

Pengaruh Beban Administrasi Guru dan Kesejahteraan Guru terhadap Efektivitas Pengajaran dalam Implementasi Kebijakan Merdeka Belajar

Ita Septia Indrawati ¹, Gariato ², Marzuki Noor ³

^{1, 2, 3} Universitas Muhammadiyah Metro, Indonesia

* ita.septia.indrawati1993@gmail.com

Abstrak

Latar belakang penelitian ini didasari oleh pentingnya peran guru dalam menjaga kualitas pengajaran di tengah tuntutan administrasi pembelajaran dan kebutuhan kesejahteraan profesional. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh beban administrasi guru dan kesejahteraan guru terhadap efektivitas pengajaran pada implementasi kebijakan Merdeka Belajar di Sekolah Dasar Kecamatan Gedung Meneng, Kabupaten Tulang Bawang. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan analisis regresi linear berganda. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan dianalisis menggunakan aplikasi JASP melalui uji parsial, uji simultan, dan koefisien determinasi. Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa rata-rata skor beban administrasi guru sebesar 55,84, kesejahteraan guru sebesar 47,40, dan efektivitas pengajaran sebesar 91,78. Hasil regresi menunjukkan bahwa beban administrasi guru berpengaruh positif dan signifikan terhadap efektivitas pengajaran dengan koefisien regresi $B = 0,200$, $t = 2,191$, dan $p = 0,033$. Kesejahteraan guru juga berpengaruh positif dan signifikan terhadap efektivitas pengajaran dengan koefisien regresi $B = 0,401$, $t = 2,615$, dan $p = 0,012$. Secara simultan, beban administrasi guru dan kesejahteraan guru berpengaruh signifikan terhadap efektivitas pengajaran dengan nilai $F = 6,017$ dan $p = 0,005$. Nilai $R^2 = 0,204$ menunjukkan bahwa kedua variabel menjelaskan 20,4% variasi efektivitas pengajaran, sedangkan 79,6% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar model penelitian. Dengan demikian, meskipun kedua variabel berpengaruh signifikan, kontribusinya masih terbatas. Temuan ini menegaskan pentingnya pengelolaan administrasi yang efektif dan peningkatan kesejahteraan guru untuk mendukung kualitas pengajaran.

Keywords: *Beban Administrasi, Efektivitas Pengajaran, Kesejahteraan Guru, Merdeka Belajar*

Pendahuluan

Era Merdeka Belajar membawa perubahan penting dalam penyelenggaraan pendidikan dasar karena guru tidak lagi hanya diposisikan sebagai penyampai materi, tetapi juga sebagai perancang, pelaksana, penilai, sekaligus reflektor proses pembelajaran. Perubahan ini menuntut guru memiliki kemampuan pedagogik, adaptasi kurikulum, literasi digital, serta keterampilan manajerial dalam mengelola perangkat pembelajaran dan administrasi sekolah. Dalam konteks tersebut, efektivitas pengajaran menjadi aspek penting yang perlu diperhatikan karena keberhasilan pembelajaran tidak hanya ditentukan oleh penguasaan materi, tetapi juga oleh kesiapan guru dalam merancang pembelajaran, mengelola kelas, melaksanakan evaluasi, serta memastikan tercapainya tujuan pembelajaran secara optimal. Kurikulum Merdeka memberikan ruang bagi guru untuk mengembangkan pembelajaran yang lebih fleksibel dan kontekstual, namun pada saat yang sama menuntut guru untuk mampu mengelola berbagai bentuk perencanaan, asesmen, dokumentasi, dan pelaporan pembelajaran secara lebih sistematis (Kemendikdasmen, 2026; Jumarniati & Fitriani, 2023).

Guru sekolah dasar memiliki peran yang sangat kompleks karena harus membimbing peserta didik pada tahap awal pembentukan kemampuan akademik, sosial, dan karakter. Pada jenjang sekolah dasar, guru tidak hanya bertanggung jawab mengajar beberapa materi pelajaran, tetapi juga mengelola perkembangan peserta didik secara menyeluruh melalui pembiasaan, pendampingan, komunikasi dengan orang tua, serta pengelolaan dokumen akademik. Kompleksitas peran tersebut semakin meningkat seiring dengan adanya tuntutan administrasi pembelajaran seperti penyusunan modul ajar, perangkat asesmen, laporan hasil belajar, dokumentasi kegiatan, serta berbagai pelaporan yang berkaitan dengan implementasi kurikulum. Apabila tugas administratif tidak dikelola secara efektif, maka waktu, energi, dan konsentrasi guru yang seharusnya digunakan untuk mempersiapkan pembelajaran dapat berkurang, sehingga berpotensi mempengaruhi kualitas interaksi guru dengan peserta didik di kelas (Kim, 2019; Norman, 2024).

Beban administrasi guru pada dasarnya tidak selalu bermakna negatif karena administrasi pembelajaran juga berfungsi sebagai instrumen perencanaan, pengendalian, dan evaluasi proses pendidikan. Administrasi yang tertata dapat membantu guru menyusun tujuan pembelajaran, memilih strategi yang sesuai, melakukan evaluasi yang terukur, serta mendokumentasikan perkembangan peserta didik secara berkelanjutan. Namun, administrasi dapat menjadi masalah apabila jumlah pekerjaan terlalu banyak, bentuk pelaporan berulang, atau sistem pengelolaannya kurang efisien. Dengan demikian, persoalan utama bukan hanya terletak pada ada atau tidaknya administrasi, tetapi pada bagaimana administrasi tersebut dikelola agar mendukung tugas pedagogik guru, bukan justru mengurangi fokus guru dalam mengajar. Penelitian Kim menunjukkan bahwa beban administrasi yang tinggi dapat mengurangi kesempatan guru untuk melakukan persiapan pembelajaran dan memberikan umpan balik kepada peserta didik (Kim, 2019).

Selain beban administrasi, kesejahteraan guru juga menjadi faktor penting yang mempengaruhi efektivitas pengajaran. Kesejahteraan guru tidak hanya terbatas pada aspek ekonomi, seperti gaji dan tunjangan, tetapi juga mencakup kesejahteraan psikologis, sosial, profesional, serta dukungan lingkungan kerja. Guru yang memiliki kesejahteraan baik cenderung memiliki motivasi kerja yang lebih tinggi, emosi kerja yang lebih stabil, kepuasan terhadap profesi, serta kesiapan untuk mengembangkan pembelajaran yang kreatif dan adaptif. Sebaliknya, rendahnya kesejahteraan guru dapat menimbulkan stres, kelelahan kerja, penurunan motivasi, dan berkurangnya kualitas layanan pembelajaran kepada peserta didik. Kesejahteraan guru juga berhubungan dengan efektivitas sekolah, kinerja profesional, dan keberlanjutan mutu pembelajaran, sehingga menjadi isu penting dalam manajemen pendidikan dasar (Dreer, 2023; Kurrle & Warwas, 2025; Siswanto et al., 2025).

Konteks pembelajaran abad ke-21, kesejahteraan profesional guru juga berkaitan dengan dukungan pengembangan kompetensi, terutama dalam pemanfaatan teknologi pembelajaran. Guru yang memperoleh pelatihan, pendampingan, dan akses terhadap media pembelajaran digital akan lebih mudah menyiapkan materi, melaksanakan evaluasi, dan mengelola administrasi pembelajaran secara efisien. Penelitian pada Jurnal Literasi Digital menunjukkan bahwa pemanfaatan media pembelajaran digital dan evaluasi berbasis teknologi dapat membantu guru dalam menciptakan pembelajaran yang lebih menarik, terukur, dan sesuai dengan kebutuhan peserta didik. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan teknologi dapat menjadi salah satu solusi untuk mengurangi tekanan kerja guru, sekaligus meningkatkan efektivitas pengajaran di sekolah dasar (Fikriansyah et al., 2023; Muhammadi et al., 2026).

Pengembangan profesional guru menjadi semakin penting karena keberhasilan Merdeka Belajar sangat bergantung pada kemampuan guru dalam menerjemahkan kebijakan kurikulum ke dalam praktik pembelajaran yang nyata. Guru perlu memiliki kemampuan menyusun pembelajaran kontekstual, menggunakan media yang inovatif, melakukan asesmen formatif, serta menyesuaikan strategi pembelajaran dengan karakteristik peserta didik. Pelatihan dan pendampingan guru terbukti dapat meningkatkan kesiapan guru dalam menerapkan pembelajaran yang inovatif, termasuk melalui penggunaan media edutainment dan penguatan numerasi berbasis konteks lokal. Temuan pada Jurnal IPMAS menunjukkan bahwa program pengembangan profesional bagi guru sekolah dasar mampu mendorong peningkatan kompetensi guru dalam merancang pembelajaran yang lebih menarik, relevan, dan mendukung implementasi Kurikulum Merdeka (Abdillah & Rahayu, 2023; Jusniani et al., 2025).

Efektivitas pengajaran merupakan indikator penting dalam menilai keberhasilan tugas profesional guru. Pengajaran yang efektif ditandai dengan kemampuan guru merencanakan pembelajaran, melaksanakan kegiatan pembelajaran secara sistematis, mengelola kelas, melakukan evaluasi, serta membantu peserta didik mencapai tujuan pembelajaran. Efektivitas pengajaran juga berkaitan dengan kemampuan guru menciptakan suasana belajar yang aktif, komunikatif, dan bermakna. Dalam praktiknya, efektivitas pengajaran tidak berdiri sendiri, melainkan dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik yang berasal dari diri guru maupun lingkungan sekolah. Beban administrasi yang terkelola dengan baik dapat membantu guru bekerja secara lebih terstruktur, sedangkan kesejahteraan guru yang memadai dapat meningkatkan motivasi dan kualitas pelaksanaan pembelajaran (OECD, 2025; Siswanto et al., 2025).

Beberapa penelitian terdahulu telah membahas hubungan antara beban kerja, kesejahteraan guru, dan kualitas pembelajaran. Namun, sebagian besar penelitian masih menempatkan beban administrasi sebagai faktor penghambat secara umum, tanpa melihat bagaimana pengelolaan administrasi dapat berkontribusi terhadap efektivitas pengajaran. Selain itu, kajian mengenai kesejahteraan guru sering kali lebih banyak dilakukan pada jenjang pendidikan menengah atau dalam konteks organisasi sekolah secara luas. Kajian yang secara khusus menganalisis pengaruh beban administrasi guru dan kesejahteraan guru terhadap efektivitas pengajaran pada jenjang sekolah dasar, khususnya di Kecamatan Gedung Meneng Kabupaten Tulang Bawang, masih terbatas. Keterbatasan kajian ini menjadi celah penelitian yang penting untuk diteliti agar diperoleh gambaran empiris mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi efektivitas pengajaran guru sekolah dasar pada konteks lokal.

Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian ini penting dilakukan untuk menganalisis pengaruh beban administrasi guru dan kesejahteraan guru terhadap efektivitas pengajaran. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain explanatory research karena bertujuan menjelaskan hubungan antar variabel melalui pengujian hipotesis. Variabel beban administrasi guru mencakup perencanaan administrasi pembelajaran, penyusunan perangkat pembelajaran, pengelolaan dokumen akademik, pelaporan hasil belajar, dan pelaksanaan tugas administrasi sekolah. Variabel kesejahteraan guru mencakup kesejahteraan ekonomi, sosial, psikologis, pengembangan profesional, dan dukungan lingkungan kerja. Sementara itu, efektivitas pengajaran mencakup perencanaan pembelajaran, pelaksanaan pembelajaran, pengelolaan kelas, evaluasi pembelajaran, dan pencapaian tujuan pembelajaran.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis dan praktis dalam pengembangan manajemen pendidikan dasar. Secara teoritis, penelitian ini memperkaya kajian mengenai hubungan antara beban administrasi, kesejahteraan guru, dan efektivitas pengajaran. Secara praktis, hasil penelitian dapat menjadi dasar bagi kepala sekolah, pengawas, dan

pemangku kebijakan pendidikan untuk merancang strategi pengelolaan administrasi yang lebih efisien serta meningkatkan kesejahteraan guru secara berkelanjutan. Dengan demikian, upaya peningkatan kualitas pengajaran tidak hanya diarahkan pada peningkatan kompetensi pedagogik guru, tetapi juga pada penciptaan sistem kerja yang mendukung, manusiawi, dan seimbang antara tuntutan administrasi dan kebutuhan pembelajaran. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh beban administrasi guru dan kesejahteraan guru, baik secara parsial maupun simultan, terhadap efektivitas pengajaran guru sekolah dasar di Kecamatan Gedung Meneng Kabupaten Tulang Bawang.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian explanatory research. Pendekatan kuantitatif dipilih karena penelitian bertujuan menguji pengaruh dua variabel bebas, yaitu Beban Administrasi Guru (X_1) dan Kesejahteraan Guru (X_2), terhadap satu variabel terikat, yaitu Efektivitas Pengajaran (Y). Desain explanatory digunakan untuk menjelaskan hubungan antar variabel melalui pengujian hipotesis yang telah dirumuskan sebelumnya. Dalam penelitian ini tidak diberikan perlakuan khusus kepada responden, melainkan dilakukan pengukuran terhadap persepsi guru mengenai beban administrasi yang dijalankan, tingkat kesejahteraan yang dirasakan, serta efektivitas pengajaran yang dilaksanakan dalam kegiatan pembelajaran sehari-hari.

Metode pengumpulan data menggunakan survei dengan instrumen angket tertutup berbasis skala Likert lima tingkat, yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Ragu-ragu (R), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Survei dipilih karena mampu mengumpulkan data secara efisien dari sejumlah responden yang tersebar pada beberapa sekolah dasar di Kecamatan Gedung Meneng, Kabupaten Tulang Bawang.

Instrumen penelitian disusun berdasarkan indikator operasional masing-masing variabel. Variabel Beban Administrasi Guru diukur melalui indikator perencanaan administrasi pembelajaran, penyusunan perangkat pembelajaran, pengelolaan dokumen akademik, pelaporan hasil belajar peserta didik, dan pelaksanaan tugas administrasi sekolah. Variabel Kesejahteraan Guru diukur melalui indikator kesejahteraan ekonomi, kesejahteraan sosial, kesejahteraan psikologis, pengembangan profesional, serta dukungan lingkungan kerja. Sementara itu, variabel Efektivitas Pengajaran diukur melalui indikator perencanaan pembelajaran, pelaksanaan pembelajaran, pengelolaan kelas, evaluasi pembelajaran, dan pencapaian tujuan pembelajaran. Sebelum digunakan dalam penelitian, instrumen terlebih dahulu diuji validitas dan reliabilitasnya. Uji validitas dilakukan menggunakan korelasi *Product Moment Pearson* untuk memastikan setiap butir pernyataan mampu mengukur konstruk yang dimaksud. Uji reliabilitas dilakukan menggunakan koefisien Cronbach's Alpha untuk mengetahui tingkat konsistensi instrumen. Instrumen dinyatakan layak digunakan apabila memenuhi kriteria valid dan reliabel.

Teknik analisis data meliputi statistik deskriptif, uji asumsi klasik, analisis regresi linear berganda, uji parsial (uji t), uji simultan (uji F), dan koefisien determinasi (R^2). Statistik deskriptif digunakan untuk menggambarkan kondisi masing-masing variabel penelitian berdasarkan nilai rata-rata, standar deviasi, nilai minimum, dan nilai maksimum. Uji asumsi klasik yang dilakukan meliputi uji normalitas, multikolinearitas, dan heteroskedastisitas untuk memastikan model regresi memenuhi persyaratan analisis. Regresi linear berganda digunakan untuk menguji pengaruh Beban Administrasi Guru dan Kesejahteraan Guru terhadap Efektivitas Pengajaran. Uji t digunakan untuk mengetahui pengaruh masing-masing variabel independen secara parsial, sedangkan uji F digunakan untuk mengetahui pengaruh kedua variabel independen secara

simultan. Koefisien determinasi digunakan untuk mengetahui besarnya kontribusi variabel bebas dalam menjelaskan variasi variabel terikat.

Seluruh proses analisis data dilakukan menggunakan aplikasi JASP. Penggunaan perangkat lunak statistik bertujuan untuk meningkatkan akurasi perhitungan dan meminimalkan kesalahan dalam pengolahan data. Keputusan pengujian hipotesis ditentukan berdasarkan tingkat signifikansi sebesar 0,05. Apabila nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 maka hipotesis diterima, sedangkan apabila nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 maka hipotesis ditolak.

Tabel 1. Operasionalisasi variabel penelitian

Variabel	Indikator Operasional	Arah Pengukuran
Beban Administrasi Guru (X_1)	Perencanaan administrasi pembelajaran, penyusunan perangkat pembelajaran, pengelolaan dokumen akademik, pelaporan hasil belajar, dan tugas administrasi sekolah	Semakin tinggi skor menunjukkan semakin baik pengelolaan administrasi guru dalam mendukung pelaksanaan tugas pembelajaran
Kesejahteraan Guru (X_2)	Kesejahteraan ekonomi, kesejahteraan sosial, kesejahteraan psikologis, pengembangan profesional, dan dukungan lingkungan kerja	Semakin tinggi skor menunjukkan semakin baik tingkat kesejahteraan guru dalam mendukung pelaksanaan tugas profesional
Efektivitas Pengajaran (Y)	Perencanaan pembelajaran, pelaksanaan pembelajaran, pengelolaan kelas, evaluasi pembelajaran, dan pencapaian tujuan pembelajaran	Semakin tinggi skor menunjukkan semakin efektif proses pembelajaran yang dilaksanakan guru

Tabel 1 menunjukkan bahwa setiap variabel penelitian telah diterjemahkan ke dalam indikator-indikator yang dapat diamati dan diukur melalui instrumen angket. Operasionalisasi variabel dilakukan untuk memastikan bahwa konsep-konsep penelitian yang bersifat abstrak dapat diukur secara empiris melalui persepsi responden. Dengan demikian, data yang diperoleh mampu memberikan gambaran yang lebih objektif mengenai kondisi beban administrasi guru, kesejahteraan guru, dan efektivitas pengajaran pada Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Gedung Meneng Kabupaten Tulang Bawang.

Hasil

Analisis statistik deskriptif dilakukan untuk memberikan gambaran umum mengenai kondisi beban administrasi guru, kesejahteraan guru, dan efektivitas pengajaran pada Sekolah Dasar di Kecamatan Gedung Meneng Kabupaten Tulang Bawang. Hasil analisis deskriptif disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Statistik deskriptif variabel penelitian

Variabel	Median	Mean	Std. Dev	Minimum	Maximum
X1 Beban Administrasi Guru	55.50	55.84	7.83	41	73
X2 Kesejahteraan Guru	47.00	47.40	4.66	33	57
Y Efektivitas Pengajaran	92.00	91.78	5.49	80	100

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa rata-rata skor beban administrasi guru sebesar 55,84 dengan standar deviasi 8,12. Hasil tersebut menunjukkan bahwa tingkat beban administrasi guru berada pada kategori sedang hingga tinggi. Variabel kesejahteraan guru memiliki rata-rata sebesar 47,40 dengan standar deviasi 6,35 yang menunjukkan bahwa tingkat kesejahteraan guru tergolong baik. Sementara itu, efektivitas pengajaran memperoleh nilai rata-rata sebesar 91,78 dengan standar deviasi 5,22 yang menunjukkan bahwa proses pembelajaran yang dilaksanakan guru berada pada kategori sangat baik. Uji multikolinearitas dilakukan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan yang tinggi antar variabel independen dalam model regresi. Pengujian dilakukan menggunakan nilai *Variance Inflation Factor* (VIF) dan *Tolerance*.

Tabel 3. Hasil uji multikolinearitas

Variabel	VIF	Toleransi
Beban Administrasi Guru (X_1)	2.981	0,335
Kesejahteraan Guru (X_2)	2.981	0,335

Berdasarkan Tabel 3, nilai *Variance Inflation Factor* (VIF) pada variabel Beban Administrasi Guru (X_1) dan Kesejahteraan Guru (X_2) masing-masing sebesar 2,981, sedangkan nilai toleransi sebesar 0,335. Nilai VIF yang berada di bawah 10 dan nilai toleransi yang lebih besar dari 0,10 menunjukkan bahwa tidak terjadi gejala multikolinearitas dalam model regresi. Dengan demikian, kedua variabel independen layak digunakan dalam analisis regresi linier berganda karena tidak terdapat korelasi yang tinggi antar variabel bebas.

Uji heteroskedastisitas dilakukan menggunakan grafik scatterplot antara residu dan nilai prediksi. Hasil pengujian menunjukkan bahwa titik-titik residu menyebar secara acak di sekitar garis nol dan tidak membentuk pola tertentu. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa varians residual bersifat konstan sehingga model regresi tidak mengalami gejala heteroskedastisitas. Dengan demikian diasumsikan homoskedastisitas telah terpenuhi dan model regresi layak digunakan dalam Analisis regresi linier berganda digunakan untuk mengetahui pengaruh beban administrasi guru dan kesejahteraan guru terhadap efektivitas pengajaran.

Tabel 4. Model summary

Model	R	R ²	Adjusted R ²	F (p-value)
M1	0.451	0.204	0.170	6.017 (0.005)

Berdasarkan Tabel 4 diperoleh nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0,451 yang menunjukkan hubungan positif antara variabel beban administrasi guru dan kesejahteraan guru dengan efektivitas mengajar. Nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,204 menunjukkan bahwa 20,4% variasi efektivitas pengajaran dapat dijelaskan oleh beban administrasi guru dan kesejahteraan

Tabel 5. Koefisien regresi linier berganda

Variabel	B	Standar Error	t	p
Intercept	61.59	8.772	7.021	<0.001
Beban Administrasi Guru (X_1)	0.200	0.091	2.191	0.033
Kesejahteraan Guru (X_2)	0.401	0.154	2.615	0.012

Berdasarkan Tabel 5 hasil analisis regresi linear berganda menunjukkan pengaruh beban administrasi guru (X_1) dan kesejahteraan guru (X_2) terhadap efektivitas pengajaran. Dari tabel, diperoleh konstanta (intercept) sebesar 61,59 dengan nilai $t = 7,021$ dan $p < 0,001$, yang menunjukkan bahwa nilai dasar efektivitas pengajaran ketika kedua variabel independen bernilai nol adalah signifikan.

Secara parsial, beban administrasi guru (X_1) memiliki koefisien regresi sebesar 0,200 dengan $t = 2,191$ dan $p = 0,033$. Hal ini menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu satuan pada beban administrasi guru akan meningkatkan efektivitas pengajaran sebesar 0,200 satuan, dan pengaruh ini signifikan pada taraf $\alpha = 0,05$. Sementara itu, kesejahteraan guru (X_2) memiliki koefisien regresi sebesar 0,401 dengan $t = 2,615$ dan $p = 0,012$. Artinya, setiap peningkatan satu satuan pada kesejahteraan guru akan meningkatkan efektivitas pengajaran sebesar 0,401 satuan. Nilai $p < 0,05$ menunjukkan bahwa pengaruh kesejahteraan guru terhadap efektivitas pengajaran signifikan secara statistik.

Berdasarkan hasil ini, dapat disimpulkan bahwa kedua variabel independen berpengaruh positif dan signifikan terhadap efektivitas pengajaran. Namun, pengaruh kesejahteraan guru lebih dominan dibandingkan beban administrasi guru, menunjukkan bahwa peningkatan

kesejahteraan guru memiliki kontribusi lebih besar dalam mendukung efektivitas pengajaran di sekolah dasar. Uji parsial digunakan untuk mengetahui pengaruh masing-masing variabel independen terhadap efektivitas pengajaran.

Tabel 6. Hasil uji parsial (uji t)

Variabel	t _{hitung}	Sig.	Keterangan
Beban Administrasi Guru (X ₁)	2,191	0,033	Signifikan
Kesejahteraan Guru (X ₂)	2,615	0,012	Signifikan

Berdasarkan tabel 6 diketahui bahwa variabel beban administrasi guru memperoleh nilai signifikansi sebesar $0,033 < 0,05$ sehingga berpengaruh signifikan terhadap efektivitas pengajaran. Variabel kesejahteraan guru memperoleh nilai signifikansi sebesar $0,012 < 0,05$ sehingga juga berpengaruh signifikan terhadap efektivitas pengajaran. Dengan demikian, hipotesis pertama dan hipotesis kedua dalam penelitian ini diterima.

Tabel 7. Hasil uji simultan (uji f)

Model	F _{hitung}	Sig.	Keterangan
Regresi	6,017	0,005	Signifikan

Berdasarkan Tabel 7 hasil uji simultan diperoleh nilai F_{hitung} sebesar 6,017 dengan nilai signifikansi sebesar 0,005. Nilai tersebut lebih kecil dari 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa beban administrasi guru dan kesejahteraan guru secara bersama-sama berpengaruh signifikan terhadap efektivitas pengajaran. Dengan demikian hipotesis dalam penelitian ketiga ini diterima.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa beban administrasi guru (X₁) memiliki pengaruh positif terhadap efektivitas pengajaran, meskipun besarnya pengaruh secara parsial relatif lebih kecil dibandingkan dengan kesejahteraan guru (X₂). Temuan ini mengindikasikan bahwa pengelolaan tugas administrasi masih menjadi salah satu faktor yang berkontribusi terhadap keberhasilan proses pembelajaran di sekolah dasar. Dalam kerangka *job demands-resources*, beban kerja dapat berpengaruh terhadap kinerja apabila diimbangi dengan sumber daya kerja, dukungan organisasi, dan kemampuan adaptasi yang memadai (Bakker & Demerouti, 2017). Namun demikian, pengaruh yang tidak terlalu besar menunjukkan bahwa keberadaan beban administrasi tidak secara langsung menentukan efektivitas pengajaran apabila tidak didukung oleh faktor-faktor lain yang lebih dominan. Dengan kata lain, guru tetap dapat melaksanakan pembelajaran secara efektif meskipun memiliki tanggung jawab administratif yang cukup tinggi, selama terdapat sistem kerja yang jelas, dukungan dari pihak sekolah, serta pembagian tugas yang proporsional (Prihatien et al., 2023; Lubis et al., 2025).

Dalam konteks pendidikan dasar, tugas administrasi merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari profesi guru. Guru tidak hanya bertanggung jawab dalam menyampaikan materi pembelajaran, tetapi juga harus menyusun perangkat pembelajaran, mengelola penilaian, membuat laporan perkembangan peserta didik, menyusun dokumen kurikulum, serta melaksanakan berbagai bentuk pelaporan kepada sekolah maupun dinas pendidikan. Ketentuan mengenai beban kerja guru juga menunjukkan bahwa tugas guru mencakup perencanaan, pelaksanaan, penilaian, pembimbingan, serta tugas tambahan yang melekat pada fungsi profesionalnya (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, 2018). Aktivitas tersebut pada dasarnya bertujuan untuk menjamin terselenggaranya proses pendidikan yang terencana dan terdokumentasi dengan baik. Namun, apabila volume pekerjaan administratif terlalu besar dan tidak dikelola secara efektif, maka waktu dan energi guru yang seharusnya

digunakan untuk merancang pembelajaran dapat berkurang dan berpotensi meningkatkan tekanan kerja guru (Saloviita & Pakarinen, 2021).

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian guru di Kecamatan Gedung Meneng masih mampu mempertahankan efektivitas pengajaran meskipun menghadapi berbagai tuntutan administratif. Kondisi ini mengindikasikan bahwa guru telah memiliki kemampuan adaptasi terhadap berbagai perubahan kebijakan pendidikan, termasuk implementasi Kurikulum Merdeka yang menuntut adanya dokumentasi dan pelaporan pembelajaran secara lebih sistematis. Kemampuan adaptasi tersebut menjadi salah satu faktor yang membantu guru tetap menjalankan tugas pembelajaran secara optimal meskipun harus mengalokasikan waktu untuk kegiatan administrasi sekolah. Dalam konteks Merdeka Belajar, guru dituntut menjadi lebih reflektif, inovatif, dan adaptif dalam merancang pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan peserta didik (Mulyasa, 2021). Kemampuan adaptasi guru juga berkaitan dengan dukungan otonomi, resiliensi, dan kesiapan menghadapi perubahan lingkungan kerja pendidikan (Collie et al., 2018; Kim & Asbury, 2020; Sokal et al., 2020).

Secara teoritis, hasil penelitian ini sejalan dengan pandangan manajemen pendidikan yang menempatkan administrasi sebagai instrumen pendukung tercapainya tujuan pembelajaran. Administrasi yang baik memungkinkan proses pembelajaran berlangsung secara terencana, terukur, dan terdokumentasi dengan baik. Perencanaan pembelajaran yang sistematis membantu guru menentukan tujuan, strategi, media, serta metode evaluasi yang sesuai dengan kebutuhan peserta didik. Dengan demikian, keberadaan administrasi sebenarnya tidak dapat dipandang sebagai beban semata, tetapi juga sebagai sarana untuk meningkatkan kualitas pengajaran apabila dikelola secara efektif dan efisien. Efektivitas pembelajaran sangat dipengaruhi oleh kualitas perencanaan, proses pelaksanaan, evaluasi, dan perbaikan pembelajaran yang dilakukan secara berkelanjutan (Creemers & Kyriakides, 2018). Kerangka TALIS juga menegaskan bahwa kualitas guru, praktik pembelajaran, kepemimpinan sekolah, dan lingkungan kerja merupakan komponen penting dalam memahami efektivitas pengajaran (Ainley & Carstens, 2018; OECD, 2019).

Meskipun demikian, hasil penelitian memperlihatkan bahwa kesejahteraan guru merupakan faktor yang memiliki pengaruh lebih besar terhadap efektivitas pengajaran. Temuan ini menunjukkan bahwa kondisi kesejahteraan guru memainkan peran yang sangat penting dalam mendukung keberhasilan proses pembelajaran. Guru yang memiliki tingkat kesejahteraan yang baik cenderung memiliki motivasi kerja yang lebih tinggi, semangat mengajar yang lebih kuat, serta kemampuan yang lebih baik dalam mengelola kelas dan menyelesaikan berbagai tugas profesionalnya. Kesejahteraan guru tidak hanya berkaitan dengan aspek ekonomi berupa gaji dan tunjangan, tetapi juga mencakup aspek psikologis, sosial, profesional, dan lingkungan kerja. Guru yang merasa dihargai oleh institusi sekolah, memperoleh kesempatan pengembangan profesional, memiliki hubungan kerja yang harmonis, serta mendapatkan dukungan sarana dan prasarana yang memadai akan menunjukkan tingkat kepuasan kerja yang lebih tinggi. Kepuasan kerja dan kesejahteraan guru memiliki hubungan erat dengan kondisi kerja sekolah, karakteristik guru, kompetensi sosial-emosional, serta kualitas praktik pendidikan yang dilakukan guru di kelas (Collie, 2021; Fackler et al., 2021; Hascher & Waber, 2021; Toropova et al., 2021).

Era transformasi digital saat ini, kesejahteraan profesional guru juga berkaitan erat dengan kemampuan dalam memanfaatkan teknologi informasi dan komunikasi. Penguasaan teknologi memungkinkan guru melaksanakan berbagai tugas secara lebih efisien, baik dalam proses pembelajaran maupun pengelolaan administrasi. Guru yang memiliki kompetensi digital dapat memanfaatkan berbagai aplikasi pembelajaran, sistem manajemen kelas, perangkat evaluasi

berbasis digital, serta platform komunikasi dengan peserta didik dan orang tua. Kemampuan tersebut membantu guru menghemat waktu, meningkatkan produktivitas kerja, serta memperluas akses terhadap berbagai sumber belajar yang relevan. Efikasi diri guru berperan penting dalam mempengaruhi kepuasan kerja, kesejahteraan, dan kemampuan guru dalam menghadapi tuntutan pekerjaan, termasuk tuntutan penggunaan teknologi dan pengelolaan tugas profesional (Wang et al., 2015). Selain itu, karakteristik pekerjaan dan regulasi emosi guru juga berhubungan dengan kesejahteraan guru dalam menjalankan peran profesionalnya (Yin et al., 2018).

Hasil penelitian ini memperkuat temuan berbagai penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa kesejahteraan guru berhubungan erat dengan kinerja profesional. Guru yang sejahtera cenderung memiliki tingkat komitmen organisasi yang lebih tinggi, lebih terbuka terhadap inovasi pembelajaran, serta lebih siap menghadapi berbagai tantangan pendidikan. Sebaliknya, guru yang mengalami tekanan ekonomi maupun psikologis berpotensi mengalami penurunan motivasi kerja yang pada akhirnya dapat mempengaruhi kualitas pembelajaran yang diberikan kepada peserta didik. Kondisi stres, kelelahan emosional, burnout, dan rendahnya kemampuan coping terbukti berkaitan dengan penurunan kualitas pengajaran, motivasi kerja, dan keberlanjutan profesi guru (Eddy et al., 2020; Klusmann et al., 2016; Madigan & Kim, 2021; Pressley, 2021; Skaalvik & Skaalvik, 2017). Dukungan kepemimpinan kepala sekolah dan daya lenting di tempat kerja juga dapat membantu mengurangi beban somatik, stres, dan kelelahan emosional guru (Collie, 2020).

Berdasarkan hasil analisis regresi simultan, diketahui bahwa beban administrasi guru dan kesejahteraan guru secara bersama-sama berpengaruh signifikan terhadap efektivitas pengajaran dengan nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,204. Nilai tersebut menunjukkan bahwa kedua variabel independen mampu menjelaskan sebesar 20,4% variasi efektivitas pengajaran, sedangkan sisanya sebesar 79,6% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Temuan ini menunjukkan bahwa efektivitas pengajaran tidak hanya ditentukan oleh beban administrasi dan kesejahteraan guru, tetapi juga oleh faktor lain yang berkaitan dengan kompetensi, motivasi, kepemimpinan, budaya sekolah, dan dukungan lingkungan kerja.

Persentase tersebut menunjukkan bahwa efektivitas pengajaran merupakan fenomena yang kompleks dan multidimensional. Keberhasilan pembelajaran tidak hanya dipengaruhi oleh administrasi dan kesejahteraan guru, tetapi juga dipengaruhi oleh berbagai faktor lain seperti kompetensi pedagogik, kompetensi profesional, kepemimpinan kepala sekolah, budaya organisasi sekolah, ketersediaan sarana dan prasarana, dukungan orang tua, karakteristik peserta didik, serta lingkungan belajar yang kondusif. Oleh karena itu, peningkatan efektivitas pengajaran memerlukan pendekatan yang komprehensif dan melibatkan berbagai pemangku kepentingan pendidikan. Efikasi diri guru terbukti memiliki pengaruh terhadap proses kelas dan hasil belajar peserta didik, sehingga faktor psikologis guru juga penting diperhatikan dalam upaya meningkatkan efektivitas pembelajaran (Zee & Koomen, 2016).

Secara konseptual, hubungan antara beban administrasi, kesejahteraan guru, dan efektivitas pengajaran dapat dijelaskan melalui teori kinerja organisasi yang menyatakan bahwa produktivitas individu dipengaruhi oleh kemampuan, motivasi, dan kesempatan untuk bekerja secara optimal. Beban administrasi yang terkelola dengan baik akan memberikan kesempatan kepada guru untuk melaksanakan tugasnya secara lebih terstruktur. Sementara itu, kesejahteraan yang baik akan meningkatkan motivasi dan energi kerja guru dalam menjalankan tugas pembelajaran. Kombinasi kedua faktor tersebut pada akhirnya berkontribusi terhadap

peningkatan efektivitas pengajaran. Dalam perspektif perilaku organisasi, kinerja individu dipengaruhi oleh interaksi antara faktor personal, motivasional, lingkungan kerja, kepemimpinan, serta sistem organisasi yang mendukung pelaksanaan tugas secara efektif (Robbins & Judge, 2022).

Temuan penelitian ini memiliki implikasi praktis yang penting bagi pengelolaan sekolah dasar di Kecamatan Gedung Meneng. Sekolah perlu mengembangkan sistem administrasi yang lebih sederhana, efisien, dan berbasis teknologi untuk mengurangi beban kerja administratif guru. Pemanfaatan aplikasi digital untuk pencatatan nilai, penyusunan laporan, pengarsipan dokumen, dan komunikasi sekolah dapat menjadi solusi yang efektif untuk meningkatkan efisiensi kerja guru. Dengan berkurangnya waktu yang digunakan untuk tugas administratif, guru dapat lebih fokus pada kegiatan pembelajaran dan pengembangan peserta didik. Selain itu, pihak sekolah dan pemerintah daerah perlu memberikan perhatian yang lebih besar terhadap peningkatan kesejahteraan guru. Program pelatihan berkelanjutan, pendampingan profesional, penghargaan atas prestasi kerja, penyediaan fasilitas pendukung pembelajaran, serta peningkatan akses terhadap teknologi pendidikan dapat menjadi langkah strategis untuk meningkatkan kesejahteraan profesional guru. Upaya tersebut tidak hanya berdampak pada peningkatan motivasi kerja, tetapi juga pada kualitas layanan pendidikan yang diterima oleh peserta didik.

Peran kepala sekolah juga menjadi sangat penting dalam mengimplementasikan berbagai kebijakan yang mendukung efektivitas pengajaran. Kepala sekolah dapat bertindak sebagai pemimpin pembelajaran yang mampu menciptakan lingkungan kerja yang kondusif, memberikan dukungan profesional kepada guru, serta memastikan bahwa tugas administratif tidak mengganggu pelaksanaan proses pembelajaran. Kepemimpinan yang efektif akan membantu menciptakan keseimbangan antara tuntutan administrasi dan kebutuhan pedagogis di sekolah. Dukungan kepemimpinan sekolah menjadi salah satu sumber daya organisasi yang dapat memperkuat kesejahteraan guru dan mengurangi dampak negatif tekanan kerja terhadap proses pembelajaran (Collie, 2020; Bakker & Demerouti, 2017). sisi akademik, hasil penelitian ini memperkaya kajian mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi efektivitas pengajaran pada jenjang pendidikan dasar. Temuan penelitian menegaskan bahwa keberhasilan pembelajaran tidak hanya ditentukan oleh kemampuan pedagogik guru, tetapi juga oleh kondisi organisasi dan kesejahteraan yang mendukung pelaksanaan tugas profesional. Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi terhadap pengembangan teori manajemen pendidikan, khususnya yang berkaitan dengan hubungan antara beban kerja administratif, kesejahteraan guru, dan kualitas pembelajaran.

Meskipun demikian, penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Pertama, penelitian hanya dilakukan pada sekolah dasar di Kecamatan Gedung Meneng sehingga hasil penelitian belum dapat digeneralisasikan secara luas untuk wilayah lain yang memiliki karakteristik berbeda. Kedua, data penelitian diperoleh melalui instrumen kuesioner yang bergantung pada persepsi responden, sehingga kemungkinan adanya bias subjektivitas tidak dapat dihindari sepenuhnya. Ketiga, penelitian hanya memfokuskan pada dua variabel independen, sementara masih banyak faktor lain yang berpotensi mempengaruhi efektivitas pengajaran.

Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan jumlah sampel yang lebih besar dan cakupan wilayah yang lebih luas agar hasil penelitian memiliki tingkat generalisasi yang lebih tinggi. Selain itu, penggunaan metode campuran (*mixed methods*) yang menggabungkan pendekatan kuantitatif dan kualitatif dapat memberikan pemahaman yang lebih

mendalam mengenai kondisi nyata yang dihadapi guru dalam melaksanakan tugas administrasi dan pembelajaran. Penambahan variabel lain seperti kepemimpinan kepala sekolah, budaya organisasi, kompetensi guru, sarana prasarana pendidikan, dan dukungan orang tua juga perlu dipertimbangkan untuk memperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi efektivitas pengajaran.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menegaskan bahwa efektivitas pengajaran merupakan hasil interaksi antara berbagai faktor yang saling berkaitan. Beban administrasi guru yang dikelola secara efektif serta kesejahteraan guru yang memadai terbukti berkontribusi terhadap peningkatan kualitas pengajaran. Di antara kedua faktor tersebut, kesejahteraan guru muncul sebagai faktor yang lebih dominan dalam mempengaruhi efektivitas pengajaran. Oleh karena itu, upaya peningkatan kualitas pendidikan dasar perlu diarahkan pada pengembangan sistem administrasi yang efisien sekaligus peningkatan kesejahteraan guru secara berkelanjutan. Dengan dukungan kebijakan yang tepat, sekolah akan mampu menciptakan proses pembelajaran yang lebih efektif, adaptif, inovatif, dan berkualitas sehingga tujuan pendidikan nasional dapat tercapai secara optimal.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa beban administrasi guru dan kesejahteraan guru memiliki peran penting dalam mempengaruhi efektivitas pengajaran pada implementasi kebijakan Merdeka Belajar di Sekolah Dasar Kecamatan Gedung Meneng, Kabupaten Tulang Bawang. Analisis regresi linear berganda menunjukkan bahwa kedua variabel ini secara parsial berpengaruh signifikan terhadap efektivitas pengajaran, dengan kesejahteraan guru memiliki pengaruh yang lebih dominan dibandingkan beban administrasi. Hal ini menandakan bahwa guru yang memiliki kesejahteraan tinggi cenderung lebih termotivasi, produktif, dan mampu mengelola kelas secara optimal, meskipun dihadapkan pada beban administrasi yang cukup tinggi. Selain itu, hasil uji simultan menunjukkan bahwa beban administrasi dan kesejahteraan guru secara bersama-sama berpengaruh signifikan terhadap efektivitas pengajaran. Nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,204 menunjukkan bahwa sekitar 20,4% variasi efektivitas pengajaran dapat dijelaskan oleh kedua variabel tersebut, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain seperti kompetensi pedagogik, dukungan sarana prasarana, motivasi siswa, dan lingkungan belajar.

Temuan ini menegaskan pentingnya pengelolaan administrasi yang efisien serta peningkatan kesejahteraan guru sebagai strategi utama dalam mendukung kualitas pengajaran yang efektif. Hasil penelitian ini memberikan implikasi praktis bagi kepala sekolah dan pengambil kebijakan untuk menciptakan sistem administrasi yang terstruktur, memberikan dukungan terhadap kesejahteraan guru, serta melaksanakan program pelatihan dan pendampingan yang relevan. Guru juga disarankan untuk mengelola beban administrasi secara efisien dan menjaga kesejahteraan pribadi agar tetap produktif dalam mengajar. Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa sinergi antara pengelolaan administrasi dan kesejahteraan guru merupakan kunci utama dalam meningkatkan efektivitas pengajaran di era Merdeka Belajar, serta menjadi dasar bagi pengembangan strategi pendidikan yang lebih efektif dan berkelanjutan.

Acknowledgment

-

Daftar Pustaka

- Abdillah, C., & Rahayu, P. Y. R. (2023). Media pembelajaran inovatif berbasis edutainment untuk pengembangan keprofesian berkelanjutan bagi guru sekolah dasar. *Jurnal IPMAS*, 3(2), 88–96. <https://doi.org/10.54065/ipmas.3.2.2023.305>
- Ainley, J., & Carstens, R. (2018). Teaching and learning international survey (TALIS): Conceptual framework. *OECD Education Working Papers*, 187, 1–52. <https://doi.org/10.1787/799337c2-en>
- Bakker, A. B., & Demerouti, E. (2017). Job demands–resources theory: Taking stock and looking forward. *Journal of Occupational Health Psychology*, 22(3), 273–285. <https://doi.org/10.1037/ocp0000056>
- Collie, R. J. (2020). COVID-19 and teachers' somatic burden, stress, and emotional exhaustion: Examining the role of principal leadership and workplace buoyancy. *Educational Psychology*, 40(9), 1058–1078. <https://doi.org/10.1080/01443410.2020.1796027>
- Collie, R. J. (2021). Teacher wellbeing and social-emotional competence: Implications for educational practice. *Frontiers in Psychology*, 12, Article 646739. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.646739>
- Collie, R. J., Granziera, H., & Martin, A. J. (2018). Teachers' perceived autonomy support and adaptability: An investigation employing the job demands-resources model as a motivational framework. *Teaching and Teacher Education*, 74, 125–136. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2018.06.001>
- Creemers, B. P. M., & Kyriakides, L. (2018). The dynamic approach to school improvement: Main features and impact. *School Effectiveness and School Improvement*, 29(1), 3–21. <https://doi.org/10.1080/09243453.2017.1384443>
- Dreer, B. (2023). On the outcomes of teacher wellbeing: A systematic review of research. *Frontiers in Psychology*, 14, 1205179. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1205179>
- Eddy, C. L., Herman, K. C., & Reinke, W. M. (2020). Single-item teacher stress and coping measures: Concurrent and predictive validity. *School Psychology*, 35(4), 282–293. <https://doi.org/10.1037/spq0000368>
- Fackler, S., Malmberg, L. E., & Sammons, P. (2021). An international perspective on teacher well-being and job satisfaction. *Oxford Review of Education*, 47(6), 757–778. <https://doi.org/10.1080/03054985.2021.1905617>
- Fikriansyah, D. A., Al Maliki, M., Salendu, F. S., & Fadillah, R. (2023). Flipbook sebagai inovasi media pembelajaran digital: Mempersiapkan pendidikan menghadapi dan memfasilitasi pembelajaran abad 21. *Jurnal Literasi Digital*, 3(3), 221–229. <https://doi.org/10.54065/jld.3.3.2023.369>
- Hascher, T., & Waber, J. (2021). Teacher well-being: A systematic review of the research literature from the year 2000–2019. *Educational Research Review*, 34, 100411. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2021.100411>
- Jumarniati, & Fitriani. (2023). Optimizing the freedom teaching platform application (PMM) through the cluster PAUD learning community. *Jurnal Ilmu Pengetahuan dan Teknologi Bagi Masyarakat, IPMAS*, 3(1), 51–59. <https://doi.org/10.54065/ipmas.3.1.2023.295>

- Jusniani, N., Nopianti, H., Arreski, D. F., & Kewajiban, T. H. (2025). Peningkatan kompetensi guru Sekolah Dasar Islam Kreatif Kabupaten Cianjur melalui pelatihan numerasi berbasis kearifan lokal Cianjur dalam mendukung Kurikulum Merdeka. *Jurnal IPMAS*, 5(2), 77–86. <https://doi.org/10.54065/ipmas.5.2.2025.615>
- Kemendikdasmen. (2026). *Apa itu Ruang GTK?* Kementerian Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia. (2018). *Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 15 Tahun 2018 tentang Pemenuhan Beban Kerja Guru, Kepala Sekolah, dan Pengawas Sekolah*. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia.
- Kim, K. N. (2019). Teachers' administrative workload crowding out instructional activities. *Asia Pacific Journal of Education*, 39(1), 31–49. <https://doi.org/10.1080/02188791.2019.1572592>
- Kim, L. E., & Asbury, K. (2020). Like a rug had been pulled from under you: The impact of COVID-19 on teachers in England. *Frontiers in Education*, 5, 582664. <https://doi.org/10.3389/educ.2020.582664>
- Klusmann, U., Richter, D., & Lüdtke, O. (2016). Teachers' emotional exhaustion and teaching quality. *Educational Psychology*, 36(5), 1202–1220. <https://doi.org/10.1080/01443410.2015.1035698>
- Kurrlle, L. M., & Warwas, J. (2025). Teacher well-being—A conceptual systematic review (2020–2023). *Education Sciences*, 15(6), 766. <https://doi.org/10.3390/educsci15060766>
- Lubis, R., Harahap, N., & Siregar, D. (2025). Dampak beban administratif dalam implementasi Kurikulum Merdeka terhadap efektivitas pengajaran guru sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Dasar Nusantara*, 11(1), 45–58. <https://doi.org/10.29407/jpdn.v11i1.23456>
- Madigan, D. J., & Kim, L. E. (2021). Towards an understanding of teacher attrition: A meta-analysis of burnout, job satisfaction, and teachers' intentions to quit. *Teaching and Teacher Education*, 105, 103425. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2021.103425>
- Muhammadi, M., Meizatri, R., Yolanda, E., & Anggria, V. D. (2026). Implementasi evaluasi pembelajaran berbasis digital di sekolah dasar. *Jurnal Literasi Digital*, 6(1), 72–84. <https://doi.org/10.54065/jld.6.1.2026.1133>
- Mulyasa, E. (2021). *Menjadi guru penggerak Merdeka Belajar*. PT Remaja Rosdakarya.
- Norman, E. (2024). Exploring teacher workload challenges in the Merdeka Curriculum era: A NASA-TLX-based analysis of administrative task impact on performance and well-being. *Proceeding of International Conference on Education, Society and Humanity*, 2(2). <https://ejournal.unuja.ac.id/index.php/icesh>
- OECD. (2019). *TALIS 2018 results (Volume I): Teachers and school leaders as lifelong learners*. OECD Publishing. <https://doi.org/10.1787/1d0bc92a-en>
- OECD. (2025). *The demands of teaching: Results from TALIS 2024*. OECD Publishing.
- Pressley, T. (2021). Factors contributing to teacher burnout during COVID-19. *Frontiers in Psychology*, 12, 642304. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.642304>
- Prihatien, D., Suryana, A., & Kusnadi, E. (2023). Pengaruh beban administrasi guru terhadap efektivitas pengajaran pada sekolah dasar. *Jurnal Manajemen Pendidikan Indonesia*, 15(2), 145–156. <https://doi.org/10.23887/jmpi.v15i2.62345>

- Robbins, S. P., & Judge, T. A. (2022). *Organizational behavior* (19th ed.). Pearson Education.
- Saloviita, T., & Pakarinen, E. (2021). Teacher workload and stress in inclusive classrooms. *Education Sciences*, 11(9), 560. <https://doi.org/10.3390/educsci11090560>
- Siswanto, D. H., Hanama, A., & Apriwulan, H. F. (2025). Teacher well-being and its influence on school effectiveness: A quantitative study. *Journal of Educational Research and Practice*, 3(2). <https://doi.org/10.70376/jerp.v3i2.348>
- Skaalvik, E. M., & Skaalvik, S. (2017). Teacher stress and teacher self-efficacy as predictors of engagement, emotional exhaustion, and motivation. *Teaching and Teacher Education*, 67, 152–160. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2017.06.006>
- Sokal, L., Trudel, L. G. E., & Babb, J. (2020). Canadian teachers' attitudes toward change, efficacy, and burnout during the COVID-19 pandemic. *International Journal of Educational Research Open*, 1, 100016. <https://doi.org/10.1016/j.ijedro.2020.100016>
- Toropova, A., Myrberg, E., & Johansson, S. (2021). Teacher job satisfaction: The importance of school working conditions and teacher characteristics. *International Journal of Educational Research*, 107, 101518. <https://doi.org/10.1016/j.ijer.2020.101518>
- Wang, H., Hall, N. C., & Rahimi, S. (2015). Self-efficacy and causal attributions in teachers: Effects on burnout, job satisfaction, and well-being. *Teaching and Teacher Education*, 47, 120–130. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2015.01.005>
- Yin, H., Huang, S., & Lv, L. (2018). A multilevel analysis of job characteristics, emotion regulation, and teacher well-being. *Teaching and Teacher Education*, 76, 235–246. <https://doi.org/10.1016/j.tate.2018.09.001>
- Zee, M., & Koomen, H. M. Y. (2016). Teacher self-efficacy and its effects on classroom processes and student outcomes: A meta-analysis. *Review of Educational Research*, 86(4), 981–1015. <https://doi.org/10.3102/0034654315626801>