

**PENGARUH EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL  
TERHADAP STRES KERJA GURU SMA NEGERI  
DI KABUPATEN LUWU TIMUR**

*Skripsi*

*Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana  
Pendidikan (S.Pd.) pada Program Studi Manajemen Pendidikan Islam Fakultas  
Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri Palopo*



**PROGRAM STUDI MANAJEMEN PENDIDIKAN ISLAM  
FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PALOPO  
2023**

**PENGARUH EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL  
TERHADAP STRES KERJA GURU SMA NEGERI  
DI KABUPATEN LUWU TIMUR**

*Skripsi*

*Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana  
Pendidikan (S.Pd.) pada Program Studi Manajemen Pendidikan Islam Fakultas  
Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri Palopo*



- 1. Hj. Nursaeni, S.Ag., M.Pd.**
- 2. Ali Nahrudin Tanal, S.Pd.I., M.Pd.**

**PROGRAM STUDI MANAJEMEN PENDIDIKAN ISLAM  
FAKULTAS TARBİYAH DAN ILMU KEGURUAN  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PALOPO  
2023**

## HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nur Indalahi  
NIM : 19 0206 0032  
Fakultas : Tarbiyah dan Ilmu Keguruan  
Program Studi : Manajemen Pendidikan Islam

menyatakan dengan sebenarnya bahwa :

1. Skripsi ini merupakan hasil karya saya sendiri, bukan plagiasi atau duplikasi dari tulisan/karya orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri,
2. Seluruh bagian dari skripsi ini adalah karya saya sendiri selain kutipan yang ditunjukkan sumbernya. Segala kekeliruan dan atau kesalahan yang ada di dalamnya adalah tanggungjawab saya.

Bilamana di kemudian hari pernyataan ini tidak benar, maka saya bersedia menerima sanksi administratif atas perbuatan tersebut dan gelar akademik yang saya peroleh karenanya dibatalkan.

Demikian pernyataan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Palopo, 24 Juli 2023

Yang membuat pernyataan,

Materai



Nur Indalahi

NIM. 19 0206 0032



## PRAKATA

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ. وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى سَيِّدِنَا مُحَمَّدٍ وَعَلَى آلِهِ وَاصْحَابِهِ أَجْمَعِينَ. (اما بعد)

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah swt. yang telah menganugerahkan rahmat, hidayah serta kekuatan lahir dan batin, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan judul “Pengaruh Efikasi Diri dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Kerja Guru SMA Negeri di Kabupaten Luwu Timur” setelah melalui proses yang panjang.

Selawat dan salam kepada Nabi Muhammad saw. kepada para keluarga, sahabat dan pengikut-pengikutnya. Skripsi ini disusun sebagai syarat yang harus diselesaikan, guna memperoleh gelar sarjana pendidikan dalam bidang pendidikan Agama Islam pada Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Palopo. Penulisan skripsi ini dapat terselesaikan berkat bantuan, bimbingan serta dorongan dari banyak pihak walaupun penulisan skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang tak terhingga dengan penuh ketulusan hati dan keikhlasan, kepada:

1. Dr. Abbas Langaji, M.Ag. selaku Rektor IAIN Palopo; beserta Dr. Munir Yusuf, M.Pd. selaku Wakil Rektor Bidang Akademik dan Pengembangan Kelembagaan; Dr. Masruddin, S.S., M.Hum. selaku Wakil Rektor Bidang Administrasi Umum, Perencanaan dan Keuangan; dan Dr. Mustaming, S.Ag., M.HI. selaku Wakil Rektor Bidang Kemahasiswaan dan Kerja Sama;
2. Prof. Dr. Sukirman, M.Pd. selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Palopo; beserta Hj. Nursaeni, S.Ag., M.Pd. selaku Wakil

Dekan Bidang Akademik dan Pengembangan Kelembagaan sekaligus sebagai pembimbing I sekaligus sebagai Dosen Penasihat Akademik; Alia Lestari, S.Si., M.Si. selaku Wakil Dekan Bidang Administrasi Umum, Perencanaan dan Keuangan; Dr. Taqwa, M.Pd.I. selaku Wakil Dekan Bidang Kemahasiswaan dan Kerja Sama Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan IAIN Palopo;

3. H. Anwar Abubakar, S.Ag., M.Pd. selaku Kepala Biro Administrasi Umum, Akademik dan Kemahasiswaan IAIN Palopo;
4. Tasdin Tahrim, S.Pd., M.Pd. selaku Ketua Program Studi Manajemen Pendidikan Islam di IAIN Palopo; Firmansyah, S.Pd., M.Pd. selaku sekretaris Program Studi Manajemen Pendidikan Islam di IAIN Palopo; beserta staf Program Studi Manajemen Pendidikan Islam yang telah membantu dan mengarahkan dalam penyelesaian skripsi;
5. Ali Nahrudin Tanal, S.Pd.I., M.Pd. selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, masukan dan mengarahkan dalam rangka penyelesaian skripsi;
6. Alia Lestari, S.Si., M.Si. dan Sumardin Raupu, S.Pd., M.Pd. selaku penguji I dan penguji II yang telah memberikan bantuan dan arahan dalam penyelesaian skripsi;
7. Seluruh Dosen beserta seluruh staf pegawai IAIN Palopo yang telah mendidik penulis selama berada di IAIN Palopo dan memberikan bantuan dalam penyusunan skripsi ini;

8. Abu Bakar, S.Pd., M.Pd. selaku Kepala UPT Perpustakaan beserta Karyawan dan Karyawati dalam ruang lingkup IAIN Palopo, yang telah banyak membantu, khususnya dalam mengumpulkan literature yang berkaitan dengan pembahasan skripsi ini;
9. Seluruh Kepala sekolah SMA Negeri se-Luwu Timur beserta Guru dan staf yang telah memberikan izin dan bantuan dalam melaksanakan penelitian;
10. Terkhusus kedua orang tua tercinta Ayahanda Baba. L dan Ibunda Mardia yang setiap waktu memberikan kasih sayang, semangat, dan perhatian, beserta segala yang telah diberikan kepada anak-anaknya, beserta wali – Bapak Drs. Suwanto Bambang Irawan dan Ibu Isra yang telah memberikan dukungan serta arahan kepada penulis selama berada di Palopo, serta semua saudara dan saudariku yang selama ini membantu dan mendoakanku. Mudah-mudahan Allah swt. mengumpulkan kita semua dalam surga-Nya kelak;
11. Saudari Qori Fatwa yang telah membantu peneliti selama melakukan penelitian di Sekolah Menengah Atas Negeri se-Kabupaten Luwu Timur; dan
12. Semua teman seperjuangan, mahasiswa Program Studi Manajemen Pendidikan Islam IAIN Palopo angkatan 2019 (khususnya kelas B), beserta teman PLP-KKN Terintegrasi angkatan XLII tahun 2022 posko Desa Madani

Mudah-mudahan segala kontribusi yang diberikan kepada penulis dalam penyelesaian skripsi ini bernilai ibadah dan menjadi pahala di sisi Allah swt. *ām̄n*

Palopo, 10 Oktober 2023

  
Penulis

## PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN DAN SINGKATAN

### A. *Transliterasi Arab-Latin*

Daftar huruf bahasa Arab dan transliterasinya ke dalam huruf Latin dapat dilihat pada tabel berikut:

#### 1. Konsonan

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Nama
ا	Alif	tidak dilambangkan	tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	ša	š	es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	Ha	ḥ	ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	Kh	ka dan ha
د	Dal	D	De
ذ	Žal	Ž	zet (dengan titik di atas)
ر	Ra	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	es dan ye
ص	šad	š	es (dengan titik di bawah)
ض	ḍad	ḍ	de (dengan titik di bawah)
ط	ṭa	ṭ	te (dengan titik di bawah)
ظ	ẓa	ẓ	zet (dengan titik di bawah)
ع	‘ain	‘	Apostrof terbalik
غ	Gain	G	Ge
ف	Fa	F	Ef
ق	Qaf	Q	Qi
ك	Kaf	K	Ka

ل	Lam	L	El
م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Wau	W	We
هـ	Ha	H	Ha
ء	Hamzah	'	Apostrof
ي	Ya	Y	Ye

Hamzah (ء) yang terletak di awal kata mengikuti vokalnya tanpa diberi tanda apapun. Jika ia terletak di tengah atau di akhir, maka ditulis dengan tanda (').

## 2. Vokal

Vokal bahasa Arab, seperti vokal bahasa Indonesia, terdiri atas vokal tunggal atau monoftong dan vokal rangkap atau diftong.

Vokal tunggal bahasa Arab yang lambangnya berupa tanda atau harakat, transliterasinya sebagai berikut:

Tanda	Nama	Huruf Latin	Nama
أ	<i>fathah</i>	A	A
إ	<i>Kasrah</i>	I	I
أ	<i>damamah</i>	U	U

Vokal rangkap bahasa Arab yang lambangnya berupa gabungan antara harakat dan huruf, transliterasinya berupa gabungan huruf, yaitu:

Tanda	Nama	Huruf Latin	Nama
أِي	<i>fathah dan yā'</i>	Ai	a dan i
أُو	<i>fathah dan wau</i>	Au	a dan u

Contoh :

كَيْفَ : *kaifa*

هَوْلٌ : *haulā*

### 3. Maddah

*Maddah* atau vokal panjang yang lambangnya berupa harakat dan huruf, transliterasinya berupa huruf dan tanda, yaitu:

Harakat dan Huruf	Nama	Huruf dan Tanda	Nama
اَ... اِ... اِى	<i>fathah</i> dan <i>alif</i> atau <i>yā'</i>	Ā	a dan garis di atas
يِ	<i>Kasrah</i> dan <i>yā'</i>	ī	i dan garis di atas
وُ	<i>ḍammah</i> dan wau	ū	u dan garis di atas

مَاتَ : *mātā*

رَمَى : *ramā*

قِيلَ : *qīlā*

يَمُوتُ : *yamūtu*

### 4. Tā' marbūṭah

Transliterasi untuk *tā' marbūṭah* ada dua, yaitu: *tā' marbūṭah* yang hidup atau mendapat harakat *fathah*, *kasrah*, dan *ḍammah*, transliterasinya adalah [t]. sedangkan *tā' marbūṭah* yang mati atau mendapat harakat sukun, transliterasinya adalah [h].

Kalau pada kata yang berakhir dengan *tā' marbūṭah* diikuti oleh kata yang menggunakan kata sandang *al-* serta bacaan kedua kata itu terpisah, maka *tā' marbūṭah* itu ditransliterasikan dengan ha (h).

Contoh:

رَوْضَةَ الْأَطْفَالِ : *raudah al-atfāl*

الْمَدِينَةُ الْفَاضِلَةُ : *al-madinah al-fādilah*

الْحِكْمَةُ : *al-ḥikmah*

#### 5. Syaddah (*Tasyd īd*)

*Syaddah* atau *Tasyd īd* yang dalam system tulisan Arab dilambangkan dengan sebuah tanda *Tasyd īd* (ّ) dalam transliterasi ini dilambangkan dengan perulangan huruf (konsonan ganda) yang diberi tanda *syaddah*.

Contoh:

رَبَّنَا : *rabbānā*

نَجَّيْنَا : *najjainā*

الْحَقُّ : *al-ḥaqq*

نُعَمُّ : *nu`ima*

عُدُّوْ : *`aduwwun*

Jika huruf *kasrah* (يِ) ber-*tasydid* di akhir sebuah kata dan didahului oleh huruf *kasrah* (يِ), maka ia ditransliterasikan seperti huruf *maddah* menjadi *ī*.

Contoh:

عَلِيٌّ : 'Ali (bukan 'Aliyy atau 'Aly)

عَرَبِيٌّ : 'Arabī (bukan 'Arabiyy atau 'Araby)

#### 6. Kata Sandang

Kata sandang dalam sistem tulisan Arab dilambangkan dengan huruf *alif lam ma'rifah* (ال). Dalam pedoman transliterasi ini, kata sandang ditransliterasikan seperti biasa, al-, baik ketika ia diikuti oleh huruf *syamsiyah*

maupun huruf *qamariyah*. Kata sandang tidak mengikuti bunyi huruf langsung yang mengikutinya. Kata sandang ditulis terpisah dari kata yang mengikutinya dan dihubungkan dengan garis mendatar (-).

Contoh:

الشَّمْسُ : *al-syamsu* (bukan *asy-syamsu*)

الزَّلْزَلَةُ : *al-zalzalāh* (*az-zalzalāh*)

الْفَلْسَفَةُ : *al-falsafah*

الْبِلَادُ : *al-bilādu*

#### 7. Hamzah

Aturan transliterasi huruf hamzah menjadi apostrof (') hanya berlaku bagi hamzah yang terletak di tengah dan di akhir kata. Namun, bila hamzah terletak di awal kata, ia tidak dilambangkan, karena dalam tulisan Arab ia berupa alif.

Contoh:

تَأْمُرُونَ : *ta'murūna*

النَّوْعُ : *al-nau'*

شَيْءٌ : *syai'un*

أَمْرٌ : *umirtu*

#### 8. Penulisan Kata Arab yang Lazim digunakan dalam Bahasa Indonesia

Kata, istilah atau kalimat Arab yang ditransliterasi adalah kata, istilah atau kalimat yang belum dibakukan dalam bahasa Indonesia. Kata, istilah atau kalimat yang sudah lazim dan menjadi bagian dari perbendaharaan bahasa Indonesia, atau sering ditulis dalam tulisan bahasa Indonesia, atau lazim digunakan dalam dunia akademik tertentu, tidak lagi ditulis menurut cara transliterasi di atas. Misalnya,

kata al-Qur'an (dari *al-Qur'ān*), Alhamdulillah, dan munaqasyah. Namun, bila kata-kata tersebut menjadi bagian dari satu rangkaian teks Arab, maka harus ditransliterasikan secara utuh.

Contoh:

*syarḥ al-Arba'īn al-Nawāwī*

*risālah fi Ri'āyah al-Maṣlaḥah*

#### 9. *Lafz al-Jalālah* (الله)

Kata “Allah” yang didahului partikel seperti huruf *jar* dan huruf lainnya atau berkedudukan sebagai *mudāf ilaih* (frasa nominal), ditransliterasi tanpa huruf hamzah.

Contoh:

بِالله *dīnillah* بِالله *billāh*

Adapun *tā' marbūṭah* di akhir kata yang disandarkan kepada *lafz al-jalālah*, ditransliterasi dengan huruf [t].

Contoh:

هُم فِي رَحْمَةِ اللهِ : *hum fī raḥmatillāh*

#### 10. Huruf kapital

Walau sistem tulisan Arab tidak mengenal huruf kapital (*All Caps*), dalam transliterasinya huruf-huruf tersebut dikenai ketentuan tentang penggunaan huruf kapital berdasarkan pedoman ejaan Bahasa Indonesia yang berlaku (EYD). Huruf kapital misalnya, digunakan untuk menuliskan huruf awal nama diri (orang, tempat, bulan) dan huruf pertama pada permulaan kalimat. Bila mana diri

didahului oleh kata sandang (al-), maka yang ditulis dengan huruf kapital tetap huruf awal nama diri tersebut. Bukan huruf awal kata sandangnya. Jika terletak pada awal kalimat, maka huruf A dari kata sandang tersebut menggunakan huruf kapital (Al-). Ketentuan yang sama juga berlaku untuk huruf awal dari judul referensi yang didahului oleh kata sandang al-, baik ketika ia ditulis dalam teks maupun dalam catatan rujukan (CK, DP, CDK, dan DR).

Contoh:

*Wa mā Muḥammadun illā rasūl*

*Inna awwala baitin wuḍi‘a linnāsi lallaẓībi Bakkata mubārakan*

*Syahru Ramaḍān al-laẓī unẓila fihial-Qur‘ān*

Naṣr al-Dī al-Ṭūsī

Naṣr Ḥāmid Abū Zayd

Al-Ṭūfī

Al-Maṣlahah fi al-Tasyrī al-Islāmī

Jika nama resmi seseorang menggunakan kata Ibnu (anak dari) dan Abū (bapak dari) sebagai nama kedua terakhirnya, maka kedua nama terakhir itu harus disebutkan sebagai nama akhir dalam daftar pustaka atau daftar referensi. Contoh:

Abū al-Walīd Muḥammad ibn Rusyd, ditulis menjadi: Ibnu Rusyd, Abū al-Walīd

Muḥammad (bukan: Rusyd, Abū al-Walīd Muḥammad Ibnu)

Naṣr Ḥāmid Abū Zaīd, ditulis menjadi: Abū Zaīd, Naṣr Ḥāmid (bukan: Zaīd,

Naṣr Hamīd Abū)

## B. Daftar Singkatan

Beberapa singkatan yang dibakukan adalah:

swt. = *subhānahū wa ta'ālā*

saw. = *ṣallallāhu 'alaihi wa sallam*

as = *'alaihi al-salām*

QS .../...: = QS at-Taubah/9:105



## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN SAMPUL</b> .....	
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	
<b>HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>PRAKATA</b> .....	<b>vi</b>
<b>PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB DAN SINGKATAN</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xv</b>
<b>DAFTAR KUTIPAN AYAT</b> .....	<b>xvii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xviii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xix</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xx</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>xxi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	5
<b>BAB II KAJIAN TEORI</b> .....	<b>7</b>
A. Kajian Penelitian yang Relevan.....	7
B. Landasan Teori.....	10
C. Kerangka Pikir.....	25
D. Hipotesis Penelitian.....	26
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	<b>27</b>
A. Jenis Penelitian.....	27
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	27
C. Definisi Operasional Variabel.....	28
D. Populasi dan Sampel.....	30
E. Teknik Pengumpulan Data.....	32
F. Instrumen Penelitian.....	33
G. Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen.....	35

H. Teknik Analisis Data.....	44
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>49</b>
A. Hasil Penelitian .....	49
B. Pembahasan .....	61
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>64</b>
A. Simpulan .....	64
B. Saran .....	65
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>66</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN</b>	



## DAFTAR KUTIPAN AYAT

Kutipan Ayat 1 QS at-Taubah/9 : 105 .....	3
---	---



## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Persamaan dan Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya .....	9
Tabel 3.1 Populasi Guru SMA Negeri di Kabupaten Luwu Timur .....	30
Tabel 3.2 Perhitungan Sampel.....	32
Tabel 3.3 Skor Butir Soal Angket.....	33
Tabel 3.4 Kisi-Kisi Instrumen Variabel Efikasi Diri .....	34
Tabel 3.5 Kisi-Kisi Instrumen Variabel Dukungan Sosial.....	34
Tabel 3.6 Kisi-Kisi Instrumen Variabel Stres Kerja Guru .....	35
Tabel 3.7 Interpretasi Nilai Validitas .....	36
Tabel 3.8 Validasi Data Angket Oleh Validator.....	37
Tabel 3.9 Perhitungan Validitas Butir Soal Angket Efikasi Diri .....	39
Tabel 3.10 Validitas Instrumen Efikasi Diri .....	40
Tabel 3.11 Validitas Instrumen Dukungan Sosial .....	41
Tabel 3.12 Validitas Instrumen Stres Kerja Guru .....	42
Tabel 3.13 Interpretasi Reliabilitas .....	43
Tabel 3.14 Uji Reliabilitas .....	44
Tabel 3.15 Kategorisasi Persentase Variabel .....	45
Tabel 4.1 Kategori Variabel Efikasi Diri .....	49
Tabel 4.2 Kategori Variabel Dukungan Sosial.....	52
Tabel 4.3 Kategori Variabel Stres Kerja .....	54
Tabel 4.4 Uji Normalitas Galat Taksiran .....	57
Tabel 4.5 Uji Linearitas Variabel $X_1$ ke Y .....	57
Tabel 4.6 Uji Linearitas Variabel $X_2$ ke Y .....	58
Tabel 4.7 Uji Multikolinearitas .....	58
Tabel 4.8 Uji Regresi Variabel $X_1$ dan $X_2$ terhadap Y .....	59
Tabel 4.9 Hasil Uji F.....	60
Tabel 4.10 Koefisien Korelasi .....	61

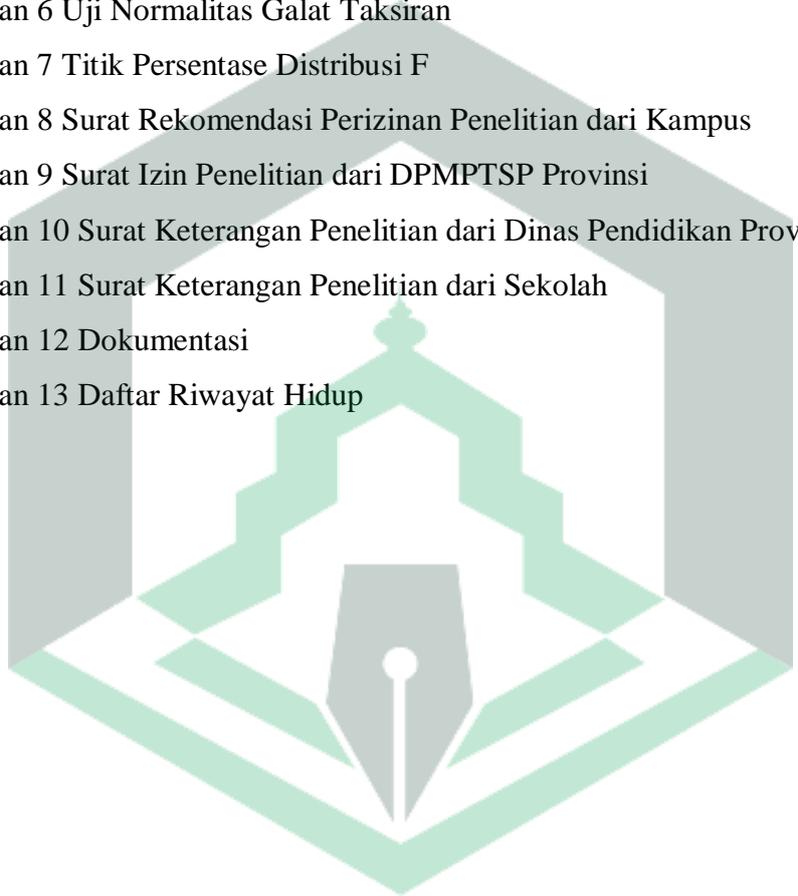
## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Pikir.....	25
Gambar 4.1 Grafik Indikator Efikasi Diri.....	50
Gambar 4.2 Grafik Indikator Dukungan Sosial.....	52
Gambar 4.3 Grafik Indikator Stres Kerja.....	55



## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian
- Lampiran 2 Lembar Validasi Instrumen Penelitian
- Lampiran 3 Lembar Angket
- Lampiran 4 Hasil Validitas Angket
- Lampiran 5 Kategori Nilai Variabel X dan Variabel Y
- Lampiran 6 Uji Normalitas Galat Taksiran
- Lampiran 7 Titik Persentase Distribusi F
- Lampiran 8 Surat Rekomendasi Perizinan Penelitian dari Kampus
- Lampiran 9 Surat Izin Penelitian dari DPMPTSP Provinsi
- Lampiran 10 Surat Keterangan Penelitian dari Dinas Pendidikan Provinsi
- Lampiran 11 Surat Keterangan Penelitian dari Sekolah
- Lampiran 12 Dokumentasi
- Lampiran 13 Daftar Riwayat Hidup



## ABSTRAK

**Nur Indalahi, 2023.** “Pengaruh Efikasi Diri dan Dukungan Sosial terhadap Stres Kerja Guru SMA Negeri di Kabupaten Luwu Timur”. Skripsi Program Studi Manajemen Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri Palopo. Dibimbing oleh Nursaeni dan Ali Nahrudin Tanal.

Skripsi ini membahas tentang pengaruh efikasi diri dan dukungan sosial terhadap stres kerja guru SMA Negeri di Kabupaten Luwu Timur. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran efikasi diri, gambaran dukungan sosial, gambaran stres kerja guru, ada pengaruh efikasi diri dan dukungan sosial terhadap stres kerja guru SMA Negeri di Kabupaten Luwu Timur.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *ex post facto*, dilakukan di SMA Negeri Kabupaten Luwu Timur yang berjumlah 13 sekolah. Populasi dari penelitian ini adalah guru dan teknik pengambilan sampel menggunakan *proportionate stratified random sampling* yang dihitung menggunakan rumus *Slovin*. Sampel yang digunakan sebanyak 83 responden dari populasi yang berjumlah 497 dari 13 sekolah. Adapun data diperoleh dari pembagian kuesioner dan teknik analisis data menggunakan analisis statistik deskriptif dan inferensial.

Hasil penelitian yang diperoleh menunjukkan bahwa efikasi diri berada pada kategori tinggi dengan persentase sebesar 72,3%, dukungan sosial berada pada kategori tinggi dengan persentase 75,9%, stres kerja berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 75,9%. Hasil analisis regresi berganda menunjukkan ada pengaruh efikasi diri ( $X_1$ ) dan dukungan sosial ( $X_2$ ) terhadap stres kerja guru (Y) SMA Negeri di Kabupaten Luwu Timur secara simultan sebesar 30,6%, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak dapat dijelaskan dalam penelitian ini.

**Kata Kunci:** Efikasi Diri, Dukungan Sosial, Stres Kerja Guru

## ABSTRACT

**Nur Indalahi, 2023.** *“The Effect of Self-Efficacy and Social Support on the Work Stress of Public High School Teachers in East Luwu Regency”*. Thesis for the Islamic Education Management Study Program, Faculty of Tarbiyah and Teacher Training, Palopo State Islamic Institute. Supervised by Nursaeni and Ali Nahrudin Tanal.

This thesis discusses the effect of self-efficacy and social support on work stress of public high school teachers in East Luwu Regency. This study aims to determine the description of self-efficacy, description of social support, description of teacher work stress, and the effect of self-efficacy and social support on work stress of public high school teachers in East Luwu Regency.

This study used a quantitative approach with an ex post facto design, conducted in public high schools in East Luwu Regency totaling 13 schools. The population of this study were teachers and the sampling technique used proportionate stratified random sampling calculated using the Slovin formula. The sample used was 83 respondents from a population of 497 teachers from 13 schools. The data were obtained from the distribution of questionnaires. Data analysis technique used were descriptive and inferential statistical analysis.

The results obtained showed that self-efficacy was in the high category with a percentage of 72,3%, social support was in the high category with a percentage of 75,9%, work stress was in the medium category with a percentage of 75,9%. Multiple regression analysis results showed that there is an effect of self-efficacy ( $X_1$ ) on work stress (Y), there is an effect of social support ( $X_2$ ) on work stress (Y), and there is an effect of self-efficacy ( $X_1$ ) and social support ( $X_2$ ) on teacher work stress (Y) Public High School in East Luwu Regency simultaneously by 60,2%, while the rest is influenced by other factors that cannot be explained in this study.

**Keywords:** Self Efficacy, Social Support, Teacher Work Stress

## تجويد البحث

نور عند الله، 2023. "تأثير الاكتفاء الذاتي والدعم الاجتماعي على ضغوط العمل لمعلمي المدارس العالية الحكومية في لووو الشرقية". رسالة شعبة إدارة تدريس الإسلامية في كلية التربية والعلوم التعليمية بالجامعة الإسلامية الحكومية فالوفو. بإشراف نورسيني وعلي نهر الدين تنال.

تناقش هذه الأطروحة تأثير الكفاءة الذاتية والدعم الاجتماعي على ضغوط العمل لمعلمي المدارس العالية الحكومية في لووو الشرقية. الأهدف هذا البحث إلى تحديد وصف الكفاءة الذاتية، ووصف الدعم الاجتماعي، ووصف ضغوط عمل المعلم، وتأثير الكفاءة الذاتية والدعم الاجتماعي على ضغوط العمل المدارس العالية الحكومية في لووو الشرقية.

استخدم هذا البحث نهجا كميًا مع تصميم بأثر رجعي، تم إجراؤه في المدارس العالية الحكومية في لووو الشرقية المدارس العالية الحكومية في لووو الشرقية، بإجمالي 13 مدرسة. كان مجتمع هذه الدراسة معلمين واستخدمت تقنية أخذ العينات العشوائية الطبقية المناسبة والتي تم حسابها باستخدام معادلة Slovin. وكانت العينة المستخدمة 83 مستجيبًا من مجموع 497 من 13 مدرسة. البيانات التي تم الحصول عليها من توزيع الاستبيانات وتقنيات تحليل البيانات باستخدام التحليل الإحصائي الوصفي والاستنتاجي.

أظهرت نتائج البحث أن الكفاءة الذاتية كانت في الفئة المتوسطة بنسبة 72,3% ، وكان الدعم الاجتماعي في الفئة المتوسطة بنسبة 75,9% ، وكان ضغوط العمل في الفئة المتوسطة بنسب 75,9%. وكان هناك تأثير للكفاءة الذاتية ( $X_1$ ) والدعم الاجتماعي ( $X_2$ ) على ضغوط عمل المعلم ( $Y$ ) المدارس العالية الحكومية في لووو الشرقية بينما لم تتأثر هذه العوامل الأخرى في نفس الوقت بنسبة 60,2%. وبالتالي ، كلما زادت الكفاءة الذاتية والدعم الاجتماعي للمعلمين، زاد التأثير في تقليل ضغوط العمل التي ستحدث في المعلمين.

الكلمات الأساسية: الكفاءة الذاتية، الدعم الاجتماعي، الضغط على وظيفة المعلم.

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Stres kerja adalah ketidakseimbangan antara tuntutan individu dan sumber daya.<sup>1</sup> Natalya dkk., dalam penelitiannya menyatakan bahwa orang cenderung mengalami stres jika mereka kurang mampu menyesuaikan antara keinginan dan kenyataan di dalam dan di luar diri mereka.<sup>2</sup> Ketidakcocokan dengan lingkungan dan kemampuan untuk mengatasi tuntutan pekerjaan mempengaruhi ketegangan mental dan emosional seseorang. Ketidakseimbangan fisik dan psikologis yang mempengaruhi emosi, proses berpikir dan kondisi individu ditempat kerja dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor.<sup>3</sup> Ada sejumlah faktor yang mempengaruhi stres seseorang ditempat kerja seperti efikasi diri dan dukungan sosial.

Efikasi diri adalah keyakinan pada kemampuan untuk mempengaruhi cara orang berpikir, memotivasi diri dan bertindak. Efikasi memegang peranan yang sangat penting dalam kehidupan sehari-hari, dimana seseorang dapat menggunakan potensi yang dimilikinya dengan sebaik-baiknya jika efikasi diri mendukungnya. Mengingat bahwa jika seseorang memiliki efikasi diri yang tinggi, mereka cenderung lebih percaya diri karena mereka yakin akan mampu menyelesaikan pekerjaan yang menjadi tanggung jawabnya. Guru dengan efikasi

---

<sup>1</sup>Gusti Yuki Asih dkk., *Stres Kerja* (Semarang: University Press, 2018), 1.

<sup>2</sup>Rachel Natalya, Massie William A, dan Areros Wehelmina Rumawas, "Pengaruh Stress Kerja terhadap Kinerja Karyawan pada Kantor Pengelola IT Center Manado", *Jurnal Administrasi Bisnis* 6. No. 2 (2018) : 42. <https://doi.org/10.35797/jab.6.002.2018.19851.%25p>

<sup>3</sup>Abdul Gofur, "Pengaruh Stres Kerja terhadap Kepuasan Kerja Pegawai", *Jurnal Riset Manajemen dan Bisnis (JRMB) Fakultas Ekonomi Uinat* 3, (2018) : 297. DOI:10.36226/jrmb.v3iS1.147

diri yang baik akan mampu membayangkan apa yang bisa dilakukan terutama di tempat kerja agar selaras dengan visi dan misi sekolah. Efikasi diri adalah salah satu faktor internal yang mempengaruhi kepuasan dan kinerja, serta keyakinan individu dalam melakukan tugas-tugas tertentu ketika menghadapi kesulitan.<sup>4</sup> Selain efikasi diri yang mempengaruhi stres kerja guru, salah satu faktor yang juga mempengaruhi stres kerja guru yaitu dukungan sosial.

Dukungan sosial yakni pemberian bantuan kepada orang lain dan bantuan ini diperoleh dari orang-orang yang berarti bagi orang yang bersangkutan. Bantuan atau dukungan yang diterima individu adalah informasi atau nasihat, bantuan atau tindakan nyata yang memberikan hubungan sosial dimana dukungan sosial mengacu pada tindakan ekspresif individu.<sup>5</sup> Dukungan sosial memungkinkan orang untuk merasa tenang, peduli, penuh kasih, dan percaya diri, dan dukungan sosial yang mereka terima memungkinkan orang untuk mengelola stres, membangun hubungan, dan merasa mampu mengatasi beban pekerjaan.<sup>6</sup>

Tuntutan pekerjaan membuat sebagian individu merasa tertekan dan putus asa karena beban dan tanggung jawab yang begitu besar dimana individu harus melalui banyak tuntutan pekerjaan, sehingga individu mudah putus asa dan

---

<sup>4</sup>Rahman Tanjung dkk, "Pengaruh Penilaian diri dan Efikasi Diri terhadap Kepuasan Kerja serta Implikasinya terhadap Kinerja Guru", *Jurnal Ilmiah MEA (Manajemen, Ekonomi, Akuntansi)* 4. No. 1, (2020) : 381. <https://doi.org/10.31955/mea.vol4.iss1.pp380-391>

<sup>5</sup>Rabiatul Adawiyah and Jacobus Belida Blikololong, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Burnout Pada Karyawan Rumah Sakit", *Jurnal Psikologi* 11. No. 2 (2018): 192 <https://doi.org/10.35760/psi.2018.v11i2.2264>.

<sup>6</sup>Lufiana Harnany and Firman Widya Putra, "Burnout Pada Guru Sekolah Dasar Fullday : Menguji Peranan Kecerdasan Emosional Dan Dukungan Sosial", *Nathiqiyah* 4. No. 1 (2021): 6. <https://doi.org/10.46781/nathiqiyah.v4i1.173>.

merasa tidak mampu menanggung tugas yang diberikan. Sebagaimana yang telah dijelaskan dalam QS. At-Taubah/9:105 yang berbunyi:

وَقُلِ اعْمَلُوا فَسَيَرَى اللَّهُ عَمَلَكُمْ وَرَسُولُهُ وَالْمُؤْمِنُونَ وَسَتُرَدُّونَ إِلَىٰ  
عِلْمِ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ فَيُنبِّئُكُمْ بِمَا كُنْتُمْ تَعْمَلُونَ ﴿١٠٥﴾

Terjemahnya :

Dan katakanlah: “Bekerjalah kamu, Maka Allah dan Rasul-Nya, serta orang-orang mukmin akan melihat pekerjaanmu itu, dan kamu akan dikembalikan kepada (Allah) yang mengetahui akan yang ghaib dan yang nyata, lalu diberitakan-Nya kepadamu apa yang telah kamu kerjakan.”<sup>7</sup>

Makna ayat tersebut ialah Mujahid berkata bahwa ayat ini merupakan ancaman dari Allah bagi orang-orang yang melanggar perintah-Nya. Yaitu, bahwa amal perbuatan mereka akan ditampakkan kepada Allah *Tabaraka wa Ta’ala*, Rasulullah dan kepada orang-orang yang beriman. Yang demikian itu pasti akan terjadi pada hari kiamat kelak.<sup>8</sup>

Berdasarkan observasi yang dilakukan di Sekolah Menengah Atas Negeri 13 Luwu Timur, dapat diketahui beberapa masalah yang berkaitan dengan stres kerja guru. Masalah tersebut dapat diketahui melalui beberapa fenomena yang terjadi ketika guru sedang bekerja yaitu tuntutan dalam menyelesaikan pekerjaan yang diberikan, serta kemampuan guru dalam menyelesaikan pekerjaan sesuai target waktu yang telah ditentukan. Maka dari itu, diperlukan efikasi diri dan

<sup>7</sup>Kementrian Agama RI, *Al-Qur’an Terjemah*, (Depok : Al-Huda, 2015), 203.

<sup>8</sup>Abdullah bin Muhammad Alu Syaikh, *Tafsir Ibnu Katsir Jilid 4*, diterjemahkan oleh M. Abdul Ghoffar E.M. (Jakarta : Pustaka Imam Asy-Syafi’i, 2017 M), 258.

dukungan di lingkungan sekitar individu karena hal tersebut memegang peranan penting dalam mengontrol stres kerja yang sewaktu-waktu dapat terjadi pada guru.

Penelitian ini didasarkan pada argumen bahwa seorang guru yang mengalami stres dalam bekerja dapat dipengaruhi oleh beberapa hal yaitu lingkungan tempat kerja yang kurang sesuai dengan pribadi seorang individu, tekanan dan tuntutan dalam menyelesaikan pekerjaan yang diberikan, serta kemampuan guru dalam menyelesaikan pekerjaan sesuai target waktu yang ditentukan.

Berdasarkan permasalahan yang terdapat pada latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk mengangkat sebuah judul yaitu **Pengaruh Efikasi Diri dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Kerja Guru SMA Negeri di Kabupaten Luwu Timur.**

#### **A. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka identifikasi masalah dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut :

1. Bagaimanakah gambaran efikasi diri guru SMA Negeri di Kabupaten Luwu Timur?
2. Bagaimanakah gambaran dukungan sosial guru SMA Negeri di Kabupaten Luwu Timur?
3. Bagaimanakah gambaran stres kerja guru SMA Negeri di Kabupaten Luwu Timur?

4. Apakah ada pengaruh efikasi diri dan dukungan sosial secara bersama-sama(simultan) terhadap stres kerja guru SMA Negeri di Kabupaten Luwu Timur?

## **B. Tujuan Penelitian**

Tujuan dilaksanakannya penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui gambaran efikasi diri guru SMA Negeri di Kabupaten Luwu Timur
2. Untuk mengetahui gambaran dukungan sosial guru SMA Negeri di Kabupaten Luwu Timur
3. Untuk mengetahui gambaran stres kerja guru SMA Negeri di Kabupaten Luwu Timur
4. Untuk mengetahui pengaruh efikasi diri dan dukungan sosial secara bersama-sama(simultan) terhadap stres kerja guru SMA Negeri di Kabupaten Luwu Timur

## **C. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat dari penelitian ini yakni:

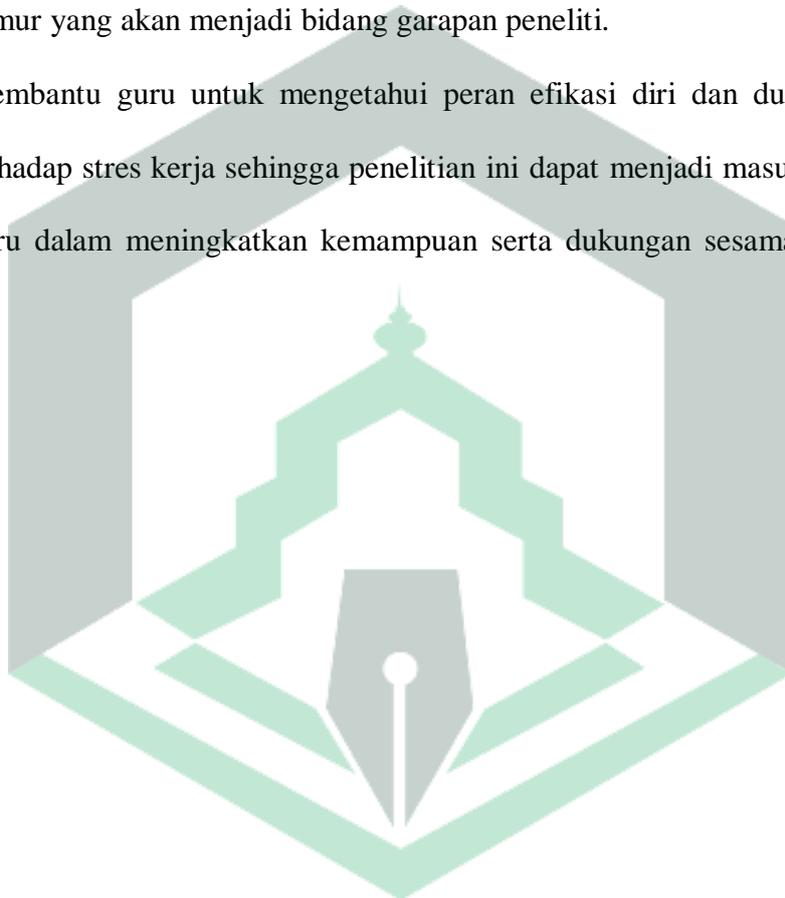
1. Manfaat Teoretis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan wawasan pengetahuan di bidang pendidikan, serta hasil penelitian ini juga dapat digunakan sebagai sumber referensi bagi calon peneliti lainnya untuk melakukan penelitian yang lebih relevan dengan penelitian ini secara mendalam.

## 2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat terhadap penyempurnaan praktik pendidikan sebagai berikut :

- a. Membantu peneliti untuk mengetahui peran efikasi diri, memberikan gambaran kondisi dunia pendidikan yang SMA Negeri di Kabupaten Luwu Timur yang akan menjadi bidang garapan peneliti.
- b. Membantu guru untuk mengetahui peran efikasi diri dan dukungan sosial terhadap stres kerja sehingga penelitian ini dapat menjadi masukan bagi para guru dalam meningkatkan kemampuan serta dukungan sesama rekan kerja.



## BAB II

### KAJIAN TEORI

#### A. Kajian Penelitian yang Relevan

Penelitian yang berkaitan dengan efikasi diri dan dukungan sosial telah beberapa kali dilakukan. Akan tetapi dari masing-masing penelitian tersebut memiliki perbedaan baik dalam objek kajian maupun kesimpulan yang dihasilkan.

1. Penelitian yang dilakukan oleh Calvin dan Edalmen dengan judul pengaruh kecerdasan emosional, kecerdasan adversitas dan efikasi diri terhadap stres kerja karyawan. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa kecerdasan emosional berpengaruh negatif dan signifikan terhadap stres kerja karyawan dimana *Path Coefficient* bernilai -0,275, kecerdasan adversitas berpengaruh negatif dan signifikan terhadap stres kerja karyawan dimana *Path Coefficient* bernilai -0,359, dan efikasi diri berpengaruh negatif dan signifikan terhadap stres kerja dimana *Path Coefficient* bernilai 0,263.<sup>1</sup>
2. Penelitian ini dilakukan oleh Adi Yuli Prasetyo, Aziz Fathoni, dan Djameludin Malik dengan judul analisis pengaruh konflik keluarga-pekerjaan, *hardiness*, *self efficacy* terhadap stress kerja dengan dukungan sosial sebagai variabel moderasinya (studi pada guru demak). Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa variabel X1 berpengaruh positif signifikan terhadap Y karena  $\text{sig} < 0,05$ , dan  $t \text{ hitung } 8,648 > 1,66235$ , variabel X2 berpengaruh negatif signifikan terhadap Y karena  $\text{sig} > 0,05$ , dan  $t \text{ hitung } -$

---

<sup>1</sup>Calvin dan Edalmen, "Pengaruh Kecerdasan Emosional, Kecerdasan Adversitas dan Efikasi Diri terhadap Stres Kerja Karyawan", *Jurnal Manajerial dan Kewirausahaan* 4, no. 4, (2022): 984. <https://doi.org/10.24912/jmk.v4i4.20561>

288 > 1,66235, variabel X3 berpengaruh negatif signifikan terhadap Y karena  $\text{sig} > 0,05$ , dan t hitung  $-2,936 > 1,66235$ , variabel X4 berpengaruh signifikan terhadap Y karena  $\text{sig} < 0,05$  dan F hitung  $34,382 > 1,66235$ .<sup>2</sup>

3. Penelitian yang dilakukan oleh Fitri Rahmadia, Rini Sarianti, dan Yuki Fitria dengan judul pengaruh lingkungan kerja fisik dan dukungan sosial terhadap stres kerja pada perawat rumah sakit islam (rsi) Ibnu Sina Payakumbuh. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa pengujian hipotesis beban kerja berpengaruh negatif dan signifikan terhadap stres kerja pada perawat RS Islam Ibnu Sina Payakumbuh dengan nilai t hitung sebesar  $-2,597 > 1,984$ , sedangkan hipotesis kedua berhasil dibuktikan dukungan sosial berpengaruh negatif dan signifikan terhadap stress kerja perawat RS Islam Ibnu Sina Payakumbuh dimana diperoleh nilai t hitung sebesar  $-2,354 > 1,984$ .<sup>3</sup>

---

<sup>2</sup>Adi Yuli Prasetyo, Aziz Fathoni, and Djameludin Malik, 'Analisis Pengaruh Konflik Keluarga Pekerjaan, Hardiness, Self Efficacy Terhadap Stres Kerja Dengan Dukungan Sosial Sebagai Variabel Moderasinya (Studi Pada Guru Demak)', *Journal of Management*, 4.4 (2018), 2. <https://jurnal.unpand.ac.id/index.php/MS/article/view/1105>.

<sup>3</sup>Fitri Rahmadia, Rini Sarianti, and Yuki Fitria, 'Pengaruh Lingkungan Kerja Fisik Dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Kerja Pada Perawat Rumah Sakit Islam (Rsi) Ibnu Sina Payakumbuh', *Jurnal Ecogen*, 2.2 (2019), 110. <https://doi.org/10.24036/jmpe.v2i2.6145>.

Tabel 2.1 Persamaan dan Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya

No	Keterangan	Peneliti 1	Peneliti 2	Peneliti 3	Peneliti 4
1	Nama	Calvin dan Edalmen	Adi Yuli Prasetyo, Aziz Fathoni, dan Djamaludin Malik	Fitri Rahmadia, Rini Sarianti, dan Yuki Fitria	Nur Indalahi
2	Tahun Penelitian	2022	2022	2018	2023
3	Variabel	Kecerdasan Emosional, Kecerdasan Adversitas, Efikasi Diri, Stres Kerja.	Konflik Keluarga-Pekerjaan, <i>Hardiness</i> , <i>Self Efficacy</i> , Dukungan Sosial, Stress Kerja.	Lingkungan Kerja Fisik, Dukungan Sosial, Stres Kerja	Efikasi Diri, Dukungan Sosial, dan Stres Kerja.
4	Jenis Penelitian	Kuantitatif	Kuantitatif	Kuantitatif	Kuantitatif
5	Objek Penelitian	Karyawan	Guru	Perawat	Guru
6	Teknik Pengumpulan Data	Kuesioner	Kuesioner	Kuesioner	Kuesioner
7	Uji Hipotesis	Uji <i>Inner Model Analysis</i>	Analisis Regresi Berganda	Analisis Regresi Berganda	Analisis Regresi Berganda

Berdasarkan pada ketiga hasil penelitian yang relevan, terlihat persamaan dan perbedaan dengan penelitian yang diteliti oleh penulis. Adapun letak persamaan terletak pada variabel yang diteliti, yaitu tentang efikasi diri, dukungan sosial, dan stres kerja. Selain itu, persamaan juga terlihat pada jenis penelitian yaitu kuantitatif dan teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu kuesioner.

Adapun perbedaannya dengan penelitian yang akan dilakukan terlihat pada objek, lokasi dan waktu penelitian. Dalam penelitian yang dilakukan oleh penulis

yang menjadi objeknya adalah guru SMA Negeri di Kabupaten Luwu Timur tahun 2023. Sedangkan pada penelitian yang relevan, yang menjadi objek penelitiannya adalah karyawan PT. Muliapack tahun 2022, guru sekolah dasar di Kabupaten Demak tahun 2018, dan perawat rumah sakit islam Ibnu Sina Payakumbuh di Kecamatan Padang Timur tahun 2019.

## **B. Landasan Teori**

### **1. Stres Kerja**

#### **a. Definisi Stres Kerja**

Stres berasal dari bahasa Prancis Tengah, yaitu *destresse (distress)*, dan bahasa Latin *strictus (compressed)* dan pada abad ke-16, yang didefinisikan sebagai ketegangan, terlalu banyak bekerja, dan kelelahan. Selain itu, pada abad ke-19, stres digunakan pada objek yang secara potensial terjadi deformasi atau regangan akibat suatu keadaan atau tekanan yang dialami dan menimbulkan tuntutan yang sangat besar yang dapat mempengaruhi emosi, pikiran, dan kondisi fisik.<sup>4</sup> Stres kerja adalah perasaan tertekan yang dialami oleh karyawan dalam melakukan pekerjaannya dan merupakan suatu kondisi yang dapat menimbulkan gangguan kesehatan atau bahkan cedera pada seseorang.<sup>5</sup> Stres adalah suatu keadaan dimana seseorang dihadapkan pada suatu peluang, paksaan, atau tuntutan yang berhubungan dengan apa yang diinginkannya yang keberhasilannya tidak

---

<sup>4</sup>Fajar Saranani dkk., *Stres Kerja* (Bandung: Media Sains Indonesia, 2022), 5.

<sup>5</sup>Maureen F Dollar dkk., *Psychosocial Safety Climate A New Work Stress Theory* (Switzerland: Springer Nature Switzerland AG, 2019), 12.

pasti.<sup>6</sup> Stres merupakan respon fisik dan psikologis akibat tuntutan lingkungan yang dibebankan pada seseorang. Stres terjadi karena seseorang tidak mampu mengatasi tekanan atau ancaman terhadap dirinya sendiri akibat tekanan dari lingkungan dan dari dirinya sendiri. Ketidakmampuan seseorang untuk mengatasi ancaman mental, fisik, emosional dan spiritual secara bersamaan dapat mempengaruhi kondisi fisik orang tersebut. Ketika seseorang mengalami stres, hal tersebut dapat menyebabkan mereka kehilangan kemampuan untuk mengendalikan diri dan tidak dapat mengambil keputusan.<sup>7</sup> Menurut Robbins dalam Asih, menyatakan bahwa efikasi diri dan dukungan sosial berpengaruh terhadap stres kerja individu. Dimana ketika individu mendapat tekanan dalam bekerja yang membuat mereka merasa kurang percaya akan kemampuannya dalam menyelesaikan tugas serta dukungan dalam bekerja yang masih perlu untuk ditingkatkan lagi.<sup>8</sup>

Berdasarkan beberapa penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa stres kerja adalah ketidakmampuan guru dalam merespon tuntutan lingkungan internal dan eksternal yaitu tekanan yang terjadi dibidang pekerjaan sebagai bentuk akibat dari ketidakseimbangan antara karakteristik seorang guru dengan tuntutan pekerjaan dan lingkungan yang dapat mempengaruhi fisik dan mental individu

---

<sup>6</sup>Nova Kartikasari dan Sri Harini, "Pengaruh Stres Kerja dan Lingkungan Kerja terhadap Kinerja Karyawan pada Kementerian Tenaga Kerja dan Transmigrasi Kantor Jakarta Selatan", *Jurnal Visionida* 1, No. 2, (2017): 61. <https://doi.org/10.30997/jvs.v1i2.575>

<sup>7</sup>Lilis Dwi Septiani dan Tatiana Siregar, *Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) untuk Mengatasi Stres Kerja Perawat*, (Sukoharjo : Pradina Pustaka, 2022), 14.

<sup>8</sup>Gusti Yuki Asih dkk., *Stres Kerja* (Semarang: University Press, 2018), 11

sehingga membuat individu merasa tidak nyaman dan tidak percaya diri dalam melaksanakan tugasnya.

Analisis stres kerja memiliki 5 komponen, yaitu:

- 1) Situasi tempat kerja atau sumber potensial yang menyebabkan stres kerja.
- 2) Penilaian kognitif, yang meliputi penilaian primer dimana perbedaan individu berperan dalam kaitannya dengan tuntutan pekerjaan individu atau tekanan yang dirasakan, dan penilaian sekunder yaitu keterampilan individu dalam menghadapi tuntutan tersebut bervariasi.
- 3) Perbedaan individu berupa karakteristik individu dan karakteristik lingkungan yang mempengaruhi penilaian kognitif.
- 4) Respon individu terhadap stres kerja, dan
- 5) Efek fisik, psikologis dan organisasi dari stres.

#### **b. Dimensi Stres Kerja**

Stres kerja memiliki tiga dimensi yaitu:

- 1) Faktor lingkungan

Faktor lingkungan yang menyebabkan stres bagi sebagian besar karyawan terdiri dari ketidakpastian ekonomi, ketidakpastian politik dan ketidakpastian teknologi.

- 2) Faktor organisasi

Faktor organisasi ini dibagi menjadi tiga kategori. Kategori tersebut meliputi yang pertama, yaitu faktor yang berhubungan dengan pekerjaan yang meliputi tuntutan pekerjaan, desain pekerjaan individu (otonomi, berbagai tugas, dan tingkat otomatisasi), kondisi kerja, dan pengaturan kerja fisik. Kedua,

tuntutan peran berkaitan dengan tekanan pada seseorang sebagai fungsi dari peran yang dimainkannya dalam organisasi. Misalnya, konflik peran menciptakan harapan yang sulit dipenuhi ketika karyawan diharapkan untuk melakukan lebih dari yang mungkin dari waktu ke waktu dan ambiguitas peran tercipta dan harapan peran tidak jelas tentang apa yang perlu dipenuhi dan akhirnya terjadi kelebihan peran. Tuntutan antarpribadi yaitu tekanan yang diciptakan oleh orang lain. Misalnya, kurangnya dukungan sosial dari rekan kerja dan hubungan interpersonal yang buruk dapat menyebabkan stres yang signifikan, terutama diantara karyawan dengan kebutuhan sosial yang tinggi.

### 3) Faktor individu

Faktor individu termasuk faktor pribadi. Tingkat stres optimal yang dialami oleh orang yang sangat fungsional memiliki efek mendalam pada kinerja individu. Jika stres terlalu rendah, kinerja individu akan terhenti atau rendah. Di satu sisi, kehidupan karyawan adalah karakteristik bawaan seperti masalah keluarga, masalah ekonomi pribadi, dan kepribadian.

### c. Indikator Stres Kerja

Menurut Robbins dalam Hilma dkk, terdapat tiga indikator stres kerja yakni:

- 1) Faktor lingkungan dengan indikator ketidakpastian ekonomi, ketidakpastian politik, dan ketidakpastian teknologi.
- 2) Faktor organisasi dengan indikator tuntutan tugas, tuntutan peran dan tuntutan interpersonal.

- 3) Faktor individu dengan indikator masalah keluarga, masalah ekonomi, dan kepribadian.<sup>9</sup>

#### **d. Sumber-Sumber Stres Kerja**

Ada beberapa hal yang menjadi penyebab stres kerja yaitu:

- 1) Terlalu banyak misi

Banyaknya tugas tidak selalu menjadi penyebab stres kerja tetapi jika jumlah tugas tidak sebanding dengan kemampuan fisik dan profesional, subjek dan waktu bagi karyawan maka akan menjadi sumber stres kerja.

- 2) Pengawasan yang tidak memadai

Saat melakukan tugas sehari-hari, individu biasanya bertanggung jawab dan dipandu dalam menyelesaikan tugas yang diberikan oleh atasan mereka. Jika seorang supervisor kompeten dan mahir dalam menguasai tugas bawahannya, dia akan membimbing dan memberikan arahan atau intruksi yang tepat.

- 3) Waktu terbatas

Karyawan biasanya memiliki kemampuan normal untuk menyelesaikan tugas yang diberikan oleh kantor atau perusahaan kepada mereka. Keterampilan berhubungan dengan keahlian, pengalaman dan masa kerja. Dalam keadaan tertentu sudah umum bagi atasan untuk memberikan tugas kepada bawahannya dalam kurun waktu yang terbatas. Hal ini menyebabkan karyawan dikejar waktu untuk menyelesaikan tugas tepat waktu.

---

<sup>9</sup>Hilma Harmen dkk., "Sources of Job Stress Dimension Effect on Employee Performance (Case in Health Social Security Organizer Agency Medan, Indonesia)", *East African Scholars Journal of Economics, Business and Management* 2. No. 9 (2019): 585 <https://doi.org/10.36349/EASJEBM.2019.v02i09.016>.

4) Kurangnya tanggung jawab

Atasan sering memberikan tugas kepada bawahan tanpa dipatuhi dengan otoritas penuh. Jadi jika Anda harus membuat keputusan, anda harus terlebih dahulu berkonsultasi dengannya atau menyerahkan sepenuhnya kepada atasan.

5) Ambiguitas peran

Untuk menghasilkan kinerja yang baik, karyawan harus mengetahui tujuan pekerjaan mereka, apa yang diharapkan untuk mereka lakukan, dan tanggung jawab pekerjaan mereka. Ketika ada ketidakpastian tentang definisi pekerjaan dan apa yang diharapkan dari pekerjaan, ambiguitas peran akan muncul.

6) Perbedaan nilai dengan perusahaan

Situasi ini sering terjadi pada karyawan atau manajer yang memiliki prinsip-prinsip yang berkaitan dengan profesi yang digelutinya, serta prinsip-prinsip humanistik (*altruisme*).

7) Frustrasi

Dalam lingkungan kerja, frustrasi sebenarnya dapat dipengaruhi oleh banyak faktor. Faktor-faktor yang diduga berhubungan dengan frustrasi kerja adalah keterlambatan promosi, tugas dan wewenang yang tidak jelas serta evaluasi atau penilaian karyawan, dan ketidakpuasan terhadap tingkat gaji yang diterima.

8) Perubahan jenis pekerjaan

Keadaan ini dapat timbul karena adanya transfer atau mutasi keahlian yang tidak tepat pada perusahaan lain, meskipun dalam suatu kelompok dimana kedudukan dan jabatan serta kedudukan perusahaan tersebut lebih rendah dari perusahaan yang pertama.

## 9) Konflik peran

Ada dua jenis konflik peran yang umum yaitu konflik peran intersender, di mana karyawan menghadapi harapan organisasi yang tidak konsisten dan tidak sesuai. Selanjutnya adalah konflik peran intrasender, yang terjadi pada karyawan atau manajer yang menempati sebagian besar posisi dalam dua struktur. Akibatnya, jika tidak setiap struktur prioritas pekerjaan sama, maka akan berdampak pada karyawan atau manajer di posisi berikutnya, terutama jika mereka harus memilih alternatif.<sup>10</sup>

## 2. Efikasi Diri

### a. Definisi Efikasi Diri

Efikasi diri atau yang dikenal juga dengan *Self efficacy* yang berasal dari bahasa Inggris yang tersusun atas dua kata yaitu “*Self*” yang berarti diri dan “*Efficacy*” yang berarti efikasi. Efikasi diri adalah keyakinan seseorang pada kemampuan seseorang untuk mengatur dan melakukan kegiatan yang membutuhkan pencapaian tingkat kinerja tertentu, dan kepercayaan pada kemampuan sendiri mempengaruhi cara orang berpikir untuk merasakan dan memotivasi diri sendiri untuk bertindak.<sup>11</sup>

Efikasi diri merupakan keyakinan seseorang terhadap kemampuan untuk mencapai tujuan atas tuntutan tugas tertentu. Efikasi diri menentukan bagaimana seseorang akan berperilaku dalam suatu situasi serta keyakinannya bahwa ia dapat

---

<sup>10</sup>Fajar Saranani dkk., *Stres Kerja* (Bandung: Media Sains Indonesia, 2022), 12.

<sup>11</sup>Pieter Sahertian, “Perilaku Kepemimpinan Berorientasi Hubungan dan Tugas Sebagai Antecedent Komitmen Organisasional, Self-Efficacy dan Organizational Citizenship Behavior (OCB)”, *Jurnal Manajemen Dan Kewirausahaan* 12. No. 2 (2018): 156. <https://doi.org/10.9744/jmk.12.2.pp.%20156-169>

mengendalikan situasi, serta mampu menghasilkan sesuatu yang positif.<sup>12</sup> Mereka yang memiliki harapan tinggi akan efisiensi atau percaya bahwa mereka dapat bekerja sesuai dengan tuntutan situasi dan memprediksi hasil sesuai dengan kemampuan mereka, maka orang itu akan bekerja keras dan bertahan dalam mengerjakan tugas sampai selesai.<sup>13</sup>

Efikasi diri didefinisikan sebagai penilaian kemampuan individu untuk melakukan tugas atau mencapai tujuan tertentu dimana efikasi diri memiliki empat sumber yaitu pengalaman penguasaan, pengalaman insidental, persuasi verbal, keadaan emosional, dan psikofisiologi. Persuasi verbal terjadi ketika individu diyakinkan oleh orang lain bahwa ia memiliki kemampuan untuk mencapai tujuan sehingga individu tersebut berusaha mengerjakan tugasnya dengan optimal.<sup>14</sup>

Efikasi diri merupakan bagian dari sikap kepribadian yang berhubungan dengan keyakinan pribadi seseorang tentang kemampuannya sendiri. Secara khusus, mengacu pada keyakinan seseorang dalam kemampuan mereka untuk menyelesaikan tugas-tugas mereka dengan sempurna. Individu yang sangat efektif dan sangat percaya diri dalam kemampuan mereka untuk tampil. Sikap ini ditunjukkan dengan tingkat keyakinan individu bahwa dia harus menyelesaikan

---

<sup>12</sup>Fenni Sartana dkk., "Peningkatan Kreativitas Kerja Guru dengan Memperbaiki Budaya Organisasi dan Efikasi Diri", *Jurnal Manajemen Pendidikan* 8. No. 1, (2020): 42. <https://doi.org/10.33751/jmp.v8i1.1964>

<sup>13</sup>Alwisol, *Psikologi Kepribadian Edisi Revisi* (Malang: UMM Press, 2009), 289.

<sup>14</sup>Iriantika Prihastyanti and Dian Ratna Sawitri, "Dukungan Guru dan Efikasi Diri Akademik pada Siswa SMA Semesta Semarang", *Jurnal Empati* 7. No. 3 (2020): 868 <https://doi.org/10.14710/empati.2018.21740>.

tugas dengan tingkat kesulitan tertentu, individu memiliki kekuatan untuk mengatakan bahwa dia dapat menyelesaikan tugas yang begitu besar. Efikasi diri seseorang dipengaruhi oleh sejumlah faktor, termasuk pengalaman sukses, pengalaman orang lain, kepercayaan sosial, dan dalam hal ini keadaan psikofisiologis dan emosional seseorang, kepercayaan dapat menentukan bagaimana seseorang berpikir, memotivasi diri sendiri, dan berperilaku.<sup>15</sup> Menurut Albert Bandura dalam Dubrin berpendapat bahwa efikasi diri mempengaruhi stres kerja seseorang dalam bekerja. Dimana ketika seseorang diberikan terlalu banyak tugas untuk diselesaikan dalam waktu tertentu dan mereka tidak percaya diri dapat menyelesaikan tugas tersebut, maka hal tersebut dapat menjadi pemicu seseorang mengalami stres kerja.<sup>16</sup>

Berdasarkan dari penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa efikasi diri adalah keyakinan seseorang tentang kemampuannya untuk melakukan dan menyelesaikan tugas-tugas tertentu untuk mencapai hasil yang diinginkan.

#### **b. Pengembangan Efikasi Diri**

Efikasi diri adalah elemen kepribadian yang berkembang melalui pengamatan individu terhadap konsekuensi tindakan mereka dalam situasi tertentu. Persepsi individu tentang efikasi diri berkembang dari perolehan bertahap keterampilan dan pengalaman tertentu. Kemampuan untuk memiliki keterampilan kognitif yang meningkatkan kepercayaan diri atau penentuan nasib

---

<sup>15</sup>Sowanya Ardi Prahara and Kondang Budiyan, "Teacher Self-Efficacy Training; Academic Self-Efficacy and Learning Achievement of Students", *InSight* 21. No. 1 (2019), 42. <https://doi.org/10.26486/psikologi.v21i1.765>

<sup>16</sup>Andrew J. Dubrin, *Human Relations interpersonal job-oriented skills*, (New Jersey : Pearson, 2014), 64.

sendiri digunakan sebagai dasar bagi individu untuk mencapai yang terbaik dengan tujuan tertentu.

Efikasi diri dapat dikembangkan dan dipelajari melalui empat sumber informasi utama:

1) Pengalaman keberhasilan

Sumber informasi ini memiliki pengaruh yang besar terhadap efikasi diri individu karena didasarkan pada pengalaman pribadi yang nyata berupa keberhasilan dan kegagalan. Pengalaman sukses akan meningkatkan efikasi diri individu sedangkan pengalaman gagal akan menurunkannya. Karena efektivitas yang kuat dikembangkan melalui serangkaian keberhasilan serta dampak negatif dari kesalahan umum akan berkurang. Kenyataannya, kegagalan yang diatasi melalui upaya-upaya tertentu dapat memperkuat motivasi diri seseorang sebagaimana disadari melalui pengalaman bahwa rintangan yang paling sulit pun dapat diatasi dengan usaha.

2) Pengalaman orang lain

Mengamati keberhasilan orang lain dengan kemampuan yang sama dalam melakukan tugas dapat meningkatkan efikasi diri individu saat melakukan tugas yang sama. Sebaliknya, mengamati kegagalan orang lain akan menurunkan penilaian individu terhadap kemampuannya sendiri dan individu tersebut akan mengurangi upayanya.

3) Persuasi verbal

Dalam persuasi verbal, individu diarahkan dengan saran, nasehat dan bimbingan sehingga meningkatkan keyakinannya pada kemampuannya untuk

membantu mencapai tujuan yang diinginkan. Orang yang diyakinkan oleh kata-kata cenderung bekerja lebih keras untuk mencapai kesuksesan. Pengaruh persuasi verbal tidak terlalu besar karena tidak ada pengalaman yang dapat dialami atau diamati oleh individu secara langsung. Dalam kondisi stres dan kegagalan yang konstan, efek sugesti dengan cepat menghilang jika anda mengalami pengalaman yang tidak menyenangkan.

#### 4) Kondisi fisiologis

Individu mengandalkan informasi fisiologis untuk menilai kemampuan mereka. Ketegangan fisik dalam situasi stres dianggap oleh individu sebagai tanda ketidakmampuan karena dapat merusak pekerjaan individu.

#### **c. Dimensi Efikasi Diri**

Efikasi diri pada setiap individu akan bervariasi dari individu ke individu berdasarkan tiga dimensi. Berikut adalah tiga dimensi tersebut yakni:

##### 1) Dimensi tingkat

Ini mengacu pada tingkat kesulitan tugas yang diyakini dapat ditangani oleh individu. Jika individu dihadapkan pada tugas-tugas yang diurutkan berdasarkan kesulitan maka efikasi diri individu mungkin terbatas pada tugas-tugas yang mencakup tugas-tugas yang mudah, sedang, atau bahkan sulit menurut kriteria. Individu terlibat dalam perilaku yang mereka rasa mampu dan menghindari perilaku yang melebihi batas kemampuan mereka.

##### 2) Dimensi kekuatan

Mengacu pada keyakinan tentang apakah efikasi diri kuat atau lemah. Harapan yang lemah mudah terguncang oleh pengalaman yang tidak didukung.

Disisi lain, ekspektasi yang stabil mendorong individu untuk terus bekerja meskipun ada lebih sedikit pengalaman yang mendukung. Dimensi ini sering berhubungan langsung dengan dimensi level, artinya semakin tinggi tingkat kesulitan tugas, semakin lemah kepercayaan yang dirasakan dalam menyelesaikannya.

### 3) Dimensi generalitas

Menunjukkan sejauh mana keyakinan akan kemampuan yang dapat diterapkan pada situasi tertentu. Setiap orang bisa percaya diri dengan kemampuannya sendiri. Apakah terbatas pada aktivitas dan situasi tertentu atau pada banyak aktivitas dan situasi yang berbeda.

#### **d. Indikator Efikasi Diri**

Menurut Albert Bandura dalam Ghuftron dan Risnawati menyatakan bahwa indikator dalam efikasi diri mengacu pada aspek efikasi diri, yaitu *magnitude* (besarannya) dengan indikator kesulitan kerja, kepercayaan diri dalam menyelesaikan tugas yang diberikan, kemampuan untuk menyelesaikan tugas mulai dari yang sederhana hingga yang sulit; *strength* (kekuatan) dengan indikator kepercayaan untuk menyelesaikan tugas dalam situasi dan kondisi yang berbeda, dan belajar dari setiap pengalaman; dan *generality* (generalitas), dengan indikator kemampuan melakukan tugas-tugas dalam bidang yang berbeda.<sup>17</sup>

---

<sup>17</sup>M. Nur Ghuftron and Rini Risnawati S, *Teori-Teori Psikologi* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2010), 77.

### 3. Dukungan Sosial

#### a. Definisi Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan interaksi interpersonal melalui pemberian dukungan berupa dukungan emosional, informasi, instrumental, dan evaluasi. Dukungan sosial bagi individu dalam hubungan dekat dapat berupa kenyamanan, penghiburan, kepedulian, atau bantuan dari orang atau kelompok lain.<sup>18</sup>

Dukungan sosial adalah dukungan yang berarti kenyamanan, penghargaan, dan bantuan yang dirasakan individu dari orang atau kelompok lain.<sup>19</sup> Dukungan sosial mengacu pada tindakan yang dilakukan orang lain saat membantu. Dukungan sosial didefinisikan sebagai bentuk komunikasi interpersonal berupa empati dan kepedulian, dukungan berupa bantuan, dukungan informasi berupa nasehat, arahan dan kritik yang bersifat membangun.<sup>20</sup> Dengan adanya dukungan sosial bagi individu, dimungkinkan untuk memiliki sistem pendukung yang bertindak sebagai tempat pemulihan individu dan memainkan peran penting dalam menjaga integritas psikologis, dan fisik individu dari waktu ke waktu. Menurut Smet dalam Asih, menjelaskan bahwa dukungan sosial menjadi salah satu faktor

---

<sup>18</sup>Linda Aprilia Utami and Ardian Adhiatma, "Self Efficacy Sebagai Mediasi Pengaruh Konflik Peran Ganda dan Dukungan Sosial terhadap Kinerja Karyawan (Studi Kasus Pada PT. Kailo Sumber Kasih)", *Prosiding Konferensi Ilmiah Mahasiswa Unissula (Kimu) 4*. No..2 (2020): 1248. <http://jurnal.unissula.ac.id/index.php/kimue/article/view/12539>

<sup>19</sup>Salwa Sa'idah and Hermien Laksmiwati, "Dukungan Sosial dan Self-Efficacy dengan Penyesuaian Diri pada Santri Tingkat Pertama Di Pondok Pesantren", *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan 7.2* (2017): 116. <https://doi.org/10.26740/jptt.v7n2.p116-122>.

<sup>20</sup>Didik Widiatoro, Sigit Nugroho, dan Yanwar Arief, "Hubungan antara Dukungan Sosial dari Dosen dengan Motivasi Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa". *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi 4*. No. 1 (2019): 3. <https://doi.org/10.33367/psi.v4i1.649>

yang mempengaruhi stres kerja. Dimana dukungan sosial dapat berkontribusi dalam membantu individu untuk mengatasi stres kerja akibat banyaknya tugas yang harus dilakukan.<sup>21</sup>

Dari penjelasan di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa dukungan sosial merupakan umpan balik dari orang lain yang menunjukkan bahwa guru dihargai dalam bentuk perhatian, dukungan, pengakuan, atau bantuan ketika mereka membutuhkannya.

#### **b. Dimensi Dukungan Sosial**

Ada empat komponen atau dimensi dari dukungan sosial yakni:

##### 1) Dukungan emosional

Dukungan emosional mengacu pada jumlah atau besarnya perhatian, simpati dan pengertian atau penghargaan dari orang lain. Selain itu, dukungan emosional juga mengkomunikasikan kepedulian dan kepercayaan serta mendengarkan.

##### 2) Dukungan instrumental

Dukungan instrumental mengacu pada bantuan atau *assistance* dengan kebutuhan nyata, seperti penjadwalan, panggilan, dan pembersihan. Dukungan dengan alat bantu berupa barang, uang atau pekerjaan.

##### 3) Dukungan penilaian

Dukungan penilaian sering didefinisikan sebagai jenis dukungan ketiga, yang mengacu pada bantuan dalam pengambilan keputusan, memberikan umpan balik yang tepat, atau membantu dalam memutuskan tindakan apa yang harus

---

<sup>21</sup>Gusti Yuki Asih dkk., *Stres Kerja*, (Semarang: University Press, 2018), 20.

diambil. Selain itu, mengkomunikasikan tentang rasa hormat dan harga diri termasuk dalam dukungan penilaian.

#### 4) Dukungan informasi

Dukungan informasi melibatkan pemberian saran atau informasi untuk melayani kebutuhan tertentu, termasuk mengkomunikasikan informasi untuk memecahkan masalah.

### c. Indikator Dukungan Sosial

Menurut House dalam Swarjana yang menjelaskan bahwa indikator dibangun berdasarkan pada komponen atau dimensi dukungan sosial, yang terdiri dari dukungan emosional dengan indikator empati, kepedulian, dan perhatian kepada individu; dukungan penghargaan dengan indikator penghargaan positif, dan dorongan atau persetujuan atas ide atau gagasan; dukungan instrumental dengan indikator berupa bantuan langsung berupa barang/jasa, dan bantuan langsung berupa tindakan; dan dukungan informasi dengan indikator mencakup nasehat, saran dan petunjuk.<sup>22</sup>

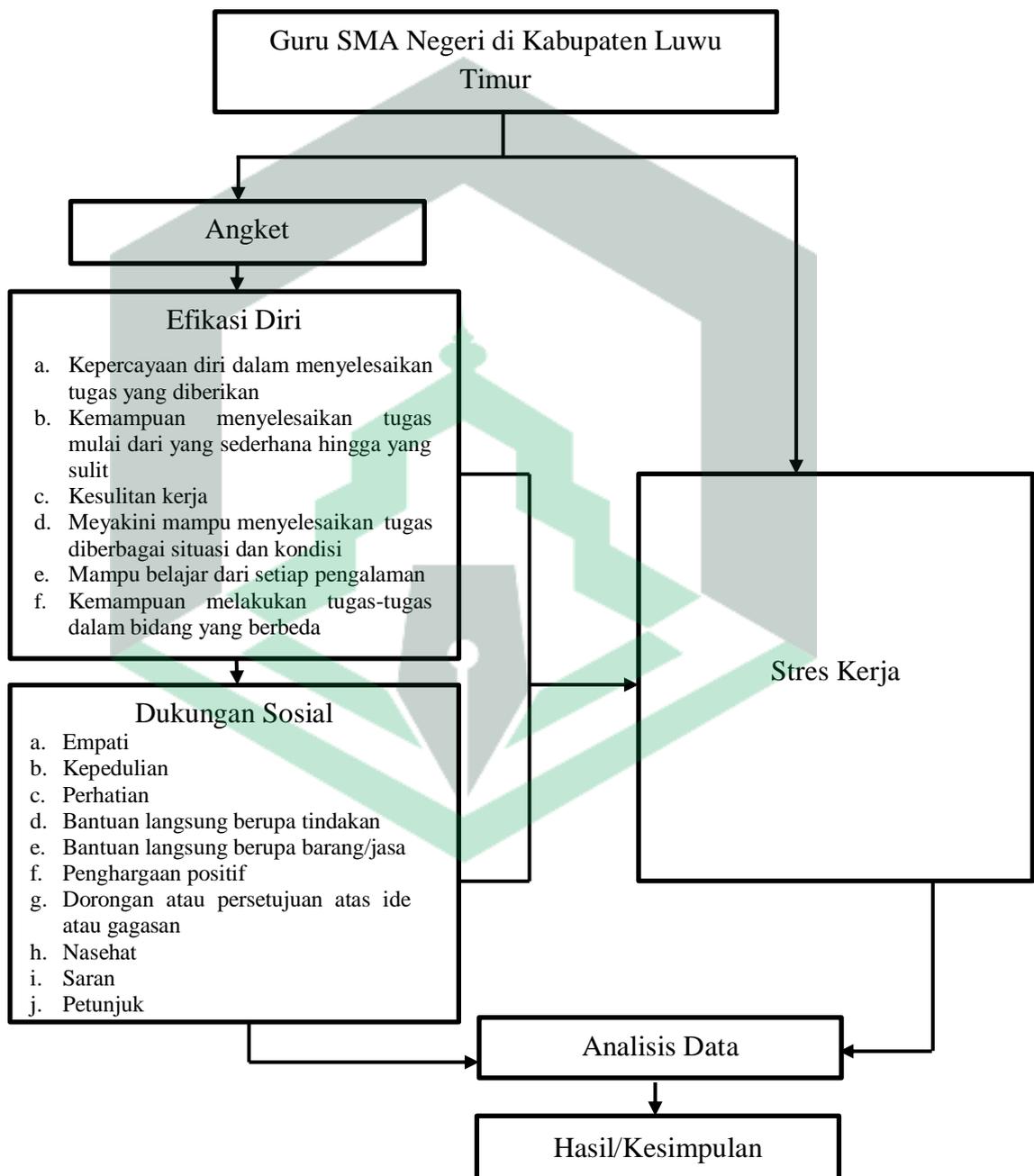
### C. Kerangka Pikir

Dalam penelitian ini terdapat tiga variabel yang akan dibahas yaitu efikasi diri ( $X_1$ ), dukungan sosial ( $X_2$ ), dan stres kerja ( $Y$ ). Dalam penelitian yang dilakukan oleh Pinky Anggraeni Nirmala dan Dudung Abdurrahman yang menyatakan bahwa efikasi diri berpengaruh terhadap stres kerja. Selain itu

---

<sup>22</sup>I Ketut Swarjana, *Konsep Pengetahuan, Sikap, Perilaku, Persepsi, Stres, Kecemasan, Nyeri, Dukungan Sosial, Kepatuhan, Motivasi, Kepuasan, Pandemi Covid-19, Akses Layanan Kesehatan-Lengkap dengan Konsep Teori, Cara Mengukur Variabel, dan Contoh Kuesioner* (Yogyakarta: ANDI, 2020), 30.

penelitian yang dilakukan oleh Fitri Rahmadia dkk., juga menyatakan bahwa dukungan sosial berpengaruh terhadap stres kerja. Untuk memperjelas penelitian mengenai pengaruh efikasi diri dan dukungan sosial terhadap stres kerja maka peneliti menggambarkan kerangka pikir sebagai berikut:



Gambar 2.1 Kerangka Pikir

## D. Hipotesis Penelitian

### 1. Hipotesis Asosiatif

Hipotesis deskripsi dari penelitian ini adalah efikasi diri dan dukungan sosial berpengaruh terhadap stres kerja guru SMA Negeri di Kabupaten Luwu Timur.

### 2. Hipotesis Statistik

Adapun hipotesis statistiknya dirumuskan sebagai berikut:

$$H_0 : r_{yx_1x_2} \neq 0$$

$$H_1 : r_{yx_1x_2} = 0$$

Keterangan:

$H_0$  : Tidak terdapat pengaruh efikasi diri dan dukungan sosial secara bersama-sama (simultan) terhadap stres kerja guru SMA Negeri Se-Kecamatan Towuti

$H_1$  : Terdapat pengaruh efikasi diri dan dukungan sosial secara bersama-sama (simultan) terhadap stres kerja guru SMA Negeri di Kabupaten Luwu Timur

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis Penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *ex post facto* dan pendekatan deskriptif kuantitatif untuk menguji teori yang berbeda dengan melihat hubungan antar variabel. Variabel ini diukur dengan menggunakan alat penelitian untuk menganalisis data dalam bentuk angka dengan menggunakan metode statistik.

Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu, mengumpulkan data dengan menggunakan alat penelitian, menganalisis data kuantitatif atau statistik untuk menguji hipotesis yang telah disebutkan sebelumnya.<sup>1</sup>

#### **B. Lokasi dan Waktu Penelitian**

Adapun lokasi penelitian ini dilakukan yaitu di beberapa SMA Negeri di Kabupaten Luwu Timur. Adapun alamat dari masing-masing sekolah yaitu SMA Negeri 1 Luwu Timur yang terletak di jalan Montolalu Kompleks PT INCO MALILI, Kecamatan Malili. SMA Negeri 2 Luwu Timur yang terletak di jalan Pahlawan Nomor 2, Bawalipu, Kecamatan wotu. SMA Negeri 3 Luwu Timur yang terletak di jalan Kasuari No. 2, Langkae Araya, Kecamatan Towuti. SMA Negeri 4 Luwu Timur berada di jalan Rusa – Pakatan Maleku, Maleku, Kecamatan Luwu Timur. SMA Negeri 5 Luwu Timur berada di desa Tabarano, Kecamatan

---

<sup>1</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2016), 8.

Wasuponda. SMA Negeri 6 Luwu Timur berada di jalan Poros Desa Lamaeto, Kecamatan Angkona. SMA Negeri 7 Luwu Timur berada di desa Jalajja, Kecamatan Burau. SMA Negeri 8 Luwu Timur yang terletak di jalan Pendidikan No. 3, DS. Mandiri, Kecamatan Tomoni. SMA Negeri 9 Luwu Timur berada di desa Sumber Agung, Kecamatan Kalaena. SMA Negeri 10 Luwu Timur berada di Kertaraharjo, Kecamatan Tomoni Timur. SMA Negeri 11 Luwu Timur berada di Soroako, Kecamatan Nuha. SMA Negeri 12 Luwu Timur yang terletak di jalan Pendidikan Puncak Indah, Kecamatan Malili. Dan SMA Negeri 13 Luwu Timur yang terletak di UPT Sp 1 Mahalona, Desa Libukang Mandiri, Kecamatan Towuti, Kabupaten Luwu Timur. Waktu penelitian dimulai pada tanggal 1 Februari – 3 April 2023.

### **C. Definisi Operasional Variabel**

Dalam penelitian ini terdapat dua jenis variabel, yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi variabel terikat. Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi atau disebabkan oleh variabel bebas. Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi atau menyebabkan adanya variabel terikat. Disebut variabel bebas karena mempunyai pengaruh bebas terhadap variabel lain. Sedangkan variabel terikat adalah variabel yang nilainya dipengaruhi oleh adanya variabel bebas.

#### **1. Efikasi Diri**

Efikasi diri adalah keyakinan guru tentang kemampuannya untuk melakukan dan menyelesaikan tugas-tugas tertentu untuk mencapai hasil yang diinginkan. Dalam penelitian ini efikasi diri guru diukur berdasarkan pada dimensi efikasi diri yakni *magnitude* (besarnya) dengan indikator kesulitan kerja,

kepercayaan diri dalam menyelesaikan tugas yang diberikan, kemampuan untuk menyelesaikan tugas mulai dari yang sederhana hingga yang sulit; *strength* (kekuatan) dengan indikator kepercayaan untuk menyelesaikan tugas diberbagai situasi dan kondisi, dan belajar dari setiap pengalaman; dan *generality* (generalitas), dengan indikator kemampuan melakukan tugas-tugas dalam bidang yang berbeda.

## 2. Dukungan Sosial

Dukungan sosial merupakan umpan balik dari orang lain yang menunjukkan bahwa guru dihargai dalam bentuk perhatian, dukungan, pengakuan, atau bantuan ketika mereka membutuhkannya. Dalam penelitian ini dukungan sosial pada guru diukur melalui dukungan emosional dengan indikator empati, kepedulian, dan perhatian kepada individu; dukungan penghargaan dengan indikator penghargaan positif, dan dorongan atau persetujuan atas ide atau gagasan; dukungan instrumental dengan indikator berupa bantuan langsung berupa barang/jasa, dan bantuan langsung berupa tindakan; dan dukungan informasi dengan indikator mencakup nasehat, saran dan petunjuk.

## 3. Stres Kerja

Stres kerja adalah ketidakmampuan guru dalam merespon tuntutan lingkungan internal dan eksternal yakni tekanan yang terjadi dibidang pekerjaan sebagai bentuk akibat dari ketidakseimbangan antara karakteristik seorang guru dengan tuntutan pekerjaan dan lingkungan yang dapat mempengaruhi fisik dan mental individu sehingga membuat individu merasa tidak nyaman dan tidak percaya diri dalam melaksanakan tugasnya. Dalam penelitian ini stres kerja guru

diukur melalui faktor lingkungan dengan menggunakan indikator ketidakpastian ekonomi, ketidakpastian politik, dan ketidakpastian teknologi; faktor organisasi dengan indikator tuntutan tugas, tuntutan interpersonal dan tuntutan peran; dan faktor individu dengan indikator masalah keluarga, masalah ekonomi, dan kepribadian.

#### D. Populasi dan Sampel

##### 1. Populasi

Populasi adalah seluruh data yang menjadi perhatian peneliti dalam suatu ruang lingkup dan waktu yang peneliti tentukan. Adapun populasi dalam penelitian ini yaitu sejumlah guru SMA Negeri yang ada di Kabupaten Luwu Timur.

Tabel 3.1 Populasi guru SMA Negeri di Kabupaten Luwu Timur

<b>Nama Sekolah</b>	<b>Jumlah Guru</b>
SMA Negeri 1 Luwu Timur	44 orang
SMA Negeri 2 Luwu Timur	56 orang
SMA Negeri 3 Luwu Timur	38 orang
SMA Negeri 4 Luwu Timur	58 orang
SMA Negeri 5 Luwu Timur	36 orang
SMA Negeri 6 Luwu Timur	36 orang
SMA Negeri 7 Luwu Timur	52 orang
SMA Negeri 8 Luwu Timur	47 orang
SMA Negeri 9 Luwu Timur	37 orang
SMA Negeri 10 Luwu Timur	34 orang
SMA Negeri 11 Luwu Timur	18 orang
SMA Negeri 12 Luwu Timur	26 orang
SMA Negeri 13 Luwu Timur	15 orang
<b>Total</b>	<b>497 orang</b>

## 2. Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi yang sebagai contoh untuk diambil dengan cara-cara tertentu. Apabila subjeknya kurang dari 100, lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Penarikan sampel pada penelitian ini menggunakan rumus slovin. Adapun jumlah populasi dalam penelitian ini yaitu 497 orang guru dan sampel yang akan diteliti yaitu berjumlah 83 orang guru dihitung dengan menggunakan rumus slovin dengan taraf toleransi 10%.

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

Keterangan :

n = jumlah sampel

N = jumlah populasi

e = taraf toleransi (10%)

$$\begin{aligned} n &= \frac{N}{1 + Ne^2} \\ &= \frac{497}{1 + 497 (0,1)^2} \\ &= \frac{497}{5,97} = 83,24 = 83 \end{aligned}$$

Berdasarkan pada perhitungan di atas, maka sampel dalam penelitian ini adalah 83 orang guru dengan pengambilan sampel dilakukan secara *proportionate stratified random sampling* memakai rumus alokasi proporsional sebagai berikut :

$$n_i = \frac{N_i}{N} \times n$$

Keterangan :

$n_i$  = Jumlah sampel menurut stratum

$n$  = Jumlah sampel secara keseluruhan

$N_i$  = Jumlah populasi menurut stratum

$N$  = Jumlah populasi keseluruhan

Penarikan sampel guru dilakukan secara proporsional, yang dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 3.2 Perhitungan Sampel

No	Nama Sekolah	Jumlah Guru	Sampel Guru
1	SMAN 1 Luwu Timur	44	$44/497 \times 83 = 7$
2	SMAN 2 Luwu Timur	56	$56/497 \times 83 = 9$
3	SMAN 3 Luwu Timur	38	$38/497 \times 83 = 6$
4	SMAN 4 Luwu Timur	58	$58/497 \times 83 = 10$
5	SMAN 5 Luwu Timur	36	$36/497 \times 83 = 6$
6	SMAN 6 Luwu Timur	36	$36/497 \times 83 = 6$
7	SMAN 7 Luwu Timur	52	$52/497 \times 83 = 9$
8	SMAN 8 Luwu Timur	47	$47/497 \times 83 = 8$
9	SMAN 9 Luwu Timur	37	$37/497 \times 83 = 6$
10	SMAN 10 Luwu Timur	34	$34/497 \times 83 = 6$
11	SMAN 11 Luwu Timur	18	$18/497 \times 83 = 3$
12	SMAN 12 Luwu Timur	26	$26/497 \times 83 = 4$
13	SMAN 13 Luwu Timur	15	$15/497 \times 83 = 3$
<b>Jumlah</b>		<b>497</b>	<b>83</b>

#### E. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah teknik survei, yaitu data yang di peroleh langsung dari objek penelitian dengan menggunakan angket

## 1. Angket

Angket adalah daftar pernyataan atau pertanyaan yang dikirim langsung atau tidak langsung kepada responden yang disusun berdasarkan indikator variabel penelitian. Berdasarkan penelitian ini, item angket disajikan dengan menggunakan skala Likert. Skala Likert adalah skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pemikiran dan persepsi seseorang atau sekelompok orang terhadap peristiwa sosial dengan mendefinisikan variabel dan indikator variabel. Alat ukur dapat berupa pertanyaan atau pernyataan.

Tabel 3.3 Skor Butir Soal Kuesioner

Alternatif Jawaban	Skor Pertanyaan Positif	Skor Pertanyaan Negatif
Sangat Sesuai	5	1
Sesuai	4	2
Kurang Sesuai	3	3
Tidak Sesuai	2	4
Sangat Tidak Sesuai	1	5

## F. Instrumen Penelitian

Alat ukur dalam penelitian dinamakan dengan instrumen penelitian. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu instrumen untuk efikasi diri, dukungan sosial serta stres kerja. Berikut kisi-kisi instrumen penelitian yang diajukan ialah sebagai berikut:

## 1. Instrumen Variabel Efikasi Diri

Tabel 3.4 Kisi-Kisi Instrumen Variabel Efikasi Diri

Variabel	Aspek	Indikator	Jumlah butir	
Efikasi Diri	1. Dimensi tingkat atau <i>level/ Magnitude</i>	a. Kepercayaan diri dalam menyelesaikan tugas yang diberikan	1,3	
		b. Kemampuan menyelesaikan tugas mulai dari yang sederhana hingga yang sulit	9,10	
		c. Kesulitan kerja	2	
	2. Dimensi kekuatan atau <i>strenght</i>	a. Meyakini mampu menyelesaikan tugas diberbagai situasi dan kondisi	4,7	
		b. Mampu belajar dari setiap pengalaman	5,8	
	3. Dimensi generalitas atau <i>generality</i>	a. Kemampuan melakukan tugas tugas dalam bidang yang berbeda	6	
	<b>Total</b>			<b>10</b>

## 2. Instrumen Variabel Dukungan Sosial

Tabel 3.5 Kisi-Kisi Instrumen Dukungan Sosial

Variabel	Aspek	Indikator	Jumlah butir	
Dukungan Sosial	1. Dukungan emosional	a. Empati	1,14	
		b. Kepedulian	2,18	
		c. Perhatian	7,19	
	2. Dukungan instrumental	a. Bantuan langsung berupa tindakan	3,4	
		b. Bantuan langsung berupa barang/jasa	5,17	
	3. Dukungan penilaian/ Penghargaan	a. Penghargaan positif	6,20	
		b. Dorongan atau persetujuan atas ide atau gagasan	8,9	
	4. Dukungan informasi	a. Nasehat	15,11	
		b. Saran	10,13	
		c. Petunjuk	12,16	
	<b>Total</b>			<b>20</b>

### 3. Instrumen Variabel Stres Kerja

Tabel 3.6 Kisi-Kisi Instrumen Variabel Stres Kerja

Variabel	Aspek	Indikator	Jumlah butir
Stres kerja	1. Faktor lingkungan	a. Ketidakpastian ekonomi	1,2
		b. Ketidakpastian politik	3,4
		c. Ketidakpastian teknologi	5,14
	2. Faktor organisasi	a. Tuntutan tugas	6,7
		b. Tuntutan interpersonal	9
		c. Tuntutan peran	8,15
	3. Faktor individu	a. Masalah keluarga	11
		b. Masalah ekonomi	10,16
		c. Kepribadian	12,13
<b>Total</b>			<b>16</b>

### G. Uji Validitas dan Reliabilitas

#### 1. Uji Validitas

##### a. Validitas Konstruktif

Sebelum menggunakan angket, instrumen angket diuji terlebih dahulu dalam hal ini uji validitas dan reliabilitas. Uji validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji validitas isi yang dilakukan oleh ahli yang berbeda. Validitas isi dapat dibantu dengan menggunakan kisi-kisi instrumen, dimana kisi-kisi tersebut mencakup variabel-variabel yang diteliti, indikator-indikator sebagai tolak ukur, dan pertanyaan atau pernyataan yang dijelaskan dalam indikator-indikator tersebut. Rancangan angket diajukan kepada tiga orang ahli atau validator untuk divalidasi. Validator diberikan lembar konfirmasi yang diisi dengan tanda centang pada skala Likert 4-1 untuk setiap instrumen.

Dalam penelitian ini, untuk menguji kelayakan instrumen atau menguji validitas isi menggunakan uji Gregory dengan rumus:

$$V_i = \frac{D}{A + B + C + D}$$

Keterangan :

- $V_i$  = Validasi Konstruk  
 A = Kedua validator tidak setuju  
 B = Validator I setuju, validator II tidak setuju  
 C = Validator I tidak setuju, validator II setuju  
 D = Kedua validator setuju<sup>2</sup>

Tabel 3.7 Interpretasi Nilai Validitas

Interval	Interpretasi
0,00 – 0,19	Sangat Rendah
0,20 – 0,39	Rendah
0,40 – 0,59	Cukup
0,60 – 0,79	Tinggi
0,80 – 1,00	Sangat Tinggi

Adapun hasil validitas dari validator untuk angket efikasi diri, dukungan sosial serta stres kerja guru tertera pada tabel berikut:

<sup>2</sup>Akbar Iskandar and Muhammad Rizal, "Analisis Kualitas Soal Di Perguruan Tinggi Berbasis Aplikasi TAP", *Jurnal Penelitian Dan Evaluasi Pendidikan* 22. No. 1 (2018): 14 <https://doi.org/10.21831/pep.v22i1.1560>.

Tabel 3.8 Validasi Data Angket oleh Validator

Tabulasi silang 2x2		Validator 1	
		Kurang relevan (1-2)	Sangat relevan (3-4)
Validator 2	Kurang relevan (1-2)	A (0)	B (0)
	Sangat relevan (3-4)	C (0)	D (6)

$$Vi = \frac{D}{A + B + C + D}$$

$$Vi = \frac{6}{0 + 0 + 0 + 6}$$

$$Vi = \frac{6}{6}$$

$$Vi = 1$$

Berdasarkan pada tabel 3.8 diatas diperoleh nilai Vi sebesar 1. Jika diinterpretasikan kedalam tabel validasi yang terdapat pada tabel 3.7, maka dapat disimpulkan bahwa nilai yang didapatkan dari pengolahan angket efikasi diri, dukungan sosial dan stres kerja guru sudah sangat sesuai (valid). Adapun hasil validasi angket oleh validator secara keseluruhan dapat dilihat pada lampiran nomor dua.

#### b. Validitas Item

Uji validitas digunakan untuk mendapatkan tingkat kevalidan suatu instrumen agar mendapatkan data yang sesuai. Syarat yang harus dipenuhi oleh item valid adalah jika  $r_{hitung} \geq r_{tabel}$ . Penelitian ini menggunakan uji validitas yang dilakukan dengan analisis butir. Pengujian validitas instrumen menggunakan teknik korelasi *product moment* dari Karl Pearson dengan rumus:

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan:

$r_{xy}$  : Koefisien korelasi antara variabel x dan y

N : Jumlah responden

$\sum XY$  : Jumlah perkalian X dan Y

$\sum X$  : Jumlah nilai X

$\sum Y$  : Jumlah nilai Y

$\sum X^2$  : Jumlah kuadrat nilai X

$\sum Y^2$  : Jumlah kuadrat nilai Y.

Adapun kriteria pengujian validitasnya adalah sebagai berikut:

Jika nilai  $r_{hitung} \geq r_{tabel}$  = valid

Jika nilai  $r_{hitung} < r_{tabel}$  = tidak valid<sup>3</sup>

#### 1) Validitas Instrumen Efikasi Diri

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu angket yang berjumlah 12 butir pernyataan. Sebelum instrumen digunakan dalam penelitian, terlebih dahulu dilakukan uji coba kepada 35 orang guru untuk mengetahui apakah angket yang akan digunakan dalam pengumpulan data tersebut valid atau tidak valid.

<sup>3</sup>A. Muri Yusuf, *Metode Penelitian ; Kuantitatif, Kualitatif dan Metode Gabungan*, (Jakarta : Kencana, 2017), 100.

Tabel 3.9 Hasil Perhitungan Validitas Butir Soal No.1 Angket  
Efikasi Diri (X1)

No	X	Y	XY	X <sup>2</sup>	Y <sup>2</sup>
1	5	41	205	25	1681
2	5	41	205	25	1681
3	1	19	19	1	361
4	5	50	250	25	2500
5	4	46	184	16	2116
6	4	48	192	16	2304
7	4	40	160	16	1600
8	5	50	250	25	2500
9	5	47	235	25	2209
10	3	44	132	9	1936
11	4	42	168	16	1764
12	4	43	172	16	1849
13	3	39	117	9	1521
14	5	47	235	25	2209
15	4	44	176	16	1936
16	1	19	19	1	361
17	4	40	160	16	1600
18	3	44	132	9	1936
19	5	41	205	25	1681
20	4	43	172	16	1849
21	3	44	132	9	1936
22	5	41	205	25	1681
23	5	50	250	25	2500
24	4	44	176	16	1936
25	3	44	132	9	1936
26	5	41	205	25	1681
27	3	39	117	9	1521
28	4	43	172	16	1849
29	4	45	180	16	2025
30	4	45	180	16	2025
31	4	45	180	16	2025
32	4	50	200	16	2500
33	3	50	150	9	2500
34	5	52	260	25	2704
35	5	50	250	25	2500
<b>Total</b>	<b>139</b>	<b>1511</b>	<b>6177</b>	<b>589</b>	<b>66913</b>

Sumber : Data angket efikasi diri

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

$$r_{xy} = \frac{35(6177) - (139)(1511)}{\sqrt{\{35(589) - (139)^2\} \{35(66913) - (1511)^2\}}}$$

$$r_{xy} = \frac{216.195 - 210.029}{\sqrt{\{20.615 - 19.321\} \{2.341.955 - 2.283.121\}}}$$

$$r_{xy} = \frac{6.166}{\sqrt{(1.294)(58.834)}}$$

$$r_{xy} = \frac{6.166}{\sqrt{76.131.196}}$$

$$r_{xy} = \frac{6.166}{8.725,31}$$

$$r_{xy} = 0,707$$

Melalui perhitungan tersebut, diketahui nilai  $r_{xy}$  sebesar 0,707. Untuk mengetahui validitasnya, maka terlebih dahulu melihat nilai koefisien nilai “r” *Product Moment* dengan nilai Df sebesar 35 dengan taraf signifikansi 5% yaitu bernilai sebesar 0,333. Hasil hitung nilai  $r_{xy}$  sebesar 0,707 ternyata lebih besar dari  $r_{tabel}$  (0,333), maka butir pernyataan no 1 untuk angket efikasi diri dinyatakan valid. Untuk uji validitas angket nomor 2 dapat diuji dengan cara yang sama dengan butir nomor 1.

Tabel 3.10 Validitas Instrumen Efikasi Diri

No	Butir Instrumen	R hitung	R tabel	Ket
1	Pernyataan 1	0,707	0,333	Valid
2	Pernyataan 2	0,787	0,333	Valid
3	Pernyataan 3	0,896	0,333	Valid
4	Pernyataan 4	0,815	0,333	Valid
5	Pernyataan 5	0,799	0,333	Valid
6	Pernyataan 6	0,570	0,333	Valid
7	Pernyataan 7	0,145	0,333	Tidak valid
8	Pernyataan 8	0,430	0,333	Valid

Tabel 3.10 Lanjutan

<b>9</b>	Pernyataan 9	0,264	0,333	Tidak valid
<b>10</b>	Pernyataan 10	0,562	0,333	Valid
<b>11</b>	Pernyataan 11	0,924	0,333	Valid
<b>12</b>	Pernyataan 12	0,744	0,333	Valid

Sumber : Data pada lampiran

Jika dilihat pada tabel di atas, terdapat 2 item pernyataan yang tidak valid atau dinyatakan gugur. Sehingga terdapat 10 item yang dianggap layak untuk digunakan sebagai instrumen penelitian.

## 2) Validitas Instrumen Dukungan Sosial

Terdapat 20 item angket dukungan sosial yang telah dilakukan uji coba untuk mengetahui apakah item tersebut valid dan reliabel untuk selanjutnya digunakan dalam penelitian.

Tabel 3.11 Validitas Instrumen Dukungan Sosial

<b>No</b>	<b>Butir instrumen</b>	<b>R tabel</b>	<b>R hitung</b>	<b>Keterangan</b>
<b>1</b>	Pernyataan 1	0,424	0,333	Valid
<b>2</b>	Pernyataan 2	0,737	0,333	Valid
<b>3</b>	Pernyataan 3	0,775	0,333	Valid
<b>4</b>	Pernyataan 4	0,649	0,333	Valid
<b>5</b>	Pernyataan 5	0,837	0,333	Valid
<b>6</b>	Pernyataan 6	0,558	0,333	Valid
<b>7</b>	Pernyataan 7	0,804	0,333	Valid
<b>8</b>	Pernyataan 8	0,677	0,333	Valid
<b>9</b>	Pernyataan 9	0,610	0,333	Valid
<b>10</b>	Pernyataan 10	0,587	0,333	Valid
<b>11</b>	Pernyataan 11	0,568	0,333	Valid
<b>12</b>	Pernyataan 12	0,713	0,333	Valid
<b>13</b>	Pernyataan 13	0,759	0,333	Valid
<b>14</b>	Pernyataan 14	0,522	0,333	Valid
<b>15</b>	Pernyataan 15	0,575	0,333	Valid
<b>16</b>	Pernyataan 16	0,911	0,333	Valid
<b>17</b>	Pernyataan 17	0,855	0,333	Valid
<b>18</b>	Pernyataan 18	0,743	0,333	Valid
<b>19</b>	Pernyataan 19	0,827	0,333	Valid
<b>20</b>	Pernyataan 20	0,803	0,333	Valid

Sumber : Data pada lampiran

Berdasarkan pada tabel, terdapat 20 butir pernyataan dan semua valid sehingga dianggap layak untuk digunakan sebagai instrumen penelitian.

### 3) Validitas Instrumen Stres Kerja

Terdapat 17 item yang dilakukan uji validitas untuk mengetahui instrumen tersebut apakah layak untuk digunakan dalam penelitian. Adapun hasil uji validitas dan reliabilitas angket stres kerja pada tabel berikut ini:

Tabel 3.12 Hasil Uji Validitas Instrumen Stres Kerja Guru

No	Butir instrumen	R hitung	R tabel	Keterangan
1	Pernyataan 1	0,508	0,333	Valid
2	Pernyataan 2	0,517	0,333	Valid
3	Pernyataan 3	0,494	0,333	Valid
4	Pernyataan 4	0,797	0,333	Valid
5	Pernyataan 5	0,747	0,333	Valid
6	Pernyataan 6	0,699	0,333	Valid
7	Pernyataan 7	0,552	0,333	Valid
8	Pernyataan 8	0,692	0,333	Valid
9	Pernyataan 9	-0,470	0,333	Tidak valid
10	Pernyataan 10	0,624	0,333	Valid
11	Pernyataan 11	0,623	0,333	Valid
12	Pernyataan 12	0,362	0,333	Valid
13	Pernyataan 13	0,443	0,333	Valid
14	Pernyataan 14	0,675	0,333	Valid
15	Pernyataan 15	0,451	0,333	Valid
16	Pernyataan 16	0,680	0,333	Valid
17	Pernyataan 17	0,536	0,333	Valid

Sumber : Data pada lampiran

Berdasarkan pada tabel, terdapat 17 butir pernyataan dan terdapat 1 butir yang dinyatakan tidak valid sehingga pernyataan tersebut dihilangkan. Sehingga tersisa 16 butir pernyataan yang valid dan dianggap layak untuk dijadikan instrumen penelitian.

## 2. Uji Reliabilitas

Dalam penelitian ini, *Alpha Cronbach* digunakan oleh peneliti untuk menentukan reliabilitas angket. Proses perhitungan menggunakan rumus koefisien reliabilitas *Alpha Cronbach* dengan persamaan:

$$r_{11} = \left( \frac{k}{k-1} \right) - \left( 1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_i^2} \right)$$

Keterangan :

r = Reliabilitas instrumen

k = Banyak butir pernyataan

$\sigma_i^2$  = Varians total

$\sum \sigma_b^2$  = Jumlah varians butir

Adapun tolak ukur untuk menginterpretasikan derajat reliabilitas instrumen yang diperoleh adalah sebagai berikut:

Tabel 3.13 Interpretasi Reliabilitas<sup>4</sup>

Koefesien Korelasi	Kriteria Reliabilitas
0,80 – 1,00	Sangat Tinggi
0,60 – 0,80	Tinggi
0,40 – 0,60	Cukup
0,20 – 0,40	Rendah
0,00 – 0,20	Sangat Rendah

Selain itu, metode Alpha Cronbach digunakan untuk menguji reliabilitas instrumen. Adapun hasil uji reliabilitas yakni sebagai berikut:

<sup>4</sup>Arikunto, *Prosedur Penelitian suatu Pendekatan Praktek*, (Jakarta : PT. Rineka Cipta, 2006), 171.

Tabel 3.14 Uji Reliabilitas

<b>Variabel</b>	<b>Cronbach's Alpha</b>	<b>Keterangan</b>
Efikasi Diri	0,861	Sangat Tinggi
Dukungan Sosial	0,934	Sangat Tinggi
Stres Kerja	0,896	Sangat Tinggi

Sumber : Hasil olah data IBM SPSS *for windows*

Berdasarkan hasil uji reliabilitas pada tabel di atas dapat disimpulkan bahwa instrumen variabel efikasi diri, dukungan sosial dan stres kerja berada pada kriteria reliabilitas sangat tinggi berdasarkan pada tabel interpretasi reliabilitas sehingga instrumen dapat digunakan dalam penelitian.

### **3. Teknik Analisis Data**

#### **1. Analisis Statistik Deskriptif**

Data yang dikumpulkan menggunakan angket ini diukur dengan menggunakan skala Likert. Setelah data yang diperoleh dalam penelitian ini dianggap cukup, maka penulisannya menggunakan metode analisis statistik deskriptif.

Teknik analisis statistik deskriptif digunakan untuk mengetahui nilai yang diperoleh dari angket mengenai pengaruh efikasi diri dan dukungan sosial terhadap stres kerja guru SMA Negeri di Kabupaten Luwu Timur. Dengan keperluan analisis tersebut, maka digunakan untuk mendeskripsikan nilai responden berupa rata-rata, median, standar deviasi, skor pertanyaan, skor terendah dan tertinggi, serta tabel distribusi frekuensi dan histogram. Analisis data dilakukan dengan *microsoft excel* yakni sebuah program aplikasi siap pakai. Adapun pengelolaan data dilakukan dengan menggunakan rumus persentase sebagai berikut :

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

P = Persentase Jawaban

F = Frekuensi

N = Jumlah Responden

Selanjutnya dari hasil rata-rata skor capaian responden dibandingkan dengan tabel kategorisasi berikut ini:

Tabel 3.15 Kategorisasi Persentase Variabel

No	Data Interval	Kategorisasi
1.	$X < (\mu - 1,0\sigma)$	Rendah
2.	$(\mu - 1,0\sigma) \leq X < (\mu + 1,0\sigma)$	Sedang
3.	$(\mu + 1,0\sigma) \leq X$	Tinggi

Keterangan :

$\mu$  = Mean Populasi x 3

$\sigma$  = Satuan Deviasi Standar Populasi<sup>5</sup>

## 2. Analisis Statistik Inferensial

Statistik inferensial adalah teknik statistik yang digunakan untuk menguji hipotesis dan selanjutnya menarik kesimpulan atau generalisasi dari sampel ke populasi.

<sup>5</sup>Saifuddin Azwar, *Penyusunan Skala Psikologi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012),

a. Tahap Uji Prasyarat Analisis

1) Uji Normalitas Galat Taksiran

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui data berdistribusi normal atau tidak. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan uji normalitas galat taksiran dengan uji *lilliefors*. Dimana uji normalitas bertujuan untuk mengetahui data berdistribusi normal atau tidak

Kriteria pengambilan keputusan untuk uji normalitas yakni:

Jika nilai  $L_{hitung} < L_{tabel}$  berarti data berdistribusi normal

Jika nilai  $L_{hitung} > L_{tabel}$  berarti data tidak berdistribusi normal<sup>6</sup>

2) Uji Multikolinearitas

Uji multikolinearitas bertujuan untuk mengetahui apakah pada suatu model regresi ditemukan adanya korelasi antar variabel bebas. Dalam penelitian ini, ada atau tidaknya multikolinearitas pada model regresi dapat diketahui dari nilai toleransi dan nilai *Variance Inflation Factor* (VIF). Adapun rumus uji multikolinearitas yaitu:

$$VIF = \frac{1}{1 - R_j^2}$$

Keterangan:

VIF = *Variance Inflation Factor*

$R_j^2$  = koefisien determinasi antara  $X_j$  dengan variabel bebas lainnya pada persamaan model

$j$  = 1,2,...,p

---

<sup>6</sup>Tisa Puspita Anggraini dkk, "Pengaruh Kecerdasan Emosional dan Motivasi Belajar terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa", *Jambura Journal Of Mathematics Education* 3, no. 1, (2022): 5. DOI: <https://doi.org/10.34312/jmathedu.v3i1.11807>

Kriteria pengambilan keputusan untuk uji multikolinearitas yaitu:

Jika nilai VIF < 10,00 berarti bahwa tidak terjadi multikolinearitas

Jika nilai *tolerance* > 0,10 berarti bahwa tidak terjadi multikolinearitas<sup>7</sup>

### 3) Uji Linieritas

Uji linieritas bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan linier antara variabel bebas dengan variabel terikat. Dalam penelitian ini, peneliti melakukan uji anova dengan menggunakan IBM SPSS *statistic for windows* untuk menguji linearitas. Kriteria pengambilan keputusan untuk uji linearitas yakni:

Jika nilai sig. Deviation from linearity > 0,05, maka ada hubungan yang linear secara signifikan antara variabel independen dengan variabel dependen.

Jika nilai sig. Deviation from linearity < 0,05, maka tidak terdapat hubungan yang linear secara signifikan antara variabel independen dengan variabel dependen.<sup>8</sup>

#### b. Analisis Regresi Berganda

Analisis regresi berganda digunakan untuk mengetahui pengaruh dua atau lebih variabel bebas terhadap variabel terikat. Adapun model analisis yang digunakan dapat dirumuskan sebagai berikut yaitu:

$$\bar{Y} = a + b_1 X_1 + b_2 X_2 + e$$

Keterangan :

$\bar{Y}$  = stres kerja guru

$X_1$  = efikasi diri

$X_2$  = dukungan sosial

<sup>7</sup>I Wayan Widana dan Putu Lia Muliani, *Uji Persyaratan Analisis*, (Lumajang: Klik Media, 2020), 62.

<sup>8</sup>I Wayan Widana dan Putu Lia Muliani, *Uji Persyaratan Analisis*, (Lumajang: Klik Media, 2020), 53.

- a = konstanta
- $b_1$  = koefisien regresi  $X_1$
- $b_2$  = koefisien regresi  $X_2$
- e = standar eror

Kriteria pengambilan keputusan untuk analisis regresi berganda yakni:

Jika nilai signifikan  $< 0,05$ , maka ada pengaruh antara variabel X terhadap variabel Y.

Jika nilai signifikan  $> 0,05$ , maka tidak terdapat pengaruh antara variabel X terhadap Y.<sup>9</sup>

#### c. Uji F

Untuk menentukan pengaruh total variabel independen terhadap variabel dependen ditentukan dengan membandingkan besarnya angka  $F_{hitung}$  dan  $F_{tabel}$ . Adapun kriteria pengambilan keputusan berdasarkan pada uji F yakni:

- a)  $H_0$  diterima dan  $H_1$  ditolak jika  $F_{hitung} \leq F_{tabel}$ .
- b)  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima jika  $F_{hitung} > F_{tabel}$ .<sup>10</sup>

Adapun nilai dari  $F_{tabel}$  berdasarkan pada rumus, sehingga didapat nilai dari  $F_{tabel}$  yaitu:

$$F_{tabel} = F(k ; n-k) = F(2 ; 80-2) = f(2 ; 81) = 3,11 \text{ (lampiran 7)}$$

<sup>9</sup>Ajat Rukajat, *Pendekatan Penelitian Kuantitatif (Quantitative Research Approach)*, (Yogyakarta: Deepublish, 2018), 33.

<sup>10</sup>Laurencia Veronika Santoso, "Analisis Pengaruh Price, Overall Satisfaction, dan Trust terhadap Intention to Return pada Online Store Lazada", *Agora* 6, no. 1, (2018): 3. <https://publication.petra.ac.id/index.php/manajemen-bisnis/article/download/6456/5873&ved>

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Hasil Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *ex post facto* dengan pendekatan deskriptif kuantitatif. Adapun yang menjadi responden dalam penelitian ini yaitu guru dari setiap SMA Negeri yang ada di Kabupaten Luwu Timur.

##### 1. Hasil Statistik Deskriptif

###### a. Efikasi Diri

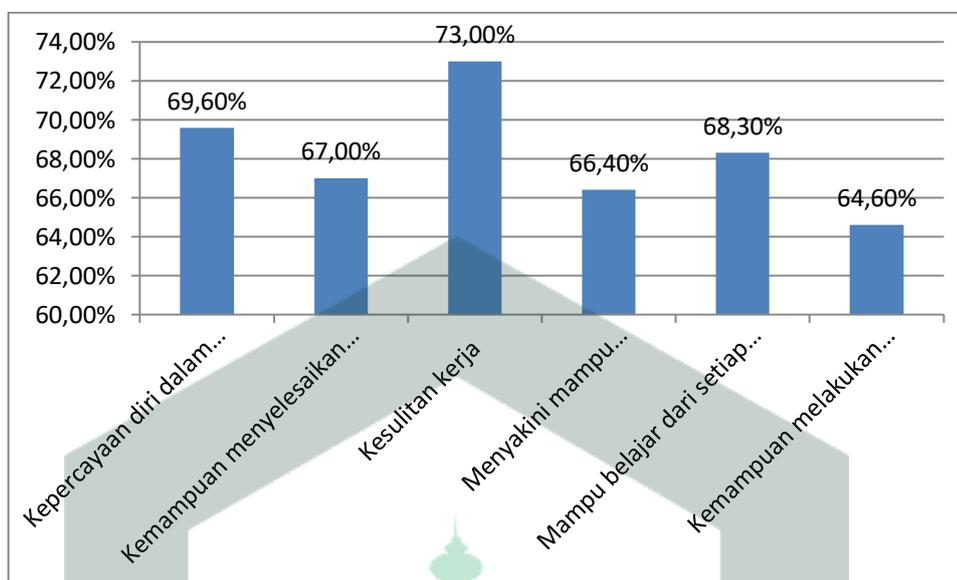
Berdasarkan pada skala efikasi diri terdiri atas 10 item yang masing-masing diberi skor 1 untuk jawaban STS, skor 2 untuk jawaban TS, skor 3 untuk jawaban KS, skor 4 untuk jawaban S, dan skor 5 untuk jawaban SS. Rentang minimum-maksimumnya adalah  $10 \times 1 = 10$  sampai dengan  $10 \times 5 = 50$ , sehingga luas jarak sebarannya adalah  $50 - 10 = 40$ . Dengan demikian, setiap satuan deviasi standarnya bernilai  $\sigma = 40/6 = 7$  (dibulatkan), dan mean teoretiknya adalah  $10 \times 3 = 30$ . Jika skor variabel efikasi diri dikelompokkan dalam 3 kategori, maka diperoleh kategori-kategori skor efikasi diri sebagai berikut:

Tabel 4.1 Kategori Variabel Efikasi Diri

Interval	Frekuensi	Persentase	Kategori
$X < 23$	0	0%	Rendah
$23 \leq X < 37$	23	27,7%	Sedang
$37 \leq X$	60	72,3%	Tinggi
Jumlah	83	100%	

Berdasarkan pada tabel 4.1 yang menjelaskan bahwa efikasi diri guru dalam penelitian ini berada pada kategori tinggi dengan persentase sebesar 72,3%.

Sedangkan untuk mengetahui persentase dari masing-masing indikator dapat dilihat pada gambar berikut ini.



Gambar 4.1 Grafik Indikator Efikasi Diri

Berdasarkan pada gambar di atas, dapat diketahui hasil dari perhitungan masing-masing indikator yakni sebagai berikut:

- 1) Indikator kepercayaan diri dalam menyelesaikan tugas yang diberikan pada gambar di atas mendapati hasil perhitungan persentase sebesar 69,60%, hasil tersebut menunjukkan bahwa indikator tersebut termasuk dalam kategori tinggi.
- 2) Indikator kemampuan menyelesaikan tugas mulai dari yang sederhana hingga yang sulit pada gambar di atas mendapati hasil perhitungan persentase sebesar 67,00%, hasil tersebut menunjukkan bahwa indikator tersebut termasuk dalam kategori tinggi.

- 3) Indikator kesulitan kerja pada gambar di atas mendapati hasil perhitungan persentase sebesar 73,00%, hasil tersebut menunjukkan bahwa indikator tersebut termasuk dalam kategori sangat tinggi.
- 4) Indikator menyakini mampu menyelesaikan tugas diberbagai situasi dan kondisi pada gambar di atas mendapati hasil perhitungan persentase sebesar 66,40%, hasil tersebut menunjukkan bahwa indikator tersebut termasuk dalam kategori tinggi.
- 5) Indikator mampu belajar dari setiap pengalaman pada gambar di atas mendapati hasil perhitungan persentase sebesar 68,30%, hasil tersebut menunjukkan bahwa indikator tersebut termasuk dalam kategori tinggi.
- 6) Indikator kemampuan melakukan tugas-tugas dalam bidang yang berbeda pada gambar di atas mendapati hasil perhitungan persentase sebesar 64,60%, hasil tersebut menunjukkan bahwa indikator tersebut termasuk dalam kategori sangat tinggi.

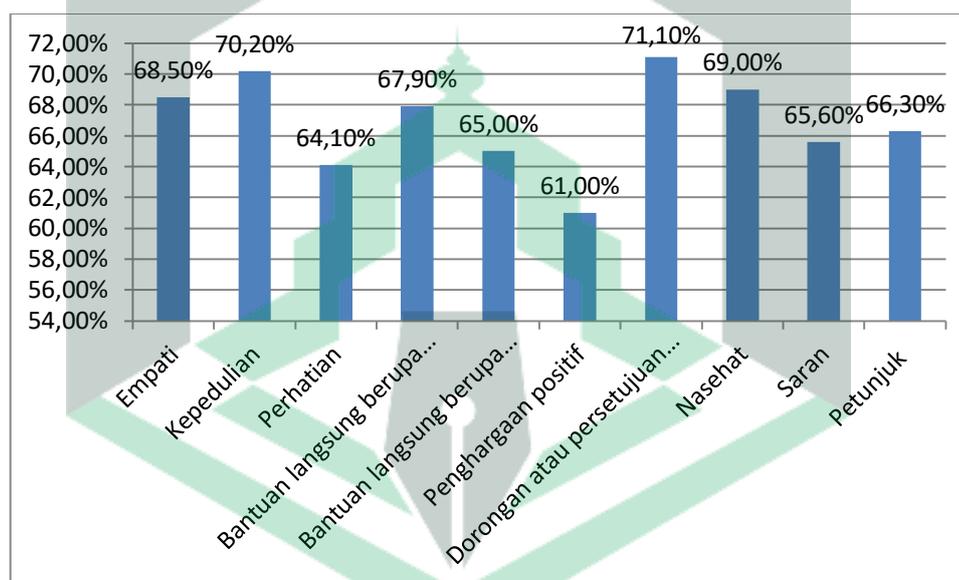
#### **b. Dukungan Sosial**

Berdasarkan pada skala dukungan sosial terdiri atas 20 item yang masing-masing diberi skor 1 untuk jawaban STS, skor 2 untuk jawaban TS, skor 3 untuk jawaban KS, skor 4 untuk jawaban S, dan skor 5 untuk jawaban SS. Rentang minimum-maksimumnya adalah  $20 \times 1 = 20$  sampai dengan  $20 \times 5 = 100$ , sehingga luas jarak sebarannya adalah  $100 - 20 = 80$ . Dengan demikian, setiap satuan deviasi standarnya bernilai  $\sigma = 80/6 = 13$  dan mean teoretiknya adalah  $20 \times 3 = 60$ . Jika skor variabel dukungan sosial dikelompokkan dalam 3 kategori, maka diperoleh kategori-kategori skor dukungan sosial sebagai berikut.

Tabel 4.2 Kategori Variabel Dukungan Sosial

Interval	Frekuensi	Persentase	Kategori
$X < 47$	1	1,2%	Rendah
$47 \leq X < 73$	19	22,9%	Sedang
$73 \leq X$	63	75,9%	Tinggi
Jumlah	83	100%	

Berdasarkan pada tabel di atas, menjelaskan bahwa dukungan sosial pada guru dalam penelitian ini berada pada kategori tinggi dengan persentase sebesar 75,9%. Sedangkan untuk mengetahui persentase dari masing-masing indikator dukungan sosial dapat dilihat pada tabel berikut.



Gambar 4.2 Grafik Indikator Dukungan Sosial

Berdasarkan pada gambar di atas, dapat diketahui hasil dari perhitungan masing-masing indikator yakni sebagai berikut:

- 1) Indikator empati pada gambar di atas mendapati hasil perhitungan persentase sebesar 68,50%, hasil tersebut menunjukkan bahwa indikator tersebut termasuk dalam kategori tinggi.

- 2) Indikator kepedulian pada gambar di atas mendapati hasil perhitungan persentase sebesar 70,20%, hasil tersebut menunjukkan bahwa indikator tersebut termasuk dalam kategori tinggi.
- 3) Indikator perhatian pada gambar di atas mendapati hasil perhitungan persentase sebesar 64,10%, hasil tersebut menunjukkan bahwa indikator tersebut termasuk dalam kategori tinggi.
- 4) Indikator bantuan langsung berupa tindakan pada gambar di atas mendapati hasil perhitungan persentase sebesar 67,90%, hasil tersebut menunjukkan bahwa indikator tersebut termasuk dalam kategori tinggi.
- 5) Indikator bantuan langsung berupa barang/jasa pada gambar di atas mendapati hasil perhitungan persentase sebesar 65,00%, hasil tersebut menunjukkan bahwa indikator tersebut termasuk dalam kategori tinggi.
- 6) Indikator penghargaan positif pada gambar di atas mendapati hasil perhitungan persentase sebesar 61,00%, hasil tersebut menunjukkan bahwa indikator tersebut termasuk dalam kategori tinggi.
- 7) Indikator dorongan atau persetujuan atas ide atau gagasan pada gambar di atas mendapati hasil perhitungan persentase sebesar 71,10%, hasil tersebut menunjukkan bahwa indikator tersebut termasuk dalam kategori tinggi.
- 8) Indikator nasehat pada gambar di atas mendapati hasil perhitungan persentase sebesar 69,00%, hasil tersebut menunjukkan bahwa indikator tersebut termasuk dalam kategori tinggi.

- 9) Indikator saran pada gambar di atas mendapati hasil perhitungan persentase sebesar 65,60%, hasil tersebut menunjukkan bahwa indikator tersebut termasuk dalam kategori tinggi.
- 10) Indikator petunjuk pada gambar di atas mendapati hasil perhitungan persentase sebesar 66,30%, hasil tersebut menunjukkan bahwa indikator tersebut termasuk dalam kategori tinggi.

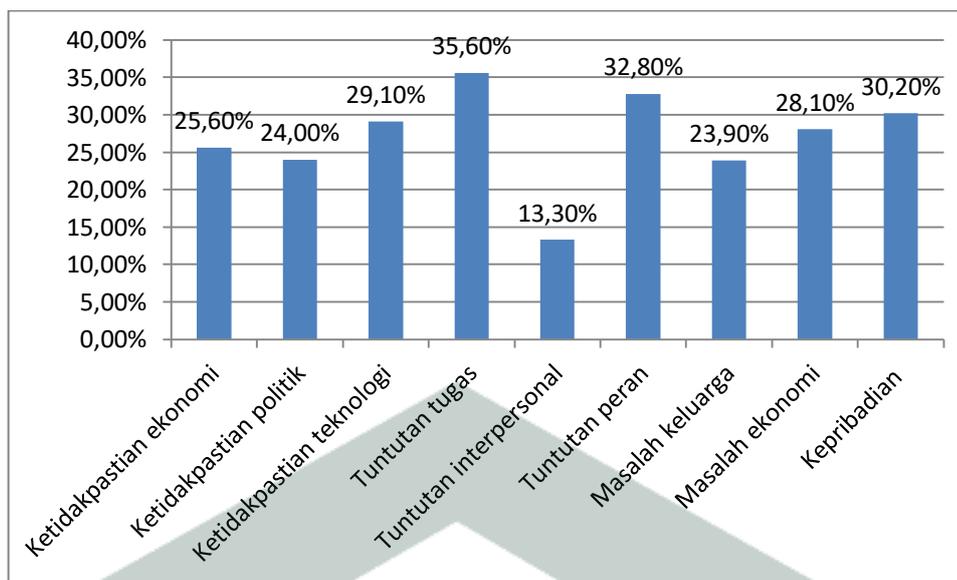
### c. Stres Kerja

Berdasarkan pada skala stres kerja terdiri atas 17 item yang masing-masing diberi skor 1 untuk jawaban STS, skor 2 untuk jawaban TS, skor 3 untuk jawaban KS, skor 4 untuk jawaban S, dan skor 5 untuk jawaban SS. Rentang minimum-maksimumnya adalah  $17 \times 1 = 17$  sampai dengan  $17 \times 5 = 85$ , sehingga luas jarak sebarannya adalah  $85 - 17 = 68$ . Dengan demikian, setiap satuan deviasi standarnya bernilai  $\sigma = 68/6 = 11$  (dibulatkan) dan mean teoretiknya adalah  $17 \times 3 = 51$ . Jika skor variabel stres kerja dikelompokkan dalam 3 kategori, maka diperoleh kategori-kategori skor dukungan sosial sebagai berikut.

Tabel 4.3 Kategori Variabel Stres Kerja

Interval	Frekuensi	Persentase	Kategori
$X < 40$	63	75,9%	Rendah
$40 \leq X < 62$	20	24,1%	Sedang
$62 \leq X$	0	0%	Tinggi
Jumlah	83	100%	

Berdasarkan pada tabel tersebut, menjelaskan bahwa stres kerja yang dialami guru dalam penelitian ini berada pada kategori sedang dengan persentase sebesar 75,9%. Sedangkan untuk mengetahui tingkat persentase masing-masing indikator variabel stres kerja dapat dilihat pada gambar berikut ini.



Gambar 4.3 Grafik Indikator Stres Kerja

Berdasarkan pada gambar di atas, dapat diketahui hasil perhitungan masing-masing indikator yakni sebagai berikut:

- 1) Indikator ketidakpastian ekonomi pada gambar di atas mendapati hasil perhitungan persentase sebesar 25,60%, hasil tersebut menunjukkan bahwa indikator tersebut termasuk dalam kategori rendah.
- 2) Indikator ketidakpastian politik pada gambar di atas mendapati hasil perhitungan persentase sebesar 24,00%, hasil tersebut menunjukkan bahwa indikator tersebut termasuk dalam kategori rendah.
- 3) Indikator ketidakpastian teknologi pada gambar di atas mendapati hasil perhitungan persentase sebesar 29,10%, hasil tersebut menunjukkan bahwa indikator tersebut termasuk dalam kategori rendah.
- 4) Indikator tuntutan tugas pada gambar di atas mendapati hasil perhitungan persentase sebesar 35,60%, hasil tersebut menunjukkan bahwa indikator tersebut termasuk dalam kategori rendah.

- 5) Indikator tuntutan interpersonal pada gambar di atas mendapati hasil perhitungan persentase sebesar 13,30%, hasil tersebut menunjukkan bahwa indikator tersebut termasuk dalam kategori rendah.
- 6) Indikator tuntutan peran pada gambar di atas mendapati hasil perhitungan persentase sebesar 32,80%, hasil tersebut menunjukkan bahwa indikator tersebut termasuk dalam kategori rendah.
- 7) Indikator masalah keluarga pada gambar di atas mendapati hasil perhitungan persentase sebesar 23,90%, hasil tersebut menunjukkan bahwa indikator tersebut termasuk dalam kategori rendah.
- 8) Indikator masalah ekonomi pada gambar di atas mendapati hasil perhitungan persentase sebesar 28,10%, hasil tersebut menunjukkan bahwa indikator tersebut termasuk dalam kategori rendah.
- 9) Indikator kepribadian pada gambar di atas mendapati hasil perhitungan persentase sebesar 30,20%, hasil tersebut menunjukkan bahwa indikator tersebut termasuk dalam kategori rendah.

## **2. Hasil Uji Prasyarat Analisis**

### **a. Uji Asumsi Klasik**

#### **1. Uji Normalitas Galat Taksiran**

Uji normalitas galat taksiran ini dimaksudkan untuk mengetahui bahwa data pada penelitian berdistribusi normal atau tidak. Salah satu untuk mengetahui nilai normalitas adalah dengan uji normalitas galat taksiran dengan uji *lilliefors*. Adapun hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 4.4 Uji Normalitas Galat Taksiran

No	Galat Taksiran	$L_{hitung}$	$L_{tabel}$	Kesimpulan
1	Y atas $X_1$	0,08	0,10	Berdistribusi normal
2	Y atas $X_2$	0,09		

Berdasarkan pada tabel di atas yang menunjukkan bahwa nilai  $L_{hitung} < L_{tabel}$  sehingga dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal berdasarkan pada kriteria pengambilan keputusan dengan *uji lilliefors*.

## 2. Uji Linearitas

### a) Uji Linearitas Variabel $X_1$ terhadap Y

Adapun uji linearitas variabel efikasi diri terhadap stres kerja dapat dilihat pada tabel 4.5 berikut ini.

Tabel 4.5 Uji Linearitas Variabel  $X_1$  ke Y

ANOVA Table						
			Sum of Squares	Df	Mean Square	F Sig.
		(Combined)	464.996	17	27.353	3.015 .001
Stres Kerja * Efikasi Diri	Between Groups	Linearity Deviation from Linearity	304.223	1	304.223	33.538 .000
			160.774	16	10.048	1.108 .367
	Within Groups		589.606	65	9.071	
	Total		1054.602	82		

Sumber : Hasil olah data menggunakan IBM SPSS *statistic for windows*

Berdasarkan pada tabel hasil uji linier di atas, diketahui bahwa nilai signifikan *deviation from linearity* adalah 0,367 yang menunjukkan bahwa nilai signifikansi lebih besar dari 0,05. Jadi, ada hubungan yang linier antara efikasi diri dengan stres kerja.

b) Uji Linearitas Variabel  $X_2$  terhadap YTabel 4.6 Uji Linearitas  $X_2$  ke Y

ANOVA Table							
			Sum of		Mean		
			Squares	Df	Square	F	Sig.
Stres	Between	(Combined)	451.920	27	16.738	1.527	.092
Kerja *	Groups	Linearity	132.664	1	132.664	12.107	.001
Dukungan		Deviation					
Sosial		from Linearity	319.256	26	12.279	1.121	.353
	Within Groups		602.682	55	10.958		
	Total		1054.602	82			

Berdasarkan pada tabel hasil uji linier diketahui bahwa nilai signifikan *deviation from linearity* adalah 0,353 yang menunjukkan bahwa nilai signifikansi lebih besar dari 0,05. Jadi, ada hubungan yang linier antara dukungan sosial dengan stres kerja.

## 3. Uji Multikolinearitas

Tabel 4.7 Uji Multikolinearitas

Coefficients <sup>a</sup>							
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.	Collinearity Statistics	
	B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1 (Constant)	32.692	2.838		11.518	.000		
Efikasi Diri	.314	.065	.471	4.820	.000	.887	1.128
Dukungan Sosial	.063	.031	.196	2.005	.048	.887	1.128

a. Dependent Variable: Stres Kerja

Sumber : Hasil olah data menggunakan IBM SPSS *statistic for windows*

Berdasarkan tabel tersebut dapat diketahui bahwa seluruh variabel independen dengan nilai VIF hitung ( VIF efikasi diri = 1,128 dan VIF dukungan

sosial = 1,128 lebih kecil dari 10,00 dan semua nilai tolerance variabel bebas 0,887 lebih besar dari 0,10. Sehingga dapat disimpulkan bahwa antara variabel independen dan variabel dependen dalam penelitian ini tidak terjadi multikolinearitas.

### b. Analisis Regresi Berganda

Analisis ini digunakan untuk mengetahui apakah ada pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat.

Tabel 4.8 Uji Regresi Variabel  $X_1$  dan  $X_2$  terhadap Y

Model		Coefficients <sup>a</sup>		Standardized Coefficients	t	Sig.
		Unstandardized Coefficients	Std. Error			
		B		Beta		
1	(Constant)	-37.665	5.605		-6.720	.000
	Efikasi Diri	-.016	.129	-.015	-.124	.022
	Dukungan Sosial	-.024	.062	-.046	-.391	.049

a. Dependent Variable: Stres Kerja

Sumber : Hasil olah data menggunakan IBM SPSS *statistic for windows*

Berdasarkan pada tabel di atas, yang dibaca adalah kolom B pada baris pertama yang menunjukkan nilai konstanta (a) dan baris berikutnya menunjukkan konstanta variabel independen. Berdasarkan pada persamaan umum dari regresi linier berganda, maka didapat persamaan regresinya yakni sebagai berikut:

$$\bar{Y} = -37.665 - 0,016X_1 - 0,024X_2$$

Dari persamaan regresi tersebut, maka dapat dijelaskan sebagai berikut:

- 1) Persamaan regresi berganda di atas menunjukkan nilai konstanta sebesar -37.665. Hal ini menyatakan bahwa jika semua variabel bebas (efikasi diri dan dukungan sosial) memiliki nilai 0, maka nilai variabel terikat (stres kerja) sebesar -37.665.

- 2) Koefisien regresi pada variabel efikasi diri ( $X_1$ ) memiliki nilai konstanta sebesar -0,016, hal ini berarti apabila nilai variabel efikasi diri bertambah satu satuan maka nilai variabel stres kerja akan menurun sebesar -0,016.
- 3) Koefisien regresi pada variabel dukungan sosial ( $X_2$ ) memiliki nilai konstanta sebesar -0,024, hal ini berarti apabila nilai variabel dukungan sosial bertambah satu satuan maka nilai variabel stres kerja akan menurun sebesar -0,024.

### c. Uji F

Tabel 4.9 Hasil Uji F

**ANOVA<sup>a</sup>**

Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	340.138	2	170.069	19.043	.000 <sup>b</sup>
	Residual	714.464	80	8.931		
	Total	1054.602	82			

a. Dependent Variable: Stres Kerja

b. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial, Efikasi Diri

Sumber : Hasil olah data menggunakan IBM SPSS *statistic for windows*

Hasil uji anova yang ditampilkan pada tabel di atas, diperoleh nilai  $f_{hitung}$  sebesar 19.043 yang lebih besar dari  $F_{tabel}$  sebesar 3,11 dan nilai signifikansi sebesar 0,000 yang lebih kecil dari 0,05. Dengan demikian dapat disimpulkan semua variabel bebas yaitu efikasi diri dan dukungan sosial secara simultan berpengaruh terhadap stres kerja.

Sedangkan untuk mengetahui besaran pengaruh atau nilai Adjusted R Square adalah dengan melihat nilai tabel *Model Summary* berikut ini:

Tabel 4.10 Koefisien Korelasi

**Model Summary**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.853 <sup>a</sup>	.636	.602	2.901

a. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial, Efikasi Diri

Berdasarkan pada tabel tersebut dapat dilihat bahwa nilai korelasi/hubungan (R) yaitu sebesar 0,853. Dari output tersebut diperoleh nilai Adjusted R Square sebesar 0,602 yang mengandung pengertian bahwa pengaruh variabel bebas (X) terhadap variabel terikat (Y) adalah sebesar 60,2%. Sedangkan sisanya dipengaruhi faktor lain diluar model.

**B. Pembahasan**

**1. Gambaran Efikasi Diri, Dukungan Sosial dan Stres Kerja Guru SMA Negeri di Kabupaten Luwu Timur**

Efikasi diri guru SMA Negeri di Kabupaten Luwu Timur menunjukkan bahwa guru menyakini dan mampu untuk menyelesaikan tugas yang diberikan, menyakini mampu untuk menyelesaikan tugas dalam bidang-bidang yang berbeda serta mampu untuk mengatasi kesulitan dalam bekerja. Dalam penelitian ini, efikasi diri guru termasuk dalam kategori tinggi. Tingginya efikasi diri yang dimiliki guru ini mampu untuk menekan stres kerja yang sewaktu-waktu bisa terjadi. Adapun dukungan sosial guru dalam penelitian ini berada pada kategori tinggi yang dimana tingginya dukungan sosial yang diterima oleh guru sehingga hal tersebut dapat mencegah terjadinya stres kerja pada guru. Dukungan sosial berupa hal positif yang diterima oleh guru seperti tindakan, petunjuk dan saran dari orang lain dapat menjadi landasan dalam menyelesaikan tugas dan kesulitan

yang dialami dalam bekerja. Sedangkan pada stres kerja guru berada pada kategori rendah yang dimana dalam penelitian ini stres kerja dapat dicegah dengan adanya efikasi diri dan dukungan sosial yang dimiliki oleh guru.

## **2. Pengaruh Efikasi Diri dan Dukungan Sosial terhadap Stres Kerja Guru SMA Negeri di Kabupaten Luwu Timur**

Berdasarkan pada hasil analisis data yang dilakukan membuktikan bahwa efikasi diri dan dukungan sosial berpengaruh negatif dan signifikan terhadap stres kerja guru SMA Negeri di Kabupaten Luwu Timur dengan pengaruh sebesar 60,2%. Dari hasil analisis dalam penelitian ini menunjukkan bahwa pengaruh variabel X terhadap variabel Y dengan nilai signifikan lebih kecil dari 0,05, dan  $F_{hitung}$  lebih besar dari  $F_{tabel}$ . Hasil penelitian ini relevan dengan beberapa penelitian sebelumnya yakni penelitian yang dilakukan Pinky Anggraeni Nirmala dan Dudung Abdurrahman di Rumah Sakit Umum Pindad Bandung yang menunjukkan adanya pengaruh efikasi diri yang negatif signifikan terhadap stres kerja.<sup>1</sup> Hasil penelitian ini juga senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Fajly Rizki yang menunjukkan bahwa efikasi diri memberikan pengaruh yang negatif dan signifikan terhadap stres kerja.<sup>2</sup> Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Lintang Kurniasari yang menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh dukungan

---

<sup>1</sup>Pinky Anggraeni Nirmala dan Dudung Abdurrahman, "Pengaruh Self-Efficacy terhadap Stres Kerja dengan Dukungan Sosial sebagai Variabel Moderating", *Prosiding Manajemen* 6. No. 2 (2020): 930. <http://dx.doi.org/10.29313/.v6i2.23938>

<sup>2</sup>Fajly Rizki, "Pengaruh Efikasi Diri, Komunikasi Dan Kecerdasan Emosional Perawat Terhadap Stres Kerja Perawat Bagian Rawat Inap Di Rsud Kabupaten Rokan Hulu", *Hirarki: Jurnal Ilmiah Manajemen Dan Bisnis*, 3. No. 1 (2021): 215.

sosial yang negatif dan signifikan terhadap stres kerja karyawan.<sup>3</sup> Hasil penelitian juga relevan dengan penelitian yang dilakukan oleh Amelia Samsudi dan Inayah Wibawanti yang menyatakan bahwa dukungan sosial berpengaruh negatif signifikan terhadap stres kerja karyawan BPJS Kesehatan Kantor Cabang Jakarta Pusat dengan persentase pengaruh sebesar 22,7%.<sup>4</sup> Berbagai penelitian menunjukkan bahwa efikasi diri dan dukungan sosial menjadi salah satu variabel yang menyebabkan tinggi atau rendahnya stres kerja pada individu dalam bekerja. Semakin tinggi efikasi diri dan dukungan sosial yang dimiliki individu maka stres kerja akan semakin rendah. Dimana stres kerja yang terjadi pada guru dapat diminimalisir dengan keyakinan akan kemampuan serta berbagai dukungan yang diterima oleh guru dalam mengatasi berbagai kendala dalam menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan.

---

<sup>3</sup>Lintang Kurniasari, “Efikasi Diri dan Dukungan Sosial terhadap Stres Kerja: Literatur Review”, (2023): 556.

<sup>4</sup>Amelia Samsudi dan Inayah Wibawanti, “Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Stres Kerja Guru Sekolah Dasar”, *Jurnal Pendidikan Dasar Indonesia* 8, no. 2, (2023):50.

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Simpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Berdasarkan pada hasil analisis statistik deskriptif yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa efikasi diri yang dimiliki oleh guru dalam penelitian ini berada pada kategori tinggi dengan rata-rata persentase sebesar 72,3%.
2. Berdasarkan pada hasil analisis statistik deskriptif yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial pada guru dalam penelitian ini berada pada kategori tinggi dengan rata-rata persentase sebesar 75,9%.
3. Berdasarkan pada hasil analisis statistik deskriptif yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa stres kerja yang terjadi pada guru dalam penelitian ini berada pada kategori rendah dengan rata-rata persentase sebesar 75,9%.
4. Berdasarkan pada hasil analisis regresi berganda dengan bantuan aplikasi IBM SPSS *statistic for windows* didapat nilai signifikan sebesar 0,000 yang menunjukkan bahwa nilai signifikan lebih kecil dari 0,05. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh efikasi diri dan dukungan sosial yang positif dan signifikan terhadap stres kerja guru SMA Negeri di Kabupaten Luwu Timur dengan menunjukkan tingkat hubungan sebesar 60,2%. Adapun sisanya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti serta tidak dapat dijelaskan dalam penelitian ini.

## B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti memberikan saran yang hendaknya:

1. Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi semua guru di sekolah yang menjadi tempat penelitian dalam upaya meningkatkan keyakinan atas kemampuan diri yang dimilikinya, serta saling memberikan dukungan terhadap sesama rekan guru disekolah maupun diluar lingkungan sekolah. Hal inilah yang menjadi salah satu tujuan dari penelitian ini.
2. Kemudian diharapkan pada penelitian selanjutnya dalam pengambilan data juga dilakukan dengan metode wawancara agar maksud dan tujuan dapat tersampaikan sehingga meminimalisir terjadinya error data dan juga dapat memperoleh lebih banyak informasi yang dibutuhkan.
3. Untuk peneliti selanjutnya diharapkan untuk meneliti faktor-faktor lain yang memberikan sumbangan pengaruh lebih tinggi terhadap stres kerja guru.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah bin Muhammad Alu Syaikh. *Tafsir Ibnu Katsir Jilid 4*. Diterjemahkan oleh M. Abdul Ghoffar E.M. (Jakarta : Pustaka Imam Asy-Syafi'i, 2017 M): 258.
- Adawiyah, Rabiatul dan Jacobus Belida Blikololong, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Burnout Pada Karyawan Rumah Sakit", *Jurnal Psikologi* 11. No. 2 (2018): 192-203 <https://doi.org/10.35760/psi.2018.v11i2.2264>.
- Alwisol. *Psikologi Kepribadian Edisi Revisi*. Yogyakarta : UMM Press, 2009.
- Asih, Gusti Yuki, Hardanani Widhiastuti dan Rusmalia Dewi. *Stres Kerja*. Semarang: University Press, 2018.
- Fattah, A. Hussein. *Kepuasan Kerja dan Kinerja Pegawai: Budaya Organisasi, Perilaku Pemimpin, dan Efikasi Diri*. Yogyakarta: Penerbit Elmatara, 2017
- Ghufron, M. Nur dan Rini Risnawati S. *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2010.
- Gofur, Abdul. "Pengaruh Stres Kerja terhadap Kepuasan Kerja Pegawai". *Jurnal Riset Manajemen dan Bisnis (JRMB) Fakultas Ekonomi Uniat* 3. (2018) : 292-301. DOI:10.36226/jrmb.v3iS1.147
- Harmen, Hilma, Dita Amanah, Dedy Ansari Harahap dan Ferawaty Naibaho. "Sources of Job Stress Dimension Effect on Employee Performance (Case in Health Social Security Organizer Agency Medan, Indonesia)". *East African Scholars Journal of Economics, Business and Management* 2. No. 9 (2019): 580-588 <https://doi.org/10.36349/EASJEBM.2019.v02i09.016>.
- Harnany, Lufiana dan Firman Widya Putra, "Burnout Pada Guru Sekolah Dasar Fullday : Menguji Peranan Kecerdasan Emosional Dan Dukungan Sosial", *Nathiqiyah* 4. No. 1 (2021): 1-12. <https://doi.org/10.46781/nathiqiyah.v4i1.173>.
- Kartikasari, Nova dan Sri Harini. "Pengaruh Stres Kerja dan Lingkungan Kerja terhadap Kinerja Karyawan pada Kementrian Tenaga Kerja dan Transmigrasi Kantor Jakarta Selatan", *Jurnal Visionida* 1, No. 2, (2017): 60-71. <https://doi.org/10.30997/jvs.v1i2.575>
- Kementrian Agama RI. *Al-Qur'an Terjemah*. Depok: Al-Huda, 2015.

- Lintang Kurniasari, "Efikasi Diri dan Dukungan Sosial dan Stres Kerja : Literatur Review", 2023.
- Natalya Rachel, Massie William A, dan Areros Wehelmina Rumawas. "Pengaruh Stress Kerja terhadap Kinerja Karyawan pada Kantor Pengelola IT Center Manado", *Jurnal Administrasi Bisnis* 6. No. 2 (2018) : 40-52. <https://doi.org/10.35797/jab.6.002.2018.19851.%25p>
- Nirmala, Pinky Anggraeni dan Dudung Abdurrahman, "Pengaruh Self-Efficacy terhadap Stres Kerja dengan Dukungan Sosial sebagai Variabel Moderating". *Prosiding Manajemen* 6. No. 2, (2020): 929-940. <http://dx.doi.org/10.29313/.v6i2.23938>
- Prahara, Sowanya Ardi dan Kondang Budiyan, "Teacher Self-Efficacy Training; Academic Self-Efficacy and Learning Achievement of Students", *InSight* 21. No. 1 (2019), 40-52. <https://doi.org/10.26486/psikologi.v21i1.765>
- Prasetyo, Adi Yuli, Aziz Fathoni, dan Djamaludin Malik, "Analisis Pengaruh Konflik Keluarga Pekerjaan, Hardiness, Self Efficacy terhadap Stres Kerja dengan Dukungan Sosial sebagai Variabel Moderasinya (Studi Pada Guru Demak)", *Journal of Management* 4. No. 4 (2018): 18-28. <https://jurnal.unpand.ac.id/index.php/MS/article/view/1105>.
- Prihastyanti, Iriantika dan Dian Ratna Sawitri. "Dukungan Guru dan Efikasi Diri Akademik pada Siswa SMA Semesta Semarang", *Jurnal Empati* 7. No. 3 (2020): 860-868 <https://doi.org/10.14710/empati.2018.21740>.
- Rahmadia, Fitri, Rini Sarianti, dan Yuki Fitria, "Pengaruh Lingkungan Kerja Fisik Dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Kerja Pada Perawat Rumah Sakit Islam (Rsi) Ibnu Sina Payakumbuh", *Jurnal Ecogen* 2. No. 2 (2019): 110-122. <https://doi.org/10.24036/jmpe.v2i2.6145>.
- Rizki, Fajly. "Pengaruh Efikasi Diri, Komunikasi Dan Kecerdasan Emosional Perawat Terhadap Stres Kerja Perawat Bagian Rawat Inap Di Rsud Kabupaten Rokan Hulu", *Hirarki: Jurnal Ilmiah Manajemen Dan Bisnis* 3. No. 1 (2021): 212-220.
- S, Azwar. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012).
- Sa'idah, Salwa dan Hermien Laksmiwati, "Dukungan Sosial Dan Self-Efficacy Dengan Penyesuaian Diri Pada Santri Tingkat Pertama Di Pondok Pesantren", *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan* 7. no. 2 (2017): 116-122. <https://doi.org/10.26740/jppt.v7n2.p116-122>.

- Samsudi, A dan I Wibawanti, "Pengaruh Dukungan Sosial Dan Beban Kerja Terhadap Stres Kerja Pada Karyawan Bpjs Kesehatan Kantor Cabang Jakarta Pusat", *Repository.Upi Yai.Ac.Id* 10. <http://repository.upiyai.ac.id/id/eprint/6731%0Ahttp://repository.upiyai.ac.id/6731/1/JURNAL - Penelitian 1.pdf>.
- Saranani, Fajar, Margono Setiawan dan Asraf. *Stres Kerja*. Bandung: Media Sains Indonesia, 2022.
- Sartana, Fenni, M. Entang, Yuyun Elizabeth Patras dan Sutji Harijanto. "Peningkatan Kreativitas Kerja Guru dengan Memperbaiki Budaya Organisasi dan Efikasi Diri", *Jurnal Manajemen Pendidikan* 8. No. 1, (2020): 40-48. <https://doi.org/10.33751/jmp.v8i1.1964>
- Septiani, Lilis Dwi dan Tatiana Siregar. *Terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) untuk Mengatasi Stres Kerja Perawat*. Sukoharjo : Pradina Pustaka, 2022.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta, 2016.
- Swarjana, I Ketut. *Konsep Pengetahuan, Sikap, Perilaku, Persepsi, Stres, Kecemasan, Nyeri, Dukungan Sosial, Kepatuhan, Motivasi, Kepuasan, Pandemi Covid-19, akses Layanan Kesehatan-Lengkap Dengan Konsep Teori, Cara Mengukur Variabel, dan Contoh kuesioner*. Yogyakarta: Andi, 2020.
- Tanjung, Rahman, Opan Arifuddin, Yayan Sofyan, dan Hendar Hendar, "Pengaruh Penilaian diri dan Efikasi Diri terhadap Kepuasan Kerja serta Implikasinya terhadap Kinerja Guru". *Jurnal Ilmiah MEA (Manajemen, Ekonomi, Akuntansi)* 4. No. 1, (2020) : 380-391. <https://doi.org/10.31955/mea.vol4.iss1.pp380-391>
- Utami, Linda Aprilia and Ardian Adhiatma, "Self Efficacy Sebagai Mediasi Pengaruh Konflik Peran Ganda Dan Dukungan Sosial Terhadap Kinerja Karyawan (Studi Kasus Pada PT. Kailo Sumber Kasih)", *Prosiding Konferensi Ilmiah Mahasiswa Unissula (Kimu)* 4. No. .2 (2020), 1240-1248. <http://jurnal.unissula.ac.id/index.php/kimue/article/view/12539>
- Widiantoro, Didik, Sigit Nugroho, dan Yanwar Arief, "Hubungan antara Dukungan Sosial dari Dosen dengan Motivasi Menyelesaikan Skripsi pada Mahasiswa". *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi* 4. No. 1 (2019): 1-12. DOI: <https://doi.org/10.33367/psi.v4i1.649>

# LAMPIRAN-LAMPIRAN



Lampiran 1 : *Gambaran Umum Lokasi Penelitian***a. Profil Sekolah****1. Identitas SMA Negeri 1 Luwu Timur**

Nama Sekolah	: SMAN 1 Luwu Timur
NPSN	: 40310154
Jenjang Pendidikan	: SMA
Status Sekolah	: Negeri
Alamat Sekolah	: Jln. Montolalu Kompleks PT Inco Malili
Kecamatan	: Malili
Kabupaten/kota	: Luwu Timur
Provinsi	: Sulawesi Selatan
Sk Pendirian Sekolah	: 0190/0/1979
Tanggal SK Pendirian	: 1979-09-03
Status Kepemilikan	: Pemerintah Daerah
SK Izin Operasional	: 0190/0/1979
Tgl SK Izin Operasional	: 1979-04-01
Kepala Sekolah	: Drs. Muh. Saleh, M.M.
Operator Pendataan	: Rahma Wati
Akreditasi	: A
Kurikulum	: Kurikulum 2013

**2. Identitas SMAN 2 Luwu Timur**

Nama Sekolah	: SMAN 2 Luwu Timur
NPSN	: 40310159
Jenjang Pendidikan	: SMA
Status Sekolah	: Negeri
Alamat Sekolah	: Bawalipu, Jln. Pahlawan No.2
Kecamatan	: Wotu
Kabupaten/kota	: Luwu Timur
Provinsi	: Sulawesi Selatan
Sk Pendirian Sekolah	: 410/2719.e/Dik-LT/XXI/2012
Tanggal SK Pendirian	: 2012-12-06
Status Kepemilikan	: Pemerintah Daerah
SK Izin Operasional	: 410/548.4/Dik-Lt/VI/2015
Tgl SK Izin Operasional	: 2015-06-20
Kepala Sekolah	: Adam, S.Pd., M.Pd.
Operator Pendataan	: Megawati Jumail, S.Pd.
Akreditasi	: A
Kurikulum	: Kurikulum 2013

### 3. Identitas SMAN 3 Luwu Timur

Nama Sekolah	: SMAN 3 Luwu Timur
NPSN	: 40310158
Jenjang Pendidikan	: SMA
Status Sekolah	: Negeri
Alamat Sekolah	: Jln. Kasuari No.2 Wawondula
Kecamatan	: Towuti
Kabupaten/kota	: Luwu Timur
Provinsi	: Sulawesi Selatan
Sk Pendirian Sekolah	: 009.SDP/S/I/2018
Tanggal SK Pendirian	: 2018-01-01
Status Kepemilikan	: Pemerintah Daerah
SK Izin Operasional	: 410/548.4/Dik-LT/VI/2015
Tgl SK Izin Operasional	: 2015-06-20
Kepala Sekolah	: Zarkasi Ahmad, S.Pd., M.Pd.
Operator Pendataan	: Hamrida
Akreditasi	: A
Kurikulum	: Kurikulum 2013

### 4. Identitas SMAN 4 Luwu Timur

Nama Sekolah	: SMAN 4 Luwu Timur
NPSN	: 40310155
Jenjang Pendidikan	: SMA
Status Sekolah	: Negeri
Alamat Sekolah	: Maleku, Jln. Rusa.
Kecamatan	: Mangkutana
Kabupaten/kota	: Luwu Timur
Provinsi	: Sulawesi Selatan
Sk Pendirian Sekolah	: 410/548.a/Dik-LT/VI/2015
Tanggal SK Pendirian	: 2015-06-20
Status Kepemilikan	: Pemerintah Daerah
SK Izin Operasional	: 410/548.a/Dik-LT/VI/2015
Tgl SK Izin Operasional	: 2015-06-20
Kepala Sekolah	: Andik Syahid S, S.Pd.
Operator Pendataan	: Bambang
Akreditasi	: A
Kurikulum	: Kurikulum 2013

### 5. Identitas SMAN 5 Luwu Timur

Nama Sekolah	: SMAN 5 Luwu Timur
NPSN	: 40310156
Jenjang Pendidikan	: SMA

Status Sekolah : Negeri  
 Alamat Sekolah : Jln. A. Hatta M. Ds. Tabarano  
 Kecamatan : Wasuponda  
 Kabupaten/kota : Luwu Timur  
 Provinsi : Sulawesi Selatan  
 Sk Pendirian Sekolah : 52  
 Tanggal SK Pendirian : 2003-10-16  
 Status Kepemilikan : Pemerintah Daerah  
 SK Izin Operasional : 52  
 Tgl SK Izin Operasional : 2003-10-16  
 Kepala Sekolah : Ammas M, S.Pd., M.Si.  
 Operator Pendataan : Nurlela Sade  
 Akreditasi : A  
 Kurikulum : Kurikulum 2013

#### 6. Identitas SMAN 6 Luwu Timur

Nama Sekolah : SMAN 6 Luwu Timur  
 NPSN : 40310152  
 Jenjang Pendidikan : SMA  
 Status Sekolah : Negeri  
 Alamat Sekolah : Jln. Poros Angkona Solo Lamaeto  
 Kecamatan : Angkona  
 Kabupaten/kota : Luwu Timur  
 Provinsi : Sulawesi Selatan  
 Sk Pendirian Sekolah : Nomor 55 Tahun 2004  
 Tanggal SK Pendirian : 2004-03-12  
 Status Kepemilikan : Pemerintah Daerah  
 SK Izin Operasional : Nomor 410/548.a/Dik-LT/VI/2015  
 Tgl SK Izin Operasional : 2015-06-20  
 Kepala Sekolah : Rahmat Ilahi, S.Pd.  
 Operator Pendataan : Haenah  
 Akreditasi : B  
 Kurikulum : Kurikulum 2013

#### 7. Identitas SMAN 7 Luwu Timur

Nama Sekolah : SMAN 7 Luwu Timur  
 NPSN : 40310153  
 Jenjang Pendidikan : SMA  
 Status Sekolah : Negeri  
 Alamat Sekolah : Jln. Trans Sulawesi DS. Jalajja  
 Kecamatan : Burau

Kabupaten/kota : Luwu Timur  
 Provinsi : Sulawesi Selatan  
 Sk Pendirian Sekolah : 96. A Tahun 2004  
 Tanggal SK Pendirian : 2004-05-05  
 Status Kepemilikan : Pemerintah Daerah  
 SK Izin Operasional : 96. A Tahun 2004  
 Tgl SK Izin Operasional : 2004-05-05  
 Kepala Sekolah : Amruddin, S.Si.  
 Operator Pendataan : UPT SMAN 7 LUWU TIMUR  
 Akreditasi : A  
 Kurikulum : Kurikulum 2013

#### 8. Identitas SMAN 8 Luwu Timur

Nama Sekolah : SMAN 8 Luwu Timur  
 NPSN : 40310157  
 Jenjang Pendidikan : SMA  
 Status Sekolah : Negeri  
 Alamat Sekolah : Jln. Pendidikan No.3 DS. Mandiri  
 Kecamatan : Tomoni  
 Kabupaten/kota : Luwu Timur  
 Provinsi : Sulawesi Selatan  
 Sk Pendirian Sekolah : 420/1184/Dikbudpar-LT/2005  
 Tanggal SK Pendirian : 2005-08-24  
 Status Kepemilikan : Pemerintah Daerah  
 SK Izin Operasional : 410/548.a/DIK-LT/VI/2015  
 Tgl SK Izin Operasional : 2015-06-20  
 Kepala Sekolah : Drs. Bakhtiar., M.Si.  
 Operator Pendataan : Abdul Maruf  
 Akreditasi : A  
 Kurikulum : Kurikulum 2013

#### 9. Identitas SMAN 9 Luwu Timur

Nama Sekolah : SMAN 9 Luwu Timur  
 NPSN : 40311045  
 Jenjang Pendidikan : SMA  
 Status Sekolah : Negeri  
 Alamat Sekolah : Jln. Pendidikan  
 Kecamatan : Kalaena  
 Kabupaten/kota : Luwu Timur  
 Provinsi : Sulawesi Selatan  
 Sk Pendirian Sekolah : 410/834/Dik-LT/2013  
 Tanggal SK Pendirian : 2013-08-01

Status Kepemilikan : Pemerintah Daerah  
 SK Izin Operasional : 410/548.a/DIK-LT/VI/2015  
 Tgl SK Izin Operasional : 2015-06-20  
 Kepala Sekolah : Edy Hartono  
 Operator Pendataan : Faisah, S.Kom  
 Akreditasi : A  
 Kurikulum : Kurikulum 2013

**10. Identitas SMAN 10 Luwu Timur**

Nama Sekolah : SMAN 10 Luwu Timur  
 NPSN : 40311046  
 Jenjang Pendidikan : SMA  
 Status Sekolah : Negeri  
 Alamat Sekolah : Kertaraharjo  
 Kecamatan : Tomoni Timur  
 Kabupaten/kota : Luwu Timur  
 Provinsi : Sulawesi Selatan  
 Sk Pendirian Sekolah : 410/2719.d/Dik-LT/XII/2012  
 Tanggal SK Pendirian : 2012-12-06  
 Status Kepemilikan : Pemerintah Daerah  
 SK Izin Operasional : 410/548.a/DIK-LT/VI/2015  
 Tgl SK Izin Operasional : 2015-06-20  
 Kepala Sekolah : Amaluddin  
 Operator Pendataan : Sri Rahayu, A.Md.Kom.  
 Akreditasi : A  
 Kurikulum : Kurikulum 2013

**11. Identitas SMAN 11 Luwu Timur**

Nama Sekolah : SMAN 11 Luwu Timur  
 NPSN : 40311047  
 Jenjang Pendidikan : SMA  
 Status Sekolah : Negeri  
 Alamat Sekolah : Jln. Sumasang III  
 Kecamatan : Nuha  
 Kabupaten/kota : Luwu Timur  
 Provinsi : Sulawesi Selatan  
 Sk Pendirian Sekolah : 410/834/Dik-LT/XII/2013  
 Tanggal SK Pendirian : 2013-08-01  
 Status Kepemilikan : Pemerintah Daerah  
 SK Izin Operasional : 410/548.4/DIK-LT/VI/2015  
 Tgl SK Izin Operasional : 2015-07-01  
 Kepala Sekolah : Nahira AD, S.P

Operator Pendataan : Nurhidayati Selvia M  
 Akreditasi : B  
 Kurikulum : Kurikulum 2013

#### 12. Identitas SMAN 12 Luwu Timur

Nama Sekolah : SMAN 12 Luwu Timur  
 NPSN : 69758967  
 Jenjang Pendidikan : SMA  
 Status Sekolah : Negeri  
 Alamat Sekolah : Jln. Pendidikan Puncak Indah  
 Kecamatan : Malili  
 Kabupaten/kota : Luwu Timur  
 Provinsi : Sulawesi Selatan  
 Sk Pendirian Sekolah : 410/2719.a/Dik-LT/XII/2012  
 Tanggal SK Pendirian : 2012-12-06  
 Status Kepemilikan : Pemerintah Daerah  
 SK Izin Operasional : 410/548.a/DIK-LT/VI/2015  
 Tgl SK Izin Operasional : 2012-12-06  
 Kepala Sekolah : Irwan, S.Pd.  
 Operator Pendataan : Andi Sri Asmaidar  
 Akreditasi : B  
 Kurikulum : Kurikulum 2013

#### 13. Identitas SMAN 13 Luwu Timur

Nama Sekolah : SMAN 13 Luwu Timur  
 NPSN : 69909519  
 Jenjang Pendidikan : SMA  
 Status Sekolah : Negeri  
 Alamat Sekolah : UPT. SP. 1 Mahalona  
 Kecamatan : Towuti  
 Kabupaten/kota : Luwu Timur  
 Provinsi : Sulawesi Selatan  
 Sk Pendirian Sekolah : 74/III/Tahun 2015  
 Tanggal SK Pendirian : 2015-03-07  
 Status Kepemilikan : Pemerintah Daerah  
 SK Izin Operasional : 410/548/DIK-LT/VI/2015  
 Tgl SK Izin Operasional : 2015-06-20  
 Kepala Sekolah : Azis, S.Si., M.pd.  
 Operator Pendataan : Diana  
 Akreditasi : C  
 Kurikulum : Kurikulum 2013

## Lampiran 2: Lembar Validasi Instrumen Penelitian

Skala Efikasi Diri

No.	Bidang Telaah	Kriteria	Skala Penilaian			
			1	2	3	4
1.	Indikator	Butir item angket sesuai dengan sub variabel			✓	
		Batasan pertanyaan dinyatakan dengan jelas			✓	
		Mencakup bahasan variabel secara representatif			✓	
2.	Konstruksi	Petunjuk mengerjakan pertanyaan dinyatakan dengan jelas			✓	
		Kalimat pada pernyataan tidak menimbulkan penafsiran ganda			✓	
3.	Bahasa	Menggunakan bahasa yang sesuai dengan kaidah bahasa Indonesia yang benar			✓	

Penilaian Umum

1. Dapat digunakan tanpa revisi
2. Dapat digunakan dengan revisi kecil
3. Dapat digunakan dengan revisi besar

## Skala Dukungan Sosial

No.	Bidang Telaah	Kriteria	Skala Penilaian			
			1	2	3	4
1.	Indikator	Butir item angket sesuai dengan sub variabel			✓	
		Batasan pertanyaan dinyatakan dengan jelas			✓	
		Mengcakup bahasan variabel secara representatif			✓	
2.	Konstruksi	Petunjuk mengerjakan pertanyaan dinyatakan dengan jelas			✓	
		Kalimat pada pernyataan tidak menimbulkan penafsiran ganda			✓	
3.	Bahasa	Menggunakan bahasa yang sesuai dengan kaidah bahasa Indonesia yang benar			✓	

## Penilaian Umum

1. Dapat digunakan tanpa revisi
2. Dapat digunakan dengan revisi kecil
3. Dapat digunakan dengan revisi besar

## Skala Stres Kerja Guru

No.	Bidang Telaah	Kriteria	Skala Penilaian			
			1	2	3	4
1.	Indikator	Butir item angket sesuai dengan sub variabel			✓	
		Batasan pertanyaan dinyatakan dengan jelas			✓	
		Mengcakup bahasan variabel secara representatif			✓	
2.	Konstruksi	Petunjuk mengerjakan pertanyaan dinyatakan dengan jelas			✓	
		Kalimat pada pernyataan tidak menimbulkan penafsiran ganda			✓	
3.	Bahasa	Menggunakan bahasa yang sesuai dengan kaidah bahasa Indonesia yang benar			✓	

## Penilaian Umum

1. Dapat digunakan tanpa revisi
- ② Dapat digunakan dengan revisi kecil
3. Dapat digunakan dengan revisi besar

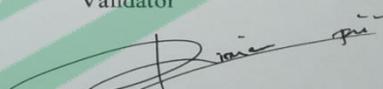
**Keputusan**

Petunjuk : Silahkan Bapak/Ibu berikan tanda centang  $\surd$  pada kolom A B atau C  
Huruf A, B atau C mempunyai arti sebagai berikut:

- A = Layak selanjutnya untuk digunakan untuk penelitian di SMA Negeri di Kabupaten Luwu Timur tanpa revisi
- (B)** = Layak selanjutnya untuk digunakan untuk penelitian di SMA Negeri di Kabupaten Luwu Timur dengan revisi kecil
- C = Tidak layak digunakan untuk penelitian di SMA Negeri di Kabupaten Luwu Timur tanpa revisi

A	B	C
	$\surd$	

Palopo, 4 Januari 2023  
Validator

  
Firmansyah, S.Pd., M.Pd.

## Skala Efikasi Diri

No.	Bidang Telaah	Kriteria	Skala Penilaian			
			1	2	3	4
1.	Indikator	Butir item angket sesuai dengan sub variabel				✓
		Batasan pertanyaan dinyatakan dengan jelas				✓
		Mengcakup bahasan variabel secara representatif				✓
2.	Konstruksi	Petunjuk mengerjakan pertanyaan dinyatakan dengan jelas				✓
		Kalimat pada pernyataan tidak menimbulkan penafsiran ganda				✓
3.	Bahasa	Menggunakan bahasa yang sesuai dengan kaidah bahasa Indonesia yang benar				✓

## Penilaian Umum

- ✓. Dapat digunakan tanpa revisi
- 2. Dapat digunakan dengan revisi kecil
- 3. Dapat digunakan dengan revisi besar

## Skala Dukungan Sosial

No.	Bidang Telaah	Kriteria	Skala Penilaian			
			1	2	3	4
1.	Indikator	Butir item angket sesuai dengan sub variabel				✓
		Batasan pertanyaan dinyatakan dengan jelas				✓
		Mencakup bahasan variabel secara representatif				✓
2.	Konstruksi	Petunjuk mengerjakan pertanyaan dinyatakan dengan jelas				✓
		Kalimat pada pernyataan tidak menimbulkan penafsiran ganda				✓
3.	Bahasa	Menggunakan bahasa yang sesuai dengan kaidah bahasa Indonesia yang benar				✓

## Penilaian Umum

1. ✓ Dapat digunakan tanpa revisi
2. Dapat digunakan dengan revisi kecil
3. Dapat digunakan dengan revisi besar

## Skala Stres Kerja Guru

No.	Bidang Telaah	Kriteria	Skala Penilaian			
			1	2	3	4
1.	Indikator	Butir item angket sesuai dengan sub variabel				✓
		Batasan pertanyaan dinyatakan dengan jelas				✓
		Mencakup bahasan variabel secara representatif				✓
2.	Konstruksi	Petunjuk mengerjakan pertanyaan dinyatakan dengan jelas				✓
		Kalimat pada pernyataan tidak menimbulkan penafsiran ganda				✓
3.	Bahasa	Menggunakan bahasa yang sesuai dengan kaidah bahasa Indonesia yang benar				✓

## Penilaian Umum

1. Dapat digunakan tanpa revisi
2. Dapat digunakan dengan revisi kecil
3. Dapat digunakan dengan revisi besar

**Keputusan**

Petunjuk : Silahkan Bapak/Ibu berikan tanda centang ✓ pada kolom A B atau C

Huruf A, B atau C mempunyai arti sebagai berikut:

Ⓐ = Layak selanjutnya untuk digunakan untuk penelitian di SMA Negeri di Kabupaten Luwu Timur tanpa revisi

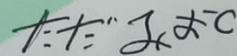
B = Layak selanjutnya untuk digunakan untuk penelitian di SMA Negeri di Kabupaten Luwu Timur dengan revisi kecil

C = Tidak layak digunakan untuk penelitian di SMA Negeri di Kabupaten Luwu Timur tanpa revisi

A	B	C
✓		

Palopo, 17 Januari 2023

Validator II,



**Misran, S.Pd., M.Pd.**

Lampiran 3: Lembar Angket

**Lembar Angket Pengaruh Efikasi Diri dan Dukungan Sosial terhadap  
Stres Kerja Guru**

**NAMA GURU** :

**SEKOLAH** :

**Petunjuk Pengisian:**

- Isilah setiap pernyataan dengan memberikan tanda *check list* (√) pada salahsatu kolom sesuai keterangan sebagai berikut:  
**SS** = Sangat Sesuai  
**S** = Sesuai  
**KK** = Kadang-Kadang  
**TS** = Tidak Sesuai  
**STS** = Sangat Tidak Sesuai
- Apabila ada jawaban yang salah dan anda ingin memperbaikinya maka berilah tanda sama dengan (=), dan berilah tanda *check list* (√) pada jawaban yang paling tepat menurut anda.

**Efikasi Diri**

No	Pernyataan	Respon				
		STS	TS	KK	S	SS
1	Saya percaya dapat menyelesaikan tugas yang sulit					
2	Saya tetap optimis meskipun saya mengalami kesulitan dalam menyelesaikan tugas					
3	Saya percaya bahwa tugas yang diberikan kepada saya akan selesai tepat waktu					

4	Saya dapat menyelesaikan tugas yang diberikan kepada saya dalam situasi apapun					
5	Saya selalu belajar dari pengalaman agar dapat menyelesaikan tugas yang Diberikan					
6	Saya tidak mengabaikan tugas yang diberikan apabila tidak sesuai dengan bidang saya					
7	Saya berusaha dengan maksimal untuk menyelesaikan tugas dalam kondisi yang tertentu					
8	Saya sudah berpengalaman mengerjakan tugas yang sulit dalam bekerja					
9	Saya percaya dapat mengatasi kesulitan dalam bekerja ketika mendapat tugas yang sulit dengan berbagai ide					
10	Saya percaya dapat menyelesaikan berbagai macam tugas yang diberikan					

**Dukungan Sosial**

No	Pernyataan	Respon				
		STS	TS	KK	S	SS
1	Ketika saya mengalami kesulitan, orang-orang disekitar saya selalu berempati kepada saya					
2	Rekan kerja selalu peduli ketika saya mengalami masalah					
3	Saya selalu dibantu ketika sedang mengalami masalah dalam Pekerjaan					
4	Rekan kerja memberikan bantuan ketika saya kesulitan dalam menyelesaikan tugas					
5	Ketika saya berhalangan hadir, rekan kerja bersedia menggantikan saya dalam mengerjakan tugas					
6	Saya selalu mendapat pujian dari teman-teman ketika saya dapat menyelesaikan pekerjaan dengan tepat waktu					
7	Teman-teman selalu bersedia mendengarkan setiap keluh kesah saya					
8	Rekan kerja selalu memberikan dorongan motivasi ketika saya mengerjakan tugas yang sulit					
9	Keluarga saya menghargai setiap pendapat saya					
10	Rekan kerja selalu memberikan saran dalam membantu tugas yang					

	saya kerjakan					
11	Saya mendapatkan nasehat dari rekan kerja ketika sedang mengalami masalah dalam bekerja					
12	Saya selalu mendapat petunjuk dari teman- teman sebelum bertindak					
13	Rekan kerja selalu dapat diajak berbagi ide dan saran yang berguna dalam menyelesaikan tugas					
14	Setiap saya mengalami masalah, keluarga disekitar saya selalu berempati kepada saya					
15	Keluarga saya selalu memberikan nasehat yang terbaik untuk mengatasi permasalahan yang saya alami					
16	Atasan saya selalu memberikan petunjuk ketika sulit dalam memahami pekerjaan yang diberikan kepada saya					
17	Saya sering mendapat bantuan dari keluarga dan teman ketika saya merasa kesulitan menyelesaikan Sesuatu					
18	Keluarga sangat peduli dengan apa yang saya lakukan					
19	Atasan selalu memberikan perhatian kepada saya ketika sedang menyelesaikan suatu pekerjaan yang diberikan					

20	Keluarga dan rekan kerja mengakui kelebihan yang saya miliki					
----	--	--	--	--	--	--

### Stres Kerja Guru

No	Pernyataan	Respon				
		STS	TS	KK	S	SS
1	Saya selalu khawatir dengan masalah perekonomian di dalam negeri					
2	Saya selalu khawatir dengan kebutuhan yang lebih tinggi daripada penghasilan					
3	Saya sangat tidak nyaman dengan situasi politik yang terjadi sekarang ini					
4	Situasi politik yang terjadi sekarang sangat berpengaruh terhadap pekerjaan saya					
5	Saya kesulitan dalam mengikuti perkembangan teknologi saat ini					
6	Saya kesulitan dalam menyelesaikan pekerjaan yang lebih banyak daripada yang dapat ditangani dalam satu hari Kerja					
7	Saya sering mengalami kelelahan dalam menyelesaikan pekerjaan					
8	Saya merasa kurang maksimal dalam menyelesaikan pekerjaan					

	akibat desakan waktu					
9	Saya merasa kelompok kerja kurang memberikan bantuan dalam menyelesaikan tugas					
10	Saya merasa frustrasi dengan masalah keuangan yang muncul dalam keluarga yang mengganggu perhatian terhadap pekerjaan					
11	Saya merasa tidak maksimal dalam menyelesaikan pekerjaan ketika ada masalah dalam Keluarga					
12	Saya merasa sulit untuk memisahkan masalah pribadi dengan pekerjaan					
13	Saya sering menyimpan masalah sendiri daripada harus berbagi dengan orang lain					
14	Saya sangat frustrasi dengan tuntutan untuk menguasai teknologi					
15	Saya merasa posisi saat ini mendatangkan tanggungjawab lebih					
16	Saya merasa frustrasi dengan banyaknya kebutuhan ekonomi yang harus dipenuhi					

## Lampiran 4: Hasil Validitas Angket

Item Jawaban Angket Efikasi Diri ( $X_1$ )

Responden	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	Skor
1	5	5	3	5	5	3	4	1	3	1	3	3	41
2	5	5	3	3	5	3	1	3	4	3	3	3	41
3	1	2	1	1	2	3	1	2	1	2	1	2	19
4	5	5	5	5	5	5	1	3	2	4	5	5	50
5	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	46
6	4	4	5	4	5	4	2	2	4	5	5	4	48
7	4	4	3	4	5	3	2	4	2	2	3	4	40
8	5	5	4	4	5	5	3	4	2	4	4	5	50
9	5	5	5	5	5	5	2	4	1	2	4	4	47
10	3	4	4	4	5	4	2	4	2	4	4	4	44
11	4	4	4	4	4	4	1	5	1	3	3	5	42
12	4	4	4	4	4	4	2	4	1	4	4	4	43
13	3	4	4	3	4	4	3	4	2	3	3	2	39
14	5	4	5	3	5	3	2	4	2	4	5	5	47
15	4	4	4	4	5	4	1	4	2	4	4	4	44
16	1	2	1	1	2	3	1	2	1	2	1	2	19
17	4	4	3	4	5	3	2	4	2	2	3	4	40
18	3	4	4	4	5	4	2	4	2	4	4	4	44
19	5	5	3	3	5	3	1	3	4	3	3	3	41
20	4	4	4	4	4	4	2	4	1	4	4	4	43
21	3	4	4	4	5	4	2	4	2	4	4	4	44
22	5	5	3	5	5	3	4	1	3	1	3	3	41
23	5	5	5	5	5	5	1	3	2	4	5	5	50
24	4	4	4	4	5	4	1	4	2	4	4	4	44
25	3	4	4	4	5	4	2	4	2	4	4	4	44
26	5	5	3	3	5	3	1	3	4	3	3	3	41
27	3	4	4	3	4	4	3	4	2	3	3	2	39
28	4	4	4	4	4	4	2	4	1	4	4	4	43

29	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	45
30	4	4	4	3	5	3	2	4	4	4	4	4	45
31	4	4	5	4	4	5	1	4	2	4	4	4	45
32	4	5	4	4	5	4	2	5	4	4	5	4	50
33	3	5	5	5	5	4	4	4	4	3	4	4	50
34	5	5	5	5	5	5	1	5	1	5	5	5	52
35	5	5	5	5	5	5	1	3	2	4	5	5	50
Rhitung	0.707	0.787	0.896	0.815	0.799	0.570	0.145	0.430	0.264	0.562	0.924	0.744	
Rtabel	0.333	0.333	0.333	0.333	0.333	0.333	0.333	0.333	0.333	0.333	0.333	0.333	
Validitas	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Valid	Tidak Valid	Valid	Tidak Valid	Valid	Valid	Valid	







## Item Jawaban Angket Stres Kerja (Y)

Resp.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	Skor
1	4	5	5	3	3	3	1	2	3	1	2	1	4	3	4	2	1	47
2	2	1	2	1	2	1	2	1	1	1	2	3	1	2	1	1	2	26
3	2	4	1	2	3	4	4	3	4	4	4	3	1	1	1	1	1	43
4	3	4	3	2	1	1	1	2	4	3	2	1	1	3	4	2	2	39
5	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	4	4	3	2	1	2	44
6	3	3	3	2	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	2	52
7	4	4	4	4	4	4	5	5	1	3	4	3	2	3	4	5	4	63
8	3	2	4	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	3	4	2	42
9	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	4	3	3	3	48
10	3	3	3	2	2	2	3	2	4	2	2	2	2	2	3	2	2	41
11	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	48
12	3	3	4	4	4	3	3	4	2	4	3	3	4	4	3	3	4	58
13	2	2	3	2	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	2	3	3	52
14	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	2	3	3	55
15	3	3	4	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	40
16	3	3	4	4	2	2	2	4	3	3	4	2	2	4	3	4	3	52
17	3	1	1	1	1	2	3	3	4	2	1	1	4	2	3	3	4	39
18	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	66
19	4	1	1	1	1	1	1	4	4	3	4	3	3	2	1	2	3	39



Lampiran 5: Kategori Nilai Variabel X dan Variabel Y

No	Responden	X1	Kategori	X2	Kategori	Y	Kategori
1	Responden1	42	Tinggi	80	Tinggi	32	Rendah
2	Responden 2	42	Tinggi	76	Tinggi	30	Rendah
3	Responden 3	42	Tinggi	78	Tinggi	31	Rendah
4	Responden 4	31	Sedang	56	Sedang	30	Rendah
5	Responden 5	42	Tinggi	76	Tinggi	26	Rendah
6	Responden 6	42	Tinggi	54	Sedang	34	Rendah
7	Responden 7	47	Tinggi	76	Tinggi	33	Rendah
8	Responden 8	31	Sedang	56	Sedang	30	Rendah
9	Responden 9	50	Tinggi	88	Tinggi	22	Rendah
10	Responden 10	31	Sedang	61	Sedang	29	Rendah
11	Responden 11	39	Tinggi	61	Sedang	36	Rendah
12	Responden 12	39	Tinggi	61	Sedang	40	Sedang
13	Responden 13	40	Tinggi	80	Tinggi	30	Rendah
14	Responden 14	40	Tinggi	80	Tinggi	28	Rendah
15	Responden 15	38	Tinggi	76	Tinggi	33	Rendah
16	Responden 16	39	Tinggi	78	Tinggi	36	Rendah
17	Responden 17	37	Tinggi	74	Tinggi	34	Rendah
18	Responden 18	38	Tinggi	60	Sedang	34	Rendah
19	Responden 19	42	Tinggi	84	Tinggi	34	Rendah
20	Responden 20	42	Tinggi	74	Tinggi	44	Sedang
21	Responden 21	31	Sedang	60	Sedang	46	Sedang
22	Responden 22	31	Sedang	60	Sedang	30	Rendah
23	Responden 23	31	Sedang	60	Sedang	30	Rendah
24	Responden 24	42	Tinggi	80	Tinggi	32	Rendah
25	Responden 25	42	Tinggi	80	Tinggi	37	Rendah
26	Responden 26	42	Tinggi	92	Tinggi	42	Sedang
27	Responden 27	42	Tinggi	34	Rendah	41	Sedang
28	Responden 28	42	Tinggi	76	Tinggi	34	Rendah
29	Responden 29	42	Tinggi	76	Tinggi	46	Sedang
30	Responden 30	31	Sedang	61	Sedang	46	Sedang
31	Responden 31	41	Tinggi	61	Sedang	46	Sedang
32	Responden 32	38	Tinggi	61	Sedang	36	Rendah
33	Responden 33	40	Tinggi	80	Tinggi	55	Sedang
34	Responden 34	43	Tinggi	61	Sedang	41	Sedang
35	Responden 35	39	Tinggi	82	Tinggi	38	Rendah
36	Responden 36	39	Tinggi	82	Tinggi	32	Rendah
37	Responden 37	40	Tinggi	61	Sedang	41	Sedang
38	Responden 38	38	Tinggi	82	Tinggi	30	Rendah
39	Responden 39	38	Tinggi	76	Tinggi	42	Sedang
40	Responden 40	41	Tinggi	82	Tinggi	42	Sedang
41	Responden 41	38	Tinggi	76	Tinggi	32	Rendah
42	Responden 42	41	Tinggi	82	Tinggi	31	Rendah
43	Responden 43	40	Tinggi	80	Tinggi	30	Rendah
44	Responden 44	43	Tinggi	86	Tinggi	30	Rendah
45	Responden 45	48	Tinggi	96	Tinggi	30	Rendah
46	Responden 46	48	Tinggi	96	Tinggi	33	Rendah
47	Responden 47	36	Sedang	72	Sedang	31	Rendah
48	Responden 48	38	Tinggi	76	Tinggi	43	Sedang
49	Responden 49	43	Tinggi	86	Tinggi	29	Rendah
50	Responden 50	35	Sedang	70	Sedang	37	Rendah

51	Responden 51	40	Tinggi	80	Tinggi	30	Rendah
52	Responden 52	39	Tinggi	78	Tinggi	34	Rendah
53	Responden 53	37	Tinggi	75	Tinggi	40	Sedang
54	Responden 54	41	Tinggi	83	Tinggi	36	Rendah
55	Responden 55	39	Tinggi	79	Tinggi	32	Rendah
56	Responden 56	41	Tinggi	82	Tinggi	35	Rendah
57	Responden 57	39	Tinggi	79	Tinggi	32	Rendah
58	Responden 58	50	Tinggi	100	Tinggi	35	Rendah
59	Responden 59	43	Tinggi	86	Tinggi	31	Rendah
60	Responden 60	40	Tinggi	75	Tinggi	31	Rendah
61	Responden 61	30	Sedang	65	Sedang	32	Rendah
62	Responden 62	41	Tinggi	75	Tinggi	43	Sedang
63	Responden 63	39	Tinggi	75	Tinggi	38	Rendah
64	Responden 64	42	Tinggi	93	Tinggi	39	Rendah
65	Responden 65	42	Tinggi	78	Tinggi	37	Rendah
66	Responden 66	40	Tinggi	94	Tinggi	38	Rendah
67	Responden 67	31	Sedang	75	Tinggi	35	Rendah
68	Responden 68	40	Tinggi	85	Tinggi	35	Rendah
69	Responden 69	39	Tinggi	78	Tinggi	36	Rendah
70	Responden 70	29	Sedang	75	Tinggi	32	Rendah
71	Responden 71	40	Tinggi	86	Tinggi	38	Rendah
72	Responden 72	30	Sedang	75	Tinggi	30	Rendah
73	Responden 73	31	Sedang	75	Tinggi	27	Rendah
74	Responden 74	29	Sedang	76	Tinggi	28	Rendah
75	Responden 75	29	Sedang	68	Sedang	25	Rendah
76	Responden 76	30	Sedang	73	Tinggi	32	Rendah
77	Responden 77	40	Tinggi	86	Tinggi	40	Sedang
78	Responden 78	28	Sedang	83	Tinggi	39	Rendah
79	Responden 79	24	Sedang	88	Tinggi	44	Sedang
80	Responden 80	25	Sedang	91	Tinggi	45	Sedang
81	Responden 81	38	Tinggi	84	Tinggi	38	Rendah
82	Responden 82	40	Tinggi	84	Tinggi	41	Sedang
83	Responden 83	40	Tinggi	82	Tinggi	35	Rendah

## Lampiran 6: Uji Reliabilitas

Efikasi Diri ( $X_1$ )**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.861	10

Dukungan Sosial ( $X_2$ )**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.934	20

Stres Kerja (Y)

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.896	18

## Lampiran 7 : Uji Normalitas Galat Taksiran

Uji Normalitas Galat Taksiran Y atas  $X_1$ 

RESP	Y	X1	X1 <sup>2</sup>	Y <sup>2</sup>	XY	$\bar{Y} = a + bX$	(Y- $\bar{Y}$ )	Galat (xi)	Z	F(Z)	S(Z)	(F(Zi)-S(Zi))
1	32	42	1764	2809	2226	50,85	2,15	-7,72	-2,55	0,01	0,01	-0,01
2	30	42	1764	2809	2226	50,85	2,15	-6,00	-1,98	0,02	0,02	0,00
3	31	42	1764	3025	2310	50,85	4,15	-5,85	-1,93	0,03	0,04	-0,01
4	30	31	961	2401	1519	46,91	2,09	-5,78	-1,91	0,03	0,05	-0,02
5	26	42	1764	2916	2268	50,85	3,15	-5,42	-1,79	0,04	0,06	-0,02
6	34	42	1764	2025	1890	50,85	-5,85	-4,49	-1,48	0,07	0,07	0,00
7	33	47	2209	2704	2444	52,64	-0,64	-4,42	-1,46	0,07	0,08	-0,01
8	30	31	961	2209	1457	46,91	0,09	-4,21	-1,39	0,08	0,10	-0,01
9	22	50	2500	4624	3400	53,72	14,28	-4,19	-1,39	0,08	0,11	-0,03
10	29	31	961	2209	1457	46,91	0,09	-3,91	-1,29	0,10	0,12	-0,02
11	36	39	1521	2304	1872	49,78	-1,78	-3,42	-1,13	0,13	0,13	0,00
12	40	39	1521	1936	1716	49,78	-5,78	-3,21	-1,06	0,14	0,14	0,00
13	30	40	1600	2809	2120	50,13	2,87	-3,21	-1,06	0,14	0,16	-0,01
14	28	40	1600	2500	2000	50,13	-0,13	-3,06	-1,01	0,16	0,17	-0,01
15	33	38	1444	2025	1710	49,42	-4,42	-2,49	-0,82	0,21	0,18	0,02
16	36	39	1521	2601	1989	49,78	1,22	-2,13	-0,71	0,24	0,19	0,05
17	34	37	1369	2704	1924	49,06	2,94	-1,91	-0,63	0,26	0,20	0,06
18	34	38	1444	2116	1748	49,42	-3,42	-1,91	-0,63	0,26	0,22	0,05
19	34	42	1764	2704	2184	50,85	1,15	-1,78	-0,59	0,28	0,23	0,05

20	44	42	1764	2500	2100	50,85	-0,85	-1,78	-0,59	0,28	0,24	0,04
21	46	31	961	2304	1488	46,91	1,09	-1,49	-0,49	0,31	0,25	0,06
22	30	31	961	1849	1333	46,91	-3,91	-1,21	-0,40	0,34	0,27	0,08
23	30	31	961	2025	1395	46,91	-1,91	-1,19	-0,39	0,35	0,28	0,07
24	32	42	1764	3025	2310	50,85	4,15	-1,19	-0,39	0,35	0,29	0,06
25	37	42	1764	2916	2268	50,85	3,15	-1,13	-0,37	0,35	0,30	0,05
26	42	42	1764	2704	2184	50,85	1,15	-1,13	-0,37	0,35	0,31	0,04
27	41	42	1764	2601	2142	50,85	0,15	-1,00	-0,33	0,37	0,33	0,05
28	34	42	1764	2601	2142	50,85	0,15	-0,85	-0,28	0,39	0,34	0,05
29	46	42	1764	2601	2142	50,85	0,15	-0,70	-0,23	0,41	0,35	0,06
30	46	31	961	2025	1395	46,91	-1,91	-0,64	-0,21	0,42	0,36	0,05
31	46	41	1681	2304	1968	50,49	-2,49	-0,55	-0,18	0,43	0,37	0,05
32	36	38	1444	1936	1672	49,42	-5,42	-0,49	-0,16	0,44	0,39	0,05
33	55	40	1600	2500	2000	50,13	-0,13	-0,49	-0,16	0,44	0,40	0,04
34	41	43	1849	2209	2021	51,21	-4,21	-0,13	-0,04	0,48	0,41	0,07
35	38	39	1521	2601	1989	49,78	1,22	-0,13	-0,04	0,48	0,42	0,06
36	32	39	1521	2500	1950	49,78	0,22	0,09	0,03	0,51	0,43	0,08
37	41	40	1600	2304	1920	50,13	-2,13	0,09	0,03	0,51	0,45	0,07
38	30	38	1444	2601	1938	49,42	1,58	0,09	0,03	0,51	0,46	0,05
39	42	38	1444	2500	1900	49,42	0,58	0,09	0,03	0,51	0,47	0,04
40	42	41	1681	2401	2009	50,49	-1,49	0,15	0,05	0,52	0,48	0,04
41	32	38	1444	2704	1976	49,42	2,58	0,15	0,05	0,52	0,49	0,03
42	31	41	1681	2116	1886	50,49	-4,49	0,15	0,05	0,52	0,51	0,01
43	30	40	1600	2401	1960	50,13	-1,13	0,22	0,07	0,53	0,52	0,01

44	30	43	1849	2500	2150	51,21	-1,21	0,22	0,07	0,53	0,53	0,00
45	30	48	2304	2704	2496	53,00	-1,00	0,51	0,17	0,57	0,54	0,02
46	33	48	2304	2209	2256	53,00	-6,00	0,58	0,19	0,58	0,55	0,02
47	31	36	1296	2304	1728	48,70	-0,70	0,58	0,19	0,58	0,57	0,01
48	43	38	1444	2809	2014	49,42	3,58	0,60	0,20	0,58	0,58	0,00
49	29	43	1849	2304	2064	51,21	-3,21	0,87	0,29	0,61	0,59	0,02
50	37	35	1225	2500	1750	48,34	1,66	0,87	0,29	0,61	0,60	0,01
51	30	40	1600	2809	2120	50,13	2,87	0,87	0,29	0,61	0,61	0,00
52	34	39	1521	2304	1872	49,78	-1,78	0,87	0,29	0,61	0,63	-0,01
53	40	37	1369	2116	1702	49,06	-3,06	1,09	0,36	0,64	0,64	0,00
54	36	41	1681	2500	2050	50,49	-0,49	1,15	0,38	0,65	0,65	0,00
55	32	39	1521	2500	1950	49,78	0,22	1,15	0,38	0,65	0,66	-0,01
56	35	41	1681	2601	2091	50,49	0,51	1,15	0,38	0,65	0,67	-0,03
57	32	39	1521	2601	1989	49,78	1,22	1,15	0,38	0,65	0,69	-0,04
58	35	50	2500	2116	2300	53,72	-7,72	1,22	0,40	0,66	0,70	-0,04
59	31	43	1849	2304	2064	51,21	-3,21	1,22	0,40	0,66	0,71	-0,05
60	31	40	1600	2401	1960	50,13	-1,13	1,22	0,40	0,66	0,72	-0,07
61	32	30	900	2304	1440	46,55	1,45	1,45	0,48	0,68	0,73	-0,05
62	43	41	1681	2500	2050	50,49	-0,49	1,45	0,48	0,68	0,75	-0,06
63	38	39	1521	2809	2067	49,78	3,22	1,58	0,52	0,70	0,76	-0,06
64	39	42	1764	2704	2184	50,85	1,15	1,66	0,55	0,71	0,77	-0,06
65	37	42	1764	2704	2184	50,85	1,15	1,87	0,62	0,73	0,78	-0,05
66	38	40	1600	2601	2040	50,13	0,87	2,09	0,69	0,76	0,80	-0,04
67	35	31	961	2209	1457	46,91	0,09	2,15	0,71	0,76	0,81	-0,05

68	35	40	1600	2601	2040	50,13	0,87	2,15	0,71	0,76	0,82	-0,06
69	36	39	1521	2809	2067	49,78	3,22	2,17	0,72	0,76	0,83	-0,07
70	32	29	841	2025	1305	46,19	-1,19	2,58	0,85	0,80	0,84	-0,04
71	38	40	1600	2601	2040	50,13	0,87	2,87	0,95	0,83	0,86	-0,03
72	30	30	900	2116	1380	46,55	-0,55	2,87	0,95	0,83	0,87	-0,04
73	27	31	961	2209	1457	46,91	0,09	2,87	0,95	0,83	0,88	-0,05
74	28	29	841	1764	1218	46,19	-4,19	2,94	0,97	0,83	0,89	-0,06
75	25	29	841	2025	1305	46,19	-1,19	3,15	1,04	0,85	0,90	-0,05
76	32	30	900	2304	1440	46,55	1,45	3,15	1,04	0,85	0,92	-0,06
77	40	40	1600	2704	2080	50,13	1,87	3,22	1,07	0,86	0,93	-0,07
78	39	28	784	2304	1344	45,83	2,17	3,22	1,07	0,86	0,94	-0,08
79	44	24	576	2025	1080	44,40	0,60	3,24	1,07	0,86	0,95	-0,09
80	45	25	625	2304	1200	44,76	3,24	3,58	1,18	0,88	0,96	-0,08
81	38	38	1444	2500	1900	49,42	0,58	4,15	1,37	0,91	0,98	-0,06
82	41	40	1600	2601	2040	50,13	0,87	4,15	1,37	0,91	0,99	-0,07
83	35	40	1600	2809	2120	50,13	2,87	14,28	4,72	1,00	1,00	0,00
												$L_{hitung} = 0,08$ $L_{tabel} = 0,10$
total	4112	3183	124437	204772	158542							

Uji Normalitas Galat Taksiran Y atas X<sub>2</sub>

RESP	Y	X <sub>2</sub>	X <sub>2</sub> <sup>2</sup>	Y <sup>2</sup>	XY	$\hat{Y} = a + bX$	(Y- $\hat{Y}$ )	Galat (xi)	Z	F(Z)	S(Z)	(F(Zi)-S(Zi))
1	32	80	6400	2809	4240	49,99	3,01	-7,53	-7,53	0,00	0,01	-0,01
2	30	76	5776	2809	4028	49,53	3,47	-6,27	-6,27	0,00	0,02	-0,02
3	31	78	6084	3025	4290	49,76	5,24	-5,90	-5,90	0,00	0,04	-0,04
4	30	56	3136	2401	2744	47,25	1,75	-4,81	-4,81	0,00	0,05	-0,05
5	26	76	5776	2916	4104	49,53	4,47	-4,70	-4,70	0,00	0,06	-0,06
6	34	54	2916	2025	2430	47,02	-2,02	-4,53	-4,53	0,00	0,07	-0,07
7	33	76	5776	2704	3952	49,53	2,47	-4,42	-4,42	0,00	0,08	-0,08
8	30	56	3136	2209	2632	47,25	-0,25	-4,21	-4,21	0,00	0,10	-0,10
9	22	88	7744	4624	5984	50,90	17,10	-3,82	-3,82	0,00	0,11	-0,11
10	29	61	3721	2209	2867	47,82	-0,82	-3,82	-3,82	0,00	0,12	-0,12
11	36	61	3721	2304	2928	47,82	0,18	-3,62	-3,62	0,00	0,13	-0,13
12	40	61	3721	1936	2684	47,82	-3,82	-3,42	-3,42	0,00	0,14	-0,14
13	30	80	6400	2809	4240	49,99	3,01	-3,42	-3,42	0,00	0,16	-0,16
14	28	80	6400	2500	4000	49,99	0,01	-3,24	-3,24	0,00	0,17	-0,17
15	33	76	5776	2025	3420	49,53	-4,53	-2,82	-2,82	0,00	0,18	-0,18
16	36	78	6084	2601	3978	49,76	1,24	-2,70	-2,70	0,00	0,19	-0,19
17	34	74	5476	2704	3848	49,30	2,70	-2,67	-2,67	0,00	0,20	-0,20
18	34	60	3600	2116	2760	47,70	-1,70	-2,67	-2,67	0,00	0,22	-0,21
19	34	84	7056	2704	4368	50,44	1,56	-2,42	-2,42	0,01	0,23	-0,22
20	44	74	5476	2500	3700	49,30	0,70	-2,42	-2,42	0,01	0,24	-0,23
21	46	60	3600	2304	2880	47,70	0,30	-2,33	-2,33	0,01	0,25	-0,24

22	30	60	3600	1849	2580	47,70	-4,70	-2,02	-2,02	0,02	0,27	-0,24
23	30	60	3600	2025	2700	47,70	-2,70	-1,76	-1,76	0,04	0,28	-0,24
24	32	80	6400	3025	4400	49,99	5,01	-1,70	-1,70	0,04	0,29	-0,24
25	37	80	6400	2916	4320	49,99	4,01	-1,21	-1,21	0,11	0,30	-0,19
26	42	92	8464	2704	4784	51,36	0,64	-1,19	-1,19	0,12	0,31	-0,20
27	41	34	1156	2601	1734	44,74	6,26	-1,07	-1,07	0,14	0,33	-0,18
28	34	76	5776	2601	3876	49,53	1,47	-0,99	-0,99	0,16	0,34	-0,18
29	46	76	5776	2601	3876	49,53	1,47	-0,82	-0,82	0,21	0,35	-0,14
30	46	61	3721	2025	2745	47,82	-2,82	-0,82	-0,82	0,21	0,36	-0,15
31	46	61	3721	2304	2928	47,82	0,18	-0,67	-0,67	0,25	0,37	-0,12
32	36	61	3721	1936	2684	47,82	-3,82	-0,58	-0,58	0,28	0,39	-0,11
33	55	80	6400	2500	4000	49,99	0,01	-0,44	-0,44	0,33	0,40	-0,07
34	41	61	3721	2209	2867	47,82	-0,82	-0,42	-0,42	0,34	0,41	-0,07
35	38	82	6724	2601	4182	50,21	0,79	-0,33	-0,33	0,37	0,42	-0,05
36	32	82	6724	2500	4100	50,21	-0,21	-0,27	-0,27	0,39	0,43	-0,04
37	41	61	3721	2304	2928	47,82	0,18	-0,25	-0,25	0,40	0,45	-0,04
38	30	82	6724	2601	4182	50,21	0,79	-0,21	-0,21	0,41	0,46	-0,04
39	42	76	5776	2500	3800	49,53	0,47	0,01	0,01	0,51	0,47	0,04
40	42	82	6724	2401	4018	50,21	-1,21	0,01	0,01	0,51	0,48	0,02
41	32	76	5776	2704	3952	49,53	2,47	0,13	0,13	0,55	0,49	0,06
42	31	82	6724	2116	3772	50,21	-4,21	0,18	0,18	0,57	0,51	0,07
43	30	80	6400	2401	3920	49,99	-0,99	0,18	0,18	0,57	0,52	0,05
44	30	86	7396	2500	4300	50,67	-0,67	0,18	0,18	0,57	0,53	0,04
45	30	96	9216	2704	4992	51,81	0,19	0,19	0,19	0,57	0,54	0,03

46	33	96	9216	2209	4512	51,81	-4,81	0,30	0,30	0,62	0,55	0,06
47	31	72	5184	2304	3456	49,07	-1,07	0,33	0,33	0,63	0,57	0,06
48	43	76	5776	2809	4028	49,53	3,47	0,44	0,44	0,67	0,58	0,09
49	29	86	7396	2304	4128	50,67	-2,67	0,47	0,47	0,68	0,59	0,09
50	37	70	4900	2500	3500	48,84	1,16	0,53	0,53	0,66	0,60	0,05
51	30	80	6400	2809	4240	49,99	3,01	0,56	0,56	0,66	0,61	0,04
52	34	78	6084	2304	3744	49,76	-1,76	0,58	0,58	0,66	0,63	0,03
53	40	75	5625	2116	3450	49,42	-3,42	0,64	0,64	0,68	0,64	0,05
54	36	83	6889	2500	4150	50,33	-0,33	0,70	0,70	0,68	0,65	0,03
55	32	79	6241	2500	3950	49,87	0,13	0,79	0,79	0,70	0,66	0,04
56	35	82	6724	2601	4182	50,21	0,79	0,79	0,79	0,71	0,67	0,03
57	32	79	6241	2601	4029	49,87	1,13	0,79	0,79	0,73	0,69	0,04
58	35	100	10000	2116	4600	52,27	-6,27	1,13	1,13	0,76	0,70	0,06
59	31	86	7396	2304	4128	50,67	-2,67	1,16	1,16	0,76	0,71	0,05
60	31	75	5625	2401	3675	49,42	-0,42	1,24	1,24	0,76	0,72	0,04
61	32	65	4225	2304	3120	48,27	-0,27	1,33	1,33	0,76	0,73	0,03
62	43	75	5625	2500	3750	49,42	0,58	1,47	1,47	0,80	0,75	0,06
63	38	75	5625	2809	3975	49,42	3,58	1,47	1,47	0,83	0,76	0,07
64	39	93	8649	2704	4836	51,47	0,53	1,56	1,56	0,83	0,77	0,06
65	37	78	6084	2704	4056	49,76	2,24	1,75	1,75	0,83	0,78	0,05
66	38	94	8836	2601	4794	51,58	-0,58	2,24	2,24	0,83	0,80	0,04
67	35	75	5625	2209	3525	49,42	-2,42	2,47	2,47	0,85	0,81	0,04
68	35	85	7225	2601	4335	50,56	0,44	2,47	2,47	0,85	0,82	0,03
69	36	78	6084	2809	4134	49,76	3,24	2,70	2,70	0,86	0,83	0,03

70	32	75	5625	2025	3375	49,42	-4,42	2,79	2,79	0,86	0,84	0,01
71	38	86	7396	2601	4386	50,67	0,33	3,01	3,01	0,86	0,86	0,00
72	30	75	5625	2116	3450	49,42	-3,42	3,01	3,01	0,88	0,87	0,01
73	27	75	5625	2209	3525	49,42	-2,42	3,01	3,01	0,91	0,88	0,04
74	28	76	5776	1764	3192	49,53	-7,53	3,24	3,24	0,91	0,89	0,02
75	25	68	4624	2025	3060	48,62	-3,62	3,47	3,47	0,91	0,90	0,01
76	32	73	5329	2304	3504	49,19	-1,19	3,47	3,47	1,00	0,92	0,08
77	40	86	7396	2704	4472	50,67	1,33	3,58	3,58	1,00	0,93	0,07
78	39	83	6889	2304	3984	50,33	-2,33	4,01	4,01	1,00	0,94	0,06
79	44	88	7744	2025	3960	50,90	-5,90	4,47	4,47	1,00	0,95	0,05
80	45	91	8281	2304	4368	51,24	-3,24	5,01	5,01	1,00	0,96	0,04
81	38	84	7056	2500	4200	50,44	-0,44	5,24	5,24	1,00	0,98	0,02
82	41	84	7056	2601	4284	50,44	0,56	6,26	6,26	1,00	0,99	0,01
83	35	82	6724	2809	4346	50,21	2,79	17,10	17,10	1,00	1,00	0,00

L<sub>hitung</sub> =0,09  
L<sub>tabel</sub> = 0,10

Total	4112	6317	490957	204772	314120
-------	------	------	--------	--------	--------

## Lampiran 8 : Titik Persentase Untuk Distribusi F

## Titik Persentase Distribusi F untuk Probabilita = 0,05

df untuk penyebut (N2)	df untuk pembilang (N1)														
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
50	4.03	3.18	2.79	2.56	2.40	2.29	2.20	2.13	2.07	2.03	1.99	1.95	1.92	1.89	1.87
51	4.03	3.18	2.79	2.55	2.40	2.28	2.20	2.13	2.07	2.02	1.98	1.95	1.92	1.89	1.87
52	4.03	3.18	2.78	2.55	2.39	2.28	2.19	2.12	2.07	2.02	1.98	1.94	1.91	1.89	1.86
53	4.02	3.17	2.78	2.55	2.39	2.28	2.19	2.12	2.06	2.01	1.97	1.94	1.91	1.88	1.86
54	4.02	3.17	2.78	2.54	2.39	2.27	2.18	2.12	2.06	2.01	1.97	1.94	1.91	1.88	1.86
55	4.02	3.16	2.77	2.54	2.38	2.27	2.18	2.11	2.06	2.01	1.97	1.93	1.90	1.88	1.85
56	4.01	3.16	2.77	2.54	2.38	2.27	2.18	2.11	2.05	2.00	1.96	1.93	1.90	1.87	1.85
57	4.01	3.16	2.77	2.53	2.38	2.26	2.18	2.11	2.05	2.00	1.96	1.93	1.90	1.87	1.85
58	4.01	3.16	2.76	2.53	2.37	2.26	2.17	2.10	2.05	2.00	1.96	1.92	1.89	1.87	1.84
59	4.00	3.15	2.76	2.53	2.37	2.26	2.17	2.10	2.04	2.00	1.96	1.92	1.89	1.86	1.84
60	4.00	3.15	2.76	2.53	2.37	2.25	2.17	2.10	2.04	1.99	1.95	1.92	1.89	1.86	1.84
61	4.00	3.15	2.76	2.52	2.37	2.25	2.16	2.09	2.04	1.99	1.95	1.91	1.88	1.86	1.83
62	4.00	3.15	2.75	2.52	2.36	2.25	2.16	2.09	2.03	1.99	1.95	1.91	1.88	1.85	1.83
63	3.99	3.14	2.75	2.52	2.36	2.25	2.16	2.09	2.03	1.98	1.94	1.91	1.88	1.85	1.83
64	3.99	3.14	2.75	2.52	2.36	2.24	2.16	2.09	2.03	1.98	1.94	1.91	1.88	1.85	1.83
65	3.99	3.14	2.75	2.51	2.36	2.24	2.15	2.08	2.03	1.98	1.94	1.90	1.87	1.85	1.82
66	3.99	3.14	2.74	2.51	2.35	2.24	2.15	2.08	2.03	1.98	1.94	1.90	1.87	1.84	1.82
67	3.98	3.13	2.74	2.51	2.35	2.24	2.15	2.08	2.02	1.98	1.93	1.90	1.87	1.84	1.82
68	3.98	3.13	2.74	2.51	2.35	2.24	2.15	2.08	2.02	1.97	1.93	1.90	1.87	1.84	1.82
69	3.98	3.13	2.74	2.50	2.35	2.23	2.15	2.08	2.02	1.97	1.93	1.90	1.86	1.84	1.81
70	3.98	3.13	2.74	2.50	2.35	2.23	2.14	2.07	2.02	1.97	1.93	1.89	1.86	1.84	1.81
71	3.98	3.13	2.73	2.50	2.34	2.23	2.14	2.07	2.01	1.97	1.93	1.89	1.86	1.83	1.81
72	3.97	3.12	2.73	2.50	2.34	2.23	2.14	2.07	2.01	1.96	1.92	1.89	1.86	1.83	1.81
73	3.97	3.12	2.73	2.50	2.34	2.23	2.14	2.07	2.01	1.96	1.92	1.89	1.86	1.83	1.81
74	3.97	3.12	2.73	2.50	2.34	2.22	2.14	2.07	2.01	1.96	1.92	1.89	1.85	1.83	1.80
75	3.97	3.12	2.73	2.49	2.34	2.22	2.13	2.06	2.01	1.96	1.92	1.88	1.85	1.83	1.80
76	3.97	3.12	2.72	2.49	2.33	2.22	2.13	2.06	2.01	1.96	1.92	1.88	1.85	1.82	1.80
77	3.97	3.12	2.72	2.49	2.33	2.22	2.13	2.06	2.00	1.96	1.92	1.88	1.85	1.82	1.80
78	3.96	3.11	2.72	2.49	2.33	2.22	2.13	2.06	2.00	1.95	1.91	1.88	1.85	1.82	1.80
79	3.96	3.11	2.72	2.49	2.33	2.22	2.13	2.06	2.00	1.95	1.91	1.88	1.85	1.82	1.79
80	3.96	3.11	2.72	2.49	2.33	2.21	2.13	2.06	2.00	1.95	1.91	1.88	1.84	1.82	1.79
81	3.96	3.11	2.72	2.48	2.33	2.21	2.12	2.05	2.00	1.95	1.91	1.87	1.84	1.82	1.79
82	3.96	3.11	2.72	2.48	2.33	2.21	2.12	2.05	2.00	1.95	1.91	1.87	1.84	1.81	1.79
83	3.96	3.11	2.71	2.48	2.32	2.21	2.12	2.05	1.99	1.95	1.91	1.87	1.84	1.81	1.79
84	3.95	3.11	2.71	2.48	2.32	2.21	2.12	2.05	1.99	1.95	1.90	1.87	1.84	1.81	1.79
85	3.95	3.10	2.71	2.48	2.32	2.21	2.12	2.05	1.99	1.94	1.90	1.87	1.84	1.81	1.79

## Lampiran 9: Surat Rekomendasi Perizinan Penelitian dari Kampus


**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA**  
**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI PALOPO**  
**FAKULTAS TARBIYAH & ILMU KEGURUAN**  
 Jl. Agatis Kel. Balandai Kec. Bara 91914 Kota Palopo  
 Email: ftik@iainpalopo.ac.id / Web: www.ftik-iainpalopo.ac.id

---

Nomor : 041 /ln.19/FTIK/HM.01/01/2023 Palopo, 24 Januari 2023  
 Lampiran : -  
 Perihal : **Permohonan Surat Izin Penelitian**

Yth. Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan  
 Satu Pintu Provinsi Sulawesi Selatan  
 di -  
 Makassar

*Assalamu Alaikum Wr. Wb.*  
 Dengan hormat, kami sampaikan bahwa mahasiswa (i) kami, yaitu :

Nama	: Nur Indalahi
NIM	: 19 0206 0032
Program Studi	: Manajemen Pendidikan Islam
Semester	: VII (Tujuh)
Tahun Akademik	: 2022/2023

akan melaksanakan penelitian dalam rangka penulisan skripsi pada lokasi SMA Negeri di Kabupaten Luwu Timur dengan judul: **"Pengaruh Efikasi Diri dan Dukungan Sosial terhadap Stres Kerja Guru SMA Negeri di Kabupaten Luwu Timur"**. Untuk itu kami mohon kiranya Bapak/Ibu berkenan menerbitkan Surat Izin Penelitian.

Demikian surat permohonan ini kami ajukan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapkan banyak terima kasih.

*Wassalamu Alaikum Wr. Wb.*

  
 M. Nur K. M.Pd  
 NIP. 19681231 199903 1 014

## Lampiran 10 : Surat Rekomendasi Perizinan dari DPMPTSP Provinsi Sulawesi

## Selatan



**PEMERINTAH PROVINSI SULAWESI SELATAN**  
**DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU**  
 Jl. Bougenville No.5 Telp. (0411) 441077 Fax. (0411) 448936  
 Website : <http://simap-new.sulselprov.go.id> Email : [ptsp@sulselprov.go.id](mailto:ptsp@sulselprov.go.id)  
 Makassar 90231

---

Nomor	: <b>14274/S.01/PTSP/2023</b>	Kepada Yth.	
Lampiran	: -	Kepala Dinas Pendidikan Prov. Sulsel	
Perihal	: <u><b>Izin penelitian</b></u>		

di-  
**Tempat**

Berdasarkan surat Dekan Fak. Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri Palopo Nomor : 0141/In.19/FTIK/HM.01/01/2023 tanggal 24 Januari 2023 perihal tersebut diatas, mahasiswa/peneliti dibawah ini:

N a m a	: <b>NUR INDALAH I</b>
Nomor Pokok	: 1902060032
Program Studi	: Manajemen Pendidikan Islam
Pekerjaan/Lembaga	: Mahasiswa (S1)
Alamat	: Jl. Agatis Balandai Palopo

**PROVINSI SULAWESI SELATAN**

Bermaksud untuk melakukan penelitian di daerah/kantor saudara dalam rangka menyusun SKRIPSI, dengan judul :

**" PENGARUH EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP STRES KERJA GURU SMA NEGERI DI KABUPATEN LUWU TIMUR "**

Yang akan dilaksanakan dari : Tgl. **26 Januari s/d 26 Mei 2023**

Sehubungan dengan hal tersebut diatas, pada prinsipnya kami *menyetujui* kegiatan dimaksud dengan ketentuan yang tertera di belakang surat izin penelitian.

Demikian Surat Keterangan ini diberikan agar dipergunakan sebagaimana mestinya.

Diterbitkan di Makassar  
Pada Tanggal 26 Januari 2023

**A.n. GUBERNUR SULAWESI SELATAN**  
**KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU**  
**SATU PINTU PROVINSI SULAWESI SELATAN**



**Ir. H. SULKAF S LATIEF, M.M.**  
 Pangkat : PEMBINA UTAMA MADYA  
 Nip : 19630424 198903 1 010

Tembusan Yth

1. Dekan Fak. Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri Palopo;
2. *Pertinggal.*

## Lampiran 11 : Surat Izin Penelitian dari Dinas Pendidikan Provinsi



**PEMERINTAH PROVINSI SULAWESI SELATAN**  
**DINAS PENDIDIKAN**  
**CABANG DINAS PENDIDIKAN WILAYAH XII**

Alamat Kantor : Jln . Dr. Sam Ratulangi Puncak Indah Malli, Kec. Malli, Kab. Luwu Timur 92981

---

**SURAT REKOMENDASI**  
Nomor : 867/ 057 -CD.Wil.XII/DISDIK

Yang bertanda tangan di bawah ini, Kepala Cabang Dinas Pendidikan Wilayah XII Kabupaten Luwu Timur dan Luwu Utara :

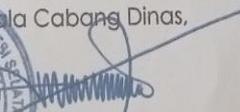
Nama	: Drs. ISMAIL, M.Ed
NIP	: 19680413 199303 1 016
Pangkat / Gol.	: Pembina Utama Muda, IV.c
Jabatan	: Kepala Cabang Dinas

Menerangkan bahwa :

Nama	: NUR INDALAH
Nomor Pokok	: 1902060032
Program Studi	: Manajemen Pendidikan Islam
Alamat	: Jl. Agatis Balandai Palopo

Diberikan rekomendasi untuk melakukan penelitian di SMA Negeri se-Kabupaten Luwu Timur dalam rangka menyusun Skripsi dengan judul "**PENGARUH EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP STRES KERJA GURU SMA NEGERI DI KABUPATEN LUWU TIMUR**". Yang akan dilaksanakan pada tanggal 26 Januari s/d 26 Mei 2023.

Demikian rekomendasi ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kepala Cabang Dinas,  
  
**Drs. ISMAIL, M.Ed**  
Pangkat : Pembina Utama Muda / IV.c  
NIP. 19680413 199303 1 016



Tembusan :

1. Kepala Dinas Pendidikan Provinsi Sulawesi Selatan (sebagai laporan) di Makassar;
2. Kepala UPT SMAN se-Kabupaten Luwu Timur di Tempat;
3. Peringgal.

## Lampiran 12 : Surat Keterangan Penelitian dari Sekolah


**PEMERINTAH PROVINSI SULAWESI SELATAN**  
**CABANG DINAS PENDIDIKAN WILAYAH XII**  
**UPT SMA NEGERI 1 LUWU TIMUR**  
 Alamat : Jl. Montolalu Kompleks PT. INCO Malili Telp (0474) 321340
 

---

**SURAT KETERANGAN**  
 NO. 422/048/UPT.SMAN1-LT/DISDIK/1/2023

Yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Drs. MUH. SALEH, M.M.  
 NIP : 19630206 198703 1 021  
 Jabatan : Kepala Sekolah

menerangkan bahwa :

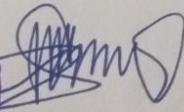
Nama : **NUR INDALAH**  
 Tempat Tanggal Lahir : Lampesue, 21 Januari 2001  
 NIM : 1902060032  
 Program Studi : Manajemen Pendidikan Islam  
 Instansi : **IAIN PALOPO**

Adalah *benar* telah melaksanakan penelitian di UPT SMA Negeri 1 Luwu Timur Provinsi Sulawesi Selatan tahun pelajaran 2022 - 2023 pada tanggal 30 Januari 2023 dalam rangka penyusunan Skripsi dengan judul :

**“PENGARUH EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP STRES KERJA GURU SMA NEGERI DI KABUPATEN LUWU TIMUR”**

Demikian surat keterangan ini, untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malili Luwu Timur, 30 Januari 2023  
 Kepala UPT SMAN 1 Luwu Timur,


  
**Dr. MUH. SALEH, M.M.**  
 NIP. 19630206 198703 1 021



**PEMERINTAH PROVINSI SULAWESI SELATAN**  
**DINAS PENDIDIKAN**  
**UPT SMA NEGERI 2 LUWU TIMUR**

Alamat : Jl. Pahlawan No. 2 Desa Bawalipu, Kec. Wotu Kab. Luwu Timur

**SURAT KETERANGAN PENELITIAN**

Nomor : 420/018-UPT SMAN2/LT/DISDIK/1/2023

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala UPT SMA Negeri 2 Luwu Timur, Kabupaten Luwu Timur, Provinsi Sulawesi Selatan :

Nama : ADAM, S.Pd., M.Pd  
NIP : 19700202 199301 1 003  
Pangkat/ Gol-Ruang : Pembina Tk. 1/IVb  
Unit Kerja : SMA Negeri 2 Luwu Timur

Dengan menyatakan bahwa Mahasiswa tersebut namanya dibawah ini :

Nama : NUR INDALAH I  
NIM : 1902060032  
Pekerjaan : Mahasiswa  
Prodi : Manajemen Pendidikan Islam

Benar telah melaksanakan Penelitian di SMA Negeri 2 Luwu Timur dalam rangka pelaksanaan Penyusunan Skripsi dengan Judul: **"PENGARUH EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP STRES KERJA GURU SMA NEGERI DI KABUPATEN LUWU TIMUR"** pada Tanggal 27 Januari 2023.

Demikian Surat Keterangan ini dibuat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Wotu, 27 Januari 2023  
Kepala SMA Neg.2 Luwu Timur

**A D A M, S.Pd., M.Pd**  
Pangkat: Pembina Tk. 1  
NIP. 19700202 199301 1 003



DINAS PENDIDIKAN PROVINSI SULAWESI SELATAN  
 CABANG DINAS PENDIDIKAN WILAYAH XII LUTIM LUTRA  
 UPT SMA NEGERI 3 LUWU TIMUR  
 Alamat :JalanKasuari 2 Wawondula, Kec. Towuti, Kab. LuwuTimur  
 E-mail : smatowuti@gmail.com Kode Pos 92983

SURAT KETERANGAN TELAH MELAKUKAN PENELITIAN  
 Nomor : 421.3/21/UPT.SMAN.3/LUTIM/DISDIK

Yang bertandatangan di bawah ini Kepala UPT SMA Negeri 3 Luwu Timur, Kec.Towuti  
 Kab.Luwu Timur :

Nama : ZARKASI AHMAD, S.Pd. M.Pd  
 NIP : 19660216 198812 1 001  
 Pangkat / Gol : Pembina Tk.1 / IVb  
 Instansi : UPT SMAN 3 LUWU TIMUR

Menerangkan bahwa :

Nama : NUR INDALAH I  
 NIM : 1902060032  
 Program Studi : Manajemen Pendidikan Islam  
 Lembaga : IAIN Palopo

Telah melakukan penelitian di SMA Negeri 3 Luwu Timur pada tanggal 20 Februari  
 2023 dalam rangka penyusunan skripsi dengan judul "Pengaruh Efikasi Diri dan Dukungan  
 Sosial Terhadap Stres Kerja Guru SMA Negeri Di Kabupaten Luwu Timur".

Demikian Surat Keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Towuti, 20 Februari 2023

Kepala Sekolah  
  
 ZARKASI AHMAD, S.Pd. M.Pd  
 NIPs 19660216 198812 1 001



PEMERINTAH PROVINSI SULAWESI SELATAN  
DINAS PENDIDIKAN  
**SMA NEGERI 4 LUWU TIMUR**

Alamat : Jl. Rusa-Pakatan, Desa Maleku, Kec. Mangkutana, Telp/Fax(0473)25138 Kode pos. 92973

**SURAT KETERANGAN MELAKUKAN PENELITIAN**

Nomor : 421.3/ 190 /SMA.4/LT/II/2023

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala SMA Negeri 4 Luwu Timur, menerangkan bahwa :

Nama : NUR INDALAH I  
NIM : 1902060032  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Program Studi : Manajemen Pendidikan Islam  
Perguruan Tinggi : IAIN Palopo  
Tempat Penelitian : SMAN 4 Luwu Timur

Benar yang bersangkutan telah melakukan penelitian di SMA Negeri 4 Luwu Timur, pada tanggal 24 Februari 2023, dalam rangka menyusun skripsi yang berjudul **"PENGARUH EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP STRES KERJA GURU SMA NEGERI DI KABUPATEN LUWU TIMUR"**

Demikian Surat Keterangan ini diterbitkan untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Mangkutana, 27 Februari 2023

Kepala Sekolah,  
Wakasek Kurikulum



**ANDIK SYAHID S, S.Pd**

NIP.19790424 200502 2 010



**PEMERINTAH PROVINSI SULAWESI SELATAN  
CABANG DINAS PENDIDIKAN WILAYAH XII  
UPT SMA NEGERI 5 LUWU TIMUR**

Alamat : Jl. Andi Hatta Marakarma, Wasuponda  
Email: smansa.wasuponda@gmail.com



**SURAT KETERANGAN TELAH MELAKSANAKAN PENELITIAN**  
NO. 422/1179/UPT.SMAN.5/LT/DISDIK/II/2023

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : AMMAS M., S.Pd., M.S.i  
NIP : 19740511 200312 1 003  
Jabatan : Kepala UPT SMA Negeri 5 Luwu Timur  
Instansi : SMA Negeri 5 Luwu Timur

Menerangkan Bahwa :

Nama : NUR INDALAH I  
Nomor Pokok : 1902060032  
Fakultas : Tarbiah dan Ilmu Keguruan  
Program Studi : Manajemen Pendidikan Islam  
Judul Skripsi : *"Pengaruh Efikasi Diri Dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Kerja Guru SMA Negeri Di Kabupaten Luwu Timur"*

Telah melakukan penelitian pada SMA Negeri 5 Luwu Timur dalam rangka penyusunan Skripsi sejak tanggal 26 Januari sampai dengan 26 Mei 2023.

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sebenarnya dan untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Wasuponda, 22 Februari 2023

Ammas M., S.Pd., M.S.i  
NIP. 19740511 200312 1 003  
Kepala UPT,  
SMA Negeri 5 Luwu Timur





PEMERINTAH PROVINSI SULAWESI SELATAN  
 CABANG DINAS PENDIDIKAN WILAYAH XII  
 UPT. SMA NEGERI 6 LUWU TMUR

Alamat : Jalan Poros Angkona – Solo, Desa Lamaeto, Kec. Angkona 92985  
 E-mail : smaangkona@yahoo

**SURAT KETERANGAN PENELITIAN**

Nomor : 421.3.422/172/UPT.SMAN.6-LT/DISDIK/III/2023  
 Lampiran :  
 Perihal : **Penelitian**

Berdasarkan Surat Rekomendasi Kepala Cabang Dinas Pendidikan Wilayah XII Kabupaten Luwu Timur dan Luwu Utara Nomor 867/033-CD.WIL.XII/ Disdik, tentang Izin Penelitian.

Kepala UPT. SMA Negeri 6 Luwu Timur menerangkan bahwa :

Nama : **Nur Indalahi**  
 N P M : 19022060032  
 Program Studi : Manajemen Pendidikan Islam  
 Alamat : Jl. Agati Balandai Palopo

Benar nama tersebut diatas telah melaksanakan Penelitian dari tanggal 26 Januari 2023 sampai tanggal 26 Januari 2023 di Sekolah Menengah Atas Negeri 6 Luwu Timur Kecamatan Angkona Kabupaten Luwu Timur.

**“Pengaruh Efikasi Diri dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Kerja Guru SMA Negeri di Kabupaten Luwu Timur”.**

Demikian Surat Keterangan ini dibuat dan untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Angkona, 01 Maret 2023



**Rahmatulahi, S. Pd**  
 Pangkat : Pembina Tk.I  
 N I P. 19740209 200502 1 001



#BerAKHLAK  
 #SIPAKATAU

#CERDASKI!  
 • Ombak • Ber-Etika • Ber-Integritas • Ber-Disiplin  
 • Akuntabel • Solid • Kolaboratif • Inovatif

SETULUS HATI, BERENUH JIWA, SEKUAT RAGA  
 MENCERDASKAN SULAWESI SELATAN



**PEMERINTAH PROPINSI SULAWESI SELATAN**  
**CABANG DINAS PENDIDIKAN WILAYAH XII**  
**UPT SMA NEGERI 7 LUWU TIMUR**

Alamat: Jln. Trans Sulawesi Desa Jalajaja Kec. Burau Kab. Luwu Timur, e-mail: sman7luwutimur@gmail.com



**SURAT KETERANGAN PENELITIAN**  
 NOMOR : NO : 420/34/ SMAN-7/LUTIR/DISDIK

Yang bertanda tangan dibawah ini, Kepala UPT SMA Negeri 7 Luwu Timur Kecamatan Burau Kabupaten Luwu Timur Provinsi Sulawesi Selatan menerangkan bahwa

Nama : NUR INDALAH  
 Nomor Pokok : 1902060032  
 Program studi : Manajemen Pendidikan Islam

Telah melaksanakan Observasi dan Penelitian di SMA Negeri 7 Luwu Timur sebagai syarat teknik pengumpulan data Skripsi dengan Judul "PENGARUH EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP STRES KERJA GURU SMA NEGERI DI KABUPATEN LUWU TIMUR".

Demikian Surat Keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya

Burau, 1 Februari 2023

Kepala Sekolah  
 Wakasek Kurikulum

  
 AMRUDDIN, S.Si  
 NIP. 19740718 200502 1 004



PEMERINTAH PROVINSI SULAWESI SELATAN  
CABANG DINAS PENDIDIKAN WILAYAH XII  
UPT SMA NEGERI 8 LUWU TIMUR

Email: sman8lutim@gmail.com, Web: [www.sman8luwutimur.scb.id](http://www.sman8luwutimur.scb.id)  
Alamat : Jln. Pendidikan No. 03 Desa Mandiri Kecamatan Tomoni Kabupaten Luwu Timur Kode Pos. 92972



SURAT KETERANGAN PENELITIAN  
Nomor : 421.3/051-UPT SMA.8/LUTIR/DISDIK

Yang bertanda tangan dibawah ini, Kepala UPT SMA Negeri 8 Luwu Timur Kecamatan Tomoni Kabupaten Luwu Timur Provinsi Sulawesi Selatan. Menerangkan bahwa :

Nama : NUR INDALAH I  
N P M : 1902060032  
Program Studi : Manajemen Pendidikan Islam  
Alamat : Jln. Agati Balandai Palopo

Telah melaksanakan Observasi dan Penelitian di SMA Negeri 8 Luwu Timur sebagai syarat teknik pengumpulan data Skripsi dengan judul " Pengaruh Efikasi Diri dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Kerja Guru SMA Negeri di Kabupaten Luwu Timur ".

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Tomoni, 02 Maret 2023  
Mengetahui :  
Kepala,  
Negeri 8 Luwu Timur,



BAKHTIAR., M.Si  
19670112 199303 1 010



PEMERINTAH PROVINSI SULAWESI SELATAN  
**DINAS PENDIDIKAN**  
**UPT SMA NEGERI 9 LUWU TIMUR**  
 Alamat : Jl. Pendidikan No. 02 Desa Sumber Agung Kec. Kalaena Kab. Luwu Timur 92974  
 E-Mail : smakalaena@yahoo.com

### SURAT KETERANGAN PENELITIAN

Nomor : 421.3/038 /SMA.9/LT/II/2023

Berdasarkan Surat Nomor : 14274/S.01/PTSP/2023 Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Prov. Sulawesi Selatan tertanggal 26 Januari 2023 tentang izin penelitian dan surat nomor 867/033-CD.Wil.XII/DISDIK Kepala Cabang Dinas Pendidikan Wilayah XII Kabupaten Luwu Timur dan Luwu Utara Perihal Rekomendasi Penelitian, dengan ini Kepala UPT SMA Negeri 9 Luwu Timur Kab. Luwu Timur menerangkan :

Nama : **NUR INDALAH I**  
 Nomor Pokok : 1902060032  
 Program studi : Manajemen Pendidikan  
 Pekerjaan / Lembaga : Mahasiswa (S1)  
 Alamat : Jl. Agatis Balandai Palopo

*Benar telah melaksanakan Penelitian di SMA Negeri 9 Luwu Timur guna penyusunan Skripsi dengan judul:*

**“PENGARUH EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP STRES KERJA GURU SMA NEGERI DI KABUPATEN LUWU TIMUR ”**

Demikian Surat Keterangan ini dibuat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya

Kalaena, 28 Februari 2023



An. Kepala Sekolah  
 Wakil Sekurikulum

**MUCHAMMAD RIF'AT, S.Pd.I**  
 NIP. 19850428 201101 1 010



**PEMERINTAH PROPINSI SULAWESI SELATAN**  
**DINAS PENDIDIKAN SULAWESI SELATAN**  
**SMA NEGERI 10 LUWU TIMUR**

Alamat : Desa Kertaraharja Kec. Tomoni Timur Kabupaten Luwu Timur

**SURAT PERNYATAAN TELAH MELAKSANAKAN PENELITIAN**

Nomor : 420.422/026/SMAN.10-LT/SS/II/2023

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Drs. NUR ARAPAH  
 NIP. : 19650512 201410 2 001  
 Jabatan : Kepala Tata Usaha SMAN 10 Luwu Timur

Menyatakan bahwa yang tersebut namanya dibawah ini :

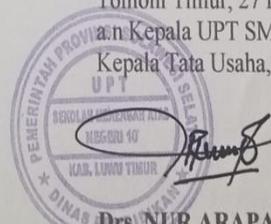
Nama : NUR INDALAH  
 Nomor Pokok : 1902060032  
 Program Studi : Manajemen Pendidikan Islam  
 Alamat : Jl. Agatis Balandai Palopo

Telah melaksanakan penelitian untuk penyusunan karya ilmiah (Skripsi) di SMA Negeri 10 Luwu Timur, Kecamatan Tomoni Timur, Kabupaten Luwu Timur dengan judul penelitian **“PENGARUH EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP STRES KERJA GURU SMA NEGERI DI KABUPATEN LUWU TIMUR”**.

Dilaksanakan pada Tanggal 26 Januari s.d 26 Mei 2023.

Demikian Surat Keterangan ini dibuat untuk dipergunakan seperlunya.

Tomoni Timur, 27 Februari 2023  
 a.n Kepala UPT SMAN 10 Luwu Timur,  
 Kepala Tata Usaha,



**Drs. NUR ARAPAH**  
 NIP. 19650512 201410 2 001



**PEMERINTAH PROVINSI SULAWESI SELATAN  
DINAS PENDIDIKAN WILAYAH XII  
UPT SMA NEGERI 11 LUWU TIMUR**

Alamat : Jl. Lamattuli, Sumasang 3, Sorowako, Kec. Nuha, Kab. Luwu Timur, Telp.085253006147  
Email: smanseluwutimur@gmail.com



**SURAT PENELITIAN**

Nomor : 423.1/033-UPT SMAN.11/LT/DISDIK/II/2023

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : NAHIRA AD, S.Pd  
NIP : 19801014 200604 2 008  
Pangkat/Gol. Ruang : Pembina Tk. I / IV/b  
Jabatan : Kepala UPT SMA Negeri 11 Luwu Timur

Dengan ini menyatakan bahwa mahasiswa yang tersebut namanya di bawah ini :

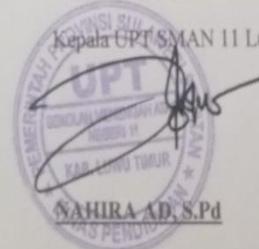
Nama : NUR INDALAH  
NIM : 1902060032  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Program Studi : Manajemen Pendidikan Islam  
Jenjang Program : Strata Satu (S.1)

Benar telah melaksanakan penelitian di SMA Negeri 11 Luwu Timur dalam rangka penyusunan skripsi sebagai mahasiswa IAIN Palopo dengan Judul **"PENGARUH EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP STRES KERJA GURU SMA NEGERI DI KABUPATEN LUWU TIMUR"** mulai pada tanggal 26 Januari s/d 26 Mei 2023 .

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk digunakan semestinya.

Sorowako, 21 Februari 2023

Kepala UPT SMAN 11 Luwu Timur



**NAHIRA AD, S.Pd**

NIP. 198010142006042008



PEMERINTAH PROVINSI SULAWESI SELATAN  
CABANG DINAS PENDIDIKAN WIL.XII  
UPT. SMA NEGERI 12 LUWU TIMUR

Alamat : Jalan Pendidikan Pucak Indah, Telp (0474) 321232, Kode Pos 92981



**SURAT KETERANGAN TELAH MELAKUKAN PENELITIAN**

Nomor : 421/ 27/UPT.SMAN 12/LT/DISDIK/I/2023

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : **IRWAN, S.Pd**  
NIP : 19730512 200502 1 002  
Pangkat/ Gol. : Pembina Tk.I/ IV.b  
Jabatan : Wakasek Kesiswaan  
Unit Kerja : UPT SMA Negeri 12 Luwu Timur

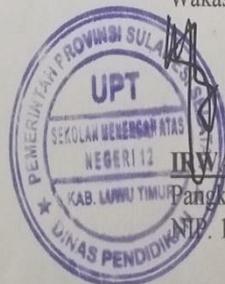
Dengan ini menerangkan bahwa mahasiswa yang beridentitas :

Nama : **NUR INDALAH**  
Nomor Pokok : 1902060032  
Program Studi : Manajemen Pendidikan Islam  
Alamat : JL. Agatis Balandai Palopo

Telah selesai melakukan penelitian di UPT SMAN 12 Luwu Timur dalam rangka menyusun skripsi dengan judul “ **PENGARUH EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP STRES KERJA GURU SMA NEGERI DI KABUPATEN LUWU TIMUR**”.  
Terhitung pada tanggal 26 Januari s/d 26 Mei 2023.

Demikian surat keterangan ini dibuat dan diberikan kepada yang bersangkutan untuk dipergunakan sepenuhnya.

Malili, 30 Januari 2023  
a.n Kepala Sekolah  
Wakasek Kesiswaan



**IRWAN, S.Pd**

Pangkat : Pembina Tk.I/IV.b

NIP: 19730512 200502 1 002



PEMERINTAH PROVINSI SULAWESI SELATAN  
DINAS PENDIDIKAN  
SMA NEGERI 13 LUWU TIMUR



Alamat : UPT.SP1 Mahalona - Kec. Towuti - Kab. Luwu Timur - Sulsel - Kode Pos 92983 - NPSN:69909519

**SURAT KETERANGAN PENELITIAN**

NOMOR : 421.3/219/UPT.SMAN13/LT/DISDIK/II/2023

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala UPT SMA Negeri 13 Luwu Timur,  
menerangkan bahwa :

NAMA : NUR INDALAHY  
NIM : 1902060032  
PROGRAM STUDY : MANAJEMEN PENDIDIKAN ISLAM

Telah melaksanakan Observasi Dan Penelitian di SMA Negeri 13 Luwu Timur  
sebagai syarat teknik pengumpulan data Skripsi dengan Judul “ **Pengaruh Efikasi  
Diri Dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Kerja Guru SMA Negeri Di  
Kab.Luwu Timur** ”

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Towuti, 17 Februari 2023  
Kepala SMA Negeri 13 Luwu Timur

  
Azis, S. Si, M. Pd

Pangkat : Pembina Tk.I/IV.b  
NIP. 19790818 200604 1 006

Lampiran 13 : Dokumentasi





## Lampiran 14 : Daftar Riwayat Hidup

**RIWAYAT HIDUP**

**Nur Indalahi**, lahir di Lampesue pada tanggal 21 Januari 2001. Penulis merupakan anak ketiga dari lima orang bersaudara dari pasangan seorang ayah bernama Baba.L dan ibu Mardia. Saat ini, penulis bertempat tinggal di Jl. Cempaka No.19 Kec. Bara Kota palopo. Pendidikan Dasar penulis diselesaikan pada tahun 2013 di SDN 267 Lampesue. Kemudian, pada tahun yang sama penulis melanjutkan pendidikan di SMP Negeri 3 Towuti hingga tahun 2016. Setelah menyelesaikan pendidikan pada tahun 2016, penulis kemudian melanjutkan pendidikan di SMA Negeri 13 Luwu Timur. Pada saat menempuh pendidikan di SMA, penulis menjabat sebagai sekretaris OSIS dan aktif dalam berbagai bidang ekstrakurikuler diantaranya, Bola Voli dan Bulu Tangkis. Setelah lulus pada tahun 2019, penulis melanjutkan pendidikan dibidang yang ditekuni, yaitu prodi manajemen pendidikan islam fakultas tarbiyah Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Palopo.

Contact person penulis : *nurindalahi@gmail.com*