

**UPAYA KEPALA SEKOLAH MENGATASI STRES
PADA GURU DI SMPLB B/C DHARMA WANITA
PERSATUAN PROVINSI KALIMANTAN SELATAN**

OLEH

ABDUL HAFIZ

1401260973



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
BANJARMASIN
2019 M/1439 H**

**UPAYA KEPALA SEKOLAH MENGATASI STRES PADA GURU
DI SMPLB B/C DHARMA WANITA PERSATUAN
PROVINSI KALIMANTAN SELATAN**

Skripsi

**Diajukan Kepada Fakultas Tarbiyah dan Keguruan untuk Memenuhi sebagian Syarat Guna
Mencapai Gelar Sarjana Manajemen Pendidikan Islam**

**Oleh
Abdul Hafiz
1401260973**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
PROGRAM STUDI MANAJEMEN PENDIDIKAN ISLAM
BANJARMASIN
2018 M/1440 H**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Abdul Hafiz

NIM : 1401260973

Tempat/Tgl. Lahir: Amuntai, 10 Desember 1994

Jurusan : Manajemen Pendidikan Islam

Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Jika dikemudian hari terbukti merupakan duplikat, tiruan, plagiat atau dibuat oleh orang lain secara keseluruhan atau sebagian besar, maka skripsi dan gelar yang diperoleh karenanya batal demi hukum.

Banjarmasin, 26 Desember 2018

Yang Membuat Pernyataan,

Materai 6000

Abdul Hafiz
NIM. 1401260973

PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul : Upaya Kepala Sekolah Mengatasi Stres Pada Guru
Di SMPLB B/C Dharma Wanita Persatuan Provinsi
Kalimantan Selatan

Ditulis oleh : Abdul Hafiz

N I M : 1401260973

Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin

Program : Strata Satu (S-1)

Jurusan : Manajemen Pendidikan Islam

Tahun Akademik : 2017/2018

Tempat dan Tanggal Lahir : Amuntai, 10 Desember 1994

Alamat : Jl. Manggis Gang. Delima Kel. Kebun Bunga Kec.
Banjarmasin Timur RT. 20 RW 02 NO. 66

Setelah diteliti dan diadakan perbaikan seperlunya, kami dapat menyetujuinya untuk dipertahankan di depan Sidang Tim Penguji Skripsi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin.

Banjarmasin, 26 Desember 2018

Pembimbing
Bidang Konten dan Metodologi

Pembimbing
Bidang Bahasa dan Teknik Penulisan

Dr. H. Hilmi Mizani, M. Ag
NIP.196108151990021001

Dr. Fahmi Riady, S. Th. I, M. S. I
NIP.197702232008011005

Mengetahui:
Ketua Jurusan Manajemen Pendidikan Islam
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
UIN Antasari Banjarmasin

Dra. Hj. Suraijiah, M. Pd
NIP.196702181994032001

PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul : Upaya Kepala Sekolah Mengatasi Stres Pada Guru Di SMPLB B/C Dharma Wanita Persatuan Provinsi Kalimantan Selatan.

Nama Abdul Hafiz, NIM 1401260973, telah diujikan dalam Sidang Tim Penguji Skripsi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin pada:

Hari : Rabu
Tanggal : 23 Januari 2019
Dinyatakan : LULUS
Nilai : 84,3 (A)

Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan
UIN Antasari Banjarmasin,

Prof. Dr. H. Juairiah, M. Pd.
NIP. 196001061986032004

TIM PENGUJI :

Nama	Tanda Tangan
1. Dr. H. Hilmi Mizani, M. Ag (Ketua)	
2. Dr. Fahmi Riady, S. Th. I, M. S. I (Anggota)	
3. Dr. H. Ahmadi Syukran, MM (Anggota)	

ABSTRAK

Abdul Hafiz. 2018. *Upaya Kepala Sekolah Mengatasi Stres Pada Guru Di SMPLB B/C Dharma Wanita Persatuan Prov Kalsel*. Skripsi, Jurusan Pendidikan Manajemen Pendidikan Islam, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan. Pembimbing: (I) Dr. H. Hilmi Mizani, M. Ag (II) Dr. Fahmi Riady, S. Th. I, M. S. I.

Sudah menjadi sunatullah bahwa setiap manusia yang hidup didunia pasti mempunyai masalah, baik masalah pribadi, masalah sosial, masalah keluarga dan masalah di tempat kerja. Masalah-masalah ini berupa tugas pekerjaan yang menumpuk, tugas perkuliahan yang banyak, harapan akan masa depan, konflik terhadap atasan, konflik terhadap rekan kerja, ketidak harmonisan keluarga, menghadapi anak didik yang bermasalah, mengajari murid yang berkebutuhan khusus dan banyak lagi masalah lainnya yang menjadi penyebab stres.

Pokok permasalahan pada penelitian ini adalah apa saja faktor pendorong terjadinya stres pada guru dan upaya kepala sekolah dalam mengatasi stres guru di SMPLB B/C Dharma Wanita Persatuan Prov Kalsel. Berdasarkan rumusan masalah maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor pendorong terjadinya stres pada guru dan upaya kepala sekolah dalam mengatasi stres guru.

Penelitian ini adalah penelitian lapangan (*Field research*) dan menggunakan pendekatan kualitatif. Sumber data penelitian ini adalah guru dan kepala sekolah. Metode Pengumpulan data yang digunakan adalah metode wawancara, observasi dan dokumentasi.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan maka peneliti menemukan ada dua bentuk stres pada guru di SMPLB B/C Dhrama Wanita Persatuan Provinsi Kalimantan Selatan yaitu: stres fisik dan stres psikis. Faktor peyebab stres pada di SMPLB B/C Dharma Wanita Persatuan Kalimantan Selatan ada tiga yaitu: faktor individual, faktor organisasional dan faktor lingkungan. Upaya kepala sekolah mengatasi stres dalam mengatasi stres guru di SMPLB B/C Dharma Wanita Persatuan Kalimantan Selatan ada beberapa langkah yang ditempuh, yaitu mengenali faktor penyebab stres itu sendiri, melakukan penanganan dan evaluasi. beberapa langkah yang dilakukan kepala sekolah dalam penanganannya yaitu: melakukan pendekatan invidual, pendekatan organisasional, mengelola waktu bawahan, seleksi dan penempatan, rancangan ualang pekerjaan, keterlibatan guru terhadap keputusan-keputusan yang akan diambil, membangun komunikasi, menciptakan program pengembangan, serta menerapkan hadiah.

Kata persembahan

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Dalam ketidak sempurnaan

Ku persembahkan karya tulis yang sederhana ini

Khusus untuk ayah ibuku, ayah Khairullah dan ibu Fakhriyah yang tak kenal lelah berjuang demi kebahagiaan anakmu ini untuk adik-adik ku Alda Fitriana dan Raisya Nor Aqilah yang tak henti-henti mendoakan kakamu tercinta ini. Terimakasihku tak terhingga untuk keluarga besarku yang tak pernah berhenti untuk mendukung setiap langkahku. tanpa kalian aku tak bisa berdiri tegak mempersembahkan karya sederhana ini.

Guru-guruku dan dosen-dosenku yang mulia yang telah banyak memberikan bimbingan, arahan serta motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini, sebagai ucapan terimakasihku atas jasa-jasa yang tiada ternilai harganya dan tiada mungkin pernah terbalas.

Sahabat-sahabatku Taufiq Rahman, Sukran, Junaidi, Zikri, Tomy, Rahmatullah, Rifkiyanor, dan Rafika Rahman, yang selalu menemani dalam susah maupun senang.

Untuk teman-teman seperjuangan MPI 2014 dan teman-teman seperjuangan lainnya yang tidak bisa aku sebutkan satu persatu.

Terimakasih ku ucapkan buat semuanya.

MOTTO

**“Lebih Baik Terlambat Dari
Pada Tidak Wisuda Sama
Sekali”**

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ. الصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى أَشْرَفِ الْأَنْبِيَاءِ وَالْمُرْسَلِينَ. سَيِّدِنَا وَمَوْلَانَا مُحَمَّدٍ
وَعَلَى آلِهِ وَأَصْحَابِهِ أَجْمَعِينَ وَمَنْ تَبِعَهُمْ بِإِحْسَانٍ إِلَى يَوْمِ الدِّينِ. أَمَّا بَعْدُ

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah Swt. yang telah melimpahkan rahmat dan pertolongan-Nya. Shalawat dan salam semoga terlimpahkan kepada Nabi Muhammad Saw., yang telah menuntun manusia menuju jalan kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat.

Penyusunan skripsi ini merupakan kajian singkat tentang Upaya Kepala Sekolah Mengatasi Stres Pada Guru Di SMPLB B/C Dharma Wanita Persatuan Provinsi Kalimantan Selatan. Penyusun menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan, bimbingan, dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati pada kesempatan ini penyusun menyampaikan rasa terima kasih kepada:

1. Ibu Prof. Dr. H. Juairiah, M. Pd., selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin yang telah menerima dan menyetujui judul skripsi ini dan mengizinkan penulis untuk mengadakan penelitian dalam memperoleh data-data.
2. Dra. Hj. Surajjiah, M. Pd., selaku Ketua Jurusan Manajemen Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin yang telah memberikan arahan penulisan skripsi ini yang sesuai dengan perkembangan jurusan tersebut.

3. Bapak Dr. H. Hilmi Mizani M. Ag., selaku Pembimbing skripsi bidang Ketenagaan dan Metode Penelitian dan Bapak Dr. Fahmi Riady, S. Th. I, M. S. I., pembimbing skripsi bidang Bahasa dan Teknik Penulisan. yang telah memberikan bimbingan dan petunjuk serta koreksi dalam penulisan skripsi ini.
4. Kepala Perpustakaan UIN Antasari Banjarmasin Ibu Laila Rahmawati, S. Ag, SS, M. Hum dan Kepala Perpustakaan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin Bapak Ahmad Syawqi, S. Ag, S. IP, M. Pd, yang telah memberikan pelayanan kepada penulis peminjaman buku-buku yang sangat diperlukan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Segenap Dosen Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin yang selama ini telah memberikan ilmu dan pendidikan kepada penulis sampai penulis dapat menyelesaikan studi di Fakultas ini.
6. Bapak Mulyadi S. Pd, M. Pd selaku Kepala Sekolah dan Guru-guru di SMPLB Dharma Wanita Persatuan Prov Kalsel beserta semua informan utama dan informan lain yang sudah berkenan memberikan bantuan dalam pelaksanaan penelitian dan membantu memberikan data demi lancarnya penelitian yang dilaksanakan.
7. Semua pihak yang telah ikut berjasa dalam penyusunan skripsi ini yang tidak mungkin disebutkan satu persatu.

Skripsi ini ditulis dengan kemampuan maksimal yang penulis miliki, namun tidak menutup kemungkinan masih terdapat kekurangan, baik dari segi materi maupun metodologi. Karena itu, segala saran, kritik dan koreksi terhadap isi skripsi ini sangat penulis harapkan terutama dari tim penguji skripsi ini.

Demikian kata pengantar yang dapat penulis utarakan mudah-mudahan segala amal baik semua pihak yang membantu di balas oleh Allah Swt dengan balasan berlipat ganda dan semoga skripsi yang sederhana ini bermanfaat bagi pembacanya, Amin.

Banjarmasin, 26 Desember 2018

Penyusun,

Abdul Hafiz
NIM. 1401260973

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	ii
PERSETUJUAN	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
KATA PERSEMBAHAN	vi
MOTTO	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Fokus Penelitian.....	8
C. Tujuan Penelitian	9
D. Alasan Memilih Judul.....	9
E. Kegunaan Penelitian	10
F. Definisi Operasional	10
G. Penelitian Terdahulu	12
H. Sistematika Penulisan	13
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Pengertian Manajemen.....	14
B. Manajemen Stres.....	14
1. Pengertian Stres.....	14
2. Ciri-ciri Individu Yang Mengalami Stres	15
3. Jenis-Jenis Stres	18
4. Faktor-Faktor Penyebab Stres	19
C. Upaya Mengendalikan Stres	25
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian.....	34
B. Subjek dan Objek Penelitian	34
C. Data dan Sumber Data.....	35
D. Teknik Pengumpulan Data	36
E. Teknik Pengolahan Data dan Analisis Data	39
F. Prosedur Penelitian	41

BAB IV LAPORAN HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	42
B. Penyajian data	49
C. Analisis Data	60

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	73
B. Saran	74

DAFTAR PUSTAKA	76
----------------------	----

LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	78
------------------------	----

DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	
---------------------------	--

DAFTAR TABEL

TABEL I	: Keadaan Guru atau Tenaga Pegawai di SMPLB B/C Dharma Wanita Persatuan Prov Kalsel.....	47
TABEL II	: Keadaan Siswa di SMPLB B/C Dharma Wanita Persatuan Prov Kalsel.....	48

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN I	: Daftar Terjemah
LAMPIRAN II	: Pedoman Observasi dan Dokumenter
LAMPIRAN III	: Pedoman Wawancara
LAMPIRAN IV	: Foto-foto
LAMPIRAN V	: Keterangan Seminar
LAMPIRAN VI	: Surat Riset
LAMPIRAN VII	: Surat Selesai Riset
LAMPIRAN VIII	: SK Proposal
LAMPIRAN IX	: Catatan Konsultasi Bimbingan Skripsi