

12.	18 Januari 2023	Acc PJ Profesional Judgment	
13.	10 Februari 2022	Acc Bab 4 dan lanjut bab 5	
14.	18 Februari 2023	Revisi Bab 5	
15.	17 Maret 2023	Acc Bab 5 lanjut penutup dan verbatim	
16.	23 Maret 2023	acc Skripsi	

Banjarmasin, 27 Februari 2023
Ketua Prodi Psikologi Islam



Dra. Mulyani, M.Ag

Lampiran *Professional Judgement*

Hal : Permohonan *Expert Judgement*
Lampiran : 1 Bundel Guide Interview

Yth. Ibu Dra. Hj. Siti Faridah, M.Ag
di Tempat

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Dengan hormat,

Kami mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin:

Nama : Maulana Imam Fadillah

NIM : 170104040038

Prodi : Psikologi Islam (PI)

Dengan ini bermaksud mengajukan *Expert Judgement* Instrumen "Guide Interview" untuk penelitian tugas akhir/skripsi saya dengan Judul "Stress dan Strategi Coping guru dalam mengajar di Raudhatul Atfhal Hidayatullah".

Dengan permohonan ini atas kesediaan Ibu kami ucapkan banyak terima kasih.

Wassalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh

Mengetahui,
Dosen Pembimbing Akademik



Dra. Mulyani, M.Ag

Banjarmasin, 18 Januari 2023
Hormat Kami,



Maulana Imam Fadillah

Surat Keterangan *Expert Judgement*

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

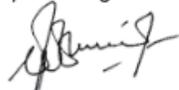
Nama : Dra. Hj. Siti Faridah, M.Ag
Jabatan/Instansi : Dosen/Fakultas Ushuluddin dan Humaniora

Dengan ini telah melaksanakan *Expert Judgement* pada:

Nama : Maulana Imam Fadillah
NIM : 170104040038
Judul Penelitian : Stress dan Strategi Coping guru dalam mengajar di Raudhatul Atfhal Hidayatullah
Obyek Penilaian : Stress dan Strategi Coping

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

Banjarmasin, 18 Januari 2023.....
Expert Judgement



Dra. Hj. Siti Faridah, M.Ag

Lampiran Surat Bebas Plagiasi



**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 Lulus Uji Plagiasi

Nomor: 574/Un.14/III.3/PP.00.9/03/2023

Ketua Program Studi Psikologi Islam menerangkan bahwa karya ilmiah:

Nama : Maulana Imam Fadillah
NIM : 170104040038
Prodi : Psikologi Islam
Jenis Karya Ilmiah : Skripsi
Judul Karya Ilmiah : Stres dan Strategi Coping guru dalam pembelajaran di RA Hidayatullah

Telah dinyatakan **Lulus Uji Plagiasi** dengan *Prosentase* sebagaimana terlampir.

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

Banjarmasin, 21 Maret 2023



Ketua Program Studi Psikologi Islam
Sekretaris,

Musfichin, M.A



**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

Hasil Uji Plagiasi

Nama : Maulana Imam Fadillah
NIM : 170104040038

Bab	Tahap				Ket
	1	2	3	4	
1	15 %	-	-	-	Lulus
2	25 %	-	-	-	Lulus
3	16 %	-	-	-	Lulus
4	19 %	-	-	-	Lulus
5	15 %	-	-	-	Lulus

Banjarmasin, 21 Maret 2023

An. Ketua Program Studi Psikologi Islam
Sekretaris,



Musfichin, M.A

Lampiran *Informed Consent*



**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.

INFORMED CONSENT

Saya adalah mahasiswa angkatan 2017, Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin yang bernama Maulana Imam Fadillah. Saat ini saya ingin melakukan wawancara yang hasilnya akan digunakan untuk penyusunan skripsi dengan judul "*Stress dan Strategi coping guru dalam pembelajaran di Raudhatul Atfhal Hidayatullah*". Saya bermaksud untuk menjadikan saudara/i sebagai subjek dalam penelitian saya. Adapun tujuan lain dari pelaksanaan wawancara ini ialah untuk mengetahui gambaran stres dan cara mengatasinya secara riwayat hidup dan pengalaman ketika menjadi guru dalam mengajar

Proses pengambilan data yang dilakukan ialah dengan melalui wawancara langsung dengan tatap muka. Pertanyaan-pertanyaan yang diajukan secara umum berkaitan dengan pengalaman pribadi subjek selama menjadi guru dalam proses mengajar di Raudhatul Atfhal Hidayatullah. Pada proses wawancara ini, subjek diminta untuk menjawab beberapa pertanyaan yang diajukan. Keseluruhan data yang didapat dari hasil wawancara ini akan diolah hanya untuk kepentingan akademis dan saya jamin kerahasiaannya.

PERNYATAAN SUBJEK SUKARELA

Pelaksanaan wawancara dalam penelitian ini bersifat sukarela, subjek boleh memilih dengan pertimbangan tertentu untuk **Setuju** atau **Tidak Setuju** terlibat dalam penelitian ini.

Pernyataan Keputusan Sebagai Subjek	Checklist (√)
Saya bersedia untuk berpartisipasi dan bersedia menjadi subjek dalam penelitian	✓
Saya tidak bersedia untuk berpartisipasi dan tidak bersedia menjadi subjek dalam penelitian	



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 : N L F
Tempat Tanggal Lahir : Banjarmasin, 01 Januari 2001
Usia : 22 tahun
Universitas/Prodi/Semester : STAI AL JAMI

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 penyusunan skripsi dengan judul "*Stress dan Strategi coping guru dalam pembelajaran di Raudhatul Atfhal Hidayatullah*" yang dilakukan oleh **Sdr. Maulana Imam Fadillah** selaku mahasiswa 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 **DIRAHASIAKAN** dan tidak akan disampaikan terbuka kepada umum
4. Saya menyetujui adanya pendokumentasian selama proses wawancara berlangsung dengan tujuan untuk menghindari kesalahan atau adanya informasi yang tidak lengkap mengenai diri saya, baik berupa tulisan, rekaman percakapan dan dokumentasi lainnya dengan jaminan informasi pribadi saya akan dirahasiakan.
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 : Jum'at 20 Januari 2023

Waktu : Jam 09.00 Wita

Tempat/Media : RA HIDAYATULLAH

Peneliti

(Maulana Imam Fadillah)

Subjek

(NLF)



**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.

INFORMED CONSENT

Saya adalah mahasiswa angkatan 2017, Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin yang bernama Maulana Imam Fadillah. Saat ini saya ingin melakukan wawancara yang hasilnya akan digunakan untuk penyusunan skripsi dengan judul "*Stress dan Strategi coping guru dalam pembelajaran di Raudhatul Atfhal Hidayatullah*". Saya bermaksud untuk menjadikan saudara/i sebagai subjek dalam penelitian saya. Adapun tujuan lain dari pelaksanaan wawancara ini ialah untuk mengetahui gambaran stres dan cara mengatasinya secara riwayat hidup dan pengalaman ketika menjadi guru dalam mengajar

Proses pengambilan data yang dilakukan ialah dengan melalui wawancara langsung dengan tatap muka. Pertanyaan-pertanyaan yang diajukan secara umum berkaitan dengan pengalaman pribadi subjek selama menjadi guru dalam proses mengajar di Raudhatul Atfhal Hidayatullah. Pada proses wawancara ini, subjek diminta untuk menjawab beberapa pertanyaan yang diajukan. Keseluruhan data yang didapat dari hasil wawancara ini akan diolah hanya untuk kepentingan akademis dan saya jamin kerahasiaannya.

PERNYATAAN SUBJEK SUKARELA

Pelaksanaan wawancara dalam penelitian ini bersifat sukarela, subjek boleh memilih dengan pertimbangan tertentu untuk **Setuju** atau **Tidak Setuju** terlibat dalam penelitian ini.

Pernyataan Keputusan Sebagai Subjek	Checklist (√)
Saya bersedia untuk berpartisipasi dan bersedia menjadi subjek dalam penelitian	✓
Saya tidak bersedia untuk berpartisipasi dan tidak bersedia menjadi subjek dalam penelitian	



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, 70233

LEMBAR PERNYATAAN KESEDIAAN
 UNTUK MENJADI SUBJEK PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama/Inisial : FEI
 Tempat Tanggal Lahir : Banjarmasin, 03 maret 1999
 Usia : 24 tahun
 Universitas/Prodi/Semester : UIN ANTASARI

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 penyusunan skripsi dengan judul "Stress dan Strategi coping guru dalam pembelajaran di Raudhatul Athfal Hidayatullah" yang dilakukan oleh Sdr. Maulana Imam Fadillah selaku mahasiswa 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 DIRAHASIAKAN dan tidak akan disampaikan terbuka kepada umum
4. Saya menyetujui adanya pendokumentasian selama proses wawancara berlangsung dengan tujuan untuk menghindari kesalahan atau adanya informasi yang tidak lengkap mengenai diri saya, baik berupa tulisan, rekaman percakapan dan dokumentasi lainnya dengan jaminan informasi pribadi saya akan dirahasiakan.
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 : Rabu, 28 Januari 2023
 Waktu : jam 11.00 wita
 Tempat/Media : RA Hidayatullah



**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.

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, 20 Januari 2023

Mengetahui,

Peneliti

(Maulana Imam Fadillah)

Subjek

(FEI)

Lampiran Publish 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
Website: www.pi.uin-antasari.ac.id; E-mail: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id

Letter of Publish

Nomor: 121/Al Husna/06/2023

Pimpinan Redaksi Jurnal *Al Husna* Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin menerangkan bahwa:

Judul : Stres dan strategi coping guru dalam pembelajaran di Raudhatul
Artikel/Naskah : Athfal Hidayatullah
Nama Penulis : Maulana Imam Fadillah
NIM : 170104040038
Prodi : Psikologi Islam

Akan diterbitkan di Jurnal *Al Husna* Artikel/naskah tersebut dapat dibaca dan diakses dalam versi *online* pada *website* Jurnal *Al Husna* (<https://jurnal.uin-antasari.ac.id/index.php/alhusna>).

Demikian *Letter of Publish* ini disampaikan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 02 Juni 2023

An. Editor In Chief
Journal Manager


Masfichin, M.A

Lampiran Verbatim

Hasil Wawancara

Wawancara Subjek 1

Inisial subjek

: NLF

Interviewer

: Maulana Imam Fadillah

Lokasi

: RA Hidayatullah yang beralamat di Jalan SutoyoS,

Komplek Hidayatullah RT 48 No. 1 Banjarmasin Tengah. Tanggal

pelaksanaan :

Baris	Pelaku	Percakapan	Tema
1	I	Assalamualaikum.wr.wb. selamat pagi bu.	Pembukaan dan perkenalan diri
2		Terimakasih banyak atas kesediaan ibu	
3		meluangkan waktu untuk wawancara ini.	
4		Walaikumsalaam. Wr. Wb. Selamat pagi. Iya	
5		sama-sama. Saya senang bisa membantu.	
6		Jadi kita mulai bu lah wawancaranya.	
7	S	Inggih, silahkan.	
8	I	Kalau peran ibu disekolah ini sebagai guru apa ya	
9		bu?	
10	S	Kalau uln pengajar kayak membimbing anak	
11	I	juga	
12		Di pekerjaan pian ini beban nya apa yang pian	
13	S	rasakan bu?	
14	I	Mood anak tadi yang uln merasa terbebani masih	
15		Dikelas pian ada anak yang kelainan khusus gitu	
16	S	bu?	
17		Ada, anak nya ini biasanya over seperti	
18		berlebihan. Kayak melakukan itu kadang	
19		mehamuk dulu biasanya kda mau menulis bisa	
20		hamuk bisa ditawak nya pakai pensil ustazahnya,	
21		bisa di hambur2 nya bahkan buku LKS di	
22		robeknya kaytu. Tapi kadang setelah itu kami	
23		biarkan dia sadar sendiri nah kytu pang ini pang	
24		kesulitan mengatur mood anak yaa mungkin	
25		karna dirumah kan kebiasaannya anak sperti apa	
26	I	kaytu nah.	
27	S	Bagaimana bu ada tekanan kah selama mengajar?	
28		Inggih ada, ulun biasanya hampir sering	
29		mengalami sakit kepala dan pusing kalau	
30	I	menghadapi kelakuan anak yang over berlebihan	
31		Terus ada hal2 yang lain lah bu yang muncul saat	
32	S	tertekan itu dari gangguan segi fisik atau psikis?	Stres memengaruhi fisik
33		Biasanya uln nih saat itu timbul emosi dalam diri	
34		kaytu nah seperti kesal dengan anak itu bahkan	

35		ada sempat kda tahan lgi kyak memukul tangan	
36		ke meja dngn keras. Ini langsng refleks kaytu nah	
37	I	tanpa uln sadari	
38		Dari sejak kapan biasanya ibu mengalami	
39	S	gangguan psikis atau fisik tadi?	
40		Sejak awal2 masuk bekerja di RA ini uln msih	
41		nyaman2 aja lalu setelah mulai sudah 4 bulanan	
42		kurang lebihnya uln sering timbul kaya sakit	
43	I	kepala, pusing jua lalu emosi pina kada kekontrol	
44		Ooh inggih bu..sudah berapa lama ibu bekerja di	
45		Ra hidayatullah?	
46	S	Sekitar 3 tahun uln mengajar di RA hidayatullah	
47		ini	
48	I	Waaah lumayan lama juga ya bu hehe (sambil	
49		ketawa sedikit)	
50	S	Inggih hhaa (Tertawa)	
51	I	I: bagaimana bu hubungan pian dengan rekan	
52		kerja selama di RA hidayatullah?	
53	S	Alhamdulillah baik aja, kami biasanya kalau ada	
54		masalah saling bantu bisa sharing2 cerita gitu,	
55		ulun meanggap bukan lagi rekan tapi lebih	
56		nganggep keluarga sudah	
57	I	Gambaran dengan hubungan sesama rekan kerja	
58		saling membantu aja bu lah..	
59	S	Inggih nah kaytu biasanya kakawanan sering	
60		bekisahan kayni2 sharing lah	
61	I	Bagaimana pian menyikapi perbedaan antara	
62		pengajar ketika harus membuat aturan tentang	
63		pembelajaran bu?	
64	S	Kalau perbedaan itu kn semua orang punya	
65		kepala masing2 katanya kalau pendapat kayak	
66		gini bagus dan juga kalau pendapat satunya	
67		kurang bagus, jadi uln nih lebih tepatnya	
68		mendengarkan dulu pang apa kelebihan dari	
69		pendapat itu misalnya pendapatnya ini apa dulu	
70		dari segi kebaikannya terus apa yang tidak	
71		bagusnya. Kalau uln kan mengambil selagi bagus	
72		utk anak uln ikut aja. Tapi uln bisa juga biasanya	
73		ngga melakukan karena menurut uln ngga bagus	
74	I	utk anak	
75		Bagaimana hubungan antar sesama guru dapat	
76		mempengaruhi anda dalam mengajar selama	
77	S	pembelajaran?	
78		Ada bepengaruh pang ke diri uln. Kalau lebih	
79		tepatnya hubungan uln baik aja saling guru	
80		menyuport aja kaytu nah. Uln nih merasa jua	Stres mempengaruhi cara berpikir

81		kaya semangat mengajar. Tapi kan pasti ada permasalahan kytu nah cmn sebisa mungkin	
82		berusaha profesional	
83	I		
84	S	Ooh inggih, apa aja bu biasa permasalahannya?	
85		Kalau uln kan dirumah itu macam2 aja pang	
86		karna kan mungkin kelelahan karena ada	
87		pekerjaan dirumah jua tanggungjawab dirumah jua	
88	I	disini (RA Hidayatullah) Juga ada tanggung	
89		jawab juga	
90	S	Nah setelah ibu merasa terbebani tadi apa dampak	
91		kediri pian?	
92	I	Pusing pang uln, darah jua tinggi. Guring tu kda	
93	S	nyenyak biasanya	
94		Kalau segi emosi pang bu?	
95		Dirumah uln emosian Bemamai kaytu pang ading	
96	I	uln tu kaya besabak padahal baru disimpuni bisa	
97	S	besarik2 pang emosi uln rancak	
98		Biasanya pian sering sakit lah bu?	
99		Inggih sering sakit biasanya keuyuhan kegiatan	
100		seharian pagi ngajar smpai siang keina sore	
101		ngajar terus sambung lagi dirumah jadi ya sering	
102	I	marah2 pang uln. Inijuga kadang bisw kumat	
103		darah tinggi uln	
104	S	Menurut pian, bagaimana aturan kerja di tempat	
105		pian ini bu?	
106		Alhamdulillah bagus aja pang,peraturan nya	
107		disini ya sudah sesuai pang seperti guru harus	
108		lebih dahulu datang dari pada anak2. Lalu segi	
109	I	batasan tata krama bicara guru dengan para pihak	
110	S	atasan jga ada aturannya	
111		Aman aja berarti bu lah peraturannya	
112	I	Inggih aman aja. Karena uln mendukung jua	
113		aturan itu	
114	S	Inggih bu, bagaimana peran kepala sekolah dalam	
115		mendukung pembelajaran secara tatap muka bu?	
116		Kalau sidin dlam mendukung bagus aja, cuman	
117		dari segi perilaku sidin keras terhadap guru2	
118		dalam artian apa yang sidin mau tu harus dituruti.	
119		Sidin rancak kda mencerminkan perilaku sidin	
120	I	yang dari aturan sdh dibuat misalnya kedatangan	
121		harus jam 7:15.kalau sidin biasanya datang jam	
122		8:30.karena sidin kan juga ngajar kaytu nah	
123		seharusnya sidin mentaati jua peraturan apalagi	
124		kepala sekolah	
125		Nah dengan keadaan fakta tersebut pian	
126	S	menanggapinya kayapa bu juga adakah	Upaya mengatasi

127		berdampak perasaan pian?	masalah
128		Uln merasa kesal pang dengan perilaku sidin yg	
129		nggak bisa mengatur waktu dan mentaati	
130		peraturan. Ya mungkin jauh kan rumah sidin tapi	
131		kan bisa kaytu nah harusnya menginisiatifkan	
132		bisa tulak lebih sungung lagi. Sidin megang	
133		kelas juga jadi kesian di anak nya jua kadang kda	
134		efektif pembelajaran dikelas sidin krn	
135		keterlambatan sidin itu. Seharusnya lebih	
136		bertanggungjawab kaytu nah, sidin meminta kami	
137		agar waktu kedatangan tu lebih awal sedangkan	
138		sidin selalu kada mencerminkan ke kami gitu.	
139		Bagaimana peran pian dalam mengambil	
140	I	keputusan terkait aturan dalam pekerjaan di	
141		sekolah tempat pian mengajar?	
142		Setelah diterapkan aturan itu peran uln	
143	S	memikirkan dlu selagi kebaikan dan	
144		kebermanfaatan nya ada uln mentaati aja	
145		Bagaimana pian menggambarkan sosok kepala	
146	I	sekolah di RA hidayatullah ini?	
147		Dari kepemimpinan sidin terlihat aja cuman sidin	
148	S	kada mencerminkan perilaku sidin masalah	
149		waktu, seharusnya kan kalau membilang ke orang	
150		harus ke diri sidin dulu baru bisa dilihat orang tu	
151		bagus kaytu nah	
152		Inggih..., nah bisa pian ceritakan lebih jelasnya bu	
153	I	pengalaman pian dari dibawah kepemimpinan	
154		pimpinan saat ini?	
155		Pengalaman uln lah dari melihat sidin meatur	
156	S	kebijakan itu harus dituruti apa kata sidin	
157		misalnya sidin menyuruh A harus A tu pang	
158		guru2 menuruti, sidin jua misalnya bersalah tu	
159		kayak kdd merasa bersalah kaytu nah, intinya	
160		bujur menurut sidin aja tarus. Jadi uln merasa	
161		kurang enak sih dibawah kepemimpinan sidin	
162		jujur aja karena apa2 kadang misal kd dituruti	
163		sidin sarik ke guru2 lain jua termasuk ke uln.	
164		Sampai kadang tetangis. Pokoknya kami tu kada	
165		kwa beapa2 pang usulan kami ni kada	
166		didengarkan ,kadang menurut sidin pendapat	
167		sidin ja dipakai.	
168		Ada pengaruh kediri pian lah bu misalkan	
169	I	kepikiran dan dalam hati pian kayapa terkait	
170		kepala sekolah tadi sampai disaat mengajar atau	
171		setelah mengajar?	
172		Inggih uln kepikiran banar masalanya kada	

173	S	nyaman tu dilihat lawan murid,kitanya jua kada	
174		nyaman ,iyaa ,uln kada ketuju pang lawan	
175		perilaku sidin kaytu nah	
176		Dari pian sendiri ada kah bu melakukan tindakan	
177	I	untuk kepala sekolah agar bisa menyadarinya	
178		terkait perilakunya? Boleh dijelaskan bu tindakan	
179		apa aja?	
180		Uln kalau segi tindakan kda terlalu pang karena	
181	S	uln misal menegur ya kada kuasa jua uln.	
182		Palingan misalnya begayaan bisa, kemaren itu pas	
183		ada rapat kayak sidin tu jauh keytu nah	
184		mnyambat jam set 7 jar itu pas ada ustzh A amun	
185		jar utzh A jam setengah 10 . Tapi ujar uln ustzh A	
186		ae jam 5 kaytu nah. Itu kan meefek tu ibaratnya	
187		supaya kawa besungsung kepala sekolah ni,	
188		padahal sudah kan didenda ibu B	
189		(penanggungjawab RA hidayatullah dari yayasan	
190		sekaligus menjadi bendahara dan kepala TU)	
191		dipotong gaji sudah tapi sidin kada sadar jua	
192		masih aja melakukan	
193		Bagaimana sikap pian ketika menghadapi	
194	I	masalah?	
195		Uln nih orangnya kada bisa mengambil keputusan	
196	S	sorang, uln tanyakan beberapa orang dulu kayakapa	
197		apakah sama kah lawan ulun lalu dirundingkan	
198		pang habis itu. Mun ulun lebih memendam aja	
199		pang ulun lebih meefek aja pang biasanya lebih	
200		memikirkan jua kaytu nah perasaan orang uln nih	
201		Misalnya sudah marah banget pian tu kayakapa bu	
202	I	ada tekeluar emosi atau semacamnya?	
203		Uln biasanya ada sih besarik2 mun uln sudah	
204	S	kada tahan lagi apalgi paling rancak misalnya	Efek dari stres
205		sangkal kah uln menangis.	yang ditimbulkan
206		Saat pian memendam masalah itu bu ada	
207	I	berdampak apa yang pian rasakan ke diri pian bu?	
208		Guring uln kada teratur, makan kada nafsu karena	
209	S	kan banyak pikiran. Uln nih pemikiran pang	
210		orgnya	
211		Mulai dari dulu lah bu kalau masalah tu pian	
212	I	pendam aja?	
213		Inggih dari dahulu, apalagi kan pas kdd mama nih	
214	S	semua gawian ke uln, misal dirumah tu kda kwa	
215		kaya mengeluh kaytu nah uln biasanya	
216		memikirkan sorangan. Karena kan abah uln ni	
217		tengalih jua orangnya kda nyaman uln. Lebih ke	
218		memendam aja kaytu nah keina tetangis sorangan	

219		amun sdh uyuh banar sdh mmikirkan	
220		Bagaimana pian cara menyelesaikan masalah nya	
221	I	bu yang sedang dihadapi?	
222		Nah itu kaya orang tu nah kan bisa	
223	S	menyelesaikan masalah kalau uln nih masih kada	
224		kwa menyelesaikan masalah uln sendiri	
225		Berarti pian tetap memendam tarus kaytu lah bu	
226	I	Inggih nah kaytu mendam aja, padahal itu kada	<i>Coping Stres (Problem Focused Coping)</i>
227	S	bagus kalo kaytu nah tapi kayapa kaytu uln tu	
228		biasanya diam aja	
229		Tapi pian kalau lawan orang lain kaya supan	
230	I	kaytu kah bu bekisah?	
231		Inggih pang kalau orangnya hanyar kenal, kada	
232	S	semua orang tu uln tu gampang cerita tentang diri	
233		uln, kecuali orang tu sudah dekat lawan uln.	
234		Amun kaya biasa aja orang tu uln biasa aja jua	
235		bahkan uln kada mau bepander wan orang tuh	
236		Bagaimana pian melakukan persiapan	
237	I	aktifitasnya setiap pagi bu?	
238		Uln mengumpulkan mood pang dulu kadang	
239	S	pagi tuh, bisa kan subuh tu sholat dulu. Ibaratnya	
240		membawa semangat dulu ke diri kaytu. Karena	
241		kan pekerjaan bagus itu kitanya yang nyaman	
242		menjalannya, jadi uln meanu semangat apakah	
243		dulu yang ulun gawi kaya buka handphone kah	
244		habis sholat tu atau apa yang handak ulun gawi	
245		dulu agar membuat ulun nyaman dulu keitu nah,	
246		biasanya berpengaruh mood ini sampai seharian	
247		ulun tuh, jadi uln mehimungi diri uln dahulu	
248		pang, walaupun mehimungi uln tu kayak orang tu	
249		kada ketuju dengan main handphone kah dlu apa	
250		kaytu nah bisa mendengar musik dulu	
251		Setiap hari pian kaytu bu?	
252	I	Inggih pang, karena kada gampang bekisah lwan	
253	S	orng	
254		Misalkan sikap pian kaytu ada lah orang	
255	I	terganggu dirumah bu atau ada yang marah2	
256		melihat sikap pian setiap pagi seperti ini?	
257		Kdda yang terganggu pang, mungkin orang	
258	S	rumah mengerti aja	
259		Ehh inggih..nah bu bagaimana perasaan pian saat	
260	I	dalam situasi tertekan, emm bisa dalam pekerjaan	<i>Coping Stres (Emotion Focused Coping)</i>
261		atau diluar pekerjaan?	
262		Kalau ke pasangan pang hehe (sedikit tertawa).	
263	S	Kan uln lwn pasangan uln nih beda karakter uln	
264		nih kaya pelamah ibaratnya lebih ke pasangan	

265		agak tertekan yaa karena beda karakter inya tu	
267		bisa marah2, uln kan punya masalah juga	
268		hendaknya tu dimengerti, biasanya inya tu	
269		memadahi tu yng kaya menyalahkan uln tu dulu	
270		lawan moment pas uln lagi kd baik mood.	
271		Apalagi ditambahi lo bu haha (tertawa)	
272	I	Naah bujur tuh ditambahi di marahi lagi,	
273	S	makanya ulun biasanya diam aja sudah jar uln	
274		Tertekan jua lah berarti lwn pasangan	
275	I	Inggih itu pang	
276	S	Kalau lawan orang rumah ada tertekan lah bu?	
277	I	Kdd pang karena ya kaytu pang sudah dirumah	
278	S	paling gawian banyak	
279		Inggih bu, Bagaimana sikap pian saat mendengar	
280		omongan orang lain yang kurang baik bahkan	
281	I	menyakiti terkait pekerjaan pian sebagai seorang	
282		guru TK?	
283		Bisa beubah pang perilaku ulun	
284		Perilaku seperti apa bu?	
285	S	Biasanya uln diam dulu lwn menghindar dari	
286	I	orang itu yaa uln pemikiran ,kayak ada sangkal ae	
287	S	dlu tapi ulun kada pernah pang sampai temusuh	
288		lawan org trsebut karena inya kada ketuju lawan	
289		uln. Kdda pang ya bediam ae dlu uln kan uln	
290		dasar bediam aja kaytu nah rajin	
291		Tapi dalam hati tu kesal lah bu?	
292		Kesal uln dalam hati tu, pastikan kesal	
293	I	dipanderakan kaytu	<i>Coping Stres</i>
294	S	Apalagi waktu pian mengajar dipanderakan kaytu	
295		Inggih pasti kesal	
296	I	Ada tarus lah bu kasusnya misal dipanderakan	
297	S	saat bekerja.	
298	I	Inggih ada pasti ada terus pang,katanya uln tu	
299		eee..anak tuh sudah 3 bulan kadda perkembangan	
300	S	jar, pastikan ulun kepikiran, iya kdd	
301		perkembangan jar anak tu kaya msih nangis2 nah	
302		ibaratnya kdd perkembangan kaytu nah jar..	
303		Padahal sudah 3 bulan. Nahh itu pang disitu uln	
304		merasa kesal pang kaytu, inya orang menyambati	
305		nih kada tahu pang kayapa uln mengajar dikelas	
306		uln kayapa dikelas inya itu kayapa kan beda	
307		anaknya nah itu pang meulah uln kesal	
308		Yang menyambati tadi guru kelas berapa bu?	
309		Kelas B, kan beda kalo tingkatannya, masa anak	
311	I	tu disamakan ya kada mungkin pang	
312	S	Inggih, emm cara pian mengatasi konflik dengan	

313		rekan kerja seperti konflik ringan atau berat kah?	
314	I	Dengan cara berpanderan pang, tapi uln blm	
315	S	pernah ada konflik lawan rekan kerja si jadi kada	
316		tahu cara mengatasinya.	
317		Berarti kalau hubungan antar rekan baik2 aja bu	<i>Coping Stres</i>
318		lah	
319		Inggih alhamdulillah uln kada pernah sesama	
320	I	rekan uln kdd pernah berkonflik pang, kadang tu	
321		ya bekesahan nah itu pang jadi jangan sampai ada	
322	S	masalah behubungan baik haja tarus keirh	
323		Lawan orang yang menyambati pian tadi kayapa?	
324		Iyaaa walaupun uln tu kesal yaa uln bawa aja ae	
325		begayaan kaytu nah	
326	I	Tapi yg bersangkutan yg nyambati pian tadi	
327	S	menanggapi lah bu?	
328		Inggih menanggapi jua, namun pas saat inya	
329	I	menyambati itu ulun diam dulu jadi uln kd kwa	
330		langsung nyaman kaytu nah kayak diberi waktu	
331	S	dulu	
332		Kaya berjarak dulu bu lah lwan org tu?	
333		Nah inggih uln jauhi dulu orang tu walaupun uln	
334		masih bisa senyum tapi ibaratnya dihati uln masih	
335	I	kada kwa lagi menanggapi	Tidak ada
336	S	Kayak cuek2an dulu kaytu lah bu	dukungan
337		Inggih kaytu cuek2dulu kaya kada berpanderan	keluarga
338		dulu	
339	I	Itu biasanya berapa hari pian berjarak lawan	
340	S	orang tu kalau lagi kesal?	
341		Paling kada tu sehari lah kaytu nah, esok nya uln	
342	I	usahakan ae kada lagi kaytu nah	
343		Bagaimana dukungan yang diberikan oleh	
344	S	keluarga jika pian sedang mengalami masalah	
345		bu?	
346	I	Kaya lebih memadahi pang mendukung kytu tapi	
347		kalau kaya kuitan uln kada kya mendukung	
348	S	gimana2 kaytu nah ke anak tu tapi kaya abah tu	
349		bediam aja kaytu nah, uln nih kada tahu kalau	
350		abah uln tuh menanggapi ke uln tu kayapa,	
351		kadang uln malah kada bisa jua pang bekisah	
352		kisah	
353		Ooh kada pernah bu bekisah2lawan keluarga?	
354	I	Kalau bekisah tu bekisah aja tapi kalau lagi ada	
355	S	masalah uln kada mau bekisah wn keluarga	
356		Emm kayak menyembunyikan masalah aja kaytu	
357	I	lah bu?	
358		Inggih hee (tertawa pelan), bediam aja pang uln	

359	S	kayni pang uln	
360		Tapi dikeluarga pian abah atau ading tadi dengan	
361	I	sendirinya tau lah bu pian punya masalah?	
362		Inggih tau pang, tapi sidin tuh kada bisa kaya	
363	S	menyupport kaytu kada, kaya mendengarkan aja	
364		sidin tu kdd yang merespon kaytu	
365		Kaya memberi nasehat tu pang bu?	
366	I	kadada pang sidin tu palingan kaya "ya sudah km	
367	S	tu bisa aja" Kaytu aja abah tu memadahi, kadada	
368		yang kaya apa kaytu menyemangati tu kadada	
369		Berarti dalam keluarga tetap pian kd pernah	
370	I	bekisah masalah bu lah?	
371		Heee (tertawa sedikit malu2). Inggih	
372	S	Bagaimana peran teman atau orang terdekat	
373		lainya dalam membantu permasalahan yang pian	
374		alami?	
375	I	Paling ke pasangan pacar ulun pang, iya	
376		membantu aja cuman tadih kaya di padahi	
377		diceramahi ke uln dulu uln nya, makanya uln	
378	S	kadang koler bekisah ke pacar nih kaytu pang.	Dukungan dari
379		Maksudnya bagus pang uln tu kan masih	orang dekat
380		orangnya labil kada kawa menemukan jawaban	
381		tentang mengatasi masalah uln sorangan meambil	
382		keputusan atau punya ide sorangan, makanya	
383		uln tu butuh dibimbing jua kaytu pang, bagus	
384		jaa.. Orang terdekat uln menemani, misalnya uln	
385		minta pendapat ada dipadahi pendapat yang	
386		bagus	
387		Berarti teman sesama cewek itu mendukung aja	
388	I	lah bu	
389		Inggih mendukung aja	
390	S	Pian masih ada sahabat lah bu?	Dukungan dari
391	I	Kadada lagi pang, jadi uln tu kaya sorangan aja	teman
392	S	lagi wahini nih	
393		Hmm kawan tu kawan biasa aja lah bu yaa?	
394	I	Inggih kaya kawan begawi	
395	S	Kada kaya dekat banget tu?	
396	I	Inggih kada am	
397	S	Pian ada mengeluhkesahkan lah lawan teman	
398	I	pian misalkan soal pekerjaan?	
399		NFL: iya ada kaya kawan digawian tu ae	
400		biasanya	
401		Dalam bentuk apa bu dukungan teman tu saat	
402	I	pian mengeluhkesahkan?	
403		Kaya menyemangati, keina memadahi "kaini nah	
404	S	ustazah ae pokoknya pian kayni2" Nah memadahi	

405		kaytu	
406		Merasa terbantu lah pian?	
407	I	Merasa terbantu, kan sidin lebih berpengalaman	
408	S	bagi ulun dan dasar benar aja pang jadi ulun	
409		mengikuti dan itu benar aja sudah	
410		Kalau kada bujur kada pian turuti lah	
411	I	Iya kadang ulnanggapi dulu "kada kayni lah	
412	S	ustazah"	
413		Sikap orang yang ditanggapi tadi bu menanggapi	
414	I	baliknya kayak gimana?	
415		Kdd pang paling "inggih ustazah ae"	
416	S	Bagaimana cara pian mengekspresikan stres yang	
417	I	dialami?	
418		Nangis pang kalo ulun kaya mungkin uyuh kah	
419		nah ini bisa nangis uln	
420	S	Selain itu seperti marah2 atau berbicara gak jelas	
421		ada lah bu?	
422	I	Kdda pang kaytu uln, nah paling imbahnya uln	
423		sakit kepala	
424	S	Bagaimana upaya pian untuk bangkit kembali	
425		saat megalami stres karena pekerjaan?	
426	I	Karena uln mau sukses, uln lebih memotivasi diri	
427		jua agar uln bisa jdi sukses, handak jua sukses	
428	S	kaytu nah tercapai yg diinginkan	
429		Ada kah bu menurun biasanya motivasi pian	
430		dikarenakan beban dari stres nya bertambah	
431	I	misalkan?	
432		Paling uln memikirkan kawakah kayni misal	
433		masalahnya kayni kawa kah uln mencapai yang	
434	S	diinginkan, apalgi kainanya kawa kah uln sukses.	
435		Masih ada keraguan jua tapi ini yang	
436		membangkitkan semangat lagi	
437		Bagaimana tanggapan keluarga atau orang	
438	I	terdekat pian jika sering marah-marah saat	
439		sedang mengalami stres?	
440		Kalau kaya ading uln kan misalnya inya salah	
441		bediam aja kaytu menuruti aja perintah uln	
442	S	ibaratnya kaya makan nya kada dibujurinya lagi	
443		kda diandak ketempatnya, inya tau aja kalau uln	
444		memamai inya karena nakal juga. Kada pernah	
445		pang kaya kada menerima atau apa kytu	
446		Bagaimana cara pian mengatasi keinginan untuk	
447	I	melampiaskan perasaan stres anda ke orang lain?	
448		Uln berusaha banar utk menghindari pang	
449	S	Jadi kda mau pian melampiaskan ke orang lain	
450	I	tentang perasaan stres pian?	

*Coping Stres
(Emotion
Focused Coping)*

*Coping Stres
(Emotion
Focused Coping)*

451		Kadada pang, yaakarena kan kalau stres terkait	Cara melampiaskan stres
452		disekolahan ae uln melampiaskan ke orang. Kalau	
453	S	masalah pasangan uln menangis pang	
454		Ooh menangis	
455		Inggih nangiss lain tapi kada ke orang itu cuman	
456		ke orang lain yang dekat dengan ulun tapi ya	
457	I	menghindari jua pang berusaha	
458	S	Ooh iya lebih menghindari aja pian bu lah..	
459		Iya menghindari aja, uln kda mau misalkan	
460		melampiaskan ke orang tu karena stres uln orang	
461	I	tersebut ikutan stres jua	
462	S	Iyaa.. Pian mending memikirkan orang lain	
463		dibanding pian sendiri bu lah	
464		Inggih ulun emang kaytu orangnya, pokoknya	
465	I	walaupun keadaan uln terpuruk pun uln masih	
466		memikirkan orang lain jua sekira kada terdampak.	
467	S	Yaaa kalau pun orgnya kda baik ke uln kada	
468		segitu jua pang uln membelakan atau memikirkan	
469		inya. Tapi misalnya orang itu baik lawan uln nah	
470		baru uln kaytu	
471		Pian nih keterbukaan nya kalau ada masalah lebih	
472		ke pasangan atau kekeluarga bu?	
473	I	Kalau uln lebih ke pasangan pang karena	
474		pasangan nih kayak merasakan sama2 jua kaytu	
475	S	nah. Misal kaya ke keluarga itu terbuka jua tapi	
476		kalau masalah uln kayak menyembunyikan pang	
477		takutnya kalau abah uln kepikiran kytu nah kda	
478		baik gesan sidin	
479		Jadinya kepasangan pian lebih terbuka banget bu	
480		lah, emm kadada kekhawatiran lah bu terbuka	
481	I	lawan pasangan?	
482		Kdd sih karena ya tadi kita saling tau satu sama	
483		lainnya saling mengerti aja kaytu nah jadinya	
484	S	keterbukaan aja kami berdua	
485		Meskipun itu mengenai pekerjaan pian, itu pian	
486		tetap menceritakan jua lah bu?	
487	I	Tetap mengesahkan jua pang uln ke pacar uln	
488		mengenai pekerjaan kayapapun..	
489	S	Misal pemanderan dipekerjaan pang bu?	
490		Kada pang bekesah ke inya kalau soal	
491	I	pemanderan, tapi lebih ke sikap rekan kerja itu ke	
492	S	uln aja uln kesahkan. Tapi yaaa inya tu	
493		menyalahkan ulun dulu lain menyalahkan orang	
494		ituu kaytu nah seolah2 memamai uln dulu jar inya	
495		"ada to salah dari pian" Kaytu nah jar inya ke	
496		ulun	

497		Berarti inya awalnya kada membelakan pian bu	
498		lah pacar pian	
499	I	Kada pasti aja menyalahkan ulun . Adatu salah	
500		nya jar inya uln nih, sikap uln kah ada yang salah	
501	S	jar inya	
502		Bagaimana cara pian untuk menghindar sejenak	
503		dari stres yang dialami?	
504	I	Kaya menonton film dulu kah kaytu rehat aja bisa	
505		jua uln mun handak tu bejalanan kah walaupun	
506	S	cuman makan kah menghindari stres kaytu	Cara menghindar
507		Pola makan sedang stres itu apa meningkat atau	sejenak dari stres
508		gimana bu?	
509	I	Meningkat banar hee (Tertawa)	
510		Dengan cara makan itu membantu pian mengatasi	
511	S	stres lah bu?	
512	I	Inggih pang kalau bagi ulun kalo makan tu. Tapi	
513		makan yang ulun handak jua kya hndk makan	
514	S	bakso kah bekurang ibaratnya stres nya sedikit	
515		Antara makan lawan bejalanan lebih membantu	
516		mengurangi stres yang mana bu?	
517	I	Lebih kemakan pang uln nih	
518		Emm gituu...	
519	S	Bagaimana cara pian mengantisipasi agar	
520	I	masalah tidak mengganggu kegiatan pian	
521		selanjutnya dalam beraktivitas sehari-hari?	
522		Lebih kada ulun pikirkan pang, yaa dialihkan	
523		dulu biar kada bepengaruh lawan aktifitas	
524	S	Cara pian mengalihkan pikiran kayapa bu?	
525		Nah uln kda tau jua pang kayapa caranya, kadang	
526	I	yaa ibaratnya kada uln herani ae masalah tu	
527	S	Tapi biasanya kan pasti pikiran nih bepengaruh	
528		jua kalo bu	
529	I	Inggih bepengaruh tapi uln coba kada dibawa2	
530		masalah tu walaupun pasti ada bepengaruh kayak	
531	S	mood nya kah , tapi uln tanamkan dulu dalam diri	
532		uln jangan kaytu nah jangan sampai kebawa2	
533		yang kelain, caranya kdd pang lagi cuman	
534		meyakinkan aja, supaya jgn kelain	
535		Saat mengajar ada lah bu pernah pikiran pian	
536		tiba2 blank kaytu?	
537	I	Ada pang pernah, kaya bepikiran kayapa dirumah	
538		tapi biasanya uln alihkan dulu apa nih dulu uln	
539	S	gawi dulu	
540		Bagaimana upaya yang pian lakukan untuk	
541		mengurangi tekanan stres?	
542	I	Mengurangi tekanan lah, emm dengan cara	

543		makan tadi pang jua	
544		Ooh makan tadi jua bu lah walau tekanan stres	
545	S	nya berat.	Cara mengurangi tekanan stres
546		Iya dengan makan tadi dan apa jua misal yang	
547	I	ulun suka, kaya ulun tu emmm menggunakan hp	
548		dulu kah main main, nonton film kah jua yang	
549	S	meulah uln himung itu pang	
550		Dapatkah pian gambarkan bagaimana keuntungan	
551		atau kerugian saat mengalami stres?	
552		Kalau kerugian tu yaa berdampak gesan	
553	I	kesehatan uln pang kaytu, tapi kalau keuntungan	
554		nya ini bisa membantu sekira ulun nih lebih baik	
555	S	lagi kaya lebih termotivasi	
556		Kerugian kesehatan lah bu menurut pian	
557		bepengaruh?	
558		Inggih uln rancak sakit jua pang	
559	I	Sakit nya biasanya sakit apa bu?	
560		Garing biasa ya paling sering sakit kepala darah	
561	S	ulun tinggi jua biasanya	
562	I	Pernah masuk rumah sakit lah bu?	
563	S	Gak pernah sih	Sakit yang diakibatkan stres
564		Berarti sakit biasanya sembuhnya cepat bu lah?	
565	I	Iya sembuh cepat tapi sembuh cepat itu keina	
566	S	sakit lagi lagi cepat juga	
567	I	Dalam satu hari itu ada pernah bolak balik sakit	
568	S	sembuh kaytu lah bu?	
569		Inggih keina kalau malam sakit, keina pagi itu	
570	I	sehat nah pas sudah sorenya sakit lagi pasti sakit	
571		kepala lagi	
572	S	Dalam satu hari tu berapa jam pian istirahat nya	
573		bu misal pagi siang kan ngajar keina sore iya lagi	
574		Inggih kan bulik ini meambili ading uln langsng	
575	I	jadi paling jam 2- 3 uln istirahat dirumah tu sejam	
576		lah.	
577	S	Istirahat berebah aja dirumah bu lah sempat	
578		Inggih uln sempatkan pokoknya istirahat keina	
579		lanjut lagi bekerja dari sore sampai jam 6 habis	
580	I	itu dirumah lagi ada gawian malamnya	
581	S	Saat pian kuliah nih bu kayapa pian membagi	
582		waktunya antara kerjaan pian tu?	
583		Uln kuliah kada full uln kuliah jumat dan sabtu	
584	I	aja jadi kada bepengaruh pang lwn waktu	
585		Ooh inggih bisa membagi waktu aja bu lah kada	
586	S	bepengaruh meski kuliah.	
587		Iya kalau misalnya uln di jumat sabtu kuliah tu	
588	I	kerjaan misal private uln liburkan dulu jadi fokus	

589		kekuliah aja. Kada uln porsir semua hari itu kada,	
590		nah kan jumat paginya uln ngajar jadi kuliah tu	
591	S	sore. Pas jadwal mengajar TPA sore tu uln	
592		meliburkan diri uln gitu nah.	
593		Sabtu berarti aman aja bu lah?	
594		Kuliah seharian aja kalau sabtu tuh jadi aman aja	
595		Bagaimana dampak dari berkumpul bersama	
596		tetangg terhadap perasaan stres yang sedang	
597		dialami?	
598	I	Kdd pang ulun kada terlalu dekat lawan tetangga,	
599	S	cuman kaya bepander kakaitu ja kdd yang pas	
600	I	masalah uln uln bekesahkan kdd terbawa jua	
601		melampiaskan.	
602		Bagaimana pian mencari dukungan emosional	
603	S	dari orang lain ketika sedang mengalami stres?	
604		Uln mencari dukungan ke pacar ulun pang, kaya	
605		minta bawai ke mana sekira mendukung agar	
606		ulun nih senang kada lagi stres	
607	I	Pian nih ketuju dirumah atau pian ketuju diluar	
608		rumah kayak bejalan?	
609	S	Tergantung pang ulun nih, tapi kalau saat dahulu	
610		uln ketuju dirumah aja karena kan ada mama dulu	
611		tuh, kalau sekarang uln tu kaya terasa dirumah tu	
612	I	paling masalah uln kaya handaknya uln tu keluar	
613		bejalanan haja	
614	S	Bagaimana dukungan yang diberikan oleh orang	
615		lain dapat mengurangi perasaan tidak	
616		menyenangkan yang pian alami ketika sedang	
617		stres?	
618		Memadahi, seperti mendukung pang katanya	
619	I	"pasti pian kawa kaini-kaini"	
620		Tapi kalau sudah dipadahi kaytu apakah	
621		menghilangkan rasa tidak menyenangkan nya bu?	
622		Kada jua pang tapi paling kada mengurangi	
623	S	walaupun kada sampai menghilangkan tu kada	
624		pang	
625	I	Bagaimana pian meyikapi stres akibat pekerjaan?	
626		Bekisah pang ulun, walaupun kada mengurangi	
627	S	tapi setidaknya uln bekisah dulu, cuman kada	
628		setiap orang jua pang dengan orang yang dekat	
629		lawan uln aja uln bekisahnya	
630	I	Bagaimana hubungan pian dengan Tuhan/	
631	S	dukungan spiritual dapat membantu anda dalam	
632		menerima permasalahan yang pian hadapi?	
633		Pastinya uln sering pang kalau ada masalah uln	
634	I	langsung menghadap tuhan. Ini pasti berpengaruh	Bagaimana menyikapi stres akibat pekerjaan

635		pang, walaupun uln sudah bekisah lwn org tapi	
636		kan petunjuk penyelesaian masalah itu dengan	
637	S	Allah kaytu nah jadi ulun bawa sholat terus	
638		mengaji kaytu dan ini bepengaruh pang ke uln	
639		kaya uln lebih tenang, uln minta petunjuk pasti	
640		kada lawas ada aja jalannya utk penyelesaian	
641		Kaya lebih tenang langsung lah bu pian?	
642		Inggih kaya lebih lega	
643		Bagaimana upaya pian untuk mendapatkan solusi	
644		untuk permasalahan yang sedang pian alami?	
645	I	Nah itu pang, ulun kada tipikal orang yg bisa	
646	S	mencari solusi, pasti uln minta pendapat dulu	
647	I	Jadi upaya pian minta pendapat orang lain dulu	
648		ya bu?	
649	S	Eh inggih uln minta pendapat dulu kada kawa uln	
650		mencari solusi sendiri	
651	I	Cuman bepengaruh aja lah bu pendapat orang lain	
652		tu ke diri pian?	
653		Bepengaruh pang bagi uln, tapi orang lain tu	
654	S	bukan orang sembarangan jua lebih ke orang	
655		yang sudah tahu lawan ulun.	
656	I	Misalnya ke orang terdekat bu lah..	
657		Inggih kaya ke pasangan uln pang	
658	S		
659			
660	I		
661	S		

Hasil Wawancara
Wawancara Subjek 2

Inisial subjek

: FEI

Interviewer

: Maulana Imam Fadillah

Lokasi

: RA Hidayatullah yang beralamat di Jalan SutoyoS,
Komplek Hidayatullah RT 48 No. 1 Banjarmasin Tengah. Tanggal

pelaksanaan :

Baris	Pelaku	Percakapan	Tema
1	I	Sebelumnya alasan pian kenapa memilih pekerjaan menjadi guru di RA hidayatullah?	Pembukaan
2			
3	S	Karna pada dasar nya mengajar itu suatu kebahagiaan, kalo belajar itu suatu kebutuhan.	
4			
5		jadi alasan nya itu untuk meningkatkan suatu wawasan ulun dalam mengajar profesi sebagai guru, kemudian jam kerja nya fleksibel lalu bisa melatih kesabaran dalam membimbing anak anak yang mulai berkembang	
6			
7			
8			
9			
10	I	Inggih, lalu..	
11		Pian kuliah jurusan apa ustzh?	
12		Dengan di jurusan pian trsebut bagaimana pendapat ustzh mengenai keilmuan yg didapat apakah berkesinambungan dngn pekerjaan pian?	
13			
14	S	Ulun kuliah jurusan Hukum Keluarga di UIN mengenai ilmu itu bisa aja di dapat dimana aja kita berada asalkan kita mau belajar dan berusaha pasti dapat ilmu yg di dapat.	Perkenalan diri
15			
16		lalu untuk masalah berkesinambungan antara jurusan ulun dngn pekerjaan ulun saat ini tidak ada berkesinambungan karna dari ulun basic mengajar aja ngga ada, cara mengajar itu seperti apa yg baik nya ulun kurang memahami betul masalah sabar mendidik anak anak dan masalah dalam proses mengajar ke anak anak itu seperti apa. dan ulun cuman mengandalkan pengalaman waktu KKN saja	
17			
18			
19			
20			
21			
22			
23			
24			
25			
26			
27			
28	I	Baik ustzh, jadi dilihat dri penjelesan pian tidak ada hubungan ny dari jurusan dngn pekerjaan pian. Nah lalu bisa diceritakan kembali ustazh saat pertama kali masuk dan bekerja di RA itu yg pian rasakan dan dilakukan ustzh	
29			
30			
31			
32	S	Waktu pertama kali masuk itu di kelas tk b2 dan saat itu sudah mau semester 2 jadi anak nya sudah mulai pintar sudah mulai bisa membaca dan menulis sudah mantap untuk ke SD, waktu awal masuk itu masih belum merasakan betul gimana mengajar dari semester 1 awal sampai	
33			
34			
35			
36			
37			
38			

39		akhir .	
40		seiring berjalan nya waktu ulun di partnerkan	
41		menjadi pendamping ustzh ayu di kelas bl.	
42	I	Owh inggih ustzh..berarti pian awal masuk di	
43		RA masih perlu dibimbing dn penyesuaian krn	
44		blm ada basic. Lalu saat pian di bimbing oleh	
45		parner pian itu bagaimana dampak kepian ustzh	
46		dlaam memahami beliau mengajar di kelas trsebut	
47		?	
48		di kelas ulun saat ini ada beberapa anak yg	
49		lumayan aktif dan perbedaan anak waktu ulun	
50		awal masuk itu sangat berbeda. yg ulun rasakan	
51		itu karna ulun ngga ada basic mengajar jadi	
52		masih mengikuti partner ulun gimana cara nya	
53		menegur anak anak kemudian cara	
54		menyampaikan pembelajaran ke anak anak cara	
55		berbicara ke anak anak dari intonasi sampai	
56		susunan kalimat agar mudah di mengerti dan	
57		diingat oleh anak anak. terkadang ada nada yg	
58		agak kurang enak saat negur anak anak. yg ulun	
59	S	lakukan ya lebih mengikuti cara partner ulun aja	
60		sih	
61		Dampak nya ke ulun, susah dulu uln memahami	
62		jadi sekitar 3 bulan, ulun baru bisa mengerti dan	
63		bisa lebih sabar kemudian mulai bisa sedikit	
64		sedikit menyampaikan pembelajaran ke anak	
65		anak kemudian mengontrol intonasi nada saat	
66		menegur anak anak, dampak nya begitu banyak	
67		sih yg ulun rasakan krna yg ulun pahami beliau	
68		kalau mengajar ke anak anak itu penuh ceria,	
69		kemudian sabar dalam membimbing anak anak	
70	I	kemudian cara penyampaian beliau mudah	
71		diingat oleh anak anak.	
72		Baik ustzh, jadi berdampak aja ke pian lah..	
73		Kalau begitu saat pian sesudah dibimbing itu lalu	Kendala saat
74		diminta utk menerapkan yg di ajarkan oleh ustzh	mengajar
75		ayu kepada ustzh? bisa pian jelaskan kondisi saat	
76	S	penerapan trsebut apa ada hal keraguan atau hal	
77		lain didalam hati dn pikiran pian?	
78		Ada keraguan karna ulun orang nya agak kda	
79		pemahaman jadi ya berat ae bagi uln tapi mau	
80	I	gimana lagi namanya bekerja modal yakin ae	
81		Kalo di dalam pikiran pasti ada memikirkan	
82	S	bagaimana bicara selanjut nya itu seperti apa.	
83		Jadi kebingungan tu ada aja harus apa lagi	
84		dilakukan	

85		Bisa pian uraikan lah utzh tugas yang pian jalankan di sekolahan RA hidayatullah?	
86			
87	I	Tugas ulun sebagai pendamping di sekolahan	
88		RA nih kalo pagi merapikan kelas, pada saat	
89	S	proses pembelajaran ulun menegur pelan anak	
90		anak untuk fokus mendengarkan penjelasan dan	
91		pengarahan dari ustzh ayu, selesai pembelajaran	
92		selalu menjaga anak anak cuci tangan kemudian	
93		merapikan kembali kelas. lebih ke saling	
94	I	membantu saja dengan ustzh ayu, kalo ustzh ayu	
95		sedang menilai tugas anak anak, ulun yg	
96	S	menghandle kelas agar anak anak tidak terlalu	
97		ribut di dalam kelas dan masih ada pengawasan	
98		dari ustzh nya agar tidak terjadi hal yg	
99	I	tidak diingin selama masih di dalam ruang	
101		lingkup sekolahan	
102	S	Tugas tambahan lainnya adalah ustzh selain yg	
103		dijelaskan ustzh diatas?	
104		Tugas tambahan nya seperti biasa saja, mencatat	
105		tabungan anak anak, menuliskan jurnal pagi buat	
106		anak anak, menuliskan RPH (Rencana	
107		Pembelajaran Harian)	
108		Tantangan apa saja yg pian hadapi dalam	
109	I	menjalani tugas?	
110		Tantangan nya tu saat menghadapi anak yg aktif	
111	S	banar saat di kelas sama tantangan dalam hal	
112		memperbaiki emosi anak	
113	I	Saat terjadi tantangan demikian cara pian	
114		mengatasinya sperti apa?	
115		Cara mengatasi nya tu dengan cara berbicara 4	
116		mata mengalihkan pikiran nya sampai dia itu	
117	S	ga emosi lagi, mengatasi anak yg terlalu aktif	
118		ulun beri kertas 1 lembar kemudian ulun	
119		perintahkan untuk menggambar bebas dengan	
120	I	cara itu bisa meminimalisir keadaan yg terlalu	
121		ribut oleh anak yg terlalu aktif	Kesulitan saat
122	S	Dengan cara tersebut kesulitannya apa saja ustzh	mengajar
123		saat menjalankannya?	
124	I	Kesulitan nya seperti hal anak anak biasa gamau	
125	S	diam	
126		Owh inggih, lalu dengan perilaku anak trsebut	
127		bagaimana dampak yg dirasakan ke diri pian	
128	I	ustzh?	
129	S	Dampak nya emosi tu pasti karena dibilangin ga	
130		ngerti ngerti kesel gitu, cumanyaa gitu mau	
131	I	gimana lagi	

132	S	Iya ustzh. Tapi ada kah pernah pian kelepasan emosi keanak trsebut?	
133			
134		Ada banar, lumayan sih yaa seringnya gak tau	
135		emosi bahkan gak bisa dikontrol	
136		Seperti apa emosi yang dikeluarkan?	
137	I	Saat dikelas dengan suara lantang keras	
138		menegur, terus juga ada melempar pulpen ke	
139	S	hampir kena si anak murid	
140		Owh.. Bagaimana ekspresi anak2 ustzh saat itu?	
141		Langsung diam kemudian ekspresi takut mereka	
142	I	muncul tapi cuman sebentar	
143	S	Hmm.. Iya ustzh, Bagaimana ustzh peran pian	
144		sebagai guru disekolah?	
145	I	Peran sebagai guru ya mendidik anak anak	
146		supaya jadi pribadi yg lebih baik, kalo guru RA	
147	S	lebih menanamkan karakter yg baik, berjiwa	
148		sosial tinggi, yg pasti bisa membaca menulis,	
149		menghafal surah pendek, kemudian hadits hadits	
150	I	Bagaimana beban kerja yang ustzh terima ketika	
151		bekerja selama ini?	
152	S	Beban saya saat mengajar itu saya sering	
153		bingung mengatasi perilaku anak2 yang aktif dan	
154	I	emosi anak2 dan itu membuat saya pusing	
155		Anak2 aktif sperti apa ustzh?	
156	S	Gabisa diam gitu di tegur ga nyampe 5 menit	
157		gitu lagi	
158	I	Owh baik ustzh, bagaimana pian mengatasi anak	
159	S	seperti itu ustzh?	
160	I	Di tegur pelan pelan di kasih pengertian aja sih	
161		terus dikasih imbalan kalo duduk nya sholih	
162	S	bicara nya ga keras suara nya	
163		Apakah dengan penerapan begitu anak nya bisa	
164		diem ustz	
165	I	Ga bisa sepenuh nya diam tapi agak berkurang	
166		ga terlalu heboh	
167	S	Dikelas pian ada anak yg anak kelainan khusus	
168		kah ustzh?	
169	I	Lebih tepatnya ke telat untuk bicara aja	
170		Inggih ustzh, ada berapa anak yg telat bicara itu?	
171	S	Ada 3 anak	
172		Bagaimana pian Menyikapi ke 3 anak itu ustzh	
173		dan cara memperlakukannya?	
174		Cara memperlakukan nya lebih sering di ajak	
175	I	ngobrol aja seperti kaya "coba nak bilang aaaaa	
176		iiii uuuu eeee ooooo"	
177		Ada 1 anak yg sudah bisa menulis dan bicara	

178	S	sudah bisa	
179	I	1 anak nya lagi yg belum bisa sama sekali 1 anak	
180		lagi cuman bisa ujung kata aja	
181	S	Menghadapi anak begitu pian ada merasakan	
182		beban kah ustzh, kesal, atau gmn perasaan pian?	
183		Ada 1 yg jar ulun bicara cuman ujung kata aja itu	
184		dia kalo ngambek sampai pulangan ngambek dan	
185	I	ulun sebagai pendamping tugas ulun meredakan	
186		emosi dia kadang kesal lalu merasa beban	
187	S	kenapa ga reda reda emosi nya malah ngambek	
188		terus	
189	I	Sampai ad terbawa kepikiran kah ustzh	
190		kesalnya?	
191	S	Ada, kepikiran terus ulun	
192		Oh inggih, bisa di Jelaskan apa saja tekanan	
193	I	yang ustzh terima ketika mengajar di sekolah?	
194		Iya anak2 yang telat berkembang tadi bikin	
195	S	merasa tertekan kalau uln, lagian uln ni	
196		background nya berbeda kan dengan pekerjaan	
197		makanya susah gitu menyesuaikan dan juga	Hubungan
198		ke pimpinan RA disini uln merasa tertekan juga.	dengan
199		Bagaimana hubungan anda dengan sesama	sesama
200		pengajar?	pengajar
201		Baik aja alhamdulillah, ada terkadang kesal kesal	
202		sedikit	
203	I	Apa ada hal yang kurang mengenakan dengan	
204		rekan kerja ketika pian bekerja?	
205	S	Ada, seperti kurang komunikasi satu sama lain	
206	I	lebih banyak nya kurang komunikasi aja	
207		Yang pian kehendaki dan yg membuat pian	
208		nyaman komunikasi seperti apa ustzh?	
209	S	Yg ulun kehendaki itu terbuka 1 sama lain saling	
210	I	jujur satu sama lain biar ga ada salah paham	
211		terkadang ada org yg ga enak an kalo ngomong	
212	S	ada yg takut kalo ngomong jujur, dengan cara	
213		jujur dan terbuka itu bisa mempererat tali	
214		silaturahmi antara 1 sama yg lain agar ga ada yg	
215		ngomong di belakang	
216	I	Ooh inggih. Artinya pian masih agak kurang	
217		enak berhubungan dengan rekan kerja lah ustzh	
218		Iya ada dengan beberapa rekan kerja	
219		Rekan kerja yang sampai membuat pian	
220	S	tersinggung itu ada lah ustzh? Lalu seperti apa	
221		sampai dia itu berbuat demikian	
222		Ada, krna ulun ni org nya peanggapan orangnya	
223		Ooh gitu, kalau kebangetan bnar sampai melukai	

224	I	perasaan pian gimana pian menanggapinya?	
225		Iya uln kalau sudah kebangetan bisa emosi tu	
226		pang apalagi kalo sudah keterlaluannya membawa	
227	S	keluarga orang tua ulun bisa kda terkontrol lagi	
228		dah emosinya	
229	I	Inggih ustzh... Bagaimana ustzh menggambarkan	
230		hubungan pian dan rekan pengajar lainnya	
231	S	selama mengajar ini? Apakah pernah ada	
232	I	permasalahan atau baik-baik saja?	
233		Hubungan ulun lwn rekan kerja baik aja cuman	
234	S	ada beberapa orang aja yang kurang	
235		srek.,soal permasalahan pasti ada, seperti kepala	
236		sekolah bilang kalo jam 11 anak anak harus	
237		sudah pulang, tapi di kelas yg sidin ngajar selalu	
238	I	lewat dari jam 11 sedangkan orang tua sudah	
239		banyak berdatangan,, jadi ulun yg di samping	
240	S	kelas sidin bingung mau mengeluarkan anak ini	
241		jam berapa. sedangkan dari ibu barkiah jam 11	
242		anak anak sudah keluar dri kelas entah itu	
243	I	dijemput atau belum di jemput,, salah satu nya	
244		seperti itu	
245	S	Setiap perintah ustzh lakukan yaa. Kalau	
246		perintahnya memberatkan ustzh semisal	
247		bagaimana pian bersikap?	
248	I	Ya tetap di kerjakan walau merasa berat paling	
249		kalau sudah tidak tahan bisa terluapkan	
250	S	Owh gitu dijam berapa pian mengeluarkan	
251		anak2? Dikelas pian	
252	I	Jam 11 pas biasanya	
253		Gak ada suara hati atau terpikirkan gimana2 kah	
254	S	ustzh klo memberatkan pian sndiri tntunya?	
255		Suara hati pasti ada "duh kaya ini kayapa	
256	I	menggawinya lah jalani ja gin mun kda paham	
257		betakun ja gin sampai sidin munyak tapi gawian	
258		bujur"	
259	S	Nggak merasa segan pian menakuni terus2an	
260	I	gitu ustzh?	
261		Maksud nya bukan bearti sedikit sedikit betakun	
262	S	gitu dimana serasa perlu dan gapaham banar baru	Dukungan
263	I	tanya	dari sesama
264	S	Bagaimana dukungan dari rekan sesama guru	guru
265	I	dalam menjalankan pengajaran disekolah?	
267		Saling mendukung aja semua nya, kalo ada yg	
268	S	kurang dalam hal pembelajaran di bicarakan	
269		lagi gimana baik nya	
270		Bagaimana pian menyikapi perbedaan antar	

271	I	pengajar ketika harus membuat aturan tentang pembelajaran tatap muka?	
272			
273	S	Setuju aja, karna lebih efektif dalam proses pembelajaran	
274	I		
275		Ketika mengajar, apa ada dukungan dari sesama pengajar ?	
276	S		
277		Saling mendukung dalam hal membimbing anak untuk menanamkan karakter anak	
278			
279	I	Owh inggih. Pian sendiri biasanya mengenai uneg2 setelah mengajar itu ada curhat dengan guru yg lain lah?	
280	S		
281	I	Ada curhat dengan guru lain	
282	S		
283	I	Semua guru apa ada salah satu guru yg bisa meulah nyaman bekisah?	
284			
285	S	Ada 2 guru yg nyaman untuk bekisah tu	
286	I	Kenapa jadi nyaman bekisah ustzh ke 2 guru tsb?	
287		Enak aja untuk di ajak bicara	
288	S	Yang dikisahkan tu masalah pribadi atau ttg sekolah segi ngajar dsb?	
289			
290		Masalah pribadi jarang, lebih tentang sekolh dari segi mengajar dan lain lain sih	
291	I		
292	S	Oh gitu. 2 guru itu sudah lumayan dekat dngn pian kah?	
293	I		
294		Lumayan dekat	
295		Kalau pian cerita ke org itu apa lgsng diberikan solusi atau gmn?	
296	S		
297		Pasti diberikan solusi terkadang bicara sama sama bicara "oh iya saya juga kesel juga"	
298			
299		Kadang seperti itu	
300		Ini berarti membicarakan org lain kah ustzh?	
301	I		
302		Terkadang juga bisa seperti itu	
303		Membicarakan rekan kerja jga yah?	
304	S		
305	I	Iyaa bisa	
306		Berarti hubungan pian dengan beliau yg dibicarakan agak kurang mengenakkan ya?	
307	S		
308		Agak kurang mengenak kan sih	
309		Bikin pian emosi kh saat beliau itu ada ustzh walaupun misal dlm hati gitu?	
310		Gaada, biasa aja sih cuman kadang kesel aja sama beliau kalo beliau itu selalu ga ngaku dan ga ngerasa bersalah di depan ibu barkiah	
311	I		
312		Sering sperti itu kah ustzh beliau itu?	
313	S		
314		Sering seperti itu	
315		Pernahkah pian ada memberikan tindakan ustzh ke beliau tsebut? Seperti apa mungkin tindakan pian bisa di jelaskan	
316			
317			

318	I	Pernah ada di efek efek, sampai di ceritakan ke	
319	S	ibu barkiah sudah pernah juga, kemudian di	
320		sampaikan oleh ibu barkiah sudah juga tetap ga	
321	I	ngerasa bersalah gitu, seolah olah dia itu yg	
322		paling benar,, mungkin karena merasa dia punya	
323	S	jabatan tinggi di sekolah terus suami nya ikut	
324		andil dalam dana BOP	
325		Begitu yaa.. Dengan peristiwa rekan kerja sperti	
236	I	itu. Kenyamanan pian ditempat kerja pian	
327		berpengaruh lah ustzh ?	
328		Iya berpengaruh sih bagi ulun	
329	S	Lalu bagaimana dampak dari berpengaruh itu	
330		dari segi pekerjaan pian?	
331		Dampak nya itu jadi kayak serba salah untuk	
332		melakukan sesuatu takut kalo salah langkah	
333	I	Alhasilnya pian gak bisa menyalurkan pendapat	
334		pian lah mengenai hal2 baik?	
335	S	Iya itu krna oknum ini gak mau kalah gamau di	
336		salahkan gitu lo, jadi terkadang ya bilang ke ibu	
337		barkiah aja	
338		Lalu pian turuti terus apa perintah dari beliau	
339		itu?	
340		Iya mau ga mau, harus nurut perintah atasan	
341	I	Oh inggih.. Menurut pian, bagaimana aturan	
342		kerja yang berlaku di tempat pian bekerja?	
343	S	Bagus aja pang, sesuai aja sudah ketu nah	
344		Inggih,lalu Menurut pian, bagaimana peran	
345		kepala sekolah dalam mendukung adanya	
346		pembelajaran tatap muka setelah pandemi?	
347		Kepala sekolah dalam menjalankan atau	
348	I	mendukung kewajiban sebagaimana mestinya,	
349		dan paling utama berkaitan dengan menjalankan	
350		tugas dalam hal manajerial dalam	
351	S	menyelenggarakan pembelajaran di sekolah	
352		yang meliputi tahapan perencanaan, tahapan	
353	I	pengorganisasian, tahapan pelaksanaan dan	
354	S	pemantauan, dan tahapan evaluasi beserta	
355	I	tindak lanjut dalam hal pembelajaran.	
356		Bagaimana kepala sekolah dalam penyampaian	
357	S	aturan2 itu ustzh?	
358		Bagus ja dalam penyampaian nya tu sesuai aja,	
359		tapi terkadang kepek nya ini menyampaikan ke	
360		anak buah sidin lo tpi sidin nya sebagai kepek	
361		ga menjalankan itu, contoh misal kita disekolah	
362		jam setengah 8 sudah ada disekolah sedangkan	
363		beliau jam 8 lewat ada juga jam set 9 baru	

364	I	disekolah	
365		Terus pian sebagai guru melihat faktanya sidin	
366	S	seperti itu gimana?	
367		Ya gimana,, mau diomongin sidin ga ngerasa	
368		salah,, dan di mata sidin hanya sidin sidin aja yg	
369		bujur, lagi pula ulun guru baru di sekolah	
370		kalopun adu argumen dengan beliau menurut	
371		ulun kurang sopan dan kurang bagus,,	
372		Bagaimana peran pian dalam mengambil	
373	I	keputusan terkait aturan dalam pekerjaan di	
374		sekolah tempat kerja pian?	
375	S	Peran ulun ya menjalankan keputusan dalam	
376		sekolah	
377		Ada yg pian tidak setuju kah di peraturan nya?	
378		Setuju aja dengan peraturan yg di berikan	
379		Bagaimana sikap kepala sekolah kepada pian	
380		sendiri di sekolah trsebut?	
381		Sikap sidin ke ulun ya kadang2 bikin kesal	
382		biasanya ada seraba salah ulun nih ditagur tarus	
383	I	maka teguran sidin nih menyakiti perasaan,	
384		seperti dalam membimbing anak yang	
385	S	keterlambatan perkembangannya disambat sidin	
386		masa sudah 4 bulan anak itu belum jua	
387	I	berkembang	
388		Boleh pian gambarkan bagaimana sosok	
389	S	pemimpin yg ad di RA hidayatullah lah utzh?	
390		Kepsek di RA hidayatullah sebenar nya bagus	
391		dalam hal pembelajaran kemudian membimbing	
392		anak anak menanamkan disiplin dengan	
393		peraturan,, tetapi beliau sendiri tidak disiplin,	
394		dan kemudian egois ga mau kalah biasanya juga	
395		marah dengan menyakiti perasaan ke guru2	
396	I	Ooh Inggih, Bagaimana pengalaman pian selama	
397		bekerja di bawah kepemimpinan pimpinan saat	
398	S	ini?	
399		Pengalaman nya masih belum banyak, karna	
400		baru beberapa bulan aja di sekolah, kalo	
401	I	pengalaman sebagai orang baru ya baik dan	
402		bagus aja sih selama di bawah kepemimpinan	
403	S	beliau, tapi ada beberapa ga terjalankan seperti	
404		absen keterlambatan bagi murid yg dtg nya lewat	Sikap dalam
405	I	dari jam 8 pagi juga dari sikap beliau yang	menghadapi
406		kadang menyakiti ke hati	masalah
407		Inggih, Bagaimana sikap anda ketika	
408	S	menghadapi masalah?	
409		Sikap nya ya ngikut alur aja sih, jalani aja walau	

410	I	ya tertekan	
411		Baik. Kalau pian secara pribadi? Permasalahan	
412	S	di luar dari kerjaan, Bagaimana sikap pian	
413	I	menghadapi masalah?	
414		Permasalahan di luar pekerjaan pasti ada ,harus	
415	S	mengkesampingkan permasalahan yg di hadapi,	
416		tapi terkadang terbawa juga ke anak anak..	
417	I	terbawa nya itu saat negur anak anak, nada nya	
418	S	jadi emosi ga lembut gitu	
419	I	Ooh inggih, Ketika mendapatkan masalah kapan	
420		masalah itu pian selesaikan?	
421		Ini masalah apapun ya ustzh baik itu diperkejaan	
422	S	atau yg lain	
423		Harus diselesaikan hari itu juga,soalnya takut	
424		membreber kemana mana kadang bisa terbawa-	
425	I	bawa	
426		Bagaimana jika permasalahan yang anda hadapi	
427	S	begitu berat apa yang akan pian lakukan?	
428	I	Ambil wudhu terus sholat terus cerita kepada	
429	S	Allah masalah yg ada	
430		Ooh inggih...Bagaimana anda melakukan	
431	I	persiapan sebelum memulai aktivitas setiap	
432		paginya?	
433	S	Persiapan nya sebelum memulai aktivitas ya	
434		sholat mandi sarapan	
435	I	Selalu menyempatkan sarapan ya ustzh sebelum	
436		berangkat kerja?	
437	S	Harus bikin sarapan, kalo ga sempat ya bawa	
438		bekal	
439		Baik ustazah.. Bagaimana perasaan pian saat	
440	I	dalam situasi tertekan?	
441		Bawa istigfar aja sih sama shollawat terus ngucal	
442	S	bismillah	
443		Apa dengan cara itu berhasil mengatasinya?	
444		Berkurang sih tekanan nya	
445		Ooh inggih... Bagaimana sikap pian saat	
446		mendengar omongan orang lain yang kurang	
447	I	baik bahkan menyakiti terkait pekerjaan pian	
448		sebagai seorang guru TK?	
449	S	Ya kalo tergantung misalnya menyambati ulun	
450		sampai kehati semisal menyambati ulun gak bisa	
451	I	ini apa gitu.. Pastinya marah saya dan sakit hati	
452	S	Apa yang pian lakukan ketika terjadi konflik	
453	I	dengan rekan kerja?	
454		Berusaha menengahi biar ga terjadi konflik	
455		Kalau pian sendiri yg konflik dengan rekan	

456		kerja?	
457		Cukup diam aja sih kalo sudah tenang baru	
458	S	bicara 4 mata	
459		Inggih lalu, Bagaimana dukungan yang diberikan	
460		oleh keluarga jika sedang mengalami masalah?	
461	I	Disuruh bawa sholat, di bawa guring, dibawa	
462		makan, dibawa bedoa	
463	S	Afwan ustzh, mksudnya dukungan keluarga jika	
464		pian sedang mengalami masalah?	
465	I	Dukungan nya dibikin santai dan relaks dalam	
466	S	keluarga di bawa enjoy aja biasanya seperti	
467		itu	
468	I	Berarti keluarga klo pian ada masalah kdd	
469		mmemberikan dukungan lah ustzh?	
470	S	Memberi dukungan dengan cara seperti ga	
471		ngambil pusing dalam hal pekerjaan, kata mama	
472	I	ulun " wajar aja dalam dunia kerja pasti ada	
473		perselisihan dan perbedaan jadi dibawa santai aja	
474	S	di bawa diam dlu terus jangan di ambil hati "	
475		Owh inggih.. Bagaimana peran teman atau	Cara melampiaskan sres
476	I	orang terdekat lainnya dalam membantu	
477		permasalahan yang pian alami?	
478	S	Lebih ke memberi solusi yg terbaik aja gimana	
479		Bagaimana cara pian mengekspresikan stres	
480	I	yang pian alami?	
481		Mengekspresikan nya lebih banyak diam, makan	
482		lebih banyak, kemudian bernyanyi	
483	S	mendengarkan musik yg bikin releks	
484		Saat pian stres ekpresi apa yg keluar ustzh	
485	I	Menangis biasa nya lalu badan kayak lelah	
486	S	banget dan sering mengeluarkan emosi	
487		Ooh menangis..Terus menimbulkan nangis itu	
488	I	beban apa biasanya?	
489		Pikiran campur aduk, perasaan campur aduk,	
490	S	rasa takut rasa gelisah	
491		Biasanya persoalan apa yng menimbulkan ini	
492		ustzh? Bisa dijelaskan barangkali	
493		Biasanya lebih ke pasangan, karna beberapa kali	
494	I	sering disakiti jadi rasa takut yg berlebihan karna	
495		takut terulang kembali,	
496	S	Ooh inggih, masalah lain ada kira2 yang lebih	
497		berat dari persoalan pasangan ustzh?	
498		Ada juga mengenai pekerjaan	
499		Baik ustzh, Bagaimana upaya pian untuk bangkit	
500	I	kembali saat megalami stres karena pekerjaan?	
501	S	Upaya nya dibawa mengaji aja sih sama baca	

502	I	surah al kahfi baca surah yasin	
503	S	Setiap kali pian terpuruk krna stres bawa ngaji	
504		sprti ini?Atau ada hal lain bikin pian bangkit?	
505		Iya, support motivasi dari org tua dari pasangan	
506		juga, hasilnya sangat berpengaruh sih	
507		Oowh inggih siap, Bagaimana tanggapan	
508		keluarga atau orang terdekat pian jika pian sering	
509		marah-marah saat sedang mengalami stres?	
510		Di selesaikan dlu marah2 nya dan nangis nya	
511		baru di ajak bicara ada masalah apa baru cerita	
512		Ini jar siapa uszth?	
513		Jar mama ulun rncak, pasangan ulun ya jua	
514		Mohon maaf. Pian rancak menangis itu betampai	
515		kah atau sembunyi2?	
516		Lebih sering sembunyi, pernah nangis nyaring	
517		kedangaran mama ulun. kalo sampai nangis	
518		nyaring tu berarti rasanya tu sakittt banar kaya	
519		kda pantas hidup kdd guna nya lagi hidup	
520		Berat banar kalo gitu ya ustzh.. Berapakali	
521		sampai merasa sakit banar tu kya kd kwa hidup	
522		lagi?	
523		Ga ngitung juga berapa kali nya, ga pernah cerita	
524		juga lebih banyak mendam,,tapi kalo di hadapan	
525		org periang banget sih lucu kaya ga ada beban	
526		sama sekali	
527		Padahal banyak banar beban lah ustzh	
528		Iya tapi ga pernah ceritakan semuanya	
529		Btw, masalah lwn pasangn kah yg sakit banar	
530		tadi?	
531		Iya,, krna ulun ni kehilangan abah ulun, kuitan	
532		kan cerai dari kelas 6sd, ulun nih termasuk apa	
533		apa tu sama kuitan laki kemana ada pasti lawan	
534		abah ulun, pas cerai ulun merasa kesunyian tarus	
535		kaya hampa, abah ulun di cht kda membalasi ya	
536		kda meherani lagi hbs becera lwn mma ulun tu	
537		jdi ulun ni ketergantungan lawan pasangan	
538		ulun..pasangan yg ulun dapat kebanyakan	
539		menyakiti ulun tarus,,pernah waktu 2016	
540		ditinggal nikah oleh pasangan ulun, tu ulun stres	
541		banar maka lagi asrama jauh dari kuitan disitu	
542		mehamuk menangis menyalahkan diri sendiri	
543		meremas rambut sampai kwn ulun tu	
544		menenangkan banar menyabarkan banar,, habistu	
545		teguring besok nya masih nangis tapi kda kaya	
546	I	semalam terakhir semalam 2022 akhir february,	
547		sakit hati jua, kuitan sama kuitan pada tahu sudh	

548		berencana handak nikah selama 2 tahun setengah	
549		pacaran di selingkuhi beberapa kali dan ulun	
550		menahani tarus selama 2 tahun setengah	
551		memendam sendiri kda pernah cerita ke kawan	
552	S	atau kuitan, sampai akhir nya kda tahan lagi dan	
553		pas momen nya inya selingkuh dengn org yg	
554		berbeda, disitu seminggu ga makan, minum aja	
555	I	gabisa berat badan turun drastis 8kg gamau kenal	
556		sama org takut di dekati org gamau keluar rumah	
557		takut aja berinteraksi dengan org diluar rumah.	
558	S	dari kejadian kemaren apabila ada masalah lwn	
559		pasangan ulun sekarang lebih menyalahkan diri	
560		sendiri,, takut kalo kejadian lagi ya al hasil nya	
561	I	overthingking yg berlebihan , semalam lwn	
562		psangan ulun yg selingkuh tu setiap ketemu pasti	
563		bilang kaya gini "gendut nya, kada baik baju	
564		kaya itu" sampai inya menggelari ulun gendut.	
565	S	itu yg meulah menses ulun sampai ini kalo	
566		gendut org kda mau lwn aku kalo baju kuno	
567	I	bejln inya supan bejlan lawan aku.,padahal	
568		pasangan ulun wahini kda pernah menuntut ulun	
569		gasan kurus kda pernah mempermasalahkan	
570	S	pakaian ulun, tapi ya selama 2 tahun setengah itu	
571		selalu di tanamkan gendut, baju apa yg ulun	
572	I	pakai selalu kda cocok kda tren kekinian..itu 2	
573		org yg meulah ulun hampir bunuh diri karena	
574	S	ulun kalo sudah sayang emang sayang banar	
575	I	Oowalah gitu yaah ustzh.. Berat siih msalnya..	
576		Tpi klo kedepan bekisah aja wn yg nyaman	
577		bekisah teman dekat kh.. Mun dipendam bahaya	
578	S	kedepannya. Yakini ja hidup nih trus berjalan	
579		amun selalu negatif hidup akan sia2 aja. Lawan	
580		perlahan percaya diri	
581		Iya masih mencoba untuk membulik akan rasa	
582		percaya diri lagi krna masih kda pede lawan diri	
583	I	sendiri	
584	S	Baik lanjut ya ustazah, Bagaimana cara pian	
585	I	mengatasi keinginan untuk melampiaskan	
586		perasaan stres pian ke orang lain?	
587	S	Dengan cara tarik nafas habistu hembus kan	
588		mengubah menses pikiran biar kda terlampiaskan	
589		ke kain	
590	I	Baik ustzh, lalu..Bagaimana pian dapat	
591	S	menjauhkan diri pian dari pikiran negatif bahwa	
592		stres yang pian alami terjadi akibat kesalahan	
593		orang lain?	Cara mengatasi keinginan melampiaskan perasaan stres

594	I	Masih bingung kayapa menjauhkan nya krna	
595		hndk mencoba tapi masih belum bisa	
596	S	Bagaimana pian memutuskan untuk menghadapi	
597	I	atau menghindari saat mengalami sebuah	
598	S	permasalahan yang menekan?	
599		Cara menghindari nya dengan cara dibawa releks	
600	I	terus main game	
601		Bagaimana cara pian untuk menghindar sejenak	
602	S	dari stres yang anda alami?	
603		Cara menghindari nya ya liat video yg lucu	
604		Bagaimana cara pian mengantisipasi agar	
605		masalah tidak mengganggu kegiatan pian	
606		selanjutnya dalam beraktivitas sehari-hari?	
607		Cara mengantisipasi nya tu dengan cara bermain	
608		sama kucing memegang kucing biar lebih	
609	I	calmdown, terkadang bicara sama kucing gitu	
610		jadi kaya plong aja biar besoknya ga gganggu	
611	S	aktivitas yg lain	
612	I	Kalau stres bermain kucing apa bisa hilang kak?	
613		Bisa mengurangi sih, kaya kembali bahagia ketu	
614		Bagaimana keuntungan atau kerugian saat pian	
615	S	mengalami stres?	
616		Gaada keuntungan, malahan rugi. rugi fisik rugi	
617		perasaan cape sendiri yg harus nya ga dipikir kan	
618		jadi kepikiran sampe sakit kepala sendiri	
619	I	Kalau stres pian sering sakit kah ustzh?	
620		Ada jua yg pastinya makan jadi kda teratur krna	
621	F	pikiran	
622		Walaupun jar pian tadi sampai kda makan	
623	I	semingguan kah ini tetap kuat gak sakit ustzh?	
624		Sakit maag kambuh kepala jadi sakit	
625		Bagaimana badan pian kalau sampai seperti itu?	
626		Badan panas pasti krna ga makan badan tu jadi	
627	S	kaya lemas	
628	I	Pas waktu nih bagaimana pian mengatasi nya	
629		agar bisa bangkit?	
630		Kalo ulun waktu itu gabisa mengatasi yg di	
631	F	pikiran ulun tu kacau dah akhiri akhiri akhiri	
632		percuma amun di kaya ini akan jua sakit banar,	
633	I	tapi dari mama ulun yg mengatasi nya dngan	
634		cara mengajak bicara terus, terus tu memotivasi,	
635		mensupport, mendukung kalo jalan yg ulun pilih	
636		itu sudah betul aja mengakhiri hubungan lwn	
637		inya	
638	S	Inggih lebih tepat nya mama pian lah sllu	
639		dukung membangkitkan pian	

640		Iyap betul	
641		Kira2 berapa waktu smpe benar-benar pian pulih kemaren?	
642		Berbulan bulan sih ga ngitung juga berapa bulan nya, sampai sekrang masih suka negatif	
643		thingking lwan pasangan sorang karna takut aja	
644		kalo kejadian yg kedua kali nya	
645	I	Masih suka menuduh ga ga ke pasangan emm posesif ya ustzh?	
646	S	Awal nya ga pernah posesif semenjak kejadian itu jadi lebih posesif dan protek ke hubungan gitu	
647		Oh inggih siap..	
648		Bagaimana dampak dari berkumpul bersama tetangga terhadap perasaan stres yang sedang pian alami?	
649		Ga pernah kumpul dngn tetangga ulun	
650		Inggih, Bagaimana pian mencari dukungan emosional dari orang lain ketika sedang mengalami stres?	
651	I	Memberi pujian, menghargai perasaan satu sama lain, tidak bersikap menghakimi, memberi solusi	
652	S	Inggih	
653		Bagaimana dukungan yang diberikan oleh orang lain dapat mengurangi perasaan tidak menyenangkan yang anda alami ketika sedang stres?	
654		Melakukan kegiatan yang sesuai dengan minat dan kemampuan	
655		Kembangkan hobi yang bermanfaat, Meningkatkan ibadah dan mendekatkan diri pada Tuhan	
656		Berpikir positif ,Tenangkan pikiran dengan relaksasi	
657		Lalu ustazah, Bagaimana anda meyikapi stres akibat pekerjaan?	
658		Harus tau batasan dalam melakukan pekerjaan, segala sesuatu harus dibicarakan dengan atasan, melupakan pekerjaan sebentar kaya rekreasi atau libur kerja	
659		Bagaimana upaya anda untuk mendapatkan solusi untuk permasalahan yang sedang anda alami?	
660		Berserah diri dlu, mencari akar permasalahan nya apa aja, tidak membesarkan masalah, berpikir positif, lebih mengevaluasi diri sendiri,	
661			
662			
663			
664			
665			
666			
667			
668			
669			
670			
671			
672			
673			
674			
675			
676			
677			
678			
679			
680			
681			
682			
683			
684			
685			

*Coping Stres
(Emotion
Focused
Coping)*

Dukungan
orang lain

686		menilai disudut sudut pendapat org lain	
687		Bagaimana hubungan anda dengan Tuhan/	
688		dukungan spiritual dapat membantu anda dalam	
689		menerima permasalahan yang anda hadapi?	
690		Hubungan denhan Allah itu selalu ditingkatkan	
691		pastinya Allah memberikan cobaan pasti sesuai	
692		dengan batas kemampuan kita sendiri jadi	
693		apapun masalah nya pasti kita bisa melewatinya	
694		dan merasa lega kalau curhat sama Allah	
695			
696			
697			
698			
699			
700			
701			
702			
703			
704			

Cara
mendapatkan
solusi

Hasil Wawancara

Wawancara Informan BK untuk subjek NLF

Inisial Informan : BK

Interviewer : Maulana Imam Fadillah

Lokasi : RA Hidayatullah yang beralamat di Jalan SutoyoS,
Komplek Hidayatullah RT 48 No. 1 Banjarmasin Tengah. Tanggal

pelaksanaan :

Baris	Pelaku	Percakapan	Tema	
1	I	Dipagi hari setelah datang kesekolah yang pian	Saat datang kesekolah	
2		lihat apa saja biasanya yg dilakukan ustzh NLF ?		
3	Inf	Pagi sewaktu tiba di sekolah langsung		
4		menggunakan HP,spt chatingan ,sebelum hp di		
5		kumpul		
6	I	Bisa pian jelaskan perilaku ustzh NLF disekolah		
7		yang pian ketahui?		
8	Inf	Perilaku Sering tergesa2 krn datang hampir		
9		terlambat ,seperti ngos2 an		
10	I	Apa saja yang pian ketahui permasalahan ustzh		
11		NLF dengan guru atau rekan yg lain?		
12	Inf	Permasalahan dgn kepala sekolah yang dia tidak		
13		sukai dari perilaku kepadanya juga tidak disiplin		
14		aturan dan teman / Rekan kerja kadang2 ada		
15		salah faham ,yang nama nya rekan kerja ,ada rasa		
16		kurang senang tp tidak berani mengutarakan		
17	I	Apa saja yang pian ketahui mengenai ustzh NLF		
18		dalam mengajar dan bersikap kepada anak		
19		didiknya?		
20	Inf	Sebenarnya utk menjadi wali kelas msh belum		
21		siap,krn biasanya hanya sebagai guru		
22		pendamping (Asisten)jadi masih banyak yang		
23		perlu di pelajari (sambil belajar) ,sering di		
24		berikan Arahan dan bimbingan kebiasaan sama		
25		anak didiknya gak bisa mendisiplin kan anak2		
26		dan walaupun sudah marah dia seperti membuat		
27	I	ketakutan anak2		
28		Apa saja yg anda ketahui permasalahan ustzh		
29	Inf	NLF dlm mengajar di RA?		
30		Permasalahan di Rumah sering mengeluh		Permasalahan NLF
31		kecapean krn menggantikan peran ibu mengurus		
32		Rumah tangga ,mengurus Ayah dan Adik laki2		
33		yg msh blm bisa mandiri ,mengurus dirinya		
34	I	sendiri ,Sebagai kaka sekaligus ibu.		
35		Apa saja yg anda ketahui, keluhan dari Ustzh		
36	Inf	NLF di sekolah?		
37		Hampir setiap hari waktu pagi dtg ke sekolah		
38		selalu ada keluhan sakit kepala,sakit		

39	I	perut,sariawan ,sakit gigi	Perilaku NLF
40		Bagaimana perilaku atau tingkah laku dari Ustzh	
41	Inf	NLF kepada pian sewaktu disekolah?	
42	I	Perilaku baik dan sopan begitu ramah kepada	
43		ulun	
44	Inf	Apa saja pian ketahui tentang ustzh NLF dalam	
45		mengatasi permasalahan nya dirinya?	
46		Mengatasi permasalahan dirinya ,kadang-kadang	
47		curhat minta Saran dan Sering bikin kopi Panas,	
48		lalu dia pernah bercerita kalau menghilangkan	
49	I	stres nya biasanya dia butuh makan dan minta	
50		support pacarnya	
51		Apa saja yang diketahui, tentang ustzh NLF	
52		waktu awal masuk ke RA hidayatullah disaat dia	
53	Inf	mulai melakukan pekerjaan nya dengan mengajar	
54		dikelas?	
55		Waktu Awal mengajar sering tidak masuk karena	
56		menjaga ibu nya yg sedang sakit keras ,sempat di	
57		suruh istirahat dlu mengajar biar bisa fokus	
58		menjaga ibu ,Akhirnya setelah ibunya meninggal	
59	I	dan sekolahan kekurangan tenaga pengajar di	
60		panggil lagi	
61		Pernahkah pian memberikan solusi terhadap	
62	Inf	permasalahan ustzh NLF? Lalu bisa dijelaskan	
63		solusi apa saja yang diberikan?	
64		Pernah memberikan solusi ,misal krn dia sering	
65		mengeluh sakit kepala dll ,jaga kesehatan krn yg	
66		tahu kondisi tubuh kita ,ya kita sendiri,hrs bisa	
67		membagi waktu bekerja dan istirahat ,jgn terlalu	
68		di porsir ,krn selain mengajar di RA sore nya	
69	I	mengajar lg di TPA,ada juga Privat ke rmh,blm	
70		lagi mengurus Rumah	
71	Inf	Apakah pian mengetahui, ada permasalahan apa	
72		ustazah NLF dengan kepala sekolah?	
73		Sering biasanya dia mengeluhkan terkait kepala	
74		sekolah yang terlalu keras dan suka marah2	
75		kepada guru dan juga kepada dia, lalu dia juga	
76		mengadukan masalah waktu kepala sekolah yang	
77		tidak disiplin karena sering telat datang ke	
78		sekolah. Katanya lagi membuat dia tidak merasa	
		nyaman melihat beliau tidak disiplin lalu marah2	
		terlalu kasar bisa menyakiti ke perasaan	

Hasil Wawancara

Wawancara Informan BK untuk subjek FEI

Inisial Informan : BK
 Interviewer : Maulana Imam Fadillah
 Lokasi : RA Hidayatullah yang beralamat di Jalan SutoyoS,
 Komplek Hidayatullah RT 48 No. 1 Banjarmasin Tengah. Tanggal
 pelaksanaan :

Baris	Pelaku	Percakapan	Tema
1	I	Dipagi hari setelah datang kesekolah yang pian	Saat FEI datang ke sekolah
2		lihat apa saja biasanya yg dilakukan ustzh FEI ?	
3	Inf	Pagi Setelah datang kesekolah klo agak telat	
4		biasanya langsung ke kelas ,Membersihkan dan	Prilaku FEI
5		Menyiapkan kelas	
6	I	Bisa pian jelaskan perilaku ustzh FEI disekolah	
7		yang pian ketahui?	Prilaku FEI
8	Inf	Perilaku Sering Nyanyi2 bersenandung Sendiri	
9		dan biasanya kucing selalu digendongnya saat	
10		santai	Saat FEI mengajar di kelas
11	I	Apa saja yang pian ketahui permasalahan ustzh	
12		FEI dengan guru atau rekan yg lain?	
13	Inf	Kadang membuat masalah dengan rekan kerjanya	Saat FEI mengajar di kelas
14		dikarenakan mulutnya ceplas ceplos bisa	
15		menyakiti perasaan temannya sampai merajuk.	
16	I	Apa saja yang pian ketahui mengenai ustzh FEI	Permasalahan yang dihadapi FEI
17		dalam mengajar dan bersikap kepada anak	
18		didiknya?	
19	Inf	Sikap waktu Mengajar ,Menegur Anak dengan	Permasalahan yang dihadapi FEI
20		Suara yg keras sering kali sang anak seperti	
21		ketakutan ,bahkan kadang2 intonasi ber irama spt	
22		lagu.	Permasalahan yang dihadapi FEI
23	I	Apa saja yg anda ketahui permasalahan ustzh	
24		FEI dalam mengajar di RA?	
25	Inf	Permasalahan sering kali emosi kepada anak	Permasalahan yang dihadapi FEI
26		didiknya, dia masih menyesuaikan dan masih	
27		agak susah menerapkan pengajaran yang	
28		seharusnya dilakukan oleh guru TK	Permasalahan yang dihadapi FEI
29	I	Apa saja yang pian ketahui mengenai	
30		permasalahan pribadinya ustazah FEI?	
31	Inf	Permasalahan Pribadi ,Pernah di khianati dan	Permasalahan yang dihadapi FEI
32		ditinggalkan kawin yg membuatnya patah hati dan	
33		Patah semangat Hidup	
34	I	Apa saja yg anda ketahui, keluhan dari Ustzh FEI	Permasalahan yang dihadapi FEI
35		di sekolah?	
36		Keluhan di sekolah kdg2 Sakit perut ,karena tidak	
37		sempat Sarapan pagi di rmh ,krn bangun	Permasalahan yang dihadapi FEI
38	Inf	kesiangan	
39		Bagaimana perilaku atau tingkah laku dari Ustzh	

40	I	FEI kepada pian sewaktu disekolah?	
41		Perilakunya kepada ulun kurang memperhatikan	
42	Inf	adab karena oranya ceplas ceplos dan periang	
43		Apa saja pian ketahui tentang ustzh FEI dalam	
44	I	mengatasi permasalahan nya dirinya?	
45		Mengatasi Permasalahan,kadang-kadang bisa	
46	Inf	juga curhat ,krn penyayang kucing Sering	
47		menggendong dan menimang kucing yg ada di	
48		sekolah ,bahkan kucing di ajak ngobrol sempat	
49		pernah cerita ke saya masalah pribadinya lalu	
50		biasanya yang mensupport dia itu ibunya dan	
51		pacarnya	
52		Apa saja yang diketahui, tentang ustzh FEI waktu	
53	I	awal masuk ke RA hidayatullah disaat dia mulai	
54		melakukan pekerjaannya dengan mengajar	
55		dikelas?	
56		Waktu Awal mengajar sepertinya ada beban dan	
57	Inf	kurang menyukai Pekerjaan sebagai guru ,karena	
58		Latar belakang pendidikan yg jauh berbeda yaitu	
59		Hukum keluarga ,tapi bekerja sebagai Guru RA,	
60		dia masih harus banyak belajar dari Wali kelas	
61		karena dia saat ini masih mencoba belajar terus	
62		Pernahkah pian memberikan solusi terhadap	
63	I	permasalahan ustzh FEI? Lalu bisa dijelaskan	
64		solusi apa saja yang diberikan?	
65		Pernah Memberikan Solusi ,misalnya Bagaimana	
66	Inf	menyikapi Anak yg tidak menghiraukan kita	
67		walaupun sdh berkali2 di panggil atau di tegur	
68		,jangan kita Teriak2,tp hampiri Anak nya pegang	
69		badan atau bahu nya setengah di peluk sambil	
70		kita masukkan kata2 teguran yg positif	
71		Apakah pian mengetahui, ada permasalahan apa	
72	I	ustazah FEI dengan kepala sekolah?	
73		Dia ada sempat beberapa berucap kepada ulun	
74	Inf	yang mana dia keluhkan, sosok kepala sekolah	
75		yang sering terlambat datang. Aturan selalu sidin	
76		langgar beliau katanya seenaknya aja	
77		menjalankan peraturan ke dirik beliau. Dan sikap	
78		beliau kata ustazah FEI itu tidak mau disalah	
79		salahkan, harus beliau yang benar gitu jadi kami	
80		sering diam saja karena pendapat kami kurang	
81		didengar. Jadi beliau tidak suka dengan kepala	
82		sekolah seperti itu makanya sering minta bantuan	
83		ke ulun untuk menegur kepala sekolah	
84			Permasalahan FEI di sekolah

Hasil Wawancara

Wawancara Informan KM untuk subjek NLF

Inisial Informan : KM

Interviewer : Maulana Imam Fadillah

Lokasi : RA Hidayatullah yang beralamat di Jalan SutoyoS,
Komplek Hidayatullah RT 48 No. 1 Banjarmasin Tengah. Tanggal

pelaksanaan :

Baris	Pelaku	Percakapan	Tema
1	I	Menurut pandangan pian, seperti apa orangnya	Pertanyaan tentang NLF
2		ustazah NLF itu?	
3	Inf	Mmmm..Ustdzh NLF tu pemander banar, habis	
4		itu humble, banyak pandir apa ja dikisah	
5		akan, rami orang nya, bila dibawai curhat	
6	I	nyambung ja	
7		Inggih. Bagaimana hubungan pian dengan	
8	Inf	ustazah NLF didalam pekerjaan?	
9	I	Baik, saling melengkapi aja	
10		Lalu bisa digambarkan bagaimana ustzh NLF itu	
11	Inf	dalam mengajar dikelas?	
12		Ustadzh NLF tu bila ngajar kaya heboh tu pang . .	
13		Habis itu suara beliau cempreng kadang teriak2	
14	I	keras juga	
15		Ooh inggih.. Bagaimana perasaan pian Saat	
16	Inf	menjadi pendamping ustazah NLF?	
17		Merasa sidin itu membimbing ulun belum terlalu	
18		bisa, dilihat dari mengajar sidin aja belum bisa	
19		mengontrol sikap anak2. Jadi ulun perasaan nya	
20	I	agak kurang enak	
21		Apa saja kesulitan atau kendala yang dihadapi	
22		ustazah NLF maupun pian didalam kelas saat	
23	Inf	mengajar?	
24		Kendala nya tu bila ada kanakan kaya meraju tu	
25		banar ai sebenarnya karena ustazah NLF kurang	
26		bisa mengatur sikap dan emosi anak ,nah lalu	
27		kanakan meraju ni yang lain teganggu, jdi	
28	I	membujuki nya tu sulit juga	Kendala yang dihadapi saat mengajar
29		Owh gitu.. Baik ustzh	
30		Lalu, keluhan- keluhan apa saja yang biasanya	
31		dikeluhkan ustzh NLF saat mengajar atau saat di	
32	Inf	RA yang pian ketahui?	
33		Kaya uyuh , pusing, sakit parut, kan ustdzh NLF	
34		nih ada ngajar dilain, bistu pulang begawian	
35		dirumah macam macam, jdi pas di RA tu kya	
36		pusing jr tinggi darah , bisa karna inya bulik	
37		bejukan pas ngajar di tpa, bistu karna keuyuhan	
38	I	karna kesana kemari	

39		Inggih,emm beliau biasanya kalau sdh uyuh,	
40		pusing dan sakit perut sedang mengajar dikelas	
41		nah ada muncul perilaku gimana ustzh NLF itu?	
42	Inf	Ada pang,seperti bediam ja jadinya karena	
43		kesakitan kepala atau kada tapi kawa menaguri	
44		kanakan karna sariawan ,sakit gigi dll ,yaa yang	
45		biasany maksimal meanui kanakan timbul turun.	
46		Lawan kadang2 emosi naik inya tu	
47	I	Bagaimana biasanya cara beliau mengatasi stres	
48		nya yang pian ketahui ustazah?	
49	Inf	Nah yang ulun ketahui itu inya kadang bucin	
50		lawan pacarnya pang karena inya suah bekisah	
51		tapi pacarnya kalau inya bekisah kaya disalahkan	
52		pacarnya dulu inya nih. Rajin jar nya jua misal	
53		banyak masalah betambah nafsu makan jar	
54	I	Ehh Inggih2 kalau permasalahan pribadi ustzh	
55		NLF ada pernah bekisah lah lawan pian?	
56	Inf	Kada pernah pang paling yang biasanya inya	
57		bekisah mengeluh kaya gawiannya dirumah jua	
58	I	Pernakah ada curhatan ustazah NLF mengenai	
59		kepala sekolah di RA hidayatullah ustazah?	
60	Inf	Inggih ada... Curhat nya tu kaya masalah	
61		keterlambatan kepala sekolah tu datang	
62		Terus kepala sekolah nih kada mau disalah akan	
63		padahal nyata salah dah,cuma kada mau terima	
64		kalo disalah akan.	
65	I	Ehh inggih.. Jadi pang menurut pian ustazah NLF	
66		tuh kada nyaman lah dibawah kepemimpinan	
67		kepala sekolah tu dan merasa kesal gitu?	
68	Inf	Kada nyaman ai mun sidin seenak nya aja,ibarat	
69		nya tu lah sementang kepala sekolah, Kesal nya	
70		tu bekisah lwn ulun ja	
71	I	Maksudnya kesal nya bekisah lawan pian ja itu	
72		apa ustazah?	
73	Inf	Inya bila sangkal lawan kepala sekolah tuh	
74		bekisah lawan ulun	
75	I	Bisa dijelaskan kah ustazah, katanya kepala	
76		sekolah kada mau disalahkan itu seperti apa?	
77	Inf	Kaya anak murid sidin tu sudah kada mau	
78		membersihi wc habis memakai, jdi bau tuh	
79		wc,pas salah satu kami nih ada membawa anak	
80		murid jua hndk ke wc, jdi kami padah akan ai ke	
81		ibu (BK), baik nya bila anak anak itu di dampingi	
82		aja ke wc,soalnya bisa kda bersih menyiram,jadi	
83		kepala sekolah nih menyambat anak murid nya	
84		kada kaytu,padahal anak murid inya yang kada	

Cara NLF
dalam
mengatasi
stres

Permasalahan
di sekolah

85		bersih menyiram wc habis memakai,, Terus	
86		masalah keterlambatan keluar akan anak	
87		anak, kelas kami lawan kelas yang lain sudah	
88		keluaran, kelas yang kepala sekolah ini aja	
89		belum, kami padahal akan jua lawan ibu (BK)	
90		kenapa jadi lambat dikeluarkan takutnya kalo	
91		disambat orang tua murid "kenapa nih anak ku	
92		lambat dikeluarkan" padahal jam 11 kanakan	
93		harus sudah dikeluarkan, jadi pas rapat	
94		dipadahi, bahwa jangan lambat mengeluarkan	
95		kanakan, terus kepala sekolah menyambat kami	
96		pas tarus keluar akan kanakan kada telambat,	
97		yang nyata kami melihat cuma kelas inya aja	
98		yang lambat yang lain sudah keluaran	

Lampiran 9 Tes Dass

TES DASS

Nama : NLF

Tanggal : Jumat, 20 Januari 2023

Umur :

Petunjuk Pengisian

Kuesioner ini terdiri dari berbagai pernyataan yang mungkin sesuai dengan pengalaman Bapak/Ibu/Saudara dalam menghadapi situasi hidup sehari-hari. Terdapat empat pilihan jawaban yang disediakan sesuai dengan saya sama sekali, atau tidak pernah.

- 1 : Sesuai dengan saya sampai tingkat tertentu, atau kadang kadang.
 2 : Sesuai dengan saya sampai batas yang dapat dipertimbangkan, atau lumayan sering.
 3 : Sangat sesuai untuk setiap pernyataan yaitu:
 0 : Tidak dengan saya, atau sering sekali.

Selanjutnya, Bapak/Ibu/Saudara diminta untuk menjawab dengan cara **memberi tanda silang (X)** pada salah satu kolom yang paling sesuai dengan pengalaman Bapak/Ibu/Saudara. Tidak ada jawaban yang benar ataupun salah, karena itu isilah sesuai dengan keadaan diri Bapak/Ibu/Saudara yang sesungguhnya, yaitu berdasarkan jawaban pertama yang terlintas dalam pikiran Bapak/Ibu/ Saudara.

No	PERNYATAAN	0	1	2	3
1	Saya merasa bahwa diri saya menjadi marah karena hal-hal sepele.			√	
2	Saya merasa bibir saya sering kering.			√	
3	Saya sama sekali tidak dapat merasakan perasaan positif.			√	
4	Saya mengalami kesulitan bernafas (misalnya: seringkali terengah-engah atau tidak dapat bernafas padahal tidak melakukan aktivitas fisik sebelumnya).			√	
5	Saya sepertinya tidak kuat lagi untuk melakukan suatu kegiatan.			√	
6	Saya cenderung bereaksi berlebihan terhadap suatu situasi.			√	
7	Saya merasa goyah (misalnya, kaki terasa mau 'copot').			√	
8	Saya merasa sulit untuk bersantai.			√	
9	Saya menemukan diri saya berada dalam situasi yang membuat saya merasa sangat cemas dan saya akan merasa sangat lega jika semua ini berakhir.				√
10	Saya merasa tidak ada hal yang dapat diharapkan di masa depan.				√
11	Saya menemukan diri saya mudah merasa kesal.				√
12	Saya merasa telah menghabiskan banyak energi untuk merasa cemas.				√
13	Saya merasa sedih dan tertekan.				√
14	Saya menemukan diri saya menjadi tidak sabar ketika mengalami penundaan (misalnya: kemacetan lalu lintas, menunggu sesuatu).				√
15	Saya merasa lemas seperti mau pingsan.				√
16	Saya merasa saya kehilangan minat akan segala hal.				√

17	Saya merasa bahwa saya tidak berharga sebagai seorang manusia.				√
18	Saya merasa bahwa saya mudah tersinggung.				√
19	Saya berkeringat secara berlebihan (misalnya: tangan berkeringat), padahal temperatur tidak panas atau tidak melakukan aktivitas fisik sebelumnya.				√
20	Saya merasa takut tanpa alasan yang jelas.				√
21	Saya merasa bahwa hidup tidak bermanfaat.				√
22	Saya merasa sulit untuk beristirahat.				√
23	Saya mengalami kesulitan dalam menelan.				√
24	Saya tidak dapat merasakan kenikmatan dari berbagai hal yang saya lakukan.				√
25	Saya menyadari kegiatan jantung, walaupun saya tidak sehabis melakukan aktivitas fisik (misalnya: merasa detak jantung meningkat atau melemah).				√
26	Saya merasa putus asa dan sedih.				√
27	Saya merasa bahwa saya sangat mudah marah.				√
28	Saya merasa saya hampir panik.				√
29	Saya merasa sulit untuk tenang setelah sesuatu membuat saya kesal.		√		
30	Saya takut bahwa saya akan 'terhambat' oleh tugas-tugas sepele yang tidak biasa saya lakukan.		√		
31	Saya tidak merasa antusias dalam hal apapun.		√		
32	Saya sulit untuk sabar dalam menghadapi gangguan terhadap hal yang sedang saya lakukan.		√		
33	Saya sedang merasa gelisah.		√		
34	Saya merasa bahwa saya tidak berharga.		√		
35	Saya tidak dapat memaklumi hal apapun yang menghalangi saya untuk menyelesaikan hal yang sedang saya lakukan.		√		
36	Saya merasa sangat ketakutan.		√		
37	Saya melihat tidak ada harapan untuk masa depan.		√		
38	Saya merasa bahwa hidup tidak berarti.		√		
39	Saya menemukan diri saya mudah gelisah.		√		
40	Saya merasa khawatir dengan situasi dimana saya mungkin menjadi panik dan mempermalukan diri sendiri.		√		
41	Saya merasa gemetar (misalnya: pada tangan).			√	
42	Saya merasa sulit untuk meningkatkan inisiatif dalam melakukan sesuatu.		√		

Harap diperiksa kembali, jangan sampai ada yang terlewatkan. Terima kasih.

TES DASS

Nama : FEI

Tanggal : Jumat, 28 Januari 2023

Umur :

Petunjuk Pengisian

Kuesioner ini terdiri dari berbagai pernyataan yang mungkin sesuai dengan pengalaman Bapak/Ibu/Saudara dalam menghadapi situasi hidup sehari-hari. Terdapat empat pilihan jawaban yang disediakan sesuai dengan saya sama sekali, atau tidak pernah.

- 1 : Sesuai dengan saya sampai tingkat tertentu, atau kadang kadang.
 2 : Sesuai dengan saya sampai batas yang dapat dipertimbangkan, atau lumayan sering.
 3 : Sangat sesuai untuk setiap pernyataan yaitu:
 0 : Tidak dengan saya, atau sering sekali.

Selanjutnya, Bapak/Ibu/Saudara diminta untuk menjawab dengan cara **memberi tanda silang (X)** pada salah satu kolom yang paling sesuai dengan pengalaman Bapak/Ibu/Saudara. Tidak ada jawaban yang benar ataupun salah, karena itu isilah sesuai dengan keadaan diri Bapak/Ibu/Saudara yang sesungguhnya, yaitu berdasarkan jawaban pertama yang terlintas dalam pikiran Bapak/Ibu/ Saudara.

No	PERNYATAAN	0	1	2	3
1	Saya merasa bahwa diri saya menjadi marah karena hal-hal sepele.		√		
2	Saya merasa bibir saya sering kering.		√		
3	Saya sama sekali tidak dapat merasakan perasaan positif.		√		
4	Saya mengalami kesulitan bernafas (misalnya: seringkali terengah-engah atau tidak dapat bernafas padahal tidak melakukan aktivitas fisik sebelumnya).		√		
5	Saya sepertinya tidak kuat lagi untuk melakukan suatu kegiatan.		√		
6	Saya cenderung bereaksi berlebihan terhadap suatu situasi.		√		
7	Saya merasa goyah (misalnya, kaki terasa mau 'copot').		√		
8	Saya merasa sulit untuk bersantai.		√		
9	Saya menemukan diri saya berada dalam situasi yang membuat saya merasa sangat cemas dan saya akan merasa sangat lega jika semua ini berakhir.			√	
10	Saya merasa tidak ada hal yang dapat diharapkan di masa depan.			√	
11	Saya menemukan diri saya mudah merasa kesal.			√	
12	Saya merasa telah menghabiskan banyak energi untuk merasa cemas.			√	
13	Saya merasa sedih dan tertekan.			√	
14	Saya menemukan diri saya menjadi tidak sabar ketika mengalami penundaan (misalnya: kemacetan lalu lintas, menunggu sesuatu).			√	
15	Saya merasa lemas seperti mau pingsan.			√	

16	Saya merasa saya kehilangan minat akan segala hal.				√
17	Saya merasa bahwa saya tidak berharga sebagai seorang manusia.				√
18	Saya merasa bahwa saya mudah tersinggung.				√
19	Saya berkeringat secara berlebihan (misalnya: tangan berkeringat), padahal temperatur tidak panas atau tidak melakukan aktivitas fisik sebelumnya.				√
20	Saya merasa takut tanpa alasan yang jelas.				√
21	Saya merasa bahwa hidup tidak bermanfaat.			√	
22	Saya merasa sulit untuk beristirahat.			√	
23	Saya mengalami kesulitan dalam menelan.			√	
24	Saya tidak dapat merasakan kenikmatan dari berbagai hal yang saya lakukan.			√	
25	Saya menyadari kegiatan jantung, walaupun saya tidak sehabis melakukan aktivitas fisik (misalnya: merasa detak jantung meningkat atau melemah).			√	
26	Saya merasa putus asa dan sedih.	√			
27	Saya merasa bahwa saya sangat mudah marah.	√			
28	Saya merasa saya hampir panik.	√			
29	Saya merasa sulit untuk tenang setelah sesuatu membuat saya kesal.		√		
30	Saya takut bahwa saya akan 'terhambat' oleh tugas-tugas sepele yang tidak biasa saya lakukan.		√		
31	Saya tidak merasa antusias dalam hal apapun.		√		
32	Saya sulit untuk sabar dalam menghadapi gangguan terhadap hal yang sedang saya lakukan.		√		
33	Saya sedang merasa gelisah.		√		
34	Saya merasa bahwa saya tidak berharga.		√		
35	Saya tidak dapat memaklumi hal apapun yang menghalangi saya untuk menyelesaikan hal yang sedang saya lakukan.		√		
36	Saya merasa sangat ketakutan.		√		
37	Saya melihat tidak ada harapan untuk masa depan.		√		
38	Saya merasa bahwa hidup tidak berarti.		√		
39	Saya menemukan diri saya mudah gelisah.		√		
40	Saya merasa khawatir dengan situasi dimana saya mungkin menjadi panik dan mempermalukan diri sendiri.		√		
41	Saya merasa gemetar (misalnya: pada tangan).		√		
42	Saya merasa sulit untuk meningkatkan inisiatif dalam melakukan sesuatu.		√		

Harap diperiksa kembali, jangan sampai ada yang terlewatkan. Terima kasih.

TES DASS

Nama : NS

Tanggal :

Umur :

Petunjuk Pengisian

Kuesioner ini terdiri dari berbagai pernyataan yang mungkin sesuai dengan pengalaman Bapak/Ibu/Saudara dalam menghadapi situasi hidup sehari-hari. Terdapat empat pilihan jawaban yang disediakan sesuai dengan saya sama sekali, atau tidak pernah.

- 1 : Sesuai dengan saya sampai tingkat tertentu, atau kadang kadang.
 2 : Sesuai dengan saya sampai batas yang dapat dipertimbangkan, atau lumayan sering.
 3 : Sangat sesuai untuk setiap pernyataan yaitu:
 0 : Tidak dengan saya, atau sering sekali.

Selanjutnya, Bapak/Ibu/Saudara diminta untuk menjawab dengan cara **memberi tanda silang (X)** pada salah satu kolom yang paling sesuai dengan pengalaman Bapak/Ibu/Saudara. Tidak ada jawaban yang benar ataupun salah, karena itu isilah sesuai dengan keadaan diri Bapak/Ibu/Saudara yang sesungguhnya, yaitu berdasarkan jawaban pertama yang terlintas dalam pikiran Bapak/Ibu/ Saudara.

No	PERNYATAAN	0	1	2	3
1	Saya merasa bahwa diri saya menjadi marah karena hal-hal sepele.		√		
2	Saya merasa bibir saya sering kering.		√		
3	Saya sama sekali tidak dapat merasakan perasaan positif.		√		
4	Saya mengalami kesulitan bernafas (misalnya: seringkali terengah-engah atau tidak dapat bernafas padahal tidak melakukan aktivitas fisik sebelumnya).		√		
5	Saya sepertinya tidak kuat lagi untuk melakukan suatu kegiatan.		√		
6	Saya cenderung bereaksi berlebihan terhadap suatu situasi.		√		
7	Saya merasa goyah (misalnya, kaki terasa mau 'copot').		√		
8	Saya merasa sulit untuk bersantai.		√		
9	Saya menemukan diri saya berada dalam situasi yang membuat saya merasa sangat cemas dan saya akan merasa sangat lega jika semua ini berakhir.		√		
10	Saya merasa tidak ada hal yang dapat diharapkan di masa depan.		√		
11	Saya menemukan diri saya mudah merasa kesal.		√		
12	Saya merasa telah menghabiskan banyak energi untuk merasa cemas.		√		
13	Saya merasa sedih dan tertekan.		√		
14	Saya menemukan diri saya menjadi tidak sabar ketika mengalami penundaan (misalnya: kemacetan lalu lintas, menunggu sesuatu).		√		
15	Saya merasa lemas seperti mau pingsan.		√		

16	Saya merasa saya kehilangan minat akan segala hal.		√		
17	Saya merasa bahwa saya tidak berharga sebagai seorang manusia.		√		
18	Saya merasa bahwa saya mudah tersinggung.		√		
19	Saya berkeringat secara berlebihan (misalnya: tangan berkeringat), padahal temperatur tidak panas atau tidak melakukan aktivitas fisik sebelumnya.		√		
20	Saya merasa takut tanpa alasan yang jelas.		√		
21	Saya merasa bahwa hidup tidak bermanfaat.		√		
22	Saya merasa sulit untuk beristirahat.		√		
23	Saya mengalami kesulitan dalam menelan.		√		
24	Saya tidak dapat merasakan kenikmatan dari berbagai hal yang saya lakukan.		√		
25	Saya menyadari kegiatan jantung, walaupun saya tidak sehabis melakukan aktivitas fisik (misalnya: merasa detak jantung meningkat atau melemah).		√		
26	Saya merasa putus asa dan sedih.				√
27	Saya merasa bahwa saya sangat mudah marah.				√
28	Saya merasa saya hampir panik.				√
29	Saya merasa sulit untuk tenang setelah sesuatu membuat saya kesal.				√
30	Saya takut bahwa saya akan 'terhambat' oleh tugas-tugas sepele yang tidak biasa saya lakukan.				√
31	Saya tidak merasa antusias dalam hal apapun.			√	
32	Saya sulit untuk sabar dalam menghadapi gangguan terhadap hal yang sedang saya lakukan.			√	
33	Saya sedang merasa gelisah.			√	
34	Saya merasa bahwa saya tidak berharga.			√	
35	Saya tidak dapat memaklumi hal apapun yang menghalangi saya untuk menyelesaikan hal yang sedang saya lakukan.			√	
36	Saya merasa sangat ketakutan.			√	
37	Saya melihat tidak ada harapan untuk masa depan.			√	
38	Saya merasa bahwa hidup tidak berarti.		√		
39	Saya menemukan diri saya mudah gelisah.		√		
40	Saya merasa khawatir dengan situasi dimana saya mungkin menjadi panik dan mempermalukan diri sendiri.		√		
41	Saya merasa gemetar (misalnya: pada tangan).	√			
42	Saya merasa sulit untuk meningkatkan inisiatif dalam melakukan sesuatu.	√			

Harap diperiksa kembali, jangan sampai ada yang terlewatkan. Terima kasih.

TES DASS

Nama : NI

Tanggal :

Umur :

Petunjuk Pengisian

Kuesioner ini terdiri dari berbagai pernyataan yang mungkin sesuai dengan pengalaman Bapak/Ibu/Saudara dalam menghadapi situasi hidup sehari-hari. Terdapat empat pilihan jawaban yang disediakan sesuai dengan saya sama sekali, atau tidak pernah.

- 1 : Sesuai dengan saya sampai tingkat tertentu, atau kadang kadang.
 2 : Sesuai dengan saya sampai batas yang dapat dipertimbangkan, atau lumayan sering.
 3 : Sangat sesuai untuk setiap pernyataan yaitu:
 0 : Tidak dengan saya, atau sering sekali.

Selanjutnya, Bapak/Ibu/Saudara diminta untuk menjawab dengan cara **memberi tanda silang (X)** pada salah satu kolom yang paling sesuai dengan pengalaman Bapak/Ibu/Saudara. Tidak ada jawaban yang benar ataupun salah, karena itu isilah sesuai dengan keadaan diri Bapak/Ibu/Saudara yang sesungguhnya, yaitu berdasarkan jawaban pertama yang terlintas dalam pikiran Bapak/Ibu/ Saudara.

No	PERNYATAAN	0	1	2	3
1	Saya merasa bahwa diri saya menjadi marah karena hal-hal sepele.			√	
2	Saya merasa bibir saya sering kering.			√	
3	Saya sama sekali tidak dapat merasakan perasaan positif.			√	
4	Saya mengalami kesulitan bernafas (misalnya: seringkali terengah-engah atau tidak dapat bernafas padahal tidak melakukan aktivitas fisik sebelumnya).			√	
5	Saya sepertinya tidak kuat lagi untuk melakukan suatu kegiatan.			√	
6	Saya cenderung bereaksi berlebihan terhadap suatu situasi.			√	
7	Saya merasa goyah (misalnya, kaki terasa mau 'copot').			√	
8	Saya merasa sulit untuk bersantai.			√	
9	Saya menemukan diri saya berada dalam situasi yang membuat saya merasa sangat cemas dan saya akan merasa sangat lega jika semua ini berakhir.			√	
10	Saya merasa tidak ada hal yang dapat diharapkan di masa depan.			√	
11	Saya menemukan diri saya mudah merasa kesal.		√		
12	Saya merasa telah menghabiskan banyak energi untuk merasa cemas.		√		
13	Saya merasa sedih dan tertekan.		√		
14	Saya menemukan diri saya menjadi tidak sabar ketika mengalami penundaan (misalnya: kemacetan lalu lintas, menunggu sesuatu).		√		
15	Saya merasa lemas seperti mau pingsan.		√		

16	Saya merasa saya kehilangan minat akan segala hal.				√
17	Saya merasa bahwa saya tidak berharga sebagai seorang manusia.				√
18	Saya merasa bahwa saya mudah tersinggung.				√
19	Saya berkeringat secara berlebihan (misalnya: tangan berkeringat), padahal temperatur tidak panas atau tidak melakukan aktivitas fisik sebelumnya.				√
20	Saya merasa takut tanpa alasan yang jelas.				√
21	Saya merasa bahwa hidup tidak bermanfaat.			√	
22	Saya merasa sulit untuk beristirahat.			√	
23	Saya mengalami kesulitan dalam menelan.			√	
24	Saya tidak dapat merasakan kenikmatan dari berbagai hal yang saya lakukan.			√	
25	Saya menyadari kegiatan jantung, walaupun saya tidak sehabis melakukan aktivitas fisik (misalnya: merasa detak jantung meningkat atau melemah).			√	
26	Saya merasa putus asa dan sedih.		√		
27	Saya merasa bahwa saya sangat mudah marah.		√		
28	Saya merasa saya hampir panik.		√		
29	Saya merasa sulit untuk tenang setelah sesuatu membuat saya kesal.		√		
30	Saya takut bahwa saya akan 'terhambat' oleh tugas-tugas sepele yang tidak biasa saya lakukan.		√		
31	Saya tidak merasa antusias dalam hal apapun.		√		
32	Saya sulit untuk sabar dalam menghadapi gangguan terhadap hal yang sedang saya lakukan.		√		
33	Saya sedang merasa gelisah.		√		
34	Saya merasa bahwa saya tidak berharga.		√		
35	Saya tidak dapat memaklumi hal apapun yang menghalangi saya untuk menyelesaikan hal yang sedang saya lakukan.		√		
36	Saya merasa sangat ketakutan.		√		
37	Saya melihat tidak ada harapan untuk masa depan.		√		
38	Saya merasa bahwa hidup tidak berarti.		√		
39	Saya menemukan diri saya mudah gelisah.	√			
40	Saya merasa khawatir dengan situasi dimana saya mungkin menjadi panik dan mempermalukan diri sendiri.	√			
41	Saya merasa gemetar (misalnya: pada tangan).	√			
42	Saya merasa sulit untuk meningkatkan inisiatif dalam melakukan sesuatu.	√			

Harap diperiksa kembali, jangan sampai ada yang terlewatkan. Terima kasih.

TES DASS

Nama : KM

Tanggal :

Umur :

Petunjuk Pengisian

Kuesioner ini terdiri dari berbagai pernyataan yang mungkin sesuai dengan pengalaman Bapak/Ibu/Saudara dalam menghadapi situasi hidup sehari-hari. Terdapat empat pilihan jawaban yang disediakan sesuai dengan saya sama sekali, atau tidak pernah.

- 1 : Sesuai dengan saya sampai tingkat tertentu, atau kadang kadang.
 2 : Sesuai dengan saya sampai batas yang dapat dipertimbangkan, atau lumayan sering.
 3 : Sangat sesuai untuk setiap pernyataan yaitu:
 0 : Tidak dengan saya, atau sering sekali.

Selanjutnya, Bapak/Ibu/Saudara diminta untuk menjawab dengan cara **memberi tanda silang (X)** pada salah satu kolom yang paling sesuai dengan pengalaman Bapak/Ibu/Saudara. Tidak ada jawaban yang benar ataupun salah, karena itu isilah sesuai dengan keadaan diri Bapak/Ibu/Saudara yang sesungguhnya, yaitu berdasarkan jawaban pertama yang terlintas dalam pikiran Bapak/Ibu/ Saudara.

No	PERNYATAAN	0	1	2	3
1	Saya merasa bahwa diri saya menjadi marah karena hal-hal sepele.		√		
2	Saya merasa bibir saya sering kering.		√		
3	Saya sama sekali tidak dapat merasakan perasaan positif.		√		
4	Saya mengalami kesulitan bernafas (misalnya: seringkali terengah-engah atau tidak dapat bernafas padahal tidak melakukan aktivitas fisik sebelumnya).		√		
5	Saya sepertinya tidak kuat lagi untuk melakukan suatu kegiatan.		√		
6	Saya cenderung bereaksi berlebihan terhadap suatu situasi.		√		
7	Saya merasa goyah (misalnya, kaki terasa mau 'copot').		√		
8	Saya merasa sulit untuk bersantai.		√		
9	Saya menemukan diri saya berada dalam situasi yang membuat saya merasa sangat cemas dan saya akan merasa sangat lega jika semua ini berakhir.		√		
10	Saya merasa tidak ada hal yang dapat diharapkan di masa depan.		√		
11	Saya menemukan diri saya mudah merasa kesal.				√
12	Saya merasa telah menghabiskan banyak energi untuk merasa cemas.				√
13	Saya merasa sedih dan tertekan.				√
14	Saya menemukan diri saya menjadi tidak sabar ketika mengalami penundaan (misalnya: kemacetan lalu lintas, menunggu sesuatu).				√
15	Saya merasa lemas seperti mau pingsan.				√

16	Saya merasa saya kehilangan minat akan segala hal.				√
17	Saya merasa bahwa saya tidak berharga sebagai seorang manusia.				√
18	Saya merasa bahwa saya mudah tersinggung.				√
19	Saya berkeringat secara berlebihan (misalnya: tangan berkeringat), padahal temperatur tidak panas atau tidak melakukan aktivitas fisik sebelumnya.				√
20	Saya merasa takut tanpa alasan yang jelas.				√
21	Saya merasa bahwa hidup tidak bermanfaat.			√	
22	Saya merasa sulit untuk beristirahat.			√	
23	Saya mengalami kesulitan dalam menelan.			√	
24	Saya tidak dapat merasakan kenikmatan dari berbagai hal yang saya lakukan.			√	
25	Saya menyadari kegiatan jantung, walaupun saya tidak sehabis melakukan aktivitas fisik (misalnya: merasa detak jantung meningkat atau melemah).			√	
26	Saya merasa putus asa dan sedih.		√		
27	Saya merasa bahwa saya sangat mudah marah.		√		
28	Saya merasa saya hampir panik.		√		
29	Saya merasa sulit untuk tenang setelah sesuatu membuat saya kesal.		√		
30	Saya takut bahwa saya akan 'terhambat' oleh tugas-tugas sepele yang tidak biasa saya lakukan.		√		
31	Saya tidak merasa antusias dalam hal apapun.		√		
32	Saya sulit untuk sabar dalam menghadapi gangguan terhadap hal yang sedang saya lakukan.		√		
33	Saya sedang merasa gelisah.		√		
34	Saya merasa bahwa saya tidak berharga.		√		
35	Saya tidak dapat memaklumi hal apapun yang menghalangi saya untuk menyelesaikan hal yang sedang saya lakukan.		√		
36	Saya merasa sangat ketakutan.		√		
37	Saya melihat tidak ada harapan untuk masa depan.		√		
38	Saya merasa bahwa hidup tidak berarti.		√		
39	Saya menemukan diri saya mudah gelisah.		√		
40	Saya merasa khawatir dengan situasi dimana saya mungkin menjadi panik dan mempermalukan diri sendiri.		√		
41	Saya merasa gemetar (misalnya: pada tangan).		√		
42	Saya merasa sulit untuk meningkatkan inisiatif dalam melakukan sesuatu.	√			

Harap diperiksa kembali, jangan sampai ada yang terlewatkan. Terima kasih.

TES DASS

Nama : AYD

Tanggal :

Umur :

Petunjuk Pengisian

Kuesioner ini terdiri dari berbagai pernyataan yang mungkin sesuai dengan pengalaman Bapak/Ibu/Saudara dalam menghadapi situasi hidup sehari-hari. Terdapat empat pilihan jawaban yang disediakan sesuai dengan saya sama sekali, atau tidak pernah.

- 1 : Sesuai dengan saya sampai tingkat tertentu, atau kadang kadang.
 2 : Sesuai dengan saya sampai batas yang dapat dipertimbangkan, atau lumayan sering.
 3 : Sangat sesuai untuk setiap pernyataan yaitu:
 0 : Tidak dengan saya, atau sering sekali.

Selanjutnya, Bapak/Ibu/Saudara diminta untuk menjawab dengan cara **memberi tanda silang (X)** pada salah satu kolom yang paling sesuai dengan pengalaman Bapak/Ibu/Saudara. Tidak ada jawaban yang benar ataupun salah, karena itu isilah sesuai dengan keadaan diri Bapak/Ibu/Saudara yang sesungguhnya, yaitu berdasarkan jawaban pertama yang terlintas dalam pikiran Bapak/Ibu/ Saudara.

No	PERNYATAAN	0	1	2	3
1	Saya merasa bahwa diri saya menjadi marah karena hal-hal sepele.	√			
2	Saya merasa bibir saya sering kering.	√			
3	Saya sama sekali tidak dapat merasakan perasaan positif.	√			
4	Saya mengalami kesulitan bernafas (misalnya: seringkali terengah-engah atau tidak dapat bernafas padahal tidak melakukan aktivitas fisik sebelumnya).	√			
5	Saya sepertinya tidak kuat lagi untuk melakukan suatu kegiatan.	√			
6	Saya cenderung bereaksi berlebihan terhadap suatu situasi.			√	
7	Saya merasa goyah (misalnya, kaki terasa mau 'copot').			√	
8	Saya merasa sulit untuk bersantai.			√	
9	Saya menemukan diri saya berada dalam situasi yang membuat saya merasa sangat cemas dan saya akan merasa sangat lega jika semua ini berakhir.			√	
10	Saya merasa tidak ada hal yang dapat diharapkan di masa depan.			√	
11	Saya menemukan diri saya mudah merasa kesal.			√	
12	Saya merasa telah menghabiskan banyak energi untuk merasa cemas.			√	
13	Saya merasa sedih dan tertekan.			√	
14	Saya menemukan diri saya menjadi tidak sabar ketika mengalami penundaan (misalnya: kemacetan lalu lintas, menunggu sesuatu).			√	
15	Saya merasa lemas seperti mau pingsan.			√	

16	Saya merasa saya kehilangan minat akan segala hal.				√
17	Saya merasa bahwa saya tidak berharga sebagai seorang manusia.				√
18	Saya merasa bahwa saya mudah tersinggung.				√
19	Saya berkeringat secara berlebihan (misalnya: tangan berkeringat), padahal temperatur tidak panas atau tidak melakukan aktivitas fisik sebelumnya.				√
20	Saya merasa takut tanpa alasan yang jelas.				√
21	Saya merasa bahwa hidup tidak bermanfaat.			√	
22	Saya merasa sulit untuk beristirahat.			√	
23	Saya mengalami kesulitan dalam menelan.			√	
24	Saya tidak dapat merasakan kenikmatan dari berbagai hal yang saya lakukan.			√	
25	Saya menyadari kegiatan jantung, walaupun saya tidak sehabis melakukan aktivitas fisik (misalnya: merasa detak jantung meningkat atau melemah).			√	
26	Saya merasa putus asa dan sedih.		√		
27	Saya merasa bahwa saya sangat mudah marah.		√		
28	Saya merasa saya hampir panik.		√		
29	Saya merasa sulit untuk tenang setelah sesuatu membuat saya kesal.		√		
30	Saya takut bahwa saya akan 'terhambat' oleh tugas-tugas sepele yang tidak biasa saya lakukan.		√		
31	Saya tidak merasa antusias dalam hal apapun.		√		
32	Saya sulit untuk sabar dalam menghadapi gangguan terhadap hal yang sedang saya lakukan.		√		
33	Saya sedang merasa gelisah.		√		
34	Saya merasa bahwa saya tidak berharga.	√			
35	Saya tidak dapat memaklumi hal apapun yang menghalangi saya untuk menyelesaikan hal yang sedang saya lakukan.	√			
36	Saya merasa sangat ketakutan.	√			
37	Saya melihat tidak ada harapan untuk masa depan.	√			
38	Saya merasa bahwa hidup tidak berarti.	√			
39	Saya menemukan diri saya mudah gelisah.	√			
40	Saya merasa khawatir dengan situasi dimana saya mungkin menjadi panik dan mempermalukan diri sendiri.	√			
41	Saya merasa gemetar (misalnya: pada tangan).	√			
42	Saya merasa sulit untuk meningkatkan inisiatif dalam melakukan sesuatu.	√			

Harap diperiksa kembali, jangan sampai ada yang terlewatkan. Terima kasih.

Lampiran 10 Jurnal

TEACHER'S STRES AND COOPING STRATEGIES IN LEARNING AT RA HIDAYATULLAH

STRES DAN STRATEGI COPING GURU DALAM PEMBELAJARAN DI RA HIDAYATULLAH

Abstrak

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. Stres juga menimbulkan rasa takut dan cemas yang berlebihan serta tidak dapat mengontrol emosi sehingga sering hilang kendali. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisa dan mengidentifikasi tingkat stres dan *strategi coping* serta faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya stres pada guru di RA Hidayatullah dalam menjalankan pembelajaran. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif yang mana penelitian ini akan memberikan gambaran deskriptif mengenai Stres dan *strategi coping* guru dalam Pembelajaran di RA Hidayatullah. Dari hasil penelitian ini kedua subjek mengalami stres yang berbeda dimana subjek NLF mengalami stres sedang, sedangkan subjek FEI mengalami stres berat, strategi *coping* yang dilakukan oleh subjek NLF dan FEI adalah *emotional focused coping* dan strategi *coping* religi dengan memanfaatkan dukungan sosial dari keluarga dan pasangan, dengan sumber *coping* materi, sosial dan spiritual, faktor yang mempengaruhi stres pada subjek NLF and FEI adalah faktor organisasi dan faktor individu.

Kata Kunci: Guru, Pembelajaran, masa transisi, *strategi coping*

Abstract

Teachers experience Stres due to the implementation of face-to-face learning during the transition period, they are also required to continue to carry out an effective and efficient learning process by having to continue to comply with health protocols. Stres also causes excessive fear and anxiety and cannot control emotions so that it often loses control. This study aims to analyze and identify Stres levels and coping strategies as well as the factors that influence the occurrence of Stres on teachers at RA Hidayatullah in carrying out learning. This study uses a descriptive qualitative approach in which this study will provide a descriptive description of teacher Stres and coping strategies in learning at RA Hidayatullah. From the results of this study the two subjects experienced different Stres where NLF subjects experienced moderate Stres, while FEI subjects experienced severe Stres. The coping strategies used by NLF and FEI subjects were emotional focused coping and religious coping strategies by utilizing

social support from family and partners. with material, social and spiritual coping resources, the factors that influence Stres on NLF and FEi subjects are organizational factors and individual factors.

Keywords: *Teacher, Learning, transition period, coping strategies*

PENDAHULUAN

Proses pembelajaran adalah kegiatan utama sekolah. Moh.Uzer Usman mengemukakan bahwa pembelajaran suatu proses yang mengandung serangkaian perbuatan guru dan murid atas dasar hubungan timbal balik yang berlangsung dalam situasi edukatif untuk mencapai tujuan tertentu. Proses belajar mengajar yang dilaksanakan oleh guru dan siswa biasanya dilakukan di sekolah atau melalui interaksi langsung tanpa media perantara apapun. Namun di saat ini ada perubahan dari proses pembelajaran maupun tugas guru dalam proses pembelajarannya, hal tersebut terjadi karena sebuah wabah yang menyerang seluruh dunia termasuk Indonesia.

Secara umum, pembelajaran adalah proses yang dilakukan oleh guru untuk membelajarkan siswa pada lingkungan belajar tertentu dan akhirnya terjadi perubahan tingkah laku. Proses pembelajaran merupakan keseluruhan kegiatan yang dirancang untuk membelajarkan peserta didik. Pada satuan pendidikan, proses pembelajaran diselenggarakan secara interaktif, inspiratif, menyenangkan, menantang, memotivasi peserta didik untuk berpartisipasi aktif sesuai dengan bakat, minat dan perkembangan fisik serta psikologis peserta didik.⁷³ Dalam sebuah proses, termasuk di dalamnya proses pembelajaran, tentu terdapat komponen-komponen yang saling terkait. Komponen-komponen pokok dalam pembelajaran mencakup tujuan pembelajaran, guru, siswa, kurikulum, strategi pembelajaran, media pembelajaran dan evaluasi pembelajaran.

Guru dikenal dengan al-Mu'alim atau al-ustadz, dalam bahasa Arab, yang bertugas memberikan ilmu dalam majelis taklim. Artinya, guru adalah seseorang yang memberikan ilmu. Pendapat klasik mengatakan bahwa guru adalah orang yang pekerjaannya mengajar. Namun pada dinamika selanjutnya, definisi guru berkembang secara luas. Guru disebut pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai dan mengevaluasi siswa pada pendidikan anak usia dini jalur pendidikan formal, pendidikan dasar, dan menengah. Orang yang disebut guru adalah orang yang memiliki kemampuan merancang program pembelajaran, serta mampu menata dan mengelola kelas agar siswa dapat belajar dan pada akhirnya dapat mencapai tingkat kedewasaan sebagai tujuan akhir dari proses pendidikan.⁷⁴

Untuk menjadikan anak didik muslim sejati, muslim yang takwa, beriman, teguh, suka beramal dan berbudi luhur seharusnya para guru mengarahkan anak didiknya untuk meneladani Rasulullah SAW. Karena beliau adalah sebaik-baik, contoh teladan, sebagaimana firman Allah SWT. Yaitu:

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

⁷³Dedi Mulyasana, *Pendidikan Bermutu dan Berdaya Saing*, (Bandung: PT Remaja Rossakarya, 2015),155

⁷⁴Jamil suprihatiningrum, *Guru Profesional pedoman kinerja, kualifikasi dan kompetensi guru*. (Jogjakarta: Ar-Ruzz media, 2013), 23-24

Artinya : “*Sesungguhnya telah ada pada diri Rasulullah itu suri teladan yang baik bagimu (yaitu) bagi orang-orang yang mengharap (rahmat) Allah dan (kedatangan) hari kiamat dan dia menyebut nama Allah (QS.Al-Ahzab:21)*”.⁷⁵

Rasulullah SAW dipandang sebagai guru yang pertama dalam Islam, dalam menjalankan tugas pengajaran itu, beliau dibantu oleh para sahabatnya yang diutus kepada orang-orang arab untuk mengajarkan syari’at Islam. Pada lembaga-lembaga pendidikan Islam bagaimana pun juga bentuknya, merupakan sumber untuk perbaikan manusia, dalam hal ini gurulah yang memasukkan pendidikan akhlak dan keagamaan ke dalam hati sanubari mereka sesuai dengan ajaran Rasulullah SAW. Sedangkan untuk keberhasilan dalam suatu proses pendidikan dan pengajaran itu, hanya akan tercapai bila pelaksanaan tugas dan tanggung jawab guru juga baik, dengan disertai keikhlasan yang tinggi. Disamping persyaratan lahiriyah, harus ada pula persyaratan yang hakiki yaitu: mental, persiapan batin maupun kesanggupan bekerja sebagai guru, keinsafan yang dalam serta panggilan hati yang penuh dengan keikhlasan. Seorang guru juga harus mampu dalam bidang metodologi pendidikan, sebagaimana di kemukakan oleh Nasution, bahwa “guru yang baik menyesuaikan metode mengajar dengan bahan pelajaran”.⁷⁶

Kehadiran guru dalam proses pembelajaran masih tetap memegang peranan penting, peranan guru dalam proses pembelajaran belum dapat di gantikan oleh mesin, radio, komputer, internet teknologi komunikasi dan informasi yang sudah canggih sekalipun masih terlalu banyak unsur-unsur manusiawi seperti sikap, emosi, motivasi, sistem nilai, kebiasaan atau karakter yang di harapkan merupakan hasil pembelajaran yang tidak dapat dicapai dengan menggunakan alat-alat atau media pembelajaran tersebut.⁷⁷ Salah satu sekolah yang memiliki visi dan misi untuk menjadikan lembaga Islami yang berkarakter dalam menyiapkan generasi yang berakhlakul karimah, cerdas, kreatif, mandiri dan percaya diri adalah RA Hidayatullah. 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

⁷⁵Dapertemen Agama RI, *Al-Qur’an Dan Terjemahnya* (Bandung: Syamil Cipta Media, 2019).

⁷⁶Nasution S, *Didaktik Azas-Azas Mengajar* (Jakarta: Bumi Aksara, 2015).

⁷⁷Sholeh Hidayat, *Pengembangan guru profesional*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya,2017),1

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 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.

Secara umum stres dalam psikologi digunakan untuk menggambarkan tekanan-tekanan fisik dan psikis yang dapat mempengaruhi keseimbangan mental seseorang. Dalam pengertian umum, stres adalah suatu tekanan atau sesuatu yang terasa menekan dalam diri individu. Sesuatu tersebut dapat terjadi di sebabkan oleh ketidakseimbangan antara harapan dan kenyataan yang diinginkan oleh individu, baik keinginan yang ber-sifat jasmaniah maupun rohaniyah, Menurut McGrath dalam Weinberg dan Gould stres di definisikan sebagai *a substantial imbalance between de-mand (physical and / or psychological) and response capability, under conditions where failure to meet that demand has importance consequences* Artinya, stres akan muncul pada individu bila ada ketidakseimbangan atau kegagalan individu dalam memenuhi kebutuhannya baik yang bersifat jasmani maupun rohani.⁷⁸ Sebagaimana dari Veithzal Riva'i, Stres adalah suatu kondisi dinamik yang didalamnya seorang individu dikonfrontasikan dalam suatu peluang, kendala, atau

⁷⁸Sukadiyanto, Stres dan cara mengurangnya, *Jurnal Cakrawala Pendidikan*, No 1, April 2020: 56

tuntutan yang dikaitkan dengan apa yang sangat di inginkannya dan hasilnya dipresepsikan sebagai tidak pasti dan penting.⁷⁹

Seorang Guru atau pendidik pasti mempunyai cara tersendiri untuk mengatasi atau mengurangi bagaimana tekanan stres yang dialaminya ini juga di sebut dengan coping .yang mana suatu proses dimana individu mencoba untuk mengelola stres yang ada dengan cara tertentu. Lazarus dan Folkman menurutnya *coping* adalah suatu proses dimana individu mencoba untuk mengelola jarak yang ada antara tuntutan-tuntutan baik itu tuntutan yang berasal dari individu maupun tuntutan yang berasal dari lingkungan dengan sumber-sumber daya yang mereka gunakan dalam menghadapi situasi Stres. Dari pendapat ahli lainnya folkman mengartikan *coping* sebagai perubahan pemikiran dan perilaku yang digunakan oleh seseorang yang dalam menghadapi tekanan dari luar maupun dalam yang disebabkan oleh transaksi antara seseorang dengan lingkungannya yang dinilai sebagai Stresor. Coping ini nantinya akan terdiri dari upaya-upaya yang dilakukan untuk mengurangi keberadaan Stresor.⁸⁰ Tindakan yang diambil individu dinamakan strategi coping. Strategi coping sering dipengaruhi oleh latar belakang budaya, pengalaman dalam menghadapi masalah, faktor lingkungan, kepribadian, konsep diri, faktor sosial dan lain-lain sangat berpengaruh pada kemampuan individu dalam menyelesaikan masalahnya.

Berdasarkan uraian tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait “Stres dan Strategi Coping Guru dalam Pembelajaran di RA Hidayatullah”.

METODE

Responden penelitian. Subjek dalam penelitian ini ialah guru yang mengalami stres sebagai saat melaksanakan pembelajaran di RA Hidayatullah. Pemilihan subjek dilakukan berdasarkan hasil DASS 42 yang diberikan kepada enam guru di RA Hidayatullah. Subjek yang dipilih adalah subjek dengan kriteria ringan dan sedang. Berikut adalah hasil DASS 42 yang diperoleh.

Desain penelitian. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deksriptif yang mana penelitian ini akan memberikan gambaran deskriptif mengenai Stres dan Strategi Coping Guru dalam Pembelajaran di RA Hidayatullah. Bogdan dan Tailor dalam Moeleong, menyatakan bahwa pendekatan kualitatif sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan atau dari bentuk tindakan kebijakan.⁸¹

⁷⁹Zainul Hidayat, Pengaruh Stes Dan Kelelahan Kerja Terhadap Kinerja Guru SMPN 2 Sukodono Di Kabupaten Lumajang, *Jurnal Penelitian Ilmu Ekonomi Wiga*, Vol.6, No.1, Maret 2016,37

⁸⁰Sumarni M, *Analisis Strategi Coping terhadap Stres Guru Biologi SMA Negeri 5 Jeneponto*,”Skripsi (Makassar: Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari,2018),24

⁸¹Lexy Moeleong, *Metode Penelitian Kualitatif* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2002), 112.

Instrumen penelitian. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini instrument pokok yaitu manusia, dalam hal ini peneliti sendiri, sebagai instrument yang berhubungan langsung dengan responden selain itu juga dalam penelitian ini menggunakan instrument penunjang yaitu pedoman wawancara, tes psikologi dan dokumentasi.

Prosedur penelitian. Proses penelitian di lakukan di awali dengan tahap pra lapangan yaitu dengan mencari subjek penelitian dan survei. Tahap selanjutnya dilakukan tahap pekerjaan lapangan dalam hal ini peneliti memasuki lapangan, dengan teknik pengambilan data dilakukan dengan wawancara terhadap subjek penelitian. Kemudian dilanjutkan tahap analisis data yaitu melakukan serangkaian proses analisis data kualitatif sampai pada interpretasi data.

Analisis Data. Teknik analisis data yang digunakan adalah dengan mengacu pada konsep Miles & Huberman (2007) yaitu *interactive model* yang mengklasifikasikan analisis data dalam tiga langkah yaitu: reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan.

HASIL

Dalam bab ini peneliti memaparkan data-data hasil penelitian yang diperoleh melalui proses wawancara pada subjek dan beberapa informan yang sudah ditentukan. Data-data yang sudah terkumpul akan dikelompokkan sesuai dengan tujuan penelitian ini yaitu, mengetahui bentuk stres dan strategi coping serta faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya stres pada guru di RA Hidayatullah dalam menjalankan pembelajaran.

Tabel 1 Identitas Informan

Informan	KM	BK
Keterkaitan	Rekan Kerja Subjek	Penanggungjawab RA Hidayatullah
Alamat	Jl. Alalak Utara Komplek Herlina Perkasa	Jl. Sutoyo S Banjarmasin Tengah

Gambaran Stres pada Guru Subjek NLF

NLF Berdasarkan hasil wawancara, tugas yang dilakukan oleh subjek NLF adalah mengatur anak ketika akan memulai belajar, seperti menyusun sepatu, meletakkan bekal dan memberikan jurnal kepada anak didik. Berikut adalah kutipan hasil wawancara dengan subjek NLF:

“saat pertama itu kan mengatur anak, kaya pagi itu kan mereka menyusun sepatu ditempatnya disitu mereka belajar kerapian habis itu mereka disuruh meletakkan bekalnya di loker, nah otomatis disitu melatih kemandiriannya, terus setelah itu mereka disuruh meletakkan tasnya dimana sama dengan letak bekalnya, terus biasanya saya suruh duduk ditempatnya. Jadi dia inget tempat-tempatnya. Habis itu kami kasih jurnal, jurnal itu kaya dia menggambarkan dan untuk keterampilan dia. Sama biasanya saya bantu untuk menulis. Menirukan kata-kata mobil misalkan. Tapi kalau TK A ini sebagian besarnya masih menebalkan titik-titik huruf yang samar-samar. Kalau tk b kan sudah bisa menulis.” (b.126-132, NLF)

Kemudian beliau menyebutkan bahwa salah satu tantangan yang dihadapi saat mengajar adalah untuk mengatur mood anak didik saat akan melakukan proses pembelajaran, seperti yang disampaikan pada kutipan wawancara berikut ini:

“Lebih ke mood anak pang, kadangkannya kalau dia dirumah. Mungkin apa yang dia mau sebelum sekolah tidak diturutin. Sampai ke sekolah kadang bisa kayak gitu biasanya juga anak itu nangis. Nah itu pang tantangan ulun mengatur mood anaknya masih kesulitan” (b. 136-140, NLF)

Untuk mengatasi hal tersebut, subjek NLF mendekati si anak dan kemudian memulai obrolan. Hal tersebut diungkapkan beliau dalam kutipan wawancara berikut.

“biasanya diajak bicara si anak tersebut kayak kalau sebelum sekolah tadi sudah sarapan belum. Diajak untuk dia itu supaya terkecoh tidak memikirkan apa kenapa dia tidak mau sekolah, ini contohnya yang gak mau sekolah. Kata dia itu mau beli susu dulu, oh nanti dulu jar ulun sekolah dulu kalau sudah nanti bisa dibelikan.. Kaya dimotivasi tarus” (b. 148-155, NLF)

Subjek NLF menggambarkan hubungannya dengan sesama rekan kerja memiliki hubungan yang baik, dimana beliau menganggap rekan sesama guru sebagai keluarga.

“Alhamdulillah baik aja, kami biasanya kalau ada masalah saling bantu bisa sharing-sharing cerita gitu, ulun meanggap bukan lagi rekan tapi lebih nganggep keluarga sudah. Inggih nah kaytu biasanya kakawanan sering bekisahan kaya ini sharing lah.” (b. 161-168, NLF)

Beliau menyebutkan, meskipun terkadang ada perbedaan dengan sesama pengajar terkait aturan pembelajaran, namun hal itu bukan menjadi masalah karena subjek dapat mengatasi perbedaan tersebut dengan baik. Hal ini yang disampaikan beliau dalam kutipan wawancara berikut ini.

“kalau perbedaan itu kan semua orang punya kepala masing-masing katanya kalau pendapat kayak gini bagus dan juga kalau pendapat satunya kurang bagus, jadi ulun nih lebih tepatnya mendengarkan dulu pang apa kelebihan dari pendapat itu misalnya pendapatnya ini apa dulu dari segi kebaikannya terus apa yang tidak bagusnya. Kalau ulun kan mengambil selagi bagus untuk anak ulun ikut aja. Tapi ulun bisa juga biasanya nggak melakukan karena menurut ulun nggak bagus untuk anak” (b. 174-186, NLF)

Walaupun hubungan dengan rekan kerja selalu baik, subjek NLF mengaku tetap terjadi permasalahan antar rekan kerja, dan itu dapat mempengaruhinya.

“Ada berpengaruh pang ke diri ulun. Kalau lebih tepatnya hubungan ulun baik-baik aja saling guru-guru mensupport aja kaytu nah. Ulun nih merasa jua kaya semangat mengajar. Tapi kan pasti ada permasalahan kaytu nah cuman sebisa mungkin berusaha professional” (b. 191-197, NLF)

Strategi Coping yang Dilakukan oleh Guru

Subjek NLF menyebutkan bahwa beliau adalah orang yang suka memendam masalah sendiri. Beliau bahkan tidak berani menceritakan masalah yang dihadapi kepada ayahnya yang ada di rumah. Hal ini bertambah parah ketika sang ibunda meninggal dunia, subjek NLF semakin memendam masalah sendiri. Berikut kutipan wawancara dengan subjek NLF.

“Mun ulun lebih memendam aja pang ulun lebih meefek aja pang biasanya lebih memikirkan jua kaytu nah perasaan orang ulun nih. padahal itu kada bagus kalo kaytu nah tapi kayapa kaytu ulun tu biasanya diam aja inggih dari dahulu, apalagi kan pas kededa mama nih semua gawian ke ulun, misal dirumah tu kada kawa kaya mengeluh kaytu nah ulun biasanya memikirkan sorangan. Karena kan abah ulun ni tengalih jua orangnya kada nyaman ulun. Lebih ke mendam aja kaytu nah keina tetangis sorangan amun sudah uyuh banar sudah mmikirkan.” (b. 235-256,265-274, NLF)

Salah satu cara yang dilakukan oleh subjek NLF adalah dengan mendengarkan music di pagi hari agar dapat memulai hari dengan baik. Hal ini dilakukan agar mood saat bekerja tetap baik. Hal ini disampaikan dalam kutipan wawancara berikut ini.

“ulun mengumpulkan mood pang dulu kadang pagi tuh, bisa kan subuh tu sholat dulu. Ibaratnya membawa semangat dulu ke diri kaytu. Karena kan pekerjaan bagus itu kitanya yang nyaman menjalaninya, jadi ulun meanu semangat apakah dulu yang ulun gawi kaya buka handphone kah habis sholat tu atau apa yang handak ulun gawi dulu agar membuat ulun nyaman dulu keitu nah, biasanya berpengaruh mood ini sampai seharian ulun tuh, jadi uln mehimungi diri ulun dahulu pang, walaupun mehimungi ulun tu kayak orang tu kada ketuju dengan main handphone kah dulu apa kaytu nah bisa mendangar musik dulu” (b. 279-292 NLF)

Subjek NLF menyebutkan bahwa beliau tidak mendapat dukungan apapun dari keluarga, terkait permasalahan yang sering dihadapi. Beliau yang hidup dengan ayah dan seorang adik merasa keluarga tidak memberikan dukungan atau memberikan semangat jika sedang mengalami masalah. Lebih lanjut beliau menyebutkan sudah tidak memiliki teman atau sahabat. Subjek NLF hanya berteman dengan sesama rekan kerja. Satu-satunya yang memberikan semangat dan dukungan adalah kekasih beliau. Meski demikian, subjek NLF pun tidak terlalu nyaman membagi masalahnya dengan pasangan.

“kalau kaya kuitan ulun kada kaya mendukung gimana-gimana kaytu nah ke anak tu tapi kaya abah tu bediam aja kaytu nah, ulun nih kada tahu kalau abah ulun tuh menanggapi ke ulun tu kayapa, kadang ulun malah kada bisa jua pang bekisah kisah. paling ke pasangan pacar ulun pang, iya membantu aja cuman tadih kaya di padahi diceramahi ke ulun dulu ulun nya, makanya ulun kadang koler bekisah ke pacar nih kaytu pang. Maksudnya bagus pang ulun tu kan masih orangnya labil kada kawa menemukan jawaban tentang mengatasi masalah ulun sorangan meambil keputusan atau punya ide sorangan, makanya ulun tu butuh dibimbing jua kaytu pang, bagus jaa.. Orang terdekat uln menemani, misalnya ulun minta pendapat ada dipadahi pendapat yang bagus. kadeda lagi pang sahabat, jadi ulun tu kaya sorangan aja lagi wahini nih. iya ada kaya kawan digawian tu ae biasanya. kaya menyemangati, keina memadahi "kaini nah ustazah ae pokoknya pian kayni-kayni" Nah memadahi kaytu.” (b. 331-349, 352-359 NLF)

Salah satu cara yang dilakukan oleh subjek NLF ketika sedang stres adalah dengan menangis. Hal ini diakui beliau sering dilakukan apabila beliau merasa lelah dan tak sanggup memendam lagi.

“nangis pang kalo ulun kaya mungkin uyuh kah nah ini bisa nangis ulun, nah paling imbahnya uln sakit kepala” (b. 362-365. NLF)

Subjek NLF menyebutkan bahwa ketika beliau sedang stres dengan pekerjaannya, beliau selalui memotivasi diri sendiri untuk sukses. Berikut kutipan wawancara dengan subjek NLF.

“karena ulun mau sukses, ulun lebih memotivasi diri jua agar ulun bisa jadi sukses, handak jua sukses kaytu nah tercapai yang diinginkan. paling ulun memikirkan kawakah kayni misal masalahnya kayni kawa kah ulun mencapai yang diinginkan, apalgi kainanya kawa kah ulun sukses. Masih ada keraguan jua tapi ini yang membangkitkan semangat lagi” (b. 368-371, 379-384. NLF)

Cara lain untuk mengurangi stres menurut subjek NLF adalah dengan meluangkan waktu untuk beristirahat. Beliau menghabiskan waktu dengan jalan-jalan dan menikmati makanan. Hal ini disampaikan oleh subjek NLF pada kutipan wawancara berikut.

“kaya menonton film dulu kah kaytu rehat aja bisa jua ulun mun handak tu bejalan kah walaupun cuman makan kah menghindari stres kaytu. inggih pang kalau bagi

ulun kalo makan tu. Tapi makan yang ulun handak jua kaya handak makan bakso kah bekurang ibaratnya stres nya sedikit” (b. 389-395. NLF)

Faktor yang Mempengaruhi Terjadinya Stres pada Guru

Subjek NLF menyebutkan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi stres adalah pekerjaannya. Hal ini terjadi setelah beberapa bulan subjek NLF bekerja. Beliau merasakan adanya emosi yang secara tiba-tiba muncul ketika sedang mengajar.

“biasanya ulun nih saat itu timbul emosi dalam diri kaytu nah seperti kesal dengan anak itu bahkan ada sempat kada tahan lagi kayak memukul tangan ke meja dengan keras. Ini langsung refleksi kaytu nah tanpa ulun sadari. sejak awal-awal masuk bekerja di RA ini ulun masih nyaman-nyaman aja lalu setelah mulai sudah 4 bulanan kurang lebihnya ulun sering timbul kaya sakit kepala, pusing jua lalu emosi pina kada kekontrol” (b. 156-160. NLF)

Hal lain di sekolah yang menyebabkan stres adalah pemimpin yang ada di RA Hidayatullah. Subjek NLF merasakan kekesalan terhadap kepala sekolah yang tidak bisa menaati peraturan yang telah dibuat dengan datang ke sekolah terlambat.

“ulun merasa kesal pang dengan perilaku sidin yang nggak bisa mengatur waktu dan mentaati peraturan. Ya mungkin jauh kan rumah sidin tapi kan bisa kaytu nah harusnya menginisiatifkan bisa tulak lebih sungung lagi. Sidin megang kelas juga jadi kesian di anak nya jua kadang kada efektif pembelajaran dikelas sidin karena keterlambatan sidin itu. Seharusnya lebih bertanggungjawab kaytu nah, sidin meminta kami agar waktu kedatangan tu lebih awal sedangkan sidin selalu kada mencerminkan ke kami gitu.” (b. 227-232. NLF)

Gambaran Stres pada Guru

Subjek FEI

Berdasarkan hasil wawancara, diketahui bahwa subjek FEI memiliki tugas sebagai guru pendamping. Sehingga tugas yang beliau lakukan adalah membantu guru lain untuk merapikan kelas dan memperhatikan anak-anak.

“Tugas ulun sebagai pendamping di sekolahan RA nih kalo pagi merapikan kelas, pada saat proses pembelajaran ulun menegur pelan anak anak untuk fokus mendengarkan penjelasan dan pengarahan dari ustadzah ayu, selesai pembelajaran selalu menjaga anak anak cuci tangan kemudian merapikan kembali kelas. lebih ke saling membantu saja dengan ustadzah ayu, kalo ustadzah ayu sedang menilai tugas anak anak, ulun yang handle kelas agar anak anak tidak terlalu ribut di dalam kelas dan masih ada pengawasan dari ustadzah nya agar tidak terjadi hal yang tidak diinginkan selama masih di dalam ruang lingkup sekolahan” (b. 96-123. FEI)

Beliau menyebutkan tantangan yang dihadapi saat bekerja adalah anak-anak dan emosi mereka. Berikut adalah kutipan wawancara dengan subjek FEI.

“tantangannya tu saat menghadapi anak yang aktif banar saat di kelas sama tantangan dalam hal memperbaiki emosi anak” (b. 125-131. FEI)

Untuk mengatasi hal tersebut, subjek FEI mencoba mengalihkan pikiran si anak dengan memberikan kertas dan meminta anak untuk menggambar. Hal tersebut diungkapkan beliau dalam kutipan wawancara berikut.

“cara mengatasinya tu dengan cara berbicara 4 mata mengalihkan pikirannya sampai dia itu ga emosi lagi, mengatasi anak yang terlalu aktif ulun beri kertas 1 lembar kemudian ulun perintahkan untuk menggambar bebas dengan cara itu bisa meminimalisir keadaan yang terlalu ribut oleh anak yang terlalu aktif” (b. 133-147. FEI)

Menurut subjek FEI, hubungannya dengan rekan kerja baik, namun beliau memiliki kekesalan terhadap rekan kerjanya, dimana beliau merasa kurangnya komunikasi antar sesama rekan kerja di RA Hidayatullah. Hal ini seringkali memicu permasalahan antara subjek FEI dan rekan kerja lainnya. Berikut kutipan wawancaranya.

“Baik aja alhamdulillah, ada terkadang kesal kesal sedikit. seperti kurang komunikasi satu sama lain lebih banyak nya kurang komunikasi aja. Yang ulun kehendaki itu terbuka 1 sama lain saling jujur satu sama lain biar ga ada salah paham terkadang ada orang yang ga enakan kalo ngomong ada yang takut kalo ngomong jujur, dengan cara jujur dan terbuka itu bisa mempererat tali silaturahmi antara 1 sama yang lain agar ga ada yang ngomong di belakang. hubungan ulun lawan rekan kerja baik aja cuman ada beberapa orang aja yang kurang srek., soal permasalahan pasti ada, seperti kepala sekolah bilang kalo jam 11 anak anak harus sudah pulang, tapi di kelas yang sidin ngajar selalu lewat dari jam 11 sedangkan orang tua sudah banyak berdatangan,, jadi ulun yang di samping kelas sidin bingung mau mengeluarkan anak ini jam berapa. sedangkan dari ibu barkiah jam 11 anak anak sudah keluar dari kelas entah itu dijemput atau belum di jemput,, salah satu nya seperti itu” (b. 431-445, 448-459. FEI)

Subjek FEI menyebutkan bahwa peraturan yang dibuat di sekolah tempat beliau mengajar seringkali dilanggar oleh kepala sekolah. Namun, beliau sendiri tidak berani menegur dengan alasan bahwa beliau masih baru mengajar di RA Hidayatullah. Berikut adalah kutipan wawancara dengan subjek FEI.

“bagus ja dalam penyampaian nya tu sesuai aja, tapi terkadang kepek nya ini menyampaikan ke anak buah sidin lho tapi sidin nya sebagai kepek ga menjalankan itu, contoh misal kita disekolah jam setengah 8 sudah ada disekolah sedangkan beliau jam 8 lewat ada juga jam setengah 9 baru disekolah. Terus ya gimana,, mau diomongin sidin ga ngerasa salah,, dan di mata sidin hanya sidin sidin aja yang bujur, lagi pula ulun guru baru di sekolah kalopun adu argumen dengan beliau menurut ulun kurang sopan dan kurang bagus” (b. 465-482, 491-512. FEI)

Strategi Coping yang Dilakukan oleh Guru

Subjek FEI menyebutkan bahwa beliau adalah orang yang menyelesaikan masalah pada saat masalah itu terjadi. Hal ini dilakukan agar masalah tersebut tidak berlarut-larut ke depannya.

“ulun kalo ada masalah. harus diselesaikan hari itu juga, soalnya takut membleber kemana mana kadang bisa terbawa-bawa” (b. 516-521 FEI)

Salah satu cara yang beliau lakukan jika menghadapi masalah yang berat adalah dengan mendekati diri kepada Allah SWT. berikut kutipan wawancara dengan subjek FEI.

“ambil wudhu terus sholat terus cerita kepada Allah masalah yang ada. Ulu kalo lagi tertekan tu, bawa istigfar aja sih sama shollawat terus ngucap bismillah” (b. 531-533, 535-540 FEI)

Subjek FEI menyebutkan salah satu yang dilakukan untuk mengekspresikan stres yang ada adalah dengan berdiam diri, makan, dan juga mendengarkan musik serta bernyanyi. Berikut adalah hasil wawancara dengan subjek FEI.

“mengekspresikan nya lebih banyak diam, makan lebih banyak, kemudian bernyanyi mendengarkan musik yang bikin rileks. menangis biasa nya lalu badan kayak lelah banget dan sering mengeluarkan emosi. pikiran campur aduk, perasaan campur aduk, rasa takut rasa gelisah.” (b. 543-551 FEI)

Faktor yang Mempengaruhi Terjadinya Stres pada Guru

Subjek FEI menyebutkan bahwa penyebab terjadinya stres yang beliau alami adalah salah satunya dari pekerjaan. Tekanan yang diberikan dan kritikan yang menurut beliau dapat menyebabkan sakit hati yang kemudian tidak dapat diselesaikan dikarenakan yang bermasalah dengannya adalah kepala sekolah.

“sikap kepala sekolah ke ulun ya kadang-kadang bikin kesal biasanya ada seraba salah ulun nih ditagur tarus maka teguran sidin nih menyakiti perasaan, seperti dalam membimbing anak yang keterlambatan perkembangannya disambat sidin masa sudah 4 bulan anak itu belum jua berkembang. beliau sendiri tidak disiplin, dan kemudian egois ga mau kalah biasanya juga marah dengan menyakiti perasaan ke guru-guru” (b. 591-611 FEI)

Selain masalah pekerjaan, beliau pernah mengalami stres karena masalah pribadi. Menurut beliau, peristiwa perceraian orang tua dan pengkhianatan yang dilakukan oleh pasangan beliau membuat subjek FEI merasakan hidup yang berat. Berikut adalah kutipan wawancara dengan subjek FEI.

“Biasanya lebih ke pasangan, karena beberapa kali sering disakiti jadi rasa takut yang berlebihan karna takut terulang kembali, iya,, karena ulun ni kehilangan abah ulun, kuitan kan cerai dari kelas 6 SD, ulun nih termasuk apa apa tu sama kuitan laki kemana ada pasti lawan abah ulun, pas cerai ulun merasa kesunyian tarus kaya hampa, abah ulun di chat kada membalasi ya kada meherani lagi habis beceraian lawan mama ulun tu jadi ulun ni ketergantungan lawan pasangan ulun...pasangan

yang ulun dapat kebanyakan menyakiti ulun tarus,,pernah waktu 2016 ditinggal nikah oleh pasangan ulun, tu ulun stres banar maka lagi asrama jauh dari kuitan disitu mehamuk menangis menyalahkan diri sendiri meremas rambut sampai kawan ulun tu menenangkan banar menyabarkan banar,, habis tu teguring besok nya masih nangis tapi kada kaya semalam terakhir semalam 2022 akhir february, sakit hati jua, kuitan sama kuitan pada tahu sudah berencana handak nikah selama 2 tahun setengah pacaran di selingkuhi beberapa kali dan ulun menahani tarus selama 2 tahun setengah memendam sendiri kada pernah cerita ke kawan atau kuitan, sampai akhir nya kada tahan lagi dan pas momen nya inya selingkuh dengn orang yang berbeda, disitu seminggu ga makan, minum aja gabisa berat badan turun drastis 8kg ga mau kenal sama orang takut di dekati orang gamau keluar rumah takut aja berinteraksi dengan orang di luar rumah. Dari kejadian kemaren apabila ada masalah lawan pasangan ulun sekarang lebih menyalahkan diri sendiri,,takut kalo kejadian lagi ya alhasilnya overthinking yang berlebihan, semalam lawan pasangan ulun yang selingkuh tu setiap ketemu pasti bilang kaya gini "gendut nya, kada baik baju kaya itu" sampai inya menggelari ulun gendut. itu yang meulah mindset ulun sampai ini kalo gendut orang kada mau lawan aku kalo baju kuno bejalan inya supan bejalan lawan aku.,padahal pasangan ulun wahini kada pernah menuntut ulun gasan kurus kada pernah mempermasalahkan pakaian ulun, tapi ya selama 2 tahun setengah itu selalu di tanamkan gendut, baju apa yg ulun pakai selalu kada cocok kada tren kekinian..itu 2 orang yang meulah ulun hampir bunuh diri karena ulun kalo sudah sayang emang sayang banar” (b. 613-817 FEI)

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada bab sebelumnya, maka dapat ditarik beberapa kesimpulan, yaitu: Kedua subjek dalam penelitian ini mengalami stres yang berbeda, dimana subjek NLF mengalami stres sedang, sedangkan subjek FEI mengalami stres berat. Strategi coping yang dilakukan oleh subjek NLF dan FEI adalah *emotional focused coping* dan strategi coping religi dengan memanfaatkan dukungan sosial dari keluarga dan pasangan, dengan sumber coping materi, sosial dan spiritual. Faktor yang mempengaruhi stres pada subjek NLF and FEI adalah faktor organisasi dan faktor individu.

DISKUSI

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deksriptif yang mana penelitian ini akan memberikan gambaran deskriptif mengenai Stres dan *Strategi Coping* Guru dalam Pembelajaran di RA Hidayatullah.

Subjek menyebutkan bahwa dia adalah orang yang suka memendam masalah sendiri. Beliau bahkan tidak berani menceritakan masalah yang dihadapi kepada ayahnya yang ada di rumah. Hal ini bertambah parah ketika sang ibunda meninggal dunia, subjek semakin memendam masalah sendiri. Salah satu cara yang dilakukan oleh subjek adalah dengan mendengarkan music di pagi hari agar dapat memulai hari dengan baik. Hal ini dilakukan agar mood saat bekerja tetap baik.

Selain itu, saat mendapatkan perkataan kurang menyenangkan dari orang lain terkait pekerjaan yang subjek kerjakan, beliau berusaha untuk menjauh dari orang tersebut. Beliau juga seringkali mendapatkan kritik yang tidak membangun dari rekan kerja lain yang mengajar di kelas lain. Subjek menyebutkan bahwa beliau tidak mendapat dukungan apapun dari keluarga, terkait permasalahan yang sering dihadapi.

Kondisi stres kemudian memunculkan berbagai reaksi dari para subjek, antara lain pikiran berlebih, kurang fokus, perasaan yang campur aduk, nangis, suka marah dan lebih banyak diam. Reaksi lain yang dimunculkan subjek adalah penurunan kesehatan, dimana responden mengalami kekambuhan dari penyakit yang dimiliki yaitu maag kemudian sakit kepala dan sakit bagian belakang atau punggung juga ditemukan sebagai reaksi dari kondisi stres. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa stres yang dialami oleh mahasiswa menunjukkan gejala fisik, psikologis, atau perilaku (Wahyuni & Setyowati, 2020).

Faktor penyebab stres yang dialami oleh kedua subjek adalah faktor organisasi dan faktor individu. Hal ini sejalan dengan Sentot Imam Wahjono yang menyatakan bahwa terdapat beberapa faktor yang menyebabkan stres antara lain faktor organisasi dan faktor individu. Beberapa faktor organisasi yang menjadi potensi sumber stres antara lain tuntutan antar-pribadi, yang merupakan tekanan yang diciptakan oleh karyawan lain seperti kurangnya dukungan sosial dan buruknya hubungan antar pribadi para karyawan, struktur organisasi yang menentukan tingkat diferensiasi dalam organisasi, tingkat aturan dan peraturan, dan di mana keputusan di ambil. Aturan yang berlebihan dan kurangnya partisipasi individu dalam pengambilan keputusan merupakan potensi sumber stres. Selain itu hal lain yang juga mempengaruhi adalah kepemimpinan organisasi yang terkait dengan gaya kepemimpinan atau manajerial dan eksekutif senior organisasi. Gaya kepemimpinan tertentu dapat menciptakan budaya yang menjadi potensi sumber stres. Sedangkan faktor individu menyangkut dengan faktor-faktor dalam kehidupan pribadi individu. Faktor tersebut antara lain persoalan keluarga, masalah ekonomi pribadi, dan karakteristik kepribadian bawaan.

Strategi *coping* Stres yang dilakukan oleh kedua subjek adalah *emotional focused coping*. Dimana mereka lebih memilih untuk mengatus emosi mereka sendiri tanpa melibatkan orang lain. *Emosional focused coping* digunakan untuk mengatur respon emosional terhadap stres. Pengaturan ini melalui perilaku individu, seperti penggunaan alkohol, bagaimana meniadakan fakta-fakta yang tidak menyenangkan, melalui strategi kognitif. Bila individu tidak mampu mengubah kondisi yang penuh dengan stres, maka individu akan cenderung untuk mengatur emosinya. Strategi coping lain yang dilakukan kedua subjek adalah coping berfokus religi yaitu dengan cara melakukan tindakan ritual keagamaan yang didasari keyakinan bahwa Tuhan akan membantu.

Menurut Pergament beberapa hal yang menjadi sumber *coping*. Dalam hal ini, sumber *coping* meliputi hal-hal yang memiliki pengaruh terhadap pemilihan seseorang atas strategi *coping* tertentu. Hal-hal tersebut antara lain adalah materi (seperti makanan, uang), fisik (seperti vitalitas dan kesehatan), psikologis (seperti

kemampuan *problem solving*), sosial (seperti kemampuan interpersonal, dukungan sistem sosial) dan spiritual (seperti perasaan kedekatan dengan Tuhan). Kedua subjek NLF dan FEI menggunakan sumber coping materi, sosial dan spiritual dalam membantu mereka saat mengalami stres.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Ghazali, 1999. *Rahasia-rahasia Shalat, terj. Asrar Ash-Shalah wa Muhimmatuha*, Cet. ke-19. Bandung: Karisma.
- Arikunto. 2011. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Aziz Salim Basyarahil. 1999. *Shalat : Hikmah, Falsafah dan Urgensinya*, Cet. Ke-3. Jakarta: Gema Insani Press.
- Burhan Bungin, 2011. *Penelitian Kualitatif. Komunikasi, Ekonomi, Kebijakan Publik, Dan Ilmu Sosial Lainnya*. Jakarta: Prenada Media Group.
- Dapertemen Agama RI, 2005. *Al-Qur'an Dan Terjemahnya*. Jakarta: Yayasan Penejemah Al-Qur'an.
- Fahrizal, A., A., 2019. *Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Stres Kerja Perawat Anestesi di Ruang Operasi*. Skripsi (Online). Jurusan Keperawatan, Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Yogyakarta. Diakses 3 Oktober 2022 di <http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/3582/>
- Grace Jinny Mundung, 2019. Hubungan Mekanisme Koping Dengan Stres Kerja Perawat di RSUD GMIM Bethesda Tomohon. *e-Journal Keperawatan*. Vol. 7 (1), hal. 2.
- Hardjana, A.M. 1994. *Stres tanpa DiStres, Seni Mengelola Stres*. Yogyakarta: Kanisius.
- Hidayat, S., 2017. *Pengembangan guru professional*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Hidayat, Z., 2016. Pengaruh Stes Dan Kelelahan Kerja Terhadap Kinerja Guru SMPN 2 Sukodono Di Kabupaten Lumajang. *Jurnal Penelitian Ilmu Ekonomi Wiga*, Vol. 6 (1), hal. 37
- Irfan, S.,Rustam, A., Wirawan, Y. G., Wulan, R., Wimbari, S., Harjito, P., Azwar, S., & Kumara, A. (2010). *Bunga Rampai Psikologi Pendidikan*. Pustaka Pelajar.

- Kesuma, D., D., 2016. Stres dan Strategi Coping Pada Anak Pidana. *Jurnal Psikologi*. Vol 4, (3), hal. 391-398 diakses 3 Oktober 2022 di <http://e-journals.unmul.ac.id/>
- Lexy Moeleong, 2002. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Mulyasana, D., 2012. *Pendidikan Bermutu dan Berdaya Saing*. Bandung: PT Remaja Rossakarya.
- Mulyasana, D., 2015. *Pendidikan Bermutu dan Berdaya Saing*. Bandung: PT Remaja Rossakarya.
- Mutadin, Z., 2002. Strategi Coping. <http://www.e-psikologi.com/remaja/220702.htm>
- Muzakkir. 2012. *Tasawuf Jalan Menuju Tuhan*. Medan: Perdana Publishing.
- Nana Sudjana, 2004. *Pedoman Praktis Mengajar*. Cet ke IV. Bandung: Dermaga.
- Nasrul. 2015. *Akhlaq Tasawuf*. Yogyakarta: CV Aswaja Pressindo.
- Nasution S, 1986. *Didaktik Azas-Azas Mengajar*. Bandung: Jammers.
- Oemar Muhammad Al-Toumy Al-Syaibany, 2005. *Falsafah Pendidikan Islam*. Jakarta: Bulan Bintang.
- Patriadi, Theodora Putri Antonius. 2021. *Strategi Coping Stres pada Guru dalam membimbing anak berkebutuhan khusus*. Skripsi, Universitas Sanata Dharma, fakultas Psikologi.
- Pitaloka, A., 2005. *Religi dan Spiritualitas Sebagai Coping Stres*, <http://www.e-psikologi.com/remaja/220702.htm>.
- Primaldhi, A., 2008. Hubungan Antara Trait Kepribadian Neuroticism, Strategi Coping, Dan Stres Kerja. *JPS*. Vol.4 No.03, Universitas Indonesia, hal. 208.
- Priyoto. 2014. *Konsep Manajemen Stres*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Raganiz, A., A., Sumaryati, 2021. Dimensi Etis Pelaksanaan Kursus Tes Psikologis (Psikotes). *Jurnal Filsafat Indonesia*. Vol 4 (1) diakses 3 Oktober 2022 di <https://ejournal.undiksha.ac.id>
- Rahmadi, 2011. *Pengantar Metodologi Penelitian*. Banjarmasin: Antasari Press.

- Rijali, A., 2018. Analisis Data Kualitatif. *Jurnal Alhadharah*. Vol. 17 (33), hal. 83.
- Roestiyah NK. 2001. *Masalah-Masalah Ilmu Keguruan*. Cet k IV. Jakarta: Bina Aksara.
- Rohani, A., & Ahmadi, A., 2001. *Pengelolaan Pengajaran*. Jakarta: Renika Cipta.
- Saidah, N., 2012. *Identifikasi Stresor dan Strategi Coping pada Guru SLB yang mengajar*. Skripsi, Universitas Muhammadiyah Malang, Fakultas Psikologi.
- Saifuddin Azwar. 2004. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Sardiman AM, 2005. *Interaksi Dan Motivasi Belajar Mengajar Pedoman Bagi Guru Dan Calon Guru*. Cet Ke V. Jakarta: Rajawali.
- Sholichatun, Y., 2011. Stres dan Staretegi Coping pada Anak Didik di Lembaga Pemasarakatan Anak PsikoIslamika. *Jurnal Psikologi Islam*.
- Smet, B. 1994. *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: Grasindo.
- Sugiyono. 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Suharsimi Arikunto, S., 2006. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sukadiyanto, 2020. Stres dan cara menguranginya. *Jurnal Cakrawala Pendidikan*. No 1, hal. 56.
- Sumarni M., 2018. *Analisis Strategi Coping terhadap Stres Guru Biologi SMA Negeri 5 Jeneponto*.” Skripsi, Makassar: Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari.
- Suprihatiningrum, J., 2013. *Guru Profesional pedoman kinerja, kualifikasi dan kompetensi guru*. Jogjakarta: Ar-Ruzz media.
- Tohirin. 2013. *Metode Penelitian Kualitatif dalam Pendidikan dan Bimbingan Konseling*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Usman, M., U., 2002. *Menjadi Guru Professional*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Wahjono, S., I., 2913. *Perilaku Organisasi*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Wina Sanjaya. 2013. *Penelitian Pendidikan : Jenis, Metode, dan Prosedur* Jakarta: Kencana Prenada Media Group.

Yusuf, A., M., 2000. *Pengantar Ilmu Pendidikan*. Edisi III. Jakarta: Balai Aksara.

Zakiah Darajat. 2005. *Kepribadian Guru*. Edisi VI. Jakarta: Bulan Bintang.

Zalfa, K., 2009. *Hubungan antara Tingkat Religiusitas dengan Strategi Coping pada Santri Pondok Pesantren Nurul Huda Mergosono Malang*. Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, hal. 39-40.

LAMPIRAN 11 FOTO-FOTO PENELITIAN

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

1. Nama Lengkap : Maulana Imam Fadillah
2. Tempat dan Tanggal Lahir : Banjarmasin, 17 Maret 1999
3. Agama : Islam
4. Kebangsaan : Indonesia
5. Status Perkawinan : Belum Menikah
6. Alamat : Jl. Sutoyo S. Komp Hidayatullah No. 12
Kelurahan Teluk Dalam Kecamatan
Banjarmasin Tengah
7. Pendidikan :
 - a. 2006-2012 SDN Teluk Dalam 7
 - b. 2012-2014 Madrasah Tsanawiyah Negeri Banjarmasin
 - c. 2014-2017 Madrasah Aliyah Negeri 3 Banjarmasin
 - d. 2017-sekarang Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin
8. Orang Tua

Nama Ayah	: H. Mastur
Pekerjaan	: Driver Online
Alamat	: Jl. Sutoyo S. Komp Hidayatullah No. 12 Kelurahan Teluk Dalam Kecamatan Banjarmasin Tengah
Nama Ibu	: Hj. Barkiah
Pekerjaan	: Ibu Rumah Tangga
Alamat	: Jl. Sutoyo S. Komp Hidayatullah No. 12 Kelurahan Teluk Dalam Kecamatan Banjarmasin Tengah
9. Saudara (Jumlah Saudara)
10. Pengalaman Organisasi
 - a. 2015-2017 PMR MAN 3 Banjarmasin
 - b. 2015-2016 Pramuka MAN 3 Banjarmasin
 - c. 2016-2017 OSIS Man 3 Banjarmasin
 - d. 2018-2021 KSR-PMI Unit UIN Antasari Banjarmasin
 - e. 2019 Himpunan Mahasiswa Jurusan Psikologi Islam
 - f. 2019 Dema Universitas Ushuluddin dan Humaiora
 - g. 2020-sekarang Youth Prime Education
 - h. 2020-sekarang Pemburu Beasiswa S2

Banjarmasin, 26 Maret 2023
Penulis.



Maulana Imam Fadillah