

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	
ABSTRAK .....	i
ABSTRAC .....	ii
KATA PENGANTAR .....	v
DAFTAR ISI .....	vii
DAFTAR TABEL .....	x
DAFTAR GAMBAR .....	xi
DAFTAR LAMPIRAN .....	xii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	12
C. Batasan Masalah .....	12
D. Rumusan Masalah .....	13
E. Kegunaan Hasil Penelitian .....	13
<b>BAB II KERANGKA TEORITIK DAN KERANGKA BERPIKIR</b>	
A. Deskripsi teoritik .....	15
1. Hakikat Tingkat <i>Stress</i> Kerja .....	15
a. Definisi Tingkat <i>Stress</i> Kerja .....	15
b. Gejala Tingkat <i>Stress</i> Kerja .....	17
c. Faktor Penyebab Tingkat <i>Stress</i> Kerja .....	19
d. Dampak Tingkat <i>Stress</i> Kerja .....	29
e. Dimensi Tingkat <i>Stress</i> Kerja .....	31
f. Pengukuran Tingkat <i>Stress</i> Kerja .....	34
g. Strategi Penanganan Tingkat <i>Stress</i> Kerja .....	36
2. Hakikat <i>Coping Stress</i> .....	37

a. Definisi <i>Coping Stress</i> .....	37
b. Faktor yang Mempengaruhi <i>Coping Stress</i> .....	40
c. Dimensi <i>Coping Stress</i> .....	41
d. Pengukuran <i>Coping Stress</i> .....	48
3. Hakikat Guru Bimbingan dan Konseling .....	50
a. Definisi Guru Bimbingan dan Konseling .....	50
b. Tugas Guru Bimbingan dan Konseling .....	52
c. Beban Kerja Guru Bimbingan dan Konseling .....	57
d. Kualitas Guru Bimbingan dan Konseling .....	58
B. Hasil Penelitian Relevan .....	61
C. Kerangka Berpikir .....	63
<b>BAB III Metodologi Penelitian</b>	
A. Tujuan Penelitian .....	69
B. Waktu dan Tempat Penelitian .....	69
C. Metode Penelitian .....	70
D. Populasi dan Sampel Penelitian .....	71
E. Teknik Pengumpulan Data .....	72
F. Instrumen Penelitian .....	73
1. Definisi Konseptual .....	73
2. Definisi Operasional .....	74
3. Kisi-kisi Instrumen .....	81
4. Uji Coba Instrumen .....	81
5. Tahapan Adaptasi Instrumen .....	82
a. Sumber Instrumen .....	85
6. Hasil Uji Coba Instrumen .....	87
a. Pengujian Validitas Butir .....	87
b. Pengujian Reliabilitas Instrumen .....	92
G. Teknik Analisis Data .....	95

## BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data Hasil Penelitian .....	99
1. Gambaran Tingkat <i>Stress</i> Kerja Pada guru BK di SMK Wilayah II Jakarta Timur .....	100
2. Gambaran <i>Coping Stress</i> Berdasarkan Tingkat <i>Stress</i> Kerja Pada guru BK di SMK Wilayah II Jakarta Timur ....	101
3. Gambaran <i>Coping Stress</i> Pada Guru BK Berdasarkan Latar Belakang Pendidikan .....	103
4. Gambaran <i>Coping Stress</i> Pada Guru BK Berdasarkan Masa Kerja .....	105
5. Gambaran Keseluruhan <i>Coping Stress</i> Pada Guru BK di SMK Wilayah II Jakarta Timur .....	106
6. Gambaran <i>Coping Stress</i> Pada guru BK Berdasarkan Dimensi .....	108
B. Pembahasan .....	111
C. Keterbatasan Penelitian .....	119
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN	
A. Kesimpulan .....	121
B. Implikasi .....	123
C. Saran .....	126
DAFTAR PUSTAKA .....	129
LAMPIRAN .....	140

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Skor Variabel <i>Stress Kerja</i> .....	73
Tabel 3.2 Skor Variabel <i>Coping Stress</i> .....	73
Tabel 3.3 Kisi-kisi Instrumen <i>Stress Kerja</i> .....	81
Tabel 3.4 Kisi-kisi Instrumen <i>Coping Stress</i> .....	82
Tabel 3.5 Hasil Uji Coba Instrumen <i>Stress Kerja</i> .....	90
Tabel 3.6 Hasil Uji Coba Instrumen <i>Coping Stress</i> .....	91
Tabel 3.7 Realibilitas Instrumen <i>Stress Kerja</i> dan <i>Coping Stress</i> .....	95
Tabel 3.8 Tabel <i>Crosstabs</i> .....	97
Tabel 4.1 Data Keseluruhan Responden .....	99
Tabel 4.2 Data Umum Responden .....	99
Tabel 4.3 Responden Berdasarkan <i>Stress Kerja</i> .....	100
Tabel 4.4 <i>Coping Stress</i> Berdasarkan <i>Stress Kerja</i> .....	101
Tabel 4.5 Guru BK Berdasarkan Latar Belakang Pendidikan .....	103
Tabel 4.6 Guru BK Berdasarkan Masa Kerja .....	105
Tabel 4.7 Kategorisasi <i>Coping Stress</i> Pada Guru BK di SMK Wilayah II Jakarta Timur .....	107
Tabel 4.8 <i>Coping Stress</i> Pada guru BK Berdasarkan Dimensi <i>Problem Focused Coping</i> .....	108
Tabel 4.9 <i>Coping Stress</i> Pada guru BK Berdasarkan Dimensi <i>Emotion Focused Coping</i> .....	109

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 4.1	Diagram 4.1 Gambaran Kategorisasi Tingkat <i>Stress</i> Kerja pada Guru BK SMK Wilayah II Jakarta Timur ..... 100
Gambar 4.2	Diagram 4.2 Gambaran <i>Coping Stress</i> pada Guru BK Berdasarkan Tingkat <i>Stress</i> Kerja ..... 102
Gambar 4.3	Diagram 4.3 Gambaran <i>Coping Stress</i> Pada Guru BK Timur Berdasarkan Latar Belakang Pendidikan ..... 104
Gambar 4.4	Diagram 4.4 Gambaran <i>Coping Stress</i> Pada Guru BK Berdasarkan Masa Kerja ..... 105
Gambar 4.5	Diagram 4.5 Gambaran Kategorisasi <i>Coping Stress</i> Pada Guru BK SMK Wilayah II Jakarta Timur ..... 107
Gambar 4.6	Diagram 4.6 Gambaran <i>Coping Stress</i> Berdasarkan Dimensi <i>Problem Focused Coping</i> ..... 108
Gambar 4.7	Diagram 4.7 Gambaran <i>Coping Stress</i> Berdasarkan Dimensi <i>Emotion Focused Coping</i> ..... 110

## DAFTAR LAMPIRAN

	<b>Halaman</b>
Lampiran 1	135
Data Keseluruhan Guru BK di SMK Wilayah II Jakarta Timur	
Lampiran 2	136
Daftar SMK di Wilayah II Jakarta Timur	
Lampiran 3	137
Instrumen <i>RO-BO Scale</i> dan <i>Brief COPE</i>	
Lampiran 4	138
Tabulasi <i>Z Score</i> Strategi <i>Coping Stress</i>	
Lampiran 5	139
Perhitungan Validitas Butir Instrumen	
Lampiran 6	144
Perhitungan Reliabilitas Instrumen	
Lampiran 7	150
Surat Keterangan Penelitian	
Lampiran 8	151
Daftar Riwayat Hidup	