

**HUBUNGAN KEPERIBADIAN TIPE A DAN STRES KERJA GURU
DALAM MENGHADAPI SERTIFIKASI**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Program Studi Psikologi
Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia
Untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat-syarat Guna Memperoleh
Derajat Sarjana S1 Psikologi



Oleh :

ANOGA HANINDRA PUTRA

08320183

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA
YOGYAKARTA**

2012

**HUBUNGAN KEPERIBADIAN TIPE A DAN STRES KERJA GURU
DALAM MENGHADAPI SERTIFIKASI**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Program Studi Psikologi
Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia
Untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat-syarat Guna Memperoleh
Derajat Sarjana S1 Psikologi



Oleh :

ANOGA HANINDRA PUTRA

08320183

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA
YOGYAKARTA
2012**

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan Judul:

HUBUNGAN KEPERIBADIAN TIPE A DAN STRES KERJA GURU

DALAM MENGHADAPI SERTIFIKASI

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Program Studi Psikologi

Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia

Untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat-syarat guna Memperoleh

Derajat Sarjana S-1 Psikologi



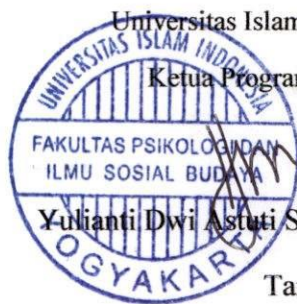
Mengesahkan,

Program Studi Psikologi

Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya

Universitas Islam Indonesia

Ketua Program Studi



Yulianti Dwi Astuti S.Psi., M.Soc.Sc.

Dewan Penguji

1. H. Fuad Nashori., S.Psi., M.Si., Psikolog
2. R. Sumedi Priyana Nugraha., Dr., Psikolog
3. Qurotul Uyun., S.Psi., M.Si., Psikolog

Tanda Tangan

PERNYATAAN ETIKA AKADEMIK

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Anoga Hanindra Putra

Nomor Mahasiswa: 08320183

Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi : Hubungan Kepribadian Tipe A dan Stres Kerja Guru dalam Menghadapi Sertifikasi

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Selama melakukan penelitian dan penulisan laporan penelitian skripsi saya tidak melakukan tindakan pelanggaran etika akademik dalam bentuk apapun, seperti penjiplakan, penulisan skripsi oleh orang lain, atau pelanggaran lain yang bertentangan dengan etika akademik yang dijunjung tinggi oleh Universitas Islam Indonesia. Oleh karena itu, skripsi yang saya buat merupakan karya ilmiah saya sebagai penulis, bukan karya jiplakan atau karya orang lain.
2. Apabila dalam ujian skripsi, saya terbukti melanggar etika akademik, maka saya siap menerima sanksi sebagaimana aturan yang berlaku di Universitas Islam Indonesia.
3. Apabila di kemudian hari, setelah saya lulus dari Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia ditemukan bukti secara meyakinkan bahwa skripsi ini adalah karya jiplakan atau karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi akademis yang ditetapkan oleh Universitas Islam Indonesia.

Yogyakarta, Agustus 2012

Yang menyatakan,


(Anoga Hanindra Putra)

METERAI
TEMPEL
PAJAK PENGHASILAN
7F468AAF903756903
ENAM RIBU RUPIAH
6000
DJP

HALAMAN PERSEMBAHAN

Segala puji hanya milik Allah Subhanahu Wa Ta'ala, Rabb semesta alam. Rasa syukur selalu saya panjatkan bagi Allah Subhanahu Wa Ta'ala yang telah memberikan kesempatan untuk membuat karya ilmiah berupa Skripsi yang sarat akan pelajaran yang bermanfaat.

Karya ini penulis persembahkan kepada:

Orang Tua yang Sangat Saya Hormati dan Sayangi

Papa (Hajar Widodo) dan Mama (Indraningsih)

Terimakasih atas segala cinta, kasih sayang, perhatian doa, dukungan dan bantuan yang papa dan mama berikan selama ini.

Meskipun tak bisa membalasnya,

namun diri ini akan selalu berusaha menjadi anak yang bisa dibanggakan untuk dunia dan akhirat.

UNIVERSITAS
ISLAM
INDONESIA

HALAMAN MOTTO

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ ۗ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴿٢٨﴾

(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat

Allah-lah hati menjadi tenteram.

(Ar-Ra'ad Ayat 28)

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ ﴿١٥٣﴾

Hai orang-orang yang beriman, Jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu, Sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar.

(Al Baqarah 153)

إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ ﴿٥﴾ هِدِنَا الصِّرَاطَ الْمُسْتَقِيمَ ﴿٦﴾ صِرَاطَ الَّذِينَ أَنْعَمْتَ عَلَيْهِمْ غَيْرِ الْمَغْضُوبِ عَلَيْهِمْ وَلَا الضَّالِّينَ ﴿٧﴾

Hanya Engkau-lah yang Kami sembah, dan hanya kepada Engkau-lah Kami meminta pertolongan. Tunjukilah Kami jalan yang lurus, (yaitu) jalan orang-orang yang telah Engkau beri nikmat kepada mereka; bukan (jalan) mereka yang dimurkai dan bukan (pula jalan) mereka yang sesat.

(Al Fatihah Ayat 5-7)

PRAKATA



Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Alhamdulillah rabbil 'alamin segala puji syukur kehadiran Allah Subhanahu Wa Ta'ala atas segala anugerah dan nikmat yang telah diberikan hingga mendapat kelancaran dalam menyusun skripsi

Penulis menyadari selama ini banyak pihak yang telah memberikan bantuan baik berupa doa, dukungan dan kerelaan waktu serta bimbingannya hingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Dengan segala kerendahan hati, penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada:

1. Papa dan mama yang telah banyak membantu baik moral maupun material.
2. Mas Andes dan mas Andina yang telah memberi inspirasi agar memiliki semangat juang dalam menjalani kehidupan.
3. Bapak Sus Budiharto, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia.
4. Ibu Yulianti Dwi Astuti , S.Psi., M.Soc.sc selaku Ketua Program Studi Psikologi.
5. Bapak Fuad Nashori., S.Psi., M.Si., Psikolog selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu, tenaga, pikiran dan dukungan dalam menyelesaikan skripsi ini.

6. Bapak R. Sumedi Priyana Nugraha Dr., Psikolog dan ibu Qurotul Uyun., S.Psi., M.Si., Psikolog selaku dosen penguji yang sudah memberikan saran dan kritik agar penelitian ini lebih bernilai.
7. Ibu Rumiani S.Psi., M.Psi selaku dosen pembimbing akademik yang sudah membimbing dari awal kuliah sampai dengan detik ini.
8. Segenap dosen Program Studi Psikologi terutama ibu Resnia yang berkenan berbagi ilmunya dengan penulis.
9. Segenap karyawan dan staf Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia yang telah membantu penulis dalam hal administrasi.
10. Ketua LPPMP UNY Prof.Dr. Zuhdan Kun Prasetyo, M.Ed. yang telah mengijinkan penulis untuk melakukan penelitian.
11. Ibu Ning selaku ketua TU LPPMP yang telah membantu proses perijinan penelitian
12. Bapak Ikhlashul, Bapak Ali dan Bapak Agung selaku kordinator lokasi sertifikasi, yang telah memfasilitasi penulis dalam pengambilan data.
13. Bapak dan Ibu guru peserta sertifikasi tahun 2012 yang berkenan membantu dalam proses penelitian.
14. Ahli statistik sodara Reza Novanda yang bersedia meluangkan tenaga dan pikirannya untuk membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
15. Dian Ismu, Mbah Kenthus dan calon istrinya Mbak Ahsania yang telah berkenan membantu penulis dalam pengambilan data.
16. Mbak Isna yang telah membantu mencari tema penelitian ini.

17. Mbak Menik yang sudah rela berpanas-panas menemani mencari refrensi dan mengajari toefel.
18. Mbak Shendy dan Mbak Dyah yang sudah berbagi teknik dalam pembuatan booklet yang menarik.
19. Mbak Dian Kartika yang sudah membawakan roti pengganjal perut.
20. Pak Haris yang telah berbagi pengalaman dan pemahaman tentang statistik dan Bung Rizal yang telah berbagi refrensi.
21. Ibu Tutik Dian Ismu yang telah memberi informasi terkait proses sertifikasi
22. Wiebi yang sudah membantu membuat *abstract*
23. Keluarga besar Mindset Solution, Luki, Dwi, Rio, Gilang, Juli, Jeni, Avi, Rayi, terimakasih atas kerjasamanya selama ini bersama kalian saya berkembang.
24. Sobat Mindset siswa SMA N1 Kalasan, SMP Ngaglik 2, SMP Ngaglik 3 dan Panti Asuhan Sinar Melati berkat kalian salah satu impian saya bisa terwujud, semoga suatu saat kita dipertemukan kembali dengan semangat dan senyuman.
25. Keluarga Mata Hati Hypnotherapy Aning, Elda, Nurul, Elik, Yena, Dewi, Wibie, Fitri, Sherly, Tiwi terimakasih atas kepercayaan kalian belajar bersama penulis.
26. Arief Gon, Adi, Romo Dimas, Zigot, Mbah Mirzod, Gilang Bejo, Bogel, Tyok, Lia, Reni, Desi Susena, Deasi, Rifki, bersama kalian tumbuh kembang menjadi penuh makna.

27. Teman-teman satu bimbingan Krisna, Irvan, Kekha, Mbak Puput, Tepi terimakasih buat masukan dan motivasinya.
28. Keluarga Progres Udin, Tyas, Ayu, Didha, Hafis, Dimas, Ardi, Agung, Antok, Ika, Yogo, Arwan, Danang, Razid terimakasih telah memberi saya kesempatan berkembang bersama kalian.
29. Semua pihak yang telah membantu dengan penuh keikhlasan yang tidak dapat saya sebutkan satu per satu.

Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat untuk semua pihak dan penulis.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh



UNIVERSITAS
ISLAM
INDONESIA

Yogyakarta, Agustus 2012

Penulis,

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Anoga Hanindra Putra'.

Anoga Hanindra Putra

Daftar Isi

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
PERSEMBAHAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
PRAKATA	vi
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
INTISARI	xv
BAB I. PENGANTAR	1
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan Penelitian	9
C. Manfaat Penelitian	9
1. Manfaat Praktis.....	9
2. Manfaat teoritis	9
3. Keaslian Penelitian	9
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	13
A. Stres kerja.....	13
1. Pengertian Stres Kerja	13
2. Aspek-aspek Stres Kerja	14



3. Faktor-faktor Stres Serja.....	16
B. Kepribadian Tipe A.....	21
1. Pengertian Kepribadian Tipe A.....	21
2. Aspek-aspek Kepribadian Tipe A	23
C. Dinamika Psikologis Antra Kepribadian Tipe A dengan Stres Keja Guru.....	25
D. Hipotesis Penelitian	30
BAB III. METODE PENELITIAN	31
A. Identifikasi Variabel Penelitian.....	31
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	31
1. Kepribadian Tipe A.....	31
2. Stres Kerja.....	32
C. Subjek Penelitian	32
D. Metode Pengumpulan Data.....	32
1. Angket Stres Kerja.....	33
2. Angket Kepribadian Tipe A.....	34
E. Metode Analisis Data.....	35
1. Uji Validitas.....	36
2. Uji Reliabilitas.....	36
3. Uji Hipotesis.....	36
BAB IV. PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN	37
A. Orientasi Kancan dan Persiapan	37
1. Orientasi Kancan	37
2. Persiapan Penelitian.....	38
B. Laporan Pelaksanaan Penelitian.....	42

C. Hasil penelitian.....	43
1. Deskripsi Subjek Peneliti.....	43
2. Deskripsi data Penelitian.....	45
3. Uji Asumsi.....	48
4. Uji Hipotesis.....	49
D. Pembahasan	50
BAB V. PENUTUP	57
A. Kesimpulan	57
B. Saran	57
DAFTAR PUSTAKA	58
LAMPIRAN	61



UNIVERSITAS
ISLAM
INDONESIA

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1 <i>Blue Print</i> Skala stres kerja Sebelum <i>Try Out</i>	33
Tabel 2 <i>Blue Print</i> Skala stres kerja Sebelum <i>Try Out</i>	35
Tabel 3 Distribusi Aitem stres kerja Setelah Uji Coba.....	41
Tabel 4 Distribusi Aitem Skala Kepribadian Tipe A Setelah Uji Coba.....	42
Tabel 5 Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin.....	43
Tabel 6 Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Usia.....	44
Tabel 7 Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Lama Bekerja.....	45
Tabel 8 Deskripsi Data Penelitian.....	46
Tabel 9 Kriteria Kategorisasi Skala.....	47
Tabel 10 Kategorisasi Variabel Stres Kerja.....	47
Tabel 11 Kategorisasi Variabel Kepribadian Tipe A.....	47
Tabel 12 Hasil Uji Normalitas.....	49

DAFTAR LAMPIRAN

		Halaman
Lampiran 1	Skala <i>Try Out</i>	61
Lampiran 2	Tabulasi Data <i>Try Out</i>	74
Lampiran 3	Skala Penelitian Sahih	83
Lampiran 4	Tabulasi Data Penelitian.....	93
Lampiran 5	Hasil Analisis Data (Perhitungan Uji Asumsi).....	110
Lampiran 6	Hipotetik	113
Lampiran 7	Surat Ijin Penelitian	118
Lampiran 8	Surat Keterangan Telah Selesai Melakukan Penelitian.....	119

UNIVERSITAS
ISLAM
INDONESIA

HUBUNGAN KEPRIBADIAN TIPE A DAN STRES KERJA GURU DALAM MENGHADAPI SERTIFIKASI

Fuad Nashori

Anoga Hanindra Putra

INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kepribadian tipe A dan stres kerja pada Guru. Dengan subjek penelitian guru SD yang sedang menghadapi sertifikasi yang berjumlah 109 subjek. Hipotesis yang diajukan adalah ada hubungan positif antara kepribadian tipe A dengan stres kerja guru yang sedang menghadapi sertifikasi. Penulis menggunakan alat ukur stres kerja yang dibuat sendiri berdasarkan pada teori Robin dan Judge (2008) dan alat ukur kepribadian tipe A yang dibuat sendiri berdasar pada teori Freedman dan Rosenman (Sarafino, 1996). Metode analisis yang digunakan adalah teknik *Spearman Rho* dengan bantuan program SPSS (*Statistic Package for Social Science*) 16.0 for Windows. Hasil analisis menunjukkan nilai $r=0,409$ ($p>0,05$). Sehingga hipotesis yang diajukan ditolak.

Kata Kunci: Stres Kerja, Kepribadian Tipe A, Sertifikasi Guru

BAB I

PENGANTAR

A. Latar Belakang Masalah

Perkembangan jaman saat ini membuat beragam perubahan di dalam tatanan masyarakat. Salah satu contoh bidang yang sering berubah-ubah untuk memenuhi tuntutan perkembangan jaman adalah pendidikan. Dunia pendidikan di Indonesia sering kali melakukan perubahan kurikulum pendidikan. Bisa dikatakan adanya pergantian kurikulum pendidikan bersamaan dengan pergantian menteri pendidikan. Pada tahun 1947 kurikulum pendidikan di Indonesia bernama rencana pelajaran 1947, tahun 1952 bernama kurikulum rencana pelajaran terurai 1952, tahun 1968 bernama kurikulum 1968, pada tahun 1975 bernama kurikulum 1975, tahun 1984 bernama kurikulum 1984, tahun 1994 bernama kurikulum 1994 dan suplemen kurikulum 1999, tahun 2004 bernama kurikulum berbasis kompetensi (KBK) atau kurikulum 2004 dan yang terbaru adalah kurikulum tingkat satuan pendidikan (KTSP) 2006. (<http://www.infodiknas.com/22/01/2012>).

Pergantian kurikulum di Indonesia dimaksudkan agar dunia pendidikan dapat berkembang ke arah yang lebih baik lagi, namun pergantian kurikulum tidak selamanya seperti yang dikehendaki pemerintah. Hal ini senada dengan pendapat Guru Besar Universitas Pendidikan Indonesia (UPI), Prof Dr Nanang Fattah.

“Pemerintah jangan banyak melakukan perubahan. Terlalu sering melakukan perubahan kurikulum pendidikan dinilai kurang efektif dan efisien”. (<http://edukasi.kompas.com/22/01/2012>).

Keberhasilan pendidikan di Indonesia tidak hanya terletak pada kurikulum yang digunakan, namun juga kualitas dari tenaga pengajarnya. Salah satu kunci dari keberhasilan sebuah pendidikan adalah guru. Pendapat ini sejalan dengan pandangan Mulyasa (2007) yang mengatakan guru merupakan komponen paling menentukan karena di tangan gurulah kurikulum, sumber belajar, sarana dan prasarana, dan iklim pembelajaran menjadi sesuatu yang berarti bagi kehidupan peserta didik.

Menurut Naim (2009), guru adalah sosok yang rela mencurahkan sebagian besar waktunya untuk mengajar dan mendidik siswa. Guru bukan satu-satunya kunci keberhasilan pendidikan namun dengan adanya guru anak didik lebih mudah dalam mendapatkan pengetahuan. Profesi sebagai seorang guru saat ini dipandang sebelah mata karena penghasilan sebagai seorang guru masih belum bisa untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari. Sejalan dengan itu, Naim (2009) berpendapat gaji seorang guru rasanya terlalu jauh untuk mencapai kesejahteraan hidup layaknya profesi lainnya. Tidak mengherankan jika sampai ada daerah di Indonesia yang kekurangan guru. Menurut data yang diperoleh pada tahun 2010 di Provinsi Jambi terjadi penurunan jumlah guru. Penurunan jumlah guru tersebut disebabkan beberapa faktor, seperti ada yang dimutasi ke luar daerah, meninggal dunia, bahkan ada beberapa guru yang mengalami gangguan psikologi. Guru yang mutasi terdapat sekitar 72 orang, pensiun 20 orang, wafat delapan orang, dan mengalami stres sekitar tujuh orang (<http://www.jambistar.com/22/01/2012>).

Demi memenuhi kebutuhan rumah tangganya, seorang guru setelah mengajar harus memiliki pekerjaan sampingan. Sebagai contoh seorang kepala sekolah yang

bernama Mahmud yang menjadi pemulung, pekerjaan yang sangat tidak lazim dilakukan seorang pengajar, terlebih kepala sekolah. Hal itu terjadi karena penghasilan dari sekolah sangat tidak mencukupi. Total gaji pria yang menamatkan pendidikan sarjana di STKIP (Sekolah Tinggi Keguruan dan Ilmu Pendidikan) Jakarta pada 2005 tersebut selama lima tahun terakhir hanya Rp 500 ribu per bulan. Itu pun sering dirapel dua hingga tiga bulan sekali (<http://www.jpnn.com/read/2011/12/04>).

Kondisi ini cukup memprihatinkan mengingat jasa seorang guru sangatlah besar dalam mencerdaskan generasi penerus bangsa. Apa yang dikeluarkan oleh seorang guru tidak sebanding dengan apa yang dihasilkannya. Untuk mengatasi permasalahan tersebut Pemerintah mengambil kebijakan untuk meningkatkan kualitas kehidupan seorang guru, yaitu dengan cara sertifikasi guru. Guru yang mendapat sertifikasi guru dapat memperoleh tambahan pendapatan sebesar satu kali gaji guru selain dapat menambah penghasilan guru, sertifikasi guru juga dimaksudkan agar kualitas kemampuan atau profesionalisme dalam mengajar dapat meningkat sehingga berdampak pada peningkatan mutu pendidikan di Indonesia.

Fakta yang terjadi di lapangan tidak sejalan dengan yang diharapkan. Banyak guru yang menentang kebijakan tersebut karena dirasa memberatkan. Lebih parahnya lagi kebijakan tersebut justru menambah beban kerja guru sehingga mempengaruhi kondisi psikologis para guru. Tidak jarang ada guru yang stres karena memikirkan hal tersebut. Hal ini senada dengan pendapat Sulistiyo selaku Ketua Pengurus Besar Persatuan Guru Republik Indonesia (PB PGRI). Dalam kenyataannya, apa yang

terjadi tidak sejalan dengan apa yang diharapkan pemerintah. Kebijakan ini justru menimbulkan permasalahan baru bagi para guru. Seperti yang sudah dibahas di atas sertifikasi guru ini menambah beban kerja dan membuat para guru terkena stres bahkan ada yang sampai bunuh diri. Sulistyono (<http://www.radar-bogor.co.id/08/02/2012>) berharap pelaksanaan pendidikan dan latihan profesi guru (PLPG) di beberapa universitas diawasi dengan ketat, sebab banyak praktik PLPG yang berlangsung tanpa mengacu pada kondisi riil para guru. Akibatnya banyak guru stres sehingga ada yang bunuh diri saat mengikuti PLPG.

"Uji kompetensi membuat guru-guru yang ingin mengikuti sertifikasi stres karena dipersulit dengan uji kompetensi untuk melakukan pendaftaran. Di sisi lain, guru yang sudah senior pun merasa malu karena tidak lulus uji kompetensi. Pemerintah dinilai sama sekali tidak mengindahkan waktu lama mengajar para guru senior, uji kompetensi mengakibatkan guru banyak yang stres karena tidak lulus. Aturan menggunakan standar di Jakarta, padahal kualifikasi dengan daerah berbeda. Jika guru stres, jangan menimpikan pendidikan karakter jalan" (<http://edukasi.kompas.com/read/2012/01/12>).

Sertifikasi guru dimaksudkan agar mendapat tenaga pengajar yang terampil dan profesional. Hal ini senada dengan pendapat Mulyasa (2007) yang menyatakan melalui standar kompetensi dan sertifikasi guru sebagai proses pemberdayaan, diharapkan adanya perbaikan tata kehidupan yang lebih adil, demokratis, serta tegaknya kebenaran dan keadilan dikalangan guru dan tenaga kependidikan. Adanya sertifikasi guru ini dimaksudkan untuk mengangkat kehidupan guru dalam kesejahteraan agar seimbang dengan profesi lainnya. Idealnya agar dapat melaksanakan tugasnya dengan baik, profesional dan dapat dipertanggungjawabkan, guru harus memiliki kepribadian yang mantap, stabil dan dewasa (Mulyasa, 2007).

Saat seseorang mengalami stres maka emosinya berubah menjadi mudah marah, tidak sabar, bosan, cemas berkepanjangan, putus asa, sedih, frustrasi, takut, merasa bersalah, jengkel, depresi dan cuek (Mahsun, dalam Nurjanah, 2010). Salah satu tanda-tanda guru yang mengalami stres adalah amarah yang mudah terpancing sehingga tidak jarang seorang guru melakukan tindak kekerasan pada anak didiknya. Hal ini benar-benar terjadi di Jakarta timur. Bibir kanan Fiqih Fauzan, siswa kelas III Sekolah Menengah Pertama Negeri 52, Cipinang, Jakarta Timur, pecah karena dipukul guru olah raganya, Peristiwa itu terjadi saat upacara bendera sedang berlangsung (<http://nasional.kompas.com/read/22/01/012>). Fakta ini memberi gambaran bahwa ketika seseorang sedang mengalami stres maka emosi tidak dapat dikontrol dengan baik. Fakta ini sejalan dengan pendapat Mahsun (Nurjanah, 2010) yang mengatakan bahwa salah satu tanda dari stres adalah mudah marah.

Selain faktor sertifikasi, faktor jam kerja yang panjang, faktor kurangnya minat murid, konflik dengan bagian administrasi, kritisme masyarakat, kelas yang terlalu penuh, kurangnya sumberdaya, dapat mengakibatkan beberapa guru mengalami stres tinggi (Parkay & Stanford, 2005). Menurut Anoraga (2001), stres adalah suatu bentuk tanggapan seseorang, baik secara fisik maupun mental, terhadap suatu perubahan di lingkungan yang dirasakan mengganggu dan mengakibatkan dirinya terancam. Sejalan dengan itu Looker dan Gregson (2004) berpendapat bahwa stres adalah sebuah keadaan yang dialami ketika ada sebuah ketidaksesuaian antara tuntutan-tuntutan yang diterima dan kemampuan untuk mengatasinya. Stres adalah suatu respon adaptif, dimoderasi oleh perbedaan individu, yang merupakan konsekuensi

dari setiap tindakan, situasi atau peristiwa dan yang menempatkan tuntutan khusus terhadap seseorang (Ivancevich, dkk, 2006).

Berbagai faktor penyebab stres akan selalu ada pada setiap lingkungan kerja. Stres yang muncul berdasarkan tekanan dari tempat kerja seseorang disebut stres kerja (Ross dan Altmaier, dalam Primaldhi, 2008). Sejalan dengan itu Beehr dan Newman (Wijono, 2010) mendefinisikan stres kerja sebagai suatu keadaan yang timbul dalam interaksi di antara manusia dengan pekerjaan. Stres kerja bukan permasalahan yang ringan, efek dari stres kerja menurut Ivancevich, dkk (2006) adalah konsentrasi yang buruk, ketidakmampuan mengambil keputusan yang benar atau sama sekali tidak mampu mengambil keputusan, hambatan mental dan penurunan rentang perhatian.

Respon individu terhadap stimulus tidak pasti sama. Oleh karena itu, dampak stres kerja pada masing-masing individu berbeda-beda. Hal ini mengindikasikan bahwa ada faktor-faktor dalam diri individu yang mempengaruhi apakah seseorang akan mengalami stres kerja atau tidak (Primaldhi, 2008). Salah satu faktor yang memengaruhi stres kerja guru adalah faktor kepribadian. Hal ini sejalan dengan pendapat Robbins dan Judge (2008) yang mengatakan faktor individual secara signifikan memengaruhi stres adalah sifat dasar seseorang. Artinya gejala-gejala stres yang diekspresikan pada pekerjaan bisa jadi sebenarnya berasal dari kepribadian orang itu. Sejalan dengan itu Munandar (2008) berpendapat bahwa reaksi-reaksi psikologis, fisiologis dan atau dalam bentuk perilaku terhadap stres adalah ciri kepribadian yang khusus dan pola-pola perilaku yang didasarkan pada sikap,

kebutuhan, nilai-nilai, pengalaman lalu, keadaan kehidupan dan kecakapan antara lain inteligensi, pendidikan, pelatihan dan pembelajaran.

Kepribadian sendiri menurut Papalia (Karman, & Suyasa, 2004) berpendapat bahwa kepribadian adalah keunikan individu yang relatif konsisten dalam hal perasaan, reaksi dan perilaku. Kepribadian adalah suatu lembaga yang mengatur organ tubuh yang sejak lahir sampai mati tidak pernah berhenti terlibat dalam perubahan kegiatan fungsional (Murray, dalam Alwisol, 2006). Sejalan dengan itu Alwisol (2006) memiliki definisi sendiri mengenai kepribadian, yaitu sifat individu yang membedakan individu dengan orang lain, semacam tanda tangan atau sidik jari psikologik, bagaimana individu berbeda dengan orang lain.

Begitu banyak tipe kepribadian seseorang yang akan menentukan reaksi individu terhadap suatu stimulus. Salah satunya adalah kepribadian tipe A dan tipe B (Friedman dan Rosenman, dalam Ivancevich, dkk, 2006). Individu dengan kepribadian tipe A menghadapi *stresor* secara lebih intens maka secara langsung mempengaruhi kerentangan individu tipe A terhadap stres Karman dan Suyasa (2004). Sejalan dengan itu Friedman dan Rosenman (Ivancevich, dkk, 2006) menjelaskan orang tipe A adalah pendorong agresif yang ambisius, kompetitif, berorientasi pada tugas dan selalu bergerak. Sedangkan kepribadian tipe B memiliki karakteristik yang berlawanan dengan kepribadian tipe A,

Hal ini sejalan dengan pendapat Sutanto dan Djohan (2006) yang mengatakan bahwa tipe kepribadian yang dianggap paling berhubungan dengan stres pada karyawan adalah tipe kepribadian A dan B. Penelitian yang dilakukan oleh Iswanto

(Sari dan Arrum, 2006) yang berjudul Hubungan antara Stres Kerja, Kepribadian dan Kinerja Manajer Bank. Didapatkan hasil bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara stres kerja manajer kepribadian tipe A dan kepribadian tipe B, yaitu tingkat kepribadian tipe A lebih tinggi dibandingkan dengan kepribadian tipe B. Penelitian terkait yang dilakukan oleh Karman dan Suyasa (2004) dengan judul penelitian Stres, Perilaku Merokok dan Tipe Kepribadian didapatkan hasil, yaitu $R_s(98) = 0,215$, $P < 0$ yang artinya terdapat hubungan positif antara intensitas stres individu dengan tipe kepribadiannya, semakin besar derajat kepribadian tipe A semakin tinggi pula intensitas stres individu. Sejalan dengan itu Wijono (2006) dalam penelitiannya yang berjudul Pengaruh Kepribadian Tipe A dan Peran Terhadap Stres Kerja Manajer Madya. Didapat hasil $R = 0,567$ yang menunjukkan ada korelasi antara kepribadian tipe A dan peran stres kerja dengan koefisien kerja sebesar 33,2%.

Berdasarkan uraian di atas, terlihat bahwa kepribadian tipe A mampu mempengaruhi stres kerja. Oleh karena itu pertanyaan penelitiannya adalah, apakah ada hubungan antara kepribadian tipe A dengan stres kerja pada guru yang sedang menghadapi sertifikasi?.

Menjawab pertanyaan tersebut maka penelitian ini akan menggunakan penelitian kuantitatif karena memerlukan kuisioner dalam pengambilan data yang akan disebarkan kepada para guru. Hal ini dilakukan untuk mendapatkan data yang akurat dan efektif untuk penelitian ini. Subjek yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah guru yang sedang menghadapi sertifikasi.

B. TUJUAN PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kepribadian tipe A dengan stres kerja pada guru yang sedang menghadapi sertifikasi.

C. MANFAAT PENELITIAN

1. Manfaat Praktis

Secara praktis, penelitian ini diharapkan mampu memberi wawasan terkait dampak yang ditimbulkan dari kebijakan sertifikasi guru sehingga untuk kedepannya dapat dihasilkan suatu kebijakan di dunia pendidikan yang menguntungkan bagi semua pihak khususnya guru.

2. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat menambah khasanah pengetahuan dalam ilmu psikologi industri dan organisasi, dan dapat digunakan sebagai bahan kajian dalam penelitian berikutnya.

3. Keaslian Penelitian

Sudah banyak penelitian mengenai kepribadian tipe A dan stres kerja. Peneliti telah menjumpai beberapa hasil penelitian mengenai kepribadian tipe A dan stres kerja. Penelitian yang membahas tentang stres kerja sejauh ini sudah pernah dilakukan, seperti penelitian yang dilakukan oleh Wijono (2006) dengan judul "*Pengaruh Kepribadian Tipe A dan Peran Terhadap Stres Kerja Manajer Madya*". Subjek dalam penelitian ini berjumlah 145 orang yang terdiri atas manajer divisi, manajer kepala divisi, kepala bagian, kepala unit atau supervisor.

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini berdasarkan kerangka Spielberger (1991). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kepribadian tipe A dan peran berpengaruh sekaligus terhadap stres kerja manajer madya.

Penelitian lainnya adalah penelitian yang dilakukan Primaldhi (2008) yang berjudul "*Hubungan antara Trait Kepribadian Neuroticism, Strategi Coping dan Stres Kerja*". Sampel penelitian 163 orang dewasa warga negara Indonesia yang bekerja sebagai karyawan perusahaan telekomunikasi di Jakarta. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Occupational Stress inventory* Osipow dan Spokane (1987) yang telah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia Oleh Dahlan (2005). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *Trait* kepribadian *neuroticism* berhubungan dengan stres kerja, semakin tinggi derajat *neuroticism* subjek semakin tinggi pula derajat stres kerja yang dialaminya.

Penelitian tentang kepribadian tipe A pernah dilakukan oleh Sari dan Arrum (2006) dengan judul "*Stres dan Koping Perawat Kepribadian Tipe A dan Kepribadian Tipe B di Ruang Rawat Inap RSUD Dr. Pirngadi Medan*". Subjek penelitian ini adalah perawat yang bekerja di Rumah Sakit Pirngadi Medan dengan 88 sampel untuk satu kelompok variabel. Alat Ukur yang digunakan dalam penelitian ini mengadopsi dari model instrument Looker (2004) yang berisi 10 pertanyaan. Hasil dari penelitian ini adalah tidak ada perbedaan stres dan koping perawat kepribadian tipe A dan kepribadian tipe B.

Penelitian lainnya tentang kepribadian tipe A dilakukan oleh Karman dan Suyasa (2004) yang berjudul "*Stres, Perilaku Merokok dan Tipe Kepribadian*".

Subjek penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Tarumanegara yang mengambil S1, semester 1 s/d semester 13 dengan jumlah SKS yang sedang diambil berkisar antara 2 sampai 24 SKS, subjek laki-laki 88 orang dan perempuan 10 orang. Alat ukur yang digunakan adalah butir-butir kuisioner ciri-ciri kepribadian tipe A yang diungkap oleh Ivancevich dan Matteson (1980) dan Sarafino (1994). Hasil dari penelitian ini adalah tidak ada korelasi antara tingkat stres dengan intensitas merokok dan ada korelasi antara tipe kepribadian dengan tingkat stres. Hal ini berarti semakin tinggi tingkat stres semakin besar kecenderungan individu tersebut berkepribadian tipe A, sebaliknya apabila semakin rendah tingkat stres semakin besar kecenderungan individu tersebut berkepribadian B. Meskipun demikian hubungan kedua variabel tersebut lemah. Adapun penjelasan secara rinci mengenai keaslian penelitian adalah sebagai berikut:

1. Keaslian Topik

Topik penelitian terkait dengan kepribadian tipe A dan stres kerja yang digunakan sebagai variabel bebas dan variabel tergantung sudah pernah diteliti.

2. Keaslian Teori

Penelitian ini menggunakan teori stres kerja yang dikemukakan oleh Robbins dan Judge (2008) dan teori kepribadian tipe A dari (Friedman dan Rosenman, dalam Sarafino, 1994; Karman dan Suyasa, 2006). Sedangkan dalam penelitian sebelumnya menggunakan teori yang berbeda.

3. Keaslian Alat Ukur

Untuk mengukur stres kerja peneliti menggunakan teori stres kerja yang dikemukakan oleh Robbins dan Judge (2008) dengan subjek penelitian para guru yang sedang menghadapi sertifikasi guru. Alat ukur yang digunakan pada penelitian Wijono (2006) berdasarkan kerangka Spielberger (1991). Pada penelitian Primaldhi (2008) menggunakan *Occupational Stress inventory* Osipow dan Spokane (1987) yang telah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia oleh Dahlan (2005). Sedangkan untuk mengukur kepribadian tipe A peneliti menggunakan teori kepribadian tipe A dari (Friedman dan Rosenman, dalam Sarafino, 1994; Karman dan Suyasa, 2006)). Alat ukur yang digunakan oleh Sari dan Arrum (2006) dalam penelitian kepribadian tipe A mengadopsi dari model instrument Looker (2004) yang berisi 10 pertanyaan. Pada penelitian Karman dan Suyasa (2004) menggunakan butir-butir kuisioner ciri-ciri kepribadian tipe A yang diungkap oleh Ivancevich dan Matteson (1980) dan Sarafino (1994).

4. Keaslian Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah guru yang sedang menghadapi sertifikasi, subjek penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Stres Kerja

1. Pengertian Stres Kerja

Menurut Kreitner dan Kinicki (2005), stres adalah suatu respon yang adaptif, dihubungkan oleh karakteristik atau proses psikologi individu, yang merupakan suatu konsekuensi dari setiap tindakan eksternal, situasi atau peristiwa yang menempatkan tuntutan psikologis atau fisik khusus pada seseorang. Hal ini senada dengan pendapat Suprihanto (2003) yang mendefinisikan stres sebagai konsekuensi setiap tindakan dan situasi lingkungan yang menimbulkan tuntutan psikologis dan fisik yang berlebih pada seseorang.

Menurut Robbins dan Judge (2008), stres adalah suatu kondisi dinamis di mana seorang individu dihadapkan pada peluang, tuntutan, atau sumber daya yang terkait dengan apa yang dihasratkan oleh individu dan hasilnya dipandang tidak pasti dan penting. Hal ini sejalan dengan Taylor (Karman & Suyasa, 2004) yang mendefinisikan stres sebagai pengalaman emosional negatif yang dialami individu ketika seseorang menghadapi tuntutan yang lebih besar dari kemampuan responnya. Stres bisa diartikan sebagai status yang dialami ketika muncul ketidakcocokan antara tuntutan-tuntutan yang dihadapi dengan kemampuan yang dimiliki (Gregson, 2007).

Stres yang terjadi di tempat kerja disebut dengan stres kerja. Menurut Wijono (2010), stres kerja adalah suatu kondisi dari hasil penghayatan subjektif

individu yang dapat berupa interaksi antara individu dan lingkungan kerja yang dapat mengancam dan memberi tekanan secara psikologis, fisiologis dan sikap individu. Stres kerja merupakan perwujudan dari kekaburan peran, konflik peran dan beban kerja berlebih (Keenan dan Newton dalam Wijono, 2010). Stres kerja menurut Schultz dan Schultz (Amanda, 2009) adalah respon psikologis yang dapat berpengaruh pada emosi, fisik serta performa kerja karyawan.

Berdasarkan uraian para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa stres kerja merupakan respon emosional seseorang ketika dihadapkan pada situasi kerja yang membuat seseorang tertekan, sehingga dapat mempengaruhi kesehatan fisik ataupun psikisnya. Kesimpulan ini disusun karena memiliki kesesuaian dengan penelitian yang dilakukan. Ketika seorang guru mengalami stres yang disebabkan adanya tekanan yang bersumber pada pekerjaannya maka dapat berpengaruh pada kesehatan fisik maupun psikisnya sehingga mampu mempengaruhi kinerjanya sebagai seorang guru.

2. Aspek-aspek Stres Kerja

Menurut Robbins dan Judge, (2008) aspek dari stres kerja ada tiga yaitu:

a. Gejala Fisiologis

Pengaruh awal dari stres kerja biasanya berupa gejala fisiologis seperti perubahan metabolisme tubuh, tekanan darah meningkat, sakit kepala dan memicu serangan jantung. Contohnya adalah dengan diberlakukannya sertifikasi, banyak guru mengalami peningkatan tekanan darah, jantung berdebar-debar dan juga merasakan sakit kepala.

b. Gejala Psikologis

Stres yang berkaitan dengan pekerjaan dapat memunculkan ketidakpuasan kerja, ketegangan, kecemasan, kejengkelan, kejenuhan dan sikap yang menunda-nunda pekerjaan. Contohnya adalah seorang guru yang mengalami stres kerja akan merasa bosan dengan rutinitasnya di sekolah dan guru tersebut menginginkan proses belajar mengajar cepat berakhir.

c. Gejala Perilaku

Gejala-gejala stres kerja yang berkaitan dengan perilaku meliputi perubahan dalam tingkat produktivitas, kemangkiran, dan perputaran karyawan. Selain itu juga perubahan dalam kebiasaan makan, pola merokok, konsumsi alkohol, bicara gagap, serta kegelisahan dan ketidakteraturan waktu tidur. Contohnya adalah ketika seorang guru mengalami stres kerja karena tekanan-tekanan yang dialaminya maka guru tersebut sering tidak hadir atau meninggalkan kelas tanpa alasan yang jelas.

Berdasarkan uraian di atas, maka penelitian ini menggunakan aspek-aspek stres kerja menurut Robbins dan Judge, (2008) yaitu gejala fisiologis, gejala psikologi dan gejala perilaku. Aspek-aspek ini digunakan karena mampu menunjukkan gejala yang sama ketika guru mengalami stres, baik itu gejala secara emosional, maupun gejala secara fisik yang terkait dengan kesehatannya

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi Stres Kerja

Menurut Robbins dan Judge, (2008) menjelaskan faktor-faktor yang mempengaruhi stres kerja antara lain :

a. Lingkungan

Selain memengaruhi desain struktur sebuah organisasi, ketidakpastian lingkungan juga mempengaruhi tingkat stres kerja guru. Faktor lingkungan ini antara lain adanya perubahan siklus bisnis sehingga menciptakan ketidakpastian perekonomian di suatu negara, sistem perpolitikan di suatu negara yang tidak stabil sehingga memicu adanya ketidakpastian politik dan perkembangan teknologi yang semakin marak juga menyumbang peran dalam stres kerja guru.

b. Organisasi

Tekanan untuk menghindari kesalahan atau menyelesaikan tugas dalam waktu yang mepet, beban kerja yang berlebihan, atasan yang selalu menuntut dan tidak peka, dan rekan kerja yang tidak menyenangkan mampu membuat guru mengalami stres kerja. Faktor organisasi yang dapat menimbulkan stres kerja guru dapat dijabarkan menjadi tiga faktor, yaitu:

1. Tuntutan tugas

Adalah faktor yang terkait dengan pekerjaan seseorang yang meliputi desain pekerjaan individual (otonomi, keragaman tugas dan tingkat otoritas), kondisi kerja, dan tata letak fisik pekerjaan. Serupa dengan hal tersebut bekerja di ruangan yang terlalu penuh sesak atau lokasi yang selalu terganggu oleh suara bising juga dapat meningkatkan stres.

2. Tuntutan peran

Adalah faktor yang berhubungan dengan tekanan yang diberikan kepada seseorang sebagai fungsi dari peran yang dimainkan dalam organisasi. Beban peran yang berlebihan dialami ketika karyawan diharapkan melakukan pekerjaan lebih banyak daripada waktu yang ada.

3. Tuntutan antarpribadi

Adalah tekanan yang diciptakan oleh guru lain. Tidak adanya dukungan dari kolega dan hubungan antarpribadi yang buruk dapat menyebabkan stres, terutama diantara guru yang memiliki kebutuhan sosial tinggi.

c. Pribadi

Berkaitan dengan kehidupan pribadi karyawan, yaitu masalah keluarga, masalah ekonomi pribadi, serta kepribadian dan karakter yang melekat dalam diri seseorang.

Menurut Suprihanto dkk (2003) ada tiga faktor yang menjadi sumber potensial stres, yaitu:

a. Faktor lingkungan

Diakibatkan karena adanya ketidakpastian dalam lingkungan, baik itu bersifat ekonomi politik ataupun teknologi.

b. Faktor organisasional

Diakibatkan oleh adanya tuntutan dari tugas dan perannya dalam organisasi, hubungan antar pribadi, struktur organisasi, kepemimpinan dalam organisasi.

c. Faktor individual

Diakibatkan karena adanya masalah ekonomi dan kurangnya waktu berkumpul dengan keluarga.

Munandar (2001) mengemukakan bahwa terdapat beberapa faktor yang dapat menyebabkan stres kerja, yaitu:

a. Faktor-Faktor Intrinsik Dalam Pekerjaan

Termasuk dalam kategori ini adalah tuntutan fisik dan tuntutan tugas. Tuntutan fisik berupa bising, *vibrasi* (getaran), *hygiene* (kesehatan). Sedangkan tuntutan tugas meliputi:

1. Kerja *shift* atau kerja malam

Kerja *shift* merupakan sumber utama stres bagi pekerja pabrik. Para pekerja *shift* lebih sering mengeluh tentang kelelahan dan gangguan perut daripada para pekerja pagi atau siang dan dampak dari kerja *shift* terhadap kebiasaan makan yang mungkin menyebabkan gangguan-gangguan perut.

2. Beban kerja

Beban kerja berlebih dan beban kerja terlalu sedikit merupakan pembangkit stres.

3. Paparan terhadap resiko dan bahaya

Resiko dan bahaya digandengkan dengan jabatan tertentu merupakan sumber stres. Makin besar kesadaran akan bahaya dan akibat dari pembuat kesalahan, makin besar depresi kecemasan pada karyawan.

b. Peran Individu dalam Organisasi

Setiap tenaga kerja bekerja sesuai dengan perannya dalam organisasi, artinya setiap tenaga kerja mempunyai kelompok tugasnya yang harus dilakukan sesuai dengan aturan-aturan yang ada dan sesuai dengan yang diharapkan oleh perusahaan. Namun, tenaga kerja tidak selalu berhasil untuk memainkan perannya tanpa menimbulkan masalah. Kurang baik berfungsinya peran, yang merupakan pembangkit stres.

c. Pengembangan Karir

Pengembangan karir merupakan pembangkit stres potensial yang mencakup ketidakpastian pekerjaan, promosi berlebihan, dan promosi yang kurang.

d. Hubungan dalam Pekerjaan

Hubungan kerja yang tidak baik terungkap dalam gejala-gejala adanya kepercayaan yang rendah, taraf pemberian *support* yang rendah, dan minat yang rendah dalam pemecahan masalah organisasi.

e. Struktur dan Iklim Organisasi

Bagaimana tenaga kerja mempersepsikan kebudayaan, kebiasaan dan iklim dari organisasi merupakan hal yang penting dalam memahami sumber-

sumber stres. Kepuasan dan ketidakpuasan kerja berkaitan dengan penilaian dari struktur dan iklim organisasi. Faktor stres dalam kategori ini terletak pada sejauh mana tenaga kerja dapat terlibat pada *support* sosial.

f. Tuntutan dari Luar Organisasi

Isu-isu tentang keluarga, krisis kehidupan, kesulitan keuangan, dan organisasi yang bertentangan, konflik antara tuntutan keluarga dan tuntutan perusahaan, semuanya merupakan tekanan pada individu dalam pekerjaan.

g. Ciri-ciri Individu

Stres ditentukan oleh individunya sendiri, sejauh mana individu melihat situasi sebagai penuh stres. Mencakup ciri-ciri kepribadian yang khusus dan pola-pola perilaku yang didasarkan sikap, kebutuhan, nilai-nilai, pengalaman lalu, keadaan kehidupan dan kecakapan (antara lain inteligensi, pendidikan, pelatihan dan pembelajaran)

Berdasarkan pada uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi stres kerja guru adalah faktor lingkungan, organisasi, dan pribadi (Robbins & Judge, 2011). Kepribadian tipe A termasuk ke dalam faktor pribadi yang menjadi salah satu faktor penyebab stres seorang guru. Kepribadian tipe A seseorang menentukan bagaimana seorang individu bereaksi terhadap suatu hal yang menekan dirinya baik secara fisik maupun psikis. Kepribadian tipe A menentukan apakah seorang guru mudah mengalami stres kerja atau sebaliknya, mampu bertahan dan tetap kuat baik secara fisik ataupun psikis walaupun banyak menerima tekanan.

B. Kepribadian Tipe A

1. Pengertian Kepribadian Tipe A

Menurut Kartono (2005), kepribadian ialah keseluruhan dari individu yang terorganisir, dan terdiri atas disposisi-disposisi psikis serta fisis, yang memberikan kemungkinan-kemungkinan untuk membedakan ciri-cirinya yang umum dengan pribadi lainnya. Menurut Allport (Suryabrata, 2006), kepribadian adalah organisasi dinamis dalam individu sebagai sistem psikofisis yang menentukan caranya yang khas dalam menyesuaikan diri terhadap lingkungannya.

Kepribadian menunjuk kepada sifat umum seseorang, pikiran, kegiatan dan perasaan yang berpengaruh secara sistematis terhadap keseluruhan tingkahlakunya (Alwisol, 2006). Pendapat ini sejalan dengan Feist dan Feist (2010) yang mengatakan bahwa kepribadian adalah pola sifat dan karakteristik tertentu yang relatif permanen dan memberikan, baik konsistensi maupun individualitas pada perilaku seseorang. Kepribadian menurut Pervin dkk (2004) adalah karakteristik seseorang yang menyebabkan munculnya konsistensi perasaan, pemikiran dan perilaku. Hal ini sejalan dengan Ivancevich, dkk (2006) yang mengartikan kepribadian sebagai serangkaian karakteristik, temperamen dan kecenderungan yang relatif stabil yang membentuk kemiripan dan perbedaan dalam perilaku orang.

Begitu banyak tipe kepribadian yang membentuk karakteristik seseorang salah satunya adalah kepribadian tipe A dan kepribadian tipe B (Friedman dan Rosenman, dalam Karman, & Suyasa, 2004). Hal ini sejalan dengan Baron dan

Byrne (2005) menyebut tipe kepribadian sebagai pola perilaku A dan pola perilaku B. Pola perilaku tipe A adalah sebuah pola utama yang meliputi tingkat kompetitif, urgensi waktu dan *hostility* yang tinggi, sedangkan pola perilaku tipe B adalah suatu pola yang tidak meliputi karakteristik yang berhubungan dengan pola perilaku tipe A.

Menurut Friedman dan Rosenman (Kreitner dan Kinicki, 2005), kepribadian tipe A adalah suatu kompleks tindakan emosi yang dapat diamati dalam setiap orang yang terlibat secara agresif dalam suatu perjuangan yang terus menerus dan tak henti-henti untuk mencapai hal yang lebih dan lebih lagi dalam waktu yang lebih singkat dan jika perlu melawan usaha yang berkebalikan dari orang atau hal lain. Kepribadian tipe A dikatakan memiliki sifat tergesa-gesa, tidak sabar, impulsif, waspada berlebihan, memiliki potensi untuk bersikap bermusuhan dan sangat tegang ciri-ciri seperti ini sering disebut sebagai kepribadian yang kecanduan kerja (Friedman dan Rosenman dalam Friedman dan Schustack, 2006).

Menurut Glass dkk (Friedman dan Schustack, 2006), orang tipe A bekerja keras untuk meraih sukses, tidak mau merasa lelah dan dalam menghadapi frustrasi biasanya reaksinya adalah bermusuhan, dengan kata lain sifatnya secara berlebihan gemar berdebat dan kompetitif. Selain itu individu dengan kepribadian tipe A memiliki tingkat hubungan *interpersonal* yang lebih rendah dari pada individu tipe B (Sarafino, 1994). Sedangkan individu dengan kepribadian tipe B memiliki karakteristik yang berlawanan dari individu dengan kepribadian tipe A.

Berdasarkan dari beberapa ahli di atas tipe kepribadian dapat digolongkan menjadi dua, yaitu kepribadian tipe A dan Kepribadian tipe B. Kepribadian tipe A adalah sifat dasar individu yang tidak bisa tenang, agresif, selalu merasa tergesa-gesa dalam mengerjakan sesuatu, memiliki keinginan yang besar dan tidak segan-segan mengalami pertentangan atau permusuhan dengan lingkungannya. Sedangkan kepribadian tipe B adalah titik balik dari kepribadian tipe A.

Peneliti mengambil kesimpulan seperti ini karena tipe kepribadian A dan B memiliki peran yang sangat signifikan dalam membentuk kepribadian seorang guru yang kuat menghadapi tekanan stres ataupun guru yang mudah mengalami stres. Guru dengan kepribadian tipe A akan mudah stres karena sifat dasar yang dimilikinya, sedangkan individu dengan kepribadian tipe B akan jauh lebih kuat menghadapi stres karena individu ini lebih toleran, sabar dan santai dalam menjalani kehidupannya.

2. Aspek-aspek Kepribadian Tipe A

Friedman & Rosenman (Sarafino, 1994; Karman, & Suyasa, 2004) menjelaskan aspek kepribadian tipe A sebagai berikut:

a. Berorientasi pada Kompetisi dan Prestasi

Berorientasi pada kompetisi dan prestasi membuat individu dengan tipe kepribadian A menjadi lebih kritis terhadap dirinya sendiri. Selain itu individu ini juga akan selalu berusaha memenuhi tujuannya tanpa dapat menikmati kesenangan dalam berbagai usaha atau pekerjaan yang dilakukannya. Contohnya adalah demi mendapat predikat guru teladan seorang guru sekuat

tenaga membuat prestasi di sekolah dan menganggap guru-guru yang lain adalah saingan yang harus dikalahkan.

b. Berlomba dengan Waktu

Dalam berlomba dengan waktu individu dengan tipe kepribadian A selalu merasa dikejar-kejar oleh waktu. Mereka mudah merasa tidak sabar dengan penundaan dan waktu yang tidak produktif. Mereka juga memiliki komitmen yang berlebihan pada jadwal yang telah disusun sebelumnya. Selain itu mereka juga cenderung untuk melakukan beberapa hal dalam waktu yang bersamaan. Contohnya adalah seorang guru yang menggunakan waktu istirahat disekolah untuk makan dan juga mengoreksi pekerjaan murid-muridnya.

c. Kecenderungan Mudah Marah atau Sikap Permusuhan

Kemarahan atau permusuhan adalah hal yang mudah sekali terpicu pada individu dengan kepribadian tipe A. Dalam hal ini mereka tidak selalu mengungkapkannya secara terbuka, dan terkadang justru disembunyikannya. Contohnya adalah ketika seorang guru yang tidak menyukai guru lainnya cenderung untuk menyimpan perasaan tersebut tanpa menyampaikannya.

Berdasarkan teori di atas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek kepribadian tipe A yang digunakan dalam penelitian ini adalah aspek-aspek kepribadian tipe A dari Friedman & Rosenman (Sarafino, 1994; Karman, & Suyasa, 2004), yaitu berorientasi pada kompetisi dan prestasi, berlomba dengan waktu, dan kecenderungan mudah marah atau sikap permusuhan

Ketiga aspek ini memiliki keterkaitan dengan munculnya stres kerja pada guru. Guru akan mudah stres apabila selalu berorientasi pada kompetisi dan prestasi memiliki anggapan bahwa harus bisa menampilkan performa kerja yang baik sehingga tidak jarang menimbulkan persepsi bahwa keberadaan guru lain di lingkungan kerja dianggap sebagai sosok musuh yang harus dikalahkan. Dikejar-kejar waktu untuk menyelesaikan tugas-tugasnya membuat guru tidak tenang dalam kehidupan sehari-hari yang dipikirkan hanya masalah pekerjaan sehingga mempengaruhi jam istirahatnya. Selain itu guru yang memiliki beban pikiran membuatnya mudah marah dan terpancing dengan permusuhan.

C. Dinamika Psikologis antara Kepribadian Tipe A dengan Stres Kerja Guru

Respon seorang guru dalam menanggapi kebijakan sertifikasi berbeda-beda. Hal ini karena setiap guru memiliki kepribadian yang berbeda-beda, di mana faktor kepribadian seorang guru memegang peran yang sangat penting di dalam menanggapi suatu *stressor* yang dialaminya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sutanto dan Djohan (2006) terhadap karyawan PT. Internasional Deta Alfa Mandiri didapat hasil bahwa kepribadian tipe A memiliki kecenderungan yang paling besar untuk mengalami stres, sedangkan kepribadian tipe B masih memiliki kecenderungan untuk mengalami tingkat stres yang lebih rendah. Penelitian ini menunjukkan bahwa faktor kepribadian seorang guru dapat mempengaruhi stres kerja.

Stres kerja seorang guru dapat berdampak pada kinerjanya di antaranya adalah mangkir dari tugas sebagai seorang guru, pekerjaan yang menumpuk karena merasa

malas mengerjakan, sikap yang kurang bersahabat dengan anak didik ataupun rekan kerja. Stres dapat menghasilkan konsekuensi psikologis hal ini berupa kegelisahan, frustrasi, apatis, percaya diri yang rendah, agresi dan depresi (Ivancevich, dkk 2006). Selain itu stres kerja yang dialami seorang guru dapat memberi dampak pada kesehatan fisiknya, seperti sering pusing, meningkatnya tekanan darah, dan jantung berdetak lebih cepat dari pada biasanya. Menurut Sarafino (1994) dukungan sosial, kendali personal, ketangguhan, dan pola perilaku tipe A dan tipe B merupakan faktor-faktor yang dapat memodifikasi imbas dari stres terhadap kesehatan. Jika hal ini terus terjadi tidak menutup kemungkinan permasalahan stres kerja guru dapat menjadi dampak besar yang dapat merugikan diri sendiri ataupun sekolah tempat guru tersebut bekerja.

Stres kerja guru sangat erat kaitannya dengan faktor kepribadian. Menurut Ivancevich, dkk (2006) beberapa moderator stres antara lain usia, jenis kelamin, tingkat ketabahan, kepribadian, perilaku tipe A dan juga dukungan sosial. Hal ini semakin memperkuat bahwa kepribadian tipe A seorang guru mengambil peran dalam stres kerja yang dialami seorang guru. Kepribadian seorang guru dapat tercermin dari pola perilaku dalam kehidupan kesehariannya. Kepribadian dapat digolongkan menjadi dua tipe, yaitu kepribadian tipe A dan kepribadian tipe B.

Beberapa aspek yang ada di dalam kepribadian tipe A yang pertama adalah aspek berorientasi pada kompetisi dan prestasi. Ketika seorang guru memiliki anggapan bahwa lingkungan kerja adalah arena atau ajang untuk bersaing sehingga tenaga dan pikirannya akan terfokus pada cara untuk mengalahkan guru-guru yang

lain dengan cara apapun, baik itu dalam karir ataupun prestasi. Perilaku seperti ini sangat memakan tenaga dan pemikiran. Ketika bekerjapun tidak bisa menikmati, karena yang ada hanyalah pemikiran-pemikiran kompetisi untuk mengalahkan lawan-lawanya.

Pikiran dan tenaga yang terforsir mampu mempengaruhi sistem fisiologis yang ada pada diri seorang guru. Apalagi guru tersebut tidak bisa menikmati kesenangan dalam bekerja, hal ini mampu menimbulkan ketegangan-ketegangan di dalam tubuh guru tersebut sehingga berdampak pada sistem metabolisme tubuh, seperti meningkatnya detak jantung dan juga naiknya tekanan darah. Hal ini senada dengan pendapat Kreitner dan Kinicki (2005) orang yang secara terus menerus marah, ingin tahu, atau tidak mudah percaya akan memiliki kemungkinan dua kali lipat lebih besar untuk mengalami penutupan arteri koroner.

Sebuah penelitian menemukan bahwa orang-orang tipe A dilaporkan memiliki pengalaman penyakit-penyakit pernafasan yang lebih banyak, semisal serangan asma dan batuk-batuk, gangguan pencernaan, dan mual-mual (Woods & Burns, dalam Sarafino, 1994). Dari penelitian ini bisa terlihat suatu hubungan yang saling berkaitan antara tipe kepribadian dengan stres kerja seorang guru. Perilaku seorang guru yang selalu berkompetisi dan berambisi untuk memenuhi apa yang diinginkan tanpa bisa menikmati apa yang dikerjakan mampu menimbulkan stres kerja yang berakibat pada sistem fisiologis yang ada di dalam tubuhnya. Sarafino (1994) mengambil kesimpulan dari beberapa penelitian, yaitu respon fisiologis pada stres (*reactivity*) orang dengan kepribadian tipe A lebih tinggi.

Berlomba dengan waktu adalah aspek kedua dari kepribadian tipe A, seorang guru yang merasa selalu dikejar waktu dan merasa kekurangan waktu akan berdampak pada perilakunya seperti mengerjakan dua hal dalam waktu yang bersamaan. Contohnya adalah ketika berlibur dengan keluarga dibarengi dengan mengerjakan tugas dari sekolah. Perilaku seperti ini membuat pikiran selalu berada di bawah tekanan tanpa ada waktu untuk beristirahat. Manajemen waktu seperti ini mampu berpengaruh pada kesehatan psikologis seorang guru. Ketika pikiran selalu berlomba dengan waktu untuk menyelesaikan tugas-tugasnya membuat kondisi psikologis seorang guru berada di bawah tekanan, maka lama-kelamaan dapat mempengaruhi kesehatan psikologis seorang guru. Kondisi seperti ini mampu memicu munculnya kejenuhan dalam bekerja, kecemasan yang tinggi dalam menyikapi permasalahan yang muncul di lingkungan kerja, dan juga mudah terpancing amarahnya. Menurut Ivancevich, dkk (2006), stres kerja yang tidak terlepaskan mampu menghasilkan kelelahan emosi, perubahan kepribadian dan perasaan pencapaian yang menurun.

Penelitian yang dilakukan Suls dan Sanders (Sarafino, 1994) menyimpulkan bahwa orang-orang yang seringkali terburu-buru dan tidak sabaran terhadap adanya penundaan seperti yang ada dalam kasus individu Tipe A cenderung untuk mendapatkan lebih banyak kecelakaan dibandingkan dengan orang-orang yang santai. Dari penelitian ini terlihat bahwa seseorang yang sering merasa dikejar-kejar oleh waktu membuat orang tersebut tidak bisa santai menikmati waktunya di dalam bekerja. Hal ini semakin membuat tekanan psikologis bagi seorang guru yang selalu

merasa terburu-buru karena takut pekerjaannya tidak dapat terselesaikan tepat pada waktunya. Perilaku guru seperti ini sangat rentan terhadap stres kerja, karena pikiran tidak diberikan waktu untuk santai dan beristirahat.

Kecenderungan mudah marah atau adanya sikap permusuhan di dalam diri seorang guru merupakan aspek ketiga dari kepribadian tipe A yang memegang peran dalam stres kerja yang dialami seorang guru. Penelitian yang dilakukan Carver & Glass (Sarafino, 1994) menemukan bahwa karena merasa terganggu dapat meningkatkan permusuhan dan agresi baik itu pada subjek tipe A maupun tipe B, namun efeknya jauh lebih besar pada individu-individu tipe A. Sifat agresif dan mudah marah di dalam diri seorang guru mampu menimbulkan permusuhan di lingkungan kerjanya.

Sebagai contoh persaingan yang agresif untuk mendapat promosi kenaikan jabatan semakin menambah peluang untuk munculnya stres kerja pada guru. Adanya sikap mudah marah dan sikap permusuhan mampu memicu terjadinya stres kerja pada guru, karena sikap permusuhan yang terjadi di dalam diri seorang guru membuat suasana kerja menjadi tidak nyaman penuh dengan ketegangan dan kecurigaan ketika bersosialisasi dengan guru lain sehingga memunculkan pikiran-pikiran negatif tentang teman kerjanya. Hal inilah yang mampu memicu munculnya stres kerja pada guru.

Stres kerja yang terjadi pada guru disebabkan dari tipe kepribadian guru tersebut. Ketika guru tersebut memiliki tipe kepribadian A maka kemungkinan mengalami stres kerja lebih besar dibandingkan dengan guru yang memiliki tipe

kepribadian B. Dengan tipe kepribadian yang dimiliki seorang guru berperilaku dan menanggapi *stressor* yang ada. Begitupula ketika menghadapi *stressor* yang berasal dari tuntutan kerjanya, yaitu uji kompetensi dan sertifikasi guru.

Profesi guru sangat rentan dengan adanya stres kerja. Saat guru tidak kuat menghadapi tekanan dari tuntutan kerjanya, maka guru tersebut dapat mengalami stres kerja. Dibutuhkan kepribadian yang kuat menghadapi stres kerja agar guru dapat menghadapi tekanan-tekanan yang muncul karena adanya tuntutan kerja yang tinggi bagi seorang guru. Hal ini sesuai dengan pendapat Ivancevich, dkk (2006) yang menyatakan bahwa profesi yang memerlukan kontak mendalam atau memiliki tanggungjawab atas orang lain, seperti guru, perawat, dokter, pekerja sosial, ahli terapi, polisi dan petugas pengawasan pembebasan bersyarat rentan dengan adanya stres kerja. Guru yang mampu menghadapi stres kerja diharapkan mampu memberikan bimbingan yang lebih baik lagi kepada anak didiknya.

D. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan pada uraian di atas, maka hipotesis yang diajukan pada penelitian ini adalah ada hubungan positif antara kepribadian tipe A dengan stres kerja. Semakin tinggi derajat kepribadian tipe A seorang guru, maka semakin tinggi intensitas stres kerjanya.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Variabel Bebas : Kepribadian tipe A

Variabel tergantung : Stres kerja

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

1. Kepribadian tipe A

Tipe kepribadian dapat digolongkan menjadi dua yaitu kepribadian tipe A dan kepribadian tipe B. Kepribadian tipe A adalah sifat dasar individu yang tidak bisa tenang, agresif, selalu merasa tergesa-gesa dalam mengerjakan sesuatu, memiliki keinginan yang besar dan tidak segan-segan mengalami pertentangan atau permusuhan dengan lingkungannya. Sedangkan kepribadian tipe B adalah titik balik dari kepribadian tipe A.

Penelitian ini secara operasional kepribadian tipe A dapat ditunjukkan dengan: (a) berorientasi pada kompetisi dan prestasi, (b) berlomba dengan waktu, (c) kecenderungan mudah marah atau sikap permusuhan.

Kepribadian tipe A dapat diketahui dengan skor yang diperoleh subjek setelah mengisi skala kepribadian tipe A. Skor yang tinggi pada skala kepribadian tipe A menunjukkan subjek cenderung memiliki kepribadian tipe A.

2. Stres kerja

Stres kerja merupakan respon emosional seseorang ketika dihadapkan pada situasi kerja yang membuat seseorang tertekan, sehingga dapat mempengaruhi kesehatan fisik ataupun psikisnya.

Penelitian ini secara oprasional stres kerja dapat ditunjukan dengan: (a) gejala fisiologis, (b) gejala psikologis, (c) gejala perilaku. stres kerja dapat diketahui dengan skor yang diperoleh subjek setelah mengisi skala stres kerja. semakin tinggi skor yang diperoleh semakin tinggi stres kerja yang dialami. Semakin rendah skor yang diperoleh semakin rendah stres kerja yang dialami.

C. Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah guru. Dengan karakteristik:

1. Berjenis kelamin laki-laki dan perempuan
2. Sedang menghadapi sertifikasi guru

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2011).

D. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini menggunakan dua macam alat ukur, yaitu skala stres kerja dan kepribadian tipe A. Adapun penjelasannya sebagai berikut:

1. Angket stres kerja

Untuk mengetahui stres kerja pada guru digunakan skala likert yang dibuat sendiri oleh penulis berdasarkan pada aspek-aspek stres kerja dari Robbins dan Judge (2008), yaitu aspek gejala fisiologis, gejala psikologis, dan gejala perilaku.

Angket ini terdiri atas 48 butir-butir pernyataan dengan perincian 24 pernyataan *favourable* dan 24 pernyataan *unfavourable*

Tabel 1
Distribusi Aitem stres kerja Sebelum Uji Coba

Aspek	Butir <i>Favourable</i>		Butir <i>Unfavourable</i>	
	Nomor Butir	Jumlah	Nomor Butir	Jumlah
1 Gejala fisiologis	1, 2, 3, 9, 10, 31, 36, 39	8	5, 6, 7, 12, 13, 34, 40, 42	8
2 Gejala psikologis	4, 8, 11, 15, 17, 32, 43, 45	8	14, 16, 18, 19, 24, 35, 37, 44	8
3 Gejala perilaku	21, 25, 26, 27, 29 33, 46, 48	8	20, 22, 23, 28 30, 38, 41, 47	8
total		24		24

Skala yang digunakan untuk mengetahui stres kerja guru menggunakan skala likert, yaitu skala pengukuran yang digunakan untuk mengukur sikap seseorang, dengan menempatkan kedudukan sikapnya pada kesatuan perasaan kontinum yang berkisar dari sangat positif hingga sangat negatif terhadap sesuatu objek psikologis (Somantri dan Muhidin, 2006).

Skala stres kerja ini menggunakan lima alternatif jawaban, menurut Somantri dan Muhidin, (2006) pengurangan banyaknya kategory jawaban akan

mengurangi penyebaran skornya atau mengurangi varian dan dengan demikian cenderung mengurangi reliabilitasnya, menambah banyaknya kategori jawaban akan menambah besarnya varian, karena banyaknya kategori jawaban yang ditambah maka nilai yang dicapai oleh responden secara meyakinkan tidak dapat membedakan antara kategori psikologi dengan kategori yang berdekatan atau berbatasan. Menambah banyaknya kategori, hanya akan menambah eror varian pada distribusi skornya. Oleh karena itu rentang kategori jangan terlalu besar dan jangan terlalu sedikit, biasanya lima dianggap cukup.

Lima alternatif jawaban itu adalah sangat sesuai (SS), sesuai (S), ragu-ragu (R), tidak sesuai (TS), sangat tidak sesuai (STS). Penilaian angket ini bergerak dari lima sampai satu pada pernyataan *favourable* dan bergerak dari satu sampai lima untuk pernyataan yang *unfavourable*.

2. Angket kepribadian tipe A

Untuk mengetahui kepribadian tipe A pada guru peneliti menggunakan skala interval yang dibuat sendiri oleh peneliti yang terdiri atas 30 butir-butir pernyataan berdasarkan, pada aspek-aspek kepribadian tipe A dari Friedman & Rosenman (Sarafino, 1994; Karman, & Suyasa, 2004), yaitu berorientasi pada kompetisi dan prestasi, berlomba dengan waktu, dan kecenderungan mudah marah atau sikap permusuhan.

Tabel 2
Distribusi Aitem Skala Kepribadian Tipe A Sebelum Uji Coba

Aspek	No. Butir	Jumlah
1. Berorientasi pada kompetisi dan prestasi	1, 2, 5, 8, 11, 15, 17, 19, 25, 27	2
2. Berlomba dengan waktu	3, 4, 7, 9,12, 13, 14, 21, 26, 29	9
3. Kecenderungan mudah marah atau sikap permusuhan	6, 10, 16, 18, 20, 22, 23, 24, 28, 30	7
Total		18

Untuk mengetahui tipe kepribadian A pada guru, peneliti menggunakan skala interval yang terbagi atas lima interval. Angka-angka pada kontinum mewakili letak yang semakin ke kanan berarti semakin tinggi kualitas suatu objek menurut dimensi yang diperhatikan, sedangkan semakin ke kiri berarti semakin kecil atau semakin rendahnya kualitas dimensi atau sifat yang dimiliki objek. Dengan demikian, suatu stimulus dapat diskalakan berdasarkan penilaian dari sekelompok individu menurut atributnya (Azwar, 1999).

E. Metode Analisis Data

Alat ukur yang baik harus memenuhi persyaratan validitas dan realibilitas yang baik, untuk mengetahui apakah skala psikologi yang digunakan mampu menghasilkan data yang akurat sesuai dengan tujuan maka perlu dilakukan pengujian validitas, sedangkan reliabilitas mengacu pada konsistensi atau kepercayaan hasil ukur pada waktu yang berbeda namun masih menunjukan hasil yang sama.

1. Uji validitas

Menurut Azwar, (2007) Validitas adalah sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsinya. Suatu tes atau instrumen pengukuran dikatakan memiliki validitas tinggi apabila alat ukur tersebut menjalankan fungsi ukurnya atau memberikan hasil ukur yang sesuai dengan maksud dilakukannya pengukuran tersebut. Suatu tes dikatakan mempunyai validitas rendah apabila tes tersebut menghasilkan data yang tidak relevan dengan tujuan pengukuran. Pada penelitian ini menggunakan skor batas kritis validitas sebesar 0,25.

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas menurut Azwar (2007) mengacu pada konsistensi atau keterpercayaan alat ukur, yang mengandung makna kecermatan pengukuran. Pengukuran yang tidak reliabel akan menghasilkan skor yang tidak dapat dipercaya karena perbedaan skor yang terjadi diantara individu lebih ditentukan oleh faktor kesalahan daripada faktor perbedaan yang sesungguhnya. Pengukuran yang tidak reliabel tentu tidak konsisten dari waktu ke waktu. Pada penelitian ini menggunakan skor batas reliabilitas $< 0,7$.

3. Uji Hipotesis

Sesuai dengan tujuan penelitian dan identifikasi variabel penelitian, maka metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji korelasi dengan menggunakan metode *sperman rho*, dalam hal ini adalah menguji korelasi antara kepribadian tipe A dan stres kerja pada guru.

BAB IV

PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Orientasi Kancan dan Persiapan

1. Orientasi Kancan

Lembaga Pengembangan dan Penjaminan Mutu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta (LPPMP UNY) adalah salah satu bagian dari struktur utama di lingkungan Universitas Negeri Yogyakarta. LPPMP UNY berdiri tahun 2011, secara struktural LPPMP UNY dipimpin oleh ketua lembaga yang dibantu oleh sekretaris lembaga, kepala bagian tata usaha, kepala sub bagian umum, kepala sub bagian kasubag program bagian tata usaha, kasubag data dan informasi bagian tata usaha.

LPPMP mempunyai sembilan pusat, yaitu (i) Pusat Penjaminan Mutu, (ii) Pusat Kurikulum, Instruksional, dan Sumber Belajar (PKIS), (iii) Pusat Layanan Praktik Pengalaman Lapangan dan Praktik Kerja Lapangan (PL-PPL&PKL), (iv) Pusat Profesi Pendidik, Tenaga Kependidikan, dan Nonkependidikan (P3TKN), (v) Pusat Mata Kuliah Universitas (PMKU), (vi) Pusat Bahasa, (vii) Pusat Pendidikan Karakter dan Pengembangan Kultur (P2KPK), (viii) Pusat Pengembangan Karir (PPK), dan (ix) Pusat Pengembangan Berkala Ilmiah.

LPPMP UNY mempunyai tugas melaksanakan, mengoordinasikan, memantau, dan menilai pelaksanaan kegiatan pengembangan dan penjaminan mutu pendidikan serta pengembangan profesi. Oleh karena itu pemerintah pusat

menunjuk LPPMP UNY sebagai salah satu panitia penyelenggara sertifikasi guru tahun 2012.

Sebagai panitia pelaksana LPPMP UNY masuk ke dalam rayon 111 bertanggungjawab memfasilitasi peserta sertifikasi guru dari daerah Yogyakarta. Banyaknya peserta sertifikasi guru yang berjumlah 6479 membuat LPPMP UNY membagi peserta menjadi delapan gelombang pelaksanaan dimulai bulan Mei 2012 sampai dengan Agustus 2012, yang terbagi menjadi 10 tempat yang terletak di kawasan kota Yogyakarta.

Subjek penelitian yang diambil adalah para guru yang sedang menempuh sertifikasi di bawah kepanitiaan LPPMP UNY. Alasan memilih LPPMP UNY sebagai tempat melaksanakan penelitian karena jumlah subjek yang banyak dan memenuhi karakteristik yang ditentukan peneliti yaitu guru yang sedang menghadapi sertifikasi guru, selain itu akses untuk melakukan penelitian di LPPMP lebih mudah secara perijinan ataupun lokasi tempat berlangsungnya sertifikasi.

2. Persiapan

A. Persiapan Administrasi

Salah satu persiapan awal dalam sebuah penelitian adalah perijinan. Dengan perijinan resmi yang dikeluarkan oleh lembaga terkait maka proses jalannya penelitian akan lebih mudah. Dalam hal ini adalah perijinan yang dikeluarkan oleh Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia atas persetujuan dekan dan dosen pembimbing skripsi yang ditujukan

kepada instansi tempat dilakukannya penelitian dalam hal ini adalah LPPMP UNY. Dengan disetujuinya ijin penelitian oleh ketua LPPMP UNY maka peneliti diberi kesempatan untuk mengambil data yang dibutuhkan langsung ketempat-tempat berlangsungnya proses sertifikasi.

B. Persiapan Alat Ukur

Persiapan alat ukur yang dilakukan pertama kali adalah membuat alat ukur yang dibuat sendiri oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek dari stres kerja Robbins dan Judge (2008) yang berjumlah 48 aitem, dan kepribadian tipe A (Sarafino, 1994; Karman, & Suyasa, 2004) yang berjumlah 30 aitem yang dibuat sendiri oleh peneliti.

Setelah tahap penyusunan alat ukur selesai, tahap selanjutnya adalah tahap *preliminer*. Tahap ini bertujuan untuk menguji sejauh mana pemahaman bahasa dalam aitem-aitem pada skala yang dibuat. Proses ini dilakukan peneliti kepada ahli dalam bidangnya. Hasil dari tahap *preliminer* ini adalah ditemukan beberapa aitem yang sulit dipahami dan memiliki tata bahasa yang kurang baik sehingga aitem-aitem tersebut diperbaiki agar dapat dipahami oleh subjek.

Selanjutnya alat ukur yang sudah jadi dilakukan *try out* untuk mengetahui validitas dan reliabilitas alat ukur yang dibuat. Proses *try out* berlangsung pada tanggal 7 Juni dan 9 Juni 2012. Secara teknis penyebaran alat ukur dilakukan sendiri oleh peneliti di saat subjek sedang berkumpul bersama untuk melakukan penilaian antar teman dan juga saat *coffee break*.

C. Hasil Uji Coba Alat Ukur

Setelah data uji coba di dapat dari skala yang sudah diisi oleh subjek penelitian, dilakukan uji coba validitas dan reliabilitas. Analisis data yang digunakan untuk mengukur hasil uji coba ini adalah menggunakan metode korelasi aitem total (*item-total correlation*). Berdasarkan uji validitas dan reliabilitas yang dilakukan, didapat hasil sebagai berikut:

1. Validitas Aitem

a. Skala Stres Kerja

Hasil analisis uji coba validitas menggunakan batas kritis 0,25 aitem-aitem yang memiliki korelasi total di atas atau sama dengan 0,25 layak digunakan sebagai aitem dalam pelaksanaan penelitian. Pada skala stres kerja dari 48 butir aitem pernyataan menghasilkan 19 butir aitem yang dinyatakan sah dan 29 butir aitem yang dinyatakan gugur. Butir yang gugur adalah nomor 1, 4, 5, 11, 12, 14, 15, 18, 19, 22, 23, 24, 26, 27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 37, 38, 43, 44, 45, 47, 48. Koefisien korelasi untuk skala yang sah bergerak antara 0,272 hingga 0,785. Pada uji validitas aitem ini dilakukan seleksi butir aitem yang akan digunakan sebagai data dalam penelitian.

b. Skala Kepribadian Tipe A

Hasil analisis uji coba validitas menggunakan batas kritis 0,25 aitem-aitem yang memiliki korelasi total di atas atau sama dengan 0,25 layak digunakan sebagai aitem dalam pelaksanaan penelitian. Pada skala

kepribadian tipe A dari 30 butir aitem pernyataan menghasilkan 18 butir aitem yang dinyatakan sah dan 12 butir yang dinyatakan gugur. Butir yang gugur adalah nomor 1, 2, 8, 10, 11, 14 17, 19, 20, 23, 25, 27. Koefisien korelasi untuk skala yang sah bergerak antara 0,255 hingga 0,497. Pada uji validitas aitem ini dilakukan seleksi butir aitem yang akan digunakan sebagai data dalam penelitian.

Tabel 3.
Distribusi Aitem stres kerja Setelah Uji Coba

Aspek	Butir <i>Favourable</i>		Butir <i>Unfavourable</i>	
	Nomor Butir	Jumlah	Nomor Butir	Jumlah
1 Gejala fisiologis	(1), 2, 3, 9, 10, (31), 36, 39	6	(5), 6, 7, (12), 13, (34), 40, 42	5
2 Gejala psikologis	(4), 8, (11), (15), 17, (32), (43), (45)	2	(14), 16, (18), (19), (24), (35), (37), (44)	1
3 Gejala perilaku	21, 25, (26), (27), (29), (33), 46, (48)	3	20, (22), (23), (28), (30), 38, 41, (47)	2
total		11		8

Catatan : aitem di dalam tanda kurung () merupakan aitem yang gugur

Tabel 4
Distribusi Aitem Skala Kepribadian Tipe A Setelah Uji Coba

Aspek	No. Butir	Jumlah
1. Berorientasi pada kompetisi dan prestasi	(1), (2), 5, (8), (11), 15, (17), (19), (25), (27)	2
2. Berlomba dengan waktu	3, 4, 7, 9, 12, 13, (14), 21, 26, 29	9
3. Kecenderungan mudah marah atau sikap permusuhan	6, (10), 16, 18, (20), 22, (23), 24, 28, 30	7
Total		18

Catatan : aitem di dalam tanda kurung () merupakan aitem yang gugur

2. Reliabilitas Aitem

Hasil uji reliabilitas pada kedua skala menunjukkan hasil yang reliabel.

Koefisien reliabilitas skala stres kerja menunjukkan $\alpha = 0.931$. Sedangkan pada koefisien reliabilitas skala kepribadian tipe A $\alpha = 0.740$

B. Laporan Pelaksanaan Penelitian

Pengambilan data penelitian dilaksanakan pada tanggal 10 Juni 2012 dan 12 Juni 2012. Subjek penelitian ini adalah para guru yang sedang menghadapi sertifikasi yang berjumlah 109. Sebelum mengambil data peneliti melakukan konfirmasi terlebih dahulu kepada kordinator lokasi untuk menjelaskan maksud dari kedatangannya. Pada hari pertama yaitu tanggal 10 Juni 2012 peneliti mengambil lokasi di hotel Taman Eden dua dengan jumlah subjek 100 namun hanya 49 angket penelitian yang dapat digunakan. Pengambilan data ini berlangsung pada saat subjek berkumpul pada

acara penilaian teman sejawat. Disini peneliti terlebih dahulu menjelaskan cara pengisian angket, sebelum menyebar angket untuk di isi subjek,

Pada hari kedua yaitu tanggal 12 Juni 2012, peneliti kembali melakukan pengambilan data yang bertempat di hotel Taman Eden Satu untuk melengkapi kekurangan data yang belum terpenuhi. Sebelum mengambil data peneliti kembali melakukan konfirmasi kepada kordinator lokasi. Pengambilan data dilakukan peneliti dengan cara mendatangi kamar-kamar tempat para subjek beristirahat dan menjelaskan maksud kedatangannya beserta cara pengisian angket penelitian tersebut.



C. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah guru SD, karakteristik subjek antara lain guru yang sedang menghadapi sertifikasi. Jumlah subjek pada penelitian ini adalah 109 subjek. Deskripsi subjek berdasarkan jenis kelamin dapat dilihat pada tabel 5 berikut ini.

Tabel 5
Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	Prosentase
Laki-laki	36	33%
Perempuan	73	67%
Total	109	100%

Berdasarkan data dari tabel lima di atas dapat diketahui bahwa total subjek dalam penelitian ini sebanyak 109 orang, dengan laki-laki berjumlah 36 orang

dengan prosentase sebesar 33% dan perempuan berjumlah 73 orang dengan prosentase 67%.

Tabel 6
Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Usia

Usia	Jumlah	Prosentase
25-30 tahun	13	11,92%
31-35 tahun	12	11,00%
35-40 tahun	26	23,85%
40-45 tahun	29	26,62%
45-50 tahun	22	20,20%
50-55 tahun	6	5,50%
55-60 tahun	1	0,91%
Total	109	100%

Berdasarkan data dari tabel enam di atas dapat diketahui bahwa sebaran usia subjek berkisar dari usia 25 tahun sampai dengan 60 tahun. Dengan perincian sebagai berikut. Subjek dengan usia 25-30 tahun berjumlah 13 orang dengan prosentase sebesar 11,92%, Subjek dengan usia 31-35 tahun berjumlah 12 orang dengan prosentase sebesar 11%, Subjek dengan usia 35-40 tahun berjumlah 26 orang dengan prosentase 23,85%, Subjek dengan usia 40-45 tahun berjumlah 29 orang dengan prosesntase sebesar 26,62%, Subjek dengan usia 45-50 tahun berjumlah 22 orang dengan prosentase 20,20%, Subjek dengan usia 50-55 tahun berjumlah 6 orang dengan prosentase 5,50%, Subjek dengan usia 55-60 tahun berjumlah satu orang dengan prosentase 0,91%. Dari data ini di ketahui bahwa mayoritas subjek berusia 40-45 tahun yang berjumlah 29 orang dengan prosentase 26,62%.

Tabel 7
Deskripsi Subjek Penelitian Berdasarkan Lama Bekerja

Lama Bekerja	Jumlah	Prosentase
5-10 tahun	42	38,53%
11-15 tahun	24	22,02%
16-20 tahun	26	23,85%
> 20 tahun	17	15,60%
Total	109	100%

Berdasarkan data dari tabel tuhu di atas dapat diketahui bahwa lama bekerja subjek berkisar dari lima tahun sampai dengan lebih dari 20 tahun. Dengan perincian sebagai berikut. Lama bekerja dari 5-10 tahun berjumlah 42 orang dengan prosentase 38,53%, Lama bekerja dari 11- 15 tahun berjumlah 24 orang dengan prosentase 22,02%, Lama bekerja dari 16-20 tahun berjumlah 26 orang dengan prosentase 23,85%, Lama bekerja lebih dari 20 tahun berjumlah 17 orang dengan prosentase 15,60%. Dari data lama bekerja di atas diketahui bahwa mayoritas subjek telah bekerja selama 5-10 tahun yang berjumlah 42 orang dengan prosentase sebesar 38,53%.

2. Deskripsi Data Penelitian

Deskripsi data penelitian bertujuan untuk mendeskripsikan hasil penelitian agar lebih bermanfaat serta memberikan lebih banyak gambaran tentang data penelitian yang berisi fungsi-fungsi statistik dasar masing-masing variabel untuk skala stres kerja dan kepribadian tipe A. Hasil penelitian analisis deskriptif pada penelitian ini dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 8
Deskripsi Data Penelitian

Variabel	Hipotetik				Empirik			
	min	mak	SD	Rerata	Min	mak	SD	rerata
Stres kerja	19	76	9,5	47,5	19	63	8,9	41,064
Kepribadian tipe A	18	90	12	54	24	75	9,8	49,623

Data penelitian ini dimaksudkan untuk membandingkan antara skor hipotetik dan skor empirik. Nilai empirik gunanya untuk mengetahui nilai yang diperoleh subjek penelitian, meliputi nilai maksimal, minimal, mean, dan SD. Nilai hipotetik gunanya untuk mengetahui nilai yang diperoleh subjek apabila jawaban yang diberi subjek rata-rata. Perbandingan tersebut dapat digunakan untuk memahami kondisi subjek penelitian dibandingkan dengan populasi yang ada.

Berdasarkan data stres kerja dapat dilihat bahwa rerata empirik stres kerja lebih rendah dibandingkan dengan rerata hipotetik. Hal tersebut menunjukkan bahwa subjek penelitian pada kenyataannya memiliki stres kerja yang rendah dibandingkan rata-rata. Data kepribadian tipe A menunjukan bahwa rerata empirik lebih rendah dibandingkan rerata hipotetik. Hal tersebut menandakan subjek penelitian memiliki derajat kepribadian tipe A yang lebih rendah dibandingkan rata-rata.

Kategorisasi yang digunakan pada penelitian ini mengacu pada lima kategori yaitu sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, sangat tinggi. Rumus kategorisasi sebagai berikut:

Tabel 9.
Kriteria Kategorisasi Skala

Kategori	Rumus Norma
Sangat tinggi	$\geq (\mu + 1.8 \times \sigma)$
Tinggi	$(\mu + 0.6 \times \sigma) - (\mu + 1.8 \times \sigma)$
Sedang	$(\mu - 0.6 \times \sigma) - (\mu + 0.6 \times \sigma)$
Rendah	$(\mu - 1.8 \times \sigma) - (\mu - 0.6 \times \sigma)$
Sangat rendah	$\leq (\mu - 1.8 \times \sigma)$

Tabel 10
Kategorisasi Variabel Stres kerja

Variabel	Rentang Nilai	Kategorisasi	Frekuensi	Prosentase
Stres kerja	$x < 30$	Sangat Rendah	13	11,95%
	$30 \leq x \leq 41,8$	Rendah	41	37,61%
	$41,8 < x \leq 53,2$	Sedang	47	43,11%
	$53,2 < x \leq 64,6$	Tinggi	8	7,33%
	$x \leq 64,6$	Sangat tinggi	0	0 %

Berdasarkan hasil analisis variabel stres kerja terdapat 43,11% subjek masuk dalam ketegori sedang. 7,33% subjek masuk dalam ketegori tingggi, 37,61% basuk dalam ketegori rendah, 11,95% masuk dalam ketegori sangat rendah dan 0 % masuk dalam kategori sangat tinggi.

Tabel 11
Kategorisasi Variabel Kepribadian Tipe A

Variabel	Rentang Nilai	Kategorisasi	Frekuensi	Prosentase
Kepribadian tipe A	$x < 31,613$	Sangat Rendah	2	1,86 %
	$31,613 \leq x \leq 43,265$	Rendah	28	25,68%
	$743,265 < x \leq 54,917$	Sedang	48	44,95%
	$54,917 < x \leq 66,569$	Tinggi	24	20,01%
	$x > 66,569$	Sangat tinggi	7	5,50%

Berdasarkan hasil analisis variabel kepribadian tipe A diperoleh hasil 44,95% masuk dalam ketegori sedang, 25,68% masuk dalam ketegori rendah, 20,01% masuk dalam ketegori tinggi, 5,50% masuk dalam ketegori sangat tinggi dan 1,86 % masuk dalam ketegori sangat rendah.

Berdasarkan kategorisasi variabel stres kerja dan kepribadian tipe A dapat disimpulkan bahwa kategorisasi stres kerja berada pada kategori sedang 43,11% yaitu sebanyak 47 orang, kategorisasi kepribadian tipe A berada pada kategori sedang 44,95% yaitu sebanyak 48 orang.

3. Uji Asumsi

Sebelum dilakukan uji hipotesis, maka terlebih dahulu dilakukan uji asumsi, meliputi uji normalitas dan uji linieritas terhadap sebaran data penelitian yang ada.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah sebaran data penelitian berdistribusi secara normal atau tidak. Distribusi sebaran yang normal berarti data penelitian representatif atau dapat mewakili populasi yang ada, sebaliknya apabila sebaran tersebut tidak normal, berarti data penelitian itu tidak representatif atau tidak dapat mewakili keadaan populasi yang sebenarnya sehingga hasilnya tidak dapat digeneralisasikan pada populasi tersebut. Pengujian normalitas dilakukan dengan menggunakan tes *One-Sample Kolmogorof-Smirnov Test* dengan Kaidah yang digunakan apabila $p > 0.05$ maka sebaran data normal tetapi jika $p < 0.05$ maka sebaran data tidak normal.

Skor kolmogorof-smirnov untuk variabel stres kerja sebesar 0,583 dengan $p = 0,886$ ($p > 0,05$) sehingga sebaran data untuk variabel stres kerja mengikuti kurva normal, sedangkan untuk variabel kepribadian tipe A 1,016 dengan $p = 0,253$ ($p > 0,05$), sehingga sebaran data untuk variabel kepribadian tipe A

mengikuti kurva normal. Rincian hasil uji coba normalitas sebaran dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 12
Hasil Uji Normalitas

Variabel	K-SZ	P	Status Sebaran
Stres kerja	0,583	0.886	Normal
Kepribadian Tipe A	1,016	0.253	Normal

b. Uji Linearitas

Uji linearitas merupakan pengujian garis regresi antara variabel bebas dengan variabel tergantung. Tujuan dari linearitas penelitian ini adalah untuk memastikan bahwa terdapat hubungan yang linear antara stres kerja dengan kepribadian tipe A. Suatu hubungan dapat dikatakan linear apabila sebaran nilai variabel-variabel penelitian ini berada dalam satu garis lurus.

Hasil uji linearitas yang dilakukan di dapat Skor F dari Linearity sebesar 0,71 dengan $p = 0,791$ ($p > 0,05$), sehingga dapat dikatakan antara variabel stres kerja dengan kepribadian tipe A tidak mengikuti garis linear.

4. Uji Hipotesis

Hipotesis pada penelitian ini adalah hubungan positif antara kepribadian tipe A dengan stres kerja. Semakin tinggi derajat kepribadian tipe A seorang guru, maka semakin tinggi tingkat stres kerjanya. Hasil uji hipotesis dengan teknik *Sperman rho* menunjukkan nilai taraf signifikansi untuk kepribadian tipe A dan

stres kerja sebesar $r=0,409$ ($p>0,05$) sehingga tidak ada hubungan positif antara kepribadian tipe A dengan stres kerja sehingga hipotesis yang diajukan di tolak.

D.Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kepribadian tipe A dengan stres kerja guru yang sedang menghadapi sertifikasi. Berdasarkan hasil analisis data, koefisien korelasi antara kepribadian tipe A dengan stres kerja guru yang sedang menghadapi sertifikasi adalah $r= 0,409$ $p>0,05$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara kepribadian tipe A dengan stres kerja guru yang sedang menghadapi sertifikasi sehingga hipotesis yang diajukan ditolak.

Hasil tersebut tidak sejalan dengan pendapat Ivancevich, dkk (2006) yang mengatakan beberapa moderator stres antara lain usia, jenis kelamin, tingkat ketabahan, kepribadian, perilaku tipe A dan juga dukungan sosial. Penelitian ini juga pertentangan dengan penelitian yang dilakukan oleh Karman dan Suyasa, (2004) yang menyatakan bahwa tipe kepribadian A berkorelasi positif dengan stres. Hasil penelitian serupa yang bertentangan dengan penelitian ini, adalah penelitian yang dilakukan oleh Wijono, (2006) yang mengatakan kepribadian tipe A dan peran berpengaruh sekaligus terhadap stres kerja manajer madya.

Penelitian-penelitian tersebut sesuai dengan pendapat Munandar (2008) yaitu salah satu faktor penyebab stres kerja adalah faktor kepribadian dan juga pendapat dari Friedman dan Rosenman, (Wijono, 2006) yang mengatakan salah satu ciri kepribadian tipe A adalah mudah stres. Pada penelitian ini, pendapat dari para ahli

dan hasil penelitian sebelumnya tidak sejalan dengan hasil penelitian tentang hubungan tipe kepribadian A dan stres kerja guru dalam menghadapi sertifikasi.

Hasil penelitian yang dilakukan penulis, sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Sari dan Arruum, (2006) yang menyatakan bahwa kepribadian tipe A dan Kepribadian tipe B tidak memiliki perbedaan dalam tingkat stres dan coping yang digunakan. Dari penelitian Sari dan Arruum, (2006) dapat dilihat baik kepribadian tipe A ataupun kepribadian tipe B memiliki tingkatan stres kerja yang sama.

Menurut Kreitner dan Kinicki, (2005) aspek tipe A yang keras, kompetitif, perasaan marah dan kejahatan lebih terkait dengan kesehatan dibandingkan perilaku tipe A. Pendapat ini memperkuat hasil penelitian, bahwa orang dengan kepribadian tipe A tidak memiliki korelasi dengan tingkat stres kerja yang dihadapi, namun aspek tipe A itu lebih berkorelasi dengan kesehatan fisiknya. Walaupun dalam tekanan kerja yang berat orang dengan kepribadian tipe A tetap mampu produktif. Dalam tekanan tinggi, sekolah, dan lingkungan kerja yang berorientasi kinerja, prestasi perilaku tipe A tanpa disadari melonjak dan bahkan dikagumi (Kreitner dan Kinicki, 2005).

Pendapat ini menjelaskan bahwa ketika ada tantangan dari pekerjaannya orang dengan kepribadian tipe A justru merasa bergairah dalam bekerja sehingga menjauhkan mereka dari stres. Dalam konteks penelitian ini adalah para guru yang menghadapi sertifikasi, para guru dengan kepribadian tipe A menganggap bahwa sertifikasi adalah bagian dari tantangan dalam bekerja sehingga pola pikir yang

tertanam adalah harus bisa menyelesaikannya dengan sebaik mungkin dan mereka menikmati proses itu.

Tidak adanya korelasi antara kepribadian tipe A dan stres kerja guru dalam menghadapi sertifikasi ini berbeda dengan hipotesis penelitian, oleh karena itu peneliti telah melakukan evaluasi terkait dengan penelitian yang dilakukan sehingga ditemukan lima kemungkinan yang mampu menyebabkan hipotesis dalam penelitian ini ditolak. Kemungkinan tersebut adalah kesalahan dalam memilih teori, kesalahan alat ukur, kesalahan dalam pengambilan data, kesalahan dalam analisis data, dan yang terakhir adalah harapan subjek penelitian terhadap adanya sertifikasi.

Kemungkinan yang pertama yaitu kesalahan dalam memilih teori, kesalahan dalam memilih teori maksudnya adalah teori yang digunakan tidak kuat dan tidak sesuai dengan konteks penelitian, namun setelah dilakukan pengkajian ulang tidak ada permasalahan pada teori. Pada penelitian sebelumnya juga ada yang menggunakan teori serupa dan mampu menghasilkan data yang signifikan.

Kemungkinan yang kedua adalah kesalahan alat ukur, kesalahan alat ukur yang dimaksudkan adalah, adanya ketidaksesuaian aitem pernyataan dengan indikator dan aspek yang digunakan. Setelah dilakukan pengecekan ulang maka dapat dipastikan tidak ada kesalahan dalam penyusunan alat ukur.

Kemungkinan yang ketiga adalah kesalahan dalam pengambilan data. Maksudnya adalah proses pengambilan data yang tidak sesuai dengan prosedur sebagai contoh, skala penelitian tidak diserahkan sendiri kepada subjek penelitian, skala penelitian tidak langsung diisi sampai selesai pada waktu yang sama, terdapat

data yang tidak lengkap. Pada penelitian ini peneliti mendistribusikan sendiri skala penelitian dan menjelaskan secara langsung cara pengisian dan memastikan bahwa skala diisi pada waktu yang bersamaan dengan cara menunggu subjek selesai mengerjakan. Pada saat proses *input* data peneliti juga telah memilih data yang benar-benar sesuai dengan kriteria penilaian. Jadi dapat disimpulkan bahwa tidak ada kesalahan dalam pengambilan data.

Kemungkinan yang keempat adalah kesalahan dalam analisis data, pada konteks ini dimungkinkan adanya ketidak cermatan peneliti pada saat melakukan analisis data yang menggunakan teknik analisis yang tidak tepat. Data stres kerja dan kepribadian tipe A berjenis data nominal. Korelasi antara dua variabel ini diukur menggunakan teknik non-parametrik, *Spearman rho*, karena salah satu syarat uji asumsi tidak terpenuhi. setelah dilakukan pengecekan dapat dipastikan bahwa tidak ada kesalahan di dalam analisis data.

Kemungkinan yang kelima adalah harapan subjek penelitian terhadap adanya sertifikasi. Subjek penelitian yang beragam mulai dari usia, lama bekerja, latar belakang keluarga ataupun sosial. Membuat subjek penelitian ini menjadi beragam. Selain itu masing-masing subjek penelitian memiliki cara pandang yang berbeda terhadap adanya sertifikasi guru, ada yang menghadapinya dengan suka cita namun ada juga yang menganggapnya sebagai beban. Namun, berdasarkan penelitian Hastuti, dkk (2009) diketahui bahwa semua guru menyambut baik dan sangat berharap mendapatkan tunjangan profesi karena paling tidak akan mengurangi beban

kehidupan mereka, keberadaan tunjangan profesi juga telah menjadi pendorong utama guru-guru untuk mengikuti sertifikasi.

Dengan adanya harapan bahwa sertifikasi mampu memperbaiki kondisi perekonomian maka para guru mayoritas menanggapi sertifikasi ini dengan suka cita dan tanpa beban. Harapan inilah yang menjadi semangat para guru dalam menjalani sertifikasi sehingga pada saat dilakukan penelitian didapat hasil yang tidak signifikan antara kepribadian tipe A dengan stres kerja guru. Dari penjelasan yang sudah dijabarkan di atas dapat disimpulkan bahwa penyebab hipotesis pada penelitian ini ditolak adalah harapan subjek penelitian terhadap adanya sertifikasi.

Begitu banyak faktor-faktor yang mampu mempengaruhi stres kerja seseorang. Menurut Munandar (2008) faktor-faktor yang menyebabkan seseorang mengalami stres kerja adalah faktor intrinsik dalam pekerjaan seperti tuntutan fisik dan tuntutan tugas (bising, *vibrasi*, kesehatan, kerja *shift* atau kerja malam, beban kerja, paparan terhadap resiko dan bahaya), peran individu dalam organisasi, pengembangan karir, hubungan dalam pekerjaan, struktur dan iklim organisasi, dan juga tuntutan dari luar organisasi.

Penelitian yang dilakukan oleh Safaria (2011) dengan judul peran *religious coping* sebagai moderator dari *job insecurity* terhadap stres kerja pada staf akademik. Di dapatkan sebuah hasil bahwa *religious coping* memoderasi efek dari *job insecurity* terhadap stres kerja. Peran *religious coping* sebagai moderator variabel dalam memodifikasi pengaruh *stressor* kerja pada stres kerja menegaskan hasil penelitian sebelumnya. *Religious coping* memainkan peran penting dalam menurunkan atau

menahan (*reducing and buffering*) efek *stressor* kerja pada individu. Penelitian ini membuktikan adanya faktor lain yang mampu mempengaruhi stres kerja seseorang, contohnya saja faktor *religious coping* dimana berdasarkan penelitian dari safari (2011) terbukti memegang peran stres kerja yang dialami seseorang.

Penelitian Almasitoh (2011) yang berjudul Stres Kerja Ditinjau dari Konflik Peran Ganda dan Dukungan Sosial pada Perawat, dengan hasil ada hubungan yang signifikan antara konflik peran ganda dan dukungan sosial dengan stres kerja pada perawat. Hal ini membuktikan bahwa ada faktor lain seperti konflik peran ganda dan juga dukungan sosial mampu mempengaruhi stres kerja.

Faktor lingkungan juga mengambil andil dalam terjadinya stres kerja seseorang, hal ini diperkuat oleh penelitian Desi dan Prabowo (2006) dengan judul Hubungan antara Kesesakan dengan Stres Kerja pada Karyawan Pengguna Jasa Kereta Api Listrik. Dengan hasil penelitian yaitu ada hubungan positif yang signifikan antara kesesakan dengan stres kerja pada karyawan dan karyawan pengguna jasa kereta api. Semakin tinggi kesesakan maka akan semakin tinggi stres kerja pada pengguna jasa kereta api.

Ketiga penelitian di atas memberikan gambaran bahwa faktor stres kerja sangatlah kompleks tidak hanya berkaitan dengan faktor kepribadian seseorang, dalam hal ini khususnya adalah faktor kepribadian tipe A. Ditolaknyanya hipotesis dalam penelitian ini memperjelas bahwa teori dari Friedman dan Rosenman (Sarafino, 1994) yang mengatakan bahwa kepribadian tipe A mampu mempengaruhi intensitas stres

kerja, tidak berlaku pada penelitian yang dilakukan terhadap para guru yang sedang menghadapi sertifikasi.

Peneliti mengakui dalam penelitian ini masih dijumpai kelemahan antara lain adalah sedikitnya referensi yang membahas kepribadian tipe A, sehingga membuat kurang beragamnya teori yang digunakan dalam penelitian ini. Kelemahan tersebut merupakan kendala bagi peneliti untuk melakukan penyusunan, namun demikian data yang diperoleh tetap valid dan reliabel, walaupun hasil penelitian yang didapat tidak signifikan antara kepribadian tipe A dengan stres kerja guru dalam menghadapi sertifikasi. Kelemahan dalam penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi peneliti berikutnya yang akan mengadakan penelitian dengan topik serupa agar dapat lebih menyempurnakan penelitiannya.



UNIVERSITAS
ISLAM
INDONESIA

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Hasil analisis data dan pembahasan hasil penelitian, menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara kepribadian tipe A dengan stres kerja guru yang sedang menghadapi sertifikasi, sehingga hipotesis yang diajukan ditolak. Kepribadian tipe A seorang guru tidak berpengaruh secara signifikan terhadap stres kerja yang dialami.



B. Saran

Peneliti Selanjutnya

1. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan mampu memperkaya referensi terkait dengan kepribadian tipe A.
2. Untuk memperkaya hasil penelitian untuk penelitian selanjutnya bisa mempertimbangkan aspek kepribadian berdasarkan teori yang lain seperti, kesabaran, *locus of control*, kepribadian internal dan eksternal

UNIVERSITAS
ISLAM
INDONESIA

DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol. 2006. *Psikologi Kepribadian Edisi Revisi*. Malang: UMM Press.
- Almasitoh, U.H. 2011. Stres Kerja Ditinjau dari Konflik Peran Ganda dan Dukungan Sosial pada Perawat. *Jurnal Psikologi Islami*, 8, 63-82.
- Amanda, R.B. 2009. Hubungan Antara Kesiapan Untuk Berubah Dengan Tingkat Stres Kerja Pegawai Direktorat Jendral Pajak. *Skripsi* (Tidak Diterbitkan). Yogyakarta: Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia.
- Anoraga, P. 2001. *Psikologi Kerja*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Azwar, S. 1999. *Dasar-Dasar Psikometri*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. 2007. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Liberty.
- Baron, R.A & Byrne, D. 2005. *Psikologi sosial Jilid 2 Edisi Kespuluh*. Erlangga: Jakarta.
- Desi, R dan Prabowo, H. 2006. Hubungan Antara Kesesakan dengan Stres Kerja pada Karyawan Pengguna Jasa Kereta Api Listrik. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 11, 130-136.
- Feist, J & Feist, G. 2010. *Teori Kepribadian Edisi Tujuh*. Salemba Humanika: Jakarta.
- Friedman, H. S & Schustack, M.W. 2006. *Kepribadian Teori Klasik dan Riset Modern*. Erlangga: Jakarta.
- Gregson, T. 2007. *Life Without Stress Mengajari Diri Anda Sendiri Mengelola Stres*. Jakarta: Prestasi Pustakaraya.
- Hastuti, Sulaksono, B, Akhmadi, Syukri, M, Sabainingrum, U, Ruhmaniyati. 2009. *Pelaksanaan Sertifikasi Guru dalam Jabatan 2007: Studi Kasus di Provinsi Jambi, Jawa Barat, dan Kalimantan Barat*. Jakarta: Lembaga Penelitian SMERU.
- Ivancevich, J.M, Konopaske, R, Matteson, M.T. 2006. *Perilaku dan Manajemen Organisasi Jilid 1*. Jakarta: Erlangga.

- Karman, R & Suyasa, P.T.Y.S. 2004. Stres, Perilaku Merokok dan Tipe Kepribadian. *Jurnal Phronesis*, 6,19-39.
- Kartono, K. 2005. *Teori Kepribadian*. Mandar Maju: Bandung.
- Kreitner, R & Kinicki, A. 2005. *Perilaku Organisasi*. Jakarta: Salemba.
- Looker, T & Gregson, O. 2004. *Managing Stress*. Baca: Yogyakarta.
- Mulyasa, E. 2007. *Standar Kompetensi dan Sertifikasi Guru*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Munandar, A.S. 2008. *Psikologi Industri dan Organisasi*. Jakarta: UI-Press.
- Nurjanah, W. 2010. Hubungan antara Stres Pada Guru SD Dengan Intensi Melakukan Kekerasan Terhadap Siswa. *Skripsi (Tidak Diterbitkan)*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia.
- Naim, N. 2009. *Menjadi Guru Inspiratif*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Parkay, F.W & Stanford, B.H. 2005. *Menjadi Seorang Guru*. Jakarta: Indeks.
- Pervin, L.A, Cervovne, D, dan John, O.P. 2004. *Psikologi Kepribadian Teori dan Penelitian Edisi Kesembilan*. Kencana Prenada Media Grup: Jakarta.
- Primaldhi, A. 2008. Hubungan Antara Trait Kepribadian Neuroticism, Strategi Coping dan Stres Kerja. *Jurnal Psikologi Sosial*, 3, 195-273.
- Robbins, S.P & Judge, T.A. 2008. *Perilaku Organisasi Organizational Behavior Edisi 12*. Jakarta: Salemba Empat.
- Safaria, T. 2011. Peran *Religious Coping* sebagai Moderator dari *Job Insecurity* Terhadap Stres Kerja pada Staf Akademik. *Jurnal Humanitas*, VII, 2.
- Sarafino, E. P. 1994. *Health Psychology: Biopsychosocial interactions Second Edition*. John wiley & Sons: New York.
- Sari, D.R & Arrum, D. 2006. Stres dan Koping Perawat Kepribadian Tipe A Kepribadian Tipe B di Ruang Rawat Inap RSU Dr. Pirngadi Medan. *Jurnal Keperawatan Rufaidah Sumatra Utara*, 2 ,9-17.
- Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

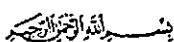
- Suprihanto, J, dkk 2003. *Perilaku Organisasi*. Yogyakarta: Sekolah Tinggi Ilmu Ekonomi YKPN.
- Suryabrata, S. 2006. *Psikologi Kepribadian*. PT Raja Grafindo Persada: Jakarta.
- Sutanto, E.M & Djohan, L. 2006. Pengaruh Persepsi akan Dimensi Organisasi dan Tipe Kepribadian Terhadap Stres Karyawan PT. International Deta Alfa Mandiri. *Jurnal Manajemen dan Kewirausahaan*, 8, 25-39
- Somantri, A dan Muhidin, S.A. 2006. *Aplikasi Statistik dalam Penelitian*. Bandung: CV Pustaka Setia.
- Wijono, S. 2010. *Psikologi Industri dan Organisasi*. Jakarta: Kencana.
- Wijono, S. 2004. Pengaruh Kepribadian Type A dan Peran Terhadap Stres kerja Manajer Madya. *Insan*, 8, 188-197.
- Akunto, I & Wedhaswary, I. D. 2012. PGRI. Uji Kompetensi Membuat Guru Stres <http://edukasi.kompas.com/read/2012/01/12/10232424/PGRU.Uji.Kompetensi.Membuat.Guru.Stres/22/01/012>.
- Anonim. 2010. Tanjabtim Masih Kekurangan Guru Tanjabtim Masih Kekurangan Guru. <http://www.jambistar.com/berita-2010-tanjabtim-masih-kekurangan-guru-.html/22/01/012>.
- Anonim. 2012. PGRI: Sertifikasi Guru 2012 Jangan Kacau Lagi Kuota Nasional belum Ditetapkan, Hati-hati Penipuan. <http://www.radar-bogor.co.id/index.php?rbi=berita.detail&id=83139/22/01/012>.
- Jimbon. 2009. Siswa dipukul guru <http://nasional.kompas.com/read/2009/11/11/07224284/function.simplexml-load-file/22/01/012>.
- Setiawan, M. H. 2011. Kepala Sekolah Pemulung ke Motivator Mahasiswa. <http://www.jpnn.com/read/2011/12/04/110029/Kepala-Sekolah-Pemulung-ke-Motivator-Mahasiswa-/22/01/012>.
- Wedhaswary, I. D. 2011. Kurikulum Pendidikan Jangan Sering Berubah. <http://edukasi.kompas.com/read/2011/12/15/17241453/Kurikulum.Pendidikan.Jangan.Sering.Berubah/22/01/012>.
- Windari, S. 2011. Pengembangan Kurikulum Pendidikan Di Indonesia <http://www.infodiknas.com/027-pengembangan-kurikulum-pendidikan-di-indonesia22/0/012>.



LAMPIRAN 1
Skala Try Out



LEMBAR KUESIONER PENELITIAN



PENGANTAR

Assalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakuatuh

Bapak/Ibu Yang Terhormat,

Dengan ini, saya mahasiswa Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya (FPSB) Universitas Islam Indonesia memohon izin kepada Bapak/Ibu untuk meluangkan waktu sejenak untuk mengisi skala ini dalam rangka penyusunan Tugas Akhir. Semua jawaban adalah benar sepanjang yang Bapak/Ibu uliskan sesuai dengan keadaan Bapak/Ibu saat ini.

Semua informasi yang tertulis di dalam skala ini bersifat rahasia dan tidak akan digunakan untuk kepentingan lain, kecuali hanya untuk kebutuhan dari penelitian ini. Setelah mengisi skala ini, secara tidak langsung Bapak/Ibu telah berpartisipasi dalam pengembangan ilmu pengetahuan.

Demikian atas kesediaan dan kerjasama Bapak/Ibu, saya mengucapkan terima kasih. Semoga apa yang Bapak/Ibu berikan kepada saya saat ini menambah kebaikan bagi kita semua. Amin.

Vassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakaatuh

UNIVERSITAS
ISLAM
INDONESIA

Hormat saya,
Peneliti

Anoga Hanindra Putra

PERNYATAAN RESPONDEN

Nama/inisial :

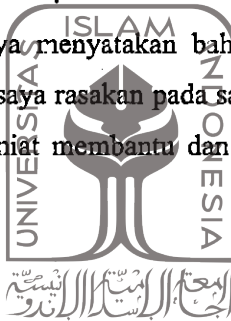
Umur :

Jenis Kelamin :

Lama Bekerja :

Tempat Bekerja :

Dengan ini, saya menyatakan bahwa data yang saya isikan sesuai dengan keadaan yang saya rasakan pada saat ini. Saya juga mengisi skala ir dengan benar karena niat membantu dan tanpa adanya paksaan dari pihak manapun.



UNIVERSITAS
Yogyakarta,
ISLAM
INDONESIA

.....

PETUNJUK PENGISIAN

Bapak/Ibu diminta untuk memilih salah satu alternatif jawaban yang dianggap paling sesuai dengan keadaan diri sendiri dengan memberi tanda silang (X) pada salah satu kolom yang telah tersedia.

Keterangan:

SS : Sangat Sesuai

S : Sesuai

R : Ragu-ragu

TS : Tidak Sesuai

STS : Sangat Tidak Sesuai

Apabila Bapak/Ibu ingin mengganti jawaban, cukup beri tanda (=) pada jawaban sebelumnya.

Contoh :

SS	S	R	TS	STS
X				✖

Jangan ragu dalam menjawab karena tidak ada jawaban yang salah, jawaban yang terbaik adalah jawaban yang jujur, apa adanya berdasarkan apa yang Bapak/Ibu rasakan saat ini. Kerahasiaan jawaban Bapak/Ibu menjadi tanggung jawab peneliti sepenuhnya.

“SELAMAT MENGERJAKAN”

SKALA I

NO	Pernyataan	SS	S	R	TS	ST.
1.	Saya merasa cepat lelah saat mengajar di kelas					
2.	Saat menghadapi sertifikasi guru tekanan darah saya meningkat					
3.	Jantung saya berdebar-debar saat mendengar berita tentang sertifikasi guru					
4.	Saya merasa malas untuk mengoreksi tugas para siswa					
5.	Stamina saya tetap terjaga ketika sedang mengajar					
6.	Walapun sedang menghadapi sertifikasi guru tekanan darah saya tetap normal					
7.	Jantung saya tetap berdetak dengan normal ketika mendengar berita tentang sertifikasi guru					
8.	Saya merasa cemas ketika menghadapi sertifikasi guru					
9.	Saya sering sakit kepala saat menghadapi sertifikasi guru					
10.	Saya merasakan keluar keringat dingin saat menghadapi sertifikasi guru					
11.	Saya merasa bosan dengan rutinitas mengajar di sekolah					
12.	Saya jarang sakit kepala saat pekerjaan menumpuk					
13.	Saya tidak berkeringat ketika sedang mengikuti sertifikasi guru					
14.	Saya sangat bersemangat ketika mengoreksi tugas para siswa					

SS: Sangat Sesuai S: Sesuai R: Ragu-ragu TS : Tidak Sesuai STS: Sangat Tidak Sesuai

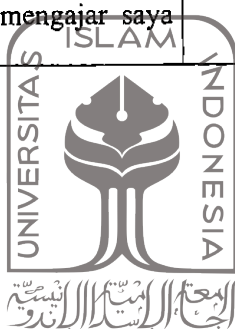
NO	Pernyataan	SS	S	R	TS	STS
15	Saya merasa mudah marah saat murid-murid gaduh di kelas					
16	Saya tetap bisa tenang saat menghadapi sertifikasi guru					
17	Saya berfikir bahwa sertifikasi guru adalah hal yang menakutkan					
18	Saya merasa rutinitas di sekolah sangat menyenangkan					
19	Walaupun murid-murid gaduh di kelas saya tetap bisa sabar menanggapi					
20	Walaupun sedang sibuk sertifikasi guru pola makan saya tetap teratur					
21	Tuntutan sertifikasi guru membuat pola makan saya menjadi tidak teratur					
22	Saya tetap bisa tidur lebih awal walaupun banyak tugas yang belum terselesaikan					
23	Saya menjadi rajin mengajar ketika menghadapi sertifikasi guru					
24	Menurut saya sertifikasi guru adalah hal yang menyenangkan					
25	Saya menjadi sulit tidur saat memikirkan sertifikasi guru					
26	Saya sering bolos mengajar saat menghadapi sertifikasi guru					
27	Saya sering melamun ketika mengajar					
28	Saya selalu fokus ketika mengajar					
29	Saat ada murid yang tidak patuh pada aturan sekolah saya ingin memukulnya					
30	Saya senang menasehati murid yang melanggar aturan sekolah					

Sangat Sesuai S: Sesuai R: Ragu-ragu TS : Tidak Sesuai STS: Sangat Tidak Sesuai

NO	Pernyataan	SS	S	R	TS	STS
31.	Saat pekerjaan menumpuk saya menjadi lebih sering sakit					
32.	Saya merasa imbalan sebagai seorang guru tidak sesuai dengan hasil kerja saya					
33.	Saya merasa kesulitan saat mengerjakan tugas sebagai seorang guru					
34.	Kondisi saya tetap bugar walaupun berhadapan dengan banyak masalah di tempat kerja					
35.	Imbalan yang saya dapat menjadi seorang guru sesuai dengan apa yang saya kerjakan					
36.	Saya merasakan nafas saya menjadi sesak saat menghadapi sertifikasi guru					
37.	Saya merasa betah mengajar di sekolah					
38.	Saya dapat dengan mudah menyelesaikan tugas-tugas seorang guru					
39.	Leher saya terasa sakit saat menyiapkan segala sesuatu yang berkaitan dengan sertifikasi guru					
40.	Saya tetap bisa bernafas lega walaupun sedang menghadapi sertifikasi guru					
41.	Walaupun ada sertifikasi guru saya tetap bisa menyelesaikan tugas tepat pada waktunya					
42.	Tubuh saya tetap sehat walaupun sedang menyiapkan segala sesuatu yang berkaitan dengan sertifikasi guru					
43.	Ketika mengajar saya merasa cepat ingin pulang					
44.	Saya tetap bisa bersabar walaupun ada orang yang membicarakan saya					

SS: Sangat Sesuai S: Sesuai R: Ragu-ragu TS : Tidak Sesuai STS: Sangat Tidak Sesuai

NO	Pernyataan	SS	S	R	TS	STS
45.	Saya merasa mudah tersinggung dengan perkataan guru lain walaupun itu hanya bercanda					
46.	Sertifikasi guru membuat tugas-tugas sekolah menjadi terbengkalai					
47.	Prestasi saya terus meningkat ketika menjadi guru					
48.	Saya merasa kemampuan mengajar saya tidak bisa berkembang					



UNIVERSITAS
ISLAM
INDONESIA

S: Sangat Sesuai S: Sesuai R: Ragu-ragu TS : Tidak Sesuai STS: Sangat Tidak Sesuai

SKALA II

Petunjuk:

Lingkarilah salah satu nomor pada setiap pernyataan di bawah ini yang paling pas menggambarkan diri anda saat ini. Jika anda ingin mengga jawaban cukup dengan memberi dua garis horizontal ($\oplus$) pada lingkaran pertama yang anda pilih, kemudian anda bisa melingkari nomer ya menurut anda paling sesuai dengan diri anda.

Contoh:

1.	Saya tetap tenang walaupun banyak masalah	1 2 3 4 5	Banyak masalah membuat hidup saya tidak tenang
----	---	-----------	--

Penjelasan :

Jika menurut anda "Banyak masalah membuat hidup saya tidak tenang" maka lingkarilah angka 5. Sebaliknya jika menurut anda "Tetap tenang walaupun banyak masalah" lingkarilah angka 1". Seandainya anda kadang kadang maka lingkarilah angka 3.

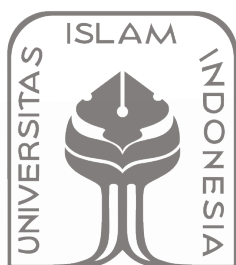
SKALA II

1.	Saya bertindak tanpa memikirkan untung dan ruginya	1 2 3 4 5	Sebelum bertindak saya memikirkan keuntungan dan kerugiannya
2.	Saya merasa senang ketika rekan kerja saya dapat berprestasi	1 2 3 4 5	Saya merasa iri ketika rekan kerja saya berprestasi
3.	Saya sering terlambat datang untuk pertemuan	1 2 3 4 5	Saya selalu datang tepat waktu untuk pertemuan
4.	Saya rasa tidak perlu terburu-buru dalam menyelesaikan tugas	1 2 3 4 5	Saya ingin menyelesaikan tugas saya sesegera mungkin
5.	Saya merasa apa yang saya lakukan ini sudah yang maksimal	1 2 3 4 5	Saya merasa bisa lebih baik dari pada yang sudah saya lakukan saat ini
6.	Bekerja dengan tim lebih menyenangkan dari pada kerja sendiri	1 2 3 4 5	Saya lebih senang bekerja sendiri dari pada dalam tim
7.	Saya lebih suka fokus pada satu hal saja	1 2 3 4 5	Saya melakukan beberapa hal dalam satu waktu
8.	Berlibur adalah hal yang paling menyenangkan dari pada harus bekerja	1 2 3 4 5	Saya lebih senang bekerja dari pada berlibur
9.	Saya merasa ngobrol dengan orang lain mampu mengurangi beban saya	1 2 3 4 5	Saya merasa ngobrol dengan orang lain hanya membuang waktu saya
10.	Apapun kondisinya saya tetap bisa bersabar	1 2 3 4 5	Saya sering merasa sulit mengendalikan amarah saya

11.	Saya tetap bekerja secara wajar walaupun ada hal yang saya inginkan	1 2 3 4 5	Saya bekerja lebih keras untuk mendapatkan apa yang saya inginkan
12.	Saya tetap bisa bersabar walapun harus menunggu	1 2 3 4 5	Hal yang tidak saya sukai adalah menunggu
13.	Dalam melakukan sesuatu saya tetap bisa santai	1 2 3 4 5	Saya selalu merasa terburu-buru
14.	Saya lebih senang berbicara, makan dan berjalan dengan perlahan-lahan	1 2 3 4 5	Saya biasa melakukan kegiatan seperti makan, berbicara dan jalan dengan cepat
15.	Menurut saya menang atau kalah dalam pertandingan adalah sesuatu yang wajar	1 2 3 4 5	Saya hanya merasa puas jika menjadi pemenang dalam sebuah permainan
16.	Ketika ada masalah saya lebih senang menceritakannya kepada orang lain	1 2 3 4 5	Saya lebih senang memendam perasaan dari pada bercerita kepada orang lain
17.	Saya menjalani pekerjaan ini dengan santai	1 2 3 4 5	Saya selalu berpikir bagaimana caranya agar prestasi saya meningkat
18.	Saya merasa mudah bergaul walaupun berada di lingkungan yang baru	1 2 3 4 5	Saya merasa kesulitan dalam menjalin komunikasi dengan orang yang baru saya kenal
19.	Menurut saya rekan kerja adalah tempat untuk berbagi	1 2 3 4 5	Saya beranggapan rekan kerja saya adalah saingan yang harus dikalahkan

3.	Walaupun berada di lingkungan yang ramai saya tetap bisa fokus bekerja	1 2 3 4 5	Saya tidak ingin ada orang yang mengganggu ketika bekerja
1.	Saya merasa waktu untuk saya bekerja sudah lebih dari cukup	1 2 3 4 5	Saya selalu merasa kekurangan waktu untuk bekerja
2.	Saya tetap bisa tersenyum kepada orang yang menyakiti hati saya	1 2 3 4 5	Saya merasa tersinggung ketika ada orang yang membicarakan saya
3.	Rekan kerja saya sering membantu pekerjaan saya	1 2 3 4 5	Saya beranggapan rekan kerja hanya merepoti saya
4.	Saya merasa keberadaan saya dapat diterima oleh rekan kerja saya	1 2 3 4 5	Saya merasa banyak orang yang tidak suka dengan keberadaan saya
5.	Saya bersikap santai dalam menghadapi kompetisi	1 2 3 4 5	Saya selalu bersemangat dalam menghadapi kompetisi
5.	Bukan suatu keharusan untuk menjalankan jadwal yang sudah saya buat	1 2 3 4 5	Menjadi suatu keharusan menjalankan jadwal yang sudah dibuat
7.	Saya senang mendengarkan pendapat orang lain sampai selesai bicara	1 2 3 4 5	Saya senang mengkritisi pendapat orang lain
4.	Saat pekerjaan banyak saya tetap bisa tenang	1 2 3 4 5	Saat pekerjaan menumpuk saya jadi mudah marah
7.	Menurut saya waktu berjalan lambat saat saya bekerja	1 2 3 4 5	Saat saya bekerja waktu berlalu begitu cepatnya

30.	Bermain dengan teman-teman adalah kegiatan yang saya sukai	1 2 3 4 5	Saya lebih suka berdian diri di rumah dari pada bermain bersama temar teman
-----	--	-----------	---



Mohon Dikoreksi Sekali Lagi Untuk

Memastikan Semua Pernyataan

Telah Ditanggapi

INDONESIA



LEMBAR KUESIONER PENELITIAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

PENGANTAR

Assalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakaatuh

Bapak/Ibu Yang Terhormat,

Dengan ini, saya mahasiswa Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya (FPSB) Universitas Islam Indonesia memohon izin kepada Bapak/Ibu untuk meluangkan waktu sejenak untuk mengisi skala ini dalam rangka penyusunan Tugas Akhir. Semua jawaban adalah benar sepanjang yang Bapak/Ibu tuliskan sesuai dengan keadaan Bapak/Ibu saat ini.

Semua informasi yang tertulis di dalam skala ini bersifat rahasia dan tidak akan digunakan untuk kepentingan lain, kecuali hanya untuk kebutuhan dari penelitian ini. Setelah mengisi skala ini, secara tidak langsung Bapak/Ibu telah berpartisipasi dalam pengembangan ilmu pengetahuan.

Demikian atas kesediaan dan kerjasama Bapak/Ibu, saya mengucapkan terima kasih. Semoga apa yang Bapak/Ibu berikan kepada saya saat ini menambah kebaikan bagi kita semua. Amin.

Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakaatuh

Hormat saya,

Peneliti

Anoga Hanindra Putra

PERNYATAAN RESPONDEN

Nama/inisial :
Umur :
Jenis Kelamin :
Lama Bekerja :
Tempat Bekerja :

Dengan ini, saya menyatakan bahwa data yang saya isikan sesuai dengan keadaan yang saya rasakan pada saat ini. Saya juga mengisi skala ini dengan benar karena niat membantu dan tanpa adanya paksaan dari pihak manapun.



Yogyakarta,

.....

**UNIVERSITAS
ISLAM
INDONESIA**

PETUNJUK PENGISIAN

Bapak/Ibu diminta untuk memilih salah satu alternatif jawaban yang dianggap paling sesuai dengan keadaan diri sendiri dengan memberi tanda silang (X) pada salah satu kolom yang telah tersedia.

Keterangan:

- SS : Sangat Sesuai
- S : Sesuai
- R : Ragu-ragu
- TS : Tidak Sesuai
- STS : Sangat Tidak Sesuai

Apabila Bapak/Ibu ingin mengganti jawaban, cukup beri tanda (=) pada jawaban sebelumnya.

Contoh :

SS	S	R	TS	STS
X				X

Jangan ragu dalam menjawab karena tidak ada jawaban yang salah, jawaban yang terbaik adalah jawaban yang jujur, apa adanya berdasarkan apa yang Bapak/Ibu rasakan saat ini. Kerahasiaan jawaban Bapak/Ibu menjadi tanggung jawab peneliti sepenuhnya.

“SELAMAT MENGERJAKAN”

SKALA I

NO	Pernyataan	SS	S	R	TS	STS
1.	Saya merasa cepat lelah saat mengajar di kelas					
2.	Saat menghadapi sertifikasi guru tekanan darah saya meningkat					
3.	Jantung saya berdebar-debar saat mendengar berita tentang sertifikasi guru					
4.	Saya merasa malas untuk mengoreksi tugas para siswa					
5.	Stamina saya tetap terjaga ketika sedang mengajar					
6.	Walapun sedang menghadapi sertifikasi guru tekanan darah saya tetap normal					
7.	Jantung saya tetap berdetak dengan normal ketika mendengar berita tentang sertifikasi guru					
8.	Saya merasa cemas ketika menghadapi sertifikasi guru					
9.	Saya sering sakit kepala saat menghadapi sertifikasi guru					
10.	Saya merasakan keluar keringat dingin saat menghadapi sertifikasi guru					
11.	Saya merasa bosan dengan rutinitas mengajar di sekolah					
12.	Saya jarang sakit kepala saat pekerjaan menumpuk					

NO	Pernyataan	SS	S	R	TS	STS
13.	Saya tidak berkeringat ketika sedang mengikuti sertifikasi guru					
14.	Saya sangat bersemangat ketika mengoreksi tugas para siswa					
15.	Saya merasa mudah marah saat murid-murid gaduh di kelas					
16.	Saya tetap bisa tenang saat menghadapi sertifikasi guru					
17.	Saya berfikir bahwa sertifikasi guru adalah hal yang menakutkan					
18.	Saya merasa rutinitas di sekolah sangat menyenangkan					
19.	Walaupun murid-murid gaduh di kelas saya tetap bisa sabar menanggapi					
20.	Walaupun sedang sibuk sertifikasi guru pola makan saya tetap teratur					
21.	Tuntutan sertifikasi guru membuat pola makan saya menjadi tidak teratur					
22.	Saya tetap bisa tidur lebih awal walaupun banyak tugas yang belum terselesaikan					
23.	Saya menjadi rajin mengajar ketika menghadapi sertifikasi guru					
24.	Menurut saya sertifikasi guru adalah hal yang menyenangkan					
25.	Saya menjadi sulit tidur saat memikirkan sertifikasi guru					

NO	Pernyataan	SS	S	R	TS	STS
26	Saya sering bolos mengajar saat menghadapi sertifikasi guru					
27.	Saya sering melamun ketika mengajar					
28.	Saya selalu fokus ketika mengajar					
29.	Saat ada murid yang tidak patuh pada aturan sekolah saya ingin memukulnya					
30.	Saya senang menasehati murid yang melanggar aturan sekolah					
31.	Saat pekerjaan menumpuk saya menjadi lebih sering sakit					
32.	Saya merasa imbalan sebagai seorang guru tidak sesuai dengan hasil kerja saya					
33.	Saya merasa kesulitan saat mengerjakan tugas sebagai seorang guru					
34.	Kondisi saya tetap bugar walaupun berhadapan dengan banyak masalah di tempat kerja					
35.	Imbalan yang saya dapat menjadi seorang guru sesuai dengan apa yang saya kerjakan					
36.	Saya merasakan nafas saya menjadi sesak saat menghadapi sertifikasi guru					
37.	Saya merasa betah mengajar di sekolah					
38.	Saya dapat dengan mudah menyelesaikan tugas-tugas seorang guru					
39.	Leher saya terasa sakit saat menyiapkan segala sesuatu yang berkaitan dengan sertifikasi guru					

NO	Pernyataan	SS	S	R	TS	STS
40.	Saya tetap bisa bernafas lega walaupun sedang menghadapi sertifikasi guru					
41.	Walaupun ada sertifikasi guru saya tetap bisa menyelesaikan tugas tepat pada waktunya					
42.	Tubuh saya tetap sehat walaupun sedang menyiapkan segala sesuatu yang berkaitan dengan sertifikasi guru					
43.	Ketika mengajar saya merasa cepat ingin pulang					
44.	Saya tetap bisa bersabar walaupun ada orang yang membicarakan saya					
45.	Saya merasa mudah tersinggung dengan perkataan guru lain walaupun itu hanya bercanda					
46.	Sertifikasi guru membuat tugas-tugas sekolah menjadi terbengkalai					
47.	Prestasi saya terus meningkat ketika menjadi guru					
48.	Saya merasa kemampuan mengajar saya tidak bisa berkembang					

SKALA II

Petunjuk:

Lingkarilah salah satu nomor pada setiap pernyataan di bawah ini yang paling pas menggambarkan diri anda saat ini. Jika anda ingin mengganti jawaban cukup dengan memberi dua garis horizontal (⊖) pada lingkaran pertama yang anda pilih, kemudian anda bisa melingkari nomer yang menurut anda paling sesuai dengan diri anda.

Contoh:

1.	Saya tetap tenang walaupun banyak masalah	<div><div>1</div><div>2</div><div>3</div><div>4</div><div>5</div></div>	Banyak masalah membuat hidup saya tidak tenang
----	---	---	--

Penjelasan :

Jika menurut anda “Banyak masalah membuat hidup saya tidak tenang”, maka lingkarilah angka 5. Sebaliknya jika menurut anda “Tetap tenang walaupun banyak masalah lingkarilah angka 1”. Seandainya anda kadang-kadang maka lingkarilah angka 3.

SKALA II

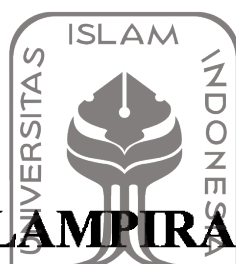
1.	Saya bertindak tanpa memikirkan untung dan ruginya	1 2 3 4 5	Sebelum bertindak saya memikirkan keuntungan dan kerugiannya
2.	Saya merasa senang ketika rekan kerja saya dapat berprestasi	1 2 3 4 5	Saya merasa iri ketika rekan kerja saya berprestasi
3.	Saya sering terlambat datang untuk pertemuan	1 2 3 4 5	Saya selalu datang tepat waktu untuk pertemuan
4.	Saya rasa tidak perlu terburu-buru dalam menyelesaikan tugas	1 2 3 4 5	Saya ingin menyelesaikan tugas saya sesegera mungkin
5.	Saya merasa apa yang saya lakukan ini sudah yang maksimal	1 2 3 4 5	Saya merasa bisa lebih baik dari pada yang sudah saya lakukan saat ini
6.	Bekerja dengan tim lebih menyenangkan dari pada kerja sendiri	1 2 3 4 5	Saya lebih senang bekerja sendiri dari pada dalam tim
7.	Saya lebih suka fokus pada satu hal saja	1 2 3 4 5	Saya melakukan beberapa hal dalam satu waktu
8.	Berlibur adalah hal yang paling menyenangkan dari pada harus bekerja	1 2 3 4 5	Saya lebih senang bekerja dari pada berlibur
9.	Saya merasa ngobrol dengan orang lain	1 2 3 4 5	Saya merasa ngobrol dengan orang lain hanya

	mampu mengurangi beban saya		membuang waktu saya
10.	Apapun kondisinya saya tetap bisa bersabar	1 2 3 4 5	Saya sering merasa sulit mengendalikan amarah saya
11.	Saya tetap bekerja secara wajar walaupun ada hal yang saya inginkan	1 2 3 4 5	Saya bekerja lebih keras untuk mendapatkan apa yang saya inginkan
12.	Saya tetap bisa bersabar walaupun harus menunggu	1 2 3 4 5	Hal yang tidak saya sukai adalah menunggu
13.	Dalam melakukan sesuatu saya tetap bisa santai	1 2 3 4 5	Saya selalu merasa terburu-buru
14.	Saya lebih senang berbicara, makan dan berjalan dengan perlahan-lahan	1 2 3 4 5	Saya biasa melakukan kegiatan seperti makan, berbicara dan jalan dengan cepat
15.	Menurut saya menang atau kalah dalam pertandingan adalah sesuatu yang wajar	1 2 3 4 5	Saya hanya merasa puas jika menjadi pemenang dalam sebuah permainan
16.	Ketika ada masalah saya lebih senang menceritakannya kepada orang lain	1 2 3 4 5	Saya lebih senang memendam perasaan dari pada bercerita kepada orang lain

17.	Saya menjalani pekerjaan ini dengan santai	1 2 3 4 5	Saya selalu berpikir bagaimana caranya agar prestasi saya meningkat
18.	Saya merasa mudah bergaul walaupun berada di lingkungan yang baru	1 2 3 4 5	Saya merasa kesulitan dalam menjalin komunikasi dengan orang yang baru saya kenal
19.	Menurut saya rekan kerja adalah tempat untuk berbagi	1 2 3 4 5	Saya beranggapan rekan kerja saya adalah saingan yang harus dikalahkan
20.	Walaupun berada di lingkungan yang ramai saya tetap bisa fokus bekerja	1 2 3 4 5	Saya tidak ingin ada orang yang mengganggu ketika bekerja
21.	Saya merasa waktu untuk saya bekerja sudah lebih dari cukup	1 2 3 4 5	Saya selalu merasa kekurangan waktu untuk bekerja
22.	Saya tetap bisa tersenyum kepada orang yang menyakiti hati saya	1 2 3 4 5	Saya merasa tersinggung ketika ada orang yang membicarakan saya
23.	Rekan kerja saya sering membantu pekerjaan saya	1 2 3 4 5	Saya beranggapan rekan kerja hanya merepoti saya
24.	Saya merasa keberadaan saya dapat diterima oleh rekan kerja saya	1 2 3 4 5	Saya merasa banyak orang yang tidak suka dengan keberadaan saya

25.	Saya bersikap santai dalam menghadapi kompetisi	1 2 3 4 5	Saya selalu bersemangat dalam menghadapi kompetisi
26.	Bukan suatu keharusan untuk menjalankan jadwal yang sudah saya buat	1 2 3 4 5	Menjadi suatu keharusan menjalankan jadwal yang sudah dibuat
27.	Saya senang mendengarkan pendapat orang lain sampai selesai bicara	1 2 3 4 5	Saya senang mengkritisi pendapat orang lain
28.	Saat pekerjaan banyak saya tetap bisa tenang	1 2 3 4 5	Saat pekerjaan menumpuk saya jadi mudah marah
29.	Menurut saya waktu berjalan lambat saat saya bekerja	1 2 3 4 5	Saat saya bekerja waktu berlalu begitu cepatnya
30.	Bermain dengan teman-teman adalah kegiatan yang saya sukai	1 2 3 4 5	Saya lebih suka berdiam diri di rumah dari pada bermain bersama teman-teman

Mohon Dikoreksi Sekali Lagi Untuk Memastikan Semua Pernyataan Telah Ditanggapi



LAMPIRAN 2

الجامعة الإسلامية
الاندونيسية

(Tabulasi Data *Try Out*)

**UNIVERSITAS
ISLAM
INDONESIA**

Tabulasi Data Try Out Variabel Stres kerja

Aitem subjek	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1	1	1	1	1	3	1	2	1	1	1	1	2	4	5	1
2	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2
3	2	1	1	1	5	1	1	2	1	2	1	5	5	2	2
4	2	2	2	1	1	2	1	1	2	2	1	4	3	2	2
5	2	4	4	2	2	4	2	3	2	2	1	3	3	2	2
6	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	4	2	2
7	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	4	2	1	2
8	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	4	4	4	3
9	1	1	1	5	1	1	1	2	1	1	1	2	2	1	4
10	2	4	4	2	1	2	3	4	3	4	2	3	2	2	2
11	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
12	5	5	5	5	1	1	1	5	5	5	5	1	1	1	4
13	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
14	1	5	2	2	2	3	2	2	2	2	2	5	4	2	4
15	2	2	4	2	1	2	2	3	4	4	1	2	4	2	3
16	2	2	4	2	1	2	2	3	4	4	2	3	4	2	3
17	2	2	2	1	2	5	5	1	1	1	1	2	1	2	1
18	1	1	2	2	1	1	1	2	2	2	1	1	4	1	1
19	2	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	4	1	1	1
20	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3
21	1	5	2	2	2	3	2	2	2	2	2	5	4	2	5
22	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	4	4	2	2
23	2	2	2	2	2	2	4	4	2	2	2	4	2	2	4
24	4	5	3	2	3	5	2	5	3	2	4	3	3	3	2
25	1	2	2	2	4	4	4	2	2	2	2	4	2	2	2
26	2	1	1	2	2	1	1	4	2	2	4	2	4	4	2
27	2	2	1	1	2	1	1	1	2	2	2	1	4	1	4
28	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
29	4	1	5	2	1	4	2	3	2	2	3	2	1	2	4
30	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	1	4
31	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4
32	2	2	2	2	3	2	3	4	3	3	4	4	5	3	3
33	2	1	1	1	3	1	1	3	3	2	2	4	4	2	3
34	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1
35	2	3	2	1	4	4	4	1	2	2	2	1	2	2	2

Aitem subjek	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
36	2	2	2	2	2	3	4	2	2	2	3	3	2	2	2
37	2	4	4	2	2	4	2	4	2	2	2	4	3	2	2
38	2	1	4	1	1	2	2	4	1	1	1	5	4	1	4
39	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2
40.	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	2	2	1	2

Aitem Subjek	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
1	1	2	1	1	1	1	5	5	1	1	1	1	1	1	1
2	1	1	1	2	2	2	2	4	2	2	2	3	2	1	2
3	2	1	2	2	2	2	4	3	2	2	3	2	2	2	4
4	1	1	1	1	2	2	2	4	2	2	1	1	1	1	1
5	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	1	2
6	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1
7	2	3	1	1	1	1	4	2	2	2	1	1	1	2	2
8	2	2	2	2	2	4	4	2	2	2	1	1	1	2	2
9	2	2	1	2	2	2	2	4	2	2	1	1	1	2	1
10	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2
11	1	1	1	1	1	1	5	4	1	1	1	1	2	1	1
12	1	4	1	1	1	5	1	1	1	5	5	5	1	5	1
13	1	1	1	1	1	1	5	4	5	1	1	1	2	1	1
14	3	3	3	2	2	5	2	3	3	2	2	2	2	2	2
15	2	2	2	2	3	4	4	4	3	3	2	4	4	1	2
16	2	2	2	2	3	4	4	4	3	3	2	4	2	1	2
17	1	1	2	1	2	1	4	5	2	1	1	1	1	1	1
18	1	2	1	1	1	2	4	1	1	2	2	1	1	5	1
19	1	1	1	2	1	1	5	2	2	1	1	1	1	1	2
20	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
21	4	2	4	2	2	2	5	2	2	3	2	2	2	4	2
22	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2
23	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
24	3	3	4	2	3	3	4	2	3	3	2	1	3	1	2
25	2	2	2	2	2	2	4	4	2	2	4	2	2	2	2
26	2	2	3	2	2	2	4	2	3	4	2	2	2	1	2
27	2	1	2	2	1	2	4	4	4	2	1	2	1	2	1
28	2	2	1	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2
29	4	2	2	1	4	2	2	2	1	2	2	2	5	2	2
30	2	2	1	1	2	2	2	4	2	2	1	1	1	2	1

Aitem Subjek	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
31	2	2	2	3	2	2	4	2	2	2	1	2	2	1	2
32	4	4	3	4	2	3	4	3	2	4	1	2	3	1	1
33	2	2	2	3	2	3	5	2	2	1	1	1	2	1	1
34	1	1	5	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1
35	2	2	1	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	3
36	2	2	2	2	3	3	4	2	2	2	2	4	2	2	2
37	4	4	2	2	4	4	2	2	2	4	2	2	2	2	2
38	2	4	1	2	2	2	4	4	2	4	1	1	2	1	5
39	2	2	1	1	2	2	4	1	1	2	1	1	2	1	1
40	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	2

Aitem subjek	31	32	33	34	35	36	37	38	39
1	1	1	1	1	2	1	1	2	2
2	2	3	2	2	2	2	2	2	2
3	2	3	2	2	2	2	2	2	2
4	2	2	2	2	1	1	1	1	2
5	3	4	2	2	3	2	2	2	4
6	2	2	2	2	2	2	2	2	4
7	2	2	4	2	1	1	2	2	2
8	2	2	4	2	5	4	2	4	4
9	2	2	1	2	1	1	1	1	1
10	2	2	2	2	2	2	2	2	2
11	1	1	1	1	1	1	1	2	1
12	5	4	5	2	1	5	1	1	5
13	1	1	1	1	1	1	1	2	1
14	4	2	3	3	2	2	2	3	2
15	3	2	2	2	2	2	2	2	4
16	3	2	2	2	2	3	2	2	4
17	2	4	2	1	2	1	2	1	1
18	1	1	1	1	2	1	1	1	5
19	2	2	2	2	2	1	1	2	1
20	2	2	2	2	2	2	2	2	2
21	4	2	3	3	2	2	2	3	2
22	2	2	1	4	2	2	2	2	4
23	2	2	2	2	2	2	2	2	2
24	2	2	4	3	4	3	3	4	4
25	2	4	2	2	2	2	2	2	2
26	2	3	3	2	2	2	2	2	2

Aitem subjek	31	32	33	34	35	36	37	38	39
27	2	2	2	2	1	1	2	2	2
28	2	2	2	2	2	2	2	2	2
29	2	1	1	2	2	2	1	1	5
30	2	2	1	2	1	1	1	1	1
31	2	2	2	2	2	1	2	2	1
32	3	5	4	4	2	3	3	4	2
33	4	4	3	4	3	2	2	1	3
34	1	1	1	1	1	1	2	2	1
35	2	3	2	2	2	2	2	2	2
36	2	3	2	2	3	2	2	3	2
37	4	2	2	2	2	3	2	3	4
38	1	1	2	2	2	1	1	2	1
39	1	1	1	1	2	1	1	1	2
40.	2	2	2	2	2	2	2	2	2

Aitem subjek	40	41	42	43	44	45	46	47	48
1	1	1	1	1	2	1	1	3	2
2	2	2	2	2	2	2	3	2	2
3	2	2	2	2	2	2	2	2	2
4	1	1	2	2	1	1	2	1	2
5	2	2	2	1	2	2	3	2	2
6	2	2	2	2	2	2	2	2	2
7	2	1	2	1	2	2	1	1	1
8	1	2	2	1	2	2	1	1	1
9	2	2	1	2	2	2	1	1	1
10	2	2	2	2	2	2	2	2	2
11	1	1	1	1	1	1	1	2	1
12	1	1	1	5	1	5	5	1	1
13	1	1	1	1	1	1	1	2	1
14	4	3	3	2	3	2	4	3	2
15	3	2	2	2	2	2	3	2	2
16	3	2	2	2	2	2	3	2	2
17	2	1	1	1	1	1	5	2	1
18	1	1	1	1	1	2	2	1	1
19	1	2	2	1	2	1	2	2	2
20	2	2	2	2	2	2	2	3	2
21	4	3	3	2	3	2	4	3	2
22	2	2	2	2	2	4	4	4	2

Aitem subjek	40	41	42	43	44	45	46	47	48
23	2	3	2	2	2	2	2	4	2
24	3	4	3	3	2	4	4	3	2
25	2	2	2	2	2	2	2	2	2
26	3	3	2	3	2	2	4	2	2
27	1	1	1	1	2	1	2	2	1
28	2	2	2	2	2	2	2	2	3
29	2	2	1	2	1	1	5	3	2
30	1	2	1	2	2	2	1	1	1
31	2	2	2	2	1	2	2	2	1
32	3	2	4	2	3	3	2	4	5
33	3	1	2	1	3	1	3	2	1
34	1	1	1	1	1	1	1	3	3
35	2	2	2	2	2	2	2	2	2
36	2	2	2	2	2	2	2	2	2
37	3	1	2	2	4	3	2	2	2
38	1	1	1	1	1	1	1	1	1
39	2	2	2	1	2	2	2	2	1
40.	2	2	2	1	2	1	1	1	2



UNIVERSITAS
ISLAM
INDONESIA

Tabulasi Data TryOut Variabel Kepribadian Tipe A

Aitem Subjek	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1	3	1	5	5	5	1	5	3	1	1	3	1	3	3	1
2	4	1	4	5	3	3	4	2	2	2	1	3	3	3	2
3	5	1	5	5	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	5
4	3	1	1	1	1	1	3	1	1	3	3	4	1	5	5
5	3	2	5	3	4	1	4	1	1	2	2	1	3	2	2
6	5	1	5	5	5	1	1	3	3	3	1	1	1	3	1
7	5	1	5	5	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1
8	5	1	5	5	5	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1
9	5	1	5	1	5	1	3	3	1	3	4	3	2	3	2
10	5	1	3	1	1	1	1	4	2	2	2	2	3	2	1
11	5	1	5	5	5	1	5	5	1	1	1	5	1	5	1
12	3	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	1	2	2	1
13	5	1	5	5	5	1	5	5	4	1	1	5	1	5	1
14	5	1	5	5	5	1	1	1	1	5	5	5	5	1	1
15	4	2	3	2	2	5	5	3	2	2	3	2	3	4	3
16	4	2	3	2	2	2	5	5	2	2	3	2	3	4	3
17	1	2	3	2	3	2	3	1	1	1	1	1	3	1	1
18	3	3	1	1	1	1	3	3	3	3	1	3	3	5	1
19	5	1	5	5	5	1	5	5	2	1	5	5	2	1	1
20	3	1	5	1	1	1	1	3	1	1	5	5	1	1	1
21	5	1	5	5	5	1	1	1	1	5	5	5	5	1	1
22	5	1	3	3	1	3	1	1	1	1	1	1	1	3	1
23	5	1	5	1	1	1	1	5	1	1	5	1	1	1	1
24	3	1	3	5	1	5	1	3	3	1	2	5	3	1	1
25	5	1	5	5	5	1	1	5	1	3	1	5	3	1	1
26	4	1	4	5	5	5	1	4	1	2	2	5	3	4	2
27	1	1	5	3	3	1	3	5	1	3	1	3	1	5	1
28	3	4	5	5	5	3	4	3	3	3	5	5	1	2	3
29	4	5	3	2	4	3	4	3	4	2	3	4	3	2	4
30	5	1	5	3	5	3	5	3	1	3	5	1	1	4	1
31	5	1	4	3	4	3	4	4	2	2	3	2	2	2	1
32	3	2	5	3	5	1	3	1	1	3	2	1	3	2	4
33	3	1	5	5	5	1	3	3	1	4	4	4	2	2	1
34	5	1	1	1	5	1	1	3	1	5	1	1	1	5	1
35	5	1	4	4	4	2	4	4	2	2	4	3	3	4	2
36	5	1	4	4	4	3	3	3	2	3	4	5	2	4	4
37	5	1	5	5	5	5	1	5	5	5	5	5	5	5	5
38	5	1	5	5	5	1	5	3	3	1	5	5	3	3	1

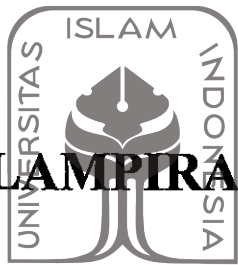
Aitem Subjek	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
39	5	1	5	5	3	1	3	3	3	1	5	5	1	3	3
40	1	2	5	4	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2

Aitem Subjek	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
1	3	4	2	2	1	1	2	1	1	5	5	1	1	3	3
2	3	3	4	4	3	3	4	4	2	3	4	2	2	5	4
3	1	5	1	1	1	1	1	1	1	5	5	1	1	5	1
4	1	1	1	3	1	1	1	5	3	1	4	5	1	5	1
5	1	5	4	5	3	3	2	5	5	3	2	3	4	3	1
6	1	5	1	1	1	1	1	1	1	5	5	1	1	3	1
7	1	5	1	1	1	1	1	1	1	5	1	1	1	5	1
8	1	5	1	1	1	1	1	1	1	5	5	1	1	5	1
9	4	5	2	4	1	1	2	1	1	1	5	1	1	5	1
10	3	3	1	1	2	3	2	4	1	2	2	1	1	5	1
11	5	5	1	1	1	1	1	1	1	5	5	1	1	5	1
12	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	2
13	5	5	1	1	1	1	1	1	1	5	5	1	1	5	1
14	1	1	5	1	5	1	1	1	1	3	5	1	5	5	5
15	2	3	2	2	2	4	2	2	2	4	5	3	2	2	2
16	2	3	2	2	2	4	2	2	2	4	5	3	2	2	2
17	1	2	1	1	1	3	1	2	1	2	3	1	1	1	1
18	3	1	3	5	1	3	3	5	3	1	3	3	3	3	3
19	1	5	2	1	4	2	2	1	1	5	5	1	1	5	1
20	1	3	1	1	3	3	3	1	1	1	3	3	3	3	3
21	1	1	5	1	5	1	1	1	1	3	5	1	5	5	5
22	1	5	1	1	5	1	1	1	1	1	5	1	5	3	1
23	1	5	1	1	5	1	1	1	1	5	1	1	1	1	1
24	3	1	3	2	2	5	3	4	2	2	2	3	2	4	4
25	1	5	1	1	5	1	1	1	1	1	5	1	1	5	5
26	5	5	2	1	3	4	1	1	2	2	5	1	2	5	4
27	1	5	1	5	3	3	1	1	1	5	5	1	3	1	5
28	2	3	4	1	1	5	2	3	2	3	5	3	2	4	4
29	2	5	3	4	4	2	3	2	4	3	4	2	4	3	3
30	3	5	1	1	1	3	1	3	1	5	5	1	1	5	1
31	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	5	1	2	4	1
32	5	1	3	5	3	3	2	5	5	3	2	3	4	3	1
33	1	1	1	1	1	4	2	1	1	1	3	1	4	5	1
34	1	1	1	1	1	5	1	1	1	1	3	5	1	5	1

Aitem Subjek	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
35	2	4	2	2	3	3	2	2	2	3	4	2	3	4	2
36	2	4	3	2	3	2	2	2	2	4	4	1	3	4	2
37	5	1	1	1	5	5	5	1	1	1	5	1	5	5	5
38	5	1	5	1	5	5	1	1	3	1	1	1	1	5	1
39	3	5	1	1	1	5	3	3	3	5	5	3	3	5	1
40	3	1	1	1	1	3	2	2	1	2	4	1	1	4	3



UNIVERSITAS
ISLAM
INDONESIA



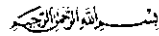
LAMPIRAN 3

(Skala Penelitian Sahih)

UNIVERSITAS
ISLAM
INDONESIA



LEMBAR KUESIONER PENELITIAN



PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakaatuh

Bapak/Ibu Yang Terhormat,

Dengan ini, saya mahasiswa Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya (FPSB) Universitas Islam Indonesia memohon izin kepada Bapak/Ibu untuk meluangkan waktu sejenak untuk mengisi skala ini dalam rangka penyusunan Tugas Akhir. Semua jawaban adalah benar sepanjang yang Bapak/Ibu tuliskan sesuai dengan keadaan Bapak/Ibu saat ini.

Semua informasi yang tertulis di dalam skala ini bersifat rahasia dan tidak akan digunakan untuk kepentingan lain, kecuali hanya untuk kebutuhan dari penelitian ini. Setelah mengisi skala ini, secara tidak langsung Bapak/Ibu telah berpartisipasi dalam pengembangan ilmu pengetahuan.

Demikian atas kesediaan dan kerjasama Bapak/Ibu, saya mengucapkan terima kasih. Semoga apa yang Bapak/Ibu berikan kepada saya saat ini menambah kebaikan bagi kita semua. Amin.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakaatuh

UNIVERSITAS
ISLAM
INDONESIA

Hormat saya,
Peneliti

Anoga Hanindra Putra

PERNYATAAN RESPONDEN

Nama/inisial :

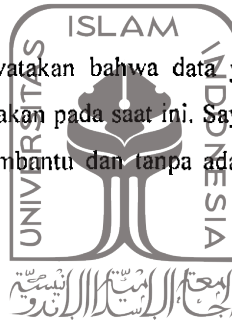
Umur :

Jenis Kelamin :

Lama Bekerja :

Tempat Bekerja :

Dengan ini, saya menyatakan bahwa data yang saya isikan sesuai dengan keadaan yang saya rasakan pada saat ini. Saya juga mengisi skala ini dengan benar karena niat membantu dan tanpa adanya paksaan dari pihak manapun.



UNIVERSITAS
Yogyakarta,
ISLAM
INDONESIA.....

PETUNJUK PENGISIAN

Bapak/Ibu diminta untuk memilih salah satu alternatif jawaban yang dianggap paling sesuai dengan keadaan diri sendiri dengan memberi tanda silang (X) pada salah satu kolom yang telah tersedia.

Keterangan:

SS : Sangat Sesuai

S : Sesuai

R : Ragu-ragu

TS : Tidak Sesuai

STS : Sangat Tidak Sesuai

Apabila Bapak/Ibu ingin mengganti jawaban, cukup beri tanda (=) pada jawaban sebelumnya.

Contoh :

SS	S	R	TS	STS
X				≠

Jangan ragu dalam menjawab karena tidak ada jawaban yang salah, jawaban yang terbaik adalah jawaban yang jujur, apa adanya berdasarkan apa yang Bapak/Ibu rasakan saat ini. Kerahasiaan jawaban Bapak/Ibu menjadi tanggung jawab peneliti sepenuhnya.

“SELAMAT MENGERJAKAN”

SKALA I

NO	Pernyataan	SS	S	R	TS	STS
1.	Saat menghadapi sertifikasi guru tekanan darah saya meningkat					
2.	Jantung saya berdebar-debar saat mendengar berita tentang sertifikasi guru					
3.	Walaupun sedang menghadapi sertifikasi guru tekanan darah saya tetap normal					
4.	Jantung saya tetap berdetak dengan normal ketika mendengar berita tentang sertifikasi guru					
5.	Saya merasa cemas ketika menghadapi sertifikasi guru					
6.	Saya sering sakit kepala saat menghadapi sertifikasi guru					
7.	Saya merasakan keluar keringat dingin saat menghadapi sertifikasi guru					
8.	Saya tidak berkeringat ketika sedang mengikuti sertifikasi guru					
9.	Saya tetap bisa tenang saat menghadapi sertifikasi guru					
10.	Saya berfikir bahwa sertifikasi guru adalah hal yang menakutkan					
11.	Walaupun sedang sibuk sertifikasi guru pola makan saya tetap teratur					
12.	Tuntutan sertifikasi guru membuat pola makan saya menjadi tidak teratur					
13.	Saya menjadi sulit tidur saat memikirkan sertifikasi guru					

SS: Sangat Sesuai S: Sesuai R: Ragu-ragu TS : Tidak Sesuai STS: Sangat Tidak Sesuai

NO	Pernyataan	SS	S	R	TS	STS
14.	Saya merasakan nafas saya menjadi sesak saat menghadapi sertifikasi guru					
15.	Leher saya terasa sakit saat menyiapkan segala sesuatu yang berkaitan dengan sertifikasi guru					
16.	Saya tetap bisa bernafas lega walaupun sedang menghadapi sertifikasi guru					
17.	Walaupun ada sertifikasi guru saya tetap bisa menyelesaikan tugas tepat pada waktunya					
18.	Tubuh saya tetap sehat walaupun sedang menyiapkan segala sesuatu yang berkaitan dengan sertifikasi guru					
19.	Sertifikasi guru membuat tugas-tugas sekolah menjadi terbengkalai					

UNIVERSITAS
ISLAM
INDONESIA

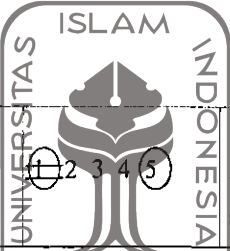
SS: Sangat Sesuai S: Sesuai R: Ragu-ragu TS : Tidak Sesuai STS: Sangat Tidak Sesuai

SKALA II

Petunjuk:

Lingkarilah salah satu nomor pada setiap pernyataan di bawah ini yang paling pas menggambarkan diri anda saat ini. Jika anda ingin mengganti jawaban cukup dengan memberi dua garis horizontal (⊕) pada lingkaran pertama yang anda pilih, kemudian anda bisa melingkari nomer yang menurut anda paling sesuai dengan diri anda.

Contoh:

1. Saya tetap tenang walaupun banyak masalah		Banyak masalah membuat hidup saya tidak tenang
--	---	--

Penjelasan :

Jika menurut anda “Banyak masalah membuat hidup saya tidak tenang”, maka lingkarilah angka 5. Sebaliknya jika menurut anda “Tetap tenang walaupun banyak masalah lingkarilah angka 1”. Seandainya anda kadang-kadang maka lingkarilah angka 3.

SKALA II

1.	Saya sering terlambat datang untuk pertemuan	1 2 3 4 5	Saya selalu datang tepat waktu untuk pertemuan
2.	Saya rasa tidak perlu terburu-buru dalam menyelesaikan tugas	1 2 3 4 5	Saya ingin menyelesaikan tugas saya sesegera mungkin
3.	Saya merasa apa yang saya lakukan ini sudah yang maksimal	1 2 3 4 5	Saya merasa bisa lebih baik dari pada yang sudah saya lakukan saat ini
4.	Bekerja dengan tim lebih menyenangkan dari pada kerja sendiri	1 2 3 4 5	Saya lebih senang bekerja sendiri dari pada dalam tim
5.	Saya lebih suka fokus pada satu hal saja	1 2 3 4 5	Saya melakukan beberapa hal dalam satu waktu
6.	Saya merasa ngobrol dengan orang lain mampu mengurangi beban saya	1 2 3 4 5	Saya merasa ngobrol dengan orang lain hanya membuang waktu saya
7.	Saya tetap bisa bersabar walaupun harus menunggu	1 2 3 4 5	Hal yang tidak saya sukai adalah menunggu
8.	Dalam melakukan sesuatu saya tetap bisa santai	1 2 3 4 5	Saya selalu merasa terburu-buru
9.	Menurut saya menang atau kalah dalam pertandingan adalah sesuatu yang wajar	1 2 3 4 5	Saya hanya merasa puas jika menjadi pemenang dalam sebuah permainan
10.	Ketika ada masalah saya lebih senang menceritakannya kepada orang lain	1 2 3 4 5	Saya lebih senang memendam perasaan dari pada bercerita kepada orang lain

11.	Saya merasa mudah bergaul walaupun berada di lingkungan yang baru	1 2 3 4 5	Saya merasa kesulitan dalam menjalin komunikasi dengan orang yang baru saya kenal
12.	Saya merasa waktu untuk saya bekerja sudah lebih dari cukup	1 2 3 4 5	Saya selalu merasa kekurangan waktu untuk bekerja
13.	Saya tetap bisa tersenyum kepada orang yang menyakiti hati saya	1 2 3 4 5	Saya merasa tersinggung ketika ada orang yang membicarakan saya
14.	Saya merasa keberadaan saya dapat diterima oleh rekan kerja saya	1 2 3 4 5	Saya merasa banyak orang yang tidak suka dengan keberadaan saya
15.	Bukan suatu keharusan untuk menjalankan jadwal yang sudah saya buat	1 2 3 4 5	Menjadi suatu keharusan menjalankan jadwal yang sudah dibuat
16.	Saat pekerjaan banyak saya tetap bisa tenang	1 2 3 4 5	Saat pekerjaan menumpuk saya jadi mudah marah
17.	Menurut saya waktu berjalan lambat saat saya bekerja	1 2 3 4 5	Saat saya bekerja waktu berlalu begitu cepatnya
18.	Bermain dengan teman-teman adalah kegiatan yang saya sukai	1 2 3 4 5	Saya lebih suka berdiam diri di rumah dari pada bermain bersama teman-teman

Mohon Dikoreksi Sekali Lagi Untuk Memastikan
Semua Pernyataan Telah Ditanggapi



LEMBAR KUESIONER PENELITIAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

PENGANTAR

Assalamu 'alaikum Warahmatullahi Wabarakaatuh

Bapak/Ibu Yang Terhormat,

Dengan ini, saya mahasiswa Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya (FPSB) Universitas Islam Indonesia memohon izin kepada Bapak/Ibu untuk meluangkan waktu sejenak untuk mengisi skala ini dalam rangka penyusunan Tugas Akhir. Semua jawaban adalah benar sepanjang yang Bapak/Ibu tuliskan sesuai dengan keadaan Bapak/Ibu saat ini.

Semua informasi yang tertulis di dalam skala ini bersifat rahasia dan tidak akan digunakan untuk kepentingan lain, kecuali hanya untuk kebutuhan dari penelitian ini. Setelah mengisi skala ini, secara tidak langsung Bapak/Ibu telah berpartisipasi dalam pengembangan ilmu pengetahuan.

Demikian atas kesediaan dan kerjasama Bapak/Ibu, saya mengucapkan terima kasih. Semoga apa yang Bapak/Ibu berikan kepada saya saat ini menambah kebaikan bagi kita semua. Amin.

Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakaatuh

Hormat saya,

Peneliti

Anoga Hanindra Putra

PERNYATAAN RESPONDEN

Nama/inisial :
Umur :
Jenis Kelamin :
Lama Bekerja :
Tempat Bekerja :

Dengan ini, saya menyatakan bahwa data yang saya isikan sesuai dengan keadaan yang saya rasakan pada saat ini. Saya juga mengisi skala ini dengan benar karena niat membantu dan tanpa adanya paksaan dari pihak manapun.



Yogyakarta,

.....

**UNIVERSITAS
ISLAM
INDONESIA**

PETUNJUK PENGISIAN

Bapak/Ibu diminta untuk memilih salah satu alternatif jawaban yang dianggap paling sesuai dengan keadaan diri sendiri dengan memberi tanda silang (X) pada salah satu kolom yang telah tersedia.

Keterangan:

- SS : Sangat Sesuai
- S : Sesuai
- R : Ragu-ragu
- TS : Tidak Sesuai
- STS : Sangat Tidak Sesuai

Apabila Bapak/Ibu ingin mengganti jawaban, cukup beri tanda (=) pada jawaban sebelumnya.

Contoh :

SS	S	R	TS	STS
X				X

Jangan ragu dalam menjawab karena tidak ada jawaban yang salah, jawaban yang terbaik adalah jawaban yang jujur, apa adanya berdasarkan apa yang Bapak/Ibu rasakan saat ini. Kerahasiaan jawaban Bapak/Ibu menjadi tanggung jawab peneliti sepenuhnya.

“SELAMAT MENGERJAKAN”

SKALA I

NO	Pernyataan	SS	S	R	TS	STS
1.	Saat menghadapi sertifikasi guru tekanan darah saya meningkat					
2.	Jantung saya berdebar-debar saat mendengar berita tentang sertifikasi guru					
3.	Walapun sedang menghadapi sertifikasi guru tekanan darah saya tetap normal					
4.	Jantung saya tetap berdetak dengan normal ketika mendengar berita tentang sertifikasi guru					
5.	Saya merasa cemas ketika menghadapi sertifikasi guru					
6.	Saya sering sakit kepala saat menghadapi sertifikasi guru					
7.	Saya merasakan keluar keringat dingin saat menghadapi sertifikasi guru					
8.	Saya tidak berkeringat ketika sedang mengikuti sertifikasi guru					
9.	Saya tetap bisa tenang saat menghadapi sertifikasi guru					
10.	Saya berfikir bahwa sertifikasi guru adalah hal yang menakutkan					
11.	Walaupun sedang sibuk sertifikasi guru pola makan saya tetap teratur					
12.	Tuntutan sertifikasi guru membuat pola makan saya menjadi tidak teratur					
13.	Saya menjadi sulit tidur saat memikirkan sertifikasi guru					
14.	Saya merasakan nafas saya menjadi sesak saat menghadapi sertifikasi guru					
15.	Leher saya terasa sakit saat menyiapkan segala sesuatu yang berkaitan dengan sertifikasi guru					

SS: Sangat Sesuai S: Sesuai R: Ragu-ragu TS : Tidak Sesuai STS: Sangat Tidak Sesuai

NO	Pernyataan	SS	S	R	TS	STS
16.	Saya tetap bisa bernafas lega walaupun sedang menghadapi sertifikasi guru					
17.	Walaupun ada sertifikasi guru saya tetap bisa menyelesaikan tugas tepat pada waktunya					
18.	Tubuh saya tetap sehat walaupun sedang menyiapkan segala sesuatu yang berkaitan dengan sertifikasi guru					
19.	Sertifikasi guru membuat tugas-tugas sekolah menjadi terbengkalai					



UNIVERSITAS
ISLAM
INDONESIA

SS: Sangat Sesuai S: Sesuai R: Ragu-ragu TS : Tidak Sesuai STS: Sangat Tidak Sesuai

SKALA II

Petunjuk:

Lingkarilah salah satu nomor pada setiap pernyataan di bawah ini yang paling pas menggambarkan diri anda saat ini. Jika anda ingin mengganti jawaban cukup dengan memberi dua garis horizontal (⊖) pada lingkaran pertama yang anda pilih, kemudian anda bisa melingkari nomer yang menurut anda paling sesuai dengan diri anda.

Contoh:

1.	Saya tetap tenang walaupun banyak masalah		Banyak masalah membuat hidup saya tidak tenang
----	---	---	--

Penjelasan :

Jika menurut anda “Banyak masalah membuat hidup saya tidak tenang”, maka lingkarilah angka 5. Sebaliknya jika menurut anda “Tetap tenang walaupun banyak masalah lingkarilah angka 1”. Seandainya anda kadang-kadang maka lingkarilah angka 3.

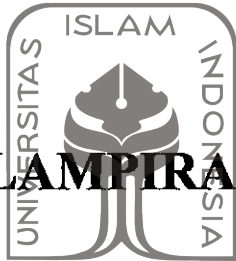
SKALA II

1.	Saya sering terlambat datang untuk pertemuan	1 2 3 4 5	Saya selalu datang tepat waktu untuk pertemuan
2.	Saya rasa tidak perlu terburu-buru dalam menyelesaikan tugas	1 2 3 4 5	Saya ingin menyelesaikan tugas saya sesegera mungkin
3.	Saya merasa apa yang saya lakukan ini sudah yang maksimal	1 2 3 4 5	Saya merasa bisa lebih baik dari pada yang sudah saya lakukan saat ini
4.	Bekerja dengan tim lebih menyenangkan dari pada kerja sendiri	1 2 3 4 5	Saya lebih senang bekerja sendiri dari pada dalam tim
5.	Saya lebih suka fokus pada satu hal saja	1 2 3 4 5	Saya melakukan beberapa hal dalam satu waktu
6.	Saya merasa ngobrol dengan orang lain mampu mengurangi beban saya	1 2 3 4 5	Saya merasa ngobrol dengan orang lain hanya membuang waktu saya
7.	Saya tetap bisa bersabar walaupun harus menunggu	1 2 3 4 5	Hal yang tidak saya sukai adalah menunggu
8.	Dalam melakukan sesuatu saya tetap bisa santai	1 2 3 4 5	Saya selalu merasa terburu-buru
9.	Menurut saya menang atau kalah dalam pertandingan adalah sesuatu yang wajar	1 2 3 4 5	Saya hanya merasa puas jika menjadi pemenang dalam sebuah permainan

10.	Ketika ada masalah saya lebih senang menceritakannya kepada orang lain	1 2 3 4 5	Saya lebih senang memendam perasaan dari pada bercerita kepada orang lain
11.	Saya merasa mudah bergaul walaupun berada di lingkungan yang baru	1 2 3 4 5	Saya merasa kesulitan dalam menjalin komunikasi dengan orang yang baru saya kenal
12.	Saya merasa waktu untuk saya bekerja sudah lebih dari cukup	1 2 3 4 5	Saya selalu merasa kekurangan waktu untuk bekerja
13.	Saya tetap bisa tersenyum kepada orang yang menyakiti hati saya	1 2 3 4 5	Saya merasa tersinggung ketika ada orang yang membicarakan saya
14.	Saya merasa keberadaan saya dapat diterima oleh rekan kerja saya	1 2 3 4 5	Saya merasa banyak orang yang tidak suka dengan keberadaan saya
15.	Bukan suatu keharusan untuk menjalankan jadwal yang sudah saya buat	1 2 3 4 5	Menjadi suatu keharusan menjalankan jadwal yang sudah dibuat
16.	Saat pekerjaan banyak saya tetap bisa tenang	1 2 3 4 5	Saat pekerjaan menumpuk saya jadi mudah marah
17.	Menurut saya waktu berjalan lambat saat saya bekerja	1 2 3 4 5	Saat saya bekerja waktu berlalu begitu cepatnya

18.	Bermain dengan teman-teman adalah kegiatan yang saya sukai	1 2 3 4 5	Saya lebih suka berdiam diri di rumah dari pada bermain bersama teman-teman
-----	--	-----------	---





LAMPIRAN 4

(Tabulasi Data Penelitian)

**UNIVERSITAS
ISLAM
INDONESIA**

1. Tabulasi Data skala Stres Kerja

Aitem subjek	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	2	1	1	2	1	2	2	1	1	2
2	1	4	2	2	2	2	2	2	2	2
3	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1
4	3	4	1	1	4	2	2	2	2	2
5	1	1	1	1	1	1	1	5	1	1
6	1	1	1	1	2	2	2	2	3	2
7	5	1	2	2	1	2	2	3	1	2
8	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
9	3	2	2	2	3	2	2	2	4	2
10	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2
11	4	4	3	4	4	2	2	4	3	2
12	1	1	2	2	3	4	4	3	2	2
13	1	1	2	2	1	1	1	2	1	1
14	4	4	2	2	3	4	4	5	2	2
15	4	2	4	3	4	4	2	2	2	2
16	1	2	1	2	2	2	2	2	2	1
17	1	4	2	2	2	2	2	2	2	2
18	1	2	1	1	3	2	1	2	1	1
19	1	2	5	1	2	2	1	5	1	2

Aitem subjek	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
20	4	4	4	4	4	2	2	2	2	2
21	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1
22	1	1	1	1	5	4	5	1	1	1
23	4	1	3	1	1	1	1	1	1	1
24	1	1	2	2	1	1	1	4	2	1
25	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1
26	2	2	2	2	1	1	2	4	2	1
27	2	2	4	2	3	2	2	2	2	2
28	1	1	1	1	1	1	1	5	1	1
29	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
30	2	4	2	2	4	2	2	4	4	2
31	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1
32	2	2	4	1	2	4	2	2	2	2
33	2	4	2	2	4	2	2	4	4	2
34	1	2	1	2	2	2	2	2	2	1
35	2	4	3	2	4	3	3	3	3	5
36	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2
37	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1
38	4	4	3	3	2	1	1	3	2	3
39	2	4	2	2	5	3	3	4	2	3

Aitem subjek	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
40	4	2	4	4	4	2	2	5	4	2
41	2	4	2	3	3	2	2	3	2	2
42	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1
43	4	3	2	2	3	2	2	4	2	2
44	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2
45	2	2	2	2	4	3	2	4	4	2
46	2	2	4	2	3	2	2	2	2	2
47	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1
48	2	2	2	2	4	2	2	3	3	4
49	2	2	1	1	2	2	2	1	1	2
50	2	4	2	2	5	3	3	4	2	3
51	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2
52	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2
53	1	4	2	2	3	2	2	2	2	3
54	2	4	2	4	2	2	2	2	2	2
55	1	1	1	1	4	3	4	1	4	5
56	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
57	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
58	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1
59	4	4	2	2	4	1	4	4	2	2

Aitem subjek	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
60	3	4	2	2	2	2	3	2	2	2
61	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1
62	2	1	2	2	3	2	1	2	2	2
63	4	4	4	4	5	4	2	4	4	4
64	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2
65	2	2	2	2	4	2	2	4	4	4
66	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2
67	2	3	2	2	3	3	1	3	4	2
68	4	4	2	2	4	1	4	4	2	2
69	2	2	1	1	2	2	2	1	1	2
70	1	2	1	2	4	2	2	2	4	2
71	4	1	2	2	4	1	4	4	2	2
72	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2
73	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
74	2	2	2	2	4	4	2	2	2	2
75	4	4	2	2	4	1	4	4	2	2
76	4	4	3	3	3	2	2	4	2	2
77	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
78	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2
79	4	2	3	3	4	3	3	3	3	4

Aitem subjek	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
80	2	2	1	1	2	2	2	1	1	2
81	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2
82	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2
83	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
84	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2
85	4	4	3	3	3	3	2	3	3	2
86	2	4	2	2	2	3	4	2	2	3
87	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1
88	2	4	3	2	2	2	2	2	2	2
89	2	4	2	4	4	2	2	2	4	3
90	2	1	2	2	1	2	4	4	4	3
91	4	5	2	2	3	2	2	4	3	2
92	4	5	1	2	2	2	2	4	3	2
93	2	2	2	2	1	1	1	4	2	2
94	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2
95	1	4	2	3	2	2	2	2	2	2
96	2	2	2	2	4	2	2	4	4	2
97	1	5	1	1	4	2	2	2	2	5
98	2	1	1	1	2	2	2	4	1	2
99	2	4	2	3	2	2	2	2	3	4

Aitem subjek	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
100	2	2	2	2	2	2	2	4	1	1
101	2	4	2	2	4	2	4	2	2	2
102	4	4	2	1	2	2	2	2	4	3
103	3	2	1	2	2	2	2	2	1	1
104	4	1	4	2	4	4	2	2	4	4
105	4	4	2	4	4	2	3	2	2	4
106	1	2	2	2	2	2	2	2	2	4
107	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2
108	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2
109	2	2	2	1	1	2	4	4	4	2

Aitem subjek	11	12	13	14	15	16	17	18	19
1	1	2	1	1	1	2	2	2	2
2	2	2	4	2	2	2	2	2	2
3	2	2	2	2	2	2	2	2	2
4	2	3	2	4	4	2	3	3	4
5	1	1	2	1	2	1	1	1	1
6	4	2	2	2	2	2	2	2	3
7	2	2	2	2	2	1	1	1	1
8	1	1	1	1	1	1	1	1	1
9	2	2	2	2	2	2	2	4	2
10	2	2	2	2	2	4	2	2	2
11	1	1	2	2	2	2	2	2	2
12	2	2	4	2	2	2	2	2	1
13	4	4	1	1	1	1	2	2	1
14	2	2	2	3	4	3	2	3	2

Aitem subjek	11	12	13	14	15	16	17	18	19
15	2	4	5	2	5	2	2	2	3
16	2	2	2	1	4	2	2	2	2
17	2	2	2	2	2	2	2	2	2
18	2	2	2	2	2	2	2	2	3
19	1	1	1	2	4	2	1	2	1
20	2	2	4	2	2	4	2	2	2
21	1	1	1	5	1	1	1	1	2
22	1	1	1	1	1	1	1	1	1
23	1	1	1	1	1	1	1	1	1
24	2	2	2	2	2	2	2	2	1
25	1	1	1	1	1	1	2	2	1
26	2	1	1	1	1	2	2	2	1
27	2	2	2	2	5	2	1	4	3
28	1	1	1	1	1	1	1	1	1
29	2	2	2	2	2	2	2	2	2
30	2	2	3	2	2	2	2	2	2
31	1	1	1	1	1	1	1	1	1
32	1	2	4	2	2	2	2	2	2
33	2	2	3	2	2	2	2	2	2
34	1	1	1	1	1	2	2	2	1
35	4	4	4	3	3	3	3	4	3
36	3	3	3	2	2	2	2	2	2
37	1	1	1	1	1	1	1	2	1
38	2	2	4	2	3	2	1	2	2
39	2	2	3	2	4	2	2	2	2
40	4	2	4	1	1	1	4	4	1
41	2	2	2	1	1	1	1	1	1
42	2	2	2	2	2	2	3	3	2
43	2	2	3	2	2	2	3	2	3
44	3	3	2	1	1	2	3	3	3
45	2	2	4	2	2	2	2	2	2
46	2	2	2	2	5	2	1	4	3
47	1	1	2	1	2	1	3	4	1
48	2	2	3	2	2	2	2	2	4

Aitem subjek	11	12	13	14	15	16	17	18	19
49	4	5	2	2	4	1	4	4	4
50	2	2	3	2	4	2	2	2	2
51	2	2	2	1	1	2	2	2	2
52	1	2	2	2	2	2	2	2	1
53	2	2	2	2	3	2	2	2	2
54	2	2	2	2	2	2	2	2	1
55	1	2	5	2	4	3	3	2	1
56	2	2	2	2	2	2	2	2	2
57	2	2	2	2	2	2	2	2	2
58	2	2	1	1	2	2	2	2	2
59	2	2	4	2	2	2	2	2	2
60	2	2	3	2	2	2	2	2	2
61	4	4	2	2	2	4	2	2	4
62	2	1	2	1	2	2	2	3	1
63	2	3	2	2	2	4	4	2	2
64	2	2	2	1	2	2	2	2	2
65	4	4	4	2	2	2	2	2	2
66	4	5	2	2	4	1	4	4	4
67	5	2	1	1	2	3	1	1	1
68	2	2	3	2	2	2	2	2	2
69	2	5	2	2	2	1	1	1	5
70	2	2	2	2	2	2	4	2	4
71	2	2	4	2	2	2	2	2	2
72	2	2	2	2	5	2	2	3	1
73	2	2	2	2	2	2	2	2	2
74	2	2	4	2	4	2	2	4	2
75	2	2	4	2	2	2	2	2	2
76	2	2	2	2	2	2	2	2	2
77	2	2	2	2	2	2	2	2	2
78	2	1	2	2	2	3	2	2	2
79	2	3	3	3	4	3	3	3	3
80	4	5	2	2	2	1	1	1	5
81	2	2	2	2	2	1	1	1	1
82	1	2	2	2	2	2	2	2	2

[illegible]

2. Tabulasi Data Skala Kepribadian Tipe A

Aitem subjek.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	5	5	5	1	5	1	1	1	1
2	5	5	5	1	2	1	5	2	1
3	3	1	3	5	3	3	5	3	1
4	1	5	4	2	4	3	3	3	5
5	5	4	4	4	4	4	4	4	5
6	1	1	1	1	5	1	5	5	1
7	5	5	3	1	1	3	1	1	3
8	5	5	3	1	2	1	1	1	1
9	5	2	5	5	3	5	3	1	5
10	1	1	3	1	1	1	1	1	2
11	3	2	2	3	2	1	1	1	3
12	4	4	4	3	3	3	3	3	3
13	5	5	5	1	5	1	1	1	1
14	3	4	1	1	1	1	1	1	1
15	3	5	1	1	1	1	1	1	1
16	3	3	3	1	5	2	4	4	1
17	5	5	5	1	2	3	5	2	1
18	5	4	3	4	2	3	2	2	3
19	5	5	5	1	1	1	1	2	1
20	3	2	3	2	4	2	2	3	3
21	5	5	5	2	3	1	5	4	3
22	5	5	5	1	5	5	1	3	3
23	5	5	5	3	5	3	1	4	4
24	4	1	5	1	3	1	1	2	1
25	5	5	5	1	5	1	5	1	1
26	4	5	5	1	1	1	1	1	1
27	3	5	5	1	1	1	5	5	1
28	5	5	1	1	5	1	1	1	1
29	5	2	5	1	1	1	1	1	1
30	1	1	1	5	5	5	5	5	5
31	1	5	5	1	4	1	1	2	1
32	1	3	1	1	1	5	3	3	1

Aitem subjek.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
33	1	1	1	5	5	5	5	5	5
34	3	2	1	2	1	4	1	1	1
35	4	5	3	4	1	5	5	4	4
36	3	3	3	3	4	2	3	4	3
37	5	4	5	1	5	1	1	2	1
38	3	1	2	3	1	1	1	1	3
39	5	5	5	1	5	1	5	5	1
40	1	1	5	5	1	5	1	3	3
41	5	5	5	1	5	1	1	1	1
42	3	4	3	1	2	3	2	3	1
43	5	5	1	1	1	1	5	5	1
44	3	5	3	1	3	2	3	3	1
45	5	5	1	1	1	3	2	3	1
46	3	5	1	1	1	1	5	5	1
47	4	5	1	1	3	1	3	4	1
48	2	5	1	1	1	1	5	5	1
49	5	5	3	1	1	1	5	4	1
50	5	5	5	1	5	1	5	5	1
51	5	5	5	5	4	1	4	3	1
52	5	5	4	4	4	1	2	2	2
53	3	3	5	3	1	1	3	1	1
54	5	1	5	1	5	1	1	1	1
55	5	5	5	5	5	1	1	1	1
56	4	5	4	3	2	2	2	3	2
57	1	1	1	1	1	3	1	3	1
58	4	5	5	1	5	1	1	1	1
59	5	1	5	5	5	5	1	5	1
60	5	1	5	5	5	1	5	1	5
61	5	5	3	1	1	1	3	3	1
62	5	5	5	1	1	1	5	1	1
63	1	5	1	5	1	1	1	3	1
64	4	5	5	4	3	4	5	3	5
65	4	4	1	5	1	1	1	1	1

Aitem subjek.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
66	5	5	3	1	5	1	5	3	1
67	5	5	5	1	3	1	2	1	1
68	5	1	5	5	5	5	1	5	1
69	5	5	3	1	1	1	5	1	1
70	4	1	4	1	5	2	2	4	4
71	5	5	5	1	1	1	1	1	1
72	5	3	5	3	5	1	1	1	1
73	3	3	5	1	5	3	1	1	1
74	5	5	1	1	1	5	5	1	1
75	5	5	5	1	3	1	1	1	1
76	4	5	4	3	4	2	1	2	1
77	5	3	3	3	1	1	3	3	1
78	2	3	4	1	1	1	4	3	2
79	4	3	2	4	1	1	5	3	3
80	5	5	3	1	1	1	5	1	1
81	5	5	4	3	2	2	3	2	3
82	5	5	5	4	1	1	1	1	1
83	5	5	5	4	1	1	1	1	1
84	5	5	5	2	3	2	4	2	1
85	4	4	3	3	1	1	5	1	1
86	5	4	4	2	2	2	2	1	1
87	5	5	5	1	3	1	1	1	1
88	1	1	3	1	3	1	3	3	1
89	4	5	5	2	5	1	3	2	5
90	5	1	3	1	1	2	1	1	1
91	5	1	3	1	1	2	1	1	1
92	1	1	3	1	1	2	1	1	1
93	5	5	5	1	4	5	5	1	5
94	4	4	3	1	5	2	1	1	1
95	5	5	4	4	4	1	2	2	1
96	5	5	5	1	5	1	1	1	1
97	5	5	5	1	5	1	5	5	1
98	5	5	5	1	5	1	1	1	1

Aitem subjek.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
99	5	1	3	1	1	2	1	1	1
100	5	3	1	1	3	1	1	3	1
101	5	5	4	2	5	2	2	2	2
102	5	5	1	1	1	1	1	4	1
103	5	4	4	3	2	5	3	1	4
104	5	5	1	2	4	2	1	5	1
105	1	3	1	5	1	3	1	3	1
106	5	5	5	1	3	1	1	3	1
107	4	5	4	3	1	3	5	3	3
108	4	4	4	2	2	2	2	4	2
109	5	5	4	2	2	1	5	4	5

Aitem subjek.	10	11	12	13	14	15	16	17	18
1	1	1	5	1	1	5	1	5	1
2	2	2	2	2	3	5	2	5	2
3	3	1	3	3	3	5	3	5	3
4	2	3	1	1	4	2	1	2	1
5	5	5	4	4	4	1	5	1	4
6	5	5	5	1	1	1	2	5	3
7	3	1	1	3	1	3	1	3	1
8	1	1	2	2	1	5	2	4	1
9	4	4	4	3	5	1	3	1	3
10	1	1	2	2	1	1	1	2	1
11	2	2	2	2	2	3	2	5	3
12	3	3	3	3	3	5	3	4	3
13	1	1	1	1	1	5	1	5	1
14	1	1	5	1	5	1	1	5	3
15	1	1	5	1	5	1	1	5	5
16	2	3	3	4	2	4	2	1	1
17	2	2	2	2	2	5	2	5	2
18	4	2	2	1	1	5	1	5	3
19	1	2	4	1	3	5	1	5	1

Aitem subjek.	10	11	12	13	14	15	16	17	18
20	4	2	3	3	2	3	2	4	3
21	3	5	4	1	3	5	1	5	3
22	5	1	1	1	1	5	1	5	5
23	4	5	5	5	5	1	5	5	5
24	1	1	1	3	1	5	3	5	1
25	5	1	1	1	1	5	1	5	5
26	1	1	1	1	1	5	1	5	1
27	1	1	2	5	1	5	1	5	1
28	1	1	5	1	1	5	1	5	1
29	1	1	1	1	1	5	1	5	1
30	5	5	5	5	5	5	5	1	5
31	2	1	5	2	2	4	1	5	1
32	3	3	3	3	3	3	3	3	3
33	5	5	5	1	5	5	5	1	5
34	4	3	2	1	1	2	2	5	3
35	1	2	2	5	2	5	3	5	4
36	2	3	3	3	2	3	3	3	2
37	2	2	2	1	2	4	1	4	1
38	1	1	3	2	1	1	3	1	1
39	1	1	5	1	1	5	5	5	1
40	1	1	1	1	1	1	3	3	5
41	1	1	5	1	1	5	1	5	1
42	3	3	3	1	3	4	1	4	2
43	1	1	5	1	1	5	3	3	3
44	3	1	3	3	1	5	3	3	1
45	1	3	3	4	1	5	4	4	1
46	1	1	1	5	1	5	1	5	1
47	2	1	4	3	1	5	3	5	1
48	5	4	5	5	1	5	5	5	1
49	1	1	3	3	2	5	3	5	3
50	1	1	5	1	1	5	5	5	1
51	1	1	1	4	1	5	4	4	2
52	3	3	2	4	1	4	2	4	3

Aitem subjek.	10	11	12	13	14	15	16	17	18
53	3	1	3	1	3	5	5	1	1
54	1	1	1	1	3	3	3	5	3
55	1	1	3	1	1	5	1	5	1
56	2	2	4	2	2	4	4	4	2
57	3	1	1	3	3	1	3	1	3
58	1	1	1	1	1	5	1	5	1
59	5	5	1	5	1	1	1	5	5
60	5	5	1	5	1	1	1	5	4
61	5	1	3	1	3	5	3	5	1
62	1	1	1	3	1	5	3	3	1
63	1	3	1	3	3	3	5	1	5
64	4	3	4	3	2	5	2	4	4
65	5	5	1	5	1	1	1	5	5
66	1	1	3	3	2	5	3	5	3
67	3	2	3	3	3	5	2	4	3
68	5	5	1	5	1	5	1	5	5
69	1	1	3	3	1	5	3	5	1
70	3	4	1	3	4	2	3	3	4
71	1	1	5	1	1	5	1	5	1
72	1	1	3	3	1	5	1	5	3
73	3	1	1	3	1	3	1	5	1
74	5	1	1	1	1	1	1	5	1
75	1	1	3	1	1	5	1	5	1
76	3	1	4	1	1	4	1	5	1
77	3	3	1	1	1	5	3	5	3
78	1	1	3	2	2	5	2	5	1
79	5	5	5	3	3	4	3	1	3
80	1	1	3	3	1	5	3	5	1
81	3	2	4	2	2	4	2	5	2
82	1	1	5	1	1	5	1	5	1
83	1	1	5	1	1	5	1	5	1
84	2	1	2	2	1	4	1	4	1
85	3	1	1	3	1	1	1	1	1

Aitem subjek.	10	11	12	13	14	15	16	17	18
86	1	2	1	1	2	3	2	4	2
87	1	1	1	1	1	3	3	5	5
88	1	1	1	3	2	4	3	4	3
89	3	2	3	1	2	4	1	5	1
90	2	1	1	2	5	5	2	3	4
91	2	1	1	2	5	5	2	3	4
92	2	1	1	2	5	5	2	3	4
93	5	5	5	1	5	1	5	5	1
94	2	1	5	1	2	5	1	5	2
95	3	3	2	4	1	4	2	4	3
96	1	1	1	1	1	5	1	5	1
97	5	5	5	1	1	5	5	5	5
98	1	1	1	1	1	1	1	5	1
99	2	1	1	2	2	5	2	3	4
100	3	1	1	3	1	5	2	3	4
101	3	1	3	2	2	4	2	4	1
102	1	5	1	1	2	5	5	5	2
103	4	1	3	3	2	4	2	4	3
104	5	3	1	2	1	5	5	5	5
105	3	1	1	1	1	1	3	5	1
106	3	3	3	3	1	3	3	5	3
107	1	3	3	2	2	5	4	3	1
108	2	2	2	2	2	4	2	4	2
109	2	3	4	1	2	5	4	5	2

LAMPIRAN 5
HASIL ANALISIS DATA
(Perhitungan Uji Asumsi)

1. Uji Normalitas

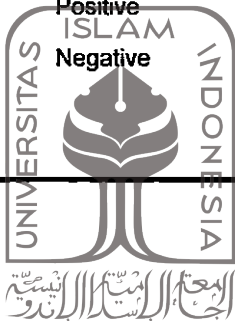
2. Uji Linearitas

3. Uji Hipotesis

1. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			
		skala1	skala2
N		109	109
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	41.0642	49.6239
	Std. Deviation	8.92902	9.88526
Most Extreme Differences	Absolute	.056	.097
	Positive	.054	.097
	Negative	-.056	-.050
Kolmogorov-Smirnov Z		.583	1.016
Asymp. Sig. (2-tailed)		.886	.253

a. Test distribution is Normal.
b. Calculated from data.



UNIVERSITAS
ISLAM
INDONESIA

2. Uji lineartias

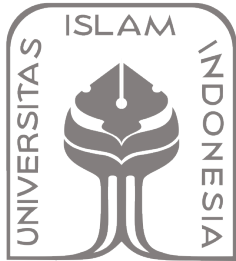
ANOVA Table

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
skala1 * Betwee (Combined)	3397.658	36	94.379	1.304	.169
skala2 n Linearity	5.128	1	5.128	.071	.791
Groups Deviation from Linearity	3392.530	35	96.929	1.339	.148
Within Groups	5212.893	72	72.401		
Total	8610.550	108			

3. Uji Hipotesis

Correlations

	skala1	skala2
Spearman's rho	1.000	.080
skala1		
Correlation Coefficient		
Sig. (2-tailed)		.409
N	109	109
skala2	.080	1.000
Correlation Coefficient		
Sig. (2-tailed)	.409	
N	109	109



الجامعة الإسلامية

LAMPIRAN 6

UNIVERSITAS
(Hipotetik)
ISLAM
INDONESIA

Stres kerja

Jumlah aitem : 19

Nilai Skala : Sangat sesuai : 5
Sesuai : 4
Ragu-ragu : 3
Tidak sesuai : 2
Sangat tidak sesuai : 1

Skor maksimal = Jumlah aitem . Skor maksimal
= 19 x 5
= 95

Skor minimal = Jumlah aitem . skor minimal
= 19 x 1
= 19

Mean Hipotetik = $\frac{\text{skor maks} + \text{skor min}}{2}$
= $\frac{95+19}{2}$

= 57

SD Hipotetik = $\frac{\text{skor maks} - \text{skor min}}{6}$
= $\frac{95-19}{6}$
= 12,66

Kategorisasi : Sangat tinggi = $x > \mu + 1.8 \sigma$
Tinggi = $\mu + 0.6 \sigma < x \leq \mu + 1.8 \sigma$
Sedang = $\mu - 0.6 \sigma < x \leq \mu + 0.6 \sigma$
Rendah = $\mu - 1.8 \sigma \leq x \leq \mu - 0.6 \sigma$
Sangat rendah = $x < \mu - 1.8 \sigma$

Sangat rendah

$$= x < \mu - 1.8 \sigma$$

$$= x < 57 - 1.8 (12,66)$$

$$= x < 34,212$$

Rendah

$$= \mu - 1.8 \sigma \leq x \leq \mu - 0.6 \sigma$$

$$= 57 - 1.8 (12,66) \leq x \leq 57 - 0.6 (12,66)$$

$$= 34,212 \leq x \leq 49,404$$

Sedang

$$= \mu - 0.6 \sigma < x \leq \mu + 0.6 \sigma$$

$$= 57 - 0.6 (12,66) < x \leq 57 + 0.6 (12,66)$$

$$= 49,404 < x \leq 64,596$$

Tinggi

$$= \mu + 0.6 \sigma < x \leq \mu + 1.8 \sigma$$

$$= 57 + 0.6 (12,66) < x \leq 57 + 1.8 (12,66)$$

$$= 64,596 < x \leq 79,788$$

Sangat tinggi

$$= x > \mu + 1.8 \sigma$$

$$= x > 57 + 1.8 (12,66)$$

$$= x > 79,788$$

UNIVERSITAS
ISLAM
INDONESIA

Kepribadian Tipe A

Jumlah aitem : 18
Nilai Skala : Bergerak dari 1 sampai dengan 5
Skor maksimal = Jumlah aitem . Skor maksimal
= 18x 5
= 90

Skor minimal = Jumlah aitem . skor minimal
= 18 x 1
= 18

Mean Hipotik = $\frac{\text{skor maks} + \text{skor min}}{2}$
= $\frac{90+18}{2}$
= 54

SD Hipotik = $\frac{\text{skor maks} - \text{skor min}}{6}$
= $\frac{90-18}{6}$
= 12

Kategorisasi : Sangat tinggi = $x > \mu + 1.8 \sigma$
Tinggi = $\mu + 0.6 \sigma < x \leq \mu + 1.8 \sigma$
Sedang = $\mu - 0.6 \sigma < x \leq \mu + 0.6 \sigma$
Rendah = $\mu - 1.8 \sigma \leq x \leq \mu - 0.6 \sigma$
Sangat rendah = $x < \mu - 1.8 \sigma$

Sangat rendah

$$\begin{aligned}
 &= x < \mu - 1.8 \sigma \\
 &= x < 54 - 1.8 (12) \\
 &= x < 32,4
 \end{aligned}$$

Rendah

$$\begin{aligned}
 &= \mu - 1.8 \sigma \leq x \leq \mu - 0.6 \sigma \\
 &= 54 - 1.8 (12) \leq x \leq 54 - 0.6 (12) \\
 &= 32,4 \leq x \leq 46,8
 \end{aligned}$$

Sedang

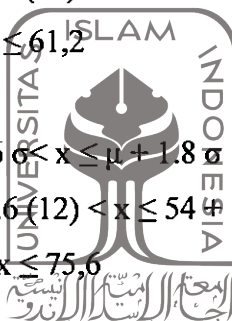
$$\begin{aligned}
 &= \mu - 0.6 \sigma < x \leq \mu + 0.6 \sigma \\
 &= 54 - 0.6 (12) < x \leq 54 + 0.6 (12) \\
 &= 46 < x \leq 61,2
 \end{aligned}$$

Tinggi

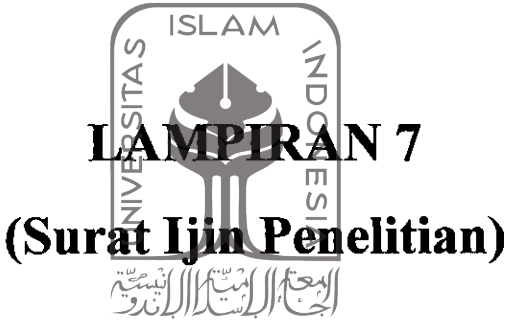
$$\begin{aligned}
 &= \mu + 0.6 \sigma < x \leq \mu + 1.8 \sigma \\
 &= 54 + 0.6 (12) < x \leq 54 + 1.8 (12) \\
 &= 61,2 < x \leq 75,6
 \end{aligned}$$

Sangat tinggi

$$\begin{aligned}
 &= x \geq \mu + 1.8 \sigma \\
 &= x \geq 54 + 1.8 (12) \\
 &= x \geq 75,6
 \end{aligned}$$



UNIVERSITAS
ISLAM
INDONESIA



LAMPIRAN 7
(Surat Ijin Penelitian)

UNIVERSITAS
ISLAM
INDONESIA



UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA

FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA

Program Studi Psikologi (S1), Program Studi Ilmu Komunikasi (S1), Program Magister Profesi Psikologi (S2), Program D III Bahasa Inggris

Nomor : 928/Dek/70/Div.Um&RT/V/2012

05 Juni 2012

Lampiran : -

Hal : Permohonan Ijin Penelitian/try out Skripsi

Kepada Yth.
Ketua LPPMP Universitas Negeri Yogyakarta

Bismillahirrahmanirrahim
Assalamu'alaikum wr.wb.

Dengan ini kami memohon bantuan Bapak/Ibu untuk memberi ijin pada mahasiswa kami :

Nama : Anoga Hanindra Putra
No. Mahasiswa : 08320183

Agar dapat melakukan penelitian/try out Skripsi di instansi yang Bapak/Ibu pimpin.
Kegiatan ini dilakukan oleh mahasiswa yang bersangkutan dalam rangka penyusunan skripsi sebagai syarat kelulusan study di fakultas kami.

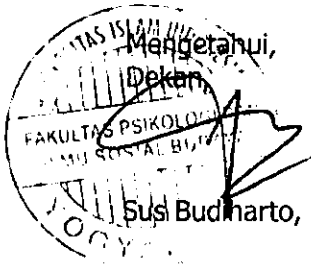
Judul penelitian yang diajukan adalah :
"Hubungan Kepribadian Tipe A dan Stres Kerja Guru Dalam Menghadapi Sertifikasi"

Demikian permohonan kami, atas perhatian dan bantuan Bapak/Ibu kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum wr.wb.



Dosen Pembimbing



Mengetahui,
Dekan

Susi Budharto, S.Psi., M.Si., Psikolog

H. Fuad Nashori S.Psi., M.Si., Psikolog

UNIVERSITAS
ISLAM
INDONESIA



**KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
LEMBAGA PENGEMBANGAN DAN PENJAMIN MUTU
PENDIDIKAN (LPPMP)**

Aalamat: karangmalang, Yogyakarta 55281 telepon (0274) 586168 hunting, Ext : 233
E-mail: lppmp@uny.ac.id web-site : lppmp.uny.ac.id

SURAT IJIN

Nomor ~~402~~ /Un.34.22/TU/2012

Ketua Lembaga Pengembangan dan Penjamin Mutu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta, mengijinkan mahasiswa:

Nama : Anoga Hanindra Putra
No. mahasiswa : 08320183
Fakultas : Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya
Perguruan Tinggi : Universitas Islam Indonesia

Untuk melakukan penelitian dalam rangka penyusunan skripsi:

Judul : Hubungan Kepribadian Tipe A dan Stres Kerja Guru dalam Menghadapi Sertifikasi
Tempat : Lembaga Pengembangan dan Penjamin Mutu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta
Waktu : Tanggal 7 Juni 2012 – 31 Agustus 2012.

Berdasarkan surat permohonan dari Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia nomor : 928/Dek/70/Div.Um&RT/V/2012 tanggal 5 Juni 2012 perihal permohonan ijin penelitian/try out Skripsi

Demikian surat ijin ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya

Yogyakarta, 6 Juni 2012
Ketua LPPMP,

Prof. Dr. Zuhdan Kun Prasetyo, M.Ed.
NIP 195504151985021001



UNIVERSITAS
ISLAM
INDONESIA



SURAT KETERANGAN

Nomor : 432/UN34.22/TU/2012

Yang bertanda tangan dibawah ini Ketua Lembaga Pengembangan dan Penjaminan Mutu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta, menerangkan bahwa mahasiswa :

Nama : Anoga Hanindra Putra
No Mhs : 08320183
Fakultas : Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya
Perguruan Tinggi : Universitas Islam Indonesia

telah selesai melakukan penelitian dalam rangka penyusunan skripsi :

Judul : Hubungan Kepribadian Tipe A dan Stres Kerja Guru Dalam Menghadapi Sertifikasi
Tempat : Lembaga Pengembangan dan Penjaminan Mutu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta
Waktu : 7 Juni 2012 – 18 Juni 2012

Berdasarkan surat permohonan dari yang bersangkutan perihal permohonan keterangan telah selesai melakukan penelitian.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Yogyakarta, 18 Juni 2012
Ketua LPPMP,

Prof. Dr. Zuhdan Kun Prasetyo, M.Ed.
NIP 195504151985021001