mental ataupun fisik sebagai akibat tuntutan pekerjaan dan tekanan yang meningkat, dimasa pandemi seperti ini guru mengalami tekanan dari beberapa pihak sehingga kondisi emosional seorang guru menjadi terganggu dalam kegiatan mengajar yang menyebabkan seorang guru menjadi stres baik fisik maupun rohani.

Oleh karena itu peneliti memberikan salah satu cara agar sukses melakukan pembelajaran daring atau online ketika pandemi adalah efikasi diri, karena Efikasi diri adalah suatu keyakinan atau kepercayaan diri seseorang atas kemampuannya dalam sebuah pekerjaannya, dalam efikasi diri seseorang mampu menyelesaikan tugas, memecahkan masalah, dan menghadapi berbagai macam rintangan untuk mendapatkan hasil yang di inginkan. Apabila seseorang yang tidak memiliki efikasi diri pasti mengalami kegagalan dalam menyelesaikan tugas, menghadapi kesulitan dalam pekerjaan, dan mudah menyerah. Oleh karena itu untuk meningkatkan mutu pengajaran dan menstabilkan tekanan emosi seorang guru di masa pandemi ini yaitu guru harus bisa mampu menyelesaikan tugas-tugas selama pembelajaran berlangsung.

## **PENUTUP**

### **Simpulan**

Berdasarkan hasil Penelitian yang di lakukan di SDN KAMAL 02 Pagi Jakarta

Barat, sebagian Guru di Sekolah Dasar Negeri Kamal 02 Pagi Jakarta Barat yang mengarah ke katagori tinggi, dan hasil dari penelitian yang di lakukan kepada para guru sekolah dasar negeri terdapat pengaruh tingkat kestresan guru terhadap efikasi diri, berdasarkan nilai  $t_{hitung}$  sebesar  $4.420 > t_{tabel}$  1,6667 sehingga dapat disimpulkan  $H_0$  diterima, dimana  $H_0$ : Terdapat hubungan kestresan guru dengan efikasi diri SDN Kamal 02 Pagi atau dengan kata lain terdapat pengaruh antara variabel X dengan Variabel Y, maka dapat disimpulkan bahwa data yang diambil dari populasi memiliki variansi sama dengan item-item pertanyaan angket memiliki kesamaan antara satu item dengan item lainnya.

Hasil dari penelitian ini mengatakan bahwa kestresan guru terhadap efikasi diri yang memiliki hubungan karena dampak yang diberikan kepada efikasi diri sangat kecil karena ada faktor lain yang membuat guru menjadi stres sehingga membuat guru tersebut merasa tidak yakin pada kemampuannya. Menurut Sutjipto (2001) Kondisi stres pada guru pada masa pandemi covid 19 cenderung dialami juga oleh guru SD dan berdampak kepada munculnya kejenuhan khususnya kejenuhan dalam kegiatan mengajar. Kejenuhan merupakan kondisi emosional ketika seseorang merasa lelah dan jenuh secara mental ataupun fisik sebagai akibat tuntutan pekerjaan dan tekanan yang meningkat, dimasa pandemi seperti ini guru mengalami tekanan dari beberapa pihak sehingga kondisi emosional seorang guru menjadi terganggu dalam kegiatan mengajar yang menyebabkan seorang guru menjadi stres baik fisik maupun rohani.

Oleh karena itu peneliti memberikan Salah satu cara agar sukses melakukan pembelajaran daring atau online ketika

pandemi adalah efikasi diri, karena Efikasi diri adalah suatu keyakinan atau kepercayaan diri seseorang atas kemampuannya dalam sebuah pekerjaannya, dalam efikasi diri seseorang mampu menyelesaikan tugas, memecahkan masalah, dan menghadapi berbagai macam rintangan untuk mendapatkan hasil yang di inginkan. Apabila seseorang yang tidak memiliki efikasi diri pasti mengalami kegagalan dalam menyelesaikan tugas, menghadapi kesulitan dalam pekerjaan, dan mudah menyerah. Oleh karena itu untuk meningkatkan mutu pengajaran dan menstabilkan tekanan emosi seorang guru di masa pandemi ini yaitu guru harus bisa mampu menyelesaikan tugas-tugas selama pembelajaran berlangsung.

### Saran

Sesuai dengan penyajian data, analisis, dan kesimpulan diatas maka peneliti ingin memberikan saran:

1. Secara teoritis diharapkan penelitian ini dapat:
  - a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi psikologi pendidikan khususnya guru.
  - b. Untuk memahami berbagai tekanan yang di alami oleh guru terhadap efikasi diri dalam mengajar di masa pandemi.
2. Secara praktis yang dapat diberikan sebagai berikut:
  - a) Bagi Penulis  
Untuk menambah pengalaman ketika menjadi seorang guru tidak mencampuradukan antara permasalahan pribadi dan permasalahan sekolah sehingga tidak berdampak ke siswanya.
  - b) Bagi Guru

- Mengetahui cara mengendalikan emosi saat pembelajaran berlangsung
- cara mengaplikasikan efikasi diri dalam mengajar di masa pandemi.

### c) Bagi Pembaca

Dapat menambah pengetahuan tentang kestresan guru terhadap efikasi diri dalam mengajar di masa pandemi.

### DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, Mubiar Ryan, Dwi. P,& Ruli Setyadi. (2020). “Gejala Kejenuhan Guru Sekolah Dasar Saat Pandemi Covid 19.” *Jurnal Elementaria Edukasi* ,vol. 3 No.2. [http://jurnal.unma.ac.id/cgi-sys/suspendedpage.cg\\_](http://jurnal.unma.ac.id/cgi-sys/suspendedpage.cg_) (09 juli, 13.30)
- Arayani, Farida. (2016). *Stres Belajar*. Makassar: Edukasi Mitra Grafika. <http://eprints.unm.ac.id/2478/1/Buku%2520%2520Stres%2520Belajar.pdf&ved=2ahUKEwjCypbc7pbxAhXG7XMBHR74Av0QFjABegQIGRAC&usg=AOvVaw0AZj282tfcka9KyGXHnUs8> diakses tanggal 6 Mei 2021 jam 22. 32
- Asih, Gusti Yuli, Hardani, Widhiastuti, & Rusmali, Dewi. (2018). *Stress Kerja*. Semarang:Semarang University Press. <https://repository.usm.ac.id/files/book/usm/F013/20190627091334-STRESS-KERJA.pdf&ved=2ahUKEwiUrJvf7ZbxAhUbIbcAHdXZCZkQFjAAegQIAxAAC&usg=AOvVaw3wBC04XB0YDLIOa-tQ0QKh> diakses tanggal 6 Mei 2021 jam 22.18wib
- Aprini Kumala Sari Lubis. (2018). *Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Stres Kerja Pada Guru Sekolah Luar Biasa (SLB)* di Jakarta. Jurusan Psikologi. Jakarta: Universitas Negeri Jakarta. <http://repository.unj.ac.id/3181/1/Skri>

- psi%20Aprini%20Kumala%20Sar i%20Lubis%20%281125143053%29.p df* diakses tanggal 17 Juni 2021 jam 22.21wib
- Bahri, Syaiful, Nurbaity, & Mutiara Sari Tobing. (2019).” *Efikasi Diri Guru Bimbingan dan Konseling Terhadap Kompetensinya*”. Jurnal Pencerahan Majelis Pendidikan Aceh, vol. 14, no. 2. [http://jurnalpencerahan.org/index.php/jp/article/view/2\\_\\_](http://jurnalpencerahan.org/index.php/jp/article/view/2__) diakses tanggal 09 Juli 2021 jam 13.27Wib
- Feist, Jess, & Fiest, Gergory. J. (2010). *Teori Kepribadian*. Jakarta: Salemba Humanika
- Ghia Mustika Pramudita (2015). *Pengaruh Self Efficacy Terhadap Burnout Yang di Mediasi oleh Stres Pada Guru TK di Kecamatan GunungPati*. Jurusan Psikologi. Semarang: Universitas Negeri Semarang. [http://lib.unnes.ac.id/35046/1/1511415099\\_Optimized.pdf](http://lib.unnes.ac.id/35046/1/1511415099_Optimized.pdf) diakses tanggal 19 Juli 2021 jam 14.10wib
- Ghufron, M.Nur , & Rina Riswati. (2017). *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: AR-RUZZ MEDIA
- Hardani, Dkk. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*. Yogyakarta: CV.PustakaIlmu. [https://www.researchgate.net/publication/340021548\\_Buku\\_Metode\\_Penelitian\\_Kualitatif\\_Kuantitatif](https://www.researchgate.net/publication/340021548_Buku_Metode_Penelitian_Kualitatif_Kuantitatif) diakses tanggal 12 Juni 2021 jam 15.47
- Kristiyani, Titik. (2016). *Self-Regulated Learning konsep, implikasi dan tantangannya bagi siswa Indonesia*. Yogyakarta: Sanata Dharma university Press. <https://repository.usd.ac.id/36041/1/978-602-6369-284%2520SelfRegulated%2520Learnin g%2520Konsep%2520Implikasi%2520Dan%520Tantangannya%2520Bagi%2520Siswa%2520Di%2520Indonesi a.pdf&ved=2ahUKEwjF71OJ85bxAhXWV30KHQuiDT8QFjABegQIExAC&usg=AOvVaw2GZqbEhKnKEcOP33LC2pdq> diakses tanggal 07 Mei 2021 jam 21.27Wib
- M, Taufik, M.P.d, (2013). *Pengantar Psikologi*. Yogyakarta: CV. Writing
- Mawardi,S.S.I.,M.Pd (2019) *Dasar- dasar Metodologi Penelitian Pendidikan*
- Permadi, Dadi, & Daeng Arifin. (2013). *Panduan Menjadi Guru Profesional*. Bandung: CV. Nuansa Aulia
- Perwiraningsih, Jeacquelyne Panorama, & Sho'im Hidayat (2020). “ *Gambaran Risiko Stres Kerja Pada Guru Kelas 6 SD Negeri Se-Kecamatan Banyuwangi*”. *Majalah Kesehatan Masyarakat Aceh ( MaKMA)*, vol,3.no.1. <Http://ojs.serambimekkah.ac.id/index.php/makma> diakses tanggal 09 Juli 2021 (19.30 wib)
- Revolution Marpaung, Irma Marlina Novita, & Caroline Lisa Setia Wati. (2020). “*HUBUNGAN ANTARA HARGA DIRI, EFIKASI DIRI AKADEMIK, DAN PENYESUAIAN DIRI TERHADAP LINGKUNGAN SEKOLAH PARA SISWA KELAS VII DI SMP ST.KRISTOFORUS 1*”. Jurnal Psikoedukasi, vol. 18, no. 1. [http://ojs.atmajaya.ac.id/index.php/fkip/article/view/1647\\_\\_](http://ojs.atmajaya.ac.id/index.php/fkip/article/view/1647__) diakses tanggal 09 Juli 2021 (13.35)
- Sa’Pangi, Aditya Wiranata, & Rijanto Purbojo. (2020).” *Efikasi Diri Guru Pemahaman Tentang Karakter Siswa, DAN Pemahaman Tentang*

- Keterampilan Abad KE-21 Sebagai Prekditor Gaya Mengajar Tipe Fasilitator*". Jurnal Psikologi Ulayat X(X), XXXXXX  
DOI:10.24854/jpu02020300.<https://garuda.ristekbrin.go.id/documents/detail/1855749>\_ diakses tanggal 09 Juli 2021(13.29Wib)
- Setiawan, Sigit, & Alfiandy Warih Handayono (2020).” *Pelatihan Keterampilan Kesehatan Mental Bagi Guru Menghadapi Stres Dalam Masa Pembelajaran Daring*”, vo.3, no.1. <https://jurnal.makmalpendidikan.net/index.php/JPD/article/download/115/105/>\_diakses tanggal 09 Juli 2021 (13.39 wib)
- Seto Mulyadi, Dkk. (2016). *Psikologi Kepribadian*. Jakarta: Gunadrama. [http://setomulyadi.staff.gunadarma.ac.id/Downloads/files/84003/B7\\_290121%2BBUKU%2BPSIKOLOGI%2BKEPRI%2BADIAN%2BRev.pdf&usg=AOvVaw0gkMxzFU0sjaEP3fStYbIW](http://setomulyadi.staff.gunadarma.ac.id/Downloads/files/84003/B7_290121%2BBUKU%2BPSIKOLOGI%2BKEPRI%2BADIAN%2BRev.pdf&usg=AOvVaw0gkMxzFU0sjaEP3fStYbIW) diakses tanggal 6 Mei 2021 (22.10 wib)
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta
- Sunardi Sendy, Widodo Sunaryo, & Griet Helena Laihad. (2019). “*Peningkatan Keinovativan Melalui Pengembangan Kepemimpinan Transformasional Dan Efikasi Diri*”. Jurnal Manajemen Pendidikan, vol. 7, no. 1. <https://journal.unpak.ac.id/index.php/JMP/article/view/959>\_diakses tanggal 09 Juli 2021 (13.32 wib)
- Suparman. (2018).” *Identifikasi Gejala Stres pada Guru Tingkat Sekolah Dasar di Sekolah Lentera Harapan Tangerang*”. Jurnal Pendidikan Dompeta, vol.8,no.2.<https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/ijphcm/article/download/32139/30645> di akses Jumat, 9 Juli 2021,13.14
- Swanty Nurhaliza (2021). *Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Stres Akademik siswa xl MAN 1 Medan dan Implikasinya dalam Bimbingan Konseling*. Prodi Bimbingan Konseling Pendidikan Islam. Medan: Universitas Islam Negeri SumateraUtara. <http://repository.uinsu.ac.id/10766/1/SKRIPSI%20SWANTY%20NURHALIZA%20TERBARU.pdf> diakses tanggal 07 Oktober (21.36 wib)
- Syahrum, & Salim (2012). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Citapustaka Media.[http://eprints.stiperdharmawacana.ac.id/85/1/Buku\\_Metodologi\\_Penelitian\\_Kuantitatif\\_d%2520%25281%2529.pdf&usg=AOvVaw2rTID4yCn6ZGYOYpclgOhw](http://eprints.stiperdharmawacana.ac.id/85/1/Buku_Metodologi_Penelitian_Kuantitatif_d%2520%25281%2529.pdf&usg=AOvVaw2rTID4yCn6ZGYOYpclgOhw) di akses tanggal 12 juni 2021(15.48wib)
- Weken, Merdekawati Evangli, Arthur E.Mongan, & John S. Kekenusa. (2020). “ *Hubungan antara Beban Kerja, Konflik Peran, dan Dukungan Sosial dengan Stres Kerja Pada Guru di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Manado Pada Masa Pandemi*”. Indonesian Journal of Public Health and Community Medicine, vol. 1, no.4. <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/ijphcm/view/32139>\_di akses tanggal 07 Oktober 2021(21.33wib)
- Wulandari, Ni Nyoman Ayu, & Gusti Ngurah Sastra Agustika. (2020).” *Efikasi Diri, Sikap dan Kecemasan Matematika Berpengaruh Secara Langsung Dan Tidak Langsung Terhadap Kompetensi Pengetahuan Matematika*”. Jurnal For

Lesson And Learning Studies, vol. 3,  
no.2.

<https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JLLS/article/view/26812> diakses  
tanggal 07 Oktober 2021 (21.27)

Yudhawati, Ratna, & Dany Haryanto. (2011).  
*Teori-teori Dasar Psikologi Dasar*. Jakarta: PT Prestasi Pustakaraya

