

ABSTRAK

Mariani, 180103040081. *Pengaruh kesejahteraan psikologis terhadap Stres Kerja Guru di Era New Normal pada Guru di SMAN 8 Banjarmasin*. Skripsi, Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Humaniora. Pembimbing: Dra. Hj. Siti Faridah, M. Ag., pada Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Humaniora. 2025.

Kata Kunci: Kesejahteraan Psikologis, Stres Kerja, Guru SMAN 8 Banjarmasin

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

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh kesejahteraan psikologis terhadap stres kerja guru di era *new normal* pada guru di SMAN 8 Banjarmasin. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan model regresi linear sederhana. Populasi penelitian yaitu 52 orang guru SMAN 8 Banjarmasin dengan pengambilan sampel yaitu menggunakan seluruh populasi untuk dijadikan subjek penelitian. Teknik pengumpulan data berupa kuesioner menggunakan skala Likert dengan 2 macam skala yaitu skala kesejahteraan psikologis dan stres kerja. Teknik analisis data menggunakan *IBM SPSS Statistic 21*.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa pada tingkat kesejahteraan psikologis guru SMAN 8 Banjarmasin sebanyak 42 guru termasuk dalam kategori kesejahteraan psikologis tinggi dengan persentasi (81%), dan 10 guru masuk dalam kategori sedang dengan persentasi (19%). Pada tingkat stres kerja kategori tinggi menunjukkan 1 guru dengan persentasi (2%), pada kategori sedang menunjukkan 34 guru dengan persentasi (65%), dan untuk kategori rendah menunjukkan 17 guru dengan persentasi (33%). Terdapat pengaruh antara kesejahteraan psikologis dan stres kerja pada guru SMAN 8 Banjarmasin dengan nilai signifikansi 0,000 ($0,000 < 0,05$) serta sumbangan koefisien determinasi sebesar 70,2% yang meyakinkan pengaruh kesejahteraan psikologis terhadap stres kerja sebesar 70,2%