

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *work life balance* dan kesehatan mental terhadap kinerja guru dengan tingkat stres sebagai variabel mediasi pada Guru SMPN 18 Kota Jambi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik analisis *Partial Least Square* (PLS). Data diperoleh melalui penyebaran kuesioner kepada para guru dan dianalisis menggunakan model struktural. Hasil penelitian menunjukkan bahwa variabel *work life balance* berpengaruh negatif dan tidak signifikan terhadap tingkat stres, kesehatan mental berpengaruh positif namun tidak signifikan terhadap tingkat stres, tingkat stres berpengaruh positif namun tidak signifikan terhadap kinerja, *work life balance* berpengaruh positif namun tidak signifikan terhadap kinerja, kesehatan mental berpengaruh negatif dan tidak signifikan terhadap kinerja, *work life balance* berpengaruh negatif dan tidak signifikan terhadap kinerja melalui tingkat stres, serta kesehatan mental berpengaruh positif namun tidak signifikan terhadap kinerja melalui tingkat stres. Temuan ini mengindikasikan bahwa faktor-faktor lain di luar model penelitian kemungkinan memiliki pengaruh yang lebih besar terhadap kinerja guru. Oleh karena itu, penelitian ini merekomendasikan studi lanjutan dengan memasukkan variabel tambahan serta pendekatan yang lebih komprehensif untuk memahami dinamika kinerja guru di lingkungan pendidikan.

Kata kunci: *Work life balance*, Kesehatan mental, Tingkat stres, Kinerja guru, SMP.

ABSTRACT

This study aims to analyze the effect of work life balance and mental health on teacher performance with stress levels as a mediating variable on teachers of SMPN 18 Jambi City. This study uses a quantitative approach with Partial Least Square (PLS) analysis techniques. Data were obtained by distributing questionnaires to teachers and analyzed using a structural model. The results showed that the work life balance variable had a negative and insignificant effect on stress levels, mental health had a positive but insignificant effect on stress levels, stress levels had a positive but insignificant effect on performance, work life balance had a positive but insignificant effect on performance, mental health had a negative and insignificant effect on performance, work life balance had a negative and insignificant effect on performance through stress levels, and mental health had a positive but insignificant effect on performance through stress levels. These findings indicate that other factors outside the research model may have a greater influence on teacher performance. Therefore, this study recommends further studies by including additional variables and a more comprehensive approach to understanding the dynamics of teacher performance in educational environments.

Keywords: *Work life balance, Mental health, Stress level, Teacher performance, Junior high school.*