

LAMPIRAN

Lampiran A

1. Surat Submit Jurnal



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235
Telepon (0511) 3266593; Faksimili (0511) 3254344;
Website: www.pi.uin-antasari.ac.id; E-mail: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id

SURAT KETERANGAN

Nomor: PS-SJ.0136/Un.14/III.3/PP.00.9/06/2024

Dengan ini menerangkan bahwa:

Judul Karya Ilmiah : ***“Gambaran Sabar Dalam Mengatasi Stres Kerja
pada Guru Sekolah Luar Biasa Negeri (SLBN) 2
Martapura”***
Nama Penulis : **Arafah**
NIM : 190103040069
Program Studi : Psikologi Islam

telah *submitted* dan akan diterbitkan oleh Jurnal Ilmiah Psikologi Candrajiwa
(<https://jurnal.uns.ac.id/candrajiwa/author/submission/87224>)

Demikian Surat ini disampaikan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 01 Juni 2024
s.n. Ketua Prodi Psikologi Islam,
Sekretaris,



2. Hasil Uji Plagiasi



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

Jalan Pandarapan Guntung Manggis Landasan Ulin Banjarbaru Kode Pos 70732
Website: www.pi-antasari.ac.id; Email: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id

Lampiran Surat Nomor: 1808/Un.14/III.3/PP.00.9/06/2024
Tanggal 15 Juni 2024

Hasil Uji Plagiasi

Nama : Arafah
NIM : 190103040069
Prodi : **Psikologi Islam**
Jenis Karya Ilmiah : Skripsi
Judul Karya Ilmiah : Gambaran Sabar Dalam Mengatasi Stres Kerja Pada Guru Sekolah Luar Biasa Negeri (SLBN) 2 Martapura

No.	Bab	Persentase Plagiasi	Keterangan
1	Bab I	24%	Lulus
2	Bab II	18%	Lulus
3	Bab III	18%	Lulus
4	Bab IV	19%	Lulus
5	Bab V	21%	Lulus

Banjarmasin, 15 Juni 2024



an. Ketua Prodi Psikologi Islam,
Sekretaris,

Musfichin, M.A
Musfichin, M.A

Lampiran B

3. Lembar Konsultasi Pembimbing



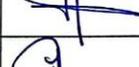
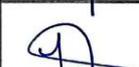
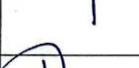
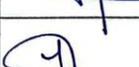
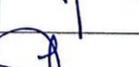
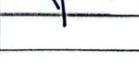
KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM

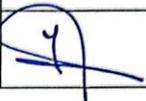
Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235 Telepon (0511) 3266593
 Website: www.pi.uin-antasari.ac.id; E-mail: Psikologi.islam@uin-antasari.ac.id

KARTU KONSULTASI SKRIPSI

Nama : Arafah
NIM : 190103040069
Judul : Gambaran Sabar Dalam Mengatasi Stres Kerja Pada Guru Sekolah Luar Biasa Negeri (SLBN)2 Martapura

Dosen Pembimbing
 Dr. M. Zainal Abidin, M.Ag

No	Tanggal	Deskripsi Masalah Yang Dikonsultasikan	Tanda Tangan
1	27 Maret 2023	- Acc judul skripsi	
2	20 Mei 2023	- Latar belakang dan penelitian terdahulu	
3	13 Juni 2023	- Konsultasi lanjutan bab 1-2	
4	22 Juni 2023	- Konsultasi bab 1-3	
5	14 Agustus 2023	- Konsultasi lanjutan bab 1-3 - Konsultasi landasan teori	
6	10 Oktober 2023	- Konsultasi lanjutan bab 4 - Konsultasi rumusan masalah - Konsultasi perbaikan kerangka berpikir - Konsultasi sistem penulisan dan paragraf	
7	22 November 2023	- Knsultasi bab 4 - Konsultasi teori sabar	
8	27 Januari 2024	- Konsultasi perbaikan rumusan masalah	
9	22 Maret 2024	- Konsultasi mengenai jumlah kata sabar dalam al-Qur'an dan sabar menurut ulama	
10	1 April 2024	- Konsultasi diskusi antar teoritik - Konsultasi antar subjek	
11	24 April 2024	- Konsultasi metode penelitian, kriteria	

		antar subjek, cek typo - Konsultasi sabar prespektif psikologi islam - Konsultasi teori bab 4, tabel diskusi antar subjek - Konsultasi kesimpulan	
12	13 Mei 2024	- ACC	

Banjarmasin, 05 September 2023
Ketua Prodi Psikologi Islam



Dra. Mulyani, M.Ag

Lampiran C

4. *Expert Judgement I*

a. Ibu Shanty Komalasari, M.Psi, Psikolog

Surat Keterangan *Expert Judgement*

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Shanty Komalasari, M.Psi. Psikolog
Jabatan/Instansi : Dosen

Dengan ini telah melaksanakan *Expert Judgement* pada:

Nama : Arafah
NIM : 190103040069
Judul Penelitian : Gambaran Sabar Dalam Mengatasi Stres Kerja Pada Guru Sekolah
Luar Biasa Negeri (SLBN) 2 Martapura
Obyek Penilaian : Sabar

Demikian *Expert Judgement* ini dibuat untuk diperbaiki sebagaimana rekomendasi.
(terlampir)

Banjarmasin, 5 September 2023
Expert Judgement

Shanty Komalasari, M.Psi. Psikolog



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4,5 Banjarmasin 70235 Telepon (0511) 3266593
Website: www.pi.uin-antasari.ac.id; E-mail: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id

Lampiran:

Rekomendasi dan Hasil Expert Judgement

Instrumen Guide Interview

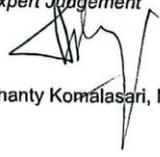
Secara umum Instrumen Guide Interview "Sabar" pada Desain Penelitian a.n. Arafah (NIM:190103040069) tersebut*):

- a. Belum layak digunakan dan masih memerlukan konsultasi
- b. Dapat digunakan dengan banyak revisi
- c. Dapat digunakan dengan sedikit revisi
- d. Dapat digunakan tanpa revisi

Komentar dan Saran Perbaikan:

1. Buat alur Pertanyaan, lalu susunlah yang mana yang masuk dan yang mana yang cocok dengan pertanyaan, dan buat kalimat pembukanya.
2. Certitakan apa yang dilakukan jika guru tersebut merasakan kesulitan dalam bekerja hingga menyebabkan stres kerja, lalu carilah tau apa penyebab kesulitan tersebut.
3. Baru tambahkan pertanyaan seperti "Bagaimana ia mengatasi situasi tersebut."

Banjarmasin,
Expert Judgement


Shanty Komalasari, M.Psi. Psikolog

*) lingkarkanlah sesuai dengan penilaian bapak/Ibu secara obyektif.

5. *Expert Judgement* II

b. Ibu Azizah Fitriah, S.Psi, M.Psi

Surat Keterangan *Expert Judgement*

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Azizah Fitriah, S. Psi, M.Psi
Jabatan/Instansi : Dosen

Dengan ini telah melaksanakan *Expert Judgement* pada:

Nama : Arafah
NIM : 190103040069
Judul Penelitian : Gambaran Sabar Dalam Mengatasi Stres Kerja Pada Guru Sekolah
Luar Biasa Negeri (SLBN) 2 Martapura
Obyek Penilaian : Sabar

Demikian *Expert Judgement* ini dibuat untuk diperbaiki sebagaimana rekomendasi.
(terlampir)

18 September 2023

Banjarmasin,
Expert Judgement



Aziza Fitriah, S. Psi, M.Psi



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235 Telepon (0511) 3266593
Website: www.pi.uin-antasari.ac.id; E-mail: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id

Lampiran:

Rekomendasi dan Hasil *Expert Judgement*

Instrumen Guide Interview

Secara umum Instrumen Guide Interview "Sabar" pada Desain Penelitian a.n. Arafah (NIM:190103040069) tersebut*):

- a. Belum layak digunakan dan masih memerlukan konsultasi
- b. Dapat digunakan dengan banyak revisi
- c. Dapat digunakan dengan sedikit revisi
- d. Dapat digunakan tanpa revisi

Komentar dan Saran Perbaikan:

* Menyusun pertanyaan kedalam bentuk pertanyaan indirect question agar informasi yang diungkapkan subjek lebih luas dan lengkap

* Beberapa indikator dalam aspek-aspek sabar pertanyaan yang disusun masih belum tajam

Banjarmasin, 18 September 2023

Expert Judgement

Aziza Fitriah, S. Psi, M.Psi

*) lingkarih sesuai dengan penilaian bapak/Ibu secara obyektif.

Lampiran D

6. Surat Pernyataan Kesediaan Subjek I



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
 FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
 PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
 Alamat : Jl. Jend A. Yani, Km. 4.5 Komp. UIN Antasari Banjarmasin Kalimantan Selatan, 70235

LEMBAR PERNYATAAN KESEDIAAN
 UNTUK MENJADI SUBJEK PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama/Inisial : F. P
 Alamat : Jl. Veteran Komp. PI-Uluhan
 Usia : 30
 Pendidikan Terakhir : St. P18
 Status Perkawinan : Belum Menikah
 Tempat Lokasi : SLB Negeri 2 Martapura
 Waktu Isolasi : 9.09.2018

Dengan ini, saya menyatakan **SETUJU** dan **BERSEDIA** untuk terlibat dan berpartisipasi aktif sebagai narasumber dari awal sampai akhir proses wawancara. Yang mana data dari wawancara tersebut hasilnya akan digunakan untuk menyusun skripsi dengan judul “Gambaran Sabar Dalam Mengatasi Stres Kerja Pada Guru Sekolah Luar Biasa Negeri (SLBN) 2 Martapura : Studi Deskriptif” yang dilakukan oleh **Sdri. Arafah** selaku mahasiswa semester (IX) Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, UIN Antasari Banjarmasin, Kalimantan Selatan.

Dalam kegiatan ini, saya telah menyadari, memahami dan menerima bahwa:

1. Saya bersedia terlibat penuh dan aktif selama proses wawancara berlangsung.
2. Saya diminta untuk memberikan informasi yang sejujur-jujurnya berkaitan dengan pengalaman pribadi mengenai diri saya yang berkaitan dengan topik penelitian.
3. Identitas dan informasi yang saya berikan akan **DIRAHASIKAN** dan tidak akan disampaikan terbuka kepada umum.
4. Saya menyetujui adanya pendokumentasian selama proses wawancara secara berlangsung dengan tujuan untuk menghindari kesalahan atau adanya informasi yang tidak lengkap mengenai diri saya, baik berupa tulisan, rekam percakapan dan dokumentasi lainnya dengan jaminan informasi pribadi saya dirahasiakan.



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

Alamat : Jl. Jend. A. Yani, Km. 4.5 Komp. UIN Antasari Banjarmasin Kalimantan Selatan, 70235

5. Saya memperkenankan pewawancara untuk menggunakan data-data yang telah saya berikan untuk dipergunakan dengan kepentingan dan tujuan yang telah ditetapkan.
6. Guna menunjang kelancaran proses yang akan dilaksanakan, maka segala hal yang terkait dengan waktu dan tempat akan disepakati bersama, yaitu:
 - Hari/ Tanggal : Senin, 18 September 2023
 - Waktu : 09.09
 - Tempat/Media : Ruang tamu kantor

Saya berhak menghentikan proses wawancara apabila terjadi ketidaknyamanan yang sangat mengganggu selama proses wawancara yang ditimbulkan oleh pewawancara.

Saya dalam keadaan **SADAR** dan ~~TIDAK ADA PAKSAAN~~ dari pihak manapun dalam menandatangani surat persetujuan ini sehingga saya bersedia untuk mengikuti kegiatan wawancara dari awal sampai selesai.

Banjarmasin, 18 September 2023

Mengetahui,

Peneliti

Subjek

(Arafah)

(...F.....K.....)

7. Surat Pernyataan Kesiediaan Subjek II



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM

Alamat : Jl. Jend A. Yani, Km. 4.5 Komp. UIN Antasari Banjarmasin Kalimantan Selatan, 70235

LEMBAR PERNYATAAN KESEDIAAN
UNTUK MENJADI SUBJEK PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama/Inisial : A. N. 2.
Alamat : Jl. Al-Jafri Ujung Banjarbaru
Uisa : 25 Tahun
Pendidikan Terakhir : S1 PLS
Status Perkawinan : Belum menikah
Tempat Lokasi : SLBN 2 Martapura Banjarmasin
Waktu Isolasi : 10.00 WIB

Dengan ini, saya menyatakan **SETUJU** dan **BERSEDIA** untuk terlibat dan berpartisipasi aktif sebagai narasumber dari awal sampai akhir proses wawancara. Yang mana data dari wawancara tersebut hasilnya akan digunakan untuk menyusun skripsi dengan judul "*Gambaran Sabar Dalam Mengatasi Stres Kerja Pada Guru Sekolah Luar Biasa Negeri (SLBN) 2 Martapura : Studi Deskriptif*" yang dilakukan oleh **Sdri. Arafah** selaku mahasiswa semester (IX) Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, UIN Antasari Banjarmasin, Kalimantan Selatan.

Dalam kegiatan ini, saya telah menyadari, memahami dan menerima bahwa:

1. Saya bersedia terlibat penuh dan aktif selama proses wawancara berlangsung.
2. Saya diminta untuk memberikan informasi yang sejujur-jujurnya berkaitan dengan pengalaman pribadi mengenai diri saya yang berkaitan dengan topik penelitian.
3. Identitas dan informasi yang saya berikan akan **DIRAHASIKAN** dan tidak akan disampaikan terbuka kepada umum.
4. Saya menyetujui adanya pendokumentasian selama proses wawancara secara berlangsung dengan tujuan untuk menghindari kesalahan atau adanya informasi yang tidak lengkap mengenai diri saya, baik berupa tulisan, rekam percakapan dan dokumentasi lainnya dengan jaminan informasi pribadi saya dirahasiakan.



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

Alamat : Jl. Jend A. Yani, Km. 4.5 Komp. UIN Antasari Banjarmasin Kalimantan Selatan, 70235

5. Saya memperkenalkan pewawancara untuk menggunakan data-data yang telah saya berikan untuk dipergunakan dengan kepentingan dan tujuan yang telah ditetapkan.
6. Guna menunjang kelancaran proses yang akan dilaksanakan, maka segala hal yang terkait dengan waktu dan tempat akan disepakati bersama, yaitu:

Hari/ Tanggal : Senin, 18 September 2023

Waktu : 10.00 WIB

Tempat/Media : SLB 2 MTs Pung Tamu Gur

Saya berhak menghentikan proses wawancara apabila terjadi ketidaknyamanan yang sangat mengganggu selama proses wawancara yang ditimbulkan oleh pewawancara.

Saya dalam keadaan **SADAR** dan ~~TIDAK ADA PAKSAAN~~ dari pihak manapun dalam menandatangani surat persetujuan ini sehingga saya bersedia untuk mengikuti kegiatan wawancara dari awal sampai selesai.

Banjarmasin, 18 September 2023

Mengetahui,

Peneliti

(Arafah)

Subjek

(A. M. 2)

8. Surat Pernyataan Kesediaan Subjek III



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM

Alamat : Jl. Jend A. Yani, Km. 4.5 Komp. UIN Antasari Banjarmasin Kalimantan Selatan, 70235

LEMBAR PERNYATAAN KESEDIAAN
UNTUK MENJADI SUBJEK PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama/Inisial : A A P
 Alamat : Jl. Danussalern Gg. Rahmat No. 63 Tanjung Rema Martapura
 Usia : 24 Tahun
 Pendidikan Terakhir : S-1
 Status Perkawinan : Belum Kawin
 Tempat Lokasi : SLBN 2 Martapura
 Waktu Isolasi : 15.00

Dengan ini, saya menyatakan **SETUJU** dan **BERSEDIA** untuk terlibat dan berpartisipasi aktif sebagai narasumber dari awal sampai akhir proses wawancara. Yang mana data dari wawancara tersebut hasilnya akan digunakan untuk menyusun skripsi dengan judul “*Gambaran Sabar Dalam Mengatasi Stres Kerja Pada Guru Sekolah Luar Biasa Negeri (SLBN) 2 Martapura : Studi Deskriptif*” yang dilakukan oleh **Sdri. Arafah** selaku mahasiswa semester (IX) Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, UIN Antasari Banjarmasin, Kalimantan Selatan.

Dalam kegiatan ini, saya telah menyadari, memahami dan menerima bahwa:

1. Saya bersedia terlibat penuh dan aktif selama proses wawancara berlangsung.
2. Saya diminta untuk memberikan informasi yang sejujur-jujurnya berkaitan dengan pengalaman pribadi mengenai diri saya yang berkaitan dengan topik penelitian.
3. Identitas dan informasi yang saya berikan akan **DIRAHASIKAN** dan tidak akan disampaikan terbuka kepada umum.
4. Saya menyetujui adanya pendokumentasian selama proses wawancara secara berlangsung dengan tujuan untuk menghindari kesalahan atau adanya informasi yang tidak lengkap mengenai diri saya, baik berupa tulisan, rekam percakapan dan dokumentasi lainnya dengan jaminan informasi pribadi saya dirahasiakan.



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

Alamat : Jl. Jend A. Yani, Km. 4.5 Komp. UIN Antasari Banjarmasin Kalimantan Selatan, 70235

5. Saya memperkenankan pewawancara untuk menggunakan data-data yang telah saya berikan untuk dipergunakan dengan kepentingan dan tujuan yang telah ditetapkan.
6. Guna menunjang kelancaran proses yang akan dilaksanakan, maka segala hal yang terkait dengan waktu dan tempat akan disepakati bersama, yaitu:

Hari/ Tanggal : Senin / 18 September 2023

Waktu : 15.00

Tempat/Media : SLN 2 Martapura

Saya berhak menghentikan proses wawancara apabila terjadi ketidaknyamanan yang sangat mengganggu selama proses wawancara yang ditimbulkan oleh pewawancara.

Saya dalam keadaan **SADAR** dan ~~TIDAK ADA PAKSAAN~~ dari pihak manapun dalam menandatangani surat persetujuan ini sehingga saya bersedia untuk mengikuti kegiatan wawancara dari awal sampai selesai.

Banjarmasin, 18 September 2023

Mengetahui,

Peneliti

(Arafah)

Subjek

(A. A. P.)

Lampiran E

9. Surat Keterangan Ganti Judul



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM

Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235 Telepon (0511) 3266593
 Website: www.pi.uin-antasari.ac.id; E-mail: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id

SURAT KETERANGAN
 Nomor : 3171/Un.14/III.3/PP.00.9/08/2023

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Mahasiswa Psikologi Islam di bawah ini :

Nama	: Arafah
NIM	: 190103040069
Prodi	: Psikologi Islam
Dosen pembimbing	: Dr. M. Zainal Abidin, M.Ag
Judul Skripsi	: "Gambaran Kesabaran Untuk Mengatasi Stres Kerja Pada Guru SLBN 2 Martapura"

Dengan ini merubah judul skripsi diatas dengan judul "Gambaran Sabar Dalam Mengatasi Stres Kerja Pada Guru Sekolah Luar Biasa Negeri (SLBN) 2 Martapura" yang telah disetujui oleh dosen pembimbing.

Demikian surat keterangan perubahan judul ini dibuat, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Banjarmasin, 22 Agustus 2023

Ketua Prodi Psikologi Islam
 Sekretaris,



Muslichin, M.A

Lampiran F

10. Surat Izin Penelitian



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM

Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235
 Telepon (0511) 3266593; Faksimili (0511) 3254344;
 Website: www.pi.uin-antasari.ac.id; E-mail: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id

Nomor : 3191/Un.14/III.3/PP.00.9/09/2023
 Hal : Surat Izin Penelitian

Yth. **Kepala Sekolah Luar Biasa Negeri (SLBN) 2 Martapura**
 Di Jl. Menteri Empat No. 25, Sungai Paring, Martapura, Kabupaten Banjar, Kalimantan Selatan

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Dengan hormat,

Bersama ini kami sampaikan bahwa mahasiswa Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari atas nama:

Nama : Arafah
 NIM : 190103040069
 Prodi : **Psikologi Islam**

Mengajukan permohonan Izin penelitian untuk riset skripsi dengan judul/topik "Gambaran Sabar Dalam Mengatasi Stres Kerja Pada Guru Sekolah Luar Biasa Negeri (SLBN) 2 Martapura.

Demikian surat permohonan ini kami sampaikan. Atas perhatian dan kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

Wassalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh

Banjarmasin, 05 September 2023
 Dekan,



Dr. Dzikri Nirwana, M.Ag

11. Surat Balasan Selesai Penelitian



PEMERINTAH PROVINSI KALIMANTAN SELATAN
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SLB NEGERI 2 MARTAPURA

JENJANG SDLB, SMPLB, SMALB
 SK Gubernur Kalsel No: 188.44/0285/KUM2018 Tertanggal 15 Mei 2018
 NIS 1.01 01 062 NSS 10 1 15 01 01 062

Alamat : Jl. Menteri Empat No. 25 Kel. Sungai Paring Kec. Martapura Kab. Banjar KP 70613

SURAT KETERANGAN TELAH MELAKSANAKAN PENELITIAN

Nomor : 421.8/063/SLBN2MTP/2023

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ernas Hidayanto, S. Pd
 NIP : 19640124 198509 1 001
 Jabatan : Kepala Sekolah
 Unit Kerja : SLB Negeri 2 Martapura

Menerangkan bahwa :

Nama : ARAFAH
 NIM : 190103040069
 Lembaga/Instansi : Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin
 Fakultas : Ushuluddin dan Humaniora
 Program Studi : Psikologi Islam

Telah melakukan Penelitian dengan judul “Gambaran Sabar Dalam Mengatasi Stres Kerja pada Guru Sekolah Luar Biasa Negeri (SLBN) 2 Martapura” Pada tgl 18 September 2023 – 22 September 2023 di SLB Negeri 2 Martapura.

Demikian surat keterangan ini di buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Martapura, 22 September 2023

Kepala Sekolah



ERNAS HUDAYANTO, S. Pd

NIP. 19640124 198509 1 001

Lampiran G

12. Koesioner Penelitian Skala Stres Kerja

PETUNJUK PENGISIAN KUESIONER

1. Dalam angket ini ada beberapa pertanyaan yang harus anda jawab. Berilah tanda (×) atau (✓) pada jawaban yang anda anggap paling tepat dan paling sesuai dengan diri anda.
2. Adapun jawaban tersebut terdiri dari :
 SS : Sangat Setuju
 S : Setuju
 TS : Tidak Setuju
 STS : Sangat Tidak Setuju
3. Dalam setiap pernyataan tidak ada jawaban yang benar maupun salah, jadi sebisa mungkin anda pilih jawaban yang paling tepat dan yang paling sesuai dengan Saudara.
4. Kuesioner ini ditunjukkan untuk para guru yang mengajar di sekolah luar biasa negeri 2 Martapura.
5. Jawaban yang anda berikan terjamin kerahasiaannya. Jawaban anda merupakan informasi yang sangat berarti, oleh karena itu kelengkapan pengisian kuesioner dan kejujuran dalam menjawab pertanyaan-pertanyaan sangat peneliti harapkan.
6. Terimakasih banyak atas kesediaan meluangkan waktu dan berkenan memberikan jawaban pada kuesioner yang telah disediakan.

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Akhir-akhir ini jantung saya berdetak lebih cepat				
2	Saya mengumpulkan pekerjaan terlebih dahulu sebelum saya mengerjakannya sehingga pekerjaan saya menjadi menumpuk				
3	Saya senang bertemu dengan teman kerja setiap hari				

4	Saya memiliki pikiran buruk yang berlebihan ketika saya ada masalah				
5	Tekanan darah saya normal				
6	Akhir-akhir ini saya mengalami perubahan pola tidur				
7	Saya merasa belakangan ini saya mudah sekali marah pada orang lain				
8	Ketika bekerja, saya fokus dengan tugas saya				
9	Saya merasa tidak ada yang berubah dari pola tidur saya				
10	Belakangan ini tekanan darah saya meningkat				
11	Saya tetap optimis terhadap pekerjaan saya				
12	Saya lebih senang mengerjakan tugas di awal daripada menumpuknya				
13	Saya mengalami perubahan kebiasaan makan sehingga saya mengalami masalah pencernaan				
14	Pekerjaan saya bukan pekerjaan yang membosankan				
15	Saya merasa yakin bahwa saya akan mendapatkan ide yang lebih bagus ketika mengerjakan tugas pada waktu yang sempit walaupun saya tahu hal itu membuat saya menjadi tergesa-gesa				
16	Adakalanya saya merasa cemas ketika sedang mengerjakan sesuatu diluar kemampuan saya				
17	Terkadang saya absen (tidak hadir) dalam bekerja walaupun bukan karena suatu hal yang mendesak				
18	Saya merasa bahwa saya selalu memiliki suasana hati yang bagus				
19	Saya tetap menyelesaikan tugas sesuai dengan waktu yang ditetapkan				
20	Saya merasa sakit kepala saat menjalani pekerjaan seharian penuh				

21	Saya menjadikan suasana hati sebagai alasan agar saya dapat menunda untuk mengerjakan pekerjaan saya				
22	Belakangan ini saya merasa suasana hati saya berubah-ubah				
23	Saya bicara terbata-bata ketika sedang berdiskusi dengan atasan ketika melakukan pekerjaan				
24	Saya merasa jenkel saat ada pekerjaan yang tidak diduga diluar jam kerja				
25	Saya merasa gelisah ketika sedang mengerjakan tugas yang diberikan				

13. Tabulasi Skor Jawaban Skala Stres Kerja

No	respon den	pernyataan																									Fisiol ogis	Psikol ogis	Peril aku	TOT AL
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25				
1	Sap	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	8	32	14	54
2	Mhf	1	1	1	1	1	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	8	33	14	55	
3	Aie	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	8	24	12	44	
4	Y	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2	2	1	3	1	2	1	2	2	2	2	2	7	25	11	43	
5	N	2	2	1	2	1	2	2	1	2	1	1	1	1	1	4	3	2	1	1	3	2	1	3	2	1	7	25	11	43
6	Ar	1	3	2	3	1	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	1	2	2	2	3	2	2	3	2	6	37	11	54	
7	DF	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	8	34	12	54	
8	Yn	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	8	34	12	54	
9	Rs	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	8	34	12	54	
10	G	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	7	30	12	49	
11	Amr	1	1	1	1	1	3	1	1	3	2	1	2	3	1	2	2	1	2	1	3	2	2	3	3	1	7	23	14	44
12	Rh	3	2	2	1	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	9	29	13	51
13	S	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	8	30	14	52
14	Fr	2	3	2	4	2	4	3	2	3	2	2	3	2	1	4	4	2	2	3	4	3	3	3	4	2	10	43	16	69
15	Aap	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	8	38	15	61
16	Sy	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	1	2	3	1	3	4	1	3	2	3	3	3	2	3	3	9	36	15	60
17	I	2		1	2	1	2	1	1	1	1		1	1	1	1	2	2	1	1	2	2	1	2	1	6	17	9	32	
18	Pn	2	2	1	2	1	3	1	2	3	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	7	24	14	45
19	G	2	2	2	2	3	3	2	1	3	2	2	2	2	2	2	3	1	3	1	2	3	3	2	2	2	9	32	13	54
20	Y	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	4	2	2	3	3	3	3	2	2	9	32	18	59
21	L	2	1	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	8	25	12	45

22	Ali	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	6	21	10	37
23	Ana	2	1	1	2	2	3	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	8	26	13	47
24	Rm	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	8	32	14	54
25	Nunu	2		3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	9	33	15	57	
26	Dwi	2	3	2	1	1	2	1	1	2	2	2	1	1	2	2	3	1	2	1	2	1	2	1	4	2	7	28	9	44	
27	Nr	2	3	2	1	1	2	1	1	2	2	2	1	1	2	2	4	1	2	1	2	1	2	1	4	2	7	29	9	45	
28	Anz	2	2	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	9	38	16	63	

Lampiran H

14. Pedoman Wawancara Subjek Penelitian

TABEL I : PEDOMAN WAWANCARA SABAR

No	Aspek	Pengertian	Indikator	Pertanyaan
1	Pengendalian diri	Kemampuan dan usaha seseorang untuk mengatur, membimbing, serta mengarahkan berbagai macam tindakan dalam diri untuk agar menjadi tindakan yang positif	Mengendalikan emosi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menurut anda apa itu sabar dalam bekerja? 2. Ceritakan bagaimana menurut pengalaman anda ketika anda merasakan sabar, apa saja yang terjadi pada saat itu atau saat merasakan sabar tersebut? 3. Disaat terjadinya hal tersebut apakah anda pernah merasakan kesulitan dalam bekerja hingga menyebabkan stres kerja, karena apa terjadinya kesulitan tersebut?

				<p>4. Bagaimana cara anda mengatasi situasi saat merasakan kesulitan sehingga menyebabkan stres kerja?</p> <p>5. Saat anda berada dalam kondisi stres saat bekerja, bagaimana anda menjalani proses tersebut?</p> <p>6. Lalu bagaimana proses sabar anda dalam mengatasi stres kerja tersebut?</p>
			Tetap Berperilaku baik	<p>1. Apabila ada sesuatu hal yang tidak diinginkan terjadi pada murid anda apa yang anda lakukan?</p> <p>2. Bagaimana cara anda menanamkan sabar ketika menghadapi murid tersebut?</p>

2	Ketabahan	Kemampuan seseorang agar tetap semangat dan menguatkan hati dalam menghadapi cobaan dan kesulitan hidup dalam setiap usahanya.	Mampu bertahan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bagaimana tanggapan anda ketika masalah datang terus-meneurs? 2. Dalam hal ini, pernahkah anda merasa bahwa semua ini tidak adil sehingga seringkali datang masalah atau kesulitan tersebut? Apa yang membuat anda bisa bertahan dalam situasi tersebut? 3. Bagaimana cara anda menyikapi hal tersebut?
			Tidak mudah berputus asa	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bisakah anda menerima keadaan yang anda alami? 2. Atas dasar apa yang menjadikan anda dapat menerima keadaan tersebut?

				3. Lalu apa yang mendorong anda untuk tetap bisa menerima keadaan tersebut?
3	Kegigihan	merupakan salah satu cara untuk menentukan dimana seseorang dapat menempatkan upaya mereka untuk bertahan dalam menghadapi tantangan hidup	Semangat dalam mengatasi masalah	<ol style="list-style-type: none"> 1. Motivasi apa saja kah yang membuat anda tetap bertahan dalam masalah ini? 2. Mengapa anda tetap bisa bersemangat dalam masalah ini? Karena faktor apa yang membuat anda menjadi bersemangat dalam hal ini?
4	Menerima kenyataan	Merupakan suatu perbuatan yang tetap bersyukur dan sabar atas apa yang telah terjadi dalam hidupnya.	Ikhlas terhadap apa yang diusahakan	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dalam pekerjaan sebagai pendidik, pernahkah anda merasakan kegagalan atas apa yang telah anda usahakan? Karena apa kegagalan tersebut terjadi?

				<p>2. Lalu apakah anda menerima atas kegagalan tersebut? Kemudian apa yang membuat anda menerima ?</p> <p>3. Bagaimana cara anda menerima kegagalan tersebut? Dan karena hal apa saja yang membuat anda menerima ketika kegagalan itu terjadi?</p>
5	Sikap tenang	Merupakan perasaan dan suasana jiwa yang berada dalam keseimbangan seseorang tidak terburu-buru atau gelisah dalam mengatasi masalah	Mampu berusaha untuk selalu bersikap tenang dalam menghadapi masalah	<p>1. Ketika anda sedang berada dalam sebuah masalah, akan tetapi anda belum mampu mengatasi hal tersebut. Apa yang harus anda lakukan agar bisa mengatasi masalah tersebut?</p> <p>2. Saat anda mengatasi masalah tersebut,</p>

				<p>apakah anda merasa tenang?</p> <p>3. Lalu usaha apa sajakah yang anda lakukan untuk mengatasi masalah tersebut agar dapat membuat anda merasakan ketenangan?</p>
			<p>Mampu mengatasi emosi</p>	<p>1. Bagaimana cara anda mengelola emosi saat mengalami masalah atau stres kerja?</p> <p>2. Atas dasar motivasi apa yang membuat anda hingga mampu mengelola masalah atau stres kerja tersebut?</p>

15. Pedoman Wawancara Informan Penelitian

- 1) Dari yang Anda tahu, mengapa subjek memiliki stres kerja?
- 2) Apakah Anda sering berinteraksi dengan subjek disaat subjek merasakan stres kerja?
- 3) Seberapa sering Anda berinteraksi dengan subjek pada saat itu?
- 4) Dari interaksi tersebut, bagaimana keadaan subjek disaat merasakan stres kerja?
- 5) Sepengetahuan Anda, apakah subjek pernah berperilaku kurang baik disaat mengajar atau menjalankan tugas lainnya?
- 6) Jika iya, sikap atau perilaku apa yang menunjukkan subjek terlihat mempunyai stres kerja?
- 7) Dari yang Anda tahu, bagaimana cara subjek mengatasi stres kerjanya?
- 8) Apa yang Anda lakukan untuk membantu subjek agar dapat mengurangi atau melegakan pikiran atau stres kerjanya?
- 9) Menurut Anda apa yang banyak memberikan bantuan dalam proses penyembuhan subjek saat mengatasi stres kerja?

Lampiran I

16. Verbatim Wawancara Subjek I

Nama : Fr (Inisial)

Usia : 30 tahun

Pekerjaan : Guru 7 & 9B

Waktu : Senin, 18 September 2023, Pukul 09.09-09.40

Lokasi : Sekolah luar biasa negeri (SLBN) 2 Martapura

Ket :

Perkataan : Ucapan Subjek

Perkataan : Ucapan Peneliti

S : Subjek

L : Jenis kelamin subjek (Laki-laki)

Baris	Uraian	Tema
1	<i>Menurut anda apa itu sabar dalam bekerja?</i>	Pengendalian diri
2	Sabar adalah sebuah kondisi emosi yang	(Mengendalikan emosi)
3	dapat di kontrol ketika menghadapi suatu	B1-B28
4	umumnya yaitu masalah sehingga emosi	
5	negatif yang dirasakan bisa di kontrol	
6	<i>Ceritakan bagaimana menurut pengalaman</i>	
7	<i>anda ketika anda merasakan sabar, apa</i>	
8	<i>saja yang terjadi pada saat itu atau saat</i>	
9	<i>merasakan stres kerja?</i>	
10	Ketika sudah siap mau mengajar dikelas tau-	
11	tau ketika masuk kelas tersebut anak-anak	
12	sedang berkelahi atau ada problem	
13	terkadang berkelahnya sama anak kelas lain	
14	sedangkan materi sudah siap tinggal	
15	diajarkan, akan tetapi karena adanya	
16	masalah itu kan jadinya terganggu jadi	
17	solusinya selama ini mau gak mau harus	

<p>18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57</p>	<p>nenangin anak nya dulu, cuman kadang kalo sudah kelepasan itu bisa tegas dalam menegurnya seperti “udah kamu diam kamu sini aja biar yang lain gak usah di urusin” kadang seperti itu. Karena jika tidak seperti itu terkadang mereka bisa saling tonjok-tonjokan, jadi demi pembelajaran bisa berjalan dan mereka tidak berkelahi lagi jadi harus ditegasin gitu, nah kadang atas kejadian tersebut terkadang emosinya jadi turun naik</p> <p><i>Jika boleh tau, biasanya anak berkebutuhan khusus apa pak yang berkelahi atau yang bikin bentrok itu?</i></p> <p>Kalo kelas aku handel itu kan kelas tuna rungu, biasanya kalo tuna rungu itu bertemannya juga sama anak tuna rungu, dan berkelahinya sama anak tunua rungu juga. Biasanya karena faktor ejek-mengejek, setelah hari sbelumnya entah ada ada Vidio Call atau Live Instagram sama cewe atau sama lawan jenis jadi besoknya biasanya ada saling olok-mengolok cuman karena hal kecil bisa bertengkar tapi tidak sampai berdarah-darah pukul-pukul keras enggak, lebih sering dorong-dorongan gitu, cuman itukan mengganggu pembelajaran dan mengganggu yang lain juga. Terkadang di jam waktu istirahat ada laporan di kantor bahwasanya di kelas ada yang berkelahi, jadi mau gak mau harus ke sana sedangkan istirahat kan waktunya untuk tenang dan istirahat kan</p> <p><i>Disaat terjadinya hal tersebut apakah anda pernah merasakan kesulitan dalam bekerja hingga menyebabkan stres kerja, karena apa terjadinya kesulitan tersebut?</i></p> <p>Untuk kesulitan yang terjadi itu sering dirasakan di awal-awal kurang lebih 20 menit tersita waktu pembelajarn sedangkan</p>	<p>Pengendalian diri (Mengendalikan emosi) B29-B66</p>
--	---	--

<p>58 59 60 61 62 63 64 65 66 67 68 69 70 71 72 73 74 75 76 77 78 79 80 81 82 83 84 85 86 87 88 89 90 91 92 93 94 95 96 97</p>	<p>materi mau tidak mau harus berjalan, anak berkebutuhan khusus memerlukan waktu, jadi ketika sudah terjadi hal seperti itu maka harus bisa mencoba bersabar semaksimal mungkin walaupun dampaknya materinya kalau tidak terputus atau sedikit yang bisa disampaikan, yah besok nya harus dilanjutin lagi mau tidak mau harus mengulang lagi akhirnya memakan waktu</p> <p><i>Bagaimana cara anda mengatasi situasi saat merasakan kesulitan sehingga menyebabkan stres kerja?</i></p> <p>Kadang mengatasi situasi tersebut dengan cara menenangkan diri dengan melakukan sharing kepada teman karena aku merupakan tipikal orang yang tidak suka memendam, jadi jika ada masalah terus ketemu teman dan terus cerita mau itu ada solusi atau tidak ada solusi tapi ketika sudah diceritakan itu semua dapat mengurangi rasa beban yang dirasakan, alhamdulillah jika ada respon dari teman akan tetapi jika tidak ada respon sudah tidak papa yang penting sudah di keluarkan isi hati yang terpendam, tapi biasanya kalo sudah cerita itu sudah selesai</p> <p><i>Saat anda berada dalam kondisi stres saat bekerja, bagaimana anda menjalani proses tersebut?</i></p> <p>Kadang jika diluar jam kerja stres kerja tersebut menjadi beban, seperti survei kemaren kan di bulan juli ya, kebetulan pada bulan itu dihadapannya ada pelantikan panitia peserta pendidik baru dan ujian Nasional SD, SMP dan SMA. Aku sebagai sekertarisnya, terus ada mendampingi</p>	<p>(Mengendalikan emosi) B67-109</p>
--	--	--

<p>98 99 100 101 102 103 104 105 106 107 109 110 111 112 113 114 115 116 117 118 119 120 121 122 123 124 125 126 127 128 129 130 131 132 133 134 135 136 137</p>	<p>lomba anak-anak UN jadi kebentrok semua. Akhirnya mau dilepas ya tanggung jawab tapi jika tidak dilepas juga kewajiban jadi disitulah merasa sulit dalam membagi waktunya dan lumayan menyita stres kerja <i>Lalu bagaimana proses sabar anda dalam mengatasi stres kerja tersebut?</i> Dengan cara membuat list pekerjaan yang mau dikerjakan khususnya yang lebih urgent untuk dikerjakan supaya lebih terstruktur dan berjalan dengan baik <i>Apabila ada sesuatu hal yang tidak diinginkan terjadi pada murid anda apa yang anda lakukan?</i> Lebih ke mengkondisikan keadaan anak terlebih dahulu baru melanjutkan pembelajaran selanjutnya <i>Bagaimana cara anda menanamkan sabar ketika menghadapi murid tersebut?</i> Yang namanya murid tidak bisa disalahkan, jadi apapun faktor yang terjadi pada anak yaitu dampak dari kegiatan, jadi anak tidak boleh di salahkan kalo di SLB anak-anak tidak boleh di salahkan. Maka apabila ada kendala-kendala masalah itu terjadi karena adanya kondisi eksternal ataupun karena gurunya kurang memperhatikan hal detail seperti itu <i>Apakah pernah anda menyalahkan diri sendiri atas kejadian tersebut?</i> Pernah, salah satunya seperti ketika ada pendampingan lomba mau tidak mau anak murid ditinggal walaupun sudah diberikan tugas di kelas dan meminta guru lain untuk menjaga, cuman yang namanya anak ini tidak ada guru utama nya mereka keluar- keluar dan akhirnya ada laporan berkelahi dan laporan macam-macam maka disitulah ada rasa tidak enak nya.</p>	<p>Pengendalian diri (Tetap berperilaku baik) B110- B137</p>
--	---	--

<p>176 178 179 180 181 182 183 184 185 186 187 188 189 190 191 192 193 194 195 196 197 198 199 200 201 202 203 204 205 206 207 208 209 210 211 212 213 214 215 216</p>	<p>Iya pernah, pernah mengajukan untuk diganti dengan orang lain saja, akan tetapi jawabannya guru lain tidak bisa, lambat, ada masalah dan subjek sudah biasa dan selalu ada kata-kata sudah biasa. Padahal masing-masing juga punya masalah yang sama, ketika mengikuti kegiatan ko yang lain kenapa ya enggak ikut kegiatan terus</p> <p><i>Untuk opsi sistem kerja yang dirubah supaya yang lain bisa memahami pernah kah?</i></p> <p>Pernah dicoba di sebuah kegiatan, akan tetapi itu malah menjadi masalah baru dan makin lebar lagi masalahnya</p> <p><i>Bagaimana cara anda menyikapi hal tersebut?</i></p> <p>Dengan lebih bersabar dan berusaha mencari solusinya bagaimana agar bisa berjalan dengan baik dan sesuai yang di inginkan</p> <p><i>Bisakah anda menerima keadaan yang anda alami?</i></p> <p>Mau tidak mau harus bisa, mending cape ketimbang sabar tapi tidak bekerja. Dan juga mengajar disini merupakan sebuah pilihan untuk sekolahnya sebelumnya mengajar di SLB 3 Banjarmasin dan pindah disini karena keterimahan tes, perbedaan lingkungan kerja kalo di sana swasta jadi kaya lebih dekat dan di sana cuman SD saja, kalo di sini ada 3 jenjang yaitu SD, SMP dan SMA jadi haru ada penyesuaian</p> <p><i>Untuk mengajar tersebut tingkatan apa saja yang diajarkan?</i></p> <p>Untuk dapat tugas nya di SMP, akan tetapi setiap tahun nya pasi ada roling, terkadang tetap sama melanjutkan atau pindah. Seperti awal masuk di sini aku mengajar di SMA setelah itu baru SMP, tahun tadi sempat mengajukan SD akan tetapi di tolak</p>	<p>Ketabahan (Tidak mudah berputus asa) B197-229</p>
--	---	--

<p>217</p> <p>218</p> <p>219</p> <p>220</p> <p>221</p> <p>222</p> <p>223</p> <p>224</p> <p>225</p> <p>226</p> <p>227</p> <p>228</p> <p>229</p> <p>230</p> <p>231</p> <p>232</p> <p>233</p> <p>234</p> <p>235</p> <p>236</p> <p>237</p> <p>238</p> <p>239</p> <p>240</p> <p>241</p> <p>242</p> <p>243</p> <p>244</p> <p>245</p> <p>246</p> <p>247</p> <p>248</p> <p>249</p> <p>250</p> <p>251</p> <p>252</p> <p>253</p> <p>254</p> <p>255</p> <p>256</p>	<p><i>Apa perbedaan antara SD, SMP, dan SMA dalam cara pengajarannya?</i></p> <p>Kalo untuk SD agak mucil cuman jam belajar nya cuman sampai jam 10-11 saja jadi setelah itu bisa di isi dengan jam keterampilan untuk persiapan lomba tadi, sedang di SMP sampai jam 12 jadi untuk membagi waktu keterampilan susah mau gak mau harus siang hari pada jam yang lain pulan aku harus bekerja jadi hal ini juga merupakan sebuah kendala juga dalam hal waktu karena terkadang waktu istirahat dijadikan sebagai waktu latihan</p> <p><i>Atas dasar apa yang menjadikan anda dapat menerima keadaan tersebut?</i></p> <p>Kenapa aku dapat menerima keadaan tersebut, karena aku memiliki satu prinsip yang sama dengan teman-teman yang kami ajari ini merupakan anak-anak SLB anak-anak syurga, jadi aku ambil hikmah nya saja berharap lelah dengan lillah bisa menjadi ibadah</p> <p><i>Lalu apa yang mendorong anda untuk tetap bisa menerima keadaan tersebut?</i></p> <p>Alhamdulillah karena diberikan kesempatan bekerja, itu merupakan hal yang sudah sangat cukup, terkadang banyak teman-teman yang sampai saat ini masih belum bekerja sedangkan sendri sudah bekerja dan diberikan posisi tinggal mengerjakan, dan belum tentu misalkan keluar dari sini pekerjaan di lain lebih enak</p> <p><i>Motivasi apa saja kah yang membuat anda tetap bertahan dalam masalah ini?</i></p> <p>Karena adanya sebuah dukungan orang tua apapun pekerjaannya yang penting bekerja, dan karena memang di keluarga itu disiplin ditegaskan jika ada masalah dan dimanapun bekerja yang penting bekerja, kerjakan apa yang bisa</p>	<p>Ketabahan (Tidak mudah berputus asa) B230-B248</p> <p>Kegigihan (Ikhlas dalam mengatasi masalah) B249-B271</p>
---	--	---

<p>257</p> <p>258</p> <p>259</p> <p>260</p> <p>261</p> <p>262</p> <p>263</p> <p>264</p> <p>265</p> <p>266</p> <p>267</p> <p>268</p> <p>269</p> <p>270</p> <p>271</p> <p>272</p> <p>273</p> <p>274</p> <p>275</p> <p>276</p> <p>277</p> <p>278</p> <p>279</p> <p>280</p> <p>281</p> <p>282</p> <p>283</p> <p>284</p> <p>285</p> <p>286</p> <p>287</p> <p>288</p> <p>289</p> <p>290</p> <p>291</p> <p>292</p> <p>293</p> <p>294</p> <p>295</p> <p>296</p>	<p><i>Mengapa anda tetap bisa bersemangat dalam masalah ini? Karena faktor apa yang membuat anda menjadi bersemangat dalam hal ini?</i></p> <p>Karena melihat perkembangan anak jika ada perkembangan itu kaya rasa bahagia gitu, jadi kaya tertarik mengajari anak-anak kira-kira apa lagi besok- apa lagi besok yang mau di ajarkan untuk melihat perkembangan anak. Ketika anak itu menang lomba, ketika anak itu pindah ke SMA nilai bagus kan ada kebanggaan tersendiri, sebaliknya ketika tidak ada perkembangan itu kadang siapa sih guru sebelumnya gitu sih, jadi antara beban dan motivasi</p> <p><i>Dalam pekerjaan sebagai pendidik, pernahkah anda merasakan kegagalan atas apa yang telah anda usahakan? dan Karena apa kegagalan tersebut terjadi?</i></p> <p>Pernah, paling kegagalan itu karena ada perkembangan yang sedikit dalam anak, sudah diajarkan, sudah mengubah materi, dan sudah merubah media tapi masih tidak dapat ketu nah, jdi pertanyaan nya. Apa sih yang salah nya di aku, sedangkan anak tidka mungkin di salahkan karena prodak nya sudah memang seperti itu, jadi tergantung kitanya bagai mana mengulik anak, terkadang si situ minder nya dan down nya tu kadang. Apasih salahnya, apasih solusinya sebenarnya, sedangkan yang kata teman-teman di coba tetap tidak bisa salah satunya anak nangis, sampai hari ini dia gak turun, anak itu kaya gak siap belajar murid baru masuk tapi setiap hari menangis, tiap belajar nangis, selesai istirahat nangis tidak tau apa. Tapi baru ini sih tau ternyata gatal-gatal, cuman aku sempat down kenapa sih pas giliran aku yang megang anak itu ko nangis terus, giliran guru sebelumnya tidak,</p>	<p>Menerima kenyataan (Ikhlas terhadap apa yang diusahakan) B272-301</p>
---	---	--

<p>297 298 299 300 301 302 303 304 305 306 307 308 319 310 311 312 313 314 315 316 317 318 319 320 321 322 323 324 325 326 327 328 329 330 331 332 333 334 335 336</p>	<p>sudah dapat sih solusinya bahwa dia gatal-gatalan dia malu, akan tetapi tetap berdampak pada sendiri karena tidak bisa menghandel ibaratnya dan merupakan salah satu kegagalan</p> <p><i>Lalu apakah anda menerima atas kegagalan tersebut? Kemudian apa yang membuat anda menerimanya?</i></p> <p>Awalnya tidak bisa menerima kenapa anak seperti ini, tapi karena sekarang sudah tahu penyebabnya oo itu faktor karena eksternal yang kita tidak bisa handel, tentang emosi anak, tentang kondisi psikologis anak, dan kita tidak bisa menghandel itu karena setelah aku galih di rumahnya, anak itu memang tidak di jaga oleh orang tua nya tetapi di jaga oleh nenek nya, jadi kegitu sma dengan di lepas dengan masalah tangan gatalan tambah masalah kan tambah minderkan dia, sudah keluarga nya tidak mendukung dia nya sakit, dan akhirnya itu yang membuat dia tahun ini</p> <p><i>Dari pihak skeolah sendiri apakah pernah mengunjungi ke rumah selain bapak untuk sistem pembelajaran?</i></p> <p>Untuk guru sebelumnya juga pernah sekali pada waktu itu ujian Nasional di rumah, kalo untuk yang ini sudah di komunikasikan ke keluarganya apakah mau belajar di rumah atau di beri materi, jawabannya itu tidak usah karena si anaknya fokus pengobatan dulu katanya, jadi masih bolak-balik rumah sakit gitu. Jadi sudah aku bilang misalkan sudah selesai bisa masuk kelas lagi</p> <p>Ada satu lagi masalah yang kegagalan tadi, anak ini punya bakat menggambar tetapi motivasi orang tua untuk menyekolah kan anak nya sangat minim membiarkan anaknya saja, padahal anaknya itu pagi sudah siap baju seragam tapi di tinggal</p>	<p>Menerima kenyataan (Ikhlas terhadap apa yang diusahakan) B302-B393</p>
--	--	---

337	mama nya kata anak-anak lain, akhirnya si	
338	anak tadi ganti baju dan gak sekolah. Nah	
339	kegagalan ku, aku sudah berapa kali murid	
340	ku untuk mendatangi ke rumahnya tapi tetap	
341	tidak bisa, nah aku tu bingung solusi ngakak	
342	dia kembali ke sekolah, karena kan yang	
343	namanya bapak-bapak kan tidak kaya ibu-	
344	ibu ya, nah kaya mengayomi banar tu aku	
345	bingung gimana caranya yo, ya di bilang gak	
346	ada usaha padahal sudah usaha , tapi kalo di	
347	bilang usaha nya sudah maksimal atau	
348	belum ya memang belum, harusnya aku	
349	yang datang kerumahnya melajari paling	
350	tidak home scholing cuman kembali lagi	
351	karena beban kerjanya dan tugas yang lain	
352	banyak, akhirnya ku anggap ya sudah kalo	
353	anak nya mau sekolah sekolah, kalo mau	
354	nya gak mau ya sudah jadi aku lepas tangan	
355	ai sudah	
356	<i>Tapi anak itu apakah sudah masuk gerbang</i>	
357	<i>sekolah?</i>	
358	Sudah, sudah sering datang tau-tau siang	
359	istirahat itu pulang padahal rumah nya	
360	cuman di belakang sekolah ini aja, jalan kaki	
361	sampai padahal tapi aku nggak tau apa	
362	masalahnya apa dan sampai sekarang nggak	
363	tau masalahnya apa, entah karena aku tidak	
364	bisa menhandel anak itu di kelas kah atau	
365	karena anak nya baru tahu guru lakian kah,	
266	nah itu aku kurang tahu	
267	<i>Tapi untuk sistem kerjanya sebelumnya itu</i>	
268	<i>yang mengajar pagi sebelum istirahat itu</i>	
269	<i>bapak?</i>	
270	Sama, guru sebelumnya pun laki-laki	
271	sebenarnya, padahal bakat menggambar dia	
272	tu jauh dari teman-teman nya dan jauh dari	
273	aku malah harusnya bisa di kulik kan,	
274	cuman kemauan nya kurang padahal dia	
275	nggak nangis harusnya bisa aja dipaksa	
276	orang tua lo, paksa aja bu tapi kata ibu nya	

<p>277 278 279 280 281 282 283 284 285 286 287 288 289 390 391 392 393 394 395 396 397 398 399 400 401 402 403 404 405 406 407 408 409 410 411 412 413 414 415 416</p>	<p>ngalih pak kami hauran jua, kada kawa me antar kada kawa me ambili, jadikan banyak masalah jadinya anak nya keisan juga itu sih beban nya sampai saat ini, salah satu nya tu keluarga nya itu ibu kontrakan ku dan ibu nya itu pernah bilang itu murid mu kah? Iya, kada sekolah lagi kah? Kada nya kd sekolah pang bu, anak nya yang kada turun-turun, nah kan kaya kada nyaman kan jadinya salah satu beban lain lagi jadinya. Kalo guru-guru lain itu yang ibu-ibu, kadang sampai datang ke rumah membujuk untuk datang lagi, kalo aku menggiring murid, karena murid nya kan tau rumah nya dibelakang sekolahan ini jadi rombongan mereka, mereka manggil besok turun besoknya gak turun lagi nah itu sudah sering berulang-ulang seperti itu</p> <p><i>Bagaimana cara anda menerima kegagalan tersebut? dan karena hal apa saja yang membuat anda menerima ketika keagaln itu terjadi?</i></p> <p>Awal sebabnya aku menerima itu lo, karena aku sudah tau beberapa faktor penyebab nya dan faktor penyebab nya itu susah untuk di handel karena kada hanya internal aku melainkan eksternal juga, jadi kalo memang itu masalahnya ya mau gimana lagi karena faktornya sudah melibatkan eksternal</p> <p><i>Ketika anda sedang berada dalam sebuah masalah, akan tetapi anda belum mampu mengatasi hal tersebut. Apa yang harus anda lakukan agar bisa mengatasi masalah tersebut?</i></p> <p>Lebih bertanya ke teman kerja khususnya yang sudah berpengalaman atau sama teman sejawat pernah kah mengalami masalah kegin, ya contohnya kasus di kelas itu anak mudah sakit perut sedangkan aku tidak tau kayapa mengatasi perempuan jadi ku tanya ke guru perempuan bahwa ini anak</p>	<p>Menerima kenyataan (Ikhlas terhadap apa yang diusahakan) B394-B404</p> <p>Sikap tenang (Mampu berusaha untuk selalu bersikap tenang dalam menghadapi masalah) B405-B445</p>
--	--	--

<p>417 418 419 420 421 422 423 424 425 426 427 428 429 430 431 432 433 434 435 436 437 438 439 440 441 442 443 444 445 446 447 448 449 450 451 452 453 454 455 456</p>	<p>ini mudah sakit perut tanyakan pang tentang haid nya atau apa kegitu, yang jelas di luar masalah ku dan aku tidak bisa menanyakan jadi cuman bisa minta tolong ke teman dan ku ceritakan kronologis nya</p> <p>Kalo untuk bekerja contohnya kadang di berikan tugas seperti olahraga yang diluar dari bidang aku jadi aku minta tolong ke orang lain karena itu bukan bidang aku, administrasi guru bukan bidang ku juga. Tiap tahun ada pelatihan-pelatihan acak yang harus ini, harus ini, harus ini, terkadang aku nanya dulu ini apa garang pelatihannya, apa aja masalahnya, dan apa yang harus di bawa biasanya kegitu karena di luar dari bidang ku. Jadi aku mencoba mencari informasi terlebih dahulu, kalo memang bisa aku handel ya ku handel tapi kalo gak bisa ak bilang ke atasan bahwa “ulun kada bisa pak, kada paham ulun”. Selain dari karena tidak bisa terkadang menolak karena kesibukan yang terlalu banyak contohnya di bulan ini ada kegiatan-kegiatan olahraga itu aku skip duluan karena bulan ini mau istirahat dulu karena baru selesai banyak kegiatan di bulan tadi atau sebelumnya, jadi mau istirahat dulu lawan olahraga juga bukan bidang aku jadi istirahat dulu</p> <p><i>Saat anda mengatasi masalah tersebut apakah anda merasa tenang?</i></p> <p>Di satu sisi tenang cuman di satu sisi itu-tu orang-orang naya, oh kenapa nih kada umpat nih maka biasanya umpat gitu, karena tiap-tiap tahun ikut kegiatan ini, cuman mau istirahat banar bulan juli, agustus, september tadi karena terlalu banyak kegiatan jadi minta skip dulu bulan ini. Nah karena itu pang kendala nya tadi, tenang-tenang cuman ketika melihat respon orang terhadap</p>	<p>Sikap tenang (Mampu berusaha untuk selalu bersikap tenang dalam menghadapi masalah) B446-B468</p>
--	--	--

<p>457 458 459 460 461 462 463 464 465 466 467 468 469 470 471 472 473 474 475 476 477 478 479 480 481 482 483 484 485 486 487 488 489 490 491 492 493 494 495 496</p>	<p>pengunduran sorang terkadang ada rasa bersalah juga, kaya mau ikut tapi cape juga <i>Lalu usaha apa sajakah yang anda lakukan untuk mengatsasi masalah tersebut agar dapat membuat anda merasakan ketenangan?</i> Dijelaskan ke guru-guru lain mengapa alasan aku mundur karena sudah banyak kegiatan yang sudah-sudah jadi mau istirahat dulu, dan di bulan depan juga ada list kegiatan, jadi lebih ke menjelaskan atau di komunikasikan <i>Bagaimana cara anda mengelola emosi saat mengalami masalah atau stres kerja?</i> Caranya dengan duduk, kipas angin, minum es dan main game bila jam istirahat sambil memikirkan strategi kedepan <i>Kalo untuk bagian sabar caranya gimana dalam mengatasi stres kerja?</i> Lebih ke menenangkan diri, duduk dulu sambil memikirkan strategi yang tepat nya seperti apa gitu, kalo misalkan sudah masuk jam sholat ya langsung sholat <i>Atas dasar motivasi apa yang membuat anda hingga mampu mengelola masalah atau stres kerja tersebut?</i> Motivasi nya, karena di setiap kegiatan itu pasti ada pembelajaran positif dan itu lah yang sedang ku incar karena kalo orang tidak mengikuti kegiatan maka dia tidak akan tahu apa-apa yang akan dipelajari jadi semakin banyak kegiatan yang aku ikuti maka semakin eksperimen yang aku dapat gitu. Makanya dari situ juga sering terucap ucapan bahwa oh itu biasa orang itu sudah biasa jadi selalu dilibatkan dalam kegiatan apa saja dan ini merupakan salah satu penyebab faktor yang menyebabkan stres kerja karena di sini siklusnya itu kalo sudah diberi tanggung jawab ya itu yang</p>	<p>Sikap tenang (Mampu mengatasi emosi) B469-B507</p>
--	--	---

497	bertanggung jawab yang lain cuman	
498	membantu-membantu aja jadi siapa nama	
499	yang tertulis itu yang bertanggung jawab	
500	seperti pembuatan jobdist sebenarnya itu	
501	pertanggung jawaban sekertaris tapi malah	
502	aku yang mengerjakan padahal kan dia	
503	sebagai sekertarisnya tapi kan kamu	
504	ketuanya gitu jadi kaya sistem tujuk tidak	
505	sesuai dnegan jobdist, makanya bila setiap	
506	pembagian panitia itu pasti ngerasa dek-	
507	dekan apalagi-apalagi	

17. Verbatim Wawancara Subjek II

Nama : Anz (Inisial)

Usia : 25 tahun

Pekerjaan : Guru X C1

Waktu : Senin, 18 September 2023, Pukul 10.00-10.45

Lokasi : Sekolah luar biasa negeri (SLBN) 2 Martapura

Ket :

Perkataan : Ucapan Subjek

Perkataan : Ucapan Peneliti

S : Subjek

L : Jenis kelamin subjek (Laki-laki)

Baris	Verbatim	Ketengan
1	<i>Menurut anda apa itu sabar dalam bekerja?</i>	Pengendalian diri
2	Sabar dalam bekerja bisa diartikan dalam	(mengendalikan emosi)
3	memposisikan diri kita sendiri ketika	B1-B150
4	menghadapi berbagai macam situsi, jadi	
5	respon kita terhadap suatu kejadian harus bisa	
6	disesuaikan dengan respon kita terhadap	
7	kejadian tersebut, jika kita dapat	

<p>8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45 46</p>	<p>menyesuaikan maka dapat dikatakan sabar jika respon nya baik</p> <p><i>Ceritakan bagaimana menurut pengalaman anda ketika anda merasakan sabar, apa saja yang terjadi pada saat itu atau saat merasakan sabar tersebut?</i></p> <p>Di sekolah ini sebenarnya sangat-sangat terbiasa kita bersikap sabar itu dalam artian perilaku atau tingkah laku anak-anak itu kadang tidak sesuai dengan yang di harapkan, bagaimana kita meresponnya itu agar tetap yang baik walaupun apa yang dilakukan anak-anak kadang kada sesuai dengan yang di harapkan, sebenarnya emosi namun memposisikan tadi itu haru bisa berpikiran positif jadi kembali ke awal sebelum memberikan perilaku yang tidak di inginkan, jadi apa yang kita rasakan itu mungkin karena dunia kerja, jadi sebenarnya kita tidak sabar tapi kita memposisikan diri kayapa dengan anak nya, sebenarnya kalo kita biasa kada handak menanggapi kaya yang positif kegitu, tapi tuntutan harus profesional di sekolahan, karena di sekolahan kita harus bisa membuat anak mengerti dan paham itu beberapa kali menerangkan pun anaknya belum tentu menangkap jadi di ulang-ulang terus kadang tingkah lakunya bisa cepat berubah, jadi lumayan sulit jika dikatakan sabar, tapi mengusahakan untuk memposisikan rasa emosi tadi dan memikirkan kayapa responnya supaya tidak makin bangat misalkan meresponnya negatif takutnya malah jadi kacau dan jadi masalah baru lagi, jadi kita yang harus bisa menerima terus- menerima terus. Kadang sebenarnya merasa kaya di tumpuk di dalam diri dari kegiatan yang aktifitas yang dilakukan anak itu, tapi sudah memang kaitu jadi harus sabar</p>	
---	---	--

<p>47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58 59 60 61 62 63 64 65 66 67 68 69 70 71 72 73 74 75 76 77 78 79 80 81 82 83 84 85 86</p>	<p><i>Disaat terjadinya hal tersebut apakah anda pernah merasakan kesulitan dalam bekerja hingga menyebabkan stres kerja, karena apa terjadinya kesulitan tersebut?</i></p> <p>Sebenarnya di dalam pekerjaan ini, stres itu karena tidak bisa membagi waktunya dalam artian di luar waktu kerja itu malah kita tumpuk jua di pekerjaan ni, kada membagi waktu dari prioritas apa yang kita lakukan itu membuat stres kerja kadang sudah tidak bisa membagi waktu, pas di sekolahan murid berkelakuan yang tidak di inginkan maka hal tersebut dapat membuat stres tetapi kada sering, masih bisa di tahan di dunia luar lawan di dalam sini hanya beberapa kali kita tidak bisa mengontrol terluapkan, akan tetapi kebanyakannya kita harus bisa mengatur porsi kita di dunia luar dan di dunia kerja itu jadi dia bisa seimbang jadi kada terdampak stres nya tebawa ke anak-anak atau tebawa keteman-teman dunia kerja pas di posisikan waktu dan tempan lokasi berada dan harus bisa membagikan waktunya tadi agar tidak tertumpuk lokasi bidang nya</p> <p><i>Pernahkan terluapkan emosi di dunia kerja baik dari dunia luar kerja atau tuntutan lain karena perilaku murid</i></p> <p>Pernah mungkin seperti sakit gigi, dulu pernah merasakan sakit gigi kadang mempengaruhi pikiran dan ada anak murid kelakuannya ya bisa di bilang kada sesuai dengan yang di harapkan kadang teluapkan juga emosinya karena sakit gigi tadi, tapi di luar sakit gigi kada pernah dan masalah lain kada pernah emosi pada anak. Sakit gigi ini sangat berpengaruh besar mungkin karena sakit gigi tadi soalnya bawaannya sudah negatif lebih dulu tambah di hajar masalah-masalah yang kada bisa di sesuaikan dengan kemauan kita jadinya terluapkan emosi stres itu ke</p>	
--	--	--

87	lingkungan sekitar kita, seperti menegur	
88	dengan perkataan tegas meninggikan nada	
89	bicara dalam menegur murid karena perilaku	
90	murid yang tidak sesuai dengan harapan kita	
91	jadinya emosi dengan bawaan faktor lain tadi	
92	<i>Bagaimana cara anda mengatasi situasi saat</i>	
93	<i>merasakan kesulitan sehingga menyebabkan</i>	
94	<i>stres kerja?</i>	
95	Memang dalam diri kita ini karena sudah	
96	terbiasa menahan emosi itu maka bakal	
97	menjadi kebiasaan dalam diri kita, ketika	
98	dalam kita perilaku ke lingkungan kita secara	
99	tidak langsung pikiran kita itu mengontrol dan	
100	menahan supaya tidak over jua mengeluarkan	
101	rasa stres itu, mungkin karena kebiasaan yang	
102	dirasakan jadi secara kada langsung kayanya	
103	cukup sudah jadi lebih kepada menjauh	
104	daripada tempat kita stres itu.	
105	<i>Apakah prnah ketika memendam rasa itu</i>	
106	<i>membuat anda merasa sakit hati atau</i>	
107	<i>menyakiti diri?</i>	
108	Kalo meyakiti diri mungkin lebih menggawi	
109	kebiasaan yang sudah tau bahwa itu merusak	
110	pikiran mungkin memendam itu merupakan	
111	kebiasaan masing-masing pang memendam	
112	perasaan itu. Pernah-pernah yang kaitu tapi	
113	dulu pernah memendam-mendam perasaan	
114	yang kada suka, seharusnya menyampaikan	
115	terhadap orang yang bersangkutan atau orang	
116	itu bukan jadi pikiran berlama-lama lah jadi	
117	dampaknya memang menyakiti diri tu, padahal	
118	menyakiti diri itu sudah tau bakal merasa sakit	
119	tetapi kita tetap menggawinya.	
120	<i>Berarti pernah?</i>	
121	Pernah, pernah waktu di tinggal kawin jadi di	
122	pendam sendiri dan bingung sendiri ditambah	
123	masalah ekonomi kada banyak, belum lagi	
124	masalah harus sabar di sekolahan padahal	
125	kitanya lagi sedih, tapi itu waktu dulu sekarang	
126	sudah ya sudah lah	

127	<i>Saat anda berada dalam kondisi stres saat</i>	
128	<i>bekerja, bagaimana anda menjalani proses</i>	
129	<i>tersebut?</i>	
130	Jadi dalam keadaan tersebut kada secara instan	
131	kita langsung kaya berdamai dengan keadaan	
132	itu, jadi ada faktor-faktor lain yang bisa	
133	membawa kita ke penyembuhan itu, kaya	
134	mendapatkan pasangan baru, ekonomi	
135	membaik yang dapat membangkitkan rasa	
136	syukur dan ketenangan kita terhadap faktor-	
137	faktor yang terkait masalah itu karena apa	
138	misalnya kaya di sekolah murid yang pina kada	
139	me asi makin ke sini makin me asi, kan jadinya	
140	kita bawaan nya juga jadi positif lagi ketu.	
141	Apalagi anak-anak sering memanggil kita,	
142	mau ketemu kita otomatis jadi bawaannya	
143	makin nyaman dari dalam keadaan	
144	sebelumnya. Jadi apabila penyakitnya itu maka	
145	obatnya kegitu juga	
146	<i>Lalu bagaimana proses sabar anda dalam</i>	
147	<i>mengatasi stres kerja tersebut?</i>	
148	Lebih ke banyak istighfar, bercerita ke orang	
149	terdekat, mencari solusi buat memecahkan	
150	masalah yang terjadi atau dirasakan	
151	<i>Apabila ada sesuatu hal yang tidak diinginkan</i>	Pengendalian diri
152	<i>terjadi pada murid anda apa yang anda</i>	(tetap berperilaku
153	<i>lakukan?</i>	baik) B151-183
154	lebih ke meng-evaluasi kembali apakah yang	
155	kita harapkan itu sangat sulit dipahami anak-	
156	anak atau coba dengan cara yang lain, dengan	
157	gaya yang lain, dengan materi yang lain kita	
158	kembali mencari gimana caranya biar yang	
159	kada harapkan tadi kayapa caranya agar itu	
160	bisa tersampaikan dengan baik dan di kerjakan	
161	murid itu dan diselesaikan murid dengan yang	
162	kita harapkan	
163	<i>Bagaimana cara anda menanamkan sabar</i>	
164	<i>ketika menghadapi murid tersebut?</i>	
165	Karena sudah mengetahui murid kita ini lebih	
166	memerlukan orang yang memahaminya	

<p>167 168 169 170 171 172 173 174 175 176 177 178 179 180 181 182 183 184 185 186 187 188 189 190 191 192 193 194 195 196 197 198 199 200 201 202 203 204 205 206</p>	<p>makanya kita sebagai orang yang mengalah, ah kada papa anak ini mungkin di orang lain yang kada bisa mengalah jadi di sini inya mencari orang yang bisa mengalah dengan kelakuan dan tingkah lakunya yang ditampilkannya. Karena di luar itu ke diri orang masing-masing, kalo di sini menerima keluh kesah anak-anak jadi kita di anggap harus sabar menghadapi anak tersebut karena anak ini memerlukan ekstra perhatian dan pengertian kita jadi lebih menyadarkan diri bahwa naak memerlukan kita, akan tetapi kalo anak-anak pada umumnya lebih mengeraskan diri kita bahwa anak yang lebih memahami kita. Jadi dengan anak ABK ini kita lebih mencari tahu bahwasanya anak ini perlu diperhatikan dan di lihat apa yang dikerjakannya <i>Bagaimana tanggapan anda ketika masalah datang terus-meneurs?</i> Sebenarnya kalo masalah datang terus menerus ni kita kada kuat-kuat banar jua, teteap mengeluh jua pertama itu, akan tetapi ketika sudah dirasakan, dirasakan lagi kaya sudah tau rasanya walaupun respon pertama itu mengeluh tapi mencoba untuk berbicara dengan diri sendiri lagi mungkin teman kita ada masalahnya yang lebih berat dari kita jadi lebih cari tahu lagi “ada masalah apa kawan” jadi misalkan ada teman yang beisi masalah lebih berat dari aku jadi lebih tenang bahwa kawan lebih banyak masalahya. Misalkan tadi masalahnya datang terus-menerus anak muridnya mungkin yang memang sangat akif atau bandel, anak kita yang kita handel adalah anak-anak tuli jadi oh kada papa, jadi lebih mencari perbandingan lah untuk masalah ini jadi bisa lebih tenang <i>Dalam hal ini, pernahkah anda merasa bahwa semua ini tidak adil sehingga seringkali datang masalah atau kesulitan tersebut? Apa</i></p>	<p>Ketabahan (mampu bertahan) B184-B238</p>
--	--	---

207	<i>yang membuat anda bisa bertahan dalam</i>	
208	<i>situasi tersebut?</i>	
209	Pernah berada di posisi itu, merasa tidak adil.	
210	Tetapi ketidakadilan itu karena kita sendiri	
211	yang kurang berusaha jadi sempat merasa kade	
212	adil contoh yang kawin tadi sempat di tinggal	
213	kawin, mungkin karena aku juga yang kurang	
214	menggas nah jadi melihat ke faktor diri kita ni	
215	kenapa yo jadi kaitu, mungkin karena kurang	
216	berusaha lagi. Kalo untuk bisa bertahan dalam	
217	situasi tersebut karena melihat masalah kawan	
218	tadi jua ya bahwa masalah kawan lebih berat,	
219	jadi pilihlah kawan yang masalahnya lebih	
220	berat jadi masalah kita terasa ringan, kalo kita	
221	memilih kawan yang kadada masalah jadi kita	
222	yang merasa beban malah makin berat. Nah	
223	kalo kawan memiliki masalah yang banyak	
224	kan jadi biar kawan aja yang merasa dunia itu	
225	kada adil, bagi kita dunia itu sangat adil ketu.	
226	Pasti semua orang pernah merasa bahwa	
227	semua itu tidak adil jadi carilah teman yang	
228	masalahnya lebih banyak	
229	<i>Bagaimana cara anda menyikapi hal tersebut?</i>	
230	Kada bisa cepat jua pang menyikapinya karena	
231	kita tu pasti buta langsung kalo merasa kade	
232	adil itu, kaya merasa tertutup dulu hatinya dan	
233	rasa negatif terus tapi harus memerlukan waktu	
234	tadi dengan sendirinya waktu bisa	
235	memperbaiki keadaan kita makanya dalam	
236	waktu itu bisa bertemu orang-orang lain yang	
237	masalahnya lebih berat tadi, lebih meluangkan	
238	waktu lebih santai untuk melihatnya	
239	<i>Bisakah anda menerima keadaa yang anda alami?</i>	Ketabahan (tidak
240	Bisa, kalo ada masalah dulu kada menerima.	mudah berputus asa)
241	Contohnya kaya di guru ni kan masuk dapodik atau	B239-B279
242	sebuat pencapaian dalam rekam jejak mengajar dan	
243	aku di sini sudah 2 tahun tapi balum masuk dapodik	
244	maka tentu merasa kada menerima tapi pada	
245	akhirnya walaupun kada masuk dapodik yang	
246	penting duit ku banyak di lain, jadi kaya kada	
	masalah walaupun pernah merasa sia-sia karena	

<p>247 248 249 250 251 252 253 254 255 256 257 258 259 260 261 262 263 264 265 266 267 268 269 270 271 272 273 274 275 276 277 278 279 280 281 282 283 284 285</p>	<p>tidak masuk dapodik, tapi di lihat lagi di lain di kegiatan lain oh aku lebih rame dari orang lain menutupi itu tuh menutupi ketidak nyamanan satu itu dengan satu dan lainnya</p> <p><i>Dalam tidak masuknya sebagai dapodik, apakah anda pernah menyerah?</i></p> <p>Iya pasti, kemaren menyerah dan mau pindah mengajar, tapi tiba-tiba dalam hati berbicara “gimana anak-anak kalo aku gak ada” kayanya hati ku ini buat anak-anak entah kenapa muncul perasaan itu, mungkin karena pengalaman dengan anak-anak itu jadi membuat perasaan itu timbul dan salah satunya karena anak-anak tersebut membuat menerima kembali, karena anak-anak belum tentu bisa jadi guru jadi lebih melihat ke anaknya lagi beban anaknya dengan kita saat ini kita sudah di tahap ini sedangkan yang lain belum sampai sini jadi lebih membandingkan lagi dengan diri kita</p> <p><i>Atas dasar apa yang menjadikan anda dapat menerima keadaan tersebut?</i></p> <p>Karena anak-anak</p> <p><i>Lalu apa yang mendorong anda untuk tetap bisa menerima keadaan tersebut?</i></p> <p>Karena saat ini memang latar belakang pendidikannya memang itu, jadi kada bisa pindah atau stop di ranah ini karena melihat perjuangan kita dulu bahwa sekolahnya jua di ranah ini nanti jadinya sia-sia, kalau di tahan dari latar belakang kita itu nah bagaimana mendapatkannya jadi te tahan karena yang di usahakan sebelumnya, jadi kaya menahan keitu “jangan-jangan” bahwasanya orang lain belum tentu bisa sampai tahap ini</p> <p><i>Motivasi apa saja kah yang membuat anda tetap bertahan dalam masalah ini?</i></p> <p>Dukungan teman-teman dan lebih menyenangkan yang meolah tetap bersemangat, soalnya kalo lagi ada masalah ya tadi melihat kawan lagi, kalo melihat keluarga otomatis kita memang kada bisa pasti di bawah</p>	<p>Kegigihan (semangat dalam mengatasi masalah) B280-B296</p>
--	--	---

<p>286 287 288 289 290 291 292 293 294 295 296 297 298 299 300 301 302 303 304 305 306 307 308 309 310 311 312 313 314 315 316 317 318 319 320 321 322 323 324 325</p>	<p>terus karena dengan keluarga tidak mau tau terhadap aku</p> <p><i>Mengapa anda tetap bisa bersemangat dalam masalah ini? Karena faktor apa yang membuat anda menjadi bersemangat dalam hal ini?</i></p> <p>Karena kawan, karena aktifitas dengan teman-teman itu membangkitkan semangat, kaya sudah lelah dengan aktifitas sehari-hari bertemu teman-teman aktifitasnya beda lagi, semangat lagi karena aktifitas berbeda itu sama teman-teman jadi semangat lagi</p> <p><i>Dalam pekerjaan sebagai pendidik, pernahkah anda merasakan kegagalan atas apa yang telah anda usahakan? Karena apa kegagalan tersebut terjadi?</i></p> <p>Sering kaya merasa gagal itu kaya ketika materi kita kurang sesuai dalam artian, kadang kita bikin materi itu sudah semudah mungkin tapi masih kaya kada bisa lagi masuk di anak-anak dengan apa yang di sampaikan, jadi kaya apa sih jadinya yang kita sampaikan, tapi melihat lagi progresnya memang lambat jadinya, jadi aktifitas-aktifitas lain yang kita dorong kalau ada materi yang kada di mengerti tadi. Aktifitas apa lagi yang selain itu yang dilakukan dan di ingat di jalankan anak-anak. Jadi sering merasakan kegagalan itu, tapi kita tetap berusaha supaya kayapa caranya berhasil walaupun merasa “oh kurang ya rasanya” tapi kadang perna merasa “oh pas aja hari ini”</p> <p><i>Apakah anda pernah mencari solusi atau mencari tahu bahwa orang nya oh memang sperti ini gitu?</i></p> <p>Iya memang seperti itu kalau disini, jadi pas kita ketemu anaknya itu kita baru memahaminya walupun kadang kita sudah memahami bisa jadi hari itu anaknya mengalami <i>mood</i> yang buruk, itu kada berlaku lagi ganti lagi modelnya gitu maksudnya caranya pulang</p>	<p>Menerima kenyataan (ikhlas terhadap yang di usahakan) B297-B357</p>
--	--	--

<p>326 327 328 329 330 331 332 333 334 335 336 337 338 339 340 341 342 343 344 345 346 347 348 349 350 351 352 353 354 355 356 357 358 359 360 361 362 363 364 365</p>	<p><i>Lalu apakah anda menerima atas kegagalan tersebut? Kemudian apa yang membuat anda menerima ?</i></p> <p>Menerima, karena memang disadari kita harus bisa membarikan imfropisasi yang cepat kita sadar bahwa kita gagal jangan menyerah karena kada boleh gagal dan harus coba-coba terus jadinya kegagalan tadi. Karena kita tahu rasanya kegagalan maka untuk kedepannya kada boleh gagal lagi jadi harus cari cara lagi. Itu pang yang selalu di lakukan di aktifitas sini, kayanya tau kita tu gagal, sudah di jalani gagal jadi besoknya harus ada solusinya lagi jangan sampai sama, paling kada ada perubahan walaupun sedikit-sedikit</p> <p><i>Bagaimana cara anda menerima kegagalan tersebut? Dan karena hal apa saja yang membuat anda menerima ketika kegagalan itu terjadi?</i></p> <p>Menerimanya karena kita kada mau merasa jadi yang paling rendah dari guru-guru lain, dalam artian kalau gagal kita setop otomatis kita di bawah kualitas guru lain, jadi itu memotivasi kita “oh aku harus berhasil biar kada di bawah posisi kita” di dunia kerja ini.</p> <p>Karena malu, padahal walaupun orang kada melihat kita seperti itu, tetapi kita merasa malu kalo kemampuan masih belum tercapai kaya kadada progres jua jar, padahal orang kadada menyambat itu tapi perasaan itu muncul tiba-tiba. Makanya kada boleh gagal, harus tetap ada solusinya</p> <p><i>Ketika anda sedang berada dalam sebuah masalah, akan tetapi anda belum mampu mengatasi hal tersebut. Apa yang harus anda lakukan agar bisa mengatasi masalah tersebut?</i></p> <p>Lebih membiarkan ketika masalah itu ada namun kada bisa menyelesaikan jadi di biarkan walupun jadi menumpuk, pas menumpuk itu baru kita luapkan tadi, biasanya kaitu pang</p>	<p>Sikap tenang (mamu berusaha untuk selalu bersikap tenang dalam menghadapi masalah) B358-B423</p>
--	---	---

366	kalo kada bisa menyelesaikan walaupun	
367	berdampak negatif ke sekitar kita,	
368	mempengaruhi perasaan orang lain	
369	sebenarnya. Sebenarnya kada baik kalo dalam	
370	sebuah maslah kita kada mampu tu, tapi	
371	terkadang kita kadada tempat bercerita jua ketu	
372	nah, malah kalo kita bercerita itu pikiran	
373	pribadi ini malah menambah pikiran orang lain	
374	dan malah menjadi omongan orang lain, jadi	
375	lebih memilih diam aja. Tiba-tiba tagihannya	
376	numpuk gitu, walaupun di detik-detik terakhir	
377	itu kita bisa menyelesaikan di akhir-akhir dan	
378	berpikir “oh ada aja lagi waktunya” padahal	
379	sebenarnya kada banyak, jadi lebih	
380	menyepelekan masalah itu	
381	<i>Saat anda mengatasi masalah tersebut,</i>	
382	<i>apakah anda merasa tenang?</i>	
383	Tidak, malah makin menjadi kekhawatiran dan	
384	sudah tau itu pasti akan jadi boomerang di diri	
385	sendiri, tapi tetap di lakukan hal-hal kaitu	
386	<i>Lalu usaha apa sajakah yang anda lakukan</i>	
387	<i>untuk mengatasi masalah tersebut agar dapat</i>	
388	<i>membuat anda merasakan ketenangan?</i>	
389	Sebenarnya usaha yang di lakukan itu lebih ke	
390	pasrah aja “ya sudah” mungkin besok lebih	
391	berat jadi terima aja yang mana lagi	
392	masalahnya akan datang, jadi kada tau lah	
393	kadang merasa kalo diri kita sendiri ini minta	
394	di mudahkan malah di beratkan tapi kada wani	
395	meminta doa beratkan masalah ku kada wani,	
396	tapi ketika meminda lebih mudah malah jadi	
397	lebih berat kaya kebalikannya ketu nah	
398	<i>Pernahkah anda merasa ketika banyaknya</i>	
399	<i>masalah dan mengeluh kepada Allah dan</i>	
400	<i>beroda untuk mengatasi masalah yang di</i>	
401	<i>rasakan tersebut supaya tenang atau di bawa</i>	
402	<i>ke pengajian supaya menenangkan hati</i>	
403	<i>walaupun pas bulik ya lagi?</i>	
404	Harusnya kaitu, tapi kenapa orientasi diri ini	
405	kenapa yang mengatasi semua masalah itu	

406	adalah uang. Dalam pikiran nih, tapi	
407	sebenarnya orang begitu lo dengan berserah	
408	diri, dengan memohon, mendengarkan tapi	
409	bagi diriku sendiri itu yang bisa mengatasi	
410	masalah itu adalah uang. Dulu itu pernah kaya	
411	berdoa dan memohon tapi kaya kadada	
412	dampaknya ketu nah, makanya pikiran tu	
413	berlaih ke kayanya uang aja yang bisa	
414	mengatasi itu, karena uang bisa di bawa	
415	digunakan untuk refresing dan mengubah	
416	situasi itu	
417	<i>Bagaimana cara anda mengelola emosi saat</i>	
418	<i>mengalami masalah atau stres kerja?</i>	
419	Dengan notifikasi transferan itu bisa	
420	mengelola emosi tadi, tapi sebenarnya dengan	
421	berdoa dan meminta hati akan lebih tenang dan	
422	damai ketika berkumpul dengan orang-orang	
423	yang baik	
424	<i>Atas dasar motivasi apa yang membuat anda</i>	
425	<i>hingga mampu mengelola maslaah atau stres</i>	
426	<i>kerja tersebut?</i>	
427	Dengan melihat masalah teman-teman tadi,	
428	teman-teman ku lebih berat masalahnya	
429	jadinya aku senang kawan-kawan ku banyak	
430	masalah itu aku senang gawiannya lebih	
431	banyak masalah aku senang, setidaknya aku	
432	kada sorangan. Artinya kita melihat masalah	
433	orang lain jua, jadi perbandingan kita kada	
434	terlalu emosi, kada terlalu murung, putus asa.	
435	Jadi kita bisa mengontrol keadaan kita itu	Sikap tenang (mampu mengatasi emosi) B424-B435

18. Verbatim Wawancara Subjek III

Nama : Aap (Inisial)

Usia : 24 tahun

Pekerjaan : Guru 5 B

Waktu : Senin, 18 September 2023, Pukul 15.00-15.30

Lokasi : Sekolah luar biasa negeri (SLBN) 2 Martapura

Ket :

Perkataan : Ucapan Subjek

Perkataan : Ucapan Peneliti

S : Subjek

P : Jenis kelamin subjek (Perempuan)

Baris	Verbatim	Keterangan
1	<i>Menurut anda apa itu sabar dalam bekerja?</i>	Pengendalian diri (mengendalikan emosi) B1-B92
2	Menurut pribadi sabar itu tidak marah-marah,	
3	bisa menghadapi sesuatu dengan tenang,	
4	tidak emosi dalam menghadapi suatu	
5	pekerjaan dan bisa santai saja	
6	mengerjakannya, tidak perlu tegas, bawa	
7	santai aja	
8	<i>Ceritakan bagaimana menurut pengalaman</i>	
9	<i>anda ketika anda merasakan sabar, apa saja</i>	
10	<i>yang terjadi pada saat itu atau saat</i>	
11	<i>merasakan sabar tersebut?</i>	
12	Kalo kerjaan lah, di sekolah ini kan utamanya	
13	mengajar, sabar menghadapi anak-anak	
14	dalam mengajar itu memang harus karena	
15	kan jadi guru anak-anak yang luar biasa ini lo,	
16	jadi maksudnya harus sabar menghadapi	
17	anak-anak itu karena memang sudah di	
18	hakuni bahwa aku mau mengajar anak-anak	
19	kaini aku memang harus sabar. Terus kalo di	
20	kasih kerjaan di luar dari mengajar itu kan	
21	misalkan jar kepsek ini-ini-ini kenapa jadi	
22	harus sabar karena kan itu intruksi atau	
23	perintah dari atasan lo jadi harus dikerjakan	
24	ketu	
25	<i>Disaat terjadinya hal tersebut apakah anda</i>	
26	<i>pernah merasakan kesulitan dalam bekerja</i>	
27	<i>hinga menyebabkan stres kerja, karena apa</i>	
28	<i>terjadinya kesulitan tersebut?</i>	

<p>29 30 31 32 33 34 35 36 37 38 39 40 41 42 43 44 45 46 47 48 49 50 51 52 53 54 55 56 57 58 59 60 61 62 63 64 65 66 67</p>	<p>Emm kalo kesulitan itu pasti ada apalagi di sini kan lingkungan kerjanya kan istilahnya baru, dulu kan kaka PPL itu waktu covid, jadi waktu PPL tu kada ketemu sama guru-guru di sini, dulu PPL di sini dan kerja di sini jadi kada tahu bahwa tugas guru selain ngajar tu ada lagi jadi kaka menghadapi kaya awal-awal tu diminta jadi panitia PPDB yang mana tugasnya itu harus mengasesmen anak, bikin laporan, nah itu tu kaya tantangan lo, di tambah perilaku atau kelakuan anak-anak jua. Lalu yang terbaru ni ikutin kurikulum karekan K13 dirubah jadi kurikulum merdeka jadi ikut tim kurikulum.</p> <p>Nah itu tu memang stres nya tu ada pang, cuman ya di jalani ai, malah kerjaan di kampus yang bikin stres karena kan kaka begawinya ni dua lo di sini dan di kampus. Di kampus itu bagian staf yang menangani mahasiswa disabilitas di ULM tapi kantornya di banjarmasin di LP3 nah malah lebih stres kerjaan di kampus dibandingkan di sekolah padahal, jadi dua kantornya sebenarnya di sini ngajar lo, di ULM jadi staf</p> <p><i>Bagaimana cara anda mengatasi situasi saat merasakan kesulitan sehingga menyebabkan stres kerja?</i></p> <p>Biasanya kalo banyak gawian itu, cara mengatasinya adalah dibawa bejalan healing, misalkan lo di kampus tu ada laporan anggaran akhir tahun, itu tu kalo di awal semester di sini sibuk dan di situ jua sibuk nah jadi itu ditinggal aja pang dulu tugas itu habistu di bawa bejalan healing hanyar di gawi lagi. Sama kada pernah memaksakan misalkan lagi kada <i>mood</i> menggawi sesuatu kada pernah di paksa, biar aja dulu kada digawi sampai kena <i>mood</i> lagi hanyar menggawi ketu pang, kena kaya akhirnya</p>	
---	---	--

<p>68 69 70 71 72 73 74 75 76 77 78 79 80 81 82 83 84 85 86 87 88 89 90 91 92 93 94 95 96 97 98 99 100 101 102 103 104 105 106 107</p>	<p>kada <i>mood</i> beapa-apa, terus gawiannya jua kada tuntung camuh iya <i>Saat anda berada dalam kondisi stres saat bekerja, bagaimana anda menjalani proses tersebut?</i> Biasanya tu karena kaka tu tipikalnya suka cerita tapi sama orang dekat lo, kalo kaka tu lagi stres di kerjaan kaka tu pasti cerita misalkan mama, orang rumah atau rekan kerja itu misalkan nih lagi ada masalah gawian biasanya itu di kesahkan ini-ini-ini di keluarkan dulu lo disambat ini-ini-ini, nah kaitu pang sharing <i>Lalu bagaimana proses sabar anda dalam mengatasi stres kerja tersebut?</i> Menenangkan diri misalkan lagi banyak masalah tu dengan menghela nafas dulu, membaca istighfar, astagfirullah-astagfirullah banyak nya gawian ketu pang. Akhirnya bekisah lo banyak nya gawian ini-ini terustu jar mama kaka kaitu ai namanya orang begawi jar ketu lo, habistu sadar hiih karena mehakuni lo yang namanya begawi di sekolah iya di kampus iya jadi sabar ai jalani ai <i>Apabila ada sesuatu hal yang tidak diinginkan terjadi pada murid anda apa yang anda lakukan?</i> Kaka pernah waktu ngajar tahun semalam itu muridnya padahal 5 tapi yang rancak turun 3, nah dari antara betiga itu 1 orang yang orang nya itu <i>mood-mood</i> tan inya tu kaya handak diperlakukan raja di kelas, kaka tu sudah rasa sabar banar pokoknya bilanya inya kada handak belajar kaka kada pernah memaksa ya sudah kalo kada handak belajar kadapapa jua, cuman inya tu kaya tesenggol kawan ja inya sarik, kaka tu nah kaya emosi banar sudah lawan inya tuh padahal inya yang salah inya malah menyalahkan kawannya, inya handak kawannya yang minta maaf padahal inya</p>	<p>Pengendalian diri (tetap berperilaku baik) B93-B133</p>
--	--	--

108	yang salah, habistu kaka sariki lo, kaka ni	
109	sarik lo kaka cangangi habistu inya malah	
110	celengi kaka balik malah menendang meja	
111	sampai meja tu kena kaka, kaka sariki balik tu	
112	pang pokonya habis-habisan, disariki inya,	
113	inya mehamuk jua habistuh karena ada guru	
114	lain yang tahu lo anaknya yang dijauhkan	
115	karena anaknya tu menyakiti orang lain pang	
116	anaknya. Ternyata jar mamanya di rumah	
117	kaitu jua malah meambil pisau	
118	<i>Bagaimana cara anda menanamkan sabar</i>	
119	<i>ketika menghadapi murid tersebut?</i>	
120	Kaka kan sudah tau lo karakter siswa itu	
121	kayapa misalkan inya kaitu kaka lebih	
122	memilih diam, pokoknya kada kaka hirani	
123	pang inya tu sampai akhirnya sadar sorangan,	
124	inya lebih kaya kekalahan pang lah kada	
125	diherani, kaka diam akan aja pang. Kaka tu	
126	tipikal guru yang kada bisa marah-marah	
127	kaya mehantak batis, habistu mencelengi,	
128	habistu bemamai-mamai. Nah kaka tuh	
129	tipikal guru yang kada kaitu, kaka kalo marak	
130	ke anak-anak tu dicangangi aja lo melihat	
131	sudah tuh ekspresi kaka tuh berubah nah inya	
132	kaya paham	
133	<i>Bagaimana tanggapan anda ketika masalah</i>	Ketabahan (mampu bertahan) B134-B182
134	<i>datang terus-meneurs?</i>	
135	Sabar-sabar, kalo ada banyak masalah tu kaya	
136	ya tadi yang pertama lo sabar, habis itu yang	
137	kedua sharing bekisah ini itu habistu kena	
138	dapat solusi lo, dilankan ai solusinya tu untuk	
139	menyelesaikan masalah	
140	<i>Dalam hal ini, pernahkah anda merasa</i>	
141	<i>bahwa semua ini tidak adil sehingga</i>	
142	<i>seringnya datang masalah atau kesulitan</i>	
143	<i>tersebut? Apa yang membuat anda bisa</i>	
144	<i>bertahan dalam situasi tersebut?</i>	
145	Kalo masalah kerjaan tu kada bisa pang	
146	maksudnya merasa kada adil, karena kalo di	
147	skeolah ini lo untuk istilah guru yang paling	

<p>148 149 150 151 152 153 154 155 156 157 158 159 160 161 162 163 164 165 166 167 168 169 170 171 172 173 174 175 176 177 178 179 180 181 182 183 184 185 186</p>	<p>anum tu kaka di sekolahan ini, jadi mungkin guru-guru di sini menganggap yang muda yang banyak harus bekerja, jadi apapun kegiatan di sekolah ni kaka tu selalu disuruh jadi panitia atau di ikutkan, merasa kada adil tu kada pang karena kaka lebih kaya membulik akan aja lagi. Oh mungkin aku pang peanumnya di sekolah ni dan dianggap kawa umpat kegiatan itu lo jadi disuruh umpat ini, umpat itu, anggapannya tenaganya lebih kuat dan belum berkeluarga jadi bisa aja inya ikut ini-ini, lainkan ibu-ibu di sini kan sudah be anakan.</p> <p>Karena introfeksi diri, sudah ai kayapah sudah ai, kalo kaka tuh kada pernah merasa terpaksa pang misalkan kaka disuruh menggawi ini-ini, karena kaka anggap setiap menggawi sesuatu itu adalah proses kaka belajar jadi kalo kaka diberi tugas ini kaka belum bisa lo kada papa ai kaka jalani aja, jadikan kaka jadi tahu nih hal itu kalo kaka sudah pernah mencoba karena kan kalo disuruh lagi kadapapa karena kan sudah tau</p> <p><i>Bagaimana cara anda menyikapi hal tersebut?</i></p> <p>Kaka tu kalo lagi banyak gawian bekisah, bejalan, makan. Nah kaka tu tipikal yang kada pernah meharit makan, jadi misalkan lagi ada banyak gawian lo, kaka tu harus menukar sesuatu yang kaka ketuju misalkan kaya cokelat, es, makanan. Jadi kaka tu sebelum mengerjakan sesuatutu kaka harus makan-makanan yang kaka ketuju dulu yang meulah <i>mood</i> naik</p> <p><i>Bisakah anda menerima keadaan yang anda alami?</i></p> <p>Menerima makanya bertahan ja di sini dari 2021, dari 2019 kaka tu sudah begawi di kampus lulus kuliah 2021 nah sampai</p>	<p>Ketabahan (tidak mudah berputus asa) B183-B219</p>
--	---	---

187	sekarang 2023 menjalani kehidupan 2 arah	
188	pang	
189	<i>Atas dasar apa yang menjadikan anda dapat</i>	
190	<i>menerima keadaan tersebut?</i>	
191	Yang pertama karena kaka menjalani	
192	sesuatutu kada terpaksa nah kaka tu kalo	
193	misalkan suatu pekerjaan yang hati kaka tu na	
194	menjalaninya kaya terpaksa kaka ampih,	
195	contohnya lah kaka ni dulu menjadi terapis	
196	awalnya, terapis ABK di yayasan melati anak	
197	bangsa di jalan sukaramai situh diparak alun-	
198	alun, habistu kaka jadi terapis jua di kampus	
199	di lab laboraturium ABK di kampus. Nah	
200	kaka menjadi terapis di yayasan tu kaka kaya	
201	kada suka lawan lingkungan kerja di sana	
202	habistu kada suka sistem terapis di sana	
203	akhirnya kaka ampih, habis itu yang di lab	
204	tadi tu sama kaka kada suka dengan kaya	
205	sistem kerja di sana menurut kaka kada adil	
206	pembagian honor di sana tuh jadi kaka ampih,	
207	kaka tipikal kalo bekerja kada ikhlas, kaka	
208	lebih memilih mundur. Kan ada lo kadang	
209	orang tu begawi dipaksa akan aja nih, nah	
210	kaka kada kawa kalo kaitu, kaka tu apa-apa	
211	sesuait <i>mood</i> pang	
212	<i>Lalu apa yang mendorong anda untuk tetap</i>	
213	<i>bisa menerima keadaan tersebut?</i>	
214	Karena tanggung jawab dan sudah di hakuni	
215	sebelumnya, jadi harus bisa menerima	
216	konsekuensi apapun yang dihadapi dan	
217	dijalani	
218	<i>Motivasi apa saja kah yang membuat anda</i>	Kegigihan (semangat
219	<i>tetap bertahan dalam masalah ini?</i>	dalam mengatasi
220	Motivasinya karena kaka senang bekerja di	masalah) B220-B235
221	sini, senang bekerja di ULM jadi itu motivasi	
222	pang. Karena kaka kada senang di yayasan	
223	jadi ampih	
224	<i>Mengapa anda tetap bisa bersemangat dalam</i>	
225	<i>masalah ini? Karena faktor apa yang</i>	

<p>226 227 228 229 230 231 232 233 234 235 236 237 238 239 240 241 242 243 244 245 246 247 248 249 250 251 252 253 254 255 256 257 258 259 260 261 262 263 264</p>	<p><i>membuat anda menjadi bersemangat dalam hal ini?</i></p> <p>Karena masalahnya bisa dilewati, karena kaka percaya setiap anak itu bisa bertumbuh dan berkembang jadi walaupun inya itu nakal, walaupun inya tu gagah pasti kawa dirubah, karena inya belajar tu adalah sebuah proses perubahan</p> <p><i>Dalam pekerjaan sebagai pendidik, pernahkah anda merasakan kegagalan atas apa yang telah anda usahakan? Karena apa kegagalan tersebut terjadi?</i></p> <p>Kalau untuk murid kaka di kelas tu alhamdulillah kada pernah merasa gagal pang lah, cuman kaka itu di sekolah ini yang bisa bahasa isyarat itu kaka dan bapak aqmal aja lo sedangkan murid tuna rungu di sekolah ini banyak, jadi kaka ini bisa aja ke SMP, bisa aja ke SMA. Nah kaka tu merasa gagal ketika kaka mendapati murid di sekolah ini kena kasus nah kaka merasa gagal bahwa kaka ini kada bisa menanamkan hal itu sebenarnya kada baik gasan inya padahal kaka ni kan bisa menjadi jembatan komunikasi, karena guru-guru yang lain kan kurang bisa nih bahasa isyarat, karena kaka nih dibandingkan dengan guru-guru yang lain lebih bisa komunikasi dengan bagiannya, nah disaat inya kena kasus itutuh kaka merasa gagal kenapa aku sebelumnya kada menjelaskan ke inya bahwa hal itutu kada boleh, kaka sampai kelepasan kada tahu inya tuh sampai kaituh (pergaulan bebas) padahal kaka bisa komunikasi dengan inya. Nah disitu pang kaka merasa gagal dalam pas waktutu nah, ya mungkin inya kada paham karena tugas utama guru lo yang menanamkan boleh dan kada boleh walaupun ya pada murid SMP lain murid kaka SD cuman kan kaka sebagai guru yang</p>	<p>Menerima kenyataan (ikhlas terhadap yang di usahakan) B236-B297</p>
--	--	--

<p>265 266 267 268 269 270 271 272 273 274 275 276 277 278 279 280 281 282 283 284 285 286 287 288 289 290 291 292 293 294 295 296 297 298 299 300 301 302 303 304</p>	<p>bisa bahasa isyarat kaka harus tahu lo lawan inya bahwa adalo batasan lakian dan binian <i>Lalu apakah anda menerima atas kegagalan tersebut? Kemudian apa yang membuat anda menerima ?</i> Menerima, kalo kaka mikirnya kaini pang kaka merasa salah pang karena kurang menanamkan hal-hal boleh dan kada boleh habistu kaya kada mendengarkan kisah buhannya, padahal guru tu bisa lo sebagai teman curhat kah atau misalkan kaka betakun lawan kawanannya kah atau betakun lawan inya langsung, karena kan anak-anak yang SMP-SMA ni masa puber lo nah kadada jua kaka nih kepo lawan kehidupan buhannya, harusnya mun jadi guru ya kawa jadi kawan murid lah kaitu nah. Membuat menerima itu karena kaka kada intes mengajari tiap hari, jaka buhannya itu murid kaka kan bisa aja kaka intes setiap hari bahwa itutu lo kada boleh, tapi inyakan murid SMP kada ketemu lawan kaka dikelas <i>Bagaimana cara anda menerima kegagalan tersebut? Dan karena hal apa saja yang membuat anda menerima ketika kegagalan itu terjadi?</i> Karena kaka kada intens mengajari inya murid di sini kan sampai SMA jaka murid kaka, tapi kalo sekarang dari SD ni pang sudah di awasi anak-anak biar kada salah pergaulan <i>Ketika anda sedang berada dalam sebuah masalah, akan tetapi anda belum mampu mengatasi hal tersebut. Apa yang harus anda lakukan agar bisa mengatasi masalah tersebut?</i> Dengan cara meminta saran, karena kaka tu selalu betakun dengan orang. Kaka tu tipikal orang yang katuju betakun, kaya anu tu kaka di sini awal masuk langsung jadi wali kelas</p>	<p>Sikap tenang (mamu berusaha untuk selalu bersikap tenang dalam menghadapi masalah) B298-B324</p>
--	--	---

<p>305 306 307 308 309 310 311 312 313 314 315 316 317 318 319 320 321 322 323 324 325 326 327 328 329 330 331 332 333 334 335 336 337 338 339 340 341 342 343 344</p>	<p>nah kaka bingung lo jadi kaka betakun lawan guru yang lain mengenai murid, mengenai lomba kah nah kaka selalu betakun minta saran nah kalo kaka ada masalah tu kaka selalu betakun pang kaya apa.</p> <p><i>Saat anda mengatasi masalah tersebut, apakah anda merasa tenang?</i></p> <p>Mencari solusi kita betakun lawan orang tu jua bisa meulah perasaan kita jadi tenang</p> <p><i>Lalu usaha apa sajakah yang anda lakukan untuk mengatasi masalah tersebut agar dapat membuat anda merasakan ketenangan?</i></p> <p>Usahnya karena kaka meminta saran ke orang lain, lalu kaka pikir akan lo sarannya itu masuk atau kada di kaka, kalo masuk nah baru kaka turuti. Lebih di saring lagi pendapatnya, kalo bisa di kerjakan ya dikerjakan</p> <p><i>Bagaimana cara anda mengelola emosi saat mengalami masalah atau stres kerja?</i></p> <p>Istghfar, menangis tu kadang bisa pang. Nah kalo kaka tu kecapean kaya banyak gawian, awak uyuh tuh bisa menangis, menangis sorangan pang kada tahu kenapa tiba-tiba titik ja banyu mata kaya cape banar tu sudah. Padahal lebay pang sebenarnya tiba-tiba menangis aja, atau lebih ke sensi tapi mun sensi banar tu kada pang cuman ya bisa menangis sorangan ketu nah</p> <p><i>Atas dasar motivasi apa yang membuat anda hingga mampu mengelola maslaah atau stres kerja tersebut?</i></p> <p>Kaka tu percaya satu, kadada masalah yang kadada jalan keluarnya. Kenapa kaka percaya itu, karena pokonya bila ada masalah itu harus berpikir positif tu pang, kalo selalu berpikir negatif itu kadada habisnya. Habis itu bila kita ada dipercaya dari apapun dan diberi tanggung jawab, kita harus semaksimal mungkin menjalani hal itu dengan sebaik-</p>	<p>Sikap tenang (mampu mengatasi emosi) B325-B350</p>
--	--	---

345	baiknya kita. Intinya sangka baik tarus,	
346	kadada masalah tu kadada jalan keluarnya,	
347	pasti ada walaupun istilahnya kita harus	
348	bekerawut, betingkaung itu melewatinya kita	
349	pasti kawa, itu pang motivasinya	

Lampiran J

19. Foto Dokumentasi Wawancara

Peneliti melakukan wawancara dengan subjek FR



Peneliti melakukan wawancara dengan subjek ANZ



Peneliti melakukan wawancara dengan subjek AAP



20. Foto Dokumentasi Subjek Mengajar

Dokumentasi Subjek FR



Dokumentasi Subjek ANZ



Dokumentasi Subjek AAP



DAFTAR RIWAYAT HIDUP

1. Nama Lengkap : Arafah
2. Tempat, Tanggal Lahir : Pulau Kupang, 20 Januari 2000
3. Agama : Islam
4. Kebangsaan : Indonesia
5. Status Perkawinan : Belum Menikah
6. Alamat : Alai Muara, Rt.28, Kelurahan Pulau Kupang,
Kecamatan Bataguh, Kabupaten Kapuas,
Kalimantan Tengah
7. Telpn/Wa : 0895-2320-7982
8. E-mail : arfaharaf766@gmail.com
9. Orang Tua
Nama Ayah : H. Zakaria (alm)
Pekerjaan : -
Alamat : Alai Muara, Rt.28, Kelurahan Pulau Kupang,
Kecamatan Bataguh, Kabupaten Kapuas,
Kalimantan Tengah
Nama Ibu : Hj. Faujiyah
Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga
Alamat : Alai Muara, Rt.28, Kelurahan Pulau Kupang,
Kecamatan Bataguh, Kabupaten Kapuas,
Kalimantan Tengah

10. Pendidikan

- a. SD/MI : SDN 1 Pulau Kupang
- b. SMP/MTS : SMPN 4 Bataguh
- c. SMA/MA : MAN Kapuas

11. Pengalaman Organisasi :

- a. LDK Al-Ihsan (2020-2021) (2021-2022)
- b. Senat Mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora (2020-2021)
- c. PMII Rayon Ushuluddin dan Humaniora (2021-2022)
- d. PMII Komisariat UIN Antasari Banjarmasin (2023-2024)
- e. Praktik Kerja Psikologi di Baznas Provinsi Kalimantan Selatan (2022)

12. Daftar Karya Ilmiah :

- a. Artikel Jurnal Peran *Publik Speaking* dan Pengembangan Karakteristik Personal Pada Kinerja Amil Baznas Provinsi Kalimantan selatan.

Banjarmasin, 21 November 2023
Penulis

Arafah
190103040069