



Pengaruh konflik peran ganda beban kerja dukungan sosial dan stres kerja terhadap hasil kinerja guru PJOK SMP Kabupaten Sleman

Yani Sulis Tyoningsih^{1*}, Farida Mulyaningsih²

^{1,2} Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, Jln Colombo No 1 Yogyakarta, Indonesia

*Corresponding Author. Email: yanisulis.2023@student.uny.ac.id

Received: 15 Januari 2025; Revised: 26 Maret 2025; Accepted: 23 April 2025

Abstrak: Mengetahui bagaimana konflik peran ganda, beban kerja, dukungan sosial, serta stres kerja mempengaruhi hasil kinerja guru PJOK SMP di Kabupaten Sleman merupakan tujuan dilakukannya penelitian ini. Penelitian korelasi digunakan dalam penelitian ini. Partisipan adalah guru PJOK SMP di Kabupaten Sleman. *Purposive sampling* digunakan untuk metode penentuan sampel dengan jumlah 55 orang. Instrument pengumpulan data dengan skala likert. Analisis statistik yang dipakai yaitu uji regresi sederhana dan berganda. Hasil penelitian menyatakan (1) konflik peran ganda berpengaruh signifikan terhadap hasil kinerja guru PJOK SMP di Kabupaten Sleman dengan nilai sig sebesar $0,000 < 0,05$ dan t hitung $> t$ tabel ($1,828 > 1,675$). (2) Dengan nilai t hitung $> t$ tabel ($3,449 > 1,675$) dan nilai sig ($0,001 < 0,05$) maka beban kerja berpengaruh signifikan terhadap hasil kinerja guru PJOK SMP di Kabupaten Sleman. (3) nilai t hitung $> t$ tabel ($2,530 > 1,675$) dan nilai sig ($0,000 < 0,05$) menunjukkan bahwa dukungan sosial berpengaruh signifikan terhadap hasil kinerja guru PJOK SMP di Kabupaten Sleman. (4) Stres kerja berpengaruh signifikan terhadap capaian kinerja instruktur PJOK SMP di Kabupaten Sleman, ditunjukkan dengan nilai sig ($0,000 > 1,675$) dan nilai t hitung $> t$ tabel ($2,116 > 1,675$). (5) Konflik peran ganda, beban kerja, dukungan sosial dan stres kerja berpengaruh signifikan terhadap capaian kinerja instruktur PJOK SMP di Kabupaten Sleman, ditunjukkan dengan nilai sig ($0,000 < 0,05$) dan nilai F hitung $> F$ tabel ($7,187 > 2,56$).

Kata Kunci: Konflik peran ganda, beban kerja, dukungan sosial, stres kerja, hasil kinerja guru

Abstract: Knowing how dual role conflict, workload, social support, and work stress affect the performance of junior high school physical education teachers in Sleman Regency is the purpose of this study. Correlation research is used in this study. Participants are junior high school physical education teachers in Sleman Regency. *Purposive sampling* is used for the sample determination method with a total of 55 people. The data collection instrument uses a Likert scale. The statistical analysis used is simple and multiple regression tests. The results of the study stated that (1) dual role conflict has a significant effect on the performance of junior high school physical education teachers in Sleman Regency with a sig value of $0.000 < 0.05$ and t count $> t$ table ($1.828 > 1.675$). (2) With a t count $> t$ table ($3.449 > 1.675$) and a sig value ($0.001 < 0.05$), the workload has a significant effect on the performance of junior high school physical education teachers in Sleman Regency. (3) The calculated t value $> t$ table ($2.530 > 1.675$) and the sig value ($0.000 < 0.05$) indicate that social support has a significant effect on the performance results of junior high school PJOK teachers in Sleman Regency. (4) Work stress has a significant effect on the performance achievements of junior high school PJOK instructors in Sleman Regency, indicated by the sig value ($0.000 > 1.675$) and the calculated t value $> t$ table ($2.116 > 1.675$). (5) Dual role conflict, workload, social support and work stress have a significant effect on the performance achievements of junior high school PJOK instructors in Sleman Regency, indicated by the sig value ($0.000 < 0.05$) and the calculated F value $> F$ table ($7.187 > 2.56$).

Keywords: Dual role conflict, workload, social support, work stress, teacher performance outcomes

How to Cite: Tyoningsih, Y. S., & Mulyaningsih, F. (2025). Pengaruh konflik peran ganda beban kerja dukungan sosial dan stres kerja terhadap hasil kinerja guru PJOK SMP Kabupaten Sleman. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 21(1), 31-40. <https://doi.org/10.21831/jpji.v21i1.82361>



PENDAHULUAN

Proses pembelajaran dapat mencapai keberhasilan pastinya disebabkan oleh beberapa faktor, sumber daya manusia dapat dikategorikan sebagai faktor yang penting. SDM merupakan faktor yang penting dalam ranah institusi terutama dunia pendidikan (Akilah, 2018). Tersedianya sumber daya yang berkualitas serta handal pada suatu institusi akan menjadi suatu kebutuhan yang mendasar, suatu pemahaman yang baik menjadi faktor yang penting. Dalam proses pembentukan tenaga ahli yang profesional pastinya akan menemui suatu hambatan baik berasal dari dalam institusi ataupun dari dalam diri pendidik (Sulastrri et al., 2020). Hasil kinerja guru merupakan komponen yang dapat membawa dampak pada suatu derajat keberhasilan institusi.

Kinerja guru dapat diartikan sebagai perilaku yang dicerminkan dalam proses pembelajaran ketika berada di kelas (Rohman, 2020). Salah satu komponen yang dapat mempengaruhi baik dan buruknya suatu sistem Pendidikan suatu bangsa yaitu guru (Mangkunegara & Puspitasari, 2015, pp 142), (Mulyaningsih, 2008). Seorang guru memiliki tugas yang sangat kompleks selain menjadi seorang pendidik, guru juga bertanggung jawab atas proses terbentuknya suatu karakter. Guru memiliki tanggung jawab untuk memberikan nasihat serta memberikan dorongan perubahan dalam kehidupan peserta didik selain kewajiban memberikan pengetahuan (Gonçalves et al., 2022).

Guru merupakan suatu profesi dengan taraf stres kerja yang tinggi karena tuntutan beban kerja yang terlalu berat menurut *European Agency For Safety And Health At Work* (2009) dalam (Weken et al., 2020). Stres kerja yang umum dirasakan oleh seorang guru bisa disebabkan dari beberapa faktor yang terkait seperti beban kerja, perilaku peserta didik, serta kondisi lingkungan pekerjaan (Agyapong et al., 2022, pp 2). Perasaan stres dalam pekerjaan dapat disebabkan karena beban kerja yang berlebih, tanggung jawab pada orang lain, peningkatan pekerja, serta kurangnya dukungan sosial (Akbar, 2017).

Terlalu banyaknya tuntutan yang wajib diselesaikan dalam kurun waktu tertentu, beban kerja yang berlebih akan terjadi. Tanggung jawab seorang guru akan menjadi meningkat jika kondisi yang dihadapi berbeda yakni sudah memiliki keluarga/tanggung jawab yang lainnya (Maulidah et al., 2022). Tidak sedikit dari para guru akan menjalankan peran ganda dalam ranah pekerjaan/dalam tanggung jawab lainnya.

Akibat dari banyaknya tanggung jawab dan tekanan dari seorang guru dapat menyebabkan seorang guru akan mengalami stres kerja (Dawam & Setiawan, 2022). Permasalahan yang dihadapi serta tuntutan menjadi figur guru dan menyandang sebagai orang tua menjadikan salah satu alasan pilihan peran ganda menjadi alternatif guna mencukupi kebutuhan yang dihadapi (Darmawa & Handoyo, 2020). Konflik peran ganda yang tidak dapat diatasi akan memicu terjadinya stres serta akan mengakibatkan banyaknya masalah jika tidak adanya suatu dukungan sosial.

Kedudukan dari dukungan sosial sangat penting terutama dukungan dari orang terdekat. Karena, dapat mendorong perasaan tenang, sehingga perasaan stres dapat diminimalisir dengan baik (Wulandari, 2015). Kurang adanya dukungan sosial dari ranah lingkungan pekerjaan dapat memicu stres kerja yang berkepanjangan (Toisuta & Leokmono, 2017). Sejalan dengan (Rivaldo et al., 2021) faktor yang dapat menimbulkan stres salah satunya dari lingkungan pekerjaan. Dengan adanya dukungan sosial tersebut dapat diterima oleh guru secara optimal sehingga akan memberikan dampak positif dalam menghadapi suatu permasalahan dalam pekerjaan salah satunya yaitu beban kerja seorang guru. Setiap individu dapat menerima jenis dukungan sosial yang berbeda. Dukungan sosial dapat diberikan dalam 3 cara yang berbeda pula, yaitu antara lain dukungan instrumental, informasional, emosional, dan penghargaan (Werenfridus et al., 2023).

Proses pendidikan jasmani berbeda dengan mata pelajaran lainnya. Dalam konsep dasarnya PJOK akan mencakup beberapa aspek penilaian antara lain aspek psikomotorik, kognitif, dan afektif yang mana antara satu dan yang lain berkesinambungan (Arifin, 2017). Tuntutan guru tentunya sesuai dengan tujuan pendidikan nasional yaitu berilmu dan kreatif (Sulastrri et al., 2020 pp. 260). Adanya konflik peran ganda, beban kerja, dukungan sosial serta stres kerja merupakan hambatan yang akan ditemui khususnya dalam proses pembelajaran PJOK. Hambatan muncul akibat dari konsekuensi dari hal yang telah dipilih oleh seseorang (Firdaus, 2020).

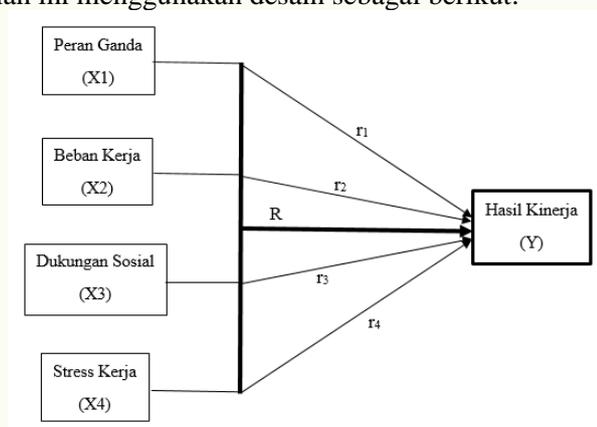
Hasil observasi serta wawancara yang dilakukan oleh beberapa guru dan peserta didik di sekolah Kabupaten Sleman. Diperoleh data kedudukan menjadi seorang guru memikul peran yang sangat krusial. Kewajiban menjadi guru tidak sebatas penyampai informasi bahkan sebagai pembentuk karakter

peserta didik. Tanggung jawab yang dibebankan oleh seorang guru juga sangat banyak antara lain tanggung jawab pengelolaan kelas, tanggung jawab sebagai orang tua, tanggung jawab administratif, serta tanggung jawab saat di rumah. Permasalahan antara konflik peran ganda, beban kerja, dukungan sosial, dan stres kerja sering dijumpai.

Berdasarkan latar belakang di atas, tindak lebih lanjut diperlukan untuk mengatasi tantangan yang sering dihadapi oleh para guru agar dapat mencapai hasil terbaik. Maka penting dilakukannya suatu riset dengan judul pengaruh konflik peran ganda beban kerja dukungan sosial dan stres kerja terhadap hasil kinerja guru PJOK SMP Kabupaten Sleman.

METODE

Penelitian *ex post facto* yang bersifat korelasional digunakan dalam penelitian ini. Peneliti mengutamakan pada penelitian yang berupaya mengidentifikasi faktor yang menyebabkan perubahan pada variabel independen (Syahrizal & Jailani, 2023); (Ahmad Budi Sutrisno & Yusri, 2021); (Ningrum & Suwandi, 2023). Penelitian ini menggunakan desain sebagai berikut:



Gambar 1. Desain pengaruh variabel dependen dan independen

Sumber: (Sugiyono, 2019, pp 64)

Pendekatan korelasi multivariat digunakan untuk menganalisis hubungan antara variabel independen dan dependen. Menguji hubungan sederhana dan bersamaan. Penelitian dilakukan pada tanggal 3-6 Desember 2024. Semua guru PJOK SMP di Kabupaten Sleman menjadi populasi penelitian yaitu sebanyak 142 guru yang tersebar di 17 kecamatan, 58 guru dari sekolah swasta yang meliputi 47 guru laki-laki dan 11 guru Perempuan, dan 84 guru dari sekolah negeri yang meliputi 61 guru laki-laki dan 23 guru perempuan. Metode pengambilan data yang dipakai yaitu *purposive sampling* atau sampel dengan ketentuan yang berjumlah 55 guru PJOK SMP Kabupaten Sleman.

Salah satu alat yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner skala Likert. Skala Likert dapat digunakan untuk menguji perilaku, pikiran, dan kesan individu terhadap suatu peristiwa sosial (Sugiyono, 2016, hlm. 93). Alat kuesioner meliputi konflik peran ganda, beban kerja, dukungan sosial, stres kerja, dan hasil kinerja guru. Uji regresi sederhana dan berganda merupakan bagian dari pendekatan analisis data setelah uji asumsi klasik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Uji Statistik Deskriptif

Teknik analisis adalah upaya guna mendeskripsikan data pada penelitian dengan menggunakan statistik deskriptif. Tabel berikut ini menyajikan data dari studi statistik deskriptif.

Tabel 1. Hasil uji statistik deskriptif

Sumber: (Olah data peneliti, 2024)

Deskriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Hasil Kinerja Guru	55	45	60	55.09	4.102
Konflik Peran Ganda	55	14	47	34.42	7.873
Beban Kerja	55	34	48	42.04	4.127
Dukungan Sosial	55	27	63	47.49	9.467
Stres Kerja	55	14	47	34.62	7.859
Valid N (listwise)	55				

Semua nilai terendah, maksimum, rata-rata, dan deviasi standar variabel penelitian ditampilkan dalam tabel di atas.

Uji Asumsi Klasik

Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk menentukan apakah data yang dikumpulkan terdistribusi secara teratur atau simetris. Data uji normalitas penelitian ini ditunjukkan pada tabel berikut.

Tabel 2. Uji Normalitas Data
Sumber: (Olah data peneliti, 2024)

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
	Unstandardized Residual	
N		55
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	3.26842585
Most Extreme Differences	Absolud	.109
	Positive	.058
	Negative	-.109
Test Statistic		.109
Asymp. Sig. (2-tailed)		.100 ^c

Nilai sig seperti yang terlihat pada tabel sebelumnya, adalah $0,100 > 0,05$. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa semua data penelitian terdistribusi secara normal.

Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan guna mengetahui hubungan dua variabel secara linier. Dalam uji linieritas dilakukan sebagai upaya untuk memastikan linier atau tidaknya sebaran data dalam penelitian. Statistik hasil uji linieritas dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 3. Uji Linieritas Data
Sumber: (Olah data peneliti, 2024)

ANOVA Table					
			df	F	Sig
Konflik Peran Ganda			20	1.26	0.075
Hasil Kinerja Guru*					
Beban Kerja	Between Groups	Deviation	12	1.132	0.362
Hasil Kinerja Guru*		From			
Dukungan Sosial		Linearity	22	1.88	0.124
Hasil Kinerja Guru*					
Stres Kerja			18	1.79	0.346
Hasil Kinerja Guru*					

Dengan nilai F terhitung < F tabel dan nilai sig > 0,05, tabel sebelumnya menunjukkan bahwa semua variabel independen memiliki hubungan linier dengan variabel dependen. Oleh karena itu, setiap variabel independen dan variabel dependen dapat dianggap memiliki hubungan linier.

Uji Multikolinieritas

Uji multikolinieritas digunakan untuk menilai apakah variabel independen dalam model regresi memiliki korelasi yang kuat atau sempurna satu sama lain. Data uji multikolinieritas studi ini ditampilkan dalam tabel di bawah ini:

Tabel 4. Uji Multikolinieritas Data
Sumber: (Olah data peneliti, 2024)

Model	Coefficients ^a	
	Tolerance	VIF
Konflik Peran Ganda	.124	4.601
Beban Kerja	.824	1.213
Dukungan Sosial	.101	9.874
Stres Kerja	.372	7.635

Tabel sebelumnya terlihat jelas bahwa semua nilai toleransi lebih besar dari 0,100 dan semua nilai VIF kurang dari 10,00. Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa tidak ada multikolinieritas dalam data penelitian tersebut.

Uji Autokorelasi

Guna mengetahui ada tidaknya hubungan antara data yang telah disusun menurut urutan waktu, maka dilakukan uji autokorelasi. Tabel di bawah ini menampilkan hasil uji autokorelasi penelitian ini:

Tabel 5. Uji Autokorelasi
Sumber: (Olah data peneliti, 2024)

Model	Model Summary ^b				
	R	R square	Adjusted R square	Std. Error of the estimate	Durbin-Watson
1	.604 ^a	.365	.314	3.397	2.135

$DU < DW < 4-DU$ merupakan ukuran yang digunakan dalam penelitian ini. Dengan demikian, tampak sebagai berikut:

Nilai DW, DU, dan 4-DU berturut-turut adalah 2,135, 1,7240, dan 2,276.

Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa kondisi terpenuhi dan tidak terjadi autokorelasi dalam penelitian ini jika $DU < DW < 4-DU$ ($1,7240 < 2,135 < 2,276$).

Uji Heteroskedastisitas

Tujuan dari uji heteroskedastisitas adalah untuk menentukan apakah variabel residual model regresi bersifat konstan atau tidak. Tabel di bawah ini menampilkan hasil uji heteroskedastisitas penelitian:

Tabel 6. Uji Heteroskedastisitas
Sumber: (Olah data peneliti, 2024)

Model	Coefficients ^a		
	Coefficients std. error	Standardized coefficients betta	Sig
(Constant)	2.898		.210
Konflik peran ganda	.116	-.261	.527
Beban Kerja	.075	-.086	.538
Dukungan Sosial	.093	-.699	.083
Stres Kerja	.150	.580	.278

Berdasarkan tabel di atas, setiap nilai sig lebih dari 0,05. Oleh karena itu, dapat dikatakan tidak terdapat tanda-tanda heteroskedastisitas pada variabel penelitian.

Uji Hipotesis

Uji Regresi Sederhana

Uji regresi sederhana digunakan untuk mengetahui tingkat korelasi antara variabel independen dan dependen. Hasil uji regresi sederhana ditampilkan dalam tabel di bawah ini:

Tabel 7. Uji regresi sederhana
Sumber: (Olah data peneliti, 2024)

Model	Coefficients ^a		
	Unstandardized B	t	sig
(constant)	32.133	6.736	.001
Konflik peran ganda	.349	1.828	.000
Beban Kerja	.425	3.449	.000
Dukungan Sosial	.235	2.530	.000
Stres Kerja	.532	2.116	.000

Berdasarkan dari tabel di atas, maka dapat diartikan sebagai berikut:

1. Variabel konflik peran ganda memiliki nilai sig $0,000 < 0,05$ dan nilai T hitung $> T$ tabel ($1,828 > 1,675$). Oleh karena itu, perlu dicatat bahwa H_a diterima sedangkan H_0 tidak. Berdasarkan simpulan tersebut, konflik peran ganda memiliki pengaruh yang cukup besar terhadap capaian kinerja guru PJOK SMP di Kabupaten Sleman.
2. Variabel beban kerja dengan nilai sig $0,000 < 0,05$ dan nilai t hitung $> t$ tabel ($3,449 > 1,675$). Oleh karena itu, perlu diperhatikan bahwa H_a diterima sedangkan H_0 tidak. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil kinerja guru PJOK SMP Negeri di Kabupaten Sleman dipengaruhi secara signifikan oleh beban kerja.
3. Variabel dukungan sosial memiliki nilai sig $0,000 < 0,05$ dan nilai T hitung $> T$ tabel ($2,530 > 1,675$). Oleh karena itu, perlu diperhatikan bahwa H_a diterima sedangkan H_0 tidak. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh yang besar terhadap hasil kinerja guru SMP PJOK di Kabupaten Sleman.
4. Variabel stres kerja dengan nilai sig $0,000 < 0,05$ dan nilai t hitung $> t$ tabel ($2,116 > 1,675$). Oleh karena itu, perlu diperhatikan bahwa H_a diterima sedangkan H_0 tidak. Hasil penelitian menunjukkan bahwa stres kerja memiliki pengaruh yang cukup besar terhadap hasil kinerja guru SMP PJOK di Kabupaten Sleman.

Uji Regresi Berganda

Uji regresi berganda digunakan untuk mengetahui sejauh mana dua atau lebih variabel independen memengaruhi variabel dependen. Hasil uji regresi berganda untuk penelitian ini ditampilkan dalam tabel di bawah ini:

Tabel 8. Uji regresi berganda
Sumber: (Olah data peneliti, 2024)

Model	ANOVA ^a		
	Df	F	Sig
Regression	4	7.187	.000 ^b
Residual	50		
Total	54		

Berdasarkan tabel di atas, nilai sig sebesar $0,000 < 0,05$ dan nilai F hitung lebih besar dari F tabel. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini menunjukkan bahwa konflik peran ganda, beban kerja, dukungan sosial, dan stres kerja secara bersama-sama memiliki pengaruh terhadap hasil kinerja guru PJOK SMP di Kabupaten Sleman.

Uji Koefisien Determinasi (R₂)

Uji koefisien determinasi menghasilkan nilai yang menunjukkan seberapa baik variabel independen dapat mendistribusikan dan menjelaskan variabel dependen. Uji koefisien determinasi (R₂) penelitian ini ditampilkan dalam tabel di bawah ini:

Tabel 9. Uji koefisien determinasi

Sumber: (Olah data peneliti, 2024)

Model Summary ^b				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.804 ^a	.865	.914	6.397

Nilai adjusted R square yang menunjukkan nilai R₂ (R kuadrat) sebesar 0,914, dapat dilihat berdasarkan temuan uji statistik. Menurut data ini, konflik peran ganda, beban kerja, dukungan sosial, dan stres kerja mencakup 91,4% faktor yang memengaruhi hasil kinerja guru. Namun, faktor lain yang tidak diteliti secara menyeluruh dalam penelitian ini mencakup perbedaan sebesar 8,6%.

Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data, setiap variabel pada riset ini berpengaruh signifikan terhadap hasil kinerja guru PJOK SMP di Kabupaten Sleman. Sesuai dengan uji ANOVA didapatkan nilai sig sebesar 0,000 (sig < 0,05) dan F hitung sebesar 7.187.

Konflik peran ganda mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap hasil kinerja guru PJOK SMP Kabupaten Sleman. Hal tersebut sejalan dengan hasil pengamatan dan wawancara yang berhasil dilaksanakan pada sebagian guru PJOK SMP di Kabupaten Sleman, menjadi seorang guru akan memikul tanggung jawab yang sangat kompleks, baik tanggung jawab saat berada di ruang kelas, tanggung jawab administratif kepada instansi, tanggung jawab terhadap perkembangan peserta didik, dan tanggung jawab pada saat guru di rumah. Sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh (Xie, 2023) hasil kinerja guru akan sangat dipengaruhi oleh banyaknya tanggung jawab yang dimiliki oleh guru yang akan dirasakan di akhir pekerjaannya.

Beban kerja mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap hasil kinerja guru PJOK SMP Kabupaten Sleman. Sesuai dengan pengamatan dan wawancara yang telah dilakukan dengan beberapa guru PJOK SMP di Kabupaten Sleman. Beban kerja yang harus dituntaskan oleh seorang guru dalam waktu tertentu menjadi tanggung jawabnya. Tanggung jawab mendidik, membentuk karakter, beban administratif, serta pemenuhan kebutuhan seorang guru dengan keluarga. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Nugraheni et al., 2022) semakin tinggi dan banyaknya beban kerja dan tanggung jawab akan mempengaruhi hasil dalam suatu pekerjaan.

Dukungan sosial mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap hasil kinerja guru PJOK SMP Kabupaten Sleman. Hal tersebut sejalan dengan hasil pengamatan serta wawancara kepada beberapa guru PJOK SMP di Kabupaten Sleman. Suatu bentuk dukungan sosial sangat dibutuhkan bagi seorang guru baik dari lingkungan kerja ataupun dari lingkungan keluarga. Dukungan sosial dapat meminimalkan perasaan seorang guru agar terdapat perasaan nyaman, merasa dihargai, diperhatikan, dan terdapat ruang berbagi beban pekerjaan dalam menjalankan tanggung jawabnya (Purwati & Mahfud, 2019). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Fahada, 2024), (Mulyaningsih, 2019) hasil kinerja akan cenderung meningkat dengan adanya dukungan sosial dari orang terdekat karena individu lebih mempunyai rasa nyaman dalam pekerjaannya.

Hasil kinerja guru PJOK SMP di Kabupaten Sleman secara signifikan dipengaruhi oleh stres kerja, berdasarkan hasil observasi dan wawancara oleh beberapa guru PJOK SMP di Kabupaten Sleman, tugas guru sangat berat bukan hanya terkait proses pembelajaran melainkan dituntut membentuk pribadi peserta didik agar lebih baik. Mengesamping prihal tersebut mempunyai peran ganda, konflik dengan rekan kerja, berubahnya kurikulum yang berlaku, tuntutan perangkat ajar guru merupakan faktor yang dapat menyebabkan stres kerja (Mangkunegara & Puspitasari, 2015). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Husnalia et al., 2022) stres dalam pekerjaan menjadi guru akan semakin meningkat jika terus adanya perasaan tertekan hal tersebut akan berpengaruh terhadap hasil kinerja.

SIMPULAN

Semua faktor penelitian memiliki pengaruh yang cukup besar, berdasarkan hasil analisis data yang berhasil dilakukan. Hasil kinerja guru PJOK SMP di Kabupaten Sleman dipengaruhi secara signifikan oleh konflik peran ganda, beban kerja, dukungan sosial, dan stres kerja. Walaupun pada riset ini menghasilkan hasil yang baik, penelitian ini memiliki kekuarangan yaitu instrumen yang digunakan dalam mengukur sejauh mana variabel dependen dan independen berpengaruh menggunakan kuesioner yang bersifat subjektif. Sehingga hasil yang akan diperoleh sangat bergantung pada persepsi setiap individu, yang mungkin tidak sepenuhnya mencerminkan kondisi sebenarnya. Hasil penelitian ini diharap mampu menjadi rujukan guru agar dapat membagi dan memanajemen waktu sebaik mungkin.

DAFTAR PUSTAKA

- Agyapong, B., Obuobi-Donkor, G., Burbach, L., & Wei, Y. (2022). Stress, Burnout, Anxiety and Depression among Teachers: A Scoping Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(17). <https://doi.org/10.3390/ijerph191710706>
- Ahmad Budi Sutrisno, & Yusri, A. Y. (2021). Pengaruh Efikasi Diri, Konsep Diri, Aktivitas Belajar, Kemandirian Belajar Terhadap Hasil Belajar Matematika Mahasiswa. *Indonesian Journal of Learning Education and Counseling*, 3(2), 221–229. <https://doi.org/10.31960/ijolec.v3i2.580>
- Akbar, D. A. (2017). Double Conflict Role for Female Employees and Work Stress. *An Nisa'a: Jurnal Kajian Gender Dan Anak*, 12(1), 33–48. <https://jurnal.radenfatah.ac.id/index.php/annisa/article/view/1464>
- Akilah, F. (2018). Peran Manajemen Sumber Daya Manusia Dalam Lembaga Pendidikan. *Adaara: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 6(1), 518–534. <https://doi.org/10.35673/ajmpi.v6i1.282>
- Arifin, S. (2017). Peran Guru Pendidikan Jasmani Dalam Pembentukan Pendidikan Karakter Peserta Didik. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 16(1). <https://doi.org/10.20527/multilateral.v16i1.3666>
- Darmawa, O. A., & Handoyo, P. (2020). peran ganda buruh perempuan pada keluarga dan pekerjaan (Studi Kasus Di Pabrik PT. Sampoerna TBK). *Jurnal Of Sociological Studies*, 9(1). <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/paradigma/article/view/35180/31297>
- Dawam, M., & Setiawan, I. T. (2022). Analisis Beban Kerja Dan Lingkungan Kerja Mempengaruhi Stres Kerja (Studi Empirik). *Ecobisma (Jurnal Ekonomi, Bisnis Dan Manajemen)*, 9(1), 77–88. <https://doi.org/10.36987/ecobi.v9i1.2134>
- Fahada, D. (2024). Pengaruh Stres, Dukungan Sosial, dan Motivasi terhadap Kinerja Karyawan. *Jurnal Manajemen Pendidikan Dan Ilmu Sosial*, 5(4), 714–720. <https://doi.org/10.38035/jmpis.v5i4.2047>
- Firdaus. (2020). IMPLEMENTASI DAN HAMBATAN PADA PEMBELAJARAN DARING DI MASA PANDEMI COVID 19. *Jurnal Utile*, VI(2), 220–225. <https://doi.org/https://doi.org/10.37150/jut.v6i2.1009>
- Gonçalves, L. L., Parker, M., Luguetti, C., & Carbinatto, M. V. (2022). The facilitator's role in supporting physical education teachers' empowerment in a professional learning community. *Sport, Education and Society*, 27(3), 272–285. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/13573322.2020.1825371>
- Husnalia, S., Hadi, S., & Mufarohah, A. (2022). Pengaruh Lingkungan Kerja Dan Stres Kerja Terhadap Kinerja Guru Pada Madrasah Aliyah Negeri 1 Blitar. *Jurnal Penelitian Manajemen Terapan (PENATARAN)*, 7(1), 86–97. <https://journal.stieken.ac.id/index.php/penataran/article/view/598>
- Mangkunegara, A. A. A. P., & Puspitasari, M. (2015). Kecerdasan Emosi Guru, Stres Kerja, Dan Kinerja Guru Sma. *Jurnal Kependidikan: Penelitian Inovasi Pembelajaran*, 45(2), 144. <https://doi.org/https://doi.org/10.21831/jk.v45i2.7491>
- Maulidah, K., Ali, S., & Pangestuti, D. C. (2022). Pengaruh Beban Kerja dan Kepuasan Kerja terhadap

- Turnover Intention Karyawan RSU “ABC” Jakarta Selatan. *Jurnal Akuntansi, Keuangan, Dan Manajemen*, 3(2), 159–176. <https://doi.org/10.35912/jakman.v3i2.611>
- Mulyaningsih, F. (2019). Pengaruh Pendidikan Jasmani Terhadap Pembentukan Budi Pekerti Universitas Negeri Yogyakarta. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699. https://scholar.google.com/citations?view_op=view_citation&hl=id&user=oC5i6SMAAAAJ&citation_for_view=oC5i6SMAAAAJ:-f6ydRqryjwC
- Mulyaningsih, F. (2008). EFEKTIVITAS PEMBELAJARAN SENAM. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 5(2), 34–37. <https://doi.org/https://doi.org/10.21831/jppi.v5i2.458>
- Ningrum, Y. P., & Suwandi, D. (2023). Pengaruh Lingkungan Keluarga dan Fasilitas Belajar Terhadap Prestasi Belajar Pada Siswa Kelas X SMA Negeri 5 Surakarta. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 9(3), 1894–1903. <https://doi.org/10.58258/jime.v9i3.5754>
- Nugraheni, A. R., Utami, H. N., & Prasetya, A. (2022). Beban Kerja Dan Work Life Balance Terhadap Kinerja Tenaga Pendidik Dengan Motivasi Sebagai Variabel Intervening Pada Yayasan Pendidikan Islam (YAPIS) Cabang Kota Jayapura. *Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia (JPPI)*, 8(4), 1304. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.29210/020221994>
- Purwati, D., & Mahfud, Y. (2019). PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL , KEPERIBADIAN HARDINESS DAN EFIKASI DIRI TERHADAP BURNOUT (STUDI PADA GURU SMP NEGERI 1 SIGALUH BANJARNEGARA). *Journal of Economic, Business and Engineering*, 1(1), 70–77. <https://doi.org/https://doi.org/10.32500/jebe.v1i1.877>
- Rivaldo, Y., Sulaksono, D. H., Pratama, Y., & Supriadi. (2021). Pengaruh Stres Kerja, Komunikasi, Komitmen Organisasi Dan Motivasi Terhadap Kepuasan Kerja Pegawai Damkar Pemko Batam. *Jurnal JUMKA*, 1(1), 40–58. <https://doi.org/https://doi.org/10.36352/jumka.v1i1.149>
- Rohman, H. (2020). Pengaruh Kompetensi Guru Terhadap Kinerja Guru. *Jurnal MADINASIKA Manajemen Dan Kelas*, 1(2), 92–102. <https://ejournalunma.ac.id/index.php/madinasika>
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif* (Setiyawami (ed.)). Alfabeta.
- Sulastri, Fitria, H., & Martha, A. (2020). Kompetensi Profesional Guru dalam Meningkatkan Mutu Pendidikan. *Journal of Education Research*, 1(3), 258–264. <https://doi.org/https://doi.org/10.37985/jer.v1i3.30>
- Syahrizal, H., & Jailani, M. S. (2023). Jenis-Jenis Penelitian Dalam Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif. *Jurnal QOSIM: Jurnal Pendidikan, Sosial & Humaniora*, 1(1), 13–23. <https://doi.org/10.61104/jq.v1i1.49>
- Toisuta, D., & Leokmono, J. . L. (2017). Hubungan Kepuasan Kerja, Stres Guru Dengan Kebahagiaan Guru Pendidikan Agama Sekolah Menengah Di Kota Ambon. *Satya Widya*, 33(1), 11. <https://doi.org/10.24246/j.sw.2017.v33.i1.p11-28>
- Weken, M. E., Mongan, A. E., & Kekenusa, J. S. (2020). Relationship between Workload, Role Conflict, and Social Support with Work Stress on Teachers at Manado 1 State High School During the Covid-19 Pandemic. *Journal of Public Health and Community Medicine*, 1(2020), 80–88. <https://doi.org/https://doi.org/10.35801/ijphcm.1.4.2020.32139>
- Werenfridus, Hartoyo, A., & Basith, A. (2023). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Stres Kerja Pada Guru Sekolah Dasar. *Pendidikan Dasar Indonesia*, 8(2), 47–51. <https://doi.org/https://dx.doi.org/10.26737/jpdi.v8i2.4452>
- Wulandari, J. (2015). Tinjauan tentang konflik peran ganda dan dukungan sosial suami terhadap stres kerja (studi pada dosen perempuan fakultas ilmu sosial dan ilmu politik di Universitas Lampung). *Ecodemica*, 3(1), 417–437. <https://doi.org/https://doi.org/10.31294/jeco.v3i1.79>
- Xie, X. (2023). Sociological Analysis of the Conflict between Work and Family Roles in Dual - employee Families. *Journal of Education and Educational Research*, 6(1), 127–130.

<https://doi.org/https://doi.org/10.54097/jeer.v6i1.14175>