

ABSTRAK

Gusti Mutia Rachmi, 180103040074: *Pengaruh Kebermaknaan Hidup terhadap Stres Kerja di Era New Normal pada Guru di SMAN 8 Banjarmasin*
Pembimbing : (1) Dr. Muhammad Zainal Abidin, M.Ag (2) Yulia Hairina, M.Psi, Psikolog, pada Program Studi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin. 2022

Kata Kunci : Kebermaknaan Hidup; Stres Kerja; Guru SMAN 8 Banjarmasin

Di Indonesia, dengan seiring berjalannya waktu Covid-19 mengalami penurunan kasus kemudian pemerintah mengumumkan bahwa masyarakat dibolehkan untuk melakukan aktivitas diluar rumah kembali namun masih tetap dengan mematuhi protokol kesehatan dan masa ini disebut dengan era *new normal*. Dalam bidang pendidikan pun kemudian diperbolehkan untuk melakukan kegiatan belajar mengajar kembali di sekolah dengan tetap mematuhi protokol kesehatan. Perubahan seperti ini akan membutuhkan penyesuaian kembali khususnya untuk para siswa yang tadinya pembelajaran dilakukan secara *online* di tempat masing-masing kemudian dilakukan secara tatap muka kembali di sekolah. Penyesuaian seperti ini membuat para guru menjadi lebih ekstra untuk membimbing para siswa dan hal tersebut menyebabkan munculnya kondisi mental tidak sehat yang berdampak terhadap stres kerja. Stres kerja yang mengalami peningkatan akan berdampak terhadap tidak stabilnya emosi pada diri sehingga perlu suatu penanganan untuk menurunkan tingkat stres kerja yang dialami salah satunya dengan meningkatkan kebermaknaan hidup.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh kebermaknaan hidup terhadap stres kerja di era *new normal* pada guru di SMAN 8 Banjarmasin. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan model regresi linear sederhana. Populasi penelitian yaitu 52 orang guru SMAN 8 Banjarmasin dengan pengambilan sampel yaitu menggunakan seluruh populasi untuk dijadikan subjek penelitian. Teknik analisis data menggunakan *IBM SPSS Statistic 25*.

Hasil penelitian yang diperoleh yaitu: 1) Tingkat kebermaknaan hidup guru SMAN 8 Banjarmasin sebanyak 23% atau 12 orang guru dikategori sedang, dan 77% atau 40 orang guru dikategori tinggi. 2) Tingkat stres kerja guru SMAN 8 Banjarmasin sebanyak 35% atau 18 orang guru dikategori rendah, 63% atau 33 orang guru dikategori sedang, dan 2% atau 1 orang guru dikategori tinggi. 3) Terdapat pengaruh antara kebermaknaan hidup dan stres kerja pada guru SMAN 8 Banjarmasin dengan nilai signifikansi 0,000 ($0,000 < 0,05$) serta sumbangan koefisien determinasi sebesar 57,2% yang menyatakan pengaruh kebermaknaan hidup terhadap stres kerja sebesar 57,2%.