

# **KONTRIBUSI BEBAN KERJA MENTAL TERHADAP STRES KERJA PADA GURU SLB**

**Divia Lahfah Amanda Alaydruss**  
**11519902**

Fakultas Psikologi  
Universitas Gundarma

## **ABSTRAK**

*Guru SLB memiliki risiko mengalami stres kerja dibandingkan guru biasa karena dituntut memiliki kreativitas, kesabaran, komitmen mengajar, baik secara fisik atau kesehatan mental yang tinggi untuk mengajar siswa yang memiliki kebutuhan yang berbeda dan membutuhkan perhatian lebih, maka guru SLB banyak yang mengalami stres kerja. Fenomena stres kerja pada guru SLB banyak disebabkan oleh beban kerja mental yang diluar batas kemampuan guru yang bersangkutan karena banyaknya tuntutan dan tanggung jawab yang harus dipegang, termasuk tugas yang diberikan selain kewajiban mendidik anak berkebutuhan khusus. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah job stress scale dan subjective workload assessment technique (SWAT) yang diberikan kepada sampel dan diperoleh menggunakan teknik sampling purposive sampling. Terdapat kriteria responden, yaitu guru SLBN di Jabodetabek dengan minimal masa kerja selama 2 tahun. Teknik analisis data pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan regresi linear sederhana. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat kontribusi beban kerja mental yang positif dan sangat signifikan terhadap stres kerja pada guru SLB dengan nilai signifikansi 0,000 dan besarnya kontribusi beban kerja mental terhadap stres kerja pada guru SLB sebesar 75% dengan sisanya sebesar 25% dipengaruhi faktor lain di luar penelitian.*

**Kata Kunci : Beban Kerja Mental, Stres Kerja, Guru SLB**

(vi + 65+LAMPIRAN)

Bibliografi (1987 - 2021)