

**TINGKAT STRES KERJA PADA GURU SMK YPT
BANJARMASIN DI ERA *NEW NORMAL* COVID-19**

SKRIPSI

**OLEH
MUHAMMAD RASYID AZHAR**



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
BANJARMASIN**

2022

**TINGKAT STRES KERJA PADA GURU SMK YPT
BANJARMASIN DI ERA *NEW NORMAL* COVID-19**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ushuluddin dan Humaniora
Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi Islam

Oleh

Muhammad Rasyid Azhar

NIM. 180103040277



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
BANJARMASIN**

2022

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Muhammad Rasyid Azhar
NIM : 180103040277
Tempat dan Tanggal Lahir : Banjarmasin, 6 Agustus 2000
Fakultas : Ushuluddin dan Humaniora
Jurusan : Psikologi Islam

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi saya yang berjudul: "Tingkat Stres Kerja Pada Guru SMK YPT Banjarmasin Di Era New Normal Covid-19" adalah *benar-benar karya saya, kecuali kutipan yang disebut sumbernya. Apabila kemudian hari terbukti bahwa skripsi ini bukan hasil karya asli saya atau merupakan hasil plagiasi, saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai ketentuan yang berlaku.*

Dengan demikian surat ini saya buat dengan sesungguhnya.

Banjarmasin, 27 September 2022



Muhammad Rasyid Azhar

NIM. 180103040277

PERSETUJUAN SKRIPSI

PERSETUJUAN SKRIPSI

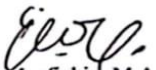

TINGKAT STRES KERJA PADA GURU SMK YPT BANJARMASIN DI ERA *NEW NORMAL* COVID-19

Dipersembahkan dan disusun oleh :

Muhammad Rasyid Azhar

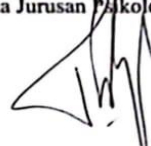
NIM. 180103040277

Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dapat diajukan kepada Tim
Penguji

Pembimbing I	Pembimbing II
 <u>Musfichir, M.A</u> NUP. 201701061	 <u>Shanty Komalasari, M.Psi, Psikolog</u> NIP. 198302152015032002

Mengetahui,

Ketua Jurusan Psikologi Islam



Shanty Komalasari, M.Psi, Psikolog

NIP. 198302152015032002

Selasa, 4 Oktober 2022

PENGESAHAN SKRIPSI

PENGESAHAN SKRIPSI
TINGKAT STRES KERJA PADA GURU SMK YPT
BANJARMASIN DI ERA *NEW NORMAL* COVID-19






Dipersembahkan dan disusun oleh:

Muhammad Rasyid Azhar
NIM. 180103040277

Telah Diajukan Pada Tim Penguji

Pada 05 Oktober 2022

Tim Penguji

Nama	Tanda Tangan
1. Dr. Akhmad Sagir, M. Ag	1. 
2. Yulia Hairina, M.Psi, Psikolog	2. 
3. Musfichin, M.A	3. 
4. Shanty Komalasari, M.Psi, Psikolog	4. 
5. Mahdia Fadhila, M.Psi, Psikolog	5. 

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ushuluddin & Humaniora

UIN Antasari Banjarmasin



SURAT KETERANGAN LULUS UJI PLAGIASI



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

Email: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id website www.pi.uin-antasari.ac.id

Jl. A. Yani Km. 4.5 Banjarmasin KodePos 70235 Telp (0511) 3266593

Surat Keterangan Lulus Uji Plagiasi

Nomor: 2901/Un.14/III.3/PP.00.9/09/2022

Ketua Prodi Psikologi Islam menerangkan bahwa karya ilmiah:

Nama : Muhammad Rasyid Azhar

NIM : 180103040277

Prodi : Psikologi Islam

Jenis Karya Ilmiah : Skripsi

Judul Karya Ilmiah : "Tingkat Stres Kerja Pada Guru SMK YPT Banjarmasin Pasca Pandemi Covid-19"

Telah dinyatakan **lulus uji plagiasi** dengan Prosentase sebagaimana terlampir.

Demikian surat keterangan lulus uji plagiasi ini dibuat, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 26 September 2022

Menyetujui
An. Ketua Program Studi Psikologi Islam
Sekretaris



Yulia Hairina



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

Email: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id website www.pi.uin-antasari.ac.id

Jl. A. Yani Km. 4.5 Banjarmasin KodePos 70235 Telp (0511) 3266593

Hasil Uji Plagiasi

Nama : Muhammad Rasyid Azhar

NIM : 180103040277

Bab	Tahap				Ket
	1	2	3	4	
1	29				Lulus
2	31	30			Lulus
3	40	34	32	29	Lulus
4	28				Lulus
5	25				Lulus

Banjarmasin, 26 September 2022

Menyetujui
An. Ketua Program Studi Psikologi Islam
Sekretaris



[Handwritten Signature]
Julia Hairina

ABSTRAK

Muhammad Rasyid Azhar, 180103040277: *Tingkat Stres Kerja Pada Guru SMK YPT Banjarmasin Di Era New Normal Covid-19*, Skripsi, Pembimbing: (1) Musfichin, MA (2) Shanty Komalasari, M.Psi, Psikolog, Jurusan Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, UIN Antasari Banjarmasin, 2022

Kata Kunci: Tingkat, Stres Kerja, Guru, *Era New Normal*

Stres kerja ialah kondisi individu yang terganggu secara fisik maupun psikis akibat dari tuntutan pekerjaan yang melebihi batas dirinya. Stres kerja bisa muncul kapanpun dan dimanapun, seringkali masalah stres kerja yang dialami para pekerja sering diabaikan. Dan para pekerja tidak menyadari bahwa gejala stres kerja yang muncul adalah gejala kecil yang seringkali diabaikan. Salah satu pekerja yang rentan akan stres kerja yaitu guru. Maka oleh sebab itu, lembaga sekolah atau yayasan lebih, lebih memperhatikan stres kerja guru di sekolah tersebut. Dan apabila stres kerja para guru tersebut tinggi maka akan mempengaruhi pembelajaran, dan berdampak pada hal yang lainnya. Terlebih lagi pada saat ini, masa *new normal* Covid-19, ada beberapa kekhawatiran atau dampak yang ditimbulkan oleh pandemi yang telah lalu terhadap stres kerja guru. Maka dalam hal ini, Peneliti ingin melakukan penelitian tentang Tingkat Stres Kerja Pada Guru SMK YPT Banjarmasin di era *new normal* Covid-19

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif. Adapun sampel dalam penelitian ini dilakukan menggunakan *sampling jenuh*, yaitu diambil keseluruhan populasi karena populasi tersebut berjumlah kecil. Subjek penelitian ini yaitu Guru SMK YPT Banjarmasin dan sampelnya berjumlah 46 Orang. Skala yang digunakan pada penelitian ini ialah skala stres kerja dari Rusni.

Dari hasil penelitian yang dilakukan dengan menggunakan analisis deskriptif dengan 3 kategorisasi yaitu: rendah, sedang, tinggi, didapatkan berdasarkan hasil kuesioner yang telah dibagikan bahwa stres kerja pada guru SMK YPT Banjarmasin berada pada kategori Sedang dengan persentase 87%, rendah 6,5 % dan tinggi 6,5%. Hasil penelitian ini yang dilakukan pada guru SMK YPT Banjarmasin tentang tingkat stres kerja berdasarkan jenis kelamin yaitu berada pada kategori sedang dengan jumlah 34,78% untuk perempuan dan 52,17% untuk laki-laki, sisanya 13% berada pada kategori tinggi dan rendah. Adapun berdasarkan lama pekerjaan guru tingkat stres kerja mereka berada pada kategori sedang dengan jumlah 0-1 tahun sebesar 13,04 %, 2-5 sebesar 13,04%, 6-10 tahun sebesar 23,91%, 11 tahun keatas sebesar 36,95%, sisanya berada pada kategori rendah ataupun tinggi.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puji dan syukur atas ke hadirat Allah Swt. Yang telah mencurahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga kita semua diberikan kesehatan hingga saat ini. Dan juga penulis sangat bersyukur atas karunia yang diberikan oleh Allah Swt. Mampu menyelesaikan tugas akhir kuliah Skripsi yang berjudul “Survei Stres Kerja Pada Guru SMK YPT Banjarmasin *New Normal Covid-19*”. Shalawat serta salam tak lupa saya haturkan kepada junjungan kita Nabi Besar Muhammad Saw beserta sahabat, keluarga, serta pengikut beliau hingga akhir zaman.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian syarat agar memperoleh gelar sarjana di Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin & Humaniora, Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin. Pada kesempatan ini saya sebagai penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Dr. Dzikri Nirwana, M.Ag selaku Dekan Fakultas Ushuluddin & Humaniora UIN Antasari Banjarmasin yang telah berkenan menerima dan menyetujui judul skripsi ini.
2. Ibu Shanty Komalasari, M.Psi, Psikolog selaku Ketua Jurusan Psikologi Islam sekaligus sebagai Dosen Pembimbing dan Bapak Musfichin, MA selaku Dosen Penasehat Akademik yang telah meluangkan waktu dan tenaga serta memberikan arahan, saran serta kritik kepada saya untuk membimbing saya dalam menyelesaikan tugas akhir skripsi saya yang sesuai dengan kepentingan pengembangan Jurusan Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin & Humaniora UIN Antasari Banjarmasin.

3. Seluruh Dosen Fakultas Ushuluddin & Humaniora UIN Antasari Banjarmasin yang telah banyak memberikan masukan serta ilmu pengetahuan selama masa kuliah hingga penulisan skripsi ini.
4. Ibu saya Hasaniyah beserta Nenek saya Norhasanah yang selalu mendukung saya serta menggantikan saya dalam melakukan pekerjaan rumah dalam menyelesaikan tugas akhir skripsi ini.
5. Pihak sekolah dan seluruh guru ataupun responden di SMK YPT Banjarmasin yang telah bersedia menjadi responden dan meluangkan waktunya untuk mengisi kuesioner dan membantu saya dalam mendapatkan data penelitian di sekolah SMK YPT Banjarmasin.
6. Untuk seseorang yang selalu menemani dan mensupport dalam menyelesaikan skripsi ini yaitu Alvina Sofiyana dan seluruh teman-teman dan pihak-pihak yang tidak bisa disebutkan satu per satu tanpa mengurangi rasa hormat saya, yang telah membantu saya baik dalam bentuk waktu, tenaga serta pikiran dalam menyelesaikan tugas akhir skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini jauh dari kata kesempurnaan, akan tetapi penulis berharap penelitian ini dapat bermanfaat bagi semua orang di lingkungan UIN Antasari Banjarmasin serta pembaca yang lain pada umumnya.

Banjarmasin, 28 Juni 2022

Penulis

PEDOMAN TRANSLITERASI DAN SINGKATAN

1. ا : A	16. ط : Th
2. ب : B	17. ظ : Zh
3. ت : T	18. ع : ‘
4. ث : Ts	19. غ : Gh
5. ج : J	20. ف : F
6. ح : <u>H</u>	21. ق : Q
7. خ : Kh	22. ك : K
8. د : D	23. ل : L
9. ذ : Dz	24. م : M
10. ر : R	25. ن : N
11. ز : Z	26. و : W
12. س : S	27. ه : H
13. ش : Sy	28. ء : ‘
14. ص : Sh	29. ي : Y
15. ض : Dh	

1. Vokal

Vokal dalam bahasa Arab, seperti vokal bahasa Indonesia, terdiri dari Vokal tunggal atau monoftong dan vokal rangkap atau diftong. Vokal tunggal Memiliki ketentuan alih akasara sebagai berikut.

Tanda Vokal Arab	Tanda Vokal Latin	Keterangan
َ	A	Fathah
ِ	I	Kasrah
ُ	U	Dhammah

Kata sandang: Contoh: (الرِّجَال) al-rîjâl bukan ar-rîjâl, (الدِّوَان) al-dîwân bukan ad- dîwân

Syiddah: Misalnya, kata (الضَّرُّورَة) tidak ditulis ad-dharûrah melainkan al- dharûrah, demikian seterusnya.

Vokal rangkap memiliki ketentuan alih aksara sebagai berikut.

Tanda Vokal Arab	Tanda Vokal Latin	Keterangan
ـَـي	Ai	a dan i
ـَـو	Au	a dan u

2. Vokal Panjang

Ketentuan alih aksara vokal panjang (mad), yang dalam bahasa Arab dilambangkan dengan harakat dan huruf sebagai berikut.

Tanda Vokal Arab	Tanda Vokal Latin	Keterangan
بَـ	Â	a dengan topi di atas
يِـ	Î	i dengan topi di atas
وُـ	Û	u dengan topi di atas

3. Kata Sandang

Kata sandang, yang dalam sistem aksara Arab dilambangkan dengan huruf, yaitu dialihaksarakan menjadi huruf /I/, baik diikuti huruf syamsiyah maupun huruf kamariah. Contoh al-rîjâl bukan ar-rîjâl, al-dîwân bukan ad- dîwân.

4. Syiddah (*Tasydid*)

Syiddah atau *Tasydid* yang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan Dengan sebuah tanda (˘) dalam alih aksara ini dilambangkan dengan huruf, yaitu dengan menggandakan huruf yang diberi tanda *syiddah* itu. Akan tetapi, hal ini tidak berlaku jika huruf yang menerima tanda *syiddah* itu terletak setelah kata sandang yang diikuti oleh huruf-huruf syamsiyah. Misalnya, kata (الضروة) tidak ditulis ad-dharûrah melainkan al-dharûrah, demikian seterusnya.

5. *Ta' Marbûthah*

Berkaitan dengan alih aksara ini, jika huruf *ta marbûthah* terdapat pada kata yang berdiri sendiri, maka huruf tersebut di alihaksarakan menjadi huruf /h/ (lihat contoh 1 sdi bawah). Hal yang sama juga berlaku jika *ta marbûthah* tersebut diikuti kata sifat (*na't*) (lihat contoh 2). Namun jika, huruf *ta marbûthah* tersebut diikuti kata benda (*ism*), maka huruf tersebut dialihaksarakan menjadi huruf /t/ (lihat contoh 3).

No	Kata Arab	Alih Aksara
1	طَرِيقَةٌ	Tharîqah
2	الْجَامِعَةُ إِسْلَامِيَّةٌ	Al-Jâmî'ah- al-Islâmiyyah
3	وَحَدَّةُ الْوُجُودِ	Wahdah al-Wujûd

6. Huruf Kapital

Meskipun dalam sistem tulisan Arab huruf kapital tidak dikenal, dalam alih aksara ini huruf kapital tersebut juga digunakan, dengan mengikuti ketentuan yang berlaku dalam ejaan Bahasa Indonesia, antara lain untuk menuliskan permulaan kalimat, huruf awal nama tempat, nama bulan, nama diri, dan lain-lain. Jika nama diri didahului oleh kata sandang, maka yang ditulis dengan huruf kapital tetap huruf

awal nama diri tersebut, bukan huruf awal atau kata sandangnya. Contoh: al-Ghazali bukan Al-Ghazali, al-Banjari bukan Al-Banjari.

Beberapa ketentuan lain dalam Pedoman Umum Ejaan Bahasa Indonesia (PUEBI) sebetulnya juga dapat diterapkan dalam alih aksara ini, misalnya ketentuan mengenai huruf cetak miring (*italic*) atau cetak tebal (**bold**). Jika menurut PUEBI, judul buku itu ditulis dengan cetak miring, maka demikian halnya dalam alih aksaranya, demikian seterusnya.

Berkaitan dengan penulisan nama, untuk nama-nama tokoh yang berasal dari Nusantara sendiri, disarankan tidak dialihaksarakan meskipun akar katanya berasal dari bahasa Arab. Misalnya ditulis Abdussamad al-Palimbani, tidak ‘Abd al-Samad al-Palimbânî; Nuruddin al-Raniri, tidak Nûr al-Dîn al-Rânîrî.

7. Cara Penulisan Kata

Setiap kata, baik kata kerja (*fi‘l*), kata benda (*ism*), maupun huruf (*harf*) ditulis secara terpisah. Berikut adalah beberapa contoh alih aksara atas kalimat-kalimat dalam Bahasa Arab.

Aksara arab	Alih Aksara
ذَهَابَ الْأُسْتَاذُ	dzahaba al-ustâdzu
ثَبَّتَ الْأَجْرُ	tsabata al-ajru
الْحَرَاكَةُ الْعَصْرِيَّةُ	al-harakah al-‘ashriyyah
أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ	asyhadu an lâ ilâha illa Allâh
مَوْلَانَا مَلِكُ الصَّالِحِ	mawlânâ Malik al-Shâlih
يُؤْتِرِكُمْ اللَّهُ	yu’tsirukum Allâh
الْمَظَاهِرُ الْعَقْلِيَّةُ	al-mazhâhir al-‘aqliyyah
حُبِّ الْإِسْتِثْلَاعِ	hub al-istithlâ‘

الْمَادَّةُ الْمَصْنُوعَةُ مِنَ الْحَيَوَانَ	al-mâddah al-mashnû'ah min al-hayawân
طَرَفُ تَلْعِينِ	tharf al-'ayni
الْمُسَاهَمَةُ	al-musâhamah
مَنْ سَلَكَ طَرِيقًا	man salaka tharîqan

8. Singkatan

Cet	= Cetak
Vol	= Volume
No.	= Nomor
h.	= Halaman
QS.	= al-Qur'an Surah
HR.	= Hadis Riwayat
swt	= subhanahwata'ala
saw	= shallaAllahalayhiwasallam
t.th	= Tanpa Tahun

DAFTAR ISI

TINGKAT STRES KERJA PADA GURU SMK YPT BANJARMASIN DI ERA <i>NEW NORMAL</i> COVID-19	i
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	ii
PERSETUJUAN SKRIPSI	iii
PENGESAHAN SKRIPSI	iv
SURAT KETERANGAN LULUS UJI PLAGIASI	v
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
PEDOMAN TRANSLITERASI DAN SINGKATAN	x
DAFTAR ISI	xv
DAFTAR TABEL	xviii
DAFTAR BAGAN	xix
DAFTAR LAMPIRAN	xx
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Dan Signifikansi Penelitian	7
D. Definisi Operasional	8
E. Penelitian Terdahulu	11
F. Sistematika Penulisan	14
BAB II KAJIAN TEORITIK DAN KERANGKA PIKIR	16
A. Stres Kerja	16
1. Definisi Stres Kerja	16
2. Gejala-Gejala Stres Kerja	18
3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stres Kerja	21
4. Sumber Stres Kerja	22
5. Dimensi Stres Kerja	23
6. Dampak Stres Kerja	25
7. Stres Kerja dalam Islam	26
B. Guru	28
1. Definisi Guru	28
2. Peran Guru	29
3. Proses Mengajar	30

C. New Normal Covid-19.....	32
D. Kerangka Berpikir.....	33
BAB III METODE PENELITIAN	35
A. Jenis Penelitian Dan Pendekatannya.....	35
B. Populasi dan Sampel.....	36
C. Data Dan Sumber Data	37
D. Teknik Pengumpulan Data.....	37
E. Instrumen Penelitian	38
F. Desain Pengukuran	40
G. Teknik Analisis Data.....	41
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	43
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	43
1. Sejarah Singkat SMK YPT Banjarmasin	43
2. Visi Misi SMK YPT Banjarmasin	44
3. Struktur Organisasi.....	44
4. Data Siswa di SMK YPT Banjarmasin	44
B. Hasil Uji Instrumen.....	45
1. Uji Validitas	45
2. Uji Realibilitas.....	46
C. Hasil Analisis Dan Interpretasi Data.....	47
D. Paparan Responden Penelitian.....	48
1. Responden Penelitian	48
E. Deskripsi Data Penelitian.....	50
1. Analisis Skala Stres Kerja	50
2. Analisis Skala Stres Kerja Berdasarkan Aspek.....	51
3. Analisis Statistik Deskriptif Stres Kerja berdasarkan Jenis Kelamin ..	52
4. Analisis Statistik Deskriptif Stres Kerja Berdasarkan Lama Bekerja ..	53
5. Analisis Statistik Deskriptif Keseluruhan	54
F. Pembahasan.....	56
G. Keterbatasan Penelitian.....	60

BAB V SIMPULAN DAN REKOMENDASI	61
A. Simpulan	61
B. Rekomendasi.....	62
DAFTAR PUSTAKA	63
LAMPIRAN	66
RIWAYAT HIDUP	88

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Blue Print Stres Kerja	38
Tabel 3. 2 Skala Kuesioner Stres Kerja	39
Tabel 4. 1 Jumlah Siswa SMK YPT Banjarmasin	45
Tabel 4. 2 Uji Normalitas Skala Stres Kerja	47
Tabel 4. 3 Jumlah Responden Guru SMK YPT Banjarmasin berdasarkan Jenis Kelamin	48
Tabel 4. 4 Jumlah Responden Guru SMK YPT Banjarmasin berdasarkan Lama Bekerja	49
Tabel 4. 5 Analisis Statistik Deskriptif Kategorisasi Stres Kerja	51
Tabel 4. 6 Hasil Statistik Deskriptif Berdasarkan Aspek.....	51
Tabel 4. 7 Hasil Statistik Deskriptif Stres Kerja berdasarkan Jenis Kelamin.....	52
Tabel 4. 8 Analisis Statistik Independent T Test Berdasarkan Jenis Kelamin.....	53
Tabel 4. 9 Hasil Analisa Statistik Deskriptif Stres Kerja Berdasarkan Lama Pekerjaan ...	53
Tabel 4. 10 Hasil Analisa Statistik Independent T Test Stres Kerja Berdasarkan Lama Bekerja	54
Tabel 4. 11 Hasil Analisis SPSS Variabel Stres Kerja Keseluruhan	54

DAFTAR BAGAN

Bagan 2. 1 Kerangka Berpikir.....	34
Bagan 4. 1 Struktur Organisasi SMK YPT Banjarmasin.....	44

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Uji Validitas Skala Stres Kerja dari penelitian terdahulu Rusni	66
Lampiran 2 Tabulasi Data Penelitian	67
Lampiran 3 Skala Stres Kerja	70
Lampiran 4 Surat-Menyurat	73
Lampiran 5 Artikel Jurnal	76