

## ABSTRAK

**Arafah**, 190103040069, *Gambaran Sabar dalam Mengatasi Stres Kerja pada Guru Sekolah Luar Biasa Negeri (SLBN) 2 Martapura*, Pembimbing Dr. M. Zainal Abidin, M.A pada Program Studi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin. 2024.

**Kata Kunci:** Sabar; Stres Kerja; Guru.

Sifat sabar guru sangatlah penting dan sangat diperlukan dalam pengembangan potensi anak didik khususnya anak SLB, karena menjabat sebagai guru di SLB memiliki beban kerja yang tidaklah mudah. Banyaknya sebuah tuntutan dalam mengerjakan tugas sebagai guru SLB, maka ditemukannya guru yang mengalami stres kerja. Stres yang dirasakan oleh guru dapat mempengaruhi emosi, pola pikir dan pekerjaan. Sehingga menyebabkan guru mudah merasa marah, gelisah, dan merasa tertekan dikarenakan faktor yang mempengaruhinya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran stres kerja serta faktor-faktor apa yang menyebabkan stres kerja dan untuk mendeskripsikan sabar guru dalam mengatasi stres kerja di sekolah luar biasa negeri (SLBN) 2 Martapura.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Adapun teknik pengambilan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara dan observasi. Subjek dalam penelitian ini adalah 3 orang guru yang bekerja di sekolah luar biasa negeri (SLBN) 2 Martapura, yaitu subjek FR, subjek ANZ, dan subjek AAP.

Hasil penelitian yang didapat dari 3 subjek : 1) Gambaran stres kerja yang subjek rasakan saat mengalami stres kerja yaitu, merasa pusing, mudah marah, bingung, kesulitan dalam beradaptasi terhadap murid, kesulitan dalam manajemen waktu, kesulitan mengontrol emosi, dan kesulitan menghadapi perilaku murid yang tergantung pada suasana hatinya yang suka berubah-ubah. Adapun faktor yang menyebabkan stres kerja pada ke 3 subjek tersebut terjadi karena adanya beberapa faktor yaitu, faktor lingkungan, faktor organisasi, faktor antar pribadi, perilaku murid yang tidak diinginkan, perubahan perilaku anak, pikiran, kondisi fisik, kondisi percintaan, kondisi ekonomi, ketidaktahuan dalam pekerjaan di sekolah, dan karena adanya dua pekerjaan secara bersamaan. 2) Berdasarkan dari hasil penelitian didapatkan gambaran sabar guru sekolah luar biasa negeri (SLBN) 2 Martapura dalam mengatasi stres kerja pada 3 subjek tersebut yaitu, menunjukkan bahwa sikap sabar dapat memberikan dampak positif baik terhadap lingkungan sekitar maupun pekerjaan, karena dengan sikap sabar mampu membantu dalam mengendalikan berbagai bentuk emosi dan ego yang dirasakan sehingga sabar dapat menjadi kunci dalam penyelesaian masalah baik terhadap murid ataupun pekerjaan lainnya, dan ketiga subjek bisa menemukan jalan keluar dari berbagai masalah yang mereka hadapi.