

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kegiatan utama di sekolah adalah pembelajaran. Moh.Uzer Usman menyatakan bahwa proses belajar melibatkan serangkaian tindakan yang dilakukan oleh guru dan siswa, yang didasarkan pada hubungan timbal balik yang terjadi dalam situasi pendidikan, dengan tujuan mencapai hasil yang diinginkan. Proses belajar mengajar guru dan siswa biasanya berlangsung di sekolah atau dalam interaksi langsung tanpa media. Namun saat ini terjadi perubahan dalam proses pembelajaran dan tugas guru dalam proses pembelajaran, hal ini disebabkan adanya wabah penyakit yang telah melanda seluruh dunia termasuk Indonesia.

Secara umum pembelajaran adalah suatu proses yang dilakukan oleh guru untuk mengajar siswa dalam lingkungan belajar tertentu, dan pada akhirnya terjadi perubahan perilaku. Pembelajaran adalah semua aktivitas yang direncanakan untuk mengajari para murid. Di lembaga pendidikan, pembelajaran dijalankan secara berinteraksi, memotivasi, menghibur, menantang, dan menginspirasi untuk mengambil bagian secara aktif sesuai dengan bakat, minat, dan perkembangan fisik dan psikologis dari siswa.¹ Terdapat komponen-komponen yang terkait di dalam sebuah pembelajaran. Komponen utama pembelajaran meliputi tujuan

¹Dedi Mulyasana, *Pendidikan Bermutu dan Berdaya Saing* (Bandung: Remaja Rossakarya, 2015),155

pembelajaran, guru, siswa, kurikulum, strategi pembelajaran, media pembelajaran dan evaluasi pembelajaran.

Guru dikenal dalam bahasa Arab dengan al-Mu'alim atau al-ustadz yang bertugas menyebarkan pengetahuan di majelis taklim. Dengan demikian, seorang guru adalah individu yang memberikan pengetahuan. Pemikiran tradisional menyatakan bahwa guru adalah sosok yang mempunyai tanggung jawab untuk mengajar. Namun, pada perkembangan selanjutnya, hal tersebut dapat berubah., definisi guru telah meluas. Seorang guru disebut sebagai instruktur ahli yang tugas utamanya ialah memberikan pendidikan, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, mengevaluasi, dan menilai peserta didik secara resmi. Sebagai mentor, ia harus mampu membuat rencana pembelajaran, mengatur kelas, dan mengelola peserta didik supaya mereka dapat belajar dan mencapai tingkat kedewasaan sebagai tujuan akhir dari proses pendidikan.²

Agar siswa menjadi murid-murid yang merupakan muslim yang taat, beriman, tabah, dermawan, dan memiliki akhlak yang mulia, maka tugas guru adalah mendidik mereka agar meneladani contoh dari Nabi Muhammad. Sebab, Nabi Muhammad merupakan sosok yang terbaik dan menjadi teladan utama, sebagaimana yang diungkapkan oleh Firman Allah SWT. adalah:

لَقَدْ كَانَ لَكُمْ فِي رَسُولِ اللَّهِ أُسْوَةٌ حَسَنَةٌ لِّمَن كَانَ يَرْجُوا اللَّهَ وَالْيَوْمَ الْآخِرَ وَذَكَرَ

اللَّهُ كَثِيرًا

²Jamil suprihatiningrum, *Guru Profesional pedoman kinerja, kualifikasi dan kompetensi guru* (Jogjakarta: Ar-Ruzz media, 2013), 23-24.

Artinya : “*Sesungguhnya dalam diri Rasulullah terdapat contoh yang baik bagi kamu, khususnya bagi mereka yang berharap mendapat rahmat Allah dan menghadapi hari kiamat. Beliau juga selalu menyebut nama Allah. (QS.Al-Ahzab:21)*”.³

Nabi Muhammad dianggap sebagai mentor utama dalam agama Islam, dalam menjalankan tugasnya ia dibantu oleh para sahabatnya yang diutus untuk menyebarkan ajaran Islam kepada masyarakat Arab. Institusi pendidikan Islam dalam segala bentuknya dianggap sebagai sarana untuk memperbaiki manusia, dalam hal ini pengajarliah yang menempatkan pendidikan akhlak dan agama dihatinya sesuai dengan ajaran Nabi Muhammad. Sebaliknya, keberhasilan dalam suatu proses pendidikan dan pengajaran hanya dapat dicapai jika pelaksanaan tugas dan tanggung jawab pengajar baik disertai dengan ketulusan yang tinggi. Selain syarat fisik, juga harus ada syarat esensial yaitu: yang diajarkan dan kebutuhan siswa”. Selain itu, seorang guru juga harus memiliki kemampuan interpersonal yang baik, seperti kemampuan untuk mendengarkan dan berkomunikasi dengan baik dengan siswa dan rekan kerja. Kemampuan untuk mengelola kelas dengan efektif dan memotivasi siswa untuk belajar juga sangat penting dalam menjadi seorang guru yang sukses.”⁴

Peran guru dalam proses pembelajaran masih memegang peran yang sangat penting. Mesin, radio, komputer, internet, teknologi komunikasi dan informasi yang modern, meskipun teknologi tersebut masih sangat banyak, tidak dapat menggantikan peran pengajar dalam pembelajaran. Aspek manusia seperti sikap, emosi, motivasi, sistem nilai, kebiasaan atau karakter yang diharapkan

³Dapertemen Agama RI, *Al-Qur'an Dan Terjemahnya* (Bandung: Syamil Cipta Media, 2019).

⁴Nasution S, *Didaktik Azas-Azas Mengajar* (Jakarta: Bumi Aksara, 2015).

dapat mencerminkan hasil belajar yang tidak dapat dicapai melalui penggunaan alat atau media pembelajaran tersebut.⁵ RA Hidayatullah merupakan salah satu sekolah yang bertujuan dan bermisi untuk menjadi lembaga Islami yang berkarakter dalam membentuk generasi yang berakhlakul karimah, cerdas, kreatif, mandiri, dan percaya diri. RA Hidayatullah yang terletak di Kota Banjarmasin Kecamatan Banjarmasin Tengah ini didirikan pada tahun 2012 di bawah naungan Yayasan Hidayatullah.

Awalnya, TK Hidayatullah telah berdiri pada tahun 90an, namun harus tutup di tahun 2010 dikarenakan kurang koordinasi dengan pihak yayasan. Selama 2 tahun vacum dan tidak adanya sekolah untuk Anak-anak usia dini di lingkungan sekitar, akhirnya pengurus yayasan berinisiatif mendirikan kembali sekolah TK, karena di bawah naungan KEMENAG maka Terbentuk lah Madrasah tingkat TK atau di sebut dengan Raudhatul Atfhal (RA) Hidayatullah. Awal berdiri dengan fasilitas seadanya dan jumlah murid hanya beberapa, seiring berjalannya waktu, antusias dan sambutan masyarakat sekitar lumayan bagus karena di lingkungan sekitar mayoritas warga beragama Islam, jadi mereka ingin menyekolahkan anak anaknya di Raudhatul Atfhal, sekolah usia dini yang bernuansa Islami. Visi sekolah ini adalah menjadikan lembaga Islami yang berkarakter dalam menyiapkan generasi yang berakhlakul karimah, cerdas, kreatif, mandiri dan percaya diri. Lingkungan sekolah berada di dalam komplek sehingga Anak anak lebih aman orang tua merasa tenang, sekarang RA Hidayatullah mempunyai murid berjumlah 53 orang dengan jumlah guru atau ustadzah 6 orang. Kewajiban

⁵Sholeh Hidayat, *Pengembangan guru profesional* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2017).

dan tuntutan untuk memberikan pembelajaran yang baik bagi para anak didik, serta beban kerja pada akhirnya dapat menyebabkan guru stres.

Berdasarkan hasil wawancara awal dengan dua guru di RA Hidayatullah, diketahui beberapa guru mengalami stres akibat pelaksanaan pembelajaran yang dilaksanakan secara tatap muka pada masa transisi, mereka juga dituntut untuk tetap melakukan proses pembelajaran yang efektif dan efisien dengan harus terus memenuhi protokol kesehatan. Ibu Norlaili Fitriani, ketika diwawancara mengungkapkan bahwa saat ini beliau sering sekali bekerja secara berlebihan meskipun tidak seluruhnya efektif. Selain itu, beliau juga menyebutkan bahwa banyak pekerjaan yang beliau bawa ke rumah, namun enggan dikerjakan karena beliau akhir-akhir ini suka menunda melakukan pekerjaan tersebut. Hal ini yang akhirnya menyebabkan pekerjaan menumpun dan menimbulkan kekhawatiran yang berlebihan. Hal senada juga diungkapkan oleh Ibu Ayunda Deviana Setyowati. Selain sering melakukan pekerjaan yang tidak menunjukkan hasil yang efektif, beliau juga berulang kali merasakan masa depan yang suram berkaitan dengan pekerjaan, keluarga dan kehidupan. Bahkan beliau sering merasa cemas dan takut, serta tidak dapat mengontrol emosi sehingga sering hilang kendali. Beliau juga dapat menangis tanpa ada alasan yang jelas serta menjadi orang yang gampang sekali terkejut.

Tekanan-tekanan fisik dan psikis yang dapat mempengaruhi keseimbangan mental seseorang yang digambarkan dengan stres. Stres merujuk pada tekanan atau beban yang dirasakan oleh seseorang. Hal ini dapat terjadi ketika harapan individu tidak seimbang dengan kenyataan yang dihadapi, baik secara fisik

maupun psikologis. Menurut Weinberg dan Gould, stres terjadi ketika terdapat ketidakseimbangan yang signifikan antara tuntutan (baik fisik maupun psikologis) dan kemampuan individu untuk merespon, di mana kegagalan untuk memenuhi tuntutan tersebut memiliki konsekuensi yang penting. Dengan demikian, stres muncul ketika kebutuhan individu, baik yang bersifat jasmani maupun rohani, tidak terpenuhi atau tidak seimbang. Sebuah situasi yang berubah-ubah di mana seseorang menghadapi kesempatan, hambatan, atau tuntutan yang terkait dengan tujuan yang sangat diinginkannya dan akibatnya dianggap tidak pasti dan signifikan disebut sebagai stres.

Seorang guru atau pendidik pasti memiliki cara tersendiri dalam menghadapi atau mengurangi Stres, hal ini disebut juga dengan *coping*, yaitu proses yang dilalui seseorang berusaha entah bagaimana mengatasi Stres terjadi ketika individu berusaha menyesuaikan diri dengan tuntutan dari dalam maupun luar lingkungan mereka. Menurut Lazarus dan Folkman, *coping* adalah suatu proses di mana individu berusaha menyesuaikan jarak antara tuntutan dan alat yang digunakan dalam situasi tekanan. *Coping* diartikan sebagai modifikasi pola pikir dan tindakan yang diterapkan untuk menghadapi stres yang disebabkan oleh tekanan eksternal dan internal dari lingkungan. Tindakan yang dilakukan oleh individu disebut strategi *coping*. Rencana penanganan seringkali terpengaruh oleh konteks budaya, pengalaman dalam menangani masalah, faktor lingkungan, kepribadian, pandangan diri, faktor sosial, dan lainnya yang secara signifikan memengaruhi kemampuan seseorang dalam memecahkan masalah.

Berdasarkan uraian tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait “Strategi *Coping* Stres Guru Pasca Covid-19 di Raudhatul Atfhal Hidayatullah Banjarmasin”.

B. Rumusan Masalah

Peneliti merumuskan masalah berdasarkan uraian latar belakang di atas sebagai berikut:

1. Bagaimana stres pada guru pasca Covid-19 di Raudhatul Atfhal Hidayatullah Banjarmasin?
2. Faktor apa saja yang mempengaruhi terjadinya stres pada guru pasca Covid-19 di Raudhatul Atfhal Hidayatullah Banjarmasin?
3. Bagaimana strategi *coping* pada guru pasca Covid-19 di Raudhatul Atfhal Hidayatullah Banjarmasin?

C. Tujuan Penelitian

Maka tujuan dari penelitian ini, berdasarkan rumusan masalah di atas, adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui gambaran stres pada guru pasca Covid-19 di Raudhatul Atfhal Hidayatullah Banjarmasin.
2. Untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya stres pada guru pasca Covid-19 di Raudhatul Atfhal Hidayatullah Banjarmasin.

3. Untuk mengetahui gambaran strategi *coping* stres pada guru pasca Covid-19 di Raudhatul Atfhal Hidayatullah Banjarmasin

D. Signifikansi Penelitian

Dari penelitian ini diharapkan memberikan signifikansi penelitian atau manfaat baik secara teoritis (keilmuan) maupun secara praktis (empirik) yaitu sebagai berikut:

1. Secara Teoritis

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memberikan manfaat bagi bidang psikologi pendidikan, khususnya dalam memberikan pemahaman mengenai hambatan dan strategi *coping* stres yang digunakan oleh guru secara psikologis. serta menambah pengetahuan dibidang pendidikan khususnya di dunia psikologi, dan juga menjadi bahan pengetahuan tentang Strategi *Coping* Stres Guru Pasca Covid-19 di Raudhatul Atfhal Hidayatullah Banjarmasin.

2. Secara Praktis

- a. Instansi/Sekolah

Penelitian ini bertujuan untuk memberikan wawasan kepada sekolah agar mereka dapat belajar dan memahami lebih dalam tentang isu-isu yang berkaitan dengan masalah stres remaja dan cara mengatasinya.

- b. Guru

Penelitian ini bertujuan untuk memberikan kontribusi bagi pendidik/guru yang perlu diperhatikan Untuk memperbaiki ide dan

implementasi program pendidikan, terutama yang terkait dengan kemajuan emosional dan sosial siswa.

c. Siswa

Penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi ilmiah, khususnya yang berkaitan dengan Studi psikologi, yang dapat diamati melalui partisipasi program belajar-mengajar antara pelajar, dalam pengembangan teknik penanganan untuk mengatasi tekanan.

E. Definisi Istilah

Penulis menerapkan kata yang menjadi maksud judul penelitian ini dengan menegaskan beberapa hal agar tidak terjadi kesalahpahaman terhadap judul yang peneliti angkat dan pembaca mendapatkan pemahaman yang jelas sebagai berikut:

1. Stres merupakan sesuatu yang pada kehidupan manusia tidak terpisahkan bahkan stres bagian dari kehidupan, stres biasa dihadapi oleh individu hampir semua kalangan, baik itu dewasa ataupun remaja dan anak-anak. Sesuai dengan WHO (2003), stres adalah respons tubuh terhadap tekanan psikososial (beban mental/tekanan hidup).⁶ Pada penelitian ini, stres yang diteliti adalah stres yang terjadi pada pasca Covid-19 di Raudhatul Atfhal Hidayatullah Banjarmasin.
2. Strategi *coping* dapat diartikan sebagai tindakan yang diambil oleh seseorang untuk menghadapi situasi yang menimbulkan tekanan atau

⁶Priyoto, *Konsep Manajemen Stres* (Yogyakarta: Nuha Medika, 2014).

ancaman dengan memanfaatkan sumber daya yang tersedia untuk mengurangi tekanan yang dirasakannya. Pada penelitian ini, strategi *coping* stres adalah upaya yang dilakukan oleh guru Raudhatul Atfhal Hidayatullah Banjarmasin saat mengalami stres pasca Covid-19.

F. Penelitian Terdahulu

1. Penelitian oleh Sumarni M, dkk dalam Skripsi, Berjudul “Analisis Strategi Manajemen Stres Guru Biologi SMA Negeri 5 Jeneponto, Universitas Alauddin Makasar, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan pada tahun 2018. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan pengalaman ahli biologi, memahami cara mengatasi stres yang digunakan oleh guru dan mengidentifikasi jenis mengatasi stres yang digunakan oleh guru. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode kualitatif dengan teknik pengambilan data melalui wawancara dan observasi. Tiga wanita dewasa yang menjadi fokus penelitian ini adalah guru yang bekerja dalam bidang pendidikan. Penelitian ini mengungkapkan bahwa guru biologi mengalami tingkat stres yang signifikan dalam aspek fisiologis, emosional, kognitif, perilaku, dan interpersonal. Faktor-faktor yang menyebabkan stres antara lain tuntutan pekerjaan dan masalah pribadi di rumah, serta tanggung jawab dalam mendidik siswa. Strategi koping yang digunakan adalah *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping*. Dalam perawatan berbasis masalah, individu cenderung menggunakan mencari dukungan sosial untuk alasan instrumental untuk memecahkan masalah

mereka, yaitu. mereka mencari dukungan dari keluarga dan orang yang mereka cintai dengan menceritakan masalah mereka dan meminta pendapat atau saran dari orang tersebut. Ketika berserah diri kepada Allah SWT dimaknai sebagai *coping* emosional, individu cenderung berpindah agama. Berdoa agar masalah yang dihadapinya memudahkannya untuk menjadi baik dan selalu mensyukuri apa yang dimilikinya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan stres yang dialami guru, mengetahui strategi koping yang digunakan guru dan mengetahui strategi koping apa saja yang digunakan guru saat menghadapi stres di kelas SMAN 5 Jenepont.⁷ Kesamaan antara penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan meneliti stres dan strategi *coping*, sedangkan perbedaannya adalah penelitian ini juga meneliti jenis strategi *coping* namun tidak meneliti faktor yang mempengaruhi stres yang dialami oleh subyek.

2. Penelitian oleh Yulia Sholichatun dalam jurnal Psikologi Islam, Vol 8 No 1 halaman 23-42 dengan judul “Stres dan Staretegi *Coping* pada Anak Didik di Lembaga Pemasarakatan Anak”. PsikoIslamika pada tahun 2011. Tujuan dari studi ini adalah untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang menyebabkan stres pada narapidana di LAPAS, dan untuk mengevaluasi strategi penanganan masalah di LAPAS.⁸ Studi ini menggunakan metode kualitatif dengan tipe penelitian kasus tunggal.

⁷Sumarni M, dkk, Analisis Strategi Coping terhadap Stres Guru Biologi SMA Negeri 5 Jeneponto (Skripsi, Universitas Alauddin Makasar, 2018).

⁸Yulia Sholichatun, Stres dan Staretegi Coping pada Anak Didik di Lembaga Pemasarakatan Anak (*Psikoislamika, Jurnal Psikologi Islam*, 2011).

Penelitian dilaksanakan di Lapas Anak Kutoarjo dan Blitar (Lapas) dengan partisipan yang berusia antara 13 hingga 21 tahun dan telah menjalani masa pengasuhan selama minimal satu tahun. Berdasarkan evaluasi terhadap sejumlah penelitian, hasilnya dibagi menjadi tiga kategori yang pertama datang dari hubungan pribadi, perpisahan dari keluarga atau pasangan merupakan stresor utama pengalaman narapidana, yang kedua berkaitan dengan faktor ekonomi yang dialami langsung oleh narapidana dewasa yang bekerja sebelum memasuki kehidupan penjara. Klasifikasi Stresor ketiga adalah suasana penjara yang membosankan. Andik menyelesaikan masalahnya di dalam penjara dengan mengadopsi strategi koping yang berfokus pada emosi, termasuk strategi kognitif dan perilaku. Penelitian ini memiliki kesamaan dengan penelitian yang akan dilakukan dalam menginvestigasi faktor-faktor yang memengaruhi stres dan strategi koping, sedangkan perbedaannya adalah penelitian ini tidak menggambarkan stres yang dialami oleh subjek penelitian.

3. Penelitian oleh Decky Diyan Kesuma dalam jurnal ilmiah Psikologi, Vol 4, No 3 halaman 391-398 dengan judul. “Stres dan Strategi *Coping* Pada Anak Pidana”. Maksud dari penyelidikan ini ialah untuk menggambarkan tekanan yang dihadapi oleh tahanan di pusat pemasyarakatan dan memberikan gambaran tentang cara-cara mengatasi yang digunakan oleh tahanan di Pusat Pemasyarakatan Kelas IIA Samarinda.⁹ Studi ini mempergunakan metode penelitian kualitatif dengan fokus pada studi

⁹Kesuma, D., 2016. Stres dan Strategi Coping Pada Anak Pidana. *Jurnal Psikologi*. Vol 4, No 3, hal 391-398.

kasus. Terdapat sembilan orang sebagai subjek dan informan dalam penelitian ini, yang Terpilih oleh ahli riset berdasarkan situasi dan kondisi yang ada di tempat penelitian, yakni Kelas IIA di Lapas Samarinda memiliki 5 tema penelitian untuk tahap awal serta 4 tema untuk tahap lanjutan. Dalam riset ini, gejala tekanan yang paling kerap dialami oleh responden adalah migrain dan kegelisahan ketika memasuki penjara, ketakutan memikirkan kedua orang tua di rumah, ketidakmampuan untuk membahagiakan orang tua, kesedihan, depresi, dan ketidakmampuan untuk melakukannya, untuk bersantai atau bersantai di penjara. Maka dapat disimpulkan Hasil penelitian menunjukkan bahwa subjek dalam penelitian ini lebih banyak menggunakan strategi penanganan emosi dibanding strategi penanganan masalah. Hal ini disebabkan oleh efektivitas strategi penanganan emosi dalam mengatasi stres ketika anak nakal berada di penjara lebih tinggi dibanding strategi penanganan masalah. Jika media untuk melakukan *emotion focused coping* banyak, tersedia dan dilakukan hampir setiap hari. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah meneliti tentang stres dan strategi *coping*, sedangkan perbedaannya adalah penelitian ini tidak meneliti faktor yang mempengaruhi stres yang dialami oleh subyek dan subjek yang dipilih dalam penelitian ini ukan guru, melainkan anak pidana di LAPAS.

4. Penelitian oleh Naila Saidah dalam judul skripsi “Identifikasi Stresor dan Strategi *Coping* pada Guru SLB yang mengajar”. Universitas Muhammadiyah Malang Fakultas Psikologi pada tahun 2012. Maksud dari

penelitian ini adalah untuk mengenali Tekanan dan strategi pengelolaan yang diajarkan oleh pendidik di Sekolah Luar Biasa untuk siswa yang mengalami Gangguan Hiperaktif dan Defisit Perhatian (ADHD).¹⁰ Penelitian ini memanfaatkan pendekatan kualitatif deskriptif dengan mengambil empat partisipan yang terklasifikasi, yaitu guru SLB yang mengalami stres akibat tanda-tanda yang diantisipasi saat mengajar anak ADHD, dan yang mengatasi kecemasannya dengan menggunakan daftar periksa. Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat dua faktor yang memicu kecemasan, yakni faktor internal dan eksternal. Faktor internal menunjukkan perasaan bosan, marah, dan jengkel pada anak ADHD. Hal ini muncul karena subjek merasa tidak mampu mengatasi dan kekurangan strategi lain dalam mendidik anak ADHD. Faktor stres eksternal adalah peraturan yang ketat di sekolah dan ketua yayasan yang menuntut terlalu tinggi sehingga pekerjaan guru tidak produktif. Hal ini membuat subjek merasa sangat tertekan dan bingung harus berbuat apa. Selain itu, permasalahan yang ada di rumah subjek terkadang membuat subjek stres juga, oleh karena itu guru SLB yang mengajar anak ADHD lebih dominan menggunakan strategi untuk mengatasi stres *emotion focused coping* yang mengacu pada *approach strategies* yaitu dengan melihat diri sendiri dan belajar dari kesalahan yang pernah terjadi. Adapun *problem focused coping* juga digunakan oleh subjek tes yaitu mencari cara lain dalam menghadapi anak ADHD dan mendekati anak ADHD secara

¹⁰Naila Saidah, *Identifikasi Stresor dan Strategi Coping pada Guru SLB yang mengajar* (Skripsi, Universitas Muhammadiyah Malang, Fakultas Psikologi, 2012).

perlahan dan langsung. Namun, strategi ini jarang digunakan oleh subjek penelitian. Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah meneliti tentang faktor yang mempengaruhi stres dan strategi *coping* yang digunakan, sedangkan perbedaannya adalah penelitian ini tidak menggambarkan stres yang dialami oleh subjek penelitian.

5. Penelitian oleh Theodora Putri Antonius Patriadi dalam skripsi, *dengan judul Strategi coping stress pada Guru dalam Mendidik Anak Berkebutuhan Khusus (ABK)*. Universitas Sanata Dharma Fakultas Psikologi pada tahun 2021. Maksud dari studi ini adalah untuk mengidentifikasi rintangan dan cara mengelola tekanan bagi pengajar dalam menghadapi pendidikan individu dengan kebutuhan khusus.¹¹ Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif berjenis deskriptif. Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif deskriptif dengan 5 mata pelajaran yang diperingkatkan sebagai guru ABK minimal 2 tahun. Hasil dari penelitian ini adalah guru menghadapi kendala dalam pengajaran ABK, strategi *Coping* stres dimulai ketika guru mengalami masalah, kemudian terjadi penilaian sekunder. Setelah itu, guru akan menerima situasi dan mempersiapkan diri untuk tahap pelaksanaan. Strategi *Coping* Stres yang digunakan meliputi *Problem focused coping* dan *emotion focused coping*. Kesamaan antara penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan meneliti penggunaan strategi *coping*, sedangkan perbedaannya

¹¹Theodora Putri Antonius Patriadi, *Strategi Coping Stres pada Guru dalam membimbing anak berkebutuhan khusus* (Skripsi, Universitas Sanata Dharma, fakultas Psikologi, 2021).

adalah penelitian ini meneliti tentang kendala dalam mengajar anak berkebutuhan khusus dan tidak meneliti faktor yang mempengaruhi stres yang dialami oleh subyek.

G. Sistematika Penulisan

Sistematika yang berfungsi sebagai pedoman penyusunan laporan penelitian ini adalah sebagai berikut:

Bab I, berisi paparan dan uraian singkat tentang latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan masalah dan makna penelitian, pengertian istilah, penelitian terdahulu dan sistematika penulisan.

Bab II, berisi tinjauan teoritis yang menjadi pembahasan di kerangka berpikir mengenai stres dan strategi *coping stres*.

Bab III, berisi metode penelitian yang digunakan dalam penelitian, jenis penelitian, lokasi penelitian, metode pengumpulan data dan teknik analisis data.

Bab IV, berisi paparan dan pembahasan data penelitian tentang stres, strategi *coping stress* dan faktor yang mempengaruhi stres.

Bab V, berisi penutup yang di dalamnya terdapat simpulan dan rekomendasi.