

ABSTRAK

Wahyu Nursabrina Maliki. NIM. 126306202108, 2024. "Coping Stres Guru PAUD/RA dalam mendidik Anak Usia Dini Di RA AL AZHAR Kota Blitar" rogram Studi Bimbingan Konseling Islam (BKI), Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah (FUAD), Universitas Islam Negeri (UIN) Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung. Pembimbing oleh Ibu Puspita Mayararti, M.Pd.,S.Pd

Kata Kunci : coping, stres, guru PAUD

Coping Stress merupakan suatu bentuk usaha untuk mengatur keadaan penuh beban dengan melakukan upaya kognitif dan perilaku yang dikembangkan untuk mengelola tekanan, baik tekanan eksternal atau internal. Coping stress digunakan untuk mengurangi tekanan yang ada. Namun pada RA AL Azhar terdapat permasalahan dimana pendidik tidak dapat mengelola stres dengan baik yang mengakibatkan stres itu menjadi stres yang negatif. Hal ini berdampak pada menurunnya kinerja guru dalam proses mengajar dimana hguru akan merasa mudah lelah dan marah yang membuat peserta didiknya takut dan tidak nyaman. Maka dari itu guru perlu melakukan strategi coping stes agar dapat mengelola stres yang dialami menjadi stress yang positif, dengan melakukan problem focused coping diman coping yang dilakukan berfokus dalam penyelesaian persasalahan dan emotion focused coping yaitu upaya mengelola stres dengan mengelola emosi yang di timbulkan stres. Sehingga nantinya guru dapat mengelola stres dengan baik serta dapat menemukan strategi coping yang tepat untuk menangani stes yang sedang di alaminya sehingga guru dapat mekukan kegiatan mengajar dengan baik dan berjalan sempurna.

Penelitian ini bertujuan memahami dan mendeskripsikan coping stress guru TK/PAUD dalam mendidik anak usia dini di KB RA Al-Azhar Kota Blitar. Metode yang di gunakan pada penelitian ini dalah penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi untuk pengumpulan data menggunakan observasi,wawancara dan dokumetasi yang di lakukan pada tiga informan yaitu guru kelas A, guru kelas B dan guru kelas. Adapun proses menganalisa data yang dilakukan mengadopsi dan mengembangkan pola interaktif yang dikembangkan oleh Miles dan Huberman melalui reduksi data, penyajian data dan penarikan kesimpulan. Pengecekan Keabsahan Temuan melalui Perpanjangan Keikutsertaan, Ketekunan Pengamatan, dan Triangulasi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa coping stres sebagai penanganan terhadap stres yang guru rasakan, bisa dilakukan coping stres sebagai suatu usaha untuk menuntaskan permasalahan yang menyebabkan stres (problem focused coping) serta usaha yang sumbernya dari emosi yang stres timbulkan (emotion focused coping). Berkenaan dengan usaha problem focused coping, dengan segera guru akan menyelesaikan permasalahan yang menyebabkan stres, dimana tergolong sebagai convrontive coping, yakni segera menuntaskan permasalahan yang menyebabkan stresnya serta seeking social, yakni berupaya memperoleh bantuan dari keluarga maupun rekan kerja saat kesusahan. Kemudian berkenaan dengan usaha emotion focused coping, guru melaksanakan self control melalui

pengendalian diri dan perilaku, berupaya melakukan aktivitas menyenangkan, serta positif reappraisal yakni melalui menanamkan ikhlas dalam diri, menemukan pemikiran yang positif, dan mendekat terhadap Allah SWT.

ABSTRACT

Wahyu Nursabrina Maliki. NIM. 126306202108, 2024. "Coping Stress of PAUD/RA Teachers in Educating Early Childhood at RA AL AZHAR, Blitar City" Islamic Guidance and Counseling Study Program (BKI), Faculty of Ushuluddin Adab and Da'wah (FUAD), Sayyid Ali Rahmatullah State Islamic University (UIN) Tulungagung. Supervisor by Mrs. Puspita Mayararti, M.Pd., S.Pd

Keywords: coping, stress, PAUD teachers

Coping Stress is a form of effort to regulate a burdened state by making cognitive and behavioral efforts that are developed to manage pressure, both external and internal pressure. Coping stress is used to reduce existing pressure. However, at RA AL Azhar there is a problem where educators cannot manage stress properly which results in stress becoming negative stress. This has an impact on the decline in teacher performance in the teaching process where teachers will feel tired and angry easily which makes their students afraid and uncomfortable. Therefore, teachers need to carry out stress coping strategies in order to manage the stress experienced into positive stress, by carrying out problem focused coping where the coping carried out focuses on solving problems and emotion focused coping, namely efforts to manage stress by managing emotions caused by stress. So that later teachers can manage stress well and can find the right coping strategy to deal with the stress they are experiencing so that teachers can carry out teaching activities well and run perfectly.

This study aims to understand and describe the stress coping of kindergarten / PAUD teachers in educating early childhood at KB RA Al-Azhar, Blitar City. The method used in this study is qualitative research with a phenomenological approach to data collection using observation, interviews and documentation carried out on three informants, namely class A teachers, class B teachers and class teachers. The process of analyzing the data carried out adopts and develops an interactive pattern developed by Miles and Huberman through data reduction, data presentation and drawing conclusions. Validity Checking of Findings through Extension of Participation, Observation Persistence, and Triangulation.

Results of this study, stress coping as a treatment for stress that teachers feel, can be done as an effort to resolve problems that cause stress (problem focused coping) and efforts that originate from emotions that stress causes (emotion focused coping). Regarding problem focused coping efforts, teachers will immediately resolve problems that cause stress, which are classified as convrontive coping, namely immediately resolving problems that cause stress and

seeking social, namely trying to get help from family or coworkers when in trouble. Then regarding emotion focused coping efforts, teachers carry out self-control through self-control and behavior, trying to do fun activities, and positive reappraisal, namely by instilling sincerity in themselves, finding positive thoughts, and getting closer to Allah SWT.

خلاصة

وحيو نورسابرنا المالكي. نيم. ١٢٦٣٠٦٢٠٢١٠٨ ، "التعامل مع الضغوط لدى معلمي التوجيه) في تعليم الطفولة المبكرة في مدينة رأس الأزهر بليتار" برنامج دراسة الإرشاد الإسلامي بستان الأطفال ، كلية أصول الدين(الإرشادي الإسلامي (الجامعة الإسلامية الحكومية) الأدب والدعوة (فؤاد)، جامعة السيد علي رحمة الله الإسلامية الحكومية تولونججونج. تحت إشراف السيدة فوسفيتا مياررتي، الماجستير

الكلمات المفتاحية: المواجهة، التوتر، معلم، بستان الأطفال

يعد التعامل مع التوتر شكلاً من أشكال الجهد المبذول لإدارة المواقف العصبية من خلال بذل جهود معرفية وسلوكية تم تطويرها لإدارة الضغط الخارجي والداخلي. يتم استخدام التعامل مع الإجهاد لتقليل الضغط الموجود. ومع ذلك، في رأس الأزهر هناك مشكلة حيث لا يستطيع المعلمون إدارة التوتر بشكل جيد مما يؤدي إلى تحول التوتر إلى إجهاد سلبي. وهذا له تأثير على انخفاض أداء المعلم في عملية التدريس حيث سيُشعر المعلم بالتعب والغضب بسهولة مما يجعل الطلاب خائفين وغير مرتاحين. لذلك، يحتاج المعلمون إلى تنفيذ استراتيجيات التكيف مع التوتر من أجل إدارة التوتر الذي يتحول إلى ضغوط إيجابية، من خلال تنفيذ التعامل الذي يركز على المشكلة حيث يركز التكيف الذي يتم تنفيذه على حل المشكلات والتعامل الذي يركز على العاطفة، أي الجهود المبذولة لإدارة التوتر من خلال إدارته. المشاعر التي يسببها التوتر. حتى يتمكن المعلمون لاحقاً من إدارة التوتر بشكل جيد ويمكنهم العثور على استراتيجيات التكيف الصحيحة للتعامل مع الضغط الذي يعانون منه حتى يتمكن المعلمون من تنفيذ أنشطة التدريس بشكل جيد والعمل بشكل مثالي.

في تعليم المدرسة الأطفال /يهدف هذا البحث إلى فهم ووصف ضغوط المواجهة لدى معلمي رياض الأطفال الأزهر، مدينة بليتار. الطريقة المستخدمة في هذا البحث هي مجموعة التعلم أطفال مرحلة الطفولة المبكرة في البحث النوعي ذو المنهج الظاهري لجمع البيانات باستخدام الملاحظة والمقابلات والوثائق التي تم إجراؤها على ثلاثة مخبرين، وهم معلم الفصل أ ومعلم الفصل ب ومعلم الفصل. وقد اعتمدت عملية تحليل البيانات وتطوير النمط التفاعلي الذي طوره مايلز وهويرمان من خلال تقليل البيانات وعرض البيانات واستخلاص النتائج. التحقق من صحة النتائج من خلال المشاركة الموسعة، والاجتهاد في الملاحظة، والتثليث. من نتائج هذا البحث، يمكن التعامل مع التوتر كعلاج للتوتر الذي يشعر به المعلمون، ويمكن تنفيذ التغلب على التوتر كمحاولة لحل المشكلات التي تسبب التوتر (التعامل مع التركيز على المشكلة) بالإضافة إلى الجهود التي تنشأ من المشاعر التي يسببها التوتر. (التعامل مع التركيز على العاطفة). فيما يتعلق بجهود المواجهة التي تركز على المشكلة، سيقوم المعلم

على الفور بجل المشكلات التي تسبب التوتر، والتي تصنف على أنها مواجهة صراعية، أي حل المشكلات التي تسبب التوتر والبحث الاجتماعي على الفور، أي محاولة الحصول على المساعدة من الأسرة أو زملاء العمل عندما تكون في ورطة . ثم فيما يتعلق بجهود المواجهة التي تركز على العاطفة، يقوم المعلمون بضبط النفس من خلال ضبط النفس والسلوك، ومحاولة القيام بأنشطة ممتعة، وكذلك إعادة التقييم الإيجابي، أي من خلال غرس الإخلاص في النفس، وإيجاد الأفكار الإيجابية، والتقرب من الذات. الله سبحانه وتعالى.