

LAMPIRAN

Lampiran 1. Skala Uji Coba

IDENTITAS DIRI

Nama (inisial) :

Usia :

Jenis Kelamin : Laki-Laki / Perempuan (*Coret yang bukan)

PETUNJUK PENGISIAN KUESIONER

1. Dalam angket ini ada beberapa pertanyaan yang harus anda jawab. Berilah tanda (X) atau (\surd) pada jawaban yang anda anggap paling tepat dan paling sesuai dengan diri anda.
2. Adapun jawaban tersebut terdiri dari :
 - SS : Sangat Setuju
 - S : Setuju
 - TS : Tidak Setuju
 - STS : Sangat Tidak Setuju
3. Dalam setiap pernyataan tidak ada jawaban yang benar maupun salah, jadi sebisa mungkin anda pilih adalah jawaban yang paling tepat dan yang paling sesuai dengan Saudara.
4. Kuesioner ini ditujukan untuk para guru yang sudah melakukan pembelajaran tatap muka kepada siswa di era *New Normal*.
5. Jawaban yang anda berikan terjamin kerahasiaannya. Jawaban anda merupakan informasi yang sangat berarti, oleh karena itu kelengkapan pengisian kuesioner dan kejujuran dalam menjawab pertanyaan-pertanyaan sangat peneliti harapkan.
6. Terimakasih banyak atas kesediaannya meluangkan waktu dan berkenan memberikan jawaban pada kuesioner yang telah disediakan.

Skala Uji Coba Kesejahteraan Psikologis

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Penampilan yang rapi membuat Saya merasa percaya diri				
2.	Saya merasa beruntung masih diberi rezeki oleh Tuhan				
3.	Kesalahan di masa lalu membuat saya menjadi lebih taat menjalankan ibadah				
4.	Kejadian di masa lalu menjadi pembelajaran terbaik bagi saya untuk meningkatkan ibadah kepada Tuhan				
5.	Saya memiliki empati yang tinggi terhadap orang lain				
6.	Orang lain melihat saya sebagai pribadi yang penuh kasih sayang				
7.	Kemauan untuk mendengar pendapat orang lain adalah hal yang sulit saya lakukan				
8.	Mempertahankan tali silaturahmi merupakan hal yang sulit saya lakukan				
9.	Tindakan yang saya lakukan berdasarkan norma agama bukan karena perintah orang lain				
10.	Saya mengalami kesulitan memegang teguh keputusan sendiri				
11.	Saya melakukan introspeksi diri atas segala tindakan yang dilakukan				
12.	Saya merasa masa bodoh dengan nasehat dari orang lain				
13.	Saya mampu mengajak orang lain melakukan kebaikan dan meninggalkan kejahatan				

14.	Saya mampu menjaga amanah dalam kehidupan sehari-hari				
15.	Saya lari dari tanggung jawab terhadap kesalahan yang dilakukan				
16.	Saya merasa nyaman dengan orang-orang yang berada di lingkungan saya				
17.	Saya sulit bekerjasama dengan orang-orang yang berada di lingkungan kerja				
18.	Saya berusaha mewujudkan cita-cita dengan usaha dan doa				
19.	Bagi saya agama adalah pedoman dalam menjalankan hidup				
20.	Saya merasa hidup ini bermanfaat bagi orang lain				
21.	Bagi saya, apa yang saya lakukan/ kerjakan setiap hari terasa tidak bermanfaat bagi diri sendiri maupun orang lain				
22.	Saya merasa pesimis perbuatan baik akan mendapatkan ganjaran pahala				
23.	Saya dapat lebih berkembang di masa mendatang				
24.	Saya sudah merasa cukup dengan pengetahuan kegamaan yang saya miliki				
25.	Saya berusaha menjadi pribadi yang lebih baik dari hari kemaren terutama dalam ibadah				
26.	Saya merasa hidup ini biasa saja sekedar menjalani takdir yang diberikan Tuhan				
27.	Bagi saya, hidup adalah suatu proses untuk terus belajar dan meningkatkan keimanan				

Skala Uji Coba Stres Kerja

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Akhir-akhir ini jantung saya berdetak lebih cepat				
2.	Saya mengumpulkan pekerjaan terlebih dahulu sebelum saya mengerjakannya sehingga pekerjaan saya menjadi menumpuk				
3.	Saya senang bertemu dengan teman kerja setiap hari				
4.	Saya memiliki pikiran buruk yang berlebihan				
5.	Tekanan darah saya normal				
6.	Akhir-akhir ini saya mengalami perubahan pola tidur				
7.	Saya merasa belakangan ini saya mudah sekali marah pada orang lain				
8.	Ketika bekerja, saya fokus dengan tugas saya				
9.	Saya merasa tidak ada yang berubah dari pola tidur saya				
10.	Belakangan ini tekanan darah saya meningkat				
11.	Saya tetap optimis terhadap pekerjaan saya				
12.	Saya lebih senang mengerjakan tugas di awal daripada menumpuknya				
13.	Saya mengalami perubahan kebiasaan makan sehingga saya mengalami masalah pencernaan				
14.	Pekerjaan saya bukan pekerjaan yang membosankan				
15.	Saya merasa yakin bahwa saya akan mendapatkan ide yang lebih bagus ketika mengerjakan tugas pada waktu yang sempit walaupun saya tahu hal itu membuat saya menjadi tergesa-gesa				

16.	Adakalanya saya merasa cemas ketika sedang mengerjakan sesuatu				
17.	Terkadang saya absen (tidak hadir) dalam bekerja walaupun bukan karena suatu hal yang mendesak				
18.	Saya merasa bahwa saya selalu memiliki suasana hati yang bagus				
19.	Saya tetap menyelesaikan tugas sesuai dengan waktu yang ditetapkan				
20.	Saya lebih sering merokok saat saya merasa lelah bekerja				
21.	Saya merasa sakit kepala saat menjalani pekerjaan seharian penuh				
22.	Saya menjadikan suasana hati sebagai alasan agar saya dapat menunda untuk mengerjakan pekerjaan saya				
23.	Saya minum alkohol saat saya merasa terpuruk				
24.	Belakangan ini saya merasa suasana hati saya berubah-ubah				
25.	Saya memiliki pemikiran untuk berhenti bekerja				
26.	Saya bicara terbata-bata ketika sedang berdiskusi dengan atasan ketika melakukan suatu pekerjaan				
27.	Saya merasa jengkel saat ada pekerjaan yang tidak diduga diluar jam kerja				
28.	Saya merasa gelisah ketika sedang mengerjakan tugas yang diberikan				

Lampiran 2. Tabulasi Data Uji Coba

Uji Coba Skala Kesejahteraan Psikologis

No.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	Total	
1	4	2	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	1	1	4	4	4	2	3	1	91	
2	1	1	1	1	1	1	3	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	4	1	1	37	
3	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	2	4	4	101	
4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	4	2	2	58	
5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	1	4	4	101
6	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2	2	2	4	4	4	3	2	92	
7	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	1	2	2	1	2	2	2	1	3	2	2	3	2	4	2	2	56	
8	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	1	2	4	2	4	1	1	52	
9	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	1	3	3	3	3	4	3	4	3	3	77	
10	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	1	1	1	1	1	4	3	4	2	1	67	
11	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	2	3	4	3	4	4	102	
12	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	3	1	1	34	
13	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	2	4	2	4	4	99	
14	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	1	1	4	1	4	3	1	39	
15	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	3	3	3	3	3	3	4	1	4	1	3	49	
16	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	83	
17	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	4	2	2	59	
18	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	1	4	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	4	98	
19	4	4	4	4	4	4	4	2	4	3	1	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	2	2	4	95	
20	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	82	
21	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	103	
22	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	100	
23	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	78	
24	4	1	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1	4	4	4	4	1	82	

25	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	3	3	2	1	1	4	4	4	4	4	4	3	2	3	1	4	88
26	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	103
27	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	83	
28	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	4	2	4	4	4	2	4	4	1	4	4	4	4	4	4	3	4	4	94
29	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	77
30	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	2	4	4	4	2	2	2	2	2	4	3	4	3	4	2	86
31	4	4	4	4	4	1	1	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	1	4	4	94
32	3	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	3	2	1	1	55
33	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	1	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	99
34	1	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	4	2	4	1	1	3	1	1	2	2	4	2	4	1	78
35	4	4	4	4	4	4	1	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	101
36	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	1	3	3	3	1	2	2	1	2	2	2	2	3	2	1	2	64

Uji Coba Skala Stres Kerja

No.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	Total	
1	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	3	1	3	2	3	2	2	2	4	2	1	2	3	2	2	65	
2	2	2	3	2	2	2	4	3	2	1	3	1	3	3	2	3	3	2	1	1	3	2	1	3	2	2	3	2	63	
3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	57	
4	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	55	
5	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	4	3	2	2	3	2	2	3	2	65	
6	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	1	2	2	2	1	1	2	2	1	1	2	2	1	2	2	3	2	4	53	
7	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	3	2	2	61	
8	2	2	2	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	1	2	1	1	4	3	1	3	54	
9	2	2	2	4	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	3	59	
10	3	2	2	4	3	3	4	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	3	2	2	64		
11	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	2	1	3	2	2	3	2	73	
12	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	1	3	3	2	3	3	4	3	3	81

13	3	3	3	4	2	3	4	3	2	1	4	4	4	2	4	3	3	3	2	1	3	3	1	3	3	3	3	3	4	81	
14	3	2	2	4	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	4	1	2	2	3	2	3	2	3	62	
15	4	3	1	4	2	4	4	3	2	3	4	3	4	4	3	1	4	3	3	1	4	4	1	2	4	3	1	3	2	82	
16	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	1	3	3	1	3	3	2	3	3	3	71	
17	3	2	4	3	3	3	3	4	3	2	4	4	4	4	3	4	4	4	2	2	2	3	1	1	4	3	4	3	2	86	
18	2	2	3	2	2	2	4	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	1	1	4	3	2	1	3	2	2	3	2	2	69	
19	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	1	2	2	2	2	2	2	4	1	2	2	3	2	2	2	60	
20	3	2	2	2	2	2	3	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	58
21	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	3	1	1	2	2	2	2	1	2	54
22	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	3	1	2	3	2	2	2	2	2	54
23	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	4	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	58
24	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	2	2	1	3	3	1	3	3	3	1	3	2	84	
25	2	2	2	2	1	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	53
26	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	1	3	2	2	67	
27	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	1	2	2	3	2	2	66	
28	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	1	2	3	2	2	2	3	2	54
29	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	57
30	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	56
31	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	4	2	2	3	2	1	3	2	59	
32	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	4	2	1	3	2	2	2	2	58	
33	2	2	2	3	2	3	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	56
34	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	1	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	1	3	2	2	65	
35	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	56
36	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	59

Lampiran 3. Uji Validitas

Uji Validitas Skala Kesejahteraan Psikologis

No. Item	Pearson Correlatian	R Tabel (5%)	Keterangan
Item 1	.823	0,329	Valid
Item 2	.764	0,329	Valid
Item 3	.934	0,329	Valid
Item 4	.934	0,329	Valid
Item 5	.918	0,329	Valid
Item 6	.792	0,329	Valid
Item 7	.457	0,329	Valid
Item 8	.715	0,329	Valid
Item 9	.751	0,329	Valid
Item 10	.743	0,329	Valid
Item 11	.624	0,329	Valid
Item 12	.760	0,329	Valid
Item 13	.927	0,329	Valid
Item 14	.567	0,329	Valid
Item 15	.561	0,329	Valid
Item 16	.815	0,329	Valid
Item 17	.802	0,329	Valid
Item 18	.714	0,329	Valid
Item 19	.723	0,329	Valid
Item 20	.636	0,329	Valid
Item 21	.729	0,329	Valid
Item 22	.687	0,329	Valid
Item 23	-.097	0,329	Tidak Valid
Item 24	.904	0,329	Valid
Item 25	-.300	0,329	Tidak Valid
Item 26	.777	0,329	Valid
Item 27	.729	0,329	Valid

Uji Validitas Skala Stres Kerja

No. Item	Pearson Correlatian	R Tabel (5%)	Keterangan
Item 1	.712	0,329	Valid
Item 2	.540	0,329	Valid
Item 3	.577	0,329	Valid
Item 4	.398	0,329	Valid
Item 5	.595	0,329	Valid
Item 6	.424	0,329	Valid
Item 7	.424	0,329	Valid
Item 8	.835	0,329	Valid
Item 9	.595	0,329	Valid
Item 10	.340	0,329	Valid
Item 11	.846	0,329	Valid
Item 12	.688	0,329	Valid
Item 13	.814	0,329	Valid
Item 14	.811	0,329	Valid
Item 15	.629	0,329	Valid
Item 16	.659	0,329	Valid
Item 17	.894	0,329	Valid
Item 18	.636	0,329	Valid
Item 19	.438	0,329	Valid
Item 20	.070	0,329	Tidak Valid
Item 21	.679	0,329	Valid
Item 22	.288	0,329	Tidak Valid
Item 23	-.090	0,329	Tidak Valid
Item 24	.375	0,329	Valid
Item 25	.495	0,329	Valid
Item 26	.421	0,329	Valid
Item 27	.395	0,329	Valid
Item 28	.329	0,329	Valid

Lampiran 4. Uji Reabilitas

Uji Reabilitas Skala Kesejahteraan Psikologis

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.919	25

Uji Reliabilitas Skala Stres Kerja

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.919	25

Lampiran 5. Skala Penelitian Kesejahteraan Psikologis dan Stres Kerja

IDENTITAS DIRI

Nama (inisial) :
Usia :
Jenis Kelamin : Laki-Laki / Perempuan (*Coret yang bukan)

PETUNJUK PENGISIAN KUESIONER

1. Dalam angket ini ada beberapa pertanyaan yang harus anda jawab. Berilah tanda (X) atau (√) pada jawaban yang anda anggap paling tepat dan paling sesuai dengan diri anda.
2. Adapun jawaban tersebut terdiri dari :
SS : Sangat Setuju
S : Setuju
TS : Tidak Setuju
STS : Sangat Tidak Setuju
3. Dalam setiap pernyataan tidak ada jawaban yang benar maupun salah, jadi sebisa mungkin anda pilih adalah jawaban yang paling tepat dan yang paling sesuai dengan Saudara.
4. Kuesioner ini ditujukan untuk para guru yang sudah melakukan pembelajaran tatap muka kepada siswa di era *New Normal*.
5. Jawaban yang anda berikan terjamin kerahasiaannya. Jawaban anda merupakan informasi yang sangat berarti, oleh karena itu kelengkapan pengisian kuesioner dan kejujuran dalam menjawab pertanyaan-pertanyaan sangat peneliti harapkan.
6. Terimakasih banyak atas kesediaannya meluangkan waktu dan berkenan memberikan jawaban pada kuesioner yang telah disediakan.

Skala Kesejahteraan Psikologis

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Penampilan yang rapi membuat Saya merasa percaya diri				
2.	Saya merasa beruntung masih diberi rezeki oleh Tuhan				
3.	Kesalahan di masa lalu membuat saya menjadi lebih taat menjalankan ibadah				
4.	Kejadian di masa lalu menjadi pembelajaran terbaik bagi saya untuk meningkatkan ibadah kepada Tuhan				
5.	Saya memiliki empati yang tinggi terhadap orang lain				
6.	Orang lain melihat saya sebagai pribadi yang penuh kasih sayang				
7.	Kemauan untuk mendengar pendapat orang lain adalah hal yang sulit saya lakukan				
8.	Mempertahankan tali silaturahmi merupakan hal yang sulit saya lakukan				
9.	Tindakan yang saya lakukan berdasarkan norma agama bukan karena perintah orang lain				
10.	Saya mengalami kesulitan memegang teguh keputusan sendiri				
11.	Saya melakukan introspeksi diri atas segala tindakan yang dilakukan				
12.	Saya merasa masa bodoh dengan nasehat dari orang lain				
13.	Saya mampu mengajak orang lain melakukan kebaikan dan meninggalkan kejahatan				

14.	Saya mampu menjaga amanah dalam kehidupan sehari-hari				
15.	Saya lari dari tanggung jawab terhadap kesalahan yang dilakukan				
16.	Saya merasa nyaman dengan orang-orang yang berada di lingkungan saya				
17.	Saya sulit bekerjasama dengan orang-orang yang berada di lingkungan kerja				
18.	Saya berusaha mewujudkan cita-cita dengan usaha dan doa				
19.	Bagi saya agama adalah pedoman dalam menjalankan hidup				
20.	Saya merasa hidup ini bermanfaat bagi orang lain				
21.	Bagi saya, apa yang saya lakukan/ kerjakan setiap hari terasa tidak bermanfaat bagi diri sendiri maupun orang lain				
22.	Saya merasa pesimis perbuatan baik akan mendapatkan ganjaran pahala				
23.	Saya sudah merasa cukup dengan pengetahuan yang saya miliki				
24.	Saya merasa hidup ini biasa saja sekedar menjalani takdir yang diberikan Tuhan				
25.	Bagi saya, hidup adalah suatu proses untuk terus belajar dan meningkatkan keimanan				

Skala Stres Kerja

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Akhir-akhir ini jantung saya berdetak lebih cepat				
2.	Saya mengumpulkan pekerjaan terlebih dahulu sebelum saya mengerjakannya sehingga pekerjaan saya menjadi menumpuk				
3.	Saya senang bertemu dengan teman kerja setiap hari				
4.	Saya memiliki pikiran buruk yang berlebihan				
5.	Tekanan darah saya normal				
6.	Akhir-akhir ini saya mengalami perubahan pola tidur				
7.	Saya merasa belakangan ini saya mudah sekali marah pada orang lain				
8.	Ketika bekerja, saya fokus dengan tugas saya				
9.	Saya merasa tidak ada yang berubah dari pola tidur saya				
10.	Belakangan ini tekanan darah saya meningkat				
11.	Saya tetap optimis terhadap pekerjaan saya				
12.	Saya lebih senang mengerjakan tugas di awal daripada menumpuknya				
13.	Saya mengalami perubahan kebiasaan makan sehingga saya mengalami masalah pencernaan				
14.	Pekerjaan saya bukan pekerjaan yang membosankan				
15.	Saya merasa yakin bahwa saya akan mendapatkan ide yang lebih bagus ketika mengerjakan tugas pada waktu yang sempit walaupun saya tahu hal itu membuat saya menjadi tergesa-gesa				

16.	Adakalanya saya merasa cemas ketika sedang mengerjakan sesuatu				
17.	Terkadang saya absen (tidak hadir) dalam bekerja walaupun bukan karena suatu hal yang mendesak				
18.	Saya merasa bahwa saya selalu memiliki suasana hati yang bagus				
19.	Saya tetap menyelesaikan tugas sesuai dengan waktu yang ditetapkan				
20.	Saya merasa sakit kepala saat menjalani pekerjaan seharian penuh				
21.	Belakangan ini saya merasa suasana hati saya berubah-ubah				
22.	Saya memiliki pemikiran untuk berhenti bekerja				
23.	Saya bicara terbata-bata ketika sedang berdiskusi dengan atasan ketika melakukan suatu pekerjaan				
24.	Saya merasa jengkel saat ada pekerjaan yang tidak diduga diluar jam kerja				
25.	Saya merasa gelisah ketika sedang mengerjakan tugas yang diberikan				

Lampiran 6. Tabulasi Data Penelitian
Data Penelitian Skala Kesejahteraan Psikologis

No.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	Total	
1	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	90
2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	97
3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	3	2	1	3	3	4	4	85
4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	2	2	3	4	3	3	3	3	86
5	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	95
6	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	93
7	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	93
8	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	95
9	4	3	3	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	83
10	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	89
11	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	4	2	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	4	80
12	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	93
13	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	93
14	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	84
15	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	2	3	4	4	4	3	4	80
16	3	4	4	2	3	3	3	4	3	2	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	82
17	3	4	4	3	4	3	4	3	4	2	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	82
18	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	78
19	4	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	4	87
20	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	100
21	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	2	4	3	2	3	3	4	3	4	3	2	3	4	3	4	84
22	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	4	4	92
23	4	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	91
24	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	4	84

52	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	78
----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Data Penelitian Skala Stres Kerja

No.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	Total
1	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	4	2	2	2	3	2	58
2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	53
3	2	1	2	3	2	3	2	2	3	1	2	1	4	3	2	2	2	3	2	3	3	2	1	2	1	54
4	3	2	1	1	2	1	2	2	3	2	2	1	2	2	1	3	2	2	3	1	2	2	3	2	2	49
5	2	2	1	2	3	2	2	3	3	2	1	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	54
6	2	2	3	2	1	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	59
7	2	2	1	2	1	4	2	2	2	2	1	2	2	1	3	3	2	1	2	3	2	2	3	2	1	50
8	4	2	1	2	2	3	3	1	2	3	3	1	3	2	1	3	2	2	2	1	2	3	2	2	2	54
9	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2	1	2	2	2	49
10	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	2	3	2	1	2	2	50
11	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	4	2	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	58
12	2	2	1	1	2	1	1	2	1	2	1	2	2	1	2	1	2	1	1	2	1	2	1	1	2	37
13	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	3	2	4	2	3	3	2	2	3	2	64
14	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	3	2	3	1	3	2	2	3	52
15	2	2	2	2	2	3	1	2	2	2	1	3	1	2	3	1	2	2	3	2	2	2	3	2	2	51
16	1	3	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	1	1	44
17	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	58
18	3	2	1	1	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	1	2	54
19	1	2	1	3	1	2	3	2	1	2	2	1	2	2	2	1	1	1	2	1	2	2	1	2	1	41
20	2	1	2	2	1	1	2	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	1	2	1	1	1	2	1	2	35
21	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	4	3	2	2	3	2	2	3	2	2	59
22	2	2	1	2	2	4	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	57
23	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	38

24	3	1	1	1	1	3	2	1	3	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	4	2	2	2	3	2	49
25	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	1	2	2	2	1	2	43
26	2	1	2	1	2	4	1	1	4	2	3	2	2	2	1	2	1	3	2	2	1	1	2	2	1	47
27	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	1	2	2	2	2	3	2	2	1	2	2	3	2	53
28	3	2	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	2	1	2	1	1	2	1	1	2	2	1	1	2	37
29	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	59
30	1	3	2	3	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	3	4	1	2	1	4	2	1	3	4	2	49
31	2	2	1	2	2	2	2	3	1	1	2	1	2	3	2	2	3	2	1	2	2	3	2	2	2	49
32	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	1	3	2	2	1	2	1	2	1	2	50
33	2	3	2	3	2	3	2	4	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	63
34	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	3	2	2	4	2	3	2	56
35	1	2	3	2	1	2	3	2	2	1	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	1	4	2	3	3	57
36	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	3	2	2	1	2	3	2	1	2	2	2	2	2	53
37	2	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	57
38	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	28
39	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	59
40	2	3	2	2	2	3	2	2	1	2	2	1	1	3	2	2	1	2	2	1	1	2	2	2	2	47
41	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	2	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	1	32
42	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	4	3	2	3	2	2	62
43	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	3	2	1	3	3	2	53
44	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	1	2	49
45	2	1	1	3	2	4	2	2	4	2	1	2	2	1	2	4	3	1	2	2	3	1	3	1	2	53
46	2	2	2	1	3	3	2	3	2	1	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	4	3	2	2	57
47	2	1	2	2	2	4	2	2	4	1	3	2	2	3	1	2	1	3	2	2	1	2	2	2	3	53
48	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	53
49	2	2	1	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	50
50	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	52

51	3	3	2	2	2	4	3	2	4	1	2	4	4	4	4	4	3	2	2	3	3	4	4	4	3	76
52	1	1	2	2	2	4	1	1	3	1	2	1	4	2	3	3	1	2	1	3	1	2	3	3	3	52

Lampiran 7. Uji Asumsi

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		
		Unstandardized Residual
N		52
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	6.03528040
Most Extreme Differences	Absolute	.096
	Positive	.057
	Negative	-.096
Kolmogorov-Smirnov Z		.696
Asymp. Sig. (2-tailed)		.719

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Lampiran 8. Uji Linearitas

ANOVA Table							
			Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Stres Kerja * Kesejahteraan Psikologis	Between Groups	(Combined)	2814.973	24	117.291	3.717	.001
		Linearity	1809.268	1	1809.268	57.339	.000
		Deviation from Linearity	1005.705	23	43.726	1.386	.207
	Within Groups		851.950	27	31.554		
	Total		3666.923	51			

a. Dependent Variabel: Stres Kerja

b. Predictors: (Constant), Kesejahteraan Psikologis

Lampiran 9. Uji Deskriptif

	N	Min	Max	Mean	Range	Std. Deviation
Kesejahteraan Psikologi	52	25	100	62,5	75	12,5
Stres Kerja	52	25	100	62,5	75	12,5
Valid N (Listwise)	52					

Lampiran 10. Uji Kategorisasi Tingkat Kesejahteraan Psikologis

KATEGORI

	Frequenc y	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Sedang	10	19.2	19.2	19.2
Valid Tinggi	42	80.8	80.8	100.0
Total	52	100.0	100.0	

Lampiran 11. Uji Kategorisasi Tingkat Stres Kerja

KATEGORI

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Rendah	17	32.7	32.7	32.7
Sedang	34	65.4	65.4	98.1
Valid Tinggi	1	1.9	1.9	100.0
Total	52	100.0	100.0	

Lampiran 12. Uji Hipotesis

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.702 ^a	.493	.483	6.095

a. Predictors: (Constant), Kesejahteraan Psikologis

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1809.268	1	1809.268	48.698	.000 ^b
	Residual	1857.655	50	37.153		
	Total	3666.923	51			

a. Dependent Variable: Stres Kerja

b. Predictors: (Constant), Kesejahteraan Psikologis

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	120.598	9.943		12.129	.000
Kesejahteraan Psikologis	-.802	.115	-.702	-6.978	.000

a. Dependent Variable: Stres Kerja

Lampiran 13. Surat Seminar Proposal

**SURAT KEPUTUSAN
DEKAN FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
UIN ANTASARI BANJARMASIN
NOMOR 1 TAHUN 2021**

**Tentang
PERSETUJUAN PROPOSAL SKRIPSI MAHASISWA
DAN PENETAPAN DOSEN PEMBIMBING**

Menimbang : a. Bahwa proposal skripsi yang berjudul: "Pengaruh Kesejahteraan Psikologis Terhadap Stres Kerja Guru di Masa Pandemi" telah ditelaah oleh Dosen Penelaah.

b. Bahwa persetujuan atau penolakan judul skripsi mahasiswa perlu dituangkan dalam sebuah surat keputusan

Memperhatikan : Hasil sidang Jurusan Psikologi Islam yang diselenggarakan pada tanggal 1 Juli 2021

Mengingat : 1. Undang-Undang RI No 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Sistem Pendidikan Nasional
2. Peraturan Pemerintah No 4 Tahun 2014 tentang Penyelenggaraan Pendidikan dan Pengelolaan Perguruan Tinggi
3. Peraturan Presiden No 36 Tahun 2017 tentang Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin
4. Peraturan Menteri Agama No 20 Tahun 2017 tentang Organisasi dan tata Kerja UIN Antasari Banjarmasin
5. Peraturan Menteri Agama No 29 Tahun 2017 tentang Statuta UIN Antasari Banjarmasin
6. Keputusan Direktur jenderal Pendidikan Islam No 102 Tahun 2019 tentang Standar Keagamaan Pendidikan Tinggi Keagamaan Islam
7. Keputusan Rektor Uin Antasari No 289 Tahun 2018 tentang Pedoman Pelaksanaan Sistem Kredit Semester UIN Antasari Banjarmasin

MEMUTUSKAN


Menetapkan :
Pertama : Menyetujui proposal skripsi mahasiswa yang berjudul: "Pengaruh Kesejahteraan Psikologis Terhadap Stres Kerja Guru di Masa Pandemi" untuk digarap oleh mahasiswa/i:

**Nama/NIM: Mariani/ "180103040081
Program Studi : PSIKOLOGI ISLAM**

Kedua : Menunjuk dan menetapkan Dra. Hj. Siti Faridah, M.Ag sebagai Dosen Pembimbing I dan Yulia Hairina, M.Psi. Psikolog sebagai Dosen Pembimbing II untuk mahasiswa tersebut di atas.

Ketiga : Apabila terdapat kekeliruan dalam keputusan ini akan dibetulkan sebagaimana mestinya.

Di tetap di : Banjarmasin
Pada tanggal : 2 Juli 2021
Dekan


Dr. Hfan Noor, M.Hum
NIP. 197104142003121005

Tembusan:
1. Jurusan
2. Dosen Pembimbing
3. Arsip

Lampiran 14. Surat Perubahan Judul



**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

Nomor : 575/Un.14/III.3/PP.00.9/03/2023

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Mahasiswa Psikologi Islam di bawah ini :

Nama : Mariani
NIM : 180103040081
Prodi : Psikologi Islam
Dosen pembimbing : Dra. Hj. Siti Faridah, M.Ag
Judul Skripsi : "Pengaruh Kesejahteraan Psikologis Terhadap Stres Kerja Guru di Masa Pandemi"

Dengan ini merubah judul skripsi diatas dengan judul "**Pengaruh Kesejahteraan Psikologis Terhadap Stres Kerja Guru Di Era New Normal Pada Guru Di SMAN 8 Banjarmasin**" yang telah disetujui oleh dosen pembimbing.

Demikian surat keterangan perubahan judul ini dibuat, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Banjarmasin, 23 Maret 2023

An. Ketua Prodi Psikologi Islam
Sekretaris,



Musfichin, M.A

Lampiran 15. Formulir *Professional Judgment*

**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

Formulir *Professional Judgment*

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Kinanti dartanyan, M.Psi, Psikolog
Institusi : Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin

Dengan ini telah melaksanakan *Professional Judgment* pada:

Nama : Mariani
NIM : 180103040081
Judul Penelitian : Pengaruh Kesejahteraan Psikologis Terhadap Stres Kerja Guru di Era New Normal Pada Guru di SMAN 8 Banjarmasin
Obyek Penilaian : Guru SMAN 8 Banjarmasin

Demikian *Professional Judgment* ini dibuat untuk dapat diperbaiki sesuai rekomendasi.

Banjarmasin, 13 Desember 2022
Professional Judgment

Kinanti dartanyan, M.Psi, Psikolog



**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

Rekomendasi dan Hasil *Professional Judgment*

Nama : Mariani
NIM : 180103040081

- Khususkan setiap aitem dengan judul penelitian
- Kondisi new normal

[Handwritten notes in Indonesian, partially illegible]

Banjarmasin, 13 Desember 2022

Professional Judgment

Kinanti dartanyan, M.Psi, Psikolog



**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.pl.uin-antasari.ac.id; E-mail: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id

Formulir *Professional Judgment*

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Musfichin, M.A
Institusi : Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin

Dengan ini telah melaksanakan *Professional Judgment* pada:

Nama : Mariani
NIM : 180103040081
Judul Penelitian : Pengaruh Kesejahteraan Psikologis Terhadap Stres Kerja Guru Di Era New Normal Pada Guru Di SMAN 8 Banjarmasin
Obyek Penilaian : Guru SMAN 8 Banjarmasin

Demikian *Professional Judgment* ini dibuat untuk dapat diperbaiki sesuai rekomendasi.

Banjarmasin, 08-12-2022.

Professional Judgment


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

Rekomendasi dan Hasil *Professional Judgment*

Nama : Mariani
NIM : 180103040081

Sebelum dapat di lanjut - ke Trix out.

Banjarmasin, 08-12-2022

Professional Judgment

Musfichin, M.A.

Lampiran `16. Kartu Konsultasi Skripsi



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

KARTU KONSULTASI SKRIPSI

Nama : Mariani **Dosen Pembimbing**
NIM : 180103040081 1. Dra. Hj. Siti Faridah, M.Ag
Judul : Pengaruh Kesejahteraan Psikologis Terhadap Stres 2.
 Kerja Guru di Era New Normal di SMAN 8
 Banjarmasin

No.	Tanggal	Topik Bahasan (Diisi Mahasiswa ybs.)	Tanda Tangan
1	17 Maret 2022	Konsultasi Bab I	
2	20 Agustus 2022	Konsultasi Bab I dan II	
3	28 Februari 2023	Konsultasi Bab I dan II	
4	21 Oktober 2023	Konsultasi Bab I dan II	
5	20 November 2023	Konsultasi Bab I dan II ^{Serta} III ^{skala}	
6	4 Februari 2024	Konsultasi Bab III dan Bab IV	
7	13 Februari 2025	Konsultasi ^{bab} I - IV dan hasil penelitian	
8	22 April 2025	Konsultasi ^{bab} I - IV	
9	13 Mei 2025	Konsultasi Bab I - V	
10	23 Mei 2025	Konsultasi Bab V	
11	08 Juni 2025	Konsultasi Daftar isi dan pustaka	
12	11 Juni 2025	Konsultasi Lampiran	
...			

Banjarmasin, 26 Mei 2025
 Ketua Prodi Psikologi Islam

Dra. Mulyani, M.Ag

Lampiran 17. Surat Uji Coba Instrumen Penelitian



**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

Nomor : 26/Un.14/III.3/PP.00.9/01/2023
Lampiran : -
Hal : **Mohon Izin Uji Coba (Try Out) Intrumen Penelitian**

Yth. Kepala Sekolah SMA PGRI 6 Banjarmasin
SMA PGRI 6 Banjarmasin

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Dengan hormat, disampaikan kepada Bapak/Ibu bahwa mahasiswa Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin bermaksud melakukan uji coba (*Try Out*) instrumen penelitian.

Untuk maksud di atas, dimohon kesediaan Bapak/Ibu agar dapat mengizinkan mahasiswa kami untuk memperoleh data yang diperlukan dalam rangka penyelesaian penelitiannya.

Mahasiswa Psikologi Islam dimaksud adalah:

Nama : Mariani

NIM : 180103040081

Prodi : Psikologi Islam

Judul : Pengaruh Kesejahteraan Psikologis Terhadap Stres Kerja Guru Di Era New Normal Pada Guru Di SMAN 8 Banjarmasin

Demikian permohonan kami, atas bantuan dan kerjasamanya disampaikan terima kasih.

Wassalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh.

Banjarmasin, 02 Januari 2023



....., n. Ketua Program Studi Psikologi Islam

Sekretaris,

Musfichih, M.A

Lampiran 18. Surat Keterangan Telah Selesai Uji Coba Instrumen Penelitian



PERWAKILAN YAYASAN PEMBINA LEMBAGA PENDIDIKAN
 PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA (PGRI)
 PROVINSI KALIMANTAN SELATAN
SMA PGRI 6 BANJARMASIN
 TERAKREDITASI - A
 NSS : 304156002031 NPSN : 30304277



Jln. Belitung Darat Simp Kuin Selatan Komp Antaluddin RT. 19 No. 26 . Wbesite : <http://www.smapgri6banjarmasin.sch.id> E-mail : smapgri6banjarmasin@gmail.com

SURAT KETERANGAN

Nomor : 09. 010/SMA PGRI 6/Disdikbud/I/2022

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Sekolah SMA PGRI 6 Banjarmasin ,
 menerangkan bahwa :

Nama : MARIANI
 NPM : 180103040081
 Fakultas : USHULUDDINN - UIN ANTASARI
 BANJARMASIN
 Jurusan/Program Studi : Psikologi Islam

Telah selesai melaksanakan penelitian di SMA PGRI 6 Banjarmasin dalam rangka pengumpulan data untuk penyusunan Skripsi dengan judul :

**“ PENGARUH KESEJAHTERAAN PSIKOLOGI TERHADAP STRES KERJA
 DI ERA NEW NORMAL PADA GURU DI SMAN 8 BANJARMASIN “**

Demikianlah surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagai mana mestinya.

Banjarmasin, 6 Januari 2023

Kepala Sekolah,

 Hs. Ahdianor, M.Pd.

Lampiran 19. Surat Pengantar Riset dan Surat Riset



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA**

Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235
Telepon (0511) 3266593
Website: fuh.uin-antasari.ac.id; E-mail: fuh@uin-antasari.ac.id

Nomor : 3163/Un.14/III.3/TL.00/12/2024

13 Desember 2024

Sifat : Biasa

Lampiran : 1 (Satu) Lembar

Hal : Riset dalam Rangka Penyusunan Skripsi

Yth. Kepala Sekolah SMAN 8
Banjarmasin

Assalamu'alaikum wr. wb.

Dengan Hormat, bersama ini kami mohon izin serta bantuan Bapak/Ibu agar berkenan kiranya memberikan informasi/data yang diperlukan mahasiswa(i) :

Nama : Mariani
NIM : 180103040081
Jurusan : S1 Psikologi Islam
Alamat : Jl. Pangeran RT.04 RW.001 Kec. Banjarmasin Utara Kota
Banjarmasin Prov. Kalimantan Selatan

sehubungan dengan penelitian yang akan dilaksanakan sebagaimana surat riset terlampir.

Kami sampaikan pula sebagai Satker berpredikat Zona Integritas Wilayah Bebas Korupsi (ZI-WBK), menuju Zona Integritas Wilayah Birokrasi Bersih Melayani (ZI-WBBM) UIN Antasari Banjarmasin berkomitmen terus menjaga integritas serta meningkatkan Kualitas Kinerja dan Pelayanan.

Demikian permohonan ini disampaikan, atas perhatian dan perkenan Bapak/Ibu serta kerjasamanya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum wr. wb.

Dekan,


Dzikri Nirwana

Melayani Lebih Baik , Lebih Baik Melayani



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI ANTASARI BANJARMASIN
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA**

Jalan Jenderal Ahmad Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235
Telepon (0511) 3266593

Website: fuh.uin-antasari.ac.id; E-mail: fuh@uin-antasari.ac.id

SURAT RISET

Nomor:3162/Un.14/III.3/PP.00.9/12/2024

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin dengan ini menugaskan :

Nama : Mariani
NIM : 180103040081
Semester : XIII (Tiga Belas)
Jurusan : S1 Psikologi Islam
Alamat Sekarang : Jl. Pangeran RT.04 RW.001 Kec. Banjarmasin Utara Kota Banjarmasin Prov. Kalimantan Selatan
Untuk : Melakukan riset / penelitian ilmiah dalam rangka pengumpulan data untuk penyusunan skripsi dengan judul:

Pengaruh Kesejahteraan Psikologis Terhadap Stres Kerja Guru di Era New Normal pada Guru di SMAN 8 Banjarmasin

Tempat yang dituju : SMAN 8 Banjarmasin
Barang yang dibawa : Seperangkat Alat Penelitian
Lamanya Riset : 1 (Satu) Bulan
Dari Tanggal : 23 Mei 2023
Sampai Tanggal : 22 Juni 2023

Kami sampaikan pula sebagai Satker berpredikat Zona Integritas Wilayah Bebas Korupsi (ZI-WBK), menuju Zona Integritas Wilayah Birokrasi Bersih Melayani (ZI-WBBM) UIN Antasari Banjarmasin berkomitmen terus menjaga integritas serta meningkatkan Kualitas Kinerja dan Pelayanan.

Demikian surat riset ini diberikan kepada yang bersangkutan agar pihak-pihak terkait dapat memberikan bantuan sepenuhnya.

Banjarmasin, 13 Desember 2024

Dekan,

Dzikri Nirwana

Melayani Lebih Baik ,Lebih Baik Melayani

Lampiran 20. Surat Izin Penelitian Dari Badan Kesatuan Bangsa Dan Politik



PEMERINTAH KOTA BANJARMASIN
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK
KOTA BANJARMASIN

Jln. RE. Martadinata No1. Banjarmasin 70111 E-mail : kesbangpol@banjarmasinkota.go.id
 www.banjarmasinkota.go.id

REKOMENDASI PELAKSANAAN PENDATAAN/PENELITIAN/SURVEY

NOMOR : 072/392 - Sekr/Bakesbangpol

Membaca : Surat dari Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin
 Nomor : 692/Un.14/III.3/PP.00.9/03/2023
 Perihal : Ijin Penelitian/ Permintaan Data/ Survey/ Observasi

Mengingat :

1. Peraturan Menteri dalam Negeri RI Nomor 7/2014 Tentang Perubahan atas Peraturan Menteri Dalam Negeri RI Nomor 64/2011 Tentang Pedoman Penerbitan Rekomendasi Penelitian.
2. Peraturan Daerah Kota Banjarmasin Nomor 7 Tahun 2016 Tentang Pembentukan Dan Susunan Perangkat Daerah Kota Banjarmasin
3. Peraturan Walikota Banjarmasin Nomor 71 Tahun 2014 Tentang Uraian Tugas Unsur Unsur Organisasi Badan Kesatuan Bangsa Dan Politik kota Banjarmasin

Memberikan Rekomendasi Pendataan/ Penelitian/ Survey Kepada :

a. Nama : MARIANI
 b. NIK/NIP/NIM/NPM : 180103040081
 c. Alamat : Jl. Pangeran No. 183 RT. 04 RW. 001 Kota Banjarmasin
 d. Judul Penelitian : Pengaruh Kesejahteraan Psikologis Terhadap Stres Kerja Guru di Era New Normal Pada Guru di SMAN 8 Banjarmasin
 e. Tujuan Penelitian : Ijin Riset/Penelitian Tentang Pengaruh Kesejahteraan Psikologis Terhadap Stres Kerja Guru di Era New Normal Pada Guru di SMAN 8 Banjarmasin
 f. Lokasi/ Tempat Penelitian : Kota Banjarmasin
 g. Lamanya Pelaksanaan Penelitian : 1 Bulan
 h. Bidang Penelitian : Psikologi Islam
 i. Pekerjaan Peneliti : Mahasiswi
 j. Nama Dan Jabatan Penanggung jawab : Dr. Zikri Nirwana, M.Ag
 k. Anggota Penelitian : -
 l. Nama Organisasi/Lembaga : Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin

Ketentuan :

1. Sebelum Melakukan kegiatan tersebut harus melaporkan kedatangannya kepada pejabat yang berwenang setempat
2. Tidak dibenarkan melakukan kegiatan yang tidak sesuai/tidak ada kaitannya dengan tujuan kegiatan dimaksud
3. Harus mentaati segala ketentuan yang berlaku setempat dan kegiatannya tidak boleh memberatkan bagi pemerintah dan Masyarakat.
4. Kepada instansi terkait dimohon bantuannya untuk kelancaran kegiatan pendataan/ penelitian dimaksud.
5. Setelah selesai melakukan riset/ penelitian / survey dan membuat proposal/ skripsi/ tesis maka diwajibkan menyerahkan hasilnya kepada Badan Kesbangpol kota Banjarmasin.

Tembusan :

1. Kepala Dinas Pendidikan Prov Kaltel
2. Kepala Dinas Pendidikan Kota Banjarmasin
3. Kepala SMA Negeri 8 Kota Banjarmasin
4. Arsip

DIKELUARKAN di : Banjarmasin

PADA TANGGAL : 19 MAY 2023



Lampiran 21. Surat Izin Melaksanakan Penelitian



**PEMERINTAH PROVINSI KALIMANTAN SELATAN
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SMA NEGERI 8 BANJARMASIN**

NSS:301156001044 NPSN:30304261

Jl. SMAN 8 RT. 23 RW. 02 No. 26 Kel. Alalak Tengah Telp. (0511) 6741164 Banjarmasin 70126
Web : <https://www.sman8banjarmasin.sch.id> Pos-el : sman8.banjarmasin@yahoo.com

Banjarmasin, 23 Mei 2023

Nomor : 400.14.5.4/ 377 /Disdikbud/2023
Sifat : biasa
Lampiran : -
Hal : izin penelitian

Yth. Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora
Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin
di
Banjarmasin

Membalas surat Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin nomor : 692/Un.14/III.3/PP.009/03/2023 tanggal 31 Maret 2023 tentang permohonan izin penelitian, atas :

1. nama : Mariani
NIM : 180103040081
Prodi : Psikologi Islam

kami bersedia menerima dan memfasilitasi kegiatan tersebut.

Demikian surat ini kami sampaikan, terimakasih.



H. Sutikno, S.Pd, M.Pd
Pembina Tk. I
NIP 197103171997021005

Lampiran 22. Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian



**PEMERINTAH PROVINSI KALIMANTAN SELATAN
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SMA NEGERI 8 BANJARMASIN**

NSS:301156001044 NPSN:30304261

Jl. SMAN 8 RT. 23 RW. 02 No. 26 Kel. Alalak Tengah Telp. (0511) 6741164 Banjarmasin 70126

Web : <https://www.sman8banjarmasin.sch.id> Pos-el : sman8.banjarmasin@yahoo.com

SURAT KETERANGAN

Nomor : 400.14.5.4 / 398 / Disdikbud / 2023

Yang bertanda tangan di bawah ini :

n a m a : H. Sutikno, S.Pd, M.Pd
N I P : 197103171997021005
pangkat / golongan : Pembina Tingkat I / (IV/b)
jabatan : Kepala Sekolah

menerangkan bahwa :

n a m a : Mariani
NIM : 180103040081
perguruan tinggi : Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin
program studi : Psikologi Islam

telah melaksanakan penelitian untuk memperoleh informasi / data guna penyusunan tesis,
dengan judul penelitian sebagai berikut:

“PENGARUH KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS TERHADAP STRES KERJA GURU DI
ERA NEW NORMAL PADA GURU DI SMA NEGERI 8 BANJARMASIN UTARA”

Demikian **Surat Keterangan** ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 13 Juni 2023
Kepala Sekolah,

H. Sutikno, S.Pd, M.Pd
Pembina Tingkat I
NIP 197103171997021005

Lampiran 23. Sertifikat Komprehensif



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
ANTASARI BANJARMASIN
FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA

Jalan A. Yani Km. 4.5 Banjarmasin 70235 Telepon (0511) 3266593
e-mail: fuh@uin-antasari.ac.id website: http://www.fuh.uin-antasari.ac.id.

SERTIFIKAT

Nomor: 1320/Un.14/III.3/PP.01.1/06/2025

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin dengan ini memberikan sertifikat kepada :

N a m a : MARIANI
N I M : 180103040081

Telah L U L U S dalam menempuh UJIAN KOMPREHENSIF pada Jurusan Psikologi Islam dengan nilai akhir 80,00 (A) bobot : 3,75

Demikian sertifikat ini diberikan kepada yang bersangkutan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 18 Juni 2025
Dekan

H. Dzakri Mirwana, M.Ag
NIP. 197612272003121002

Lampiran 24. Surat Keterangan Lulus Uji 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 Bebas Plagiasi

Nomor: 1223/Un.14/III.3/PP.00.9/06/2025

Ketua Program Studi Psikologi Islam menerangkan bahwa karya ilmiah:

Nama	: Mariani
NIM	: 180103040081
Semester	: XIV (Empat Belas)
Tahun Akademik	: Genap 2024/2025
Prodi	: Psikologi Islam
Jenis Karya Ilmiah	: Skripsi
Judul Karya Ilmiah	: Pengaruh Kesejahteraan Psikologis Terhadap Stres Kerja Guru Di Era New Normal Pada Guru di SMAN 8 Banjarmasin

Telah dinyatakan bebas dari unsur plagiasi menggunakan *DrillBit Plagiarism Detection Software* dengan *similarity* sebesar 25% dan *excluded* < 8 words. Hasil uji menunjukkan bahwa karya ilmiah ini mulai dari Bab I hingga Bab V memiliki persentase kesamaan sebesar **19%** (terlampir).

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

Banjarmasin, 13 Juni 2025

a.n. Ketua Prodi Psikologi Islam

Sekretaris,



Wahidin, M.A

Lampiran 25. Surat Terbit 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

SURAT KETERANGAN SUBMIT JURNAL

Nomor: 1226/Un.14/III.3/PP.00.9/06/2025

Dengan ini menerangkan bahwa:

Judul Karya Ilmiah : Pengaruh Kesejahteraan Psikologis Terhadap Stres Kerja Guru Di Era New Normal Pada Guru Di SMAN 8 Banjarmasin
Nama : Mariani
NIM : 180103040081
Program Studi : Psikologi Islam

Karya ilmiah tersebut telah disubmit untuk dipublikasikan di Jurnal Pendidikan Dan Psikologi Pintar Harati (<https://e-journal.upr.ac.id/index.php/JPH>) dan saat ini masih dalam proses evaluasi. Keputusan akhir mengenai publikasi sepenuhnya menjadi wewenang pihak jurnal.

Demikian surat keterangan ini disampaikan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 13 Juni 2025

a.n. Ketua Prodi Psikologi Islam

Sekretaris,



M. Anichin, M.A

NIP 197903242023211012

JURNAL**Pengaruh Kesejahteraan Psikologis Terhadap Stres Kerja
Guru di Era *New Normal* Pada Guru di
SMAN 8 Banjarmasin****Mariani¹, Siti Faridah²****Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin,
marianiariyani18@gmail.com****Abstract**

This study aims to identify the effect of psychological well-being on work stress in the New Normal era on teachers at SMAN 8 Banjarmasin. This study uses a quantitative approach. The population in this study were all teachers at SMAN 8 Banjarmasin as many as 52 teachers with samples taken from the entire population selected using saturated sampling techniques. Data collection used a psychological well-being scale and a work stress scale. The results of this study show the effect of psychological well-being on work stress by 70.2%.

Keywords: Psychological Well-being, Work Stress. Teachers

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi pengaruh kesejahteraan psikologis terhadap stres kerja di era *New Normal* pada guru di SMAN 8 Banjarmasin. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini seluruh guru di SMAN 8 Banjarmasin sebanyak 52 orang guru dengan sampel yang diambil keseluruhan populasi dipilih menggunakan teknik sampling jenuh. Pengumpulan data menggunakan skala kesejahteraan psikologis dan skala stres

kerja. Hasil penelitian ini menunjukkan pengaruh antara kesejahteraan psikologis terhadap stress kerja sebesar 70,2%.

Kata kunci: Kesejahteraan Psikologis, Stres kerja, Guru

Latar Belakang

Robbins dan Judge (2008, hlm. 368) mengatakan bahwa stres kerja adalah suatu kondisi dinamis individu dalam menghadapi peluang, kendala, atau tuntutan yang berhubungan dengan apa yang diinginkannya yang hasilnya dianggap tidak pasti namun penting. Kemudian menurut Robbins dan Judge (2008, hlm. 369), stres kerja lebih sering dikaitkan dengan tuntutan (demand) dan Sumber daya (resource). Tuntutan ialah tanggung jawab, tekanan, kewajiban, dan bahkan ketidakpastian yang dihadapi para individu ditempat kerja. Sedangkan, sumber daya merupakan hal-hal yang berada dalam kendali seorang individu yang dapat digunakan untuk memenuhi tuntutan.

Wabah pandemi Covid-19 telah membawa perubahan signifikan di segala bidang kehidupan dan dunia pendidikan merupakan salah satu bidang yang paling terdampak. (Faturohman & Gunawan, 2021, hlm. 434) Dalam dunia pendidikan juga terkena dampak Covid-19 secara langsung yaitu melibatkan interaksi guru dan peserta didik. Interaksi sosial yang tadinya bersifat secara langsung kini berubah menjadi bersifat daring (pembelajaran dalam jaringan) karena terkendala adanya wabah Covid-19 ini. Demi tetap berjalannya pembelajaran jarak jauh guna melangsungkan kegiatan belajar mengajar. (Renny, 2020, hlm. 214)

Beberapa waktu terakhir ini pemerintah mengeluarkan kebijakan baru terkait pendidikan yakni mengizinkan guna menerapkan proses pembelajaran secara tatap muka di situasi new normal. (Adawiyah dkk., 2021, hlm. 3814) Bahwasanya *new normal* adalah perubahan perilaku untuk tetap menjalankan aktivitas normal namun dengan ditambah menerapkan protokol kesehatan guna mencegah terjadinya penularan Covid-19. (Handoko dkk., 2021, hlm. 77) Era new normal merupakan kebiasaan baru, baik dalam kondisi sosial, ekonomi, kesehatan, dan termasuk juga di bidang pendidikan yang diambil oleh pemerintah dengan tetap memperhatikan segala resiko yang nantinya akan muncul dampak dari kebijakan ini.

Iwan Ramadhan, dkk (2022, hlm. 1788) dalam penelitian menyebutkan bahwa proses perubahan pembelajaran dari daring ke luring yang dirasakan dari pihak sekolah terletak pada perubahan sikap dan perilaku siswa yang semakin berkurang terhadap rasa hormat serta taat aturannya. Oleh karena itulah di sini peran guru menjadi sangat penting karena guru juga harus lebih ekstra dalam mendidik siswa untuk membantu siswa daam berperilaku. Karena seorang guru tidak cukup untuk mengajar mata pelajaran saja tetapi juga harus mendidik sikap dan perilaku siswa. Kondisi seperti ini bisa saja menyebabkan guru berada dalam tekanan yang terus menerus, ditambah tidak sesuai antara harapan dan kenyataan akan menjadi salah satu sumber stres bagi guru. Menurut Clauradita Angga Renny dalam penelitiannya menjelaskan bahwa stres pada seorang guru dapat terjadi karena beban kerja guru yang sangat banyak. Dalam situasi normal, beban guru sudah sangat banyak dan hal ini dapat dipengaruhi oleh faktor lingkungan yang kurang mendukung.(Renny, 2020, hlm. 221) Kondisi stres pada tingkatan tertentu akan membuat kesehatan mental guru tidak baik dan berdampak pada proses pembelajaran.(Fathonah & Ramadani Renhoran, 2021, hlm. 58–59)

Seorang guru dituntut untuk lebih fleksibel dalam menghadapi problematika tersebut dan harus tetap menyelesaikan tuntutan pekerjaan apapun tantangannya. Problematika pekerjaan yang begitu banyak menjadi permasalahan yang dihadapi oleh sebagian guru. Pada dasarnya stres kerja berdampak buruk terhadap kesehatan fisik maupun psikis guru tersebut. Stres kerja muncul karena adanya emosi, fisiologis, dan pikiran terhadap kondisi, situasi, atau peristiwa yang meminta tuntutan tertentu terhadap diri individu dalam pekerjaannya.(Sutarto, 2010, hlm. 168) Ketika seorang guru mengalami stres kerja ini, maka yang diperlukan oleh guru ialah kesejahteraan psikologis karena salah satu faktor paling penting untuk

menjalani hidup ini dengan bahagia, tenang dan mampu mengatasi berbagai masalah.(Khairunnisa, 2021, hlm. 14)

Kesejahteraan psikologis akan sangat berpengaruh pada kesejahteraan atau kesehatan fisik seseorang, sehingga di masa sekarang ini dibutuhkan kesejahteraan psikologis yang baik, agar seseorang terhindar dari rasa tertekan dan merasa gelisah yang berlebihan yang justru rasa tertekan dan gelisah berlebihan tersebut akan menurunkan imunitas. Karena kesejahteraan psikologis tidak hanya tentang pribadi yang senang atau bahagia saja, namun bagaimana seseorang guru dapat mencapai kepuasan dalam hidup atas tercapainya dengan baik aspek penerimaan diri, hubungan baik dengan orang lain, tujuan hidup, pertumbuhan pribadi, kemandirian, dan penguasaan terhadap lingkungan.(Isdiyah, 2020, hlm. 6) Dalam penelitian ini peneliti bertujuan untuk mengidentifikasi pengaruh kesejahteraan psikologis terhadap stres kerja guru di era *New Normal* pada guru di SMAN 8 Banjarmasin.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan analisis regresi sederhana. Populasi dalam penelitian adalah seluruh guru di SMAN 8 Banjarmasin yang berjumlah 52 orang. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik sampling jenuh yang mana seluruh anggota populasi dijadikan sebagai subjek penelitian.

Data dikumpulkan dengan cara menyerahkan kuesioner dalam bentuk instrumen penelitian kepada salah satu perwakilan sekolah untuk dibagikan kepada seluruh subjek penelitian. Kuesioner yang diberikan berbentuk skala psikologi dengan model skala *Likert* yang terdiri atas pernyataan *favorable* dan pernyataan *unfavorable*.

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini merupakan skala kesejahteraan psikologis dan skala stres kerja. Skala kesejahteraan psikologis diadaptasi dari skala bapa najib yang terdiri atas 28 aitem didasarkan pada aspek-aspek kesejahteraan

psikologis. Skala sudah dilakukan pemeriksaan oleh satu orang *professional judgement* dan telah dilakukan uji coba instrumen penelitian. Setelah dilakukan uji coba instrumen penelitian didapatkan 25 aitem yang valid dan memiliki nilai reliabilitas sebesar 0,766. Skala stres kerja juga diadaptasi dari Rachmi yang terdiri dari atas 28 aitem didasarkan pada aspek-aspek stres kerja. Skala sudah dilakukan pemeriksaan oleh satu orang *professional judgement* dan telah dilakukan uji coba instrumen penelitian. Setelah dilakukan uji coba instrumen penelitian didapatkan 25 aitem yang valid dan reliabilitas sebesar 0,919.

Untuk memberikan jawaban atas hipotesis yang telah ditentukan, dilakukan uji hipotesis dengan menggunakan teknik analisis regresi linear sederhana dengan mengacu pada dasar pengambilan keputusan yang dikemukakan oleh sugiyono yaitu, jika nilai sinifikansi $> 0,05$ maka H_0 diterima sehingga tidak terdapat pengaruh antara variabel X terhadap variabel Y. Apabila nilai signifikansi $< 0,05$ maka H_a diterima sehingga terdapat pengaruh antara variabel X terhadap variabel Y. Sebelum melakukan uji hipotesis akan dilakukan uji syarat berupa uji normalitas dengan nilai signifikansi *Kolmogorov-Smirnov* $> 0,05$ dan uji linearitas dengan nilai signifikansi *Deviation from Linearity* $> 0,05$.

H a s i l

Responden dalam penelitian ini terdapat 52 orang dengan kriteria guru berjenis kelamin perempuan dan laki-laki. Adapun data demografi penelitian ini dapat dilihat dalam tabel berikut.

Table 1
Data Demografi Responden berdasarkan Jenis Kelamin dan Usia

Data demografi	Responden	Jumlah	persentase
jenis kelamin	laki-laki	32	62%
	Perempuan	20	38%
Total		52	100%
Usia	21 Tahun	1	2%
	22 Tahun	2	4%
	23 Tahun	1	2%
	24 Tahun	2	4%
	25 Tahun	3	6%

26 Tahun	4	8%
27 Tahun	2	4%
28 Tahun	1	2%
29 Tahun	1	2%
30 Tahun	2	4%
31 Tahun	4	8%
32 Tahun	2	4%
33 Tahun	1	2%
36 Tahun	1	2%
40 Tahun	1	2%
41 Tahun	1	2%
42 Tahun	1	2%
43 Tahun	2	4%
45 Tahun	1	2%
46 Tahun	2	4%
47 Tahun	2	4%
48 tahun	2	4%
49 Tahun	2	4%
50 tahun	1	2%
51 Tahun	2	4%
52 Tahun	3	6%
54 Tahun	1	2%
56 Tahun	1	2%
57 Tahun	2	4%
59 Tahun	1	2%

Kemudian data yang didapatkan diolah dengan melakukan analisis deskriptif, uji asumsi klasik dan uji hipotesis yang hasilnya dapat dilihat pada tabel-tabel berikut.

Tabel 2

Kategorisasi Data Kesejahteraan Psikologi

Kategori	Frekuensi	Persentase
Rendah	0	0%
Sedang	10	19.2%
Tinggi	42	80.8%
Jumlah	330	100%

Berdasarkan tabel 2 tersebut, tingkat kesejahteraan psikologi pada 52 orang guru yang melakukan pembelajaran tatap muka di era *new normal* di SMAN 8 Banjarmasin terdapat 0% atau 0 responden yang memiliki tingkat kesejahteraan

psikologi pada kategori rendah, 19% atau 10 responden yang berada pada tingkat kesejahteraan psikologi di kategori sedang, dan 81% atau 42 responden yang berada pada tingkat kesejahteraan psikologi di kategori tinggi

Tabel 3

Kategorisasi Data Stres Kerja

Kategori	Frekuensi	Persentase
Rendah	17	32.7%
Sedang	34	65.4%
Tinggi	1	1.9%
Jumlah	52	100%

Berdasarkan tabel 3 tersebut, tingkat stres kerja pada 52 orang guru yang melakukan pembelajaran tatap muka di era *new normal* di SMAN 8 Banjarmasin terdapat 33% atau 17 responden yang memiliki tingkat stres kerja di kategori rendah, 65% atau 34 responden yang berada pada tingkat stres kerja di kategori sedang, dan 2% atau 1 responden yang berada pada tingkat stres kerja di kategori tinggi.

Tabel 4

Uji Normalitas

<i>One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test</i>	<i>Unstandardized Residual</i>
N	52
Asymp. Sig (2-tailed)	0.719

Pada tabel 4 di atas menunjukkan bahwa nilai signifikansi (2-tailed) dalam uji normalitas sebesar $0,719 > (p > 0,05)$. Sehingga, kesimpulan akhirnya adalah nilai sebaran data dalam penelitian ini berdistribusi normal.

Tabel 5

Uji Linearitas

F_{hitung}	Sig.	Deviation From Linearity
1.386	0.207	43,729

Pada tabel 6 menunjukkan bahwa diketahui nilai signifikansi pada kolom *deviation from linearity* yaitu sebesar 0,207 lebih besar dari 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linier antara kesejahteraan psikologis dengan stres kerja.

Tabel 7

Uji Regresi Linear Sederhana

Variabel	R	R Square	F	Sig.
Kesejahteraan Psikologi (X) Stres Kerja (Y)	0,702	0,493	48,698	0,000

Berdasarkan tabel 8 dapat dilihat R nilai signifikansi yang dihasilkan sebesar 0,000. Mengacu pada dasar pengambil keputusan yang dikemukakan oleh sugiyono jika nilai signifikansi $> 0,05$ maka H_0 diterima sehingga tidak terdapat pengaruh antara variabel X terhadap variabel Y. Apabila nilai signifikansi $< 0,05$ maka H_a diterima sehingga terdapat pengaruh antara variabel X terhadap variabel Y. Berdasarkan hasil pengujian, nilai signifikansi yang didapat sebesar $0,000 < 0,05$, sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh antara kesejahteraan Psikologi terhadap stres kerja.

Nilai R Square yang dihasilkan dalam uji hipotesis ini sebesar 0,702. Hal ini menjelaskan bahwa pengaruh variabel bebas atau kesejahteraan Psikologi terhadap variabel terikat atau stres kerja sebesar 70,2%. Adapun 29,8% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diteiti dalam penelitian ini.

Selanjutnya pada variabel kesejahteraan psikologi adapun sumbangan efektif dari setiap aspek variabel tersebut meliputi

$$1) \text{ Penerimaan diri} = \frac{706}{4482} \times 100\% = 15,7\%$$

$$2) \text{ Hubungan positif} = \frac{719}{4482} \times 100\% = 16\%$$

dengan orang lain

$$3) \text{ Otonomi} = \frac{714}{4482} \times 100\% = 15,9\%$$

$$4) \text{ Penguasaan lingkungan} = \frac{902}{4482} \times 100\% = 20,1\%$$

$$5) \text{ Tujuan hidup} = \frac{899}{4482} \times 100\% = 20\%$$

$$6) \text{ Pertumbuhan pribadi} = \frac{542}{4482} \times 100\% = 12\%$$

Berdasarkan perhitungan di atas, diketahui aspek yang berperan dalam pembentukan kesejahteraan psikologi yaitu aspek penerimaan diri sebesar 15,7%, aspek hubungan positif dengan orang lain sebesar 16%, aspek otonomi sebesar 15,9%, aspek penguasaan lingkungan sebesar 20,1%, aspek tujuan hidup sebesar 20%, dan aspek pertumbuhan pribadi sebesar 12%. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa dalam kesejahteraan psikologi pada guru SMAN 8 Banjarmasin, aspek penguasaan lingkungan adalah aspek yang pengaruhnya sangat tinggi dan aspek pertumbuhan pribadi merupakan aspek yang memiliki pengaruh paling rendah.

Kemudian sumbangan efektif pada variabel stres kerja terdapat tiga aspek utama yaitu sebagai berikut.

$$1) \text{ Fisiologis} = \frac{420}{2676} \times 100\% = 15,6\%$$

$$2) \text{ Psikologis} = \frac{1581}{2676} \times 100\% = 59\%$$

$$3) \text{ Perilaku} = \frac{675}{2676} \times 100\% = 25,2\%$$

Berdasarkan perhitungan diatas, diketahui bahwa aspek yang berperan dalam pembentukan stres kerja pada guru di SMAN 8 Banjarmasin yaitu aspek fisiologis sebesar 15,6%, aspek psikologis sebesar 59%, dan aspek perilaku sebesar 25,2%. Dengan ini, dapat disimpulkan bahwa aspek dari stres kerja yang paling mempengaruhi tingkat stres kerja pada guru terdapat pada aspek psikologis ditandai dengan kontribusi paling banyak sebesar 59%.

Pembahasan

Pada penelitian ini terdapat 52 responden yang dengan berbagai jenis kelamin antara pria dan wanita kemudian beragam usia. Hasil analisis dalam penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat kesejahteraan psikologis pada subjek penelitian diketahui bahwa guru dengan tingkat kesejahteraan psikologis sebanyak 0% atau

tidak ada guru dengan kategori kesejahteraan psikologis. Tingkat kesejahteraan psikologis sedang sebanyak 19% atau 10 responden yang berada pada tingkat kesejahteraan psikologi di kategori sedang, dan yang berada pada tingkat kesejahteraan psikologi hidup tinggi sebanyak 81% atau 42 guru. Berdasarkan hasil tersebut maka dapat disimpulkan bahwa tingkat kesejahteraan psikologi yang dimiliki oleh guru di SMAN 8 Banjarmasin berada di tingkatan tinggi.

Kemudian, untuk hasil perhitungan aspek pembentukan utama kesejahteraan psikologi diperoleh bahwa aspek penguasaan lingkungan memiliki nilai tertinggi yang memberikan peranan dalam pembentukan kesejahteraan psikologi pada individu sebesar 20,1%. Untuk aspek aspek pertumbuhan pribadi memberikan peranan yang paling rendah dalam kesejahteraan psikologi yaitu sebesar 12%. Jawaban pada rumusan masalah kedua pada penelitian ini diperoleh melalui hasil analisis data yang dilaksanakan oleh peneliti yaitu dapat diketahui bahwa tingkat stres kerja pada guru di SMAN 8 Banjarmasin berada pada kategori rendah sebesar 33% atau 17 guru, di kategori sedang 65% atau 34 guru dan sebesar 2% atau 1 guru yang memiliki tingkat stres kerja pada kategori tinggi. Dengan demikian, tingkat stres kerja pada guru di SMAN 8 Banjarmasin di era *new normal* berada pada tingkat kategori sedang. Berdasarkan hal tersebut, penelitian terdahulu digunakan untuk memperkuat hasil penelitian ini, yaitu penelitian yang dilakukan oleh Tia Oktari, Fathra Annis Nauli, dan Hellena Deli pada perawat rumah sakit pada era *new normal* menghasilkan tingkat stres kerja dikategori sedang dengan hasil skor sebesar 49,6%.

Sedangkan dalam aspek pembentuk utama stres kerja nilai tertinggi didapatkan aspek psikologis sebesar 59%. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Dede Jaelani dan Rika Desiani menyebutkan bahwa saat mengalami stres, salah satu yang terganggu adalah keadaan psikologis kita seperti, ketidakmampuan diri dalam mengendalikan emosi. Stres yang berhubungan dengan pekerjaan dapat menyebabkan ketidakpuasan dalam hal pekerjaan dan dapat memunculkan rasa tegang, cemas, mudah marah, sering merasa bosan, kurangnya konsentrasi dan menunda-nunda pekerjaan.

Pada hasil penelitian ini aspek fisiologis memiliki nilai terendah sebesar 15,6% yang berperan dalam aspek stres kerja. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian oleh Miftahul Khaeriyah tentang “Gambaran Tingkat Stres Kerja pada Karyawan Bank Rakyat Indonesia (BRI) Cabang Watansoppeng Tahun 2018” menyebutkan bahwa karyawan masih mampu untuk mengelola stresnya dengan sering berolahraga, melakukan relaksasi dan manajemen waktu dengan baik. Akan tetapi, tidak menutup kemungkinan bahwa gejala stres fisik harus tetap diperhatikan dikarenakan hal tersebut akan memberikan pengaruh kepada kondisi kesehatan mereka. Berdasarkan hasil pengujian hipotesis pada penelitian ini, digunakan sebagai jawaban dari rumusan masalah yang ketiga melalui hasil analisis regresi linear sederhana yang menghasilkan nilai signifikansi 0,000. Nilai tersebut lebih kecil dibandingkan dengan nilai probabilitas 0,05 yaitu $0,000 < 0,05$ yang demikian dapat disimpulkan bahwa H_a diterima yang artinya terdapat pengaruh antara variabel kesejahteraan psikologis dan stres kerja pada guru di SMAN 8 Banjarmasin di era *new normal*. Hal tersebut dapat diartikan bahwa ketika seseorang memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang tinggi, maka hal itu akan mempengaruhi ke tingkat stres kerjanya yang menjadi rendah. Persentase peran yang didapatkan dari variabel kesejahteraan psikologi terhadap stres kerja sebesar 70,2%. Adapun 29,8% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak terdapat dalam penelitian ini.

Kesimpulan

Pengaruh kesejahteraan psikologis terhadap stres kerja guru di SMAN 8 Banjarmasin berdasarkan hasil uji hipotesis memiliki nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ yang artinya H_a diterima. Adapun pengaruh kesejahteraan psikologis terhadap stres kerja sebesar 70,2% dan 29,8% lainnya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak disampaikan serta tidak dilakukan penelitian mengenai faktor-faktor tersebut dalam penelitian ini.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan, maka terdapat saran yang dapat digunakan sebagai masukan dalam terhadap peneliti selanjutnya dan pihak-pihak yang bersangkutan agar lebih dalam lagi meneliti tentang kesejahteraan psikologis, dan untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan pengembangan

mengenai faktor yang mempengaruhi stres kerja diluar dari kesejahteraan psikologis agar penelitian tentang perilaku prososial menjadi lebih luas.

Referensi

- Adawiyah, R., Isnaini, N. F., Hasanah, U., & Faridah, N. R. (2021). Kesiapan Pelaksanaan Pembelajaran Tatap Muka pada Era New Normal di MI At-Tanwir Bojonegoro. *Jurnal Basicedu*, 5(5), 3814–3821. <https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i5.1435>
- Fathonah, S., & Ramadani Renhoran, C. (2021). Gambaran Tingkat Stress Guru Madrasah Aliyah Di Jakarta Selatan Selama Masa Pandemi. *Jurnal Pendidikan Islam*, 12(1), 57–71. <https://doi.org/10.22236/jpi.v12i1.7004>
- Faturohman, N., & Gunawan, A. (2021). Tantangan Lembaga Pendidikan Dasar Dalam Penyelenggaraan Pendidikan Pasca Pandemi Covid-19 Di Kabupaten Serang. *Geneologi PAI: Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 8(2), Article 2. <https://doi.org/10.32678/geneologipai.v8i2.5438>
- Handoko, A. L., Habibi, D., Sunarsi, D., Wijoyo, H., Yonata, H., Musnaini, Setiawan, P., Suherman, Suparno, & Widiyanti. (2021). *Dosen Inovatif Era New Normal*. Insan Cendikia Mandiri.
- Isdiyah. (2020). *Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Semester Akhir IAIN Surakarta Di Tengah Pandemi Covid-19* [Skripsi]. Institut Agama Islam Negeri Surakarta.
- Khairunnisa. (2021). *Pengaruh Kesejahteraan Psikologis Terhadap Stres Kerja Pegawai Negeri Sipil Satuan Polisi Pamong Praja Di Kabupaten Aceh Timur* [Skripsi]. Universitas Sumatera Utara.
- Ramadhan, I., Manisah, A., Angraini, D. A., Maulida, D., Sana, S., & Hafiza, N. (2022). Proses Perubahan Pembelajaran Siswa dari Daring ke Luring pada Saat Pandemi Covid-19 di Madrasah Tsanawiyah. *EDUKATIF: JURNAL ILMU PENDIDIKAN*, 4(2), 1783–1792. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v4i2.2200>
- Renny, C. A. (2020). Management Stress Kerja Guru SD Terhadap Beban Kerja Pada Masa Pandemi Covid-19. *Consilia: Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling*, 3(3), 219–226.
- Robbins, S. P., & Judge, T. A. (2008). *Perilaku Organisasi* (12 ed.). Salemba Empat.
- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Penerbit Alfabeta.

Sutarto, W. (2010). *Psikologi Industri dan Organisasi: Dalam Suatu Bidang Gerak Psikologi Sumber Daya Manusia*. Prenada Media Group.

RIWAYAT HIDUP

1. Nama Lengkap : Mariani
2. Tempat dan Tanggal Lahir : Banjarmasin, 18 April 2000
3. Agama : Islam
4. Kebangsaan : Warga Negara Indonesia
5. Status Perkawinan : Belum Menikah
6. Alamat : Jl. Pangeran RT.04 RW.00 Kec.
Banjarmasin Utara
7. No. Hp : 081545592221
8. Alamat Email : marianiariyani18@gmail.com
9. Pendidikan
 - a. TK : TK Istiqomah
 - b. SD : SDN Kuin Utara 7
 - c. SMP : SMPN 15 Banjarmasin
 - d. SMA : SMAN 8 Banjarmasin
10. Orang Tua
 - a. Ayah
 - 1) Nama : Norhasimi
 - 2) Pekerjaan : Buruh Lepas
 - 3) Alamat : Jl. Pangeran RT.04 RW.001 Kec.
Banjarmasin Utara
 - b. Ibu
 - 1) Nama : Ida Nor Santy
 - 2) Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga
 - 3) Alamat : Jl. Pangeran RT.04 RW.001 Kec.
Banjarmasin Utara
11. Saudara (jumlah saudara) : Anak 2 dari 3 Bersaudara
12. Pengalaman Organisasi
 - a. LPPQ UIN Antasari : Anggota Pembelajaran (2019-2020)
13. Pengalaman Lainnya

a. Kelompok Penyelenggara Pemungutan Suara (KPPS)

Banjarmasin, 04 Juni 2025

Penulis

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Mariani', written in a cursive style. The signature is positioned above the printed name 'Mariani'.

Mariani