

DAFTAR ISI

| | |
|---|------------|
| HALAMAN JUDUL | |
| HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS | ii |
| HALAMAN PERSETUJUAN | iii |
| HALAMAN PENGESAHAN..... | iv |
| HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI | v |
| BIODATA PENULIS..... | vi |
| KATA PENGANTAR..... | vii |
| ABSTRAK | ix |
| DAFTAR ISI..... | xi |
| DAFTAR GAMBAR..... | xiv |
| DAFTAR TABEL | xv |
| BAB I PENDAHULUAN..... | 1 |
| 1.1 Latar Belakang..... | 1 |
| 1.2 Rumusan Masalah | 4 |
| 1.3 Pertanyaan Penelitian..... | 5 |
| 1.4 Tujuan Penelitian..... | 5 |
| 1.4.1 Tujuan Umum..... | 5 |
| 1.4.2 Tujuan Khusus..... | 5 |
| 1.5 Manfaat Penelitian..... | 6 |
| 1.5.1 Bagi Penliti..... | 6 |
| 1.5.2 Bagi Sekolah | 6 |
| 1.5.3 Bagi Universitas..... | 6 |
| 1.6 Ruang Lingkup..... | 6 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA | 8 |

| | |
|---|-----------|
| 2.1. Landasan Teori | 8 |
| 2.1.1 Pengertian Stres Kerja..... | 8 |
| 2.1.2 Sumber Stres Kerja | 8 |
| 2.1.3 Gejala Stres Kerja | 9 |
| 2.1.4 Tingkatan Stres Kerja..... | 10 |
| 2.1.5 Mekanisme Stres Kerja | 11 |
| 2.1.6 Dampak Stres Kerja | 12 |
| 2.1.7 Faktor-Faktor Stres Kerja..... | 12 |
| 2.1.8 Alat Ukur Stres Kerja..... | 19 |
| 2.1.9 Alat Ukur Beban Kerja..... | 20 |
| 2.1.10 Pencegahan dan Pengendalian Stres Kerja | 21 |
| 2.1.11 Stres Kerja Pada Guru | 22 |
| 2.1.12 Faktor-Faktor Guru dalam Permasalahan Lingkungan Kerja | 24 |
| 2.1.13 Beban Kerja dan Waktu Kerja | 24 |
| 2.1.14 Hubungan dalam Pekerjaan..... | 26 |
| 2.1.15 Tugas dan Tanggung Jawab Guru..... | 26 |
| 2.1.16 Manajemen Stres | 27 |
| 2.2 Kerangka Teori | 28 |
| 2.3 Penelitian Terkait | 29 |
| BAB III METODE PENELITIAN..... | 31 |
| 3.1 Kerangka Konsep Penelitian | 31 |
| 3.2 Definisi Operasional | 31 |
| 3.3 Hipotesis Penelitian..... | 34 |
| 3.4 Tempat dan Waktu Penelitian..... | 34 |
| 3.5 Jenis Penelitian..... | 34 |
| 3.6 Populasi dan Sampel..... | 35 |
| 3.7 Instrumen Penelitian | 37 |
| 3.8 Uji Reabilitas | 38 |
| 3.9 Pengolahan Data | 39 |
| 3.10 Teknik Analisa Data | 40 |

| | |
|--|------------|
| BAB IV HASIL PENELITIAN | 41 |
| 4.1. Analisis Univariat | 41 |
| 4.1.1 Variabel Dependen..... | 41 |
| 4.1.2 Variabel Independen | 42 |
| 4.2 Analisis Bivariat..... | 43 |
| BAB V PEMBAHASAN PENELITIAN | 48 |
| 5.1 Analisis Univariat | 48 |
| 5.1.1 Variabel Dependen..... | 48 |
| 5.1.2 Variabel Independen | 49 |
| 5.2 Analisis Bivariat..... | 54 |
| BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN | 59 |
| 6.1 Kesimpulan..... | 59 |
| 6.2 Saran | 60 |
| DAFTAR PUSTAKA..... | xvi |
| LAMPIRAN KUESIONER PENELITIAN | |
| LAMPIRAN DAN DOKUMENTASI | |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|--------------------|----|
| Gambar 2.1..... | 9 |
| Gambar 3.1..... | 31 |
| Gambar Dokumentasi | |



DAFTAR TABEL

| | |
|---|----|
| Tabel 2.1 Gejala Stres | 28 |
| Tabel 2.2 Penilaian Beban Kerja..... | 21 |
| Tabel 2.3 Penelitian Terkait..... | 29 |
| Tabel 3.1 Definisi Operasional | 31 |
| Tabel 3.2 Jumlah Guru Tingkat SD, SMP, SMA Sekolah Galatia | 35 |
| Tabel 3.3 Penilaian Beban Kerja..... | 37 |
| Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Stres Kerja Pada Guru Sekolah Galatia..... | 41 |
| Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Stres Kerja Pada Guru Sekolah Galatia..... | 41 |
| Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Beban Kerja Pada Guru Sekolah Galatia | 42 |
| Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Waktu Kerja Pada Guru Sekolah Galatia | 42 |
| Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Usia Kerja Pada Guru Sekolah Galatia | 43 |
| Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Pada Guru Sekolah Galatia..... | 43 |
| Tabel 4.7 Analisis Hubungan Beban Kerja Dengan Stres Kerja | 43 |
| Tabel 4.8 Analisis Hubungan Waktu Kerja Dengan Stres Kerja..... | 46 |