

ABSTRAK

Anisa Dwi Astuti, 220103040149, *Makna Regulasi Emosi Bagi Kepuasan Kerja Guru di SDN Pasar Lama 1 Banjarmasin*. Pembimbing I: Miftahul Aula Sa'adah, M.Psi., Psikolog dan Pembimbing II: Dra. Mulyani, M.Ag pada Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin.

Kata Kunci: Makna Regulasi Emosi, Kepuasan Kerja, Guru SD

Kepuasan kerja guru tidak hanya berkaitan dengan faktor eksternal seseorang lingkungan kerja, tetapi juga dipengaruhi oleh kemampuan internal guru dalam mengelola emosi yang dialami selama menjalankan tugas profesionalnya. Dalam lingkungan pendidikan yang semakin kompleks, regulasi emosi menjadi penting karena guru tidak hanya bertanggung jawab terhadap perkembangan akademik siswa, tetapi juga perkembangan emosioanal dan sosial mereka. Berdasarkan observasi awal di SDN Pasar Lama 1 Banjarmasin ditemukan perbedaan cara memaknai pengelolaan emosi dan kepuasan kerja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui makna regulasi dan penerapannya dalam menghadapi tuntutan pekerjaan serta makna kepuasan kerja berdasarkan pengalaman emosional dan kondisi kerja guru.

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Subjek penelitian terdiri atas tiga guru wali kelas rendah (kelas 1-3) di SDN Pasar Lama 1 Banjarmasin. Data dikumpulkan melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi, kemudian dianalisis menggunakan teknik reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Adapun keabsahan data diuji menggunakan teknik triangulasi untuk memastikan konsistensi temuan penelitian.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa regulasi emosi dimaknai sebagai kemampuan mengelola, mengendalikan, dan mengekspresikan emosi secara tepat melalui berbagai strategi, seperti memaknai situasi secara positif, mengendalikan diri, dan menjaga profesionalisme. Kepuasan kerja dimaknai sebagai perasaan nyaman, syukur, dan penerimaan positif terhadap profesi guru yang diperoleh melalui kebermaknaan pekerjaan, kesempatan berkembang, dukungan kepala sekolah, serta hubungan harmonis dengan rekan kerja. Regulasi emosi menjadi faktor penting yang membantu guru menghadapi tekanan kerja, menjaga hubungan interpersonal, dan meningkatkan kepuasan kerja.