

LAMPIRAN LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin

- Surat Izin Riset



Nomor : 313/Un.14/III.3/TL.00/02/2026
 Sifat : -
 Lampiran : 1 (satu) lembar
 Hal : Riset dalam Rangka Penyusunan Skripsi

Yth. PLT. Kepala Sekolah
 SDN Pasar Lama 1
 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 : Anisa Dwi Astuti
 NIM : 220103040149
 Jurusan : S1 Psikologi Islam
 Alamat : Komplek Griya Permata Jl. Melati 8 No.24E RT 009 RW 003 Kec. Alalak Kab. Barito Kuala 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.

Banjarmasin, 09 Februari 2026

Dekan,

Akhmad Sagir



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: 312/Un.14/III.3/PP.00.9/02/2026

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

Nama	: Anisa Dwi Astuti
NIM	: 220103040149
Semester	: VIII (Delapan)
Jurusan	: S1 Psikologi Islam
Alamat Sekarang	: Komplek Griya Permata Jl. Melati 8 No.24E RT 009 RW 003 Kec. Alalak Kab. Barito Kuala Prov. Kalimantan selatan
Untuk	: Melakukan riset / penelitian ilmiah dalam rangka pengumpulan data untuk penyusunan skripsi dengan judul:

Makna Regulasi Emosi Terhadap Kepuasan Kerja Guru di SDN Pasar Lama 1 Banjarmasin

Tempat yang dituju	: SDN Pasar Lama 1 Banjarmasin
Barang yang dibawa	: Seperangkat Alat Penelitian
Lamanya Riset	: 2 (Dua) Bulan
Dari Tanggal	: 11 Februari 2026
Sampai Tanggal	: 11 April 2026

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, 09 Februari 2026

Dekan, .

Akhmad Sagir

- Surat selesai riset



PEMERINTAH KOTA BANJARMASIN
DINAS PENDIDIKAN
SDN-SN PASAR LAMA 1 BANJARMASIN
 NSS : 101156005017 NPSN : 30304159
TERAKREDITASI A



Alamat : Jl. S. Parman No. 110. Telp 0511 – 3365363 Kode Pos 70115.
 E-mail : sdnpl1bjmth@gmail.com. Website :
<http://www.sdnpasarlama1bjm.sch.id>

SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN
Nomor : 034 /421.2/SDN_PL.1 / IV / 2026

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Endang Mariati, S.Pd
 NIP : 19690505 198911 2 001
 Pangkat/Golongan : Pembina Utama Muda / IVc
 Jabatan : Plt. Kepala Sekolah
 Unit Kerja : SDN Pasar Lama 1 Banjarmasin

Dengan ini menerangkan bahwa mahasiswa yang beridentitas :

Nama : Anisa Dwi Astusi
 NIM : 220103040149
 Program Studi : S1 Psikologi Islam
 Universitas : Islam Negeri Antasari Banjarmasin

Telah selesai melakukan penelitian di SDN-SN Pasar Lama 1 pada tanggal
 11 Februari – 11 April 2026 untuk memperoleh data dalam rangka penyusunan
 skripsi yang berjudul :

**"MAKNA REGULASI EMOSI TERHADAP KEPUASAN KERJA GURU DI SDN SN
 PASAR LAMA 1 BANJARMASIN"**

Demikian Surat Keterangan ini diberikan untuk dapat dipergunakan
 sebagaimana mestinya.

Banjarmasin, 17 April 2026
 Kepala Sekolah

 Endang Mariati, S.Pd
 NIP.19690505 198911 2 001



- Surat keterangan bebas plagiasi



Surat Keterangan Bebas Plagiasi

Nomor: 1397/Un.14/III.3/PP.00.9/06/2026

Ketua Program Studi Psikologi Islam menerangkan bahwa karya ilmiah yang dibuat oleh:

Nama	: Anisa Dwi Astuti
NIM	: 220103040149
Semester	: VIII (Delapan)
Tahun Akademik	: Genap 2025/2026
Prodi	: Psikologi Islam
Jenis Karya Ilmiah	: Skripsi
Judul Karya Ilmiah	: Makna Regulasi Emosi terhadap Kepuasan Kerja Guru di SDN Pasar Lama 1 Banjarmasin

telah melalui proses uji plagiasi menggunakan aplikasi Turnitin dan dinyatakan memenuhi persyaratan **bebas plagiasi** dengan persentase kemiripan tidak melebihi 25%, sesuai ketentuan yang berlaku, sebagaimana bukti terlampir.

Banjarmasin, 23 Juni 2026

a.n. Ketua Prodi Psikologi Islam

Sekretaris,



Muhammad, M.A

- Surat keterangan submit jurnal



SURAT KETERANGAN SUBMIT JURNAL

Nomor: 1314/Un.14/III.3/PP.00.9/06/2026

Dengan ini menerangkan bahwa:

Judul Karya Ilmiah : Makna Regulasi Emosi terhadap Kepuasan Kerja Guru Di SDN
 Pasar Lama 1 Banjarmasin
 Nama : Anisa Dwi Astuti
 NIM : 220103040149
 Program Studi : Psikologi Islam

Karya ilmiah tersebut telah disubmit untuk dipublikasikan di Jurnal JKPI: Jurnal Konseling dan Psikologi Indonesia (<https://ejournal.lli.or.id/index.php/JKPI/authorguidelines>) 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, 22 Juni 2026

a.n. Ketua Prodi Psikologi Islam

Sekretaris,



Muhammad, M.A

NIP 197903242023211012

Lampiran 2. Kartu Konsultasi



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

Kampus II: Jl. Pandarapan, Guntung Manggis, Banjarbaru, Kalimantan Selatan, Indonesia
Website: www.pt.uin-antasari.ac.id; E-mail: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id

Kartu Konsultasi

Nama : Anisa Dwi Astuti
NIM : 220103040149
Prodi : Psikologi Islam
Judul : Makna Regulasi Emosi Terhadap Kepuasan Kerja Guru di SDN Pasar Lama 1 Banjarmasin

Dosen Pembimbing :
1. Miftahul Aula Sa'adah, M.Psi., Psikolog
2. Dra. Mulyani, M.Ag

No.	Tanggal	Deskripsi Masalah yang Dikonsultasikan	Tanda Tangan
1	Selasa, 27 Januari 2026	Cover 1. Perbaikans spasi Perbaikan pada Bab 1 1. Paragraf pertama pada latar belakang sebaiknya hasil pemahaman dari penulis 2. Huruf kapital pada penulisan judul 3. Perubahan pada rumusan masalah Perbaikan pada Bab 2 1. Penulisan judul sub Bab 2. Teknik penulisan rata kanan-kiri Perbaikan pada Bab 3 1. Teknik penulisan 2. Typo Perbaikan teknik penulisan daftar pustaka	
2	Kamis, 05 Februari 2026	Perbaikan pada Bab 1 1. Typo setiap halaman 2. Ganti kata pada rumusan masalah Perbaikan pada Bab 2 1. Typo setiap halaman 2. Penulisan ayat al-qur'an 3. Tambahkan tafsir ayat 4. Kerangka pikir Perbaikan pada Bab 3 - Typo setiap halaman	
3	Rabu, 18 Februari 2026	Bimbingan mengenai informan Judgement	
4	Selasa, 14 April 2026	1. perbaikan penulisan 2. Masih banyak typo 3. Tambahkan lagi referensi di setiap paragraf	
5	Rabu, 22 April 2026	1. Teknik penulisan 2. Ukuran ayat 3. Daftar pustaka	



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

Kampus II: Jl. Pandarapan, Guntung Manggis, Banjarbaru, Kalimantan Selatan, Indonesia
 Website: www.pi.uin-antasari.ac.id; E-mail: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id

6	Senin, 04 Mei 2026	Bimbingan terkait hasil wawancara	<i>[Signature]</i>
7	Rabu, 06 Mei 2026	Konsultasi terkait jurnal penelitian	<i>[Signature]</i>
8	Selasa, 12 Mei 2026	Perbaikan pada Bab 1 1. Jarak pada Sub Bab terlalu jauh Perbaikan pada Bab 2 1. Spasi pada ayat dan arti al-qur'an 2. Tambahkan ayat al-qur'an yang relevan 3. Tambahkan tafsir ayat al-qur'an Perbaikan pada Bab 3 1. Konsisten teknik penulisan judul bab dengan yang sebelumnya 2. Jarak pada sub Bab terlalu jauh 3. Berikan pengertian singkat pada bagian wawancara, observasi, dan dokumentasi Perbaikan pada Bab 4 1. Konsisten teknik penulisan pada judul bab dengan yang sebelumnya 2. Untuk tabel itu 1 spasi, dan rata kanan-kiri 3. Berikan kepala tabel karena terpotong halaman baru 4. Berikan penjelasan lagi pada subjek penelitian 5. Tambahkan tabel identitas subjek penelitian 6. 1 spasi pada kutipan hasil wawancara 7. Berikan tabel/bagan per subjek sebelum masuk ke pembahasan 8. Tambahkan referensi pada bagian pembahasan Temuan penelitian diganti dengan keterbatasan penelitian	<i>[Signature]</i>
9	Juma'at 12 Juni 2026	1. Tambahkan interpretasi di setiap akhir hasil wawancara 2. Tambahkan sintesis di akhir pembahasan pada hasil penelitian pertama 3. Pada pembahasan, jangan lagi membahas per subjek satu per satu	<i>[Signature]</i>
10	Senin, 15 Juni 2026	1. Perbaikan pada teknik penulisan 2. Tambahkan lagi hasil wawancara di bagian penyajian data 3. Tambahkan lagi referensi di setiap paragraf	<i>[Signature]</i>
11	Rabu, 17 Juni 2026	Perbaikan pada teknik penulisan	<i>[Signature]</i>
12	Kamis, 18 Juni 2026	Tanda tangan persetujuan sidang	<i>[Signature]</i>



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

Kampus II: Jl. Pandarapan, Guntung Manggis, Banjarbaru, Kalimantan Selatan, Indonesia
Website: www.pi.uin-antasari.ac.id; E-mail: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id

....			
------	--	--	--

Banjarmasin, Mei 2026
Ketua Program Studi Psikologi Islam,


Mahdia Fadhila, M.Psi, Psikolog

Kartu Konsultasi



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

Kampus II: Jl. Pandarapan, Guntung Manggis, Banjarbaru, Kalimantan Selatan, Indonesia
Website: www.pi.uin-antasari.ac.id; E-mail: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id

Kartu Konsultasi

Nama : Anisa Dwi Astuti
NIM : 220103040149
Prodi : Psikologi Islam
Judul : Makna Regulasi Emosi Terhadap Kepuasan Kerja Guru di SDN Pasar Lama I Banjarmasin

Dosen Pembimbing :
1. Miftahul Aula Sa'adah, M.Psi., Psikolog
2. Dra. Mulyani, M.Ag

No.	Tanggal	Deskripsi Masalah yang Dikonsultasikan	Tanda Tangan
1	Selasa, 26 Januari 2026	Perbaikans spasi judul pada cover Huruf kapital pada penulisan judul Penulisan judul sub Bab Teknik penulisan	
2	Kamis, 09 Februari 2026	Penulisan ayat al-qur'an Tambahkan tafsir ayat	
3	Rabu, 04 Maret 2026	Teknik penulisan rata kanan-kiri	
4	Senin, 13 April 2026	perbaikan penulisan Masih banyak typo No halaman	
5	Kamis, 16 April 2026	Jarak pada daftar pustaka	
6	Senin, 20 April 2026	Ukuran font pada bagian kata persembahan kebesaran	
7	Senin, 08 Juni 2026	Konsisten untuk teknik penulisan pada daftar pustaka	
8	Rabu, 10 Juni 2026	Teknik penulisan pada judul tabel Jarak tabel dengan judul tabel	
9	Jum'at, 12 Juni 2026	Cari ayat yang relevan	
10	Senin, 15 Juni 2026	Jarak margin atas, bawah, kiri, kanan	
11	Rabu, 17 Juni 2026	Jarak spasi awal paragraf	
12	Kamis, 18 Juni 2026	Persetujuan sidang	



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

Kampus II: Jl. Pandarapan, Guntung Manggis, Banjarbaru, Kalimantan Selatan, Indonesia
Website: www.pi.uin-antasari.ac.id; E-mail: psikologi.islam@uin-antasari.ac.id

Banjarmasin, Juni 2026
Ketua Program Studi Psikologi Islam,

Mahdia Fadhila, M.Psi, Psikolog

Lampiran 3. Expert Judgement & Informend Consent

Hal : Permohonan Expert Judgment Instrumen Wawancara

Lampiran : Beberapa lembar

Yth. Rifqa Amalia Azzyati, S.Psi., M.A

di Tempat

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Dengan hormat,

Sehubungan dengan penelitian saya yang berjudul "MAKNA REGULASI EMOSI TERHADAP KEPUASAN KERJA GURU DI SDN PASAR LAMA I BANJARMASIN", saya mengajukan permohonan kepada ibu untuk memberikan penilaian sebagai Expert Judgment Instrumen Wawancara yang telah saya susun.

Penilaian ibu sangat berarti dalam meningkatkan mutu dan keabsahan instrumen penelitian ini. Instruksi terkait pelaksanaan penilaian saya lampirkan untuk memudahkan proses penilaian.

Demikian permohonan ini saya sampaikan. Atas perhatian dan kesediaan ibu, saya ucapkan terima kasih.

Wassalamu 'alaikum warahmatullahi wabarakatuh.

Hormat saya,



Anisa Dwi Astuti

NIM. 220103040149

Hal : Permohonan Expert Judgment Instrumen Wawancara

Lampiran : Beberapa lembar

Yth. Nurhamidah, M.Psi.

di Tempat

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Dengan hormat,

Sehubungan dengan penelitian saya yang berjudul "MAKNA REGULASI EMOSI TERHADAP KEPUASAN KERJA GURU DI SDN PASAR LAMA 1 BANJARMASIN", saya mengajukan permohonan kepada ibu untuk memberikan penilaian sebagai Expert Judgment Instrumen Wawancara yang telah saya susun.

Penilaian ibu sangat berarti dalam meningkatkan mutu dan keabsahan instrumen penelitian ini. Instruksi terkait pelaksanaan penilaian saya lampirkan untuk memudahkan proses penilaian.

Demikian permohonan ini saya sampaikan. Atas perhatian dan kesediaan ibu, saya ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh.

Hormat saya,



Anisa Dwi Astuti

NIM. 220103040149



FORMULIR INFORMED CONSENT

Judul Penelitian : Makna Regulasi Emosi Terhadap Kepuasan Kerja Guru di SDN Pasar Lama 1 Banjarmasin
 Peneliti : Anisa Dwi Astuti
 email : dwianisa2626@gmail.com
 Program Studi : Psikologi Islam
 Fak./Univ. : Ushuluddin dan Humaniora/UIN Antasari
 Partisipan : YJ

Pernyataan Informed Consent:

Saya, YJ, dengan ini menyatakan bahwa saya telah membaca dan memahami penjelasan mengenai penelitian yang akan dilaksanakan oleh Anisa Dwi Astuti berjudul "Makna Regulasi Emosi Terhadap Kepuasan Kerja Guru di SDN Pasar Lama 1 Banjarmasin". Saya dengan sukarela bersedia menjadi peserta dalam penelitian ini.

Penjelasan mengenai tujuan penelitian ini, yaitu 1. Untuk mengetahui makna tahapan regulasi emosi dan penerapannya dalam menghadapi tuntutan dan dinamika pekerjaan di SDN Pasar Lama 1 Banjarmasin. 2. Untuk mengetahui makna kepuasan kerja berdasarkan pengalaman emosional dan kondisi kerja di SDN Pasar Lama 1 Banjarmasin., telah disampaikan kepada saya. Saya menyadari bahwa partisipasi saya dalam penelitian ini bersifat sukarela, dan saya memiliki hak untuk menolak atau menghentikan partisipasi kapan saja tanpa adanya konsekuensi negatif.

Saya telah diberikan kesempatan untuk mengajukan pertanyaan dan telah memperoleh jawaban yang memuaskan mengenai penelitian ini. Saya juga memahami bahwa data yang diperoleh dari partisipasi saya akan dijaga kerahasiaannya dan hanya akan digunakan untuk keperluan penelitian.

Dengan memberikan tanda tangan di bawah ini, saya memberikan izin kepada Anisa Dwi Astuti untuk merekam, menganalisis, dan menggunakan informasi yang saya berikan selama partisipasi dalam penelitian ini. Saya juga memberikan izin kepada peneliti untuk menggunakan hasil penelitian ini untuk kepentingan akademis dan publikasi ilmiah, dengan menjaga kerahasiaan identitas saya.

Saya menyadari bahwa saya memiliki hak untuk menarik partisipasi saya tanpa memberikan alasan kapan saja selama penelitian masih berlangsung.

Tanda Tangan Partisipan : 
 Tanggal : 9 Maret 2026

Tanda Tangan Peneliti : 
 Anisa Dwi Astuti
 Tanggal : 06 Maret 2026

Catatan: Salinan formulir ini akan diberikan kepada partisipan. Tanda tangan elektronik atau tanda tangan di atas kertas dianggap sebagai persetujuan partisipan.



FORMULIR INFORMED CONSENT

Judul Penelitian : Makna Regulasi Emosi Terhadap Kepuasan Kerja Guru di SDN Pasar Lama 1 Banjarmasin
 Peneliti : Anisa Dwi Astuti
 email : dwianisa2626@gmail.com
 Program Studi : Psikologi Islam
 Fak./Univ. : Ushuluddin dan Humaniora/UIN Antasari
 Partisipan : YN

Pernyataan Informed Consent:

Saya, YN, dengan ini menyatakan bahwa saya telah membaca dan memahami penjelasan mengenai penelitian yang akan dilaksanakan oleh Anisa Dwi Astuti berjudul "Makna Regulasi Emosi Terhadap Kepuasan Kerja Guru di SDN Pasar Lama 1 Banjarmasin". Saya dengan sukarela bersedia menjadi peserta dalam penelitian ini.

Penjelasan mengenai tujuan penelitian ini, yaitu 1. Untuk mengetahui makna tahapan regulasi emosi dan penerapannya dalam menghadapi tuntutan dan dinamika pekerjaan di SDN Pasar Lama 1 Banjarmasin. 2. Untuk mengetahui makna kepuasan kerja berdasarkan pengalaman emosional dan kondisi kerja di SDN Pasar Lama 1 Banjarmasin., telah disampaikan kepada saya. Saya menyadari bahwa partisipasi saya dalam penelitian ini bersifat sukarela, dan saya memiliki hak untuk menolak atau menghentikan partisipasi kapan saja tanpa adanya konsekuensi negatif.

Saya telah diberikan kesempatan untuk mengajukan pertanyaan dan telah memperoleh jawaban yang memuaskan mengenai penelitian ini. Saya juga memahami bahwa data yang diperoleh dari partisipasi saya akan dijaga kerahasiaannya dan hanya akan digunakan untuk keperluan penelitian.

Dengan memberikan tanda tangan di bawah ini, saya memberikan izin kepada Anisa Dwi Astuti untuk merekam, menganalisis, dan menggunakan informasi yang saya berikan selama partisipasi dalam penelitian ini. Saya juga memberikan izin kepada peneliti untuk menggunakan hasil penelitian ini untuk kepentingan akademis dan publikasi ilmiah, dengan menjaga kerahasiaan identitas saya.

Saya menyadari bahwa saya memiliki hak untuk menarik partisipasi saya tanpa memberikan alasan kapan saja selama penelitian masih berlangsung.

Tanda Tangan Partisipan : 
 Tanggal : 10 maret 2026

Tanda Tangan Peneliti : 
 Anisa Dwi Astuti
 Tanggal : 06 Maret 2026

Catatan: Salinan formulir ini akan diberikan kepada partisipan. Tanda tangan elektronik atau tanda tangan di atas kertas dianggap sebagai persetujuan partisipan.



FORMULIR INFORMED CONSENT

Judul Penelitian : Makna Regulasi Emosi Terhadap Kepuasan Kerja Guru di SDN Pasar Lama 1 Banjarmasin
 Peneliti : Anisa Dwi Astuti
 email : dwianisa2626@gmail.com
 Program Studi : Psikologi Islam
 Fak./Univ. : Ushuluddin dan Humaniora/UIN Antasari
 Partisipan : NL

Pernyataan Informed Consent:

Saya, NL, dengan ini menyatakan bahwa saya telah membaca dan memahami penjelasan mengenai penelitian yang akan dilaksanakan oleh Anisa Dwi Astuti berjudul "Makna Regulasi Emosi Terhadap Kepuasan Kerja Guru di SDN Pasar Lama 1 Banjarmasin". Saya dengan sukarela bersedia menjadi peserta dalam penelitian ini.

Penjelasan mengenai tujuan penelitian ini, yaitu 1. Untuk mengetahui makna tahapan regulasi emosi dan penerapannya dalam menghadapi tuntutan dan dinamika pekerjaan di SDN Pasar Lama 1 Banjarmasin. 2. Untuk mengetahui makna kepuasan kerja berdasarkan pengalaman emosional dan kondisi kerja di SDN Pasar Lama 1 Banjarmasin., telah disampaikan kepada saya. Saya menyadari bahwa partisipasi saya dalam penelitian ini bersifat sukarela, dan saya memiliki hak untuk menolak atau menghentikan partisipasi kapan saja tanpa adanya konsekuensi negatif.

Saya telah diberikan kesempatan untuk mengajukan pertanyaan dan telah memperoleh jawaban yang memuaskan mengenai penelitian ini. Saya juga memahami bahwa data yang diperoleh dari partisipasi saya akan dijaga kerahasiaannya dan hanya akan digunakan untuk keperluan penelitian.

Dengan memberikan tanda tangan di bawah ini, saya memberikan izin kepada Anisa Dwi Astuti untuk merekam, menganalisis, dan menggunakan informasi yang saya berikan selama partisipasi dalam penelitian ini. Saya juga memberikan izin kepada peneliti untuk menggunakan hasil penelitian ini untuk kepentingan akademis dan publikasi ilmiah, dengan menjaga kerahasiaan identitas saya.

Saya menyadari bahwa saya memiliki hak untuk menarik partisipasi saya tanpa memberikan alasan kapan saja selama penelitian masih berlangsung.

Tanda Tangan Partisipan
 Tanggal

: 
 : 12 Maret 2026

Tanda Tangan Peneliti
 Tanggal

: 
 Anisa Dwi Astuti
 : 06 Maret 2026

Catatan: Salinan formulir ini akan diberikan kepada partisipan. Tanda tangan elektronik atau tanda tangan di atas kertas dianggap sebagai persetujuan partisipan.

Lampiran 4. Guide Wawancara

Baris	Uraian Wawancara
1	Bagaimana ibu memaknai pentingnya memilih atau menghindari situasi tertentu dalam mengelola emosi saat bekerja ?
2	Situasi apa yang di sekolah yang biasanya memicu emosi tertentu ibu?
3	Apakah ibu pernah secara sadar untuk memilih menghadapi/menghindar situasi agar emosi tetap terkendali ?
4	Bagaimana ibu menentukan waktu yang tepat untuk menyelesaikan permasalahan di sekolah agar tidak terbawa emosi ?
5	Bagaimana cara ibu menyesuaikan/mengubah situasi kerja ketika mulai tertekan secara emosional ?
6	Apakah ibu pernah melakukan penyesuaian dalam metode belajar atau komunikasi untuk mengurangi tekanan emosi ?
7	Bisakah ibu menceritakan pengalaman ketika mengubah situasi tertentu membantu mengelola saat bekerja ?
8	Menurut ibu, seberapa efektif upaya modifikasi situasi dalam menghadapi dinamika pekerjaan sebagai guru ?
9	Apa yang biasanya ibu lakukan untuk mengalihkan perhatian ketika menghadapi situasi yang memicu emosi negatif di sekolah ?
10	Bagaimana cara ibu menjaga konsentrasi mengajar ketika sedang berada dalam kondisi emosi yang kurang stabil ?
11	Apakah ibu pernah memilih untuk fokus pada hal lain agar tidak larut dalam emosi tertentu ? (bisa ceritakan contohnya)
12	Menurut ibu, bagaimana peran pengalihan perhatian ini dalam menjaga profesionalisme sebagai guru ?
13	Bagaimana cara ibu memaknai atau menilai kembali situasi sulit yang dihadapi dalam pekerjaan sebagai guru ?

14	Bagaimana cara ibu menenangkan diri ketika menghadapi masalah dengan siswa, orang tua, atau rekan kerja ?
15	Apakah ibu pernah melihat suatu masalah dari sudut pandang berbeda untuk mengelola emosi ? (bisa ceritakan contohnya)
16	Menurut ibu, seberapa penting perubahan kognitif (perubahan cara berfikir) membantu menghadapi permasalahan pekerjaan di sekolahan ?
17	Apa yang biasanya ibu lakukan ketika emosi sudah muncul saat menjalankan tugas sebagai guru ?
18	Bagaimana cara ibu mengendalikan ekspresi emosi agar tetap profesional di lingkungan sekolah ?
19	Apakah ibu memiliki cara tertentu untuk menenangkan diri setelah mengalami situasi yang menguras emosi ?
20	Bagaimana pengendalian respon emosi ini berdampak pada hubungan ibu dengan siswa/rekan kerja ?
	KEPUASAN KERJA
21	Bagaimana ibu memaknai pekerjaan sebagai guru di SDN Pasar Lama 1 Banjarmasin ?
22	Sejauh mana pekerjaan yang ibu jalani saat ini sesuai dengan minat dan kemampuan ibu ?
23	Apakah ada bagian dari pekerjaan guru yang paling memberikan kepuasan secara emosional bagi ibu ?
24	Apakah tantangan dalam pekerjaan sebagai guru mempengaruhi kepuasan kerja ibu ? bagaimana ?
25	Bagaimana pandangan ibu terhadap gaji/penghasilan yang diterima sebagai guru di sekolahan ini ?
26	Apakah ibu menilai gaji yang diterima sudah sebanding dengan beban dan tanggung jawab pekerjaan ?
27	Bagaimana gaji mempengaruhi semangat dan kepuasan ibu dalam bekerja ?
28	Sejauh mana gaji mempengaruhi kondisi emosional ibu saat bekerja sebagai guru ?
29	Bagaimana pengalaman ibu terkait kesempatan promosi atau pengembangan karier di sekolahan ini ?
30	Apakah sistem promosi yang diterapkan di sekolah sudah dirasakan adil/transparan ?

31	Apakah peluang promosi mempengaruhi semangat dan kepuasan kerja ibu ?
32	Bagaimana harapan ibu terhadap jenjang karier ke depan sebagai guru ?
33	Bagaimana pengalaman ibu dalam menerima arahan dan bimbingan dari kepala sekolah ?
34	Bagaimana supervisi yang diberikan membantu ibu dalam meningkatkan kinerja dan kompetensi mengajar ?
35	Bagaimana gaya kepemimpinan atasan mempengaruhi kenyamanan emosional ibu dalam bekerja ?
36	Bagaimana pengaruh supervisi terhadap kepuasan kerja ibu sebagai guru ?
37	Bagaimana ibu menggambarkan hubungan sehari-hari dengan rekan guru di sekolahan ini ?
38	Sejauh mana kerja sama antara rekan guru membantu ibu dalam menghadapi tuntutan pekerjaan ?
39	Bagaimana dukungan emosional dari rekan kerja mempengaruhi kepuasan kerja ibu ?
40	Bagaimana pengaruh iklim sosial di lingkungan sekolah terhadap kenyamanan dan kepuasan kerja ibu ?

Lampiran 5. Dokumentasi



Wawancara Informan YN



Wawancara Informan YJ



Wawancara Informan YL



Observasi Indorman YN



Observasi Informan YJ



Observasi Informan NL

Lampiran 6. Verbatim

WAWANCARA SUBJEK 1

IDENTITAS : Guru YJ

WAKTU : 9 Maret 2026

LOKASI : SDN Pasar Lama 1 Banjarmasin

Baris	Pelaku	Uraian Wawancara
1	Pelaku	Assalamuaikum ibu, perkenalkan ulun Anisa Dwi Astuti, mahasiswi Psikologi Islam dari UIN antasari banjarmasin, izin ibu, ulun disini ingin mewawancari pian terkait makna regulasi emosi terhadap kepuasan kerja guru di SDN Pasar Lama 1 Banajarmasin.
2	Subjek	Inggih silakan ding.
3	Peneliti	Baik ibu langsung aja, bagaimana ibu memaknai pentingnya memilih atau menghindari situasi tertentu dalam mengelola emosi saat bekerja sebagai guru ?
4	Subjek	<i>Kalo untuk emosi ini ibu lebih pada situasi dikelas pang, nah kalo situasi di kelas ini kan, kayanya kondisinya mencari untuk memilihnya pasti memilih hal positif, yakan, kalo menghindari pasti menghindari hal yang negatif, yang pertamakan kalo kami seorang guru nih pasti tenang, tetap tenang, sabar, habistu melihat kondisi siswa itu ribut karena apa, kan biasanya kalo guru emosinya karena keributan siswa pada saat kita mengajar, pada saat kita ulangan, atau pada saat kita menyuruh mereka mengerjakan tugas sekolah, ada tugas dibuku, tugas lembar kerja, kadangkannya apa yang kadang kita inginkan pasti akan muncul karena mereka berpandangan, bajalan kesitu kemari, kena inya bahkan ada yang beteriak-teriak, kena ada yang melihat punya kawan, kadang kan yang kita inginkan mereka mandiri, walaupun kerja sama kan dalam hal diskusi, tapi kan disitu ibu tetap tenang dulu, berfikir sabar dulu, berfikir positif dulu, eeh kenapa sih mereka ribut, misalnya dalam hal pelajaran, misalnya oh mungkin ibu terlalu banyak ceramah, jadi ibu ambil dulu sisi negatifnya ke diri ibu kaya itukan supaya tidak emosinya mengelonjak pada saat melihat seperti itu, tapi ibu harus mencari dulu sisi negatif/positif dibagianmana, ooh kalo negatif nya</i>

		<i>ibu lari ke diri ibu dulu, oh mungkin pembelajaran ibu membosankan nih, og jangan-jangan ini, nanti kalo sisi positifnya ibu ambil ini aja biasanya, diberi tepukan(tepuk satu) untuk menenangkan seluruh kelas atau misalnya dipanggil semua/apa jadi untuk menenangkan hal hal yang ribut tadih ibu kepada permainan/bertepuk aja/apa sih yang ibu inginkan, misalnya anak-anak ribut/anak-anak berbicara, ibu kada mau menegur jangan ribut nak, kan banyak kalo di psikologi itu kan untuk anak itu sendiri kada boleh menggunakan kata jangan, kata tidak, jadi ibu misalnya inya ribut, apa yang ibu inginkan, oh tenang misalnya, tidak berbicara, jadi ibu biasanya me inikan “boleh tenang ngga sebentar” kaya itu aja sih ibu, lebih aoa yang ibu inginkan, berusaha untui tidak mengatakan jangan, “jangan ribut pang”, ibu berusaha kalo buhanya ribut apa yng ibu inginkan, ooh tidak ribut nih, tapi kalimatnya bukan “jangan ribut”, tapi lebih kepada “oh tenang sebentar nak, suaranya boleh dipelankan lah,/ bolehlah ibu bicara, gantian ya”, biasanya seperti itu</i>
5	Peneliti	Situasi apa yang disekolah yang biasanya memicu emosi tertentu ibu?
6	Subjek	<i>Persi guru lah, kalo didalam kelas itu kan emosinya lebih kepada munculnya pada saat anak-anak yang tidak kita harapkan ternyata muncul sesuatu yang kada kita harapkan, lebih kesana sih ibu. Ketika menghadapi siswa, apalagi ibu di kelas rendah ya kan, kan dia usianya pun masih usia bermain, makanya pada saat pembelajaran itu, berusaha untuk mencari ini, eee pembelajaran yang menyenangkan, jangan yang menulis, menjawab soal, tapi bahkan soal-soal pun ibu bikin puisi, yang rame lah, misalnya sambil mewarna lah</i>
7	Peneliti	Apakah ibu pernah secara sadar untuk memilih menghadapi/menghindar situasi agar emosi tetap terkendali?
8	Subjek	<i>Kalo menghindari sih ibu lebih tidak menghindari pang, lebih menghadapi, karnakan harus membiasakan siswa, untuk di kelas itu dengan guru seperti apa, kalo ibu hindari, misalnya ibu keluarkan, nah itu kayanya lebih kada bagus lagi.</i>
9	Peneliti	Bagaimana ibu menentukan waktu yang tepat untuk menyelesaikan permasalahan di sekolah agar tidak terbawa emosi?

10	Subjek	<i>Biasanya ibu kada langsung menanggapi pas suasana lagi ribut atau emosi muncul. Ibu menenangkan diri terlebih dahulu, melihat situasinya dulu, nah mun sudah agak tenang baru ibu biicara dengan siswa atau menyelesaikan masalah supaya kada terbawa emosi</i>
11	Peneliti	Bagaimana ibu menyesuaikan/mengubah situasi kerja ketika mulai tertekan secara emosional?
12	Subjek	<i>Ini kita kembali ke kelas lagi lah, kalo tertekan kada pang, kada sampai tertekan emosinya, kalo menyesuaikan ya itu tadih, ibu lebih kepada intropeksi diri dulu, melihat situasi nya, terus menenangkan diri dulu, artinya itu tadih refleksi diri lah, kenapa siswa ini bisa ini bisa itu, apalagi kalo misalnya soal-soal itu mudah diberikan, maka siswa yang pahamnya penuh cepat sekali, maka ia akan mencoba menghindari kebosanan dengan cara berbicara, nah itu dengan hal itu ibu mencari tugas lain untuknya misalnya boleh duduk ke belakang, kepojok baca, untuk menghindari itu.</i>
13	Peneliti	Apakah ibu pernah melakukan penyesuaian dalam metode belajar atau komunikasi untuk mengurangi tekanan emosi?
14	Subjek	<i>Ya seperti tadih, ketika pada saat pembelajaran itu, berusaha untuk mencari pembelajaran yang menyenangkan, jangan terlalu yang menulis, menjawab soal, dan itu bahkan soal-soal pun ibu bikin kaya puisi, yang rame lah ya, kaya misalnya sambil mewarnai gitu</i>
15	Peneliti	Bisakah ibu ceritakan pengalaman ketika mengubah situasi tertentu membantu mengelola emosi saat bekerja ?
16	Subjek	<i>Pernah,waktu itu pas ana-anak mulai ribut waktu belajar. Nah awalnya ibu lihat dulu kenapa mereka ribut, owh atau mungkin karena pembelajarannya kelamaan ceramah. Jadi ibu ubah dengan tepukan, permainan kecil, terus atau kegiatan lain yang supaya perhatian mereka kembali lagi ke pembelajaran gitu.</i>
17	Peneliti	Menurut ibu, seberapa efektif upaya modifikasi situasi dalam menghadapi dinamika pekerjaan sebagai guru?
18	Subjek	<i>Menurut ibu cukup efektif lah, karena kan anak-anak kelas rendah ini cepat bosan lo. Jadi mun situasi kelas diubah sedikit aja, misalnya dengan permainan atau gerakan, nah biasanya mereka tuh</i>

		<i>langsung fokus lagi dan suasana kelas bisa jadi tenang lagi</i>
19	Peneliti	Apa yang biasanya ibu lakukan untuk mengalihkan perhatian ketika menghadapi situasi yang memicu emosi negatif di sekolah?
20	Subjek	<i>Ibu lah mengalihkan perhatiannya?, kalo mengalihkan perhatian sih ibu kada pernah pang, ibu lebih nyaman menyelesaikan masalah tersebut gitu, eee ibaratnya ibu tidak mau membiarkan hal-hal negati muncul dikelas, karena nanti takutnya, oh berarti ibu membolehkan aja seperti ini, oh berarti ibu kada papa, oah berarti ibu kada marah kitu nah, jadi ibu lebih menyelesaikan aja, kalo untuk mengalihkan perhatian paling tadih kalo misalnya ribut, ibu kasih game, ibu kasi gerakan "yuu kita senyum semua yo", "ayo hitungan ke lima lihat ibu semua", nah makanya kalo guru sd ini dominan suaranya harus nyaring, apalagi kelas rendah.</i>
21	Peneliti	Bagaimana cara ibu menjaga konsentrasi mengajar ketika sedang dalam kondisi emosi yang kurang stabil?
22	Subjek	<i>Emm biasanya ibu mengingat lagi pang lah tujuan ibu mengejut itu gasan apa, membantu anak-anak belajar, nah jadi walaupun ibu ada situasi yang bikin sedikit emosi lah, ibu tetap mencoba fokus ke pembelajaran dan mencari cara supaya kelas itu kembali kondusif lagi, biasanya ibu kaya itu pang</i>
23	Peneliti	Apakah ibu pernah memilih untuk fokus pada hal lain agar tidak larut dalam emosi tertentu? Bisa ceritakan contohnya?
24	Subjek	<i>Alhamdulillah ibu kada suah larut dalam emosi pang, ya itu tadih ibu lebih memilih menyelesaikan pada saat itu juga, kada handak belarut-larut dalam masalah, kada handak mencari solusinya nanti, tapu ibu mencoba untuk selalu jika ada masalah, ada tekanan emosi pada siswa ibu akan menyelesaikan langsung.</i>
25	Peneliti	Menurut ibu, bagaimana peran pengalihan perhatian ini dalam menjaga profesionalisme sebagai guru ?
26	Subjek	<i>Menurut ibu itu penting lah, karena lo guru tuh kan harus bisa mengendalikan diri di depan siswa. Jadi mun ada situasi yang bikin emosi tuh kita yaa harus bisa mengelola supaya tetap profesional jar urang tuh, supaya pembelajaran tetap berjalan dengan baik</i>

27	Peneliti	Bagaimana cara ibu memaknai atau menilai kembali situasi sulit yang dihadapi dalam pekerjaan sebagai guru?
28	Subjek	<i>Kalonya tuntutan, anggap misalnya kalo gurukan tuntutannya administrasi, pengelolaan kelas, itu bagi ibu bukan masalah, itu memang tugas dari guru kan, jadi kada dijadikan masalah, jadi cari aja solusi kalo memang administrasi eee dituntut, karena memang itu tanggung jawab kami, kami lakukan, karena inikan kebetulan kita, kita nih kada satu sekolah aja di banjarmasin, kita kan banyak rekan kerja, rekan sejawat, kawan-kawan, kita kan pasti bisa saling shering, jadi kd bekerja sendiri kitu nah, kolaborasilah, kolaborasi pun kada disekolah sini aja, sekolah sekolah lain pun, apalgi ada kegiatan KKG, itu kan administrasi itu tertolong karena itukan biasanya kegiatakn KKG itu menolong guru-guru dalam pembuatan administrasi, modul ajar, dll, kalo masalh siswa, pengelolaan kelas itu kita sih yang mandiri belajar, ee itu memang kada bisa dikatakan masalah karena itu memang tugas kita, memang harus dimiliki semua sekolah, kalo pengelolaan kelas nya kada bisa kita tangani mungkin pembelajaran kada bisa berlangsung dengan baik, kan pertama kali yang kita kondisikan pagi-pagi inikan emosi nya dulu, kenyamanan inya dikelas, makanya biasanya ibu pagi tuh sebelum mulai pembelajaran ibu biasanya bekisah dulu, cerita-cerita inspiratif buat siswa untuk kehidupannya yang akan datang, atau contoh pengalaman hidup ibu dulu, jadi mereka kada hanya menerima pembelajaran dari isi dalam buku akademik mereka tapi ibu menanamkan juga dalam kehidupan mereka, kontekstual lah, itu aja sih sebenarnya, jadi bukan masalah, tapi mungkin bagi kita itu masalah ya lo, tapi kalo bagi guru itukan emang tanggung jawab kami, tugas kami.</i>
29	Peneliti	Bagaimana cara ibu menenangkan diri ketika menghadapi masalah dengan siswa, orang tua, atau rekan kerja?
30	Subjek	<i>Emm kalo itu lah, ya itu biasanya ibu menenangkan diri dulu, terus mencoba berpikir positif, mun lawan siswa biasanya langsung di selesaikan di kelas, kalo misalnya lawan orang tua biasanya ibu tuh diskusi dulu lawan kepala sekolah supaya ada penyelesaian lebih baik</i>

31	Peneliti	Apakah ibu pernah melihat suatu masalah dari sudut pandang berbeda untuk mengelola emosi (bisa ceritakan)?
32	Subjek	<i>Owh itu pernah, ada waktu itu siswa ribut, nah ibu mencoba melihat dari sisi siswa jua, mungkin inya lagi bosan atau belum paham lawan materi pembelajaran. Jadi dari situ ibu mencoba mengubah cara mengajar supaya mereka itu lebih tertarik dan semangat lagi</i>
33	Peneliti	Menurut ibu, seberapa penting perubahan kognitif (perubahan cara berfikir) membantu menghadapi permasalahan pekerjaan di sekolah?
34	Subjek	<i>Emm kalo menurutu ibu penting banar lah, karena kan mun cara berpikir kita positif ja maka kita bisa melihat masalah itu sebagai bagian dari tugas, dari tanggung jawab kita sebagai guru ya loo, kada melihat sebagai beban gitu</i>
35	Peneliti	Apa yang biasanya ibu lakukan ketika emosi sudah muncul saat menjalankan tugas sebagai guru?
36	Subjek	<i>Kalo pas di kelas tuh lah, ibu ya itu biasanya menenangkan diri dahulu, kada langsung marah, ibu mencoba berpander lawan siswa ini begamatan, mengingatkan mereka dengan cara baik-baik, kaya itu pang ibu lah</i>
37	Peneliti	Bagaimana cara ibu mengendalikan ekspresi emosi agar tetap profesional di lingkungan sekolah?
38	Subjek	<i>Nah jadi ibu tuh lah, ibu berusaha tetap tenang di depan siswa-siswa ibu, ya walaupun mungkin di hati ada merasa kesal nih melihat kelakuan buhanya, tapi ibu mencoba menyampaikan dengan bahasa yang baik supaya siswa ini tetap nyaman belajar dengan ibu gitu</i>
39	Peneliti	Apakah ibu memiliki cara tertentu untuk menenangkan diri setelah mengalami situasi yang menguras emosi?
40	Subjek	<i>Menganggap situasi itu sebagai ujian, ketika ada situasi yang berhubungan dengan orang tua siswa, ibu berdiskusi dengan kepala sekolah dan wakil kepala sekolah, jadi dari cerita ibu, cerita orang tua siswanya jadi kepala sekolah yang menangani, jadi orang tuanya emosinya ke kepala sekolah, kalo lawan ibu mungkin emosi tapi karena kada berhadapan dengan ibu, Cuma lewat chat aja, anah itu ibukan mengatakn sebenarnya, ibu Cuma video, ibu punya saksi, punya foto, dan orang tua pun bahkan kada setuju karena memang anak-anak</i>

		<i>cerita “anu mae si itu teriak teriak” mengganggu kan, tapikan orang tua kada bisa berbuat apa-apa, karena punya sekolah hak itu, nah kalo emosi banar kada jua pang ibu, ko ada orang tua yang kada mau menerima keadaan anaknya, kada mau meumpati aturan sekolah itu aja si ibu berfikirnya, kalo sampai setres sampai anu kada pang, ya karna itu tadih kembali, ibu punya sangu, punya bekal ketika menghadapi siswa-siswa, orang tua yang berbagai macam sifat, jadi kalo ada siswa/orang tuanya kaya gitu ditanganinya dengan tenang aja, nyaman aja, senyum, sopan, kada kawa yang sama emosi, yang satu emosi yang satu emosi jua bisa meledak lo.</i>
41	Peneliti	Bagaimana pengendalian respon emosi ini berdampak pada hubungan ibu dengan siswa/rekan kerja?
42	Subjek	<i>Kalo bagi ibu lah, itu berdampak baik baik pang, karena kan siswa itu jadi lebih nyaman lawan kita, nyaman lawan guru-guru, merasa lebih enak jua bekerja sama mun kita tuh bisa mengendalikan emosi kita nih</i>
Kepuasan kerja		
43	Peneliti	Bagaimana ibu memaknai pekerjaan sebagai guru di SDN Pasar Lama 1 Banjarmasin ?
44	Subjek	<i>Sebagai ibadah aja sih, apa yang ibu lakukan disini kaya, mengajar, membimbing siswa atau menjalankan tugas-tugas yang lain itu ibu anggap sebagai ibadah ibu aja</i>
45	Peneliti	Sejauh mana pekerjaan yang ibu jalani saat ini sesuai dengan minat dan kemampuan ibu?
46	Subjek	<i>Alhamdulillah lah sesuai haja kitu nah, karena kan dari awal memang ibu nih menyukai duni pendidikan. Mengajar anak-anak tuh jadi sesuatu yang menyenangkan menurut ibu ya walaupun ada tantangannya ya lo</i>
47	Peneliti	Apakah ada bagian dari pekerja guru yang paling memberikan kepuasan secara emosional bagi ibu?
48	Subjek	<i>Yang memberikan kepuasan itu kada mengarah ke inya pintar, kita kembali ke kihajar dewantara, bahwa setiap anak itu berbeda-beda, jadi ibu lebih puas kepada adab mereka aja, adab, tingkah laku, pada saat belajar anak itu harus kaya gini, oh pada saat ibu menjelaskan pada saat ada tamu misalnya mahasiswa yang masuk, ada guru lain yang masuk harus seperti apa, lawan kawan seperti apa, kaya nya ibu lebih mengutamakan adab dulu, kalo prestasi</i>

		<i>itu bagi ibu sebagai bonus, karenakan anak-anak pasti beda prestasinya, ada yang kada bisa me apa, ada yang mintang bantuan tarus, nah kalo ibu sih lebih pada adab mereka ke ibu, kekawan, bahkan ada anak-anak ibu dulu tuh lebih peka ke ibu, dari pada ke guru lain (guru mapel), jadi seolah-olah kaya kada menghargai guru, jadi itu yang ibu tanamkan lagi, “kalonya sayang dengan ibu, sayangi juga guru lain, kaya apa pian adab dengan ibu, kaya itu jua dengan guru yang lain, nah itu yang ibu tanamkan. Kepuasan ibu disitu pang karena kalo kita di zaman sekarang kaya apa sih anak-anak zaman sekarang, nah itu yang ibu tanamkan sekarang ke anak-anak, kalo prestasi itu ibu no belakang sih, kalo misalnya diluar inya ada prestasi lomba tetap ibu kasih reward jua, cuma untuk kepuasan, ibu lebih ke adab.</i>
49	Peneliti	Apakah tantangan dalam pekerjaan sebagai guru mempengaruhi kepuasan kerja ibu di sekolah ini?
50	Subjek	<i>Lebih ke pengelolaan kelas aja, masih mendalami hal-hal seperti itu, karena kadang kami sebagai guru tuh ini apa namanya terucap ancaman, kan kada boleh, karena ibu handak mencoba merubah itu supaya tidak ada ancaman apapun, karena kalo kita sudah lelah seharian ngajar. Kalo materi pelajaran tantanganya sih kaya bagainmana sih pembelajaranya supaya mengembirakan, tapi untuk saat ini ibu tuh lain tantangan pang itutuh, lebih tantangan ke pengelolaan kelas dulu, kalau pun kita, gaya mengajar kita, media kita bagus, sudah siap, tapi kalo kelasnya kada kondusif kaya apa, nah kaya itu, lebih kesana pang ibu.</i>
51	Peneliti	Bagaimana pandangan ibu terhadap gaji/penghasilan yang diterima sebagai guru di sekolah ini?
52	Subjek	<i>Kalo ibu lah gaji tuh cukup haja, yang penting tuh kita tetap bersyukur lawan apa yang sudah dinerikan dan menjalankan pekerjaan tuh dengan ikhlas</i>
53	Peneliti	Apakah ibu menilai gaji yang diterima sudah sebanding dengan beban dan tanggung jawab pekerjaan ?
54	Subjek	<i>Kalo gaji lah mun kembali kehitungan manusia itu kada pernah cukup ya lo, tapi kalo ibu masalh gaji nih hitunganya relatif aja pang, yang mungkin karna awal-awal kalo kita menghitung kalkolator kita kada pernah cukup, tapi kalo ibu menghitung kalkolator tuhan kada pernah pang kelaparan lah. Jadi menurut</i>

		<i>ibu bonus aja pang gaji tuh, tapi kita kan beda orang pang lah, kalo ibu, ibu lebih memaknai cara ngajar ke anak-anak pang, kalo masalah gaji tuh, ibaratnya karena laki begajih jua, jadi tertutupi jua, lawan jua tadih kada pernah kelaparan, tuhan betolong aja isitilahnya, rezeki tuh sudah di atur, tinggal halal kadanya ja lagi, nah itu ibu takutannya disitu. Jadi masalah gaji tuh bagi ibu kada yang terlalu signifikan banar, seandainya kalo digaji se itu cukup aja, ada aja kitu nah.</i>
55	Peneliti	Bagaimana gaji memengaruhi semangat dan kepuasan ibu dalam bekerja?
56	Subjek	<i>Menurut ibu gaji tuh kada yang utama tuh nah, tetapi jadi penyemangat ya kerena itu jua bagian dari perngharagaan ata pekerjaan yang sudah kita jalani sebagai guru ya kalo</i>
57	Peneliti	Sejauh mana gaji mempengaruhi kondisi emosional ibu saat bekerja sebagai guru?
58	Subjek	<i>Mun ibu lah, ibu kada terlalu mempengaruhi ke emosi tuh nah, soalnya ibu lebih fokus ke bagaimana menjalankan tugas-tugas ibu sebagai guru dengan baik, dah ibu kaya itu aja</i>
59	Peneliti	Bagaimana pengalaman ibu terkait kesempatan promosi atau pengembangan karier di sekolahan ini?
60	Subjek	<i>Selama ini lah kesempatan pengembangan tetap ada, misanya kegiatan KKG atau pelatihan, anh ari situ ibu bisa belajar dan meningkat kemampuan mengajar</i>
61	Peneliti	Apakah sistem promosi yang di terapkan di sekolah sudah dirasa adil dan transparan ?
62	Subjek	<i>Kalo untuk jabatan, misalnya untuk guru kelas, memang kami kalo penjabatan guru kelas kami sitemnya rapat, karna ibu hanyar, ibu langsung ditunjuk aja, eee pian guru kelas 2 lah, nah nanti selama 2-3 tahun kita bisa berubah tapi kada tentu, nah berarti transparan aja itu, kadede istilah yang sembunyi-sembunyi misalnya kepala sekolah langsung memilih, tapi secara berembuk aja, artinya walaupun kepala sekolah menunjuk, tapi kan karena kita bawahan harus profesional kalo pun dimanapun di taruh dikelas manapun kita harus tetap siap, jadi menuer ibu transparan, adil aja, kadede istilah dibelakng itu kadede.</i>
63	Peneliti	Apakah peluang promosi mempengaruhi semangat dan kepuasan kerja ibu?

64	Subjek	<i>Kalo kita kembali ke empat potensi guru dan guru itu menguasai, kalo bagi ibu kada jadi masalah pang, kadeda mempengaruhi, karena memang kalo orang profesional itu mau ditempatkan dimana, ditambah tugas apa kita harus berkata iya dan mampu. Ibu ibaratnya guru profesional itu apapun, dimanapun harus dijalani, kaya ibu, ditunjuk jadi guru kelas 2 ya emang awal dengan penuh perjuangan, habistuh ditunjuk lagi jadi pengurus barang aset sekolah, ibu jalani aja, ibaratnya bepada kada bisa kan kita bisa betakun, bisa belajar.</i>
65	Peneliti	Bagaimana harapan ibu terhadap jenjang karier ke dapan sebagai guru?
66	Subjek	<i>Harapan ibu lah, emm agar bisa terus belajar dan menjadi guru yang lebih baik lagi, supaya kita sebagai guru bisa memberikan manfaat yang lebih besar gasan siswa-siwa</i>
67	Peneliti	Bagaimana pengalaman ibu dalam menerima arahan dan bimbingan dari kepala sekolah ?
68	Subjek	<i>Kalo ibu emang suka minta pendapat entah darik kepala sekolah, rekan sejawat yang lebih dari kami/misalnya rekan sesama aja, kalo itu ibu senang, kalo diberi kritik pun, ibu lebih suka diberika kritik dari pada pujian, ibu malah bingung kalo diberi pujian.</i>
69	Peneliti	Bagaimana supervisi yang diberikan membantu ibu dalam meningkatkan kinerja dan kompetensi mengajar?
70	Subjek	<i>Supervisi lah, kalo menurut ibu supervisi membantu ibu mengetahui kekurangan dalam mengajar pang lah, jadi ibu bisa memperbaiki cara mengajar dan bisa meningkatkan kualitas pembelajaran</i>
71	Peneliti	Bagaimana gaya kepemimpinan atasan mempengaruhi kenyamanan emosional ibu dalam bekerja ?
72	Subjek	<i>Mun pimpinan tuh berati kepala sekolah ya lo, nah kalo sidin komunikatif dan terbuka haja, guru-guru jadi merasa lebih nyaman dalam bekerja dan lebih mudah berdiskusi kalo misalkan ada masalah biasanya</i>
73	Peneliti	Bagaimana pengaruh supervisi terhadap kepuasan kerja ibu sebagai guru ?
74	Subjek	<i>Menurut ibu itu menjadi kepuasan tersendiri, karena ibu jadi tau eee apa ibaratnya kekurangan ibu itu dimana, yang perlu diperbaiki itu dimana, ibu senang aja kalo misalny ada supervisi, yang tidak</i>

		<i>dari kepala sekolah pun, rekan sejawat dari sekolah lain misalnya, kan ada kemarin program kkg, supervisi sekolah ini melihat guru ini, jadi kawan-kawan siapa yang bersedia jadi supervisi, ibu kada meiyakan kada menunjuk tangan, tapi kalo ditunjuk ok, kalo mau jadi ibu ya mau, jadi pada saat supervisi itu ibu sangat senang.</i>
75	Peneliti	Bagaimana ibu menggambarkan hubungan sehari-hari dengan rekan kerja di sekolah ini?
76	Subjek	<i>Alhamdulillah pang lah disini, hubungan dengan kawan-kawan guru baik haja, kami tuh saling komunikasi ja lawan saling membantu satu sama lain kalo ada pekerjaan atau kegiatan lain tuh nah di sekolah</i>
77	Peneliti	Sejauh mana kerja sama antara rekan guru membantu ibu menghadapi tuntutan pekerjaan ?
78	Subjek	<i>Kalo ibu, kalo masalah itu masih bisa diselesaikan sendiri ibu selesaikan, tapi paling ibu cerita aja, kada yang perlu minta pendapat/ misalnya kalo mau minta pendapat bisa jua kalo memang bisa ibu pakai, ibu gunakan, jadi kami nih komunikasi lah, tapi kada perlu minta bantuan selagi masih bisa menyelesaikan sendiri</i>
79	Peneliti	Bagaimana dukungan emosional dari rekan kerja mempengaruhi kepuasan kerja ibu?
80	Subjek	<i>Itu pasti, karekan kalo misalnya kita ada pekerjaan di luar sekolah, kada kawa kita mengerjakan sendiri, jadi kita memerlukan rekan kerja lo, menurut ibu kolaborasi, kerja sama itu sangat memberika kepuasan bagi kita, kalo seandainya kada bisa dibantu oleh rekan kerja kada papa, tapikan kita baharap kalo ada kegiatan-kegiatan itu rekan kerja ikut berpartisipasi.</i>
81	Peneliti	Bagaimana pengaruh iklim sosial di lingkungan sekolah terhadap kenyamanan dan kepuasan kerja ibu?
82	Subjek	<i>Menurut ibu lah, itu sangat berpengaruh pang, inya mun lingkungan sekolah nya nyaman, hubungan dengan rekan guru yang lain baik haja, lawan siswa nya baik jua, pekerjaan tuh terasa lebih ringan dan menyenangkan, dan sebaliknya ya lo, kalo lingkungan kada nyaman, hubungan lawan guru-guru yang lain kd baik, lawan siswa kurang jua, nah pasti menjalani pekerjaan tuh terasa berat, merasa tertekan.</i>

83	Peneliti	Inggih baik ibu sudah selesai, terima kasih banyak ibu sudah meluangkan waktunya untuk ulun melakukan wawancara dengan pian
84	Subjek	<i>Owh sudah selesai kah, kada terasa lah, ayuja sama-sama, terima kasih jua sudah mempercai ibu gasan di wawancarai, mudahan sesuai ja apa yang ibu jawab tadih lah</i>

WAWANCARA SUBJEK 2

IDENTITAS : Guru YN

WAKTU : 10 Maret 2026

LOKASI : SDN Pasar Lama 1 Banjarmasin

Baris	Pelaku	Uraian Wawancara
1	Peneliti	Assalamu'alaikum ibu, perkenalkan ulun Anisa Dwi Astuti, mahasiswi Psikologi Islam dari UIN antasari banjarmasin, izin ibu, ulun disini ingin mewawancari pian terkait makna regulasi emosi terhadap kepuasan kerja guru di SDN Pasar Lama 1 Banajarmasin
2	Subjek	Inggih silakan ding silakan
3	Peneliti	Bagaimana ibu memaknai pentingnya memilih atau menghindari situasi tertentu dalam mengelola emosi saat bekerja ?
4	Subjek	<i>Terkait dengan emosi lah dalam pekerjaan, pastinya kita hadapi dulu dalam sehari-hari entah emosi dengan siswa, emosi dengan eeh pekerjaan kita, atau kejenuhan dari kumpulan dari semua itu, nah salah satunya itu dengan kita melakukan interekasi positif bisa misalnya dengan siswa kita kalo misalnya kita jenuh dengan siswa bisa mungkin kita perbaiki dengan cara mengajar atau kita jua bisa mungkin mengajar mereka ice breaking nah supaya siswa tidak jenuh dan kita tidak jenuh, terus butuh kalo misalnya nih di dalam lingkungan sekolahan kan pasti kita berinteraksi dengan rekan sejawat juga nah tuh kalau ada miskomunikasi atau apa biasanya kita tuh menghindari ehh kalau kira-kira nih bakal jadi masalahan yang panjang lebih baik kalau ulun pribadi lah menghindari itu, kita tenangkan diri dulu, setelah tenang baru kita bicarakan cari penyelesaiannya.</i>
5	Peneliti	Situasi apa yang di sekolah yang biasanya memicu emosi tertentu ibu?
6	Subjek	<i>Biasanya tuh macam-macam, emosinya kan ada bahagia lah, ada marah, nah kalo senang tuh kalo kita melihat anak-anak tuh dalam kelas, kalo anak-anak dalam kelas happy, enjoy, habis itu menerima pembelajaran dengan baik hasil dari mereka mengerjakan latihan juga baik otomatis mood kita bagus, berarti emosi kita juga bagus, kalo misalnya ada perasaan marah ya mungkin ada kalo misalnya kita menghadapi situasi dimana siswa itu mungkin melakukan sedikit kesalahan, kecerobahan atau mungkin bisa jua eeh siswa ini menjaili teman yang lain, nah kalo dengan rekan sejawat biasanya alhamdulillah</i>

		<i>kondusif kalo di sekolahan sini jarang ada kegiatan yang membuat emosi tertekan atau sebagainya,</i>
7	Peneliti	Apakah ibu pernah secara sadar untuk memilih menghadapi/menghindar situasi agar emosi tetap terkendali ?
8	Subjek	<i>Pasti pernah, karena kita perlu kesadaran, jadi kalo misalnya kita terbawa emosi yang labil kada kawa kita menyelesaikan permasalahan nya, nah jadi kalo kita menghadapi kaya itu, kalo ibu sendiri lah eeh misalnya nih ada siswa yang biasanya ibu... misalnya ada siswa yang berkelahi di pisahkan dulu siswanya kemudian habis itu kita tanyain satu-satu, otomatis kita sudah punya pandangan bagaimana mereka ini menghadapi permasalahannya, baru habis itu kita selesaikan permasalahannya dan di usahakan tidak marah-marah guru nya karenakan siswanya takut nantinya.</i>
9	Peneliti	Bagaimana ibu menentukan waktu yang tepat untuk menyelesaikan permasalahan di sekolah agar tidak terbawa emosi ?
10	Subjek	<i>Biasanya ibu kada langsung menyelesaikan masalah pang pas lagi emosi tuh, ibu menenangkan diri dulu, tarik nafas dulu, ya supaya kada terbawa perasaan tadih, habis tuh kalau misalnya sudah tenang baru dibicarakan. Misalnya masalahnya dengan siswa atau lawan guru nih, nah ibu tunggu dulu sampai keadaan nyaman baru diselesaikan supaya pembicaraan lebih enak dan kada menimbulkan salah paham tuh nah.</i>
11	Peneliti	Bagaimana cara ibu menyesuaikan/mengubah situasi kerja ketika mulai tertekan secara emosional ?
12	Subjek	<i>Biasanya ibu mengubah suasana belajar. Misalnya kalau ada anak-anak sudah mulai ribut atau ibu sudah merasa agak tertekan, ibu kasih ice breaking atau permainan sedikit supaya suana kela jadi lebih santai, eeh jadinya anak-anak bisa lebih fokus dan ibu jua merasa lebih tenang</i>
13	Peneliti	Apakah ibu pernah melakukan penyesuaian dalam metode belajar atau komunikasi untuk mengurangi tekanan emosi ?
14	Subjek	<i>Kalonya mengurangi tekana emosi tuh macam-macam pang lah, ada salah satunya biasanya ibu tuh ada jeda dulu, misalnya eeh entah keluar kelas dulu kah, keluar ruangan dulu kah, misalnya tarik nafas dulu, kalo misalnya tidak memungkinkan jua nih keluar ruangan misalnya, ya biasanya ibu ke ujung sedikit lah untuk menghindari supaya tidak meledak emosi itu tadih, kalo di dalam kantor ya alhamdulillah jar ibu tadih kan kondusif lah jadi kada terlalu ada masalah kaya itu.</i>

15	Peneliti	Bisakah ibu menceritakan pengalaman ketika mengubah situasi tertentu membantu mengelola saat bekerja ?
16	Subjek	<i>Waktu itu lo, anak-anak di kelas mulai ribut dan kada mau fokus ke materi pembelajaran, kan kalau dipaksakan belajar tuh kekanakan tuh biasanya tambah ribut, tambah kada mau tuh pang, nah jadi ibu ubah dulu suasananya, ibu ajak anak-anak bermain singkat aja atau ice breaking, nah habis tuh suasana kelas nya jadi lebih tenang lagi dan pembelajaran tadih tuh bisa dilanjutkan lagi.</i>
17	Peneliti	Menurut ibu, seberapa efektif upaya modifikasi situasi dalam menghadapi dinamika pekerjaan sebagai guru ?
18	Subjek	<i>Kalo bagi ibu lah cukup efekti lah, karena suasana kelas itu sangat berpengaruh dengan emosi guru dan siswa nih ya lo, kalau suasana kelas nyaman, menyenangkan nah pembelajaran di kelas bisa jadi lebih lancar, terus emosi kita jua itu bisa lebih terkontrol.</i>
19	Peneliti	Apa yang biasanya ibu lakukan untuk mengelihkan perhartian ketika menghaddapi situaasi yang memicu emosi negatif di sekolah ?
20	Subjek	<i>Banyak, biasanya tuh kalo misalnya nih dalam waktu luang lah kalo selesai ngajar biasnya ibu tuh cari ini hal-hal yang bisa membuat kita tuh berfikir oh kita besok mau ngajar apa?, owh supaya rami nih misalnya permainan kah atau apa, otomatis kan kita meliahat sesuatu yang menarik, sesuatu yang membuat motivasi kita tumbuh, membuat mood kita jadi lebih baik jua, nah itu biasanya ibu</i>
21	Peneliti	Bagaimana cara ibu menjaga konsentrasi mengajar ketika sedang berada dalam kondisi emosi yang kurang stabil ?
22	Subjek	<i>Mun emosi kada stabil lah, ibu biasnya tarik nafas dulu biar tenang, habsi tuh fokus lagi lawan pembelajara, kadang tuh ibu diam sebentar supaya pikiran bisa jernih, jadi tetap bisa ibu mengajar dengan kondisi lebih baik, kada yang terlalu terbawa perasaan.</i>
23	Peneliti	Apakah ibu pernah memilih untuk fokus pada hal lain agar tidak larut dalam emosi tertentu ? (bisa ceritakan contohnya)
24	Subjek	<i>Biasanya seperti itu, jadi memang ibu kalonya ada sesuatu yang membuat emosi ya dialihkan dulu, karena kalo kita langusng menghadapi saat emosi tuh efeknya kada baik, otomatis kita menjadi keras, keras hati, keras cara kita menyelesaikan permasalahan, nah itu ibu hindari banar karena ibu di sinikan mengajari kelas 3, anak-anak yang dimana memang itu masih masa inii perkembangan nya itu memang dalam tahap pase bermain sambil belajar, jadi otomatis kalo mereka ada membuat kekeliruan/apa kan otomatis kita merasa kenapa anak ini seperti ini, otomatis</i>

		<i>muncul emosi entah itu emosi kurang suka, emosi marah/apa, tapi ya itu tadih kalo kita merasakan emosi yang dalam sistem negatif tadih ya dialihkan dengan melihat hal-hal positif dulu.</i>
25	Peneliti	Menurut ibu, bagaimana peran pengalihan perhatian ini dalam menjaga profesionalisme sebagai guru ?
26	Subjek	<i>Menurut ibu penting banar, soalnya kan kita terlalu larut lawan emosi negatif tadih, itu bisa mempengaruhi cara kita mengajar sebagai guru, jadi dengan apa tadih tuh, pengalihan perhatian ke hal yang lebih positif, itu kita bisa tetap bersikap profesional dan memperlakukan siswa tuh dengan baik.</i>
27	Peneliti	Bagaimana cara ibu memaknai atau menilai kembali situasi sulit yang dihadapi dalam pekerjaan sebagai guru ?
28	Subjek	<i>Kalo dalam pekerjaan lah emmm, ya kaya tadih, kalo kita menghadapi siswa itu usahakan cari dua sudut pandang dulu, dari ibu, dari siswanya, siswa nih kan misalnya yang terlibat ada beberapa orang, nah itu ditanyain dulu satu-satu, jadi kita melihat dulu sudut pandang mereka seperti apa, kalo kita sudah tau oh ternyata begini rututan permasalahannya seperti ini insyallah penyelesaian masalahnya ya seperti itu bisa lebih mudah, nah kalo dari emm miskomunikasi misalnya dengan teman sejawat, karena selama ini lah paling miskomunikasi kami langsung bicarakan aja, kalo misalkan menurut pian apa yang kurang dari kami, nah kaya itu jadi biasanya diskusi singkat jadinya, lalu akhirnya dari diskusi singkat dapat penyelesaian masalahnya.</i>
29	Peneliti	Bagaimana cara ibu menenangkan diri ketika menghadapi masalah dengan siswa, orang tua, atau rekan kerja ?
30	Subjek	<i>Kalo ibu, ya tadih yang pasti menenangkan diri dulu, kada langsung menanggapi, tapi ibu diam sebentar supaya hati lebih tenang, nah baru dipikirkan baik-baik masalahnya, supaya bisa diselesaikan dengan cara baik-baik, dan kada menimbulkan masalah baru lagi, gituu.</i>
31	Peneliti	Apakah ibu pernah melihat suatu masalah dari sudut pandang berbeda untuk mengelola emosi ? (bisa ceritakan contohnya)
32	Subjek	<i>Pernah, kita ambil contoh nya waktu di kelas lah, nah waktu tuh ada siswa yang ribut di kelas, awalnya tuh ibu biasa aja merasa kelas, tapi ibu coba liat dari sisi lain, owh mungkin anaknya lagi ada masalah di rumah kah atau lagi capek kah, kan itutuh jadi masalahkan kan, karna berdampak buruk ke dirinya dan orang disekitarnya karena hal ribut tadih, nah jadi ibu kada langsung marah ke anak itu, ibu coba menegur dengan cara yang lebih</i>

		<i>pelan, kan anak-anak di kelas redah ini, di usia yang sekarang tuh rentang terbawa perasaan kalo kita ikut terbawa emosi juga</i>
33	Peneliti	Menurut ibu, seberapa penting perubahan kognitif (perubahan cara berfikir) membantu menghadapi permasalahan pekerjaan di sekolahan ?
34	Subjek	<i>Kalo perubahan cara berfikir itu banyak, dampaknya sangat terasa karena kalo kita tadih menghadapi suatu dalam kondisi yang tidak kondusif di diri kita sendiri otomatis dampak yang keluar dari diri kita negatif tapi kalo kita sudah bisa menenangkan diri, sudah bisa menjadi lebih baik dengan memandang masalah dari sisi lain, insyallah penyelesaian nya jadi bisa lebih baik lagi</i>
35	Peneliti	Apa yang biasanya ibu lakukan ketika emosi sudah muncul saat menjalankan tugas sebagai guru ?
36	Subjek	<i>Ya itu tadih lah, ibu mencoba menahan diri dulu supaya kada langsung bereaksi, ibu tarik nafas dulu, diam sebentar, nah baru bisa ngobrol dengan keadaan tenang, tujuan apa? Supaya masalah yang tadih diselesaikan tanpa harus marah-marah, apa lagi yang dihadapi ini anak-anak</i>
37	Peneliti	Bagaimana cara ibu mengendalikan ekspresi emosi agar tetap profesional di lingkungan sekolah ?
38	Subjek	<i>Ibu nih kalo masalah ekspresi nih terbaca banar, jadi kalo misalnya ibu lagi senang itu ya kelihatan bahagia, senyum-senyum, anak-anak ibu tuh paling eh ibu tuh lagi ini nah, buhan kam tuh jangan ribut jar, ya karena anak-anak itu mungkin ibu kada bisa menyembunyikan ekspresi jadi kalo misalnya ekspresi ibu kelihatan kurang suka ibu kelihatan agak merengut tapi ibu usahakan banar kada mengeluarkan banar amarahnya nah itu, kalo ekspresi ya itu ibu kekurangannya kada kawa menyembunyikan.</i>
39	Peneliti	Apakah ibu memiliki cara tertentu untuk menenangkan diri setelah mengalami situasi yang menguras emosi ?
40	Subjek	<i>Oh ya, biasanya itu ibu ya itu tadih ada jeda dulu, biasanya ibu ini kalo dari kelas misalnya bermasalah setelah menghadapi siswanya tarik nafas, tenang, habis itu menyelesaikan masalah ke orang tua lagi karekan disini kita kerja sama dengan orang tua otomatis orang tua harus tau bagaimana keadaan anaknya, nah kalo sudah selesai semua itu energi kita terkuras banyak, lalu akhirnya jadinya ya perlu rehat sejenak tapi kan kada mesti kita libur mengajar kada, biasanya tuh kalo ibu sudah selesai di sekolah pulang dari sekolah misalnya ibu tuh membeli makanan yang disukai kah, atau minuman yang disukai kah atau mengajaki anak ibu bejalanan kah, nah lebih kesitu,</i>

		<i>karena itu menjadi suatu yang membuat mood ibu menjadi lebih baik jua.</i>
41	Peneliti	Bagaimana pengendalian respon emosi ini berdampak pada hubungan ibu dengan siswa/rekan kerja ?
42	Subjek	Menurut ibu, berdampak baik banar pang apa lagi dengan siswa lah, rekan guru yang lain juga, soalnya kan kita nih sebagai guru bisa mengendalikan emosi, hubungan kita dengan siswa atau guru lain tuh jadi berasa nyaman, siswa nya bisa jadi lebih hormat, terbuka, kawan guru jua merasa enak di ajak bicara, di ajak kerja sama, jadi mudah salah paham, kada mudah terpancing emosi, dan itu akan berdampak juga kan ke suasana sekolahan, sekolahan jadi lebih harmonis
		KEPUASAN KERJA
43	Peneliti	Bagaimana ibu memaknai pekerjaan sebagai guru di SDN Pasar Lama 1 Banjarmasin ?
44	Subjek	<i>Guru tuh lah menurut ibu, luar biasa, tanggung jawabnya besar dan itu eeh salah satu menurut ibu pekerjaan yang sensitif, terus menjadi hal yang utama sebenarnya, menjadi mata ujungnya, tapi terkadang orang menyalah artikan, jadi kaya guru itu seperti dianggapnya seperti penanggung jawab untuk kepribadian anak, disitu kayanya miskomunikasinya, nah itu pang yang ibu rasakan jadi guru tuh kaya bertanggung jawab atas segala sikap baik anak, padahal itu harus kerja sama antara guru dan orang tua di rumah, nah kalonya kita melihatnya sebagai diri ibu pribadi, guru itu menjadi sesuatu bukan hanya pekerjaan tapi kaynya jiwa ibu pang sudah walaupun masih tahap proses tahap belajar, ibu nihkan masih tergolong baru jua jadi ibu masih sambil belajar-belajar terus karena apalagi sekarang ini sudah banyak pembaruan-pembaruan dari segala apa itu namanya kurikulum dan lain-lain.</i>
45	Peneliti	Sejauh mana pekerjaan yang ibu jalani saat ini sesuai dengan minat dan kemampuan ibu ?
46	Subjek	<i>Alhamdulillah cukup sesuai lawanminat dan kemampuan ibu, ibu memang suka mengajar dan merasa nyaman berinteraksi dengan anak-anak nih, kemampuan yang ibu miliki jua bisa dipakai dalam pekerjaan ini, jadi ibu merasa lebih mudah menjalankan tugas, yaa walaupun kadang ada aja masalah, ada haka tantangan jadi guru, tapi ibu tetap menikmati pekerjaan ini</i>
47	Peneliti	Apakah ada bagian dari pekerjaan guru yang paling memberikan kepuasan secara emosional bagi ibu ?
48	Subjek	<i>Alhamdulillah selama ibu mengajar disini itu banyak merasa puasnya karena ibu melihat siswa ibu itu tidak hanya berprestasi secara akademik aja tapi non akademik</i>

		<i>jua, jadinya kalo diakademik bisa dilihat misalnya yang nyata aja lah, nilai kan kelihat nyata tapi kalo misalnya yang non akademik kelihatan misalnya inya mempunyai prestasi di luar ada mengikuti lomba ini terus menang ada yang tahfiz, nah itu salah satu kebanggaan dan itu membuat ibu merasa puas berarti anak ini menerapkan sikap nya tidak hanya baik di sekolah tapi diluar jua.</i>
49	Peneliti	Apakah tantangan dalam pekerjaan sebagai guru mempengaruhi kepuasan kerja ibu ? bagaimana ?
50	Subjek	<i>Banyak yaa, karena kadang kan namanya kepuasan lah manusia nih tingkat kepuasanya ber beda-beda, ada yang sudah melihat anak nya bisa membaca puas sudah, ada yang sudah bisa melihat anaknya bisa misalnya menulis, menggambar sudah puas, tapi ada jua ah kurang cukup anak ku harus juara satu atau misalnya kaya itu, nah kalo ibu sebagai guru melihatnya dari capaian siswa, kalo misalnya anak ibu dalam kelas capaian ibu sudah tercapai alhamdulillah nah itu satu satu ee kepuasan ibu lah karena siswa ini sudah bisa memahami apa yang sudah disampaikan, sudah bisa menguasai materi pembelajaran, nah kalo misalnya disisi lain lagi kan ada kegiatan hafalan siswa, ada kegiatan lain, nah itu kan ibu biasanya kerja sama dengan guru agama, terus ditanyain siapa lagi yang balum, siapa yang sudah, nah itu menjadi kepuasan jua sebagai ibu, artinya oh anak ibu artinya bujur-bujur aja mengerjakan tugasnya walaupun bukan tugas dari mata pelajaran ibu kaya itu.</i>
51	Peneliti	Bagaimana pandangan ibu terhadap gaji/penghasilan yang diterima sebagai guru di sekolahan ini ?
52	Subjek	<i>Menurut ibu alhamdulillah sudah cukup, walaupun mungkin kada berlebihan ya tapi bisa membantu memenuhi kebutuhan, yang penitng ibu merasa pekerjaan ini membawa manfaat dan tetap bersyukur dengan apa yang sudah di terima</i>
53	Peneliti	Apakah ibu menilai gaji yang diterima sudah sebanding dengan beban dan tanggung jaab pekerjaan ?
54	Subjek	<i>Alhamdulillah, kalo ibu tuh lebih banyak besyukur karena banyakae menyambat misalnya nyamanae jadi ASN kaya itu banyak lo orang dari luar, sebenarnya kalo ibu rasa itu sesuai dengan apa yang kami lakukan, kami disini datang kaya orang jua, ada jam masuk ada jam pulang, otomatis kami harus sesuai tepat waktu, apalagi kami disini pelayananya kepada siswa, kalo orang dewa pelayananya kaya ditempat ini lah menghadapi orang dewasa kada setiap saat inya datang jam 07.30 nah sedangkan kalo disekolahada yang balum jam 07.30 kekanakan sudah ada</i>

		<i>di muka gerbang, otomatis guru yang ada disitu harus lebih tertiti kalo, nah sesuai alhamdulillah apa yang kami dapatkan itu sesuai apa yang kami lakukan insyallah.</i>
55	Peneliti	Bagaimana gaji mempengaruhi semangat dan kepuasan ibu dalam bekerja ?
56	Subjek	<i>Oh jelas, karena kita manusia lah pasti perlu kebutuhan, ada yang dipenuhi, berarti kan kita memerlukan itu dengan dapat dari upah kita, anggap lah gaji kita itu misalnya mencukupi kebutuhan kita sudah berarti kan sejahtera sudah, nah seperti itu, kalo menurut ibu itu berpengaruh walaupun suami ibu bekerja jua tapi tetap kita perlua jua karena memang sudah dari awal kan sebelum menikah sudah kerja jua, jadi otomatis sudah ada hitungan pengeluaran hitungan ibu sendiri jadi kalo ibu bekerja selain ibu nyaman mungkin gasan jajan anak ibu nyaman jua nah kaya itu</i>
57	Peneliti	Sejauh mana gaji mempengaruhi kondisi emosional ibu saat bekerja sebagai guru ?
58	Subjek	<i>Kalo ibu tetap ada pengaruhnya, karenakan gaji tuh berkaitan dengan kebutuhan hidup kita, tapi ibu berusaha tetap bekerja dengan baik bukan hanya karena gaji, tapi karena tanggung jawab ibu sebagai guru</i>
59	Peneliti	Bagaimana pengalaman ibu terkait kesempatan promosi atau pengembangan karier di sekolah ini ?
60	Subjek	<i>Kalo itu ada aja disini, walaupun kada terlalu sering, biasanya ada pelatihan atau kegiatan yang bisa menambah pengalaman dan kemampuan, nah ibu merasa itu sangat cukup membantu gasan perkembangan, ibu tetap bisa belajar</i>
61	Peneliti	Apakah sistem promosi yang diterapkan di sekolah sudah dirasakan adil/transparan ?
62	Subjek	<i>Alhamdulillah kalo disekolah sini sistem promosinya ya namanya kita di negeri lah, biasanya kalo sistem promosi kenaikan jabatan, atau kenaikan pangkat itu pasti ada yang di informasikan, rekan-rekan sejawat nih kada meninggalkan lawan kawan-kawanya, jadi kalo misalnya nih ada yang mau naik pangkat biasanya ada yang satu orang yang tebisa nah itu yang memadahi ke kawanan yang lain apa-apa aja yang disiapkan, dan itutuh kada sembunyi-sembunyi tapi kalo misalnya kaya p3k karena p3k tidak bisa naik pangkat jadi mereka hanya ada pembaruan lah, jadi itu eeh tapi sama mereka kerja sama jua karena kolektif perkumpulanya, alhamdulillah jadinya terbuka kaya itu.</i>
63	Peneliti	Apakah peluang promosi mempengaruhi semangat dan kepuasan kerja ibu ?

64	Subjek	<i>Iya mempengaruhi karena dengan adanya peluang promosi itu kan kita jua jadi bisa berkembang, selain itu kan kalo kita promosi jabatan/kita promosi pangkat dan golongan tadih otomatis itu menjadi salah satu ini jua gasan kita bahwa ada amanat lah, oh berarti kita harus memperbarui nih cara berfikir kita, cara mengajar kita mungkin, nah itu kan tercermin dari apa yang kita lakukan setelah mendapatkan dari jabatan tadih, dari promosi tadih, alhamdulillahnya disini terlihat aja guru-guru kadeda yang pemalas, semuanya apdet aja tentang kegiatan-kegiatan baru/apa itu mau belajar semuanya, nah jadikan terlihat bahwa sistem promosi sangat berpengaruh</i>
65	Peneliti	Bagaimana harapan ibu terhadap jenjang karier ke depan sebagai guru ?
66	Subjek	<i>Kalo harapan ibu lah tentu ingin terus berkembang menjadi guru yang lebih baik lagi, baik dari segi kemampuan mengajar maupun pengalaman, ibu jua berharap bisa terus belajar mengikuti perkembangan pendidikan suapay bisa memberikan yang terbaik untuk siswa-siswa</i>
67	Peneliti	Bagaimana pengalaman ibu dalam menerima arahan dan bimbingan dari kepala sekolah ?
68	Subjek	<i>Alhamdulillah selama ini kepala sekolah nya komunikatif, habis itu kalau pun misalny ada kan kami ada penilaian lah per semesternya nah itu biasanya kurang atau apa biasanya langsung disampaikan jadi kami ada ini nya sesi untuk penilai itu jadi kepala sekolah menilai secara keseluruhan dari administrasi, dari cara mengajar, otomatis jadinya kita oh tahu nih bahwa ada kekurangan apa, biasanya dari kepala sekolah itu memberikan arahan.</i>
69	Peneliti	Bagaimana supervisi yang diberikan membantu ibu dalam meningkatkan kinerja dan kompetensi mengajar ?
70	Subjek	<i>Membantu banar gasan meningkatkan kinerja lawan kemampuan mengajar, biasanya ada arahan atau masukan dari kepala sekolah, dari situ ibu bisa memperbaiki cara menagajr, memperbaiki administrasi pembelajaran dan itu membuat ibu merasa terbimbing pang bisa bisa membuat ibu mengajar jadi lebih baik lagi</i>
71	Peneliti	Bagaimana gaya kepemimpinan atasan mempengaruhi kenyamanan emosional ibu dalam bekerja ?
72	Subjek	<i>Gaya kepemimpinan atasan itu berpengaruh banar lawan kenyamana emosional dalam bekerja, nya mun atasan kita bersikap baik, terbuka, lawan mau mendengarkan keluh kesah atau masukan-masukan, jadi guru-guru measa nyaman dan tenang dalam bekerja, tapu mun atasan terlalu keras, atau kada mau mendengarkan itu bisa membuat</i>

		<i>lingkungan merasa tertekan, kada nyaman jadi nya bekerja, jadi menurut ibu gaya kepemimpinan tuh berpengaruh banar gasan suasana kerja yang nyaman</i>
73	Peneliti	Bagaimana pengaruh supervisi terhadap kepuasan kerja ibu sebagai guru ?
74	Subjek	<i>Karna tadih lah kepala sekolah, alhamdulillah sidin kalo misalnya ada kekurangan atau apa dari guru itu berarti ada penyampaian nya jadi dibicarakan otomatis guru nih jadi refleksi diri lagi setelah refleksi diri diharapkan oleh kepala sekolah ada perubahan, nah alhamdulillah dari ibu sendiri dari teman teman itu merasa sangat terbantu dengan seperti itu, jadinya kami kawa lagi, oh kapasitas kami nih sebenarnya lebih besar nih, ternyata kami kurangnya disini, nah jadi kami lebih bisa lagi untuk mengembangkan diri kami lagi.</i>
75	Peneliti	Bagaimana ibu menggambarkan hubungan sehari-hari dengan rekan guru di sekolahan ini ?
76	Subjek	<i>Hubungan ibu dengan kawan guru yang lain alhamdulillah baik haja, kami disini saling mernghagai, saling membantu jua mun ada kesulitan, suasana kerja disini nyaman dan ehh akrab jua satu sama lain, jadi enak lah kerja sama dalam kegiatan di sekolah</i>
77	Peneliti	Sejauh mana kerja sama antara rekan guru membantu ibu dalam menghadapi tuntutan pekerjaan ?
78	Subjek	<i>Alhamdulillah selama ini ehhh jadi kalo misalnya ada kegiatan, kalo ada sesuatu yang dirasa kurang mengerti, kurang paham kami diskusikan, apa yang kuran dari cara kita mengajar, atau misalnya tujuan kita yang belum tercapai apa, alhamdulillah nya kami dapat berkomunikasi dengan baik, habistuh penerimaan dari teman-teman dan masukanya baik, lalu akhirnya pekerjaanya jadi lebih ringan</i>
79	Peneliti	Bagaimana dukungan emosional dari rekan keja mempengaruhi kepuasan kerja ibu ?
80	Subjek	<i>Apalagi melihat kawan itu bisa dari pda kita nah kita tuh biasanya banyak betakun kesidin, penerimaan sidin terhadap pertanyaan kita tuh sangat menjadi anu gasan ibu ehh kaya apa lah kaya oh kawan nih menerima pertanyaanku dengan semangat menjawab dengan baik dengan runut runtut nah alhamdulillah jadinya ibu puas dengan apa yang ibu tanyakan, jadi akhirnya terjawab lalu akhirnya kita dalam melakukan pekerjaan pun jadi lebih ini lebih giat lah jadinya karena oh sudah tau nih rambu-rambu lah ibaratnya dari kekawanan tadih karena kita sudah diskusi kita sudah menyamakan persepsi semuanya</i>

81	Peneliti	Bagaimana pengaruh iklim sosial di lingkungan sekolah terhadap kenyamanan dan kepuasan kerja ibu ?
82	Subjek	<i>Bepengaruh pang lah menurut ibu, kalau lingkungan sekolah nyaman, hubungan kita dengan guru, dengan siswa baik haja jua itu terasa lebih apa yo lahh, lebih menyenangkan aja, lebih nyaman, aman dan itu membukat kita juga merasa lebih puas dalam menjalankan tugas kita sebagai guru</i>
83	Peneliti	Inggih baik ibu sudah selesai, terima kasih banyak ibu sudah meluangkan waktunya untuk ulun melakukan wawancara dengan pian
84	Subjek	<i>Ehh sudah kah, alhamdulillah nggih terima kasih jua sudah mempercai ibu lah</i>

WAWANCARA SUBJEK 3

IDENTITAS : Guru NL

WAKTU : 12 Maret 2026

LOKASI : SDN Pasar Lama 1 Banjarmasin

Baris	Pelaku	Uraian Wawancara
1	Peneliti	Assalamuaikum ibu, perkenalkan ulun Anisa Dwi Astuti, mahasiswi Psikologi Islam dari UIN antasari banjarmasin, izin ibu, ulun disini ingin mewawancari pian terkait makna regulasi emosi terhadap kepuasan kerja guru di SDN Pasar Lama 1 Banajarmasin
2	Subjek	Yaa silakang
3	Peneliti	Bagaimana ibu memaknai pentingnya memilih atau menghindari situasi tertentu dalam mengelola emosi saat bekerja ?
4	Subjek	<i>Karena sebagai guru lah kita tuhkan harus profesional dalam tugas kita jadi kita bisa menjadikan teladan bagi siswa kita dengan sikap tenang, sabar, dan menghindari dari konflik yang ada, juga kita harus mencegah reaksi emosi kita yang berlebihan pada siswa walaupun kadang di dalam kelas pasti ada emosi, tapi bagaimana kita caranya supaya menciptakan suasana belajar itu jadi kondusif dan aman, selain itu hubungan dengan rekan kerja juga diperbaiki supaya tidak ada perselisihan dan konflik</i>
5	Peneliti	Situasi apa yang di sekolah yang biasanya memicu emosi tertentu ibu?
6	Subjek	<i>Nah itu tadih tuh, biasanyakan perilaku siswa tersebut, bagaimana perilakunya pada saat kita menjelaskan pada siswa kadang siswa tuh ada yang tidak memperhatikan, ada yang ngobrol, ada yang bercanda dengan kawan-kawan yang lain itu biasanya situasi yang sering sulit di kendalikan, selain itu kita perlu juga kan administrasi, administrasi dari kita sebagai guru menyiapkan administrasi yang sesuai dengan pembelajaran dan peneliaiannya, bagaimana juga sesuai dengan yang kita rencanakan di rpp tersebut/modul ajar. Untuk anak-anak biasanya marah bisa juga stres apalagi misalnya lah di dalam kelas itu terdapat anak yang abk, nah itu yang menguji kesabaran banar kaya caranya menghadapi anak tersebut, yang normal yang biasa aja kan sulit nih apa lagi anak abk biasanya.</i>

7	Peneliti	Apakah ibu pernah secara sadar untuk memilih menghadapi/menghindar situasi agar emosi tetap terkendali ?
8	Subjek	<i>Yaa berusaha dengan sadar supaya kita tuh tidak ada kesalah pahaman terhadap emosi yang kita berikan kepada anak tuh nah, jadi kadang-kadang tuh pada saat emosi kada kawa mengendalikan diri jadi harus tenang dulu nih, tarik nafas dulu, bisa juga diam dulu, duduk dulu tidak langsung bereaksi.</i>
9	Peneliti	Bagaimana ibu menentukan waktu yang tepat untuk menyelesaikan permasalahan di sekolah agar tidak terbawa emosi ?
10	Subjek	<i>Tenang dulu, diam, tidak langsung bereaksi, ulun lihat dulu keadaanya, kalo sudah tenang baru ulun selesaikan masalnya</i>
11	Peneliti	Bagaimana cara ibu menyesuaikan/mengubah situasi kerja ketika mulai tertekan secara emosional ?
12	Subjek	<i>Ya itu tadih lah harus tenang dulu, tarik nafas, / diam dulu.</i>
13	Peneliti	Apakah ibu pernah melakukan penyesuaian dalam metode belajar atau komunikasi untuk mengurangi tekanan emosi ?
14	Subjek	<i>Iya, karena kami ini kan ada 3 rombel, kela 1a, 1b, 1c, bisa aja kami tuh cerita dengan beberapa guru permasalahan yang ada di sekolahan itu, jadi kami bicarakan dengan rekan guru dulu, kan biasanya macam-macam lo nih kejadian tiap harinya tuh, kalo belum dapat solusi bisanya kami tuh boleh ke guru kelas lain.</i>
15	Peneliti	Bisakah ibu menceritakan pengalaman ketika mengubah situasi tertentu membantu mengelola saat bekerja ?
16	Subjek	Waktu itu anak-anak mulai ribut dan kada fokus lawan maeteri di kelas, nah itu ulun ubah cara belajarnya, misalnya yang awalnya ceramah jadi kerja kelompok, nah biasanya kalu sudah diubah seperti itu anak-anak jadi lebih fokus lagi dan suasana kelas bisa jadi tenang lagi
17	Peneliti	Menurut ibu, seberapa efektif upaya modifikasi situasi dalam menghadapi dinamika pekerjaan sebagai guru ?
18	Subjek	<i>Efektif menurut ibu, karena situasi di kelas kan kadang berubah0ubah lo, jadi kita sebagai guru harus bisa menyesuaikan supaya emm pembelajaran dan emosi kita jua tetap terkendali, tetap terkontrol</i>
19	Peneliti	Apa yang biasanya ibu lakukan untuk mengelihkan perhartian ketika menghadapi situaasi yang memicu emosi negatif di sekolah ?
20	Subjek	<i>Kita diam dulu, duduk dulu, tenang, tarik nafas dulu, terus bisa kita lanjutkan pelajaran, kita lanjutkan pelajaran seperti biasa, baru anak yang bermasalah yang bikin kita</i>

		<i>emosi tadih kita panggil setelah selesai pembelajaran, biasanya seperti itu/misalnya kita eeh inya terlalu mengganggu bisa kita bawa dulu ke ruangan lain, seperti anak yang abk tadih, itu kalo dia sudah tantrum bisa mengganggu yang lainnya, jadi perlu kita bawa dulu ke kantor untuk menenangkan dia dulu, setelah itu baru setelah jam istirahat/jam pulang sekolah kita datang, kita tanyakan, itu bisa juga tuh di kantor kan banyak guru-guru yang lain biasanya ada yang memander akan, memadahi di dalam kantor tuh itu biasanya</i>
21	Peneliti	Bagaimana cara ibu menjaga konsentrasi mengajar ketika sedang berada dalam kondisi emosi yang kurang stabil ?
22	Subjek	<i>Biasanya ibu mencoba tetap fokus dengn pembelajaran yang sedang dijalankannih, tetap tenang yang pastinya lah, lalu kena baru lanjut mengajar seperti biasanya, inya supaya kekanakan nih kada ikut terbawa suasana kita mun kita lagi emosi kada stabil tuh</i>
23	Peneliti	Apakah ibu pernah memilih untuk fokus pada hal lain agar tidak larut dalam emosi tertentu ? (bisa ceritakan contohnya)
24	Subjek	Pernah, waktu itu ada anak-anak yang mengganggu temannya yang lain waktu di kelas, ulun kada langsung marahi anak tersebut, ulun tetap fokus dulu menjelaskan pelajaran ke anak-anak yang lain, nanti setelah pembelajaran selesai baru ulun panggil anak tadih untuk ulun ajak bicara, ulun nasihati inya
25	Peneliti	Menurut ibu, bagaimana peran pengalihan perhatian ini dalam menjaga profesionalisme sebagai guru ?
26	Subjek	<i>Penting banar sih menurut ibu, kan kalo kita bereaksi dengan emosi itu bisa membuat suasana kelas jadi kada nyaman, jadi dengan cara mengalihkan perhatian ini itu kita tetap profesional dan pembelajaran tuh tetap berjalan dengan baik</i>
27	Peneliti	Bagaimana cara ibu memaknai atau menilai kembali situasi sulit yang dihadapi dalam pekerjaan sebagai guru ?
28	Subjek	<i>Kita anggap situasi/masalah itu sebagai tantangan/sebagai apa yaa, kalo kita tuh ada nih masalah kita berusaha untuk mencari solusi, bagaimana cara kita menghadapi permasalahan yang sama nanti bisa terulang lagi di tahun berikutnya, jadi itu kita anggap sebagai tantangan dan tugas kita juga sebagai guru, pasti adakan permasalahan, nah kita sebagai guru bagaimana cara menanggapi, ya kita jadikan sebagai tantangan dan pembelajaran</i>
29	Peneliti	Bagaimana cara ibu menenangkan diri ketika menghadapi masalah dengan siswa, orang tua, atau rekan kerja ?

30	Subjek	<i>Biasanya ulun ya tadih tuh, tenangin diri dulu, kada langsung menanggapi, yaa ulun coba mendengarkan dulu penjelasan dari pihak lain, habis tuh baru dibicarakan baik-baik supaya dapat jalan keluarnya</i>
31	Peneliti	Apakah ibu pernah melihat suatu masalah dari sudut pandang berbeda untuk mengelola emosi ? (bisa ceritakan contohnya)
32	Subjek	<i>Owh itu penah, ada yang ribut di kelas, ulun kada langsung menanggapi anak itu nakal, tapi ulun coba memahami dari sisi lain, owh mungkin anak ini lagi ingin cari perhatian, ingin dapat perhatian, atau ada masalah lain, nah jadi dari situ ulun lebih sabar menghadapinya</i>
33	Peneliti	Menurut ibu, seberapa penting perubahan kognitif (perubahan cara berfikir) membantu menghadapi permasalahan pekerjaan di sekolahan ?
34	Subjek	<i>Owh sangat penting, karena gasan kita berkesempatan juga untuk belajar dan kita mencoba memahami penyebab dulu dari masalah inya tuh, kenapa anak itu berbicara, beratikan dia perlu ditegur, anak tuh kan kaya minta perhatian, nah dari situ kita melihat ih kenapa anak ini, kita cari penyebabnya dulu, supaya tidak terlalu berlebihan emosi terhadap anak tersebut</i>
35	Peneliti	Apa yang biasanya ibu lakukan ketika emosi sudah muncul saat menjalankan tugas sebagai guru ?
36	Subjek	Biasanya ulun diam dulu lah, tarik nafas, mencoba menenangkan diri supaya kada langsung bereaksi terhdap maalah yang ada,nah baru setelah bisa ulun lanjutkan pembelajaran
37	Peneliti	Bagaimana cara ibu mengendalikan ekspresi emosi agar tetap profesional di lingkungan sekolah ?
38	Subjek	<i>Biasanya sebisa mungkin supaya, kan anak-anak itu kalo sudah kena marah inya diam, diam itu cuma sebentar saat kita marah aja, pas sudah selesai marahnya, besok nya/se jam kemudian dian bisa kembali lagi berulah seperti itu, jadi sebisa mungkin diam dulu, kita alihkan perhatiannya, itu kalo kita lagi menjelaskan inya kada memperhatikan, berarti kita ubah metode belajarnya, tanya jawab kah dengan anak-anak, supaya yang anak tidak memperhatikan tadih bisa kita tunjuk orang nya tuh supaya menjawab pertanyaan kita, bisa juga karena itu metode ceramah lah, inya mendengarkan dan inya biasanya berbicara dengan kawam-kawanya, jadi kita bikin aja nih selain tanya jawab tadih kita kerja kelompok, biasanya dengan bekerja kelompok itu dia bisa berdiskusi bersama walaupun dalam diskusi kelompok tuh ada aja anak yang tidak ikut, nah tapi kita bagi, kita tunjuk aja langsung, pian jadi ketua nya,</i>

		<i>pian jadi notulennya, pian nanti yang menyampaikan, intinya kalo sudah dibagi seperti ini biasanya dia bertanggung jawab terhadap tugas nya</i>
39	Peneliti	Apakah ibu memiliki cara tertentu untuk menenangkan diri setelah mengalami situasi yang menguras emosi ?
40	Subjek	<i>Biasanya ulun bercerita pang dengan rekan guru yang lain, diskusi bisa juga, supaya dapat masukan jadi kada kita pendam sendiri, kadang kalo kita cerita itu hati jadi lebih ringan</i>
41	Peneliti	Bagaimana pengendalian respon emosi ini berdampak pada hubungan ibu dengan siswa/rekan kerja ?
42	Subjek	<i>Berdampak baik, dikarenakan siswa jadi merasa nyaman dan kada takut berlebihan, terus dengan rekan guru yang lain hubungan jadi lebih rakat karena kita bisa menyelesaikan permasalahan dengan tenang</i>
KEPUASAN KERJA		
43	Peneliti	Bagaimana ibu memaknai pekerjaan sebagai guru di SDN Pasar Lama 1 Banjarmasin ?
44	Subjek	<i>Sebagai guru lah, karena kita sudah memili sebagai guru jadi sebisa mungkin kita bertanggung jawab dengan apa yang sudah kita kerjakan, memberikan yang terbaik untuk diri kita sendiri & orang lain, tugas guru apa, tanggung jawabnya apa, jadi kita apa yaa emm tujuan kita apa</i>
45	Peneliti	Sejauh mana pekerjaan yang ibu jalani saat ini sesuai dengan minat dan kemampuan ibu ?
46	Subjek	<i>Alhamdulillah cukup sesuai, karena dari awal ulun memang memilih menjadi guru, ulun senag mendidik anak-anak, dan apa yahh emm bisa menjalankan tugas segai guru dengan kemampuan yang ulun miliki ini</i>
47	Peneliti	Apakah ada bagian dari pekerjaan guru yang paling memberikan kepuasan secara emosional bagi ibu ?
48	Subjek	<i>Kalo anak-anak itu berhasil, kita liat dulu dari segi nilai, biasanya nialainya di atas kkm, tuh senang tapi kemungkinan besar pasti ada yang rendah tapi kan kita bisa remedial kita ulang lagi, kita perbaiki lagi berikutnya, habistuh itukan dari segi nilai, kalo anal-anak memperhatikan pun kita senang dah, pwh berati anak-anak nih fokus kepada kita, setelah itu, setelah nilai, fokus anak, kalau anak senang, anak kelas 1 nih kan dia suka bermain nih, kitanih dalam pembelajaranih kita selingkan permainan jadi seakan-akan anak nih bermain sambil belajar, senang dulu, kalo anak-anak sudah senang nah itu rasa gimana gitu jadi guru, kmdian memberikan pembelajaran dia bisa di siplin nah itu, mungkin awal-awal susah tuh , anak-anak belum bisa disiplin karena berbeda-beda dari TK berbeda, dari orang tuanya berbeda-beda,</i>

		<i>nah kalonya sudah nihkan proses berjalan nih, kalo dia sudah bisa disiplin, jujur, karakternya baik, nilainya bagus, perhatian nah itu sungguh luar biasa</i>
49	Peneliti	Apakah tantangan dalam pekerjaan sebagai guru mempengaruhi kepuasan kerja ibu ? bagaimana ?
50	Subjek	<i>Kaya apa supaya anak-anak itu paham bagaimana supaya di paham dengan yang kita ajarkan, tugas ini kita aja sendiri seelum masuk ke dalam kelas, persiapan dulu nih, kaya apa nih supaya anak-anak paham, bagaimana supaya anak-anak ini senang, pasti itu jadi tantangan tersendiri, terustuh harus siap prangkatnya dulu</i>
51	Peneliti	Bagaimana pandangan ibu terhadap gaji/penghasilan yang diterima sebagai guru di sekolahan ini ?
52	Subjek	<i>Menurut ulun lah gaji itu memang sudah ada aturannya dari pemerintah lo, jadi ulun jalani aja sebagai bagian dari tanggung jawab pekerjaan sebagai guru ini</i>
53	Peneliti	Apakah ibu menilai gaji yang diterima sudah sebanding dengan beban dan tanggung jaab pekerjaan ?
54	Subjek	<i>Gaji lah, masalah gaji nih mungkin karena kita sebagai guru bertanggung jawab sudah tugas kita, kalo membandingkan gaji mungkin itukan sudah peraturan nih gajinya se itu, kalo sudah tanggung jawab kita, kita jalankan saja, kalo membandingkan gaji kayanya balum sesuai pang.</i>
55	Peneliti	Bagaimana gaji mempengaruhi semangat dan kepuas ibu dalam bekerja ?
56	Subjek	<i>Pastikan, kalo gaji itu kalonya kita mempermasalahkan gaji ya kada habis-habisnya karena itu nilai uang saja tapi kita ingat kita sebagai tanggung jawab waktu kita diangkat jadi seorang guru</i>
57	Peneliti	Sejauh mana gaji mempengaruhi kondisi emosional ibu saat bekerja sebagai guru ?
58	Subjek	<i>Kayanya ngga ada sih</i>
59	Peneliti	Bagaimana pengalaman ibu terkait kesempatan promosi atau pengembangan karier di sekolhan ini ?
60	Subjek	<i>Biasanya tuh ada kesempatan mengikuti pelatihan atau kegiatan yang dari dinas pendidikan itu gasan menambah pengetahuan dan kemampuan kita sebagai guru</i>
61	Peneliti	Apakah sistem promosi yang diterapkan di sekolah sudah dirasakan adil/transparan ?
62	Subjek	<i>Kalonya guru inilah tidak ada promosi jabatan, kalonya misalnya sudah, kalo kitanih kan naik golongan ke 3a,3b,3c sampai naik golongan, kalo prmosi ini paling kaya gini misanya mau jadi kepala sekolah, jadi direkomendasikan dari kepala sekolah untuk jadi kepala sekolah, biasanya kan adanih dari dinas kependidikan biasanya memberikan</i>

		<i>apa yaa kaya siapa yang mau mendaftar jadi kepala sekolah, kepala sekolah boleh mendaftarkan guru tersebut, biasanya kepala sekolah nih manggil mau ikutkah seleksi kepala sekolah, kalaunya mau naik jabatan selain guru, kalau guru promosinya itu kalo misalnya sudah 4 tahun, naik ke golongan berikutnya</i>
63	Peneliti	Apakah peluang promosi mempengaruhi semangat dan kepuasan kerja ibu ?
64	Subjek	<i>Pasti mempengaruhi lah, kalonya ulun lah pribadi kan kalo guru kadede promosi, jadi kalo misalnya kita sudah berhasil mendidik siswa itu yang luar biasa terhadap kepuas kerja</i>
65	Peneliti	Bagaimana harapan ibu terhadap jenjang karier ke depan sebagai guru ?
66	Subjek	<i>Mun harapan lah pasti agar bisa meningkatkan kemampuan kita sebagai guru dan bisa memberikan pembelajaran yang lebih baik kedepanya untuk siswa-siswa ini</i>
67	Peneliti	Bagaimana pengalaman ibu dalam menerima arahan dan bimbingan dari kepala sekolah ?
68	Subjek	<i>Biasanya kalo kepala sekolah ini masuk kelas lah, melihat bagaimana guru mengajar, biasanya 1 tahun itu 2 kali masuk kelas, kan kepala sekolah itu pernah juga jadi guru, tau bagaimana cara mengatasi siswa, jadi kita belajar dari pengalaman kepala sekolah itu, beliau memberikan bimbingan selain administrasi yang harus lengkap juga cara kita mengajar, biasanya kalaunya setelah ibu tuh kan ada instrumen, nah setelah itu kita dipanggil ke kantor kita refleksi diri dulu, apa kekurangan kita saat mengajar, baru kepala sekolah yang menambahkan apa yang perlu diperbaiki di dalam kelas</i>
69	Peneliti	Bagaimana supervisi yang diberikan membantu ibu dalam meningkatkan kinerja dan kompetensi mengajar ?
70	Subjek	<i>Supervisi lah, berarti kepala sekolah lo, kalo beliau membantu aja, karena dari situ kami bisa mengetahui kekurangan dalam mengajar tuh apa haja, ada masukan dari kepala sekolah supaya kita bisa bikin menarik bagi siswa</i>
71	Peneliti	Bagaimana gaya kepemimpinan atasan mempengaruhi kenyamanan emosional ibu dalam bekerja ?
72	Subjek	<i>Sangat lah, sangat bepengaruh, karena kalau kepala sekolah memberikan arahan dengan baik dan mendukung kita para guru nihm kita jadi merasa lebih nyaman, dan semangat dalam jalankan tugas</i>
73	Peneliti	Bagaimana pengaruh supervisi terhadap kepuasan kerja ibu sebagai guru ?

74	Subjek	<i>Sangat penting, karena kita tuhkan jadi tau bagaimana kekurangan kita, karena kita nih kan guru taunya ngajar, taunya mendidik tapi pasti kita tuh ada kekurangan karena kita manusia pasti ada aja kurang puas dalam mengajar siswa itu kita liat dari nilainya misalnya, masih belum ada yang paham nah atau cara kita mengajar, belum menarik, belum menyenangkan bagi siswa bagi kami anak kelas rendah belum menyenangkan, jadi bagaimana bu kita cari solusi dengan beliau, biasanya sidin memberikan masukan, atau kita jar sidin perlu ice breaking di dalam mengajar misalnya gitu</i>
75	Peneliti	<i>Bagaimana ibu menggambarkan hubungan sehari-hari dengan rekan guru di sekolahan ini ?</i>
76	Subjek	<i>Alhaddulillah baik haja kami semua di sini, saling mendukung, berdiskusi kalo ada masalah/kesulitan dalam mengajar atau menghadapi siswa</i>
77	Peneliti	<i>Sejauh mana kerja sama antara rekan guru membantu ibu dalam menghadapi tuntutan pekerjaan ?</i>
78	Subjek	<i>Sangat membantu, karena kami inikan 3 rombel, kami nih biasanya bekerja sama, kalonya membuat soal kami sama-sama, saling berbagi, kalo cara mendidik siswa di kelas kami berdiskusi dulu bagaimana cara mengatasinya yang tadih kita konsultasikan, biasanya kami berdiskusi semuanya.</i>
79	Peneliti	<i>Bagaimana dukungan emosional dari rekan kerja mempengaruhi kepuasan kerja ibu ?</i>
80	Subjek	<i>Sangat mendukung, jadi kita merasa nyaman saat bekerja, kalo sudah kita berbicara kalo kita pendam sendiri ya tadih bisa marah pada siswa, kalo berbagi tuh kan kita tau cara mengatasinya bagaimana, jadi itu sangat nyaman jadinya dengan rekan kerja</i>
81	Peneliti	<i>Bagaimana pengaruh iklim sosial di lingkungan sekolah terhadap kenyamanan dan kepuasan kerja ibu ?</i>
82	Subjek	<i>Kalo iklim sosial yang baik tuh menurut ibu membuat merasa nyaman bekerja, apalagi hubungan dengan antar guru nih itu baik dengan atasan baik jua, saling mendukung jadi pekerjaan tuh terasa ringan lawan senang menjalaninya</i>
83	Peneliti	<i>Inggih baik ibu sudah selesai, terima kasih banyak ibu sudah meluangkan waktunya untuk ulun melakukan wawancara dengan pian</i>
84	Subjek	<i>Ehh sudah kah, alhamdulillah, nggih sama-sama minta rela lah ibu mun misalnya seadanya aja, atau kurang tepat menjawab tadih</i>

Daftar Riwayat Hidup

1. Nama : Anisa Dwi Astuti
2. NIM : 220103040149
3. Tempat Tanggal Lahir : Banjarmasin, 26 Maret 2004
4. Kebangsaan : Indonesia
5. Alamat : Handil Bakti, Komplek Griya Permata. Jl. Melati 8, No. 24E, Rt. 09, Rw. 003, Kelurahan Semangat Dalam, Kecamatan Alalak, Kabupaten Barito kuala, Provinsi Kalimantan Selatan
6. Nomor HP : 083152910380
7. Alamat Email : [dwianisa2626@gmail.Com](mailto:dwianisa2626@gmail.com)
8. Pengalaman Organisasi Kerja : Sekretaris Bidang Informasi & Komunikasi KSR-PMI Unit UIN Antasari Banjarmasin Periode 2023-2024
9. Nama Ayah : Muhammad Yusni Effendi
10. Nama Ibu : Lisdiana
11. Pekerjaan Ayah : Karyawan Swasta
12. Pekerjaan Ibu : Ibu Rumah Tangga

Banjarmasin, 09 Juli 2026

Anisa Dwi Astuti