

UPAYA PENURUNAN STRES GURU DENGAN MENINGKATKAN KOMPETENSI DIGITAL DAN MODUL AJAR DI SEKOLAH PENGGERAK

Melda Rumia Rosmery Simorangkir^{1*}, Hendrikus Male², Adisti Ratna Puri³,
Jitu Halomoan Lumbantoruan⁴, Edison Siregar⁵

¹⁻⁵Universitas Kristen Indonesia

Email Korespondensi: meldasimorangkir82@gmail.com

Disubmit: 30 Agustus 2022

Diterima: 30 Januari 2023

Diterbitkan: 01 Februari 2023

Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i2.7652>

ABSTRAK

Guru sebagai tenaga pendidik disekolah diharapkan memiliki kompetensi sesuai dengan Undang-undang No. 14 Tahun 2005 Tentang Guru dan Dosen Pasal 10 pasal 1 mengungkapkan guru harus memiliki kompetensi pedagogik, kompetensi kepribadian, kompetensi sosial, dan kompetensi profesional. Pengabdian kepada masyarakat (PKM) ini dilaksanakan disalah satu sekolah penggerak angkatan pertama di kabupaten Karawang yaitu SMAN 6, PKM dalam bentuk pelatihan tersebut dilakukan dalam bentuk pelatihan yang dilakukan selama 2 hari pada tanggal 13-15 Juli 2022. Pelaksanaan pelatihan guru dimulai dari kebutuhan kepala sekolah SMAN 6 Karawang yang menceritakan terdapat kebingungan tenaga pendidik disekolah tersebut terhadap pengoptimalan teknologi digital dalam kegiatan pembelajaran disekolah secara khusus terhadap penerapan kurikulum merdeka yang telah diadopsi sekolah sejak 2021. Kegiatan PKM yang dilakukan di SMAN 6 Karawang sangat membantu guru memasuki tahun ajaran baru, pengembangan kemampuan guru merupakan salah satu upaya yang dilakukan sekolah terhadap kebutuhan tenaga pendidik disekolah tersebut.

Kata Kunci: Stres, Kompetensi Guru, Sekolah Penggerak

ABSTRACT

Teachers as educators in schools are expected to have competence in accordance with Law no. 14 of 2005 Tebtang Teachers and Lecturers Article 10 article 1 states that teachers must have pedagogic competence, personality competence, social competence, and professional competence. This community service (PKM) was carried out at one of the first generation of schools in Karawang district, namely SMAN 6, PKM in the form of training was carried out in the form of training carried out for 2 days on July 13-15 2022. The implementation of

teacher training started from the needs of the principal. the school of SMAN 6 Karawang which told that there was confusion among the educators at the school regarding optimizing digital technology in learning activities at school in particular to the application of the independent curriculum that the school had adopted since 2021. PKM activities carried out at SMAN 6 Karawang greatly helped teachers enter the new school year, development The ability of teachers is one of the efforts made by schools to meet the needs of educators in the school.

Keywords: *Stress; Teacher Competence; Driving School*

1. PENDAHULUAN

Dalam Undang-undang No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pasal 1 menjelaskan bahwa “Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara”. Untuk dapat menyelenggarakan pendidikan di Indonesia seperti yang dimaksud pada pasal tersebut tentu dibutuhkan kompetensi tenaga pendidik yang memenuhi standart. Pada pasal 6 dijelaskan bahwa “Pendidik adalah tenaga kependidikan yang berkualifikasi sebagai guru, dosen, konselor, pamong belajar, widyaiswara, tutor, instruktur, fasilitator, dan sebutan lain yang sesuai dengan kekhususannya, serta berpartisipasi dalam menyelenggarakan pendidikan”. Guru sebagai tenaga pendidik disekolah diharapkan memiliki kompetensi sesuai dengan Undang-undang No. 14 Tahun 2005 Tebtang Guru dan Dosen Pasal 10 pasal 1 mengungkapkan guru harus memiliki kompetensi pedagogik, kompetensi kepribadian, kompetensi sosial, dan kompetensi profesional. Keempat kompetensi bersifat holistik dan merupakan suatu kesatuan ciri guru profesional. Dalam pelaksanaannya untuk dapat meningkatkan mutu pendidikan diperlukan kesiapan sumber daya manusia dalam melaksanakan proses, hal tersebut akan menentukan tinggi rendahnya mutu yang diperoleh (Amir & Hashim, 2014). Dalam proses belajar mengajar guru harus memiliki emosi yang stabil untuk dapat menghasilkan kegiatan belajar mengajar yang menyenangkan siswa, guru yang mengalami stres tentu akan sangat berdampak dalam mengajar, guru akan bosan dengan metode, kesulitan mengalami penguasaan kelas dan akan sangat berdampak kepada siswa (Gaol, 2021). Pandangan yang sama (Mangkunegara & Puspitasari, 2015) juga mengungkapkan bahwa kecerdasan emosi seorang pendidikan sangat berhubungan erat dengan kemampuan pendidik tersebut dalam pengelolaan didalam kelas dan berhubungan juga dengan kedekatan siswa-siswa di sekolah

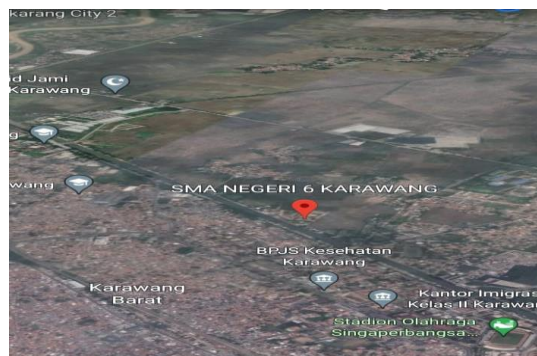
tersebut. Berbagai masalah menjadi penyebab terjadinya stres pada guru ketika mengajar, permasalahan tersebut tidak hanya dialami di sekolah namun juga dapat dipicu dari lingkungan diluar sekolah yang ternyata lebih rumit dan membutuhkan energi yang besar dalam menyelesaikannya (Akbar & Pratasiwi, 2017). Dalam kegiatan belajar mengajar untuk dapat menghasilkan modul ajar yang sesuai dengan kebutuhan implementasi kurikulum merdeka guru harus merasa nyaman dalam membuat modul ajar, walaupun sangat rentan terhadap stres terhadap berbagai tuntutan pekerjaan namun guru sebaiknya tetap merasa nyaman dalam mengerjakan berbagai tugas yang diembannya. Stres merupakan pengalaman emosional yang tidak menyenangkan disertai dengan perasaan cemas, marah, frustrasi seperti yang diungkapkan (Kyriacou, 2001) *“stress is defined as a disagreeable emotional experience accompanied with feelings of anxiety, anger, frustration, and tension, and connected with specific environmental causes”*.

2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Berdasarkan analisis masalah terhadap situasi maka dirumuskan permasalahan antaralain:

- 1) Guru kesulitan untuk mengenal konsep dasar kompetensi digital dalam modul ajar disekolah penggerak?
- 2) Kesulitan tersebut berdampak pada stress guru dan menghambat penyusunan modul ajar disekolah penggerak?

Terhadap permasalahan tersebut maka solusi yang ditawarkan adalah dengan melakukan *in house training* (IHT) yang dilakukan oleh dosen FKIP UKI dalam rangka melaksanakan PKM sebagai bentuk tridharma perguruan tinggi. Kegiatan tersebut dalam bentuk pelatihan yang diberikan guru antaralain dengan mengenal kesulitan terhadap penulisan modul dan beralih dengan menggunakan teknologi yang lebih menarik dan mudah karena teknologi berada disekitar guru.



Gambar 1. Peta Lokasi Mitra

3. KAJIAN PUSTAKA

Stress Guru

Terdapat tujuh kategori penyebab stres yang diidentifikasi oleh lebih dari separuh guru: perilaku siswa yang mengganggu, beban kerja dan tekanan waktu, keragaman siswa dan bekerja untuk menyesuaikan pengajaran dengan kebutuhan siswa, kurangnya otonomi, kurangnya tujuan dan nilai bersama, masalah dan konflik yang berkaitan dengan kerja tim, dan kurangnya status (Skaalvik & Skaalvik, 2015). Dalam pandangan Bandura bahwa orang dengan efikasi diri yang rendah cenderung membesar-besarkan masalah dan ancaman yang mungkin terjadi dan berkuat dengan kekurangan mereka (Bandura, 2006). Dengan demikian, kita dapat melihat bahwa efikasi diri guru juga memiliki hubungan yang erat terhadap stres yang dimiliki guru. Selain itu, efikasi diri juga merupakan konstruk spesifik terhadap situasi dan berfluktuasi terhadap kesulitan tugas yang dirasakan (Skaalvik & Skaalvik, 2016). Guru sangat rentan terhadap stres karena sifat pekerjaan mereka, selain itu baik keadaan internal maupun eksternal terhadap apa yang terjadi di kelas dapat membuat pengajaran dikelas penuh tekanan (Maphalala, 2014). Bila dialami berkepanjangan stres sendiri merupakan bermanifestasi pada guru dan secara signifikan memengaruhi rasa keberuntungan, kepuasan kerja, kelelahan, gesekan, pendekatan pada siswa, dan kesehatan fisik mereka (Haydon, Leko, & Stevens, 2018).

Kompetensi Guru

Kompetensi merupakan kemampuan, kecakapan, keterampilan yang meliputi kecakapan individu dalam menyelesaikan tanggung jawabnya (Ismail, 2010). Meningkatnya kualitas sistem pendidikan sangat dipengaruhi agen pembelajaran yang terdapat disekolah, kompetensi guru diharapkan mengalami peningkatan agar siswa sebagai peserta didik juga semakin meningkat (Pianda, 2018). Dalam prinsip pembelajaran mengotimalkan teknologi informasi dan komunikasi (TIK) perlu dilakukan untuk dapat meningkatkan efisiensi dan keefektifan dalam proses pembelajaran (Permendikbud, 2016). Pandangan tersebut mempertegas bahwa penguasaan terhadap teknologi merupakan kompetensi yang harus dimiliki guru untuk dapat mengoptimalkan kegiatan pembelajaran disekolah. Saat ini guru-guru disekolah juga dihadapkan dengan pengembangan kurikulum 13 menjadi kurikulum merdeka, perubahan terjadi juga pada penamaan RPP atau silabus menjadi modul ajar. Modul ajar yang disusun guru berisi tentang rencana pembelajaran yang berbasis projek yang memanfaatkan digital, tentunya guru sebagai pendidik juga diharapkan mampu mengembangkan kemampuan digitalnya agar pembelajaran berlangsung sesuai dengan perkembangan peserta didik di era saat ini yang didalamnya terdapat capaian pembelajaran (CP), tujuan pembelajaran (TP) dan alur tujuan

pembelajaran (ATP) (Ruspa, Bumbungan, Nur & Parubang, 2022). Pembelajaran digital diharapkan mampu meningkatkan kualitas kegiatan belajar mengajar baik secara virtual maupun tatap muka, disadari dalam kegiatan pembelajaran berbasis digital sangat sangat diperlukan kesiapan baik oleh pendidik maupun peserta didik (Azis, 2019). Berkomunikasi secara luwes dengan memanfaatkan teknologi informasi dan komunikasi tentu akan sangat membantu strategi pembelajaran di era digital saat ini, saat ini pemerintah juga meluncurkan platform merdeka mengajar untuk dapat memaksimalkan kompetensi digital guru yang didalamnya terdapat berbagai referensi bagi pendidik dan peserta didik (Susilawati, Sarifudin & Muslim, 2021). Dalam teori pembelajaran anak-anak disarankan melakukan pembelajaran aktif, menyematkan aktifitas seperti games akan membantu anak membangun pembelajaran dengan teknologi (Riady, 2021). Dalam perkembangan penyelenggaraan pembelajaran di abad 21 kini semakin kompleks, tujuan pendidikan dan keteampilan peserta didik harus tercapai, guru harus terus berinovasi, terampil menggunakan teknologi dan media informasi (Kholid, 2020).

Sekolah Penggerak

Kondisi pandemi pada awal tahun 2020 membawa dampak yang sangat besar pada sektor pendidikan, kondisi ketidakstabilan tersebut masih dirasakan sampai hari ini. Dunia pendidikan secara drastis mengalami perubahan yang sangat pesat, dibutuhkan layanan pendidikan berbasis teknologi tinggi kala itu agar kegiatan pembelajaran siswa bisa dapat tetap berjalan dengan baik walau dengan kondisi semua kegiatan pembelajaran dilakukan dirumah. Kemendikbud ristekdikti kemudian meluncurkan merdeka belajar kampus merdeka, salah satu program yang dapat diikuti sertakan pada tahun 2021 adalah sekolah penggerak. Satuan pendidikan dasar dan menengah yang lolos menjadi sekolah penggerak menjadi pilot proyek pelaksanaan kurikulum prototype yang kemudian menjadi kurikulum merdeka.



Gambar 2. Intervensi Program Sekolah Penggerak
Sumber: <https://sekolah.penggerak.kemdikbud.go.id>

Untuk dapat menjadi sekolah penggerak maka kepala sekolah akan mengikuti serangkaian tes kompetensi diri hingga lolos dan mendapat putusan melalui dirjen GTK kemendikbud ristekdikti, sekolah penggerak sendiri merupakan sekolah yang berfokus pada pengembangan hasil belajar peserta didik secara holistik dengan mewujudkan enam profil pelajar pancasila yang didalam mencakup kompetensi dan karakter yang diawali dengan SDM unggul www.sekolah.penggerak.kemdikbud.go.id. Program sekolah penggerak sendiri memiliki lima intervensi yang saling berhubungan, pada intervensi kelima yaitu digitalitas sekolah yang bertujuan meminimalisir kompleksitas, lebih efisien, inspiratif dan customized. Saat ini diharapkan pendidik sangat akrab dan dekat dengan digitalisasi untuk dapat mengoptimalkan tujuan pembelajaran yang tertuang dalam RPS atau modul ajar guru, hal tersebut untuk dapat membuktikan bahwa guru tidak hanya mengajar diruang segi empat, namun juga dapat bertransformasi pada penyelenggaraan pendidikan berbasis digital. Sekolah penggerak merupakan program yang diluncurkan pemerintah dalam rangka penguatan kapasitas kepala sekolah dan guru untuk dapat mereformasi pendidikan menjadi paradigma baru (Syafi'i, 2022). Dalam pandangannya (Patilima, 2022) "Program Sekolah Penggerak merupakan upaya untuk mewujudkan visi Pendidikan Indonesia dalam mewujudkan Indonesia maju yang berdaulat, mandiri, dan berkepribadian melalui terciptanya Pelajar Pancasila. Program Sekolah Penggerak berfokus pada pengembangan hasil belajar siswa secara holistik yang mencakup kompetensi (literasi dan numerasi) dan karakter, diawali dengan SDM yang unggul (kepala sekolah dan guru)".

4. METODE

Pengabdian kepada masyarakat (PKM) ini dilaksanakan disalah satu sekolah penggerak angkatan pertama di kabupaten Karawang yaitu SMAN 6, PKM dalam bentuk pelatihan tersebut dilakukan dalam bentuk pelatihan yang dilakukan selama 2 hari pada tanggal 13-15 Juli 2022. Pelaksanaan pelatihan guru dimulai dari kebutuhan kepala sekolah SMAN 6 Karawang yang menceritakan terdapat kebingungan tenaga pendidik disekolah tersebut terhadap pengoptimalan tehnologi digital dalam kegiatan pembelajaran disekolah secara khusus terhadap penerapan kurikulum merdeka yang telah diadopsi sekolah sejak 2021. Materi diberikan secara bertahap dimulai dengan melakukan pertanyaan pemantik terhadap era digital saat ini, peserta juga distimulus dengan pertanyaan terbuka tentang seberapa aktif kegiatan keseharian yang melibatkan digital dan kebutuhan peserta terhadap digital. Pertanyaan pembantik sangat membantu untuk melihat antusias peserta terhadap kegiatan yang akan berlangsung.

5. HASIL DAN PEMBAHASAN

SMAN 6 Karawang merupakan sekolah penggerak yang terletak di Kab Karawang Jawa Barat. Kegiatan PKM ini berlangsung sangat baik seluruh warga sekolah SMAN 6 Karawang sangat antusias terhadap kegiatan tersebut, semangat para guru baik komite pembelajaran dan non komite telah melakukan penjadwalan kegiatan sejak bulan Mei 2022. Sebelum kegiatan pengembangan diri tenaga pendidik ini berlangsung kepala sekolah terlebih dahulu melakukan *monev* bersama dengan pengawas terhadap penerapan kurikulum *prototype* yang kini menjadi kurikulum merdeka di sekolah tersebut. Dalam penerapannya sekolah penggerak dalam menyusun modul ajar mengharapkan para tenaga pendidik mampu mengoptimalkan kemampuan digital dengan baik, namun perlu disadari bahwa tidak semua guru mampu menguasai kemampuan digital. Selama masa karantina mandiri saat pandemi berlangsung sejak 16 Maret 2020 dunia pendidikan menuntut para pendidik untuk dapat menerapkan pembelajaran berbasis digital. Mulai pertemuan dalam bentuk daring, berbagai penugasan, rapat dan kegiatan lain dilakukan dalam bentuk daring. Berbagai aplikasi diunduh untuk dapat menerapkan kegiatan pembelajaran yang baik sehingga siswa dan pendidik bisa sama-sama menikmati pembelajaran dengan maksimal.



Gambar 3. Pembukaan Kegiatan IHT

Dalam pengembangan diri tenaga pendidik atau yang biasa disebut *in house training* (IHT) tersebut para peserta menerima 4 materi antarlain:

1. Kurikulum merdeka dan strategi penyiapan IKM
2. Panduan pengembangan kurikulum operasional disatuan pendidikan
3. Memaksimalkan penyusunan modul ajar



Gambar 4. Peserta Kegiatan PKM SMAN 6 Karawang

Kegiatan diawali dengan pertanyaan pemantik untuk mengukur sejauh mana pemahaman tenaga pendidik di SMAN 6 Karawang memahami kurikulum merdeka dan implementasinya dikelas, melalui pertanyaan pemantik didapati hanya para dua orang calon guru penggerak (CGP) yang memahami kurikulum merdeka. Pertanyaan berkembang kepada peranan pendidik dalam mengoptimalkan teknologi dalam pembelajaran, secara serentak guru hanya menggunakan tiga aplikasi yang umum digunakan. Seperti *Google Class Room (GCR)*, *zoom* dan *google search*. Beberapa aplikasi seperti *jamboard*, *mentimeter*, *quizizz*, *google quis*, *google foam*, *google meet* bahkan tidak pernah digunakan. Sementara aplikasi pembelajaran begitu banyak dan dapat digunakan secara maksimal dalam kegiatan pembelajaran dikelas.



Gambar 5. Penyampaian Materi

Tenaga pendidik di SMAN 6 Karawang juga diingatkan kembali pentingnya menanamkan profil pelajar pancasila dalam kegiatan pembelajaran dikelas yang dituangkan dalam modul ajar dan tidak dapat dipisahkan satu dengan yang lain. Keenam dimensi profil pancasila tersebut antarlain:

- 1) Beriman, bertakwa kepada Tuhan yang Maha Esa dan berakhlak mulia;
- 2) Mandiri;
- 3) Bergotong-royong;

- 4) Berkebinekaan global;
- 5) Bernalar kritis;
- 6) Kreatif



Gambar 6. Profil Pelajar Pancasila
Sumber: Dit PSD Kemdikbud

Dalam melaksanakan kegiatan pembelajaran pendidik diharapkan sangat menguasai modul ajar, pada K13 modul ajar sendiri bernama RPS atau RPP. Modul ajar dirancang guru untuk mencapai tujuan dalam pembelajaran dan merancang berbagai kegiatan yang akan berlangsung dalam kelas.



Gambar 7. Kegiatan menyusun Modul Ajar

Pada kegiatan menyusun modul ajar para tenaga pendidik dilatih untuk menyusun sebanyak enam kelompok yang terdiri dari beberapa mapel baik intrakurikuler dan ekstrakurikuler. Setiap kelompok menyusun dan mengembangkan modul ajar sampai kepenilaian. Hasil kerja kelompok dalam menyusun modul ajar diharapkan berbasis teknologi, sehingga dalam modul ajar para guru hanya menyematkan link PPT, sumber bacaan, sumber video, atau link video berbagi praktik baik. Sehingga modul ajar yang dihasilkan lebih berkembang dibandingkan dengan modul ajar sebelumnya, modul ajar hasil kelompok kemudian dipresentasikan dan dibahas bersama-sama.



Gambar 8. Presentasi Kelompok

Dalam presentasi setiap kelompok memaparkan temuan terhadap modul ajar yang dikerjakan sementara kelompok lain menyimak dan menanggapi paparan tiap kelompok. Kegiatan ini berlangsung sangat interaktif terutama saat berbagi video praktik baik, hal ini dikarenakan umumnya setiap guru telah memiliki video rekaman praktik baik namun belum pernah dibagikan kepada rekan sejawat maupun dijadikan sebagai salah satu sumber belajar bagi siswa. Tenaga pendidik sebaiknya menguasai digital dengan baik, penguasaan tersebut bisa dilakukan perlahan dan bertahap. Pendampingan juga perlu dilakukan terhadap tenaga pendidik yang memasuki usia di atas 47 tahun, berbagai hambatan harus dipercahkan bersama dan saling terbuka terhadap hambatan masing-masing guru. Kegiatan PKM ini diharapkan terus berlangsung setidaknya dua kali dalam satu semester agar tenaga pendidik benar-benar menguasai materi yang diberikan, perkembangan kemampuan guru terukur, dan masalah yang dihadapi guru juga berkembang.

6. KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan PKM yang dilakukan di SMAN 6 Karawang sangat membantu guru memasuki tahun ajaran baru, pengembangan kemampuan guru merupakan salah satu upaya yang dilakukan sekolah terhadap kebutuhan tenaga pendidik disekolah tersebut dalam rangka meminimal stres guru terhadap pembuatan modul ajar. Mengingat kegiatan PKM ini sangat membantu guru dalam menghadapi kesulitan yang dihadapi, diharapkan kegiatan ini bisa terus berlangsung agar guru-guru dan sekolah memiliki pandangan yang lebih luas terhadap pembuatan modul ajar yang berbasis digital dan perkembangan kurikulum kedepannya. Untuk kegiatan PKM selanjutnya diharapkan mampu melibatkan pengawas sekolah dan orangtua, para guru diberikan kesempatan untuk berdiskusi secara terbuka bersama dengan orangtua dan pengawas terhadap stress yang dihadapi. Kegiatan PKM dapat memberikan seminar atau workshop yang melibatkan seluruh elemen sekolah, agar kolaborasi penerapan IKM bisa terlaksana dengan baik.

Ucapan Terimakasih

Ucapan terimakasih yang begitu besar kepada Tuhan YME atas terlaksananya kegiatan PKM UKI walau dalam masa transisi endemi Covid-19. Terimakasih yang sangat besar juga diberikan kepada Kepala sekolah yang telah memberikan kesempatan bagi dosen UKI melangsungkan kegiatan PKM, kepada tenaga pendidik dan tendik SMAN 6 Karawang yang telah memberikan waktunya untuk dapat mengikuti kegiatan ini sampai selesai. Ucapan terimakasih juga diberikan kepada LPPM UKI atas dukungan yang begitu besar sehingga kegiatan PKM ini berlangsung dengan baik. Tenaga pendidik sebaiknya menguasai digital dengan baik, penguasaan tersebut bisa dilakukan perlahan dan bertahap. Pendampingan juga perlu dilakukan terhadap tenaga pendidik yang memasuki usia diatas 47 tahun, berbagai hambatan harus dipercahkan bersama dan saling terbuka terhadap hambatan masing-masing guru. Kegiatan PKM ini diharapkan terus berlangsung setidaknya dua kali dalam satu semester agar tenaga pendidik benar-benar menguasai materi yang diberikan, perkembangan kemampuan guru terukur, dan masalah yang dihadapi guru juga berkembang.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, Z., & Prataswi, R. (2017). Resiliensi diri dan stres kerja pada guru sekolah dasar. *JPPP-Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi*, 6(2), 106-112.
- Amir, A., & Hashim, Z. B. (2014). Pengaruh Kompetensi Guru terhadap Kepuasan Kerja Guru SMA Negeri Pariaman. *Jurnal Kebijakan dan Pengembangan Pendidikan*, 2(2).
- Azis, T. N. (2019, December). Strategi pembelajaran era digital. *In The Annual Conference on Islamic Education and Social Science* (Vol. 1, No. 2, pp. 308-318).
- Bandura, A. (2006). *Adolescent development from an agentic perspective. Self-efficacy beliefs of adolescents*, 5(1-43).
- Gaol, N. T. L. (2021). Faktor-Faktor Penyebab Guru Mengalami Stres di Sekolah. *Educational Guidance and Counseling Development Journal*, 4(1), 17-28.
- Ismail, M. I. (2010). Kinerja dan kompetensi guru dalam pembelajaran. *Lentera Pendidikan: Jurnal Ilmu Tarbiyah dan Keguruan*, 13(1), 44-63.
- Haydon, T., Leko, M. M., & Stevens, D. (2018). *Teacher Stress: Sources, Effects, and Protective Factors. Journal of Special Education Leadership*, 31(2).
- Kholid, K. (2020). Pentingnya Literasi Digital bagi Guru pada Lembaga Pendidikan Tingkat Dasar dan Implikasinya terhadap Penyelenggaraan Kegiatan Belajar Mengajar. *Jurnal Horizon Pedagogia*, 1(1).

- Kyriacou, C. (2001). *Teacher stress: Directions for future research. Educational review*, 53(1), 27-35.
- Mangkunegara, A. A. P., & Puspitasari, M. (2015). Kecerdasan emosi guru, stres kerja, dan kinerja guru SMA. *Jurnal Kependidikan: Penelitian Inovasi Pembelajaran*, 45(2).
- Maphalala, M. C. (2014). *The manifestation of occupational stress in the teaching profession: The unheeded voices of teachers. Mediterranean Journal of Social Sciences*, 5(1), 77.
- Permendikbud. (2016). Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 22 Tahun 2016 tentang Standar Proses Pendidikan Dasar dan Menengah
- Patilima, S. (2022, January). Sekolah Penggerak sebagai upaya peningkatan kualitas pendidikan. In *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Dasar*.
- Pianda, D. (2018). *Kinerja guru: kompetensi guru, motivasi kerja dan kepemimpinan kepala sekolah*. CV Jejak (Jejak Publisher).
- Riady, A. (2021). Pendidikan Berkualitas di Era Digital:(Fokus: Aplikasi Sebagai Media Pembelajaran). *Jurnal Literasi Digital*, 1(2), 70-80.
- Ruspa, A. R., Bumbungan, B., Nur, H., & Parubang, D. (2022). Bimbingan Teknis Pemahaman CP, Penyusunan TP/ATP, dan Modul Ajar di SD Negeri 7 Ponjalae Palopo. *Abdimas Langkanae*, 2(2), 140-149.
- Skaalvik, E. M., & Skaalvik, S. (2015). *Job Satisfaction, Stress and Coping Strategies in the Teaching Profession-What Do Teachers Say?. International education studies*, 8(3), 181-192.
- Skaalvik, E. M., & Skaalvik, S. (2016). *Teacher stress and teacher self-efficacy as predictors of engagement, emotional exhaustion, and motivation to leave the teaching profession. Creative Education*, 7(13), 1785.
- Susilawati, E., Sarifudin, S., & Muslim, S. (2021). Internalisasi Nilai Pancasila Dalam Pembelajaran Melalui Penerapan Profil Pelajar Pancasila Berbantuan Platform Merdeka Mengajar. *Jurnal Teknodik*, 155-167.
- Syafi'i, F. F. (2022, January). Merdeka belajar: sekolah penggerak. In *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Dasar*.
- <https://sekolah.penggerak.kemdikbud.go.id/wp-content/uploads/2021/02/Paran-Program-Sekolah-Penggerak.pdf>
- <http://ditpsd.kemdikbud.go.id/hal/profil-pelajar-pancasila>