

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

# **PENGARUH SABAR DAN TAWAKKAL TERHADAP STRES GURU SEKOLAH LUAR BIASA DI KOTA PEKANBARU**

## **TESIS**

**Disusun untuk memenuhi sebagian persyaratan mendapatkan gelar Magister  
Sains Psikologi dengan Peminatan Psikologi Pendidikan**



UIN SUSKA RIAU

**OLEH :**

**ANRI SAPUTRA**

**21860215300**

**PROGRAM MAGISTER PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
PEKANBARU**

**2020**



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**


1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**PENGARUH SABAR DAN TAWAKKAL TERHADAP STRES  
GURU SEKOLAH LUAR BIASA DI KOTA PEKANBARU**

Oleh:  
**ANRI SAPUTRA**  
NIM. 21860215300

Telah dinyatakan memenuhi syarat untuk diujikan pada Ujian Tesis  
pada tanggal 23 Juli 2020


Pembimbing I

  
**Dr. Kadar, M.Ag**  
NIP. 19650521 199402 1 001

Tanggal:

**23 Juli 2020**  
02 Dzulhijjah 1441


Pembimbing II

  
**Dr. Vivik Shofiah, M.Si**  
NIP. 19761015 200501 2 004

Tanggal:

**23 Juli 2020**  
02 Dzulhijjah 1441

Mengetahui,  
Ketua Program Studi Psikologi Program Magister  
Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

  
**Dr. Vivik Shofiah, M.Si**  
NIP. 19761015 200501 2 004

UIN SUSKA RIAU



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**PENGESAHAN PENGUJI**

Tesis yang ditulis oleh :  
 Nama : ANRI SAPUTRA  
 NIM : 21860215300  
 Judul Tesis : Pengaruh Sabar dan Tawakkal Terhadap Stres Guru Sekolah Luar Biasa Di Kota Pekanbaru

Telah dipertahankan di depan panitia Ujian Tesis Program Studi Psikologi Program Magister Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, dan disetujui untuk memenuhi sebagian persyaratan guna memperoleh gelar Magister Sains Psikologi (M.Psi) dengan Peminatan Psikologi Pendidikan.

Diuji pada :

Hari / Tanggal : Kamis / 13 Agustus 2020 M  
 Bertepatan dengan : 23 Dzulhijjah 1441 H

**TIM PENGUJI**

Ketua,  
 (.....) Prof. Dr. Hairunas, M.Ag  
 NIP. 19720828 200604 1 002

Sekretaris,  
 (.....) Dr. Vivik Shofiah, M.Si  
 NIP. 19761015 200501 2 004

Penguji I  
 (.....) Dr. Khairil Anwar, M.A  
 NIP. 19740713 200801 1 011

Penguji II  
 (.....) Dr. Ahmaddin Ahmad Tohar, Lc., MA  
 NIP. 19660605 200312 1 002

Penguji III  
 (.....) Dr. Kadar, M.Ag  
 NIP. 19650521 199402 1 001



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**PERNYATAAN KEASLIAN DAN PERSYARATAN PUBLIKASI**

Saya menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa Tesis yang berjudul:

***"Pengaruh Sabar dan Tawakkal Terhadap Stres Guru Sekolah Luar Biasa Di Kota Pekanbaru"***

1. Adalah karya penelitian saya sendiri dan tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar akademik, serta tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang ditulis dengan acuan yang disebutkan sumbernya, baik dalam naskah karangan dan daftar pustaka. Apabila ternyata di dalam naskah Tesis ini dapat dibuktikan terdapat unsur-unsur plagiasi, maka saya bersedia menerima sanksi, baik Tesis berserta gelar magister saya dibatalkan serta diproses sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.
2. Publikasi sebagian atau keseluruhan isi Tesis pada jurnal atau forum ilmiah harus menyertakan tim pembimbing sebagai *author* dan Fakultas Psikologi UIN SUSKA RIAU sebagai institusinya.

Apabila saya melakukan pelanggaran dari ketentuan 1 dan 2, maka saya bersedia mendapatkan sanksi akademik yang berlaku.

Pekanbaru, 13 Agustus 2020  
Mahasiswa,



**Apri Saputra**  
NIM. 21860215300



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## PERSEMBAHAN

Dengan penuh cinta. Tesis ini saya persembahkan untuk:

Ibu dan Ayah tercinta  
Samaniah Lubis & Habil Lubis (Alm)  
Istri tercinta  
Yusanti Nasution, S.Pd., Al-Hafizhah  
Abang dan kakak  
Ahmad Rosidi Lubis, S.Pd. & Ernawati, S.Sos  
Hoddiana Lubis & Partahanan Siregar  
Parlin Lubis & Bota Nasution  
Serta seluruh keluarga besar istri dan para sahabat.

Jazakkallah Khoirul Jaza' untuk cinta, kasih sayang, support, motivasi, nasehat, dan tentu do'a-do'anya selama ini, sehingga Allah SWT memberikan nikmat dan karunianya kepada saya supaya tetap semangat dan optimis dalam neraih mimpi dan cita-cita.

**ANRI SAPUTRA**

UIN SUSKA RIAU



## MOTTO HIDUP

**Jika kamu berbuat baik (berarti) kamu berbuat baik bagi dirimu sendiri dan jika kamu berbuat jahat, maka (kejahatan) itu bagi dirimu sendiri.  
(Q. S. Al-Isra': 7)**

***Sebaik-baik manusia adalah yang paling bermanfaat bagi manusia lainnya.  
(H. R. Ath-Thabrani)***

**Jadikan akhirat di hatimu, dunia di tanganmu, dan kematian di pelupuk matamu.  
(Imam Syafi'i)**

**Hidup hanya sekali, hiduplah yang berarti.  
(Ahmad Fuadi)**

**Hidup Penuh manfaat dan mengambil manfaat dari hidup.  
(Anri Saputra)**

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## KATA PENGANTAR

Segala bentuk puji dan syukur hanya pantas dialamatkan kepada Allah SWT, tuhan semesta alam. Tiada yang pantas dipuji dan disembah selain Dia. Dialah Allah, tuhan yang maha besar yang tidak pernah butuh dibesarkan, tuhan yang maha agung yang tidak pernah butuh diagungkan, dan tuhan yang maha melindungi yang tidak pernah butuh perlindungan. Berkat nikmat, karunia, dan ma'ulah peneliti bisa menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.

Sholawat serta salam senantiasa tetap tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW. Rasul yang telah memberikan keteladan yang mulia dalam seluruh aspek kehidupan, termasuk didalamnya kerja keras, sabar, do'a, tawakkal, dan kegigihan dalam meraih cita-cita. Serta tidak lupa pula sholawat dan salam untuk keluarga, sahabat dan seluruh umat yang mengikuti jejak dan langkahnya hingga akhir zaman.

Dalam proses pembuatan Tesis ini banyak pengalaman berharga yang dialami dan dirasakan, pengalaman tersebut peneliti jadikan sebagai *tarbiyyah* untuk pendewasaan diri dan pemikiran. Yang pada akhirnya sampailah kepada puncak kebahagiaan, dengan terlewatinya berbagai jenjang tangga kehidupan. Semoga Allah selalu memberikan nikmat dan karunianya, supaya peneliti tetap semangat dalam meraih cita-cita dan seluruh impian.

Peneliti menyadari bahwa Tesis ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh sebab itu peneliti sangat membutuhkan masukan, arahan, dan perbaikan dari berbagai pihak, demi kemajuan ilmu pengetahuan. Atas bantuan, bimbingan dan

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dukungan yang telah diberikan, pada kesempatan ini, dengan segala kerendahan hati peneliti mengucapkan terimakasih yang sedalam-dalamnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. KH. Ahmad Mujahidin, M.Ag., Selaku Rektor UIN SUSKA RIAU.

2. Bapak Prof. Dr. Hairunas, M.Ag., Selaku Dekan Fakultas Psikologi UIN SUSKA RIAU.

3. Bapak Dr. Yasmaruddin Bardansyah, Lc, M.A., Selaku Wakil Dekan I. Ibu Dr. Zuhiddah, M.Pd., Selaku Wakil Dekan II. Serta Ibu Dr. Nurhasnawati, M.Pd., Selaku Wakil Dekan III Fakultas Psikologi UIN SUSKA RIAU.

4. Ibu Dr. Vivik Shofiah, M.Si., Sebagai Ketua Program Studi Magister Psikologi UIN SUSKA RIAU.

5. Bapak Dr. Khairil Anwar, M.A., Selaku penasehat akademik yang selalu memberikan bimbingan dan arahan demi kebaikan dan kelangsungan studi peneliti.

Bapak Dr. Kadar, M.Ag., Sebagai dosen pembimbing I, dan Ibu Dr. Vivik Shofiah, M.Si., Sebagai dosen pembimbing II, yang selalu meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran dalam memberikan bimbingan, arahan, dan ilmu yang luar biasa, sehingga peneliti mampu menyelesaikan Tesis ini dengan baik dan tepat waktu.

Bapak Dr. Khairil Anwar, M.A., Sebagai Narasumber I, dan Bapak Dr. Ahmaddin Ahmad Tohar, Lc. MA., Sebagai Narasumber II, yang telah mengorbankan waktu, tenaga, dan pikiran. Serta memberikan masukan untuk perbaikan Tesis ini.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Kedua orangtua peneliti: Samaniah Lubis dan Habil Lubis (Alm). Yang mencintai peneliti melebihi cintanya kepada dirinya sendiri, yang lebih mementingkan kebahagiaan peneliti daripada kebahagiaannya sendiri, dan yang telah menjadi teladan sekaligus madrasah pertama bagi peneliti dalam seluruh aspek kehidupan, baik dari kerendahan hati, ketaatan beragama, maupun semangat dan kerja keras dalam meraih mimpi dan cita-cita.

Seluruh dosen pada program studi Magister Psikologi UIN SUSKA RIAU. Yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu. Terimakasih atas ilmu dan bimbingan yang telah diberikan selama ini, semoga ilmu yang diberikan dinilai sebagai amal jariyah, dan semoga ilmu yang diperoleh peneliti dapat membawa berkah dalam kehidupan, baik di dunia maupun di akhirat.

10. Seluruh pegawai akademik Fakultas Psikologi UIN SUSKA RIAU. Terkhusus kepada Bang Rafi, Kak Faiza, dan Kak Lili. Karena dengan bantuan dan pelayanan yang diberikan, akhirnya peneliti mampu menyelesaikan Tesis ini dengan baik.

Seluruh kepala Sekolah Luar Biasa yang ada di kota Pekanbaru. Yang sudah memberikan kemudahan bagi peneliti untuk melakukan penelitian di sekolahnya masing-masing. Sehingga peneliti bisa melaksanakan penelitian dengan aman dan nyaman, tanpa kendala yang berarti.

Seluruh Guru Sekolah Luar Biasa yang ada di kota Pekanbaru. Yang sudah berpartisipasi dalam penelitian ini, tanpa partisipasi dan kemurahan hati dari seluruh Guru dalam pengisian skala, penelitian ini tidak mungkin bisa diselesaikan.



### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

13. Sahabat peneliti di kelas Magister Psikologi UIN SUSKA RIAU angkatan pertama, atau yang lebih akrab disebut K13 (Kelompok 13): Mas Uki, Bang Aidia, Kak Ayu, Kak Lina, Kak Ame, Mbak Inaz, Devi, Mela, Fini, Fia, Arin, dan Alfi. Terimakasih atas kebersamaan kita selama dua tahun ini, terimakasih juga atas support, motivasi, nasehat, bahkan kekonyolan yang diberikan. Sungguh kelas ini adalah keluarga terhangat yang pernah peneliti jumpai.

14. Seluruh sahabat karib dan teman nongkrong peneliti: Dolil Nasution, Muhammad Yusuf Lubis, Najamuddin Nasution, Yusuf Nasution, Tuah Al-Amin Hasibuan, Yasir Habibi Lubis, Aldiariskon, Mansyur Alamsyah, dan Khoiron. Terimakasih atas support yang diberikan. Peneliti sadar akan keberagaman karakter dan pemikiran kita, yang selalu memunculkan perdebatan hangat dan ketegangan, namun faktanya kita selalu disatukan di meja kopi yang sama, dengan penuh cerita, canda dan tawa.

Mohon maaf jika ada yang tidak tertulis dan tersebut namanya. Tidak ada maksud untuk membeda-bedakan antara sahabat satu dengan yang lainnya. Semoga Allah SWT memuliakan kita semua. Terakhir, semoga karya ini memberikan sumbangan bagi kemajuan ilmu pengetahuan, dan memberikan manfaat bagi masyarakat luas.

Pekanbaru, 13 Agustus 2020

Peneliti



## DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING .....	i
LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI .....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN DAN PERSYARATAN PUBLIKASI .....	iii
PERSEMBAHAN .....	iv
MOTTO HIDUP .....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL .....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
PEDOMAN TRANSLITERASI .....	xvi
ABSTRAK .....	xvii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Masalah Penelitian .....	13
1. Identifikasi Masalah .....	13
2. Pembatasan Masalah .....	15
3. Rumusan Masalah .....	15
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian .....	15
1. Tujuan Penelitian .....	15
2. Manfaat Penelitian .....	16
a. Manfaat Teoritis .....	16
b. Manfaat Praktis .....	16
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b> .....	<b>18</b>
A. Stres .....	18
1. Pengertian Stres .....	18
2. Stres Menurut Perspektif Islam .....	19
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi stres .....	22
4. Ciri-ciri Orang Yang Stres .....	26
B. Sabar .....	30
1. Pengertian Sabar .....	30
2. Sabar dalam Perspektif Barat .....	33
3. Macam-macam Sabar .....	37
4. Tujuan Bersabar .....	43
5. Ciri-ciri Orang Yang Bersabar .....	45
6. Analisis Perbandingan .....	48
C. Tawakkal .....	51
1. Pengertian Tawakkal .....	51

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2. Tujuan Bertawakkal.....	54
3. Ciri-ciri Orang Yang Bertawakkal.....	57
D Hubungan Sabar dengan Stres.....	60
E Hubungan Tawakkal dengan Stres .....	63
F Kajian Penelitian yang Relevan .....	65
G Kerangka Berfikir.....	69
H Hipotesis Penelitian.....	78
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>79</b>
A Jenis Penelitian.....	79
B Lokasi dan Waktu Penelitian.....	80
1. Lokasi Penelitian .....	80
2. Waktu Penelitian.....	80
C Definisi Operasional.....	80
1. Sabar .....	80
2. Tawakkal.....	81
3. Stres .....	82
D. Populasi dan Sampel Penelitian .....	83
1. Populasi Penelitian.....	83
2. Sampel Penelitian .....	83
3. Teknik Sampling.....	84
E. Variabel Penelitian .....	85
F. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data .....	85
1. Alat Ukur .....	86
a. Skala Sabar.....	86
b. Skala Tawakkal.....	87
c. Skala Stres.....	88
G Validitas dan Reliabilitas Instrumen .....	89
1. Uji Validitas.....	89
2. Uji Daya Diskriminasi .....	90
3. Uji Reliabilitas .....	96
H Teknik Analisis Data .....	97
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>100</b>
A Pelaksanaan Penelitian .....	100
B Profil Lokasi Penelitian .....	101
C Hasil Penelitian.....	102
1. Deskripsi Subjek Penelitian.....	102
a. Jumlah Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin .....	102
b. Jumlah Subjek Berdasarkan Usia.....	103
c. Tingkat Pendidikan Subjek .....	104
D Kategorisasi Data Penelitian .....	105
1. Tingkat Kesabaran Subjek.....	105



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2. Tingkat Tawakkal Subjek.....	107
3. Tingkat Stres Subjek.....	108
Uji Asumsi.....	110
1. Uji Normalitas .....	110
2. Uji Linieritas.....	111
Uji Hipotesis Penelitian.....	113
1. Hubungan Sabar dengan Stres .....	113
2. Hubungan Tawakkal dengan Stres .....	114
3. Pengaruh Sabar dan Tawakkal Terhadap Stres .....	114
Kekuatan Pengaruh Aspek Sabar dan Tawakkal Terhadap Stres.....	118
Analisis Tambahan .....	120
1. Uji Perbedaan Berdasarkan Jenis Kelamin.....	120
2. Uji Perbedaan Berdasarkan Usia .....	121
3. Uji Perbedaan Berdasarkan Tingkat Pendidikan .....	123
Pembahasan .....	125
BAB V PENUTUP.....	138
A. Kesimpulan.....	138
B. Saran.....	139
DAFTAR PUSTAKA .....	141



## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Perbandingan Sabar dalam Psikologi Islam dan Psikologi Barat .....	49
Tabel 3.1 Waktu Penelitian .....	80
Tabel 3.2 Rentang Skor Untuk Jawaban .....	86
Tabel 3.3 Blue Print Sabar Untuk <i>Try Out</i> .....	87
Tabel 3.4 Blue Print Skala Tawakkal Untuk <i>Try Out</i> .....	87
Tabel 3.5 Blue Print Skala Stres Untuk <i>Try Out</i> .....	88
Tabel 3.6 Skala Sabar Hasil <i>Try Out</i> .....	90
Tabel 3.7 Skala Sabar Untuk Penelitian .....	92
Tabel 3.8 Skala Tawakkal Hasil <i>Try Out</i> .....	92
Tabel 3.9 Skala Tawakkal Untuk Penelitian .....	94
Tabel 3.10 Skala Stres Hasil <i>Try Out</i> .....	95
Tabel 3.11 Skala Stres Untuk Penelitian .....	96
Tabel 4.1 Profil Tempat Penelitian .....	102
Tabel 4.2 Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin .....	103
Tabel 4.3 Subjek Penelitian Berdasarkan Usia .....	103
Tabel 4.4 Tingkat Pendidikan Subjek .....	104
Tabel 4.5 Gambaran Hipotetik Sabar .....	106
Tabel 4.6 Kategorisasi Tingkat Kesabaran Subjek .....	106
Tabel 4.7 Gambaran Hipotetik Tawakkal .....	107
Tabel 4.8 Kategorisasi Tingkat Tawakkal Subjek .....	108
Tabel 4.9 Gambaran Hipotetik Stres .....	109
Tabel 4.10 Kategorisasi Tingkat Stres Subjek .....	109
Tabel 4.11 Uji Normalitas .....	111
Tabel 4.12 Uji Linieritas Variabel Sabar dan Stres .....	112
Tabel 4.13 Uji Linieritas Variabel Tawakkal dan Stres .....	112
Tabel 4.14 Hubungan Sabar dengan Stres .....	113
Tabel 4.15 Hubungan Tawakkal dengan Stres .....	114
Tabel 4.16 Pengaruh Sabar dan Tawakkal Terhadap Stres .....	114
Tabel 4.17 Uji Koefisien Regresi Berganda ( <i>Multiple Regression</i> ) .....	115
Tabel 4.18 Hasil Analisis Model SEM <i>Regression Weights</i> .....	116
Tabel 4.19 Hasil Analisis Model SEM <i>Standardized Direct Effects</i> .....	116
Tabel 4.20 Hasil Analisis Model SEM <i>Standardized Indirect Effects</i> .....	117
Tabel 4.21 Aspek Sabar Yang Paling Dominan Mempengaruhi Stres .....	119
Tabel 4.22 Aspek Tawakkal Yang Paling Dominan Mempengaruhi Stres .....	119
Tabel 4.23 Uji Perbedaan Berdasarkan Jenis Kelamin .....	120
Tabel 4.24 Uji Perbedaan Berdasarkan Usia .....	122
Tabel 4.25 Uji Perbedaan Berdasarkan Tingkat Pendidikan .....	123

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

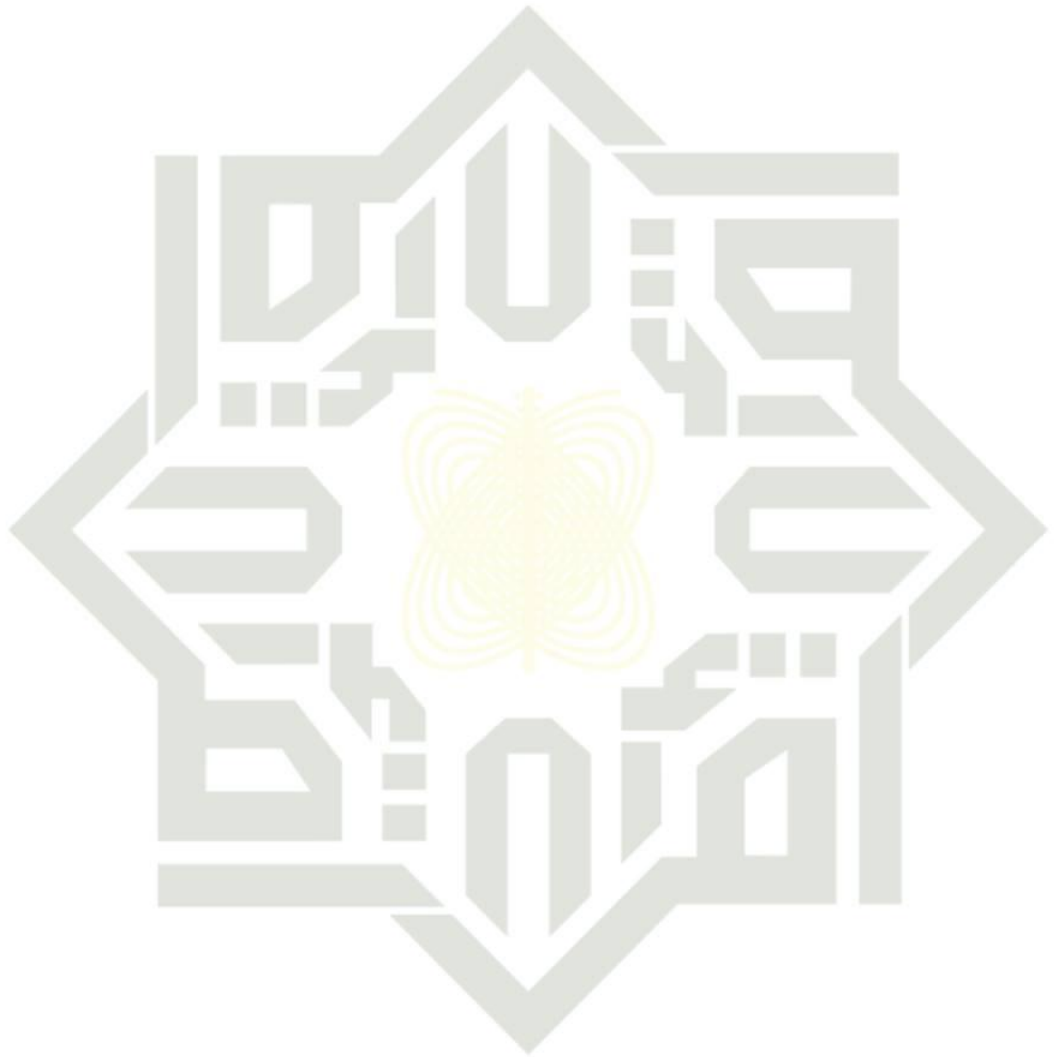
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berfikir.....	77
Gambar 3.1 Model Hubungan Variabel.....	79
Gambar 4.1 Model Hubungan Variabel dalam SEM.....	118



UIN SUSKA RIAU

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



## DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN I – LEMBAR VALIDASI SKALA.....	149
LAMPIRAN II – SKALA UNTUK <i>TRY OUT</i> .....	163
LAMPIRAN III – SKALA UNTUK PENELITIAN .....	169
LAMPIRAN IV – VERBATEAM STUDI KASUS.....	173
LAMPIRAN V – DATA MENTAH HASIL PENELITIAN.....	188
LAMPIRAN VI – HASIL ANALISIS SKALA <i>TRY OUT</i> .....	202
LAMPIRAN VII – HASIL ANALISIS SKALA PENELITIAN.....	209
LAMPIRAN VIII – HASIL ANALISIS UJI NORMALITAS .....	214
LAMPIRAN IX – HASIL ANALISIS UJI LINIERITAS .....	217
LAMPIRAN X – HASIL ANALISIS UJI HIPOTESIS .....	219
LAMPIRAN XI – HASIL ANALISIS UJI MODEL SEM .....	225
LAMPIRAN XII – HASIL ANALISIS ASPEK SETIAP VARIABEL.....	232
LAMPIRAN XIII – HASIL ANALISIS UJI PERBEDAAN .....	238
LAMPIRAN XIV – SURAT IZIN PENELITIAN .....	246
LAMPIRAN XV – BIOGRAFI PENELITI.....	261

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





### PEDOMAN TRANSLITERASI

Di dalam naskah Tesis ini banyak dijumpai nama dan istilah yang berasal dari bahasa Arab yang ditulis dengan huruf Latin. Pedoman transliterasi yang digunakan dalam penulisan tersebut adalah sebagai berikut:

ARAB	LATIN		VOKAL
	Konsonan	Nama Huruf / Konsonan	
ا	Alif	A	<b>Vokal Pendek</b> = a = i = u
ب	Ba	B	
ت	Ta	T	
ث	Tsa	Ts	
ج	Jim	J	
ح	Ha	H	
خ	Kha	Kh	
د	Dal	D	
ذ	Dzal	Dz	
ر	Ra	R	
ز	Za	Z	<b>Vokal Panjang (Bunyi Madd)</b> = aa = ii
س	Sin	S	
ش	Syin	Sy	
ص	Shad	Sh	
ض	Dhad	Dh	
ط	Tha	Th	
ظ	Dzha	Zh	
ع	'Ain	'	
غ	Ghain	Gh	
ف	Fa	F	
ق	Qaf	Q	<b>Tanda Vokal Rangkap</b> = ai = au
ك	Kaf	K	
ل	Lam	L	
م	Mim	M	
ن	Nun	N	
و	Waw	W	
هـ	Ha	H	
حـ	Hamzah	'	
ي	Ya	Y	

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## PENGARUH SABAR DAN TAWAKKAL TERHADAP STRES GURU SEKOLAH LUAR BIASA DI KOTA PEKANBARU

Anri Saputra

Magister Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

[andri.syah92@gmail.com](mailto:andri.syah92@gmail.com)

### ABSTRAK

Stres tidak bisa dilepaskan dari guru Sekolah Luar Biasa. Berbagai fenomena serta hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa sabar dan tawakkal merupakan faktor yang berkaitan dengan stres. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh sabar dan tawakkal terhadap stres guru Sekolah Luar Biasa. Penelitian ini dilakukan pada 164 subjek yang berprofesi sebagai guru Sekolah Luar Biasa di kota Pekanbaru. Data penelitian diperoleh dengan menggunakan skala psikologis yaitu skala sabar, skala tawakkal, dan skala stres. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik korelasi regresi berganda, dan analisis model SEM (*Structural Equation Modeling*). Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara sabar dan tawakkal secara langsung, dan terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara tawakkal dan stres secara langsung, sementara sabar tidak berpengaruh secara langsung terhadap stres, karena sabar berpengaruh terhadap stres melalui tawakkal. Kontribusi sabar terhadap tawakkal secara langsung adalah sebesar 63%, dan kontribusi tawakkal terhadap stres secara langsung sebesar 53%.

**Kata Kunci:** Sabar, Tawakkal, Stres, Guru, Sekolah Luar Biasa.

### ABSTRACT

*Stress cannot be released from Special School teachers. Various phenomena and the results of previous studies indicate that patience and resignation are factors related to stress. This study aims to examine the effect of patience and resignation on the stress of special school teachers. This research was conducted on 164 subjects who worked as special school teachers in Pekanbaru city. Research data were obtained using psychological scales, namely the patient scale, resignation scale, and stress scale. Analysis of the data used in this research is multiple regression correlation techniques, and analysis of the SEM (Structural Equation Modeling) model. Analysis shows that there is a significant negative effect between patients and resignation directly, and there is a significant negative effect between resignation and stress directly, whereas patience does not directly affect stress, because patience affects stress through resignation. The patient's contribution to direct resignation was 63%, and the contribution of resignation to stress directly was 53%.*

**Keywords:** Patience, Tawakkal, Stress, Teachers, Special Schools



## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Guru merupakan aspek terpenting dalam dunia pendidikan, karena peran guru sangat menentukan kemajuan dan kemunduruan suatu peradaban pendidikan, baik atau buruknya peserta didik tercermin dari baik buruknya seorang guru mengajarkan ilmu dan menunjukkan teladan dalam mendidik. Karena tuntutan tersebut, maka seorang guru harus profesional, harus memiliki kompetensi pedagogik, kepribadian yang baik, dan kompetensi sosial (Kep-mendiknas, nomor 16/2007). Dengan kompetensi tersebut diharapkan dapat menciptakan peserta didik yang dapat berkembang ke arah yang lebih baik, yaitu peserta didik yang cerdas secara intelektual dan berkepribadian baik dalam dunia sosial.

Menurut Mulyasa (2007) guru sebagai tenaga pengajar memiliki tanggung jawab untuk mewariskan norma dan seperangkat nilai kepada peserta didiknya, sehingga norma dan nilai dapat dilindungi, karena melalui proses pendidikan diharapkan tercipta nilai-nilai yang baru, itulah sebabnya setiap guru dituntut untuk memenuhi kualifikasi sebagai pendidik profesional yang bertanggung jawab dalam memajukan dunia pendidikan. Lebih lanjut Mulyasa menjabarkan bahwa seorang guru memiliki tanggung jawab: (a) Moral, yaitu seorang guru harus mengerti dan mampu mengaplikasikan moral pancasila dalam kehidupan, dan menularkannya ke peserta didik. (b) Pendidikan, seorang guru harus mengerti cara mendidik yang tepat, mengerti tentang kurikulum yang dipakai, mampu membuat silabus dan rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP),

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**  
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



mampu mengembangkan potensi peserta didik, bahkan menjadi contoh teladan yang baik bagi peserta didiknya. (c) Lingkungan masyarakat, bukan hanya di sekolah, seorang guru juga harus ikut andil dalam pembangunan dan kemajuan masyarakat, melalui pelayanan, bimbingan, dan pengabdian masyarakat. (d) Keilmuan, seorang guru juga dituntut untuk memberikan sumbangsih dalam kemajuan ilmu pengetahuan, terutama ilmu yang menjadi keahliannya, melalui pengembangan dengan melakukan penelitian (*research*).

Karena berbagai tuntutan tersebut, tidak jarang ditemukan guru yang mengalami stres dalam dunia pendidikan, baik guru yang mengajar di sekolah biasa maupun guru yang di Sekolah Luar Biasa (SLB). Bahkan menurut Leguminosa et al., (2017) stres sangat rentan terjadi kepada guru di Sekolah Luar Biasa, karena dibanding sekolah biasa, sumber stres lebih banyak dijumpai di Sekolah Luar Biasa, berbagai macam gangguan dan kepribadian peserta didik membuat guru mengalami berbagai macam kendala dalam melaksanakan tugasnya. Bahkan dalam hasil penelitiannya Brackenreed (2011) menjelaskan bahwa mengajar Anak Berkebutuhan Khusus adalah salah satu sumber stres seorang guru. Dalam Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 72 tahun 1991 tentang Pendidikan Luar Biasa pasal 1 ayat 1 dan 2 dinyatakan bahwa Sekolah Luar Biasa (SLB) merupakan sekolah yang menyelenggarakan pendidikan luar biasa, yaitu pendidikan yang khusus diselenggarakan bagi peserta didik yang menyandang kelainan fisik dan/atau mental.

Menurut Antoniou et al., (2009) *stressor* guru ada tiga, yaitu: *Pertama*, beban administrasi, berbagai permasalahan administrasi seperti penyusunan

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

silabus pembelajaran, penyusunan rencana pembelajaran, sampai kepada penyusunan laporan hasil belajar peserta didik. *Kedua*, Ruangan belajar, seperti suasana kelas yang tidak kondusif, jumlah peserta didik yang tidak sesuai kapasitas ruangan, dan perilaku peserta didik yang mengganggu proses pembelajaran. *Ketiga*, Masalah pribadi, seperti hubungan yang tidak baik dengan pegawai dan guru lain, tidak nyaman dengan lingkungan kerja, honor yang tidak sesuai, dan rendahnya status sosial di masyarakat. Nugroho dan Khasan (2016) menemukan bahwa stres guru Sekolah Luar Biasa disebabkan oleh pengaruh eksternal, seperti: ledakan emosi peserta didik sebelum memulai pembelajaran, lambatnya perkembangan peserta didik, banyaknya tuntutan orangtua terhadap perkembangan anak mereka, sementara tuntutan tersebut tidak diiringi dengan kerja sama yang baik antar orang tua dengan guru, dan minimnya kepercayaan orangtua terhadap sistem pendidikan yang dijalankan pihak sekolah.

Selanjutnya dari hasil penelitian Chapman dan Stone (1996); Lecavalier et al., (2006); Nelson (2001); ditemukan bahwa sumber stres lain yang dialami guru pendidikan berkebutuhan khusus berhubungan dengan pendekatan pembelajaran yang berbeda pada setiap individu, dan kebutuhan emosional yang berbeda antara peserta didik yang mengalami gangguan mental, fisik dan atau sensorik. Sementara Tarnoto (2016) memaparkan dalam penelitiannya bahwa berbagai permasalahan yang terjadi di Sekolah Luar Biasa adalah: kurangnya kompetensi guru dalam menghadapi Anak Berkebutuhan Khusus (ABK), kurangnya kepedulian orangtua terhadap Anak Berkebutuhan Khusus, banyaknya siswa Anak Berkebutuhan Khusus dalam satu kelas yang menyebabkan guru

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

kesulitan dalam mengontrol siswa, kurangnya kerjasama dari berbagai pihak seperti masyarakat, ahli profesional dan pemerintah dalam mendidik Anak Berkebutuhan Khusus.

Maslach et al., (2001) mengatakan bahwa guru termasuk dalam salah satu urutan lima besar pekerjaan di dunia yang dapat menyebabkan stres, stres dengan penanganan yang tidak baik akan mempengaruhi hasil kerja dan kesehatan guru. Stres dalam dunia pekerjaan membuat seseorang mengalami ketidakpuasan dalam bekerja, bolos bekerja, bahkan sampai mengundurkan diri dari pekerjaannya (Billingsley & Cross 1992). Menurut Sarafino dan Smith (2012) stres merupakan perbedaan persepsi terhadap tuntutan fisik dan psikologis, sehingga dapat menimbulkan perubahan biologis, psikologis atau sosial individu, yang disebabkan adanya interaksi antara individu dengan lingkungan. Lebih lanjut Sarafino dan Smith menjelaskan bahwa terjadinya stres dikarenakan ketidakmampuan individu memenuhi tuntutan diluar kemampuannya, sehingga menimbulkan ketegangan, dan ketegangan yang tidak mampu diselesaikan berubah menjadi stres.

Individu yang mengalami stres dapat diketahui dari berbagai gejala yang timbul, seperti mudah gelisah, mudah cemas dan tegang, mudah lelah, insomnia, detak jantung dan tekanan darah meningkat, dan berbagai gejala fisiologis seperti: kepala pusing, mencret, dan penyakit kulit. Stres yang menimpa seseorang juga terlihat dari perubahan perilakunya, seperti: individu menjadi kurang bersabar, mudah marah, suka menghindar, dan pola makannya berubah (Ursin & Eriksen,

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



2009). Bahkan menurut Sukadiyanto (2010) individu yang sedang stres selalu merasa tidak nyaman dan kehidupannya merasa terganggu.

Fenomena stres pada guru terjadi di berbagai Negara di dunia, seperti yang diungkapkan oleh Gelman (2008) dalam penelitiannya terhadap guru Sekolah Dasar dan Menengah di kota New York Amerika Serikat, bahwa guru senior dan guru junior sama-sama mengalami stres dalam menjalankan tugasnya, walaupun stres guru senior lebih rendah daripada stres guru junior. Selanjutnya Kyriacou dan Chien (2004) juga melakukan penelitian terhadap guru Sekolah Dasar di Taiwan, dalam penelitian tersebut ditemukan bahwa 48% guru mengalami stres tingkat sedang (*middle stress*). Fun (2008); Jumahat et al., (2013) dalam penelitian yang mereka lakukan terhadap guru Sekolah Dasar di Malaysia juga menemukan hasil yang sama, bahwa para guru mengalami stres dalam tingkat sedang (*middle stress*). Sementara penelitian Klassen dan Chiu (2010) terhadap guru Sekolah Dasar dan Menengah di Kanada menemukan bahwa stres guru perempuan lebih tinggi daripada stres guru laki-laki. Dalam penelitian lain Ferguson et al., (2017) memaparkan bahwa di Kanada masalah stres guru merupakan hal yang sangat diperhatikan, pada tahun 2001 Federasi Guru Kanada melaporkan bahwa enam dari sepuluh guru menyatakan bahwa pekerjaan mereka lebih stres daripada dua tahun sebelumnya, guru yang mengalami stres berdampak negatif bagi kehidupan pribadinya, dan berdampak negatif juga bagi kemampuannya dalam memenuhi kebutuhan peserta didik di kelas. Selanjutnya Liu (2002); Kumarakulasingam (2002); Kokkinos (2007) dalam penelitian yang mereka lakukan terhadap guru Sekolah Menengah di Hong Kong menemukan

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

bahwa stres yang dialami oleh guru tidak hanya menimbulkan gangguan fisik seperti naiknya tekanan darah, tapi juga dapat merubah tingkah lakunya ke arah yang negatif.

Di Indonesia sendiri guru sering mengalami stres dalam melaksanakan tugasnya. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Leguminosa et al., (2017) yang mengungkapkan bahwa walaupun guru sudah memiliki kemampuan yang kompeten dalam mengajar, belum bisa dipastikan bahwa mereka terhindar dari stres, bahkan guru juga bisa mengalami frustrasi, para guru sering mengalami emosi negatif, seperti kekecewaan, kemarahan, jenuh, dan merasa tertekan. Maryati (2017) mengungkapkan dalam penelitiannya bahwa stres mempengaruhi kinerja guru, terutama guru di Sekolah Luar Biasa (SLB) yang setiap harinya menghadapi peserta didik yang mengalami gangguan fisik dan psikologis, stres yang mereka alami membuat mereka merasa terganggu dalam melaksanakan tugasnya, dan kualitas kinerja mereka juga jadi menurun. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Nursucianti dan Supradewi (2014); Rahayu dan Hadriami (2015); Nugroho dan Khasan (2016); Muhbar dan Rochmawati (2017) yang menemukan bahwa guru yang mengajar di Sekolah Luar Biasa sering mengalami stres, baik stres ringan, sedang, maupun stres berat, stres yang dialami oleh guru dikarenakan perilaku maladaptif peserta didik dan banyaknya tuntutan dari orang tua peserta didik.

Berdasarkan wawancara dan observasi yang dilakukan oleh peneliti terhadap guru di beberapa Sekolah Luar Biasa (SLB) di kota Pekanbaru pada tanggal 14 November 2019 dan 19 Juni 2020 ditemukan bahwa dikarenakan

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

beragamnya karakter peserta didik, maka para guru dituntut supaya sering mengulang materi pelajaran sebelum diajarkan kepada peserta didik, guru juga dituntut untuk menyelesaikan administrasi pembelajaran, ditambah lagi banyaknya tuntutan orangtua kepada guru, sedangkan mereka tidak begitu faham dengan kondisi anak mereka. Bahkan para guru harus mengurus permasalahan pribadi peserta didik, seperti membantu dan membimbing peserta didik ketika makan di sekolah, memperbaiki cara berpakaian peserta didik, bahkan mengantar ke kamar mandi serta membantu membersihkan kotoran peserta didik. Karena berbagai kondisi tersebut di atas maka banyak guru yang mengalami stres.

Selanjutnya walaupun guru sudah memiliki pengalaman mengajar yang cukup lama, mereka masih sering mengalami stres dalam melaksanakan tugasnya, dan stres yang mereka alami hampir sama dengan stres yang dialami guru yang pengalamannya sedikit. Bahkan guru yang sudah berstatus sebagai Pegawai Negeri Sipil (PNS), dan sudah menerima gaji dan tunjangan yang cukup besar, serta sudah dibekali dengan berbagai pelatihan tentang metode mendidik Anak Berkebutuhan Khusus sekalipun masih mengalami stres ketika mengajar. Adapun gejala stres yang dialami guru Sekolah Luar Biasa di Kota Pekanbaru adalah mudah lelah, suka mengeluh, mudah marah, kepala pusing, dan sering merasa cemas. Dari berbagai penelitian dan fenomena di atas dapat diketahui bahwa guru yang mengajar di Sekolah Luar Biasa sangat rentan mengalami stres.

Para ilmuwan muslim dan non muslim sejak zaman dahulu telah mengetahui bahwa stres yang terjadi pada individu dapat mengakibatkan penyakit, baik penyakit fisik maupun gangguan psikologis (Hasan, 2008). Lebih lanjut

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hasan menyebutkan bahwa penyakit dan gangguan psikologis yang terjadi akibat stres adalah seperti gangguan pernafasan (asma), sakit kepala sebelah (*migrain*), hipertensi, gatal-gatal, peningkatan level kortisol, peningkatan tekanan darah, penyakit jantung, TBC, dan *anorexia nervosa*. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Farahdika dan Azam (2015) yang menemukan bahwa ada hubungan stres dengan penyakit jantung koroner. Sementara Saputri (2007); Islami (2015) dalam penelitian yang mereka lakukan menemukan bahwa ada hubungan stres dan penyakit hipertensi.

Untuk menghindari berbagai penyakit dan gangguan tersebut di atas, individu harus mengatasi stres yang dialaminya. Menurut Hasan (2008); Sukadiyanto (2010) setiap orang memiliki kemampuan yang berbeda-beda dalam mengatasi stres, tergantung dari kepribadian, kondisi lingkungan, dan pengalaman hidup individu. Bagi umat yang beragama, agama adalah solusi terbaik dari seluruh masalah yang dihadapi, termasuk solusi dalam mengatasi masalah stres. Carl Jung dalam buku Purnami (2014) mengatakan: “saya sudah menangani ratusan klien, penyakit yang mereka alami rata-rata penyakit keagamaan. Dengan kata lain, penyakit yang mereka alami dikarenakan mereka tidak mengamalkan ajaran agama yang mereka anut, dan mereka tidak bisa disembuhkan kecuali mereka mengamalkan ajaran agamanya kembali”. Hasan (2008) mengatakan bahwa dengan agama seseorang mampu menghadapi tekanan hidup yang berat, karena agama dapat memberikan pandangan hidup yang lebih baik. Hasan juga menyebutkan dalam menghadapi stres hal yang paling penting untuk dilakukan

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

adalah menjaga hubungan dengan Allah, karena yang membuat hati menjadi tenang dan tentram hanya Allah SWT semata.

Salah satu ajaran agama Islam yang dapat mengatasi stres adalah sabar, karena menurut Syarbini dan Jumari (2010) kemenangan dan kesuksesan di dunia maupun di akhirat tidak akan tercapai kecuali dengan kesabaran, dengan kesabaran yang dimiliki, apapun permasalahan yang dihadapi akan mudah diselesaikan tanpa membuat individu stres. Hasan (2008) juga menyebutkan bahwa dalam menghadapi stres manusia wajib bersabar dan berusaha, serta mengharap pertolongan Allah SWT. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Safitri (2018); Indria et al., (2019) yang menemukan bahwa sabar berhubungan secara negatif terhadap stres, dengan kata lain tinggi atau rendahnya sabar berpengaruh terhadap stres yang dialami individu. Sementara menurut penelitian yang dilakukan Rohmah (2012) menemukan bahwa salah satu sistem pertahanan psikologis manusia adalah sabar.

Al-Jauziyyah (2009) mengatakan bahwa sabar merupakan kerja jiwa untuk menahan keinginan, menghilangkan kesedihan, menjauhi kemarahan, menghindari berkeluh kesah, menahan anggota tubuh untuk tidak melakukan hal-hal yang tidak baik, dan menguatkan hati untuk menjalankan ketetapan dan syariat Allah SWT. Sementara menurut Hasan (2008) sabar tidak berarti pasif, sabar adalah berjuang semaksimal mungkin, dengan ketabahan hati dan keyakinan bahwa Allah akan memberikan hasil yang terbaik. Sabar bukan berarti pasrah dengan apa yang terjadi, putus asa dari keadaan yang dihadapi tanpa melakukan usaha, namun sabar adalah berusaha semaksimal mungkin untuk mengalahkan

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

nafsu negatif yang ada dalam diri (Syarbini dan Jumari, 2010). Selanjutnya Syarbini dan Jumari mengatakan bahwa sabar bukan bermakna membuang seluruh keinginan yang berujung pada timbulnya penyakit, baik penyakit fisik maupun mental, tapi sabar adalah menggerakkan fisik dan jiwa untuk menggapai maksud yang dicita-citakan, dengan kata lain sabar merupakan kekuatan, kegigihan, dan kesungguhan dalam menyelesaikan permasalahan yang dihadapi.

Dari penjelasan di atas dapat diketahui bahwa untuk menghilangkan stres seseorang harus bersabar, yaitu dengan melakukan ikhtiar secara maksimal, melakukan usaha-usaha yang progresif dalam menggapai apa yang diinginkan, bukan malah pasrah dan putus asa dalam menghadapi permasalahan. Abidin (2009) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa solusi Islam dalam menghadapi stres salah satunya adalah dengan bersabar. Yuwono (2010) dalam penelitiannya juga menemukan bahwa sabar adalah salah satu cara dalam mengelola stres.

Selain sabar, dalam mengatasi stres individu juga harus bertawakkal. Karena setelah individu menahan dirinya dari hal-hal yang negatif, dan berusaha semaksimal mungkin dalam mencapai keinginannya, maka individu harus menyerahkan hasil usahanya kepada Allah SWT, dengan keyakinan yang mantap bahwa Allah adalah sebaik-sebaik penentu takdir. Seperti yang dijelaskan oleh Tamami (2011) bahwa individu yang sabar akan menghindari hal-hal negatif yang dapat mencelakakan dirinya, ia selalu berikhtiar untuk melaksanakan kebaikan sesuai syariat agama, dan meyakini bahwa semua permasalahan yang dihadapi merupakan ketetapan Allah SWT, sehingga individu tersebut selalu bertawakkal dengan ikhtiar yang dilakukannya. Menurut Hasan (2008) dengan bertawakkal

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



kepada Allah, yaitu memahami dan meyakini bahwa hanya Allah satu-satunya yang mengontrol kehidupan manusia, dan keyakinan bahwa takdir dan ketetapan Allah adalah yang terbaik buat dirinya, akan memberikan stimulus positif untuk menghilangkan stres yang dialaminya. Sementara menurut Sapuri (2009) salah satu terapi yang dapat dilakukan untuk menghilangkan stres adalah bertawakkal kepada Allah SWT.

Al-Jauziyyah (2013) mengatakan bahwa orang yang tidak mau bertawakkal tidak akan menemukan kebahagiaan dan ketenangan dalam hidupnya, dan akan ditimpakan kepadanya hal-hal yang dapat mendatangkan stres, seperti kesusahan hati, selalu merasa sedih, mudah menyesal, selalu merasa takut, hatinya menjadi kotor, ketenangan dalam hidupnya dihilangkan, kenikmatan dalam hidupnya dicabut, dan cita-citanya tidak akan tercapai. Menurut Ghaffar (2011) manfaat tawakkal adalah menjadikan hati individu lebih kuat, berani, teguh, dan tegas, sehingga kekuatan tersebut dapat menjauhkan individu dari stres. Dalam penelitian Husnar et al., (2017) menemukan bahwa tawakkal dapat menurunkan stres yang dialami individu. Selanjutnya Iskandar et al., (2018) juga menemukan bahwa tawakkal berhubungan dengan kecemasan yang di alami individu, sementara kecemasan merupakan salah satu yang dapat menimbulkan stres.

Tawakkal adalah ketika individu tidak memiliki ketergantungan kepada makhluk, walaupun individu merasa membutuhkannya, karena keyakinan bahwa hanya Allah satu-satunya tempat bergantung, dan selalu merasa senang kepada Allah walaupun kebutuhannya sudah terpenuhi (Al-Jauziyyah, 2009). Lebih lanjut Al-jauziyyah mengatakan bahwa tawakkal pada hakikatnya mengenal Allah

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dengan sebenar-benarnya, serta mengenal seluruh sifatNya, mengetahui kemahakuasaanNya, maha mencukupkanNya, ketidakbutuhanNya kepada makhluk, semua yang terjadi berada dalam pengawasan dan pengetahuanNya, dan segala sesuatu berdasarkan kuasa dan kehendakNya. Menurut penjelasan Tamami (2011) individu yang bertawakkal akan merasakan ketentraman dengan *qadha* yang ditetapkan Allah, karena merasa puas dengan apa yang diberikan Allah, dan menerima dengan hati yang lapang terhadap takdir yang ditetapkan kepadanya. Dengan ketentraman hati, perasaan puas, dan hati yang lapang tersebut, akan menjauhkan individu dari stres.

Bersikap pasif dan semangat menghindari kenyataan yang terjadi dalam kehidupan bukanlah makna dari tawakkal, tawakkal adalah sikap aktif yang berkembang dalam kepribadian orang yang menerima kenyataan hidup, dan benar-benar faham akan kehidupan yang sesungguhnya (Madjid, 2004). Lebih jauh Madjid mengatakan bahwa tawakkal bermula dari kesadaran individu bahwa pengalaman hidup pribadi tidak akan cukup untuk memahami dan menemukan makna hidup, karena hanya Allah yang mengetahui makna hidup yang sesungguhnya. Sehingga dengan bertawakkal kepada Allah akan membuat individu sadar, bahwa apapun yang terjadi dalam kehidupannya pasti ada hikmah dan rahasia yang terkandung di dalamnya, dengan kesadaran tersebut akan menjauhkan individu dari stres. Abidin (2009); Yuwonon (2010) mengungkapkan dalam penelitian yang mereka lakukan bahwa salah satu solusi dalam menghadapi stres adalah dengan bertawakkal kepada Allah SWT.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dari penjabaran di atas dapat disimpulkan bahwa sabar dan tawakkal dapat membantu dalam menghadapi stres yang dialami seorang guru. Karena dengan sikap sabar akan membuat guru tersebut menjadi pribadi yang tangguh dan progresif dalam menyelesaikan masalah, sehingga apapun permasalahan yang terjadi seorang guru mampu menyelesaikannya dengan mudah. Selanjutnya dengan bertawakkal kepada Allah akan membuat seorang guru menyerahkan semua urusan dan permasalahannya kepada Allah, dan meyakini bahwa seluruh peristiwa yang terjadi pasti memiliki makna dan hikmah untuk kehidupannya. Dengan demikian, sikap sabar dan tawakkal akan menjauhkan seorang guru dari stres.

Berdasarkan paparan fenomena dan permasalahan di atas, maka peneliti tertarik untuk membuktikan apakah benar stres seorang guru bisa diatasi dengan memiliki sifat sabar dan tawakkal? Untuk membuktikan hal tersebut, peneliti melakukan kegiatan penelitian dengan judul: **“Pengaruh Sabar dan Tawakkal Terhadap Stres Guru Sekolah Luar Biasa di Kota Pekanbaru”**

## B. Masalah Penelitian

### 1. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang dipaparkan di atas, maka identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah:

- a. Kurangnya kompetensi guru dalam menghadapi peserta didik Anak Berkebutuhan Khusus
- b. Kurangnya kepedulian orangtua terhadap Anak Berkebutuhan Khusus

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



- c. Banyaknya Anak Berkebutuhan Khusus dalam satu kelas yang menyebabkan guru kesulitan dalam mengontrol peserta didik
- d. Kurangnya kerjasama dari berbagai pihak seperti masyarakat, ahli profesional, dan pemerintah dalam mendidik Anak Berkebutuhan Khusus
- e. Beban administrasi guru yang terlalu banyak
- f. Sulitnya mengontrol peserta didik membuat suasana kelas menjadi tidak kondusif
- g. Kurangnya kepercayaan orangtua terhadap sistem pendidikan di sekolah
- h. Kurangnya kepercayaan orangtua terhadap guru Sekolah Luar Biasa
- i. Seringnya guru mengalami stres karena berbagai tuntutan tersebut di atas
- j. Stres pada guru Sekolah Luar Biasa terjadi di berbagai sekolah, termasuk di Sekolah Luar Biasa yang ada di kota Pekanbaru
- k. Berbagai permasalahan yang menimpa guru bisa diatasi dengan bersabar
- l. Bersabar merupakan salah satu pertahanan psikologis bagi individu
- m. Salah satu cara mengelola stres bagi seorang guru adalah dengan bersabar
- n. Dengan bertawakkal kepada Allah membuat individu menjadi lebih tenang
- o. Tawakkal merupakan salah satu terapi yang dapat menghilangkan stres seorang guru
- p. Individu menjadi lebih kuat dan tegar dengan bertawakkal kepada Allah SWT.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**2. Pembatasan Masalah**

Dari berbagai permasalahan yang dipaparkan pada identifikasi masalah di atas, maka peneliti membatasi kajian ini pada:

- a. Hubungan sabar dengan stres guru Sekolah Luar Biasa
- b. Hubungan tawakkal dengan stres guru Sekolah Luar Biasa
- c. Pengaruh sabar dan tawakkal terhadap stres guru Sekolah Luar Biasa

**3. Rumusan Masalah**

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

- a. Apakah ada hubungan sabar dengan stres guru Sekolah Luar Biasa?
- b. Apakah ada hubungan tawakkal dengan stres guru Sekolah Luar Biasa?
- c. Apakah ada pengaruh sabar dan tawakkal terhadap stres guru Sekolah Luar Biasa?

**C. Tujuan dan Manfaat Penelitian**
**1. Tujuan penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mendapatkan jawaban dari permasalahan yang telah diuraikan di atas, yaitu:

- a. Untuk mengetahui hubungan sabar dengan stres guru Sekolah Luar Biasa
- b. Untuk mengetahui hubungan tawakkal dengan stres guru Sekolah Luar Biasa
- c. Untuk mengetahui pengaruh sabar dan tawakkal terhadap stres guru Sekolah Luar Biasa

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**2. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam dua aspek, yaitu:

## a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmiah untuk pengembangan ilmu Psikologi, khususnya ilmu psikologi Islam, psikologi Agama dan psikologi Pendidikan, terutama pada peran sabar dan tawakkal dalam mengatasi stres. Penelitian ini juga diharapkan mampu mengembangkan konsep sabar dan tawakkal menjadi konsep psikologi Islam. Konsep sabar dan tawakkal diharapkan mampu dikaji secara mendalam serta diintegrasikan dengan ilmu psikologi barat. Begitu juga dengan konsep stres, diharapkan mampu dibahas secara mendalam serta diintegrasikan dengan ilmu psikologi Islam.

## b. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan masukan bagi para guru di Sekolah Luar Biasa dalam mengatasi stres yang mereka alami. Hasil penelitian ini juga dapat menjadi rujukan bagi kepala sekolah dalam mengatasi stres yang dialami oleh guru. Selanjutnya hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai rujukan bagi pemerintah dalam menentukan kebijakan terhadap guru dan Sekolah Luar Biasa, dan menjadi rujukan bagi dinas pendidikan dalam menyusun kurikulum Sekolah Luar Biasa.

Penelitian ini juga dapat menjadi rujukan bagi ilmuan psikologi dalam mengembangkan ilmu psikologi Islam dan psikologi agama; bagi aktivis



yang bergerak dan mendalami dunia pendidikan khusus; bagi Psikolog dalam menyelesaikan permasalahan guru Sekolah Luar Biasa; serta lembaga training dalam menyusun program pelatihan terhadap guru Sekolah Luar Biasa. Selain hal tersebut di atas, hasil penelitian ini juga dapat dijadikan sebagai rujukan untuk peneliti berikutnya.



UIN SUSKA RIAU

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### A. Stres

##### 1. Pengertian Stres

Sarafino dan Smith (2012) mengatakan bahwa stres adalah perbedaan persepsi terhadap tuntutan fisik dan psikologis, sehingga dapat menimbulkan perubahan biologis, psikologis atau sosial individu, yang disebabkan adanya interaksi antara individu dengan lingkungan. Terjadinya stres dikarenakan ketidakmampuan individu memenuhi tuntutan diluar kemampuannya, sehingga menimbulkan ketegangan, dan ketegangan yang tidak mampu diselesaikan berubah menjadi stres. Lazarus dan Folkman (1994); Gregson dan Looker (2005); Lubis (2009) juga menjelaskan hal yang hampir sama dengan pendapat di atas, dengan mengatakan bahwa stres merupakan ketidaksesuaian permasalahan yang dihadapi di lingkungan sosial dengan kemampuan untuk menyelesaikannya, sehingga membuat kesejahteraan hidup terganggu dan tertekan.

Stres adalah perbedaan cara seseorang dalam menanggapi tuntutan-tuntutan psikologis, yang berakibat pada perbedaan tindakan, karena pengaruh lingkungan, keadaan, dan kejadian yang dapat menimbulkan tekanan psikologis dan biologis yang berlebihan (Gibson et al., 1996). Sementara Sapuri (2009) mendefinisikan stres sebagai reaksi yang terjadi pada sistem biologis individu, dikarenakan *stressor* dapat menimbulkan tekanan mental dan permasalahan hidup, yang membuat perubahan pada tubuh dan perilaku.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Sementara Yosep (2009) memberikan definisi yang berbeda dengan yang di atas, dengan mengatakan bahwa stres merupakan kondisi yang terjadi akibat ketidakselarasan kenyataan antara keadaan psikologis, biologis, dan sosial yang terjadi pada diri individu.

Menurut Hasan (2008) stres tidak hanya proses stimulus atau respon yang terjadi dalam diri individu, tetapi individu berperan sebagai agen yang aktif dalam mengatasi stres yang terjadi, dengan mempengaruhi kondisi emosional dan kognitif yang dialaminya. Sementara Schetter (2009) mengatakan bahwa stres merupakan pengembangan kemampuan beradaptasi melalui tuntutan eksternal, namun tuntutan tersebut dapat membawa pengaruh negatif terhadap individu dalam perilaku, emosi, kognitif, dan biologis, jika individu menilai tuntutan tersebut sebagai tekanan.

Dari berbagai definisi di atas dapat disimpulkan bahwa stres merupakan respon fisik maupun psikis terhadap stimulus yang berasal dari dalam maupun dari luar diri individu, jika stimulus atau *stressor* tersebut tidak mampu diselesaikan dengan baik, maka stimulus tersebut dapat menimbulkan tekanan dan gangguan dalam kesejahteraan hidup individu.

## 2. Stres Menurut Perspektif Islam

Para ilmuwan muslim telah banyak melakukan kajian tentang stres, bahkan dalam Alqur'an banyak dijumpai ayat-ayat yang menjelaskan tentang stres. Salah satunya berada di surat Al-Ma'arij ayat 19-21:

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



*“Sesungguhnya manusia diciptakan bersifat berkeluh kesah lagi kikir. Apabila ia ditimpa kesusahan ia berkeluh kesah, dan apabila ia mendapat kebaikan ia amat kikir.”*

Dalam tafsir Al-Munir karya Az-zuhaili (2009) kata *“Haluu’a”* yang diterjemahkan di atas dengan “berkeluh kesah” dapat diartikan sebagai *“Sarii’u al-huzni wa al-jaza’i”* yang berarti cepat sedih, gelisah, dan cemas. Kata gelisah dan cemas disini dapat diartikan sebagai stres, karena munculnya stres berawal dari kegelisahan dan kecemasan. Selanjutnya orang yang selalu berkeluh kesah akan mudah mengalami stres, karena orang tersebut selalu merasa pesimis dalam menghadapi permasalahan yang menimpanya, yang membuat orang tersebut tidak mampu mengatasi masalahnya dengan baik dan maksimal. Orang tersebut juga tidak memiliki rasa syukur dan sabar, sehingga selalu berkeluh kesah terhadap semua nikmat yang diberikan Allah. Bahkan orang tersebut tidak memiliki rasa sabar dalam menghadapi permasalahan yang menimpanya. Sehingga dengan sifat berkeluh kesah yang dimiliki akan mudah membuatnya stres.

Hasan (2008) mengatakan bahwa dalam suatu ayat istilah beban juga dijadikan sebagai gambaran masalah yang dihadapi individu, dan beban masalah tersebut dapat menjadikan seseorang tertekan, yang akhirnya menimbulkan stres. Adapun ayat Alqur’an yang membahas tentang konsep beban tersebut adalah:

*“Bukankah Kami telah melupakan untukmu dadamu? dan Kami telah menghilangkan daripadamu **bebanmu**, yang memberatkan punggungmu? Dan Kami tinggikan bagimu sebutan (nama)mu, Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan” (Q.S. Al-Insyirah: 1-5).*

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Jika dikaji lebih dalam, perspektif subjektif dan objektif tentang stres yang terangkum dalam ayat di atas. Ayat pertama, kata “dada” dan ayat ketiga dengan kata “punggung” mengandung makna subjektif, ayat kedua kata “beban” mengandung makna objektif (Hasan, 2008). Lebih lanjut Hasan mengemukakan bahwa dalam teori yang membahas tentang stres atau yang akrab disebut sebagai teori penilaian kognitif dijelaskan bahwa timbulnya stres dikarenakan reaksi subjektif, munculnya reaksi subjektif disebabkan perbandingan yang dilakukan individu terhadap efek negatif dari peristiwa yang terjadi, yang disertai dengan ketidakmampuan individu mengatasi reaksi tersebut. Dengan artian, terjadinya stres dikarenakan individu menganggap efek negatif yang terjadi lebih besar daripada kemampuan yang ia miliki. Hal ini sesuai dengan pendapat tokoh psikologi barat yaitu Sarafino dan Smith (2012) yang mengatakan bahwa terjadinya stres dikarenakan ketidakmampuan individu memenuhi tuntutan diluar kemampuannya, sehingga menimbulkan ketegangan, dan ketegangan yang tidak mampu diselesaikan berubah menjadi stres.

Tentang prinsip beban yang akhirnya dapat menimbulkan stres pada individu sudah tertuang dalam Alqur’an, Allah sudah menjelaskan bahwa Dia tidak akan memberikan beban melebihi kemampuan hambanya, dengan artian Allah akan memberikan beban kepada hambanya sesuai porsi kemampuannya masing-masing, supaya manusia jauh dari tekanan dan stres. Ayat tersebut adalah:

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

*“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. ia mendapat pahala (dari kebajikan) yang diusahakannya dan ia mendapat siksa (dari kejahatan) yang dikerjakannya (Q.S. Al-Baqarah: 286).*

Namun Alqur'an juga memberikan gambaran dan penjelasan tentang orang yang tidak mampu mengatasi tekanan yang dihadapinya, ketidakmampuan tersebut dikarenakan ketakutan yang menyelimuti dirinya.

Karena ketakutan tersebut individu lari dari masalah yang dihadapinya. Hal ini Allah jelaskan dalam Alqur'an surat Al-Kahfi ayat 18:

*“...dan jika kamu menyaksikan mereka tentulah kamu akan berpaling dari mereka dengan melarikan diri dan tentulah (hati) kamu akan dipenuhi oleh ketakutan terhadap mereka”.*

Dalam pandangan ajaran Islam, kepentingan Allah harus diletakkan di atas kepentingan apapun. Karena semua yang terjadi dalam kehidupan manusia bersumber dari Allah SWT, karena Allah maha segalanya, sehingga apapun masalah yang dihadapi, bagaimanapun tekanan yang dialami, semua itu harus dikembalikan kepada Allah SWT, karena hanya Allah lah yang dapat memberikan solusi dari semua permasalahan yang dihadapi makhluknya (Hasan, 2012).

### 3 Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Stres

Menurut Smet (2001) faktor yang mempengaruhi stres antara lain adalah:

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

a. Faktor Inrenal (*Internal*)

Faktor internal yang dapat mempengaruhi stres meliputi usia, genetik, jenis kelamin, personalitas, tahapan kehidupan, kecerdasan, ras, pendidikan, budaya dan tingkat ekonomi.

b. Faktor Kepribadian (*Personality*)

Kepribadian (*personality*) yang dapat mempengaruhi stres meliputi kestabilan emosi, kepribadian *ekstrovert* atau *introvert*, kemampuan pengendalian diri, kekuatan dan kekebalan tubuh.

c. Faktor Pemikiran Sosial (*Social Cognitive*)

Faktor pemikiran sosial (*social cognitive*) yang dapat mempengaruhi stres meliputi dukungan sosial, dukungan dari lingkungan, dan kemampuan mengontrol diri

d. Hubungan Lingkungan Sosial (*Social Environment Relations*)

Adapun yang dimaksud dengan hubungan lingkungan sosial (*social environment relations*) adalah dukungan yang diterima dari lingkungan sosial, kemudian dihubungkan dalam hubungan interpersonal.

e. Strategi Koping (*Coping Strategy*)

Strategi koping adalah berbagai respon yang melibatkan proses berfikir dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi, dan menghilangkan *stressor* yang datang dari lingkungan sosial, yang dapat menimbulkan tekanan dan permasalahan dalam kehidupan. Nugroho dan Khasan (2016) mengungkapkan dalam penelitiannya bahwa strategi koping yang dilakukan oleh individu dalam menghadapi stres adalah berdasarkan dua aspek,

*pertama*, menggunakan strategi *problem focused coping* yang meliputi: koping kognitif dan perencanaan pemecahan masalah. Sedangkan aspek yang *kedua*, menggunakan strategi *emotion focused coping* yang meliputi: menjauhi masalah, mengontrol diri, penilaian positif dan mencari dukungan sosial.

Selanjutnya menurut Alvin (2007) stres dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Untuk penjelasan lebih lanjut dapat dilihat di bawah ini:

a. Faktor internal

Faktor internal adalah pengaruh yang datang dari dalam diri individu, faktor-faktor internal tersebut merupakan:

1. Pola pikir

Individu yang memiliki pola pikir yang buruk selalu merasa tidak mampu menyelesaikan permasalahan yang dihadapi, maka individu yang memiliki pola pikir seperti ini akan mudah mengalami stres. Berbeda dengan individu yang memiliki pola pikir yang baik, yang merasa mampu mengendalikan segala permasalahan yang dihadapi, maka individu tersebut akan jauh dari stres.

2. Kepribadian

Kepribadian individu dapat membantu seseorang dalam menghadapi stres, kepribadian yang kuat dan selalu merasa optimis akan jauh dari stres, berbeda dengan kepribadian yang selalu pesimis, akan mudah mengalami stres.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### 3. Keyakinan

Keyakinan terhadap kemampuan diri berperan penting dalam menilai masalah yang dihadapi. Jika individu yakin dirinya mampu menyelesaikan masalah yang dihadapi, maka individu tersebut akan berusaha semaksimal mungkin untuk menyelesaikan masalah tersebut. Namun jika individu tidak yakin maka individu tersebut akan pasrah tanpa melakukan usaha apapun, yang akhirnya membuat dirinya stres.

#### b. Faktor eksternal

Faktor eksternal adalah pengaruh yang datang dari lingkungan sosial individu, faktor eksternal tersebut terdiri dari:

##### 1. Kegiatan yang terlalu padat

Kegiatan yang terlalu banyak dapat menimbulkan stres pada individu, baik kegiatan di tempat kerja maupun kegiatan di dalam rumah dan di lingkungan sosial.

##### 2. Tekanan untuk berprestasi

Individu selalu dituntut untuk melaksanakan kerja yang sempurna, dituntut untuk memiliki prestasi, karena kinerja yang sempurna dan tercapainya prestasi dapat memberikan kepuasan tersendiri terhadap individu. Namun tidak jarang ditemukan dalam proses pencapaian tersebut individu mengalami stres.

##### 3. Dorongan status sosial

Individu yang memiliki status sosial tinggi akan merasa dihargai di masyarakat, sebaliknya individu yang berstatus sosial rendah sering

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



diabaikan. Maka dengan sendirinya individu berlomba-lomba dalam mencapai status sosial yang tinggi, namun ketika status sosial tersebut tidak tercapai individu sering mengalami stres.

Selanjutnya hasil penelitian Sari dan Handayani (2017) menemukan bahwa *self efficacy* dapat mempengaruhi stres yang dialami guru Sekolah Luar Biasa (SLB). Safitri (2018); Indria et al., (2019) menemukan bahwa sabar berpengaruh terhadap tinggi atau rendahnya stres. Sementara Yuwono (2010) menemukan bahwa strategi yang berpengaruh terhadap penurunan stres adalah bersabar, tawakkal, bersyukur, niat yang ikhlas, melaksanakan shalat, serta berzikir dan berdo'a kepada Allah SWT.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa faktor yang dapat mempengaruhi stres adalah faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi: pola pikir, keyakinan, kepribadian, strategi koping, *self efficacy*, sabar, tawakkal, niat yang ikhlas, dan rasa syukur. Sementara faktor eksternal adalah: kegiatan yang terlalu padat, tekanan untuk berprestasi, dorongan status sosial, serta hubungan dalam lingkungan sosial.

#### 4. Ciri-ciri Orang Yang Stres

Menurut Sarafino dan Smith (2012) orang yang mengalami stres ditandai dengan dua aspek, yaitu:

##### a. Aspek biologis

Peristiwa yang dianggap memberikan beban terhadap individu dapat menimbulkan reaksi fisik seperti meningkatnya detak jantung,

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

menegangnya otot-otot, sakit kepala, mudah lelah, diare, dan meningkatnya tekanan darah.

b. Aspek Psikososial

Stres yang timbul juga dapat dilihat dari reaksi psikis individu dalam lingkungan sosialnya, beberapa reaksi tersebut adalah:

1. Kognitif

Reaksi kognitif merupakan kesulitan dalam memproses informasi, seperti mengingat, menghafal, memperhatikan, dan memikirkan hal-hal penting dalam hidupnya. Safaria dan Saputra (2012) menjelaskan bahwa individu yang mengalami stres ditandai dengan kesulitan untuk konsentrasi, kesulitan mengingat sesuatu, selalu berfikir negatif, tidak mampu mengambil keputusan, merasa tidak berdaya, mudah bingung, tidak memiliki tujuan hidup, serta merasa hidup tidak berarti.

2. Emosi

Stres yang terjadi pada individu dapat dilihat dari emosi yang timbul. Reaksi emosional yang timbul dalam diri individu ketika mengalami stres adalah merasa tidak nyaman dengan kondisi yang dialaminya, sering merasa takut, mudah merasa sedih, bahkan sampai depresi dan merasa hidup tidak berharga. Safaria dan Saputra (2012) menambahkan bahwa indikasi emosi yang timbul dalam diri individu ketika mengalami stres adalah: mudah tersinggung, mudah marah, sering merasa sedih, selera humor menurun, mudah merasa kecewa, mudah

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

gelisah dalam menghadapi persoalan, dan mudah panik ketika dihadapkan dengan tugas-tugas.

### 3. Perilaku sosial

Individu yang mengalami stres biasanya akan mengurangi sosialisasi dengan lingkungannya, tidak peduli dengan urusan orang lain, bahkan sampai bermusuhan dengan orang-orang di sekitarnya. Safaria dan Saputra (2012) menambahkan bahwa orang yang mengalami stres terlihat dari perilakunya yang kurang disiplin, sering bolos, suka berbohong, tidak peduli pada pembelajaran, tidak suka bersosialisasi, serta tidak peduli pada lingkungan sosialnya.

Sementara Hardjana (1994) memaparkan bahwa orang yang mengalami stres ditandai dengan beberapa aspek, yaitu:

#### a. Aspek Biologis

Aspek biologis merupakan gejala fisik yang timbul akibat stres yang terjadi. Adapun berbagai gejala yang timbul tersebut adalah: mudah pusing, punggung sering terasa sakit, sering mengalami insomnia, sering mengalami sakit perut, pencernaan terganggu, nafsu makan berubah, menderita penyakit kulit, dan keringat yang berlebihan.

#### b. Aspek Intelektual

Proses berfikir individu dapat terganggu karena stres. Gejala-gejala stres yang terjadi pada individu ditandai dengan: merasa susah untuk mengingat sesuatu, susah berkonsentrasi, tidak mampu mengambil

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



keputusan dengan tepat, menurunnya produktivitas, menurunnya selera humor, prestasi kerja menurun, dan pikiran terasa kacau.

c. Aspek Emosional

Kestabilan emosi individu dapat terganggu karena stres. Gejala-gejala yang terjadi pada individu yang mengalami stres adalah: cemas yang berlebihan, sering merasa tersinggung, mudah gelisah, sering marah-marah tanpa sebab, merasa harga diri rendah, sering menyakiti individu lain, sulit menghilangkan rasa sedih, bahkan sampai merasa depresi.

d. Aspek Interpersonal

Perilaku individu juga dapat terganggu karena stres yang dialami, bahkan perilaku yang muncul cenderung negatif, yang membuat hubungan interpersonalnya bermasalah. Berbagai perilaku negatif yang muncul adalah: sering mendiamkan individu lain tanpa sebab yang jelas, suka mencari-cari kesalahan orang disekitarnya, sering menutup diri dari lingkungan sekitar, tidak percaya kepada orang lain, kata-kata yang dilontarkan sering menyakiti orang lain, dan terlalu mempertahankan atau membentengi diri.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa individu yang mengalami stres ditandai dengan beberapa aspek yaitu: aspek biologis dan aspek psikososial. Aspek biologis yang timbul adalah: detak jantung meningkat, tekanan darah tidak normal, otot-otot terasa tegang, mudah sakit kepala, mudah lelah, dan sering mengalami gangguan pencernaan. Sementara

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

aspek psikososial adalah: kognitif terasa terganggu, sering mengungkapkan emosi negatif, dan memperlihatkan perilaku sosial yang negatif.

## B. Sabar

### 1. Pengertian Sabar

Kata “sabar” berasal dari bahasa arab yaitu “*ash-shabr*” terdiri dari tiga huruf yaitu *shad, ba, dan ra*. Yang bermakna “*al-habsu fi al-dhayqi*” yaitu menahan ketika ada dorongan yang kuat dari dalam diri (Syarbini dan Jumari, 2010). Dalam Alqur’an surat Al-Baqarah Ayat 153 Allah SWT mengintruksikan supaya orang yang beriman memohon pertolongan kepada Allah SWT dengan sabar dan sholat, karena Allah beserta orang-orang yang sabar. Dalam kaitannya dengan pengertian sabar di atas, maka individu yang dihadapkan dengan masalah harus bersabar dan sholat. Bersabar dengan menahan berbagai dorongan negatif yang ada dalam diri, bersabar dengan menahan diri supaya tidak berkeluh kesah, bersabar dengan menahan diri dari berbagai cobaan hidup, dan bersabar dengan menahan diri supaya tidak terjerumus kepada hal-hal negatif. Individu yang dihadapkan dengan masalah juga harus melaksanakan sholat, dengan menahan supaya tidak mengikuti dorongan hawa nafsu, menahan diri supaya tetap melaksanakan perintah Allah, dan menahan diri dari aktifitas yang dapat membatalkan ibadah sholat.

Menurut Al- Jauziyyah (2009) sabar merupakan kerja jiwa untuk menahan keinginan, menghilangkan kesedihan, menjauhi kemarahan, menghindari berkeluh kesah, menahan anggota tubuh untuk tidak melakukan hal-hal yang tidak baik, menguatkan hati untuk menjalankan ketetapan dan

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

syariat Allah SWT. Shihab (2002) mendefinisikan sabar sebagai kemampuan untuk menahan diri dari hal-hal yang tidak sesuai dengan hati, sabar juga merupakan ketabahan menghadapi permasalahan dalam kehidupan. Sementara Al-Ghazali (1999) menyebutkan bahwa sabar merupakan kemampuan untuk menolak syahwat, sabar hanya ada dalam diri manusia, sebagai salah satu sikap yang dapat digunakan dalam memperoleh kesempurnaan, dan syahwat tidak terdapat pada malaikat dan hewan. Sempurnanya makhluk yang bernama malaikat tidak harus disertai dengan sikap sabar, karena mereka tidak memiliki syahwat untuk dilawan, dan kesempurnaan hewanpun tidak mesti disertai dengan sikap sabar, karena hewan sepenuhnya dikuasi oleh syahwat, sementara akal tidak diberikan sebagai kekuatan untuk melawan.

Selanjutnya, Quzwain (2005); Hasan (2008) mengatakan bahwa sabar adalah kemampuan individu dalam menghadapi penderitaan tanpa adanya keluh kesah, baik terhadap sesuatu yang dibenci maupun terhadap hilangnya sesuatu yang disukai. Sementara Mubarak (2001) berpendapat bahwa sabar merupakan kemampuan dalam hal pengendalian emosi, yaitu individu memiliki hati yang tabah dalam menghadapi godaan dan rintangan dengan tidak pernah mengeluh, sehingga dengan sikap tersebut individu mampu mencapai tujuan yang diinginkan.

Al-Ashfahani (1997) menjelaskan bahwa sabar memiliki makna dan istilah yang beragam, sehingga penempatan kata sabar harus sesuai dengan konteks dan sifatnya. Jika dalam hal sabar terhadap musibah yang menimpa maka dinamakan "*shabar*" antonimnya adalah "*al-juz'u*" artinya suka

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



mengeluh. Makna sabar terhadap nafsu seks dan perut dinamakan “*iffah*” artinya menjaga martabat dan kehormatan diri. Makna sabar dalam menghindari kemarahan diistilahkan dengan kata “*hilm*” antonimnya adalah “*tafalu*” yang berarti mengomel atau merengut. Jika berhubungan terhadap pemberian rezeki maka diistilahkan dengan kata “*qana’ah*” dengan makna merasa cukup dengan apa yang didapat, antonimnya adalah “*thama*” yang berarti serakah. Makna menjauhkan diri dari kekayaan harta dinamakan dengan “*zuhd*” antonimnya adalah “*bathir*” dengan arti tidak pernah puas. Makna sabar dalam peperangan melawan musuh dinamakan “*syaja*” artinya gagah perkasa, antonimnya adalah “*al-jubn*” dengan arti penakut. Makna sabar dalam melapangkan hati diistilahkan dengan “*rahaba as-shadr*” dengan arti pemaaf, antonimnya adalah “*al-ghadhib*” artinya pemaarah. Makna sabar dalam menghindari kata-kata yang tidak bermanfaat distilahkan dengan kata “*kitmaan*” dengan arti memendam, antonimnya adalah “*haaijun*” yang berarti cemas atau resah.

Dari berbagai istilah di atas dapat diketahui bahwa sabar merupakan sikap yang dinamis, dengan sikap yang dinamis tersebut maka bersikap pasif bukanlah makna dari sabar, karena sabar bukan berarti lemah, sabar juga bukan diam dan pasrah tanpa ikhtiar, tapi sabar merupakan perjuangan dengan usaha yang maksimal dalam mencapai tujuan, sehingga mampu mengalahkan nafsu negatif yang ada dalam diri, dengan selalu memelihara ketenangan jiwa dan yakin bahwa usaha yang dilakukan akan membuahkan hasil yang baik (Khamenei, 2003; Hasan, 2008; Syarbini dan Jumari, 2010; Tamami, 2011).

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Dari penjabaran di atas dapat disimpulkan bahwa sabar merupakan upaya menahan diri dari penderitaan, mengekang syahwat untuk tidak berbuat maksiat dan kesalahan, menghadapi masalah dengan hati dan jiwa yang lapang, dan berusaha semaksimal mungkin untuk mencapai tujuan yang dicita-citakan.

### 2. Sabar dalam Perspektif Psikologi Barat

Tokoh psikologi barat juga sudah mengkaji tentang sabar, mereka menyebutnya dengan berbagai istilah, istilah-istilah tersebut adalah:

#### a. Kontrol Diri (*Self Control*)

Kontrol diri adalah kemampuan individu dalam mengontrol dirinya sendiri, kontrol diri juga merupakan kemampuan individu dalam berperilaku dan berfikir terhadap permasalahan yang dihadapi dengan tepat (Muraven dan Baumeister, 2002). Selanjutnya Calhoun dan Acocella (2000) mendefinisikan kontrol diri sebagai pengaturan proses fisiologis, psikologis, dan psikomotorik. Serangkaian proses tersebut membentuk diri individu, sehingga individu peka dalam membaca situasi yang terjadi dalam diri dan lingkungan sekitarnya, serta mampu mengontrol dan mengelola perilakunya sesuai dengan kondisi dan situasi yang dihadapinya.

Sementara Santrock (2003) mendefinisikan *self control* sebagai kemampuan dalam mengatur tindakan dengan baik, dengan kemampuan tersebut individu bisa mengatasi persoalan hidup yang dihadapinya, individu juga mampu membedakan tindakan yang baik dan yang buruk, sehingga individu dapat diterima dalam lingkungan sosialnya. Pendapat Gunarsa (2009) tentang *self control* tidak jauh berbeda dengan pendapat di atas,

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dengan mengatakan bahwa *self control* merupakan kemampuan individu dalam mengontrol kemauan atau dorongan dari dalam diri individu, sementara dorongan tersebut merupakan perilaku yang bertentangan dengan norma sosial masyarakat.

Pengertian sabar dengan istilah *self control* ini sesuai dengan pendapat ahli psikologi Islam, yaitu Al-Jauziyyah (2009) yang mengatakan bahwa sabar merupakan kerja jiwa untuk menahan keinginan, menghindari kesedihan, menahan amarah, menghindari berkeluh kesah, dan menahan anggota tubuh untuk tidak melakukan hal-hal yang tidak baik. Shihab (2002) juga memaparkan definisi yang hampir sama dengan *self control*, dengan mengatakan bahwa sabar merupakan kemampuan untuk menahan diri dari hal-hal yang tidak sesuai dengan hati. Sementara Khamenei (2003); Hasan (2008); Syarbini dan Jumari (2010); dan Tamami, (2011) memaparkan bahwa sabar merupakan perjuangan dengan usaha yang maksimal dalam mencapai tujuan, sehingga mampu mengalahkan nafsu negatif yang ada dalam diri, dengan selalu memelihara ketenangan jiwa dan yakin bahwa usaha yang dilakukan akan membuahkan hasil yang baik.

b. Resiliensi (*Resilience*)

Dalam psikologi barat, sabar juga dikenal dengan istilah resiliensi (*resilience*), resiliensi adalah kemampuan individu dalam beradaptasi dan coping, sehingga dengan kemampuan tersebut individu mampu menyelesaikan permasalahan yang dihadapi, dan individu mampu keluar dari situasi buruk yang dialaminya (Subandi, 2011). Resiliensi juga

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



didefinisikan dengan kemampuan individu dalam mengeluarkan ide-ide kreatif, supaya individu tersebut dapat bertahan atau keluar dari masalah yang dihadapinya (Masten, 2009). Selanjutnya Grotberg (2001) menjelaskan bahwa resiliensi merupakan kemampuan individu atau kelompok untuk mencegah atau menghilangkan efek dari masalah dan kesulitan yang dihadapi.

Sementara Keye & Pidgeon (2013) mendefinisikan resiliensi sebagai kemampuan individu untuk bangkit dari permasalahan hidup yang penuh tekanan dan kesulitan, dengan memperdalam pengetahuan dan kemampuan dalam hal beradaptasi, dan menghindari situasi buruk yang dapat menimbulkan masalah dimasa depan. Menurut Rojas (2015) resiliensi dalam diri individu harus ditingkatkan, karena dengan meningkatnya resiliensi individu akan lebih mudah dalam mengatasi masalah dan tekanan dalam kehidupan, dan resiliensi yang tinggi akan melahirkan kemampuan dan ketrampilan dalam diri individu, termasuk ketrampilan dalam berkomunikasi, ketrampilan dalam berfikir objektif dan realistis, sehingga individu mampu menyusun rencana terbaik dalam hidupnya, dan mampu menentukan langkah terbaik untuk masa depannya.

Pengertian sabar dengan istilah resiliensi ini hampir sama dengan penjelasan yang diungkapkan oleh tokoh psikologi Islam, yaitu Aljauziyyah (2009), dengan mengatakan bahwa sabar merupakan kerja jiwa untuk menghilangkan kesedihan dan menguatkan hati untuk menjalankan ketetapan dan syariat Allah SWT. Quzwain (2005); dan Hasan (2008) juga

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

mengungkapkan pengertian yang hampir sama dengan resiliensi, dengan mengatakan bahwa sabar merupakan kemampuan individu untuk menghadapi penderitaan tanpa berkeluh kesah, baik terhadap sesuatu yang dibenci maupun terhadap hilangnya sesuatu yang disukai. Selanjutnya Khamenei, (2003); Hasan, (2008); Syarbini dan Jumari, (2010); dan Tamami, (2011) mengungkapkan bahwa sabar merupakan perjuangan dengan usaha yang maksimal dalam mencapai tujuan, sehingga mampu mengalahkan nafsu negatif yang ada dalam diri, dengan selalu memelihara ketenangan jiwa dan yakin bahwa usaha yang dilakukan akan membuahkan hasil yang baik.

c. Penerimaan Diri (*Self Acceptance*)

Penerimaan diri juga mempunyai kemiripan dengan kesabaran dalam Islam, Subandi (2011) mendefinisikan *self acceptance* sebagai kemampuan individu menerima kondisi dirinya sendiri. Hurlock (2006) mengatakan bahwa *self acceptense* merupakan kemampuan individu untuk mengenali kelebihan dan kekurangan dalam dirinya, dan individu tersebut menerima keadaan dirinya dan mampu hidup secara baik dengan kondisi tersebut. Lebih lanjut Wibowo (2009) mengungkapkan bahwa penerimaan diri merupakan kemampuan individu untuk melakukan penilaian terhadap dirinya sendiri, baik penilaian positif maupun negatif, dengan penilaian tersebut individu mampu menerima keadaan dirinya, tanpa ada rasa malu dan rasa bersalah terhadap takdir yang diterimanya.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Hal tersebut di atas didukung oleh pendapat Hjelle dan Ziegler (2009) yang mengatakan bahwa penerimaan diri merupakan kemampuan individu untuk bertoleransi pada peristiwa yang tidak menyenangkan, bertoleransi pada masalah-masalah yang dapat membuat frustrasi, bertoleransi pada kelemahan-kelemahan yang ada pada dirinya, tanpa membuatnya marah dan merasa sedih. Sehingga dengan kemampuan toleransi tersebut individu mampu menerima keadaan dirinya, baik keadaan positif maupun negatif.

Penjelasan tentang sabar dengan istilah *self acceptance* ini hampir sama dengan penjelasan yang diungkapkan oleh Shihab (2002) yang mengatakan bahwa sabar merupakan ketabahan menghadapi permasalahan dalam kehidupan. Sementara Mubarak (2001) berpendapat bahwa sabar adalah ketika individu memiliki hati yang tabah dalam menghadapi godaan dan rintangan dengan tidak pernah mengeluh, sehingga dengan sikap tersebut individu mampu mencapai tujuan yang diinginkan.

### 3. Macam-macam Sabar

Para ilmuan dan tokoh psikologi Islam membagi sabar kepada beberapa bagian. Menurut penjelasan Rajab (2001); Syarbini dan Jumari (2010) para ulama sepakat bahwa sabar terdiri dari tiga macam, yaitu:

#### a. Sabar dalam Melaksanakan Ketaatan Kepada Allah

Dalam meraih predikat takwa disisi Allah, seseorang harus bersabar dalam melaksanakan seluruh ibadah yang diperintahkan Allah, sabar terhadap godaan, tantangan, dan tahan terhadap ujian yang datang. Al-Jauziyyah (2009) mengungkapkan bahwa yang dikatakan orang yang sabar

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



adalah orang yang mampu menguatkan hati untuk menjalankan ketetapan dan syariat Allah SWT.

Dalam Alqur'an Allah menjanjikan akan memberikan balasan yang besar bagi orang yang beramal shaleh dan bersabar:

*“Sesungguhnya laki-laki dan perempuan yang muslim, laki-laki dan perempuan yang mukmin, laki-laki dan perempuan yang tetap dalam ketaatannya, laki-laki dan perempuan yang benar, laki-laki dan perempuan yang sabar, laki-laki dan perempuan yang khusyu', laki-laki dan perempuan yang bersedekah, laki-laki dan perempuan yang berpuasa, laki-laki dan perempuan yang memelihara kehormatannya, laki-laki dan perempuan yang banyak menyebut (nama) Allah, Allah telah menyediakan untuk mereka ampunan dan pahala yang besar” (Q.S. Al-Ahzab: 35).*

b. Sabar dalam Menghindari Maksiat

Seseorang juga harus bersabar dalam menjauhi larangan Allah dalam memperoleh ketakwaan, karena dengan terhindarnya seseorang dari maksiat akan menjauhkannya dari dosa-dosa, dengan jauhnya seseorang dari dosa-dosa akan memudahkannya untuk melaksanakan ibadah kepada Allah SWT. Al-Ghazali (1999) juga menyebutkan bahwa termasuk sabar adalah ketika seseorang menjauhi perilaku yang didorong oleh nafsu syahwat, yang dapat menjerumuskannya kepada keadaan yang buruk. Bahkan Al-Ghazali mengatakan bahwa kesabaran yang paling besar adalah ketika seseorang mampu menahan nafsu syahwat dan menjauhi faktor-faktor yang dapat menimbulkan nafsu syahwat tersebut. Ilyas (2009) juga menyebutkan bahwa orang yang sabar adalah orang yang mampu menahan diri dari hal-hal yang dibenci oleh Allah SWT.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## c. Sabar dalam Menghadapi Musibah

Sabar dalam menghadapi musibah merupakan kekuatan hati dan jiwa dalam menghadapi ujian yang diberikan Allah, karena semua orang yang beriman akan diuji oleh Allah, baik melalui musibah dan kekurangan harta maupun melalui nikmat dan rezeki yang berlimpah, bahkan terkadang ujian tersebut didatangkan Allah melalui tangan manusia. Jika ujian tersebut dapat mendekatkan seseorang kepada Allah maka orang tersebut akan memperoleh predikat takwa. Namun sebaliknya, jika ujian tersebut menjauhkan seseorang dari Allah maka orang tersebut akan tergolong kepada orang yang celaka.

Alqur'an menjadikan riwayat para Nabi dan Rasul sebagai gambaran bahwa mereka juga pernah ditimpakan musibah. Namun ketika mereka ditimpa musibah mereka tidak lari dari masalah dan ujian yang mereka hadapi, melainkan mencari solusi dengan berdo'a dan memohon diturunkannya rahmat Allah SWT. Dalam surat Al-Anbiya' ayat 83-85 dijelaskan:

*“Dan (ingatlah kisah) Nabi Ayub, ketika ia menyeru Tuhannya: "(Ya Tuhanku), Sesungguhnya aku telah ditimpa penyakit dan Engkau adalah Tuhan yang Maha Penyayang di antara semua Penyayang.” Maka Kami pun memperkenankan seruannya itu, lalu Kami lenyapkan penyakit yang ada padanya dan Kami kembalikan keluarganya kepadanya, dan Kami lipat gandakan bilangan mereka, sebagai suatu rahmat dari sisi Kami dan untuk menjadi peringatan bagi semua yang menyembah Allah. dan (ingatlah kisah) Ismail, Idris dan Dzulkifli. Semua mereka termasuk orang-orang yang sabar.*

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Ayat di atas menjelaskan bahwa ketika seseorang ditimpa musibah, maka orang tersebut harus memohon rahmat dan pertolongan Allah, serta bersabar atas ujian yang diberikanNya. Dalam ayat lain Allah juga menggambarkan kesabaran Nabi Ya'kub ketika ditimpakan kepadanya musibah:

*“Mereka datang membawa baju gamisnya (yang berlumuran) dengan darah palsu. Ya'qub berkata: "Sebenarnya dirimu sendirilah yang memandang baik perbuatan (yang buruk) itu; maka kesabaran yang baik itulah (kesabaranku). Dan Allah sajalah yang dimohon pertolonganNya terhadap apa yang kamu ceritakan" (Q.S. Yusuf: 18).*

Al-Qarni (2006) dalam tafsir *Al-Muyassar* menjelaskan bahwa ayat di atas menceritakan bahwa anak-anak Nabi Ya'kub datang kepada ayah mereka dengan membawa baju Yusuf yang telah mereka lumuri darah. Maka Ya'kub menjawab mereka dengan penuh pengingkaran dan kesabaran serta keyakinan masa depan Yusuf yang akan dimuliakan menjadi Nabi: “Dia tidak dimakan srigala, namun nafsu kalian menghiasi perbuatan buruk yang kalian lakukan. Sungguh kesabaranku adalah kesabaran yang baik, tanpa ratapan dan keluh kesah; dan aku meminta pertolongan kepada Allah agar menguatkanmu dalam menghadapi dan menyelesaikan musibah ini”.

Dari kedua ayat Alqur'an di atas dapat diketahui bagaimana Islam memberikan pengajaran kepada umatnya dalam menghadapi musibah. Secara garis besar tiga hal yang harus dilakukan dalam menghadapi musibah dan ujian: *Pertama*, menjaga hubungan baik dengan Allah, yaitu dengan melaksanakan perintahnya dan menjauhi larangannya. *Kedua*,

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



berdo'a dengan memohon diturunkannya rahmat dan pertolongan Allah. *Ketiga*, bersabar dengan mencari jalan keluar dari permasalahan yang dihadapi, berdasarkan keyakinan bahwa Allah adalah sebaik-baik pemberi solusi.

Selanjutnya Ilyas (2009) membagi sabar menjadi enam bentuk, adapun bentuk-bentuk sabar tersebut adalah:

a. Kesabaran Terhadap Cobaan Hidup

Yaitu kesabaran seseorang ketika hidupnya penuh cobaan dan ujian, baik cobaan yang datang langsung dari Allah maupun cobaan melalui perbuatan manusia, baik cobaan yang ringan maupun cobaan yang berat. Seperti kekurangan makanan, kehilangan harta benda, wafatnya orang-orang yang dicintai, terkena penyakit kronis, serta tidak terpenuhinya impian dan cita-cita.

b. Kesabaran dalam Mengontrol Hawa Nafsu

Yaitu kesabaran seseorang untuk menahan dirinya supaya tidak terjerumus kepada perbuatan maksiat. Seperti menahan diri supaya tidak berbuat zina, menahan diri supaya tidak mengambil hak orang lain, menahan diri supaya tidak minum minuman keras, menahan diri supaya tidak berjudi, dan menahan diri supaya tidak menzhalimi orang lain.

c. Kesabaran dalam Menjalankan Perintah Allah

Yaitu kesabaran untuk melaksanakan ibadah kepada Allah. Seperti sabar dalam melaksanakan ibadah sholat, sabar dalam berpuasa, sabar dalam menunaikan haji, sabar dalam membayar zakat, sabar dalam membaca

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Alqur'an, dan sabar dalam memberikan sedekah kepada orang yang membutuhkan.

d. Kesabaran dalam Berdakwah Di Jalan Allah

Yaitu kesabaran dalam mengajak orang lain untuk taat kepada Allah, dan sabar dalam mencegah orang lain yang mendurhakai Allah SWT. Seperti mengajak orang lain untuk menyembah Allah, melaksanakan ibadah sholat, berpuasa, berzakat, naik haji dan ibadah-ibadah lainnya. Juga mencegah orang lain supaya tidak mensekutukan Allah, tidak berzina, berjudi, minum minuman keras, mencuri, dan tidak terlibat dalam dosa riba.

e. Kesabaran dalam Berperang Di Jalan Allah

Yaitu kesabaran untuk bertahan dalam peperangan di jalan Allah. Seperti kesabaran menahan rasa sakit, rasa lapar, rasa haus, kepanasan, kedinginan, ketakutan, dan tetap berada dalam keimanan ketika berperang di jalan Allah.

f. Kesabaran Ketika Berada Dalam Pergaulan

Yaitu kesabaran dalam menghadapi setiap individu ketika bergaul. Karena setiap individu memiliki sifat dan karakter yang berbeda-beda, bahkan memiliki perilaku yang bertentangan dengan norma. Seperti sabar ketika difitnah, digunjing, dijelekkkan, bahkan sabar ketika dizhalimi orang lain.

Dari pemaparan di atas, secara garis besar dapat disimpulkan bahwa sabar ada tiga macam, yaitu sabar dalam melaksanakan perintah Allah, sabar dalam menjauhi larangan Allah, dan sabar ketika mendapat musibah.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### 4 Tujuan Bersabar

Sifat sabar dalam Islam menempati posisi yang sangat istimewa. Alqur'an mengaitkan sifat sabar dengan bermacam-macam sifat mulia lainnya, antara lain dikaitkan dengan keyakinan, sholat, syukur, tawakkal, ikhlas dan takwa. Mengaitkan satu sifat dengan banyak sifat mulia lainnya menunjukkan betapa istimewanya sifat tersebut. Karena sabar merupakan sifat yang mulia dan istimewa. Tentu juga orang-orang yang memiliki sifat sabar menempati posisi yang istimewa. Menurut Syarbini dan Jumari (2010) berikut ini merupakan tujuan memiliki sifat sabar:

#### a. Menguatkan Keimanan

Sabar dan iman tidak bisa dipisahkan, karena orang yang bersabar dapat membuat keimanannya lebih mantap. Orang yang beriman akan mampu bersabar dalam kondisi apapun, karena sabar merupakan bukti nyata keimanan seseorang. Orang yang beriman juga tidak akan mengeluh terhadap cobaan yang menimpanya, tidak akan mudah marah, tidak suka menggerutu dan terburu-buru, sebab berbagai perilaku tersebut merupakan perilaku orang yang tidak memiliki kesabaran. Karena sayyidina 'Ali Ibn Abi Thalib pernah mengatakan dalam kitab *As-Shabr Watssawab Lahu*, karangan Abiddunya (1997) bahwa sabar erat kaitannya dengan keimanan, adapun bunyi perkataan Ali tersebut adalah: "Kaitan sabar dengan keimanan adalah seperti kepala di badan manusia"



#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

#### b. Sebagai Ibadah Yang Istimewa

Sabar merupakan ibadah yang sangat berat dan tidak menyenangkan, karena didalamnya mengandung hal-hal yang seringkali berlawanan dengan jiwa kebinatangan manusia. Satu dari sekian banyak kegagalan seseorang dalam menjaga dan mempertahankan sabar adalah rasa pesimis atau tidak yakin terhadap balasan dan janji Allah SWT. Padahal sabar merupakan ibadah yang istimewa, karena orang yang mampu bersabar juga memiliki kedudukan yang istimewa dihadapan Allah SWT, dan balasan bagi orang-orang yang bersabar tidak kalah istimewanya, hal ini sesuai dengan janji Allah dalam Alqur'an:

*“Dan orang-orang yang sabar karena mengharap keridhaan tuhan mereka, melaksanakan shalat, dan menginfakkan sebagian rezeki yang kami berikan kepada mereka secara sembunyi atau terang-terangan serta menolak kejahatan dengan kebaikan; orang itulah yang mendapat kesudahan yang baik” (Q.S. Ar-Ra'd: 22).*

#### c. Kunci Sukses dalam Hidup

Kemampuan sabar dalam menunjang kesuksesan telah dibuktikan oleh psikologi modern. Goelman (2000) menyebutkan bahwa yang menentukan sukses tidaknya seseorang bukan karena kecerdasan intelektual, tetapi dikarenakan kecerdasan emosional. Yang diukur dari kemampuannya mengendalikan emosi dan menahan diri. Dalam Islam kemampuan mengendalikan emosi dan menahan diri disebut dengan sabar. Dengan demikian orang yang paling sabar adalah orang yang paling tinggi kecerdasan emosionalnya.

Pendapat Goelman tersebut sesuai dengan pendapat Qudhaimah (2002) yang menyatakan bahwa kebanyakan pelanggaran atau maksiat yang dilakukan oleh seseorang terjadi karena dua hal. *Pertama*, karena kurang sabar dalam hal-hal yang dicintainya. *Kedua*, karena kurang sabar dalam hal-hal yang dibencinya.

#### d. Solusi Berbagai Masalah

Kesabaran membuat seseorang selalu sadar terhadap apa yang terjadi pada dirinya. Ketika seseorang terkena musibah dan tekanan hidup, dengan bersabar orang tersebut masih mampu mengontrol emosinya. Sehingga tidak mudah mengeluh dan menyalahkan diri sendiri, nasib, bahkan menyalahkan takdir Allah yang menimpa dirinya. Demikian juga setelah musibah berlalu, dengan sabar seseorang memiliki kecerdasan untuk mengambil hikmah, dan dengan seluruh potensi yang dimiliki, orang tersebut mampu segera bangkit untuk memperbaiki diri. Intinya, dengan bersabar apapun musibah dan permasalahan yang datang tidak akan membuat orang tersebut stres, sakit, bahkan putus asa. Sebaliknya dengan bersabar atas musibah yang menimpa dirinya, dan menyikapi musibah dan permasalahan tersebut dengan penuh ketabahan akan membuat jiwa dan raga orang tersebut menjadi sehat.

#### Ciri-ciri Orang Yang Sabar

Al-Jauziyyah (2009) menjelaskan bahwa orang yang sabar ditandai dengan dua aspek, yaitu:

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

a. Kesabaran Jasmani

Kesabaran jasmani merupakan kemampuan menjauhkan diri dari berbagai kesenangan fisik yang dilarang Allah, seperti berbuat zina, bermabuk-mabukan, mengambil hak orang lain, meninggalkan perintah Allah, dan hal-hal yang diharamkan lainnya. Kesabaran jasmani termasuk juga mengerjakan hal-hal yang tidak disenangi fisik, padahal hal tersebut disuruh oleh Allah, diantaranya mendirikan sholat, menunaikan ibadah puasa, membaca Alqur'an, dan berbagai perintah Allah lainnya yang melibatkan fisik.

Selanjutnya kesabaran jasmani dibagi menjadi dua bagian: *Pertama*, Kesabaran dengan ikhlas (tanpa paksaan), yaitu mengerjakan suatu pekerjaan atas kemauan dan kehendaknya sendiri, tanpa paksaan atau ancaman dari orang lain. *Kedua*, Kesabaran dikarenakan terkpasa, yaitu menahan rasa sakit dikarenakan individu tidak mampu berbuat apa-apa terhadap musibah yang dialami.

b. Kesabaran Jiwa

Kesabaran jiwa adalah menjauhkan diri hal-hal yang disenangi jiwa, sementara hal tersebut tidak dibolehkan oleh Allah. Berbagai kesenangan jiwa tersebut seperti membanggakan diri, merasa diri paling baik, suka berkeluh-kesah, iri hati terhadap orang lain, pembenci, dan hal-hal lain yang merupakan penyakit jiwa. Termasuk juga mengerjakan hal-hal yang dibenci oleh jiwa, sementara pekerjaan tersebut merupakan perintah Allah, seperti bersabar atas ketetapan Allah, bertawakkal kepada Allah, bersyukur dengan

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



segala nikmat yang diberikan Allah, rendah hati, dan hal-hal lain yang disenangi oleh Allah.

Kesabaran jiwa juga dibagi menjadi dua bagian: *Pertama*, Kesabaran dengan ikhlas (tanpa paksaan), yaitu kemampuan mengelola jiwa dalam melaksanakan perintah dan menjauhi larangan Allah, tanpa merasa terpaksa sedikitpun, dan pekerjaan tersebut semata-mata mengharap *ridha* Allah. *Kedua*, Kesabaran karena terpaksa, yaitu menahan rasa sakit hati dan tekanan bathin, karena tidak mampu memenuhi keinginan jiwa.

Shihab (2002) juga menjelaskan hal yang hampir sama dengan penjelasan Al-Jauziyyah di atas, dengan mengatakan bahwa orang yang sabar ditandai dengan dua komponen, yaitu:

a. Komponen Jasmani

Kesabaran jasmani merupakan kemampuan untuk melaksanakan syari'at agama yang melibatkan fisik. Diantaranya sabar dalam mendirikan ibadah shalat, sabar dalam melaksanakan puasa, sabar dalam menunaikan haji ke baitullah, dan seluruh ibadah yang melibatkan fisik dan dapat menimbulkan kelelahan. Termasuk juga sabar dalam menghadapi musibah jasmani dari tuhan, seperti ditimpa rasa sakit, ditimpa bencana, bahkan dianiaya oleh manusia.

b. Komponen Rohani

Kesabaran rohani merupakan kemampuan melawan nafsu negatif yang dapat membawa kepada kerusakan dan kehancuran, seperti mampu mengendalikan emosi, mampu menjauhi nafsu seksual dan nafsu perut yang

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

tidak dihalalkan agama, dan mampu menyelesaikan masalah dengan jiwa dan hati yang lapang.

Dari pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa secara garis besar aspek sabar ada dua, yaitu kesabaran jasmani dan kesabaran rohani. Orang yang memiliki kesabaran jasmani mampu menghadapi permasalahan yang berhubungan dengan fisik, dan orang yang memiliki kesabaran rohani juga mampu menghadapi permasalahan yang berhubungan dengan rohaniah atau jiwa.

## 6. Analisis Perbandingan

Sabar yang dikaji dalam psikologi Islam ternyata dikaji juga dalam psikologi barat, walaupun aspek-aspek yang dikaji dalam psikologi Islam tidak sama persis dengan yang dikaji dalam psikologi barat. Dalam psikologi Islam sabar dikaji berdasarkan tuntunan Alqur'an, Al-hadits, pendapat ulama, dan pendapat ilmuan dan tokoh-tokoh psikologi Islam. Sementara sabar dalam psikologi barat dikaji berdasarkan riset dan pendapat tokoh-tokoh psikologi barat.

Sabar dalam psikologi Islam banyak melibatkan keimanan dan ketakwaan kepada Allah SWT, karena banyak tokoh psikologi Islam yang memusatkan pengertian sabar terhadap kemampuan mengontrol hawa nafsu, dengan mengatakan bahwa sabar merupakan kemampuan seseorang menahan hawa nafsunya supaya tidak terjerumus kepada kemaksiatan, dan supaya hawa nafsu bisa ditekan untuk tunduk kepada keinginan qalbu dalam beribadah kepada Allah SWT, sehingga kebahagiaan di dunia dan di akhirat dapat

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

tercapai. Sementara dalam psikologi barat pengertian sabar dipusatkan kepada kemampuan seseorang untuk mengontrol dirinya dalam melakukan aktifitas dunia, dan kemampuan seseorang untuk memaksimalkan potensi dirinya, supaya tujuan dan cita-citanya dapat terwujud, sehingga kebahagiaan di dunia dapat tercapai.

Untuk lebih detailnya, perbandingan antara sabar dalam psikologi Islam dan psikologi barat dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

**Tabel 2.1**  
**Perbandingan Sabar dalam Psikologi Islam dan Psikologi Barat**

Aspek Perbandingan	Psikologi Islam	Psikologi Barat
Istilah Sabar	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Shabar</i>: sabar terhadap musibah.</li> <li>- <i>Iffah</i>: sabar menahan nafsu seks dan perut</li> <li>- <i>Hilm</i>: sabar menahan amarah</li> <li>- <i>Qana'ah</i>: sabar atas kekurangan rezeki</li> <li>- <i>Zuhd</i>: sabar dari kemiskinan harta</li> <li>- <i>Syaja'</i>: sabar dalam peperangan melawan musuh</li> <li>- <i>Rahaba As-Shadr</i>: sabar dalam melapangkan hati</li> <li>- <i>Kitmaan</i>: sabar dalam menghindari kata-kata yang tidak bermanfaat</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Self control</i>: kemampuan dalam mengontrol diri sendiri</li> <li>- <i>Resilience</i>: kemampuan beradaptasi dan coping</li> <li>- <i>Self acceptance</i>: kemampuan menerima kondisi diri sendiri</li> </ul>
Cara bersabar	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Menahan dari dalam diri</li> <li>- Menahan keinginan</li> <li>- Menjauhi kemarahan</li> <li>- Menghindari berkeluh kesah</li> <li>- Menahan anggota tubuh untuk tidak melakukan hal-hal yang tidak baik</li> <li>- Menguatkan hati untuk</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mengatur proses fisiologis, psikologis, dan psikomotorik</li> <li>- Bertoleransi pada masalah-masalah yang dapat membuat frustrasi</li> <li>- Bertoleransi pada kelemahan-kelemahan yang ada pada diri sendiri</li> </ul>

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Gambaran orang yang sabar	<p>menjalankan ketetapan dan syariat Allah SWT</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Berjuang dengan ikhtiar yang maksimal dalam mencapai tujuan</li> <li>- Memelihara ketenangan jiwa</li> <li>- Menolak nafsu syahwat</li> <li>- Menahan diri dari hal-hal yang tidak sesuai dengan hati</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bertoleransi pada peristiwa yang tidak menyenangkan</li> <li>- Mengontrol kemauan atau dorongan dari dalam diri</li> </ul>
Manfaat sabar	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tabah menghadapi permasalahan dalam kehidupan</li> <li>- Mampu menghadapi penderitaan tanpa berkeluh kesah</li> <li>- Mampu mengendalikan emosi</li> <li>- Mampu mengalahkan nafsu negatif yang ada dalam diri</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mampu mengontrol diri</li> <li>- Mampu berperilaku dengan tepat terhadap permasalahan yang dihadapi</li> <li>- Mampu mengontrol dan mengelola perilaku sesuai dengan situasi yang dihadapi</li> <li>- Mampu mengatur tindakan dengan baik</li> <li>- Mampu menyelesaikan permasalahan yang dihadapi</li> <li>- Mampu mengeluarkan diri dari situasi yang buruk</li> </ul>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Meningkatkan keimanan individu</li> <li>- Menumbuhkan kekuatan dalam diri individu</li> <li>- Menumbuhkan keyakinan individu bahwa usaha yang dilakukannya akan membuahkan hasil yang baik</li> <li>- Sikap yang dapat memperoleh kesempurnaan bagi individu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Individu hidup secara baik dengan kondisi apapun</li> <li>- Individu menerima keadaan dirinya, baik keadaan positif maupun negatif</li> <li>- Individu mampu bangkit dari permasalahan hidup yang penuh tekanan dan kesulitan</li> </ul>

Berdasarkan tabel 2.1 di atas dapat ketahui bahwa konsep sabar dalam psikologi Islam hampir sama dengan konsep sabar dalam psikologi barat.

Adapun berbagai persamaan tersebut adalah: sama-sama menuntut untuk mampu menahan diri, mampu mengontrol emosi, mampu mengarahkan perilaku ke arah yang lebih baik, mampu melakukan usaha yang maksimal dalam mencapai tujuan, mampu menerima cobaan dan rintangan, serta tabah dalam berbagai ujian.

Namun dalam konsep sabar psikologi Islam dan psikologi barat ditemukan berbagai perbedaan yang menonjol, yaitu:

- a. Istilah sabar dalam psikologi Islam dengan psikologi barat jauh berbeda, dan penempatan istilah sabar di psikologi Islam lebih spesifik daripada istilah sabar di psikologi barat.
- b. Dalam psikologi barat sabar hanya dituntut untuk urusan dunia, sementara dalam psikologi Islam sabar juga dituntut untuk pelaksanaan ibadah kepada Allah SWT, bahkan tuntutan sabar dalam urusan ibadah lebih diutamakan daripada sabar dalam urusan dunia.
- c. Dalam psikologi barat orientasi sabar hanya untuk kesuksesan dunia. Sementara sabar dalam psikologi Islam berorientasi terhadap kesuksesan dunia dan akhirat.

### C. Tawakkal

#### 1. Pengertian Tawakkal

Tawakkal diambil dari bahasa arab yang berasal dari kata *wakala* dengan makna *al-muqim al-kaafii* yang berarti menjamin dan melaksanakan, juga berasal dari kata *wakil* yang berarti mengganti. Kata *wakil* bermakna menggantikan individu dalam menyelesaikan persoalan yang dihadapi,

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

sehingga individu yang berwakil menyerahkan masalah yang dihadapi sepenuhnya kepada zat atau individu yang dijadikannya sebagai wakil (Basri, 2008).

Al-Jauziyyah (2009) menjelaskan bahwa tawakkal adalah ketika individu tidak memiliki ketergantungan kepada makhluk, walaupun individu merasa membutuhkannya, karena keyakinan bahwa hanya Allah satu-satunya tempat bergantung, dan selalu merasa senang kepada Allah walaupun kebutuhannya sudah terpenuhi. Lebih lanjut Al-jauziyyah menambahkan bahwa tawakkal pada hakikatnya mengenal Allah dengan sebenar-benarnya, serta mengenal seluruh sifatNya, mengetahui kemahakuasaanNya, maha mencukupkanNya, ketidakbutuhanNya kepada makhluk, semua yang terjadi berada dalam pengawasan dan pengetahuanNya, dan segala sesuatu berdasarkan kuasa dan kehendakNya. Selanjutnya Al-Syarqawi (2002); Basri (2008) menjelaskan bahwa tawakkal kepada Allah berarti meyakini dan menjadikan Allah sebagai zat yang mengurusinya, menyelesaikan masalahnya, dan meyakini bahwa Allah adalah sebaik-baik tuhan yang mampu menyelesaikan persoalan hidupnya, dan tawakkal hanya boleh ditujukan kepada zat yang paling sempurna yaitu Allah SWT.

Al-Qoradhawi (2006) menjelaskan bahwa tawakkal adalah kepercayaan dan penyerahan semua permasalahan yang dihadapi kepada ketetapan Allah, sehingga dengan penyerahan tersebut individu *ridha* dengan seluruh takdir yang ditentukan Allah SWT. Lebih lanjut Sabiq (2001); Al-Qaradhawi (1996) menjelaskan bahwa tawakkal terdiri dari: rasa syukur

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



terhadap nikmat Allah, sikap sabar terhadap permasalahan yang dihadapi, berserah diri kepada kekuasaan Allah, memohon pertolongan kepada Allah, ketenangan menerima ketentuan dan ketetapan Allah, selalu menghambakan diri kepada Allah, dan *ridha* dengan seluruh pemberian Allah. Jaya (2005) menambahkan bahwa tawakkal adalah jiwa yang selalu merasa tenang dan tentram, tidak terpaku dalam keadaan suka ataupun duka, merasa bersyukur jika mendapat nikmat, dan bersabar jika diberi musibah, dan jiwanya tidak pernah merasa hampa dan putus asa.

Tamami (2011) menjelaskan bahwa tawakkal merupakan pengaplikasian realitas psikologis untuk menuju Tuhan dengan proses waktu yang lama, individu yang bertawakkal akan merasa tenang menunggu janji Allah, mencukupkan nikmat yang diterima, mensyukuri ilmu yang diberikan, dan *ridha* terhadap apa yang ditetapkan. Sementara Al-Qusyairi (1999) mengatakan bahwa tawakkal adalah membebaskan diri dari kuasa dan kekuatan makhluk, dan meyakini bahwa hanya Allah satu-satunya zat yang memberikan kekuasaan dan kekuatan terhadap makhluknya.

Al-Syarqawi (2002) menegaskan bahwa tawakal bukan berarti pasrah dan putus asa, suka bermalas-malasan, sering menunda-nunda kebaikan, dan tidak berpegang teguh kepada kebenaran. Madjid (2004) menambahkan bahwa bersikap pasif dan menghindari dari kenyataan yang terjadi dalam kehidupan bukanlah makna dari tawakkal, tawakkal adalah sikap aktif yang berkembang dalam kepribadian orang yang menerima kenyataan hidup, dan benar-benar faham kehidupan yang sesungguhnya. Individu dianjurkan bertawakkal kepada

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Allah setelah melakukan ikhtiar semaksimal mungkin, bukan hanya diam dan pasrah menunggu keajaiban, sehingga yang digantungkan dan diserahkan kepada Allah adalah hasil ikhtar dan perjuangan yang telah dilakukan (Tamami, 2011).

Dari berbagai penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa tawakkal adalah kepercayaan terhadap ketetapan dan takdir Allah, meyakini bahwa hanya Allah yang maha kuasa dan mengatur segalanya, selalu *ridha* dengan pemberian Allah, serta menyerahkan hasil dari seluruh usaha yang dilakukan kepada Allah SWT.

## 2. Tujuan Bertawakkal

Menurut Ghaffar (2011) bertawakkal kepada Allah SWT bertujuan untuk:

### a. Menghadirkan Kecintaan Allah SWT

Tawakkal akan menghadirkan kecintaan Allah kepada hambanya, begitupun sebaliknya, dengan bertawakkal seorang hamba akan mencintai tuhanNya. Hal tersebut karena hamba melihat pengaruh tawakkal yang dilakukannya. dan Allah memberi sesuatu yang disukainya sebagai hasil dari penyerahan diri seorang hamba. Hal tersebut sering terjadi kepada hamba-hamba yang shaleh dan selalu bertawakkal dengan seluruh ketetapan Allah.

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

b. Menambah Keyakinan Kepada Allah SWT

Seorang hamba akan selalu yakin bahwa segala yang ada disisi Allah merupakan hal yang baik dan abadi, sebagaimana yang tercantum dalam Alqur'an surat As-Syura ayat 36:

*“Maka sesuatu yang diberikan kepadamu, itu adalah kenikmatan hidup di dunia; dan yang ada disisi Allah lebih baik dan lebih kekal bagi orang-orang yang beriman. Hanya kepada Tuhan mereka bertawakkal.”*

c. *Ridha* Terhadap Ketentuan Allah

Salah satu tujuan bertawakkal kepada Allah adalah supaya seorang hamba *ridha* terhadap ketentuan tuhan, karena *ridha* merupakan salah satu manfaat dari tawakkal. Ketika seorang hamba bertawakkal kepada Allah dengan sebenarnya berarti dia telah meridhai kebijakan Allah SWT. Seseorang yang menyandarkan urusannya kepada Allah SWT, dan meridhai segala keputusan dan pilihannya, berarti orang tersebut telah merealisasikan makna tawakkal yang sesungguhnya.

d. Mendatangkan Manfaat dan Mencegah Mudhrat

Al-Jauziyyah (2013) mengatakan bahwa Allah memberikan kecukupan kepada orang yang bertawakkal dan berlindung kepadanya. Dialah yang memberi rasa aman kepada orang yang ketakutan, memberikan perlindungan kepada orang yang minta perlindungan, meminta perwaliannya, pertolongannya, dan bantuannya. Allah akan mengurusnya, menjaganya, dan memeliharanya. Siapa yang merasa takut dan bertakwa kepada Allah, maka Allah akan memberikan rasa aman dari yang ditakutinya, dan mendatangkan manfaat yang dibutuhkannya.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## e. Menghilangkan Ketergantungan Kepada Manusia

Allah SWT menjelaskan dalam Alqur'an surat At-Thalaq ayat 3:

*“Barang siapa bertawakkal kepada Allah, niscaya Allah mencukupkan keperluannya”*

Jika seorang hamba bertawakkal kepada Allah SWT dengan sebenarnya pada waktu sulit, seolah-olah langit, bumi, dan segala isinya menghimpitnya, niscaya Allah akan memberikan jalan keluar baginya, mencukupkan kebutuhannya, memberikannya rezeki, dan memberikannya pertolongan. Hal ini selaras dengan yang diungkapkan Rasulullah SAW:

*“Jika seseorang keluar dari rumahnya lalu mengucapkan: dengan nama Allah aku bertawakkal kepada Allah, tidak ada daya dan kekuatan kecuali dengan izin Allah, pada saat itu akan dikatakan kepadanya: “cukup, kamu telah mendapat petunjuk, telah diberi kecukupan, dan mendapat penjagaan”, hingga setan-setan menjauhinya” (H. R. Imam At-Tirmizi No. 3426).*

## f. Menkuatkan Hati

Dengan bertawakkal kepada Allah akan memberikan kekuatan, keberanian, keteguhan, dan ketegaran hati dalam menghadapi musuh. Selain itu juga memberikan kekuatan spiritual. Allah SWT menjelaskan dalam Alqur'an surat Ali Imran ayat 160:

*“Jika Allah menolong kamu maka tidak ada orang yang dapat mengalahkan kamu; jika Allah membiarkan kamu (tidak memberikan pertolongan) maka siapakah yang dapat menolong kamu selain Allah? Karena itu hendaklah kepada Allah saja orang-orang mukmin bertawakkal”*

Dalam ayat lain Allah juga menjelaskan:

*“Bertawakallah kepada Allah. Dan cukuplah Allah sebagai pelindung” (Q. S. Al-Ahzab: 48).*

## g. Membuat Seseorang Berprasangka Baik Kepada Allah SWT

Dalam diri seorang hamba prasangka baik kepada Allah merupakan salah satu tingkatan tawakkal. Semakin tinggi kadar tawakkal seorang hamba semakin tinggi pula rasa optimistis dan harapan mendapatkan karunia disisi Allah SWT. Dalam Alqur'an Allah mencela sekelompok orang yang berprasangka buruk kepadanya. Prasangka buruk menjadi tanda kemunafikan mereka yang paling menonjol. Allah SWT menjelaskan dalam Alqur'an perihal kaum munafik saat meninggalkan Nabi SAW dan para sahabatnya pada perang uhud:

*“Sedang segolongan lagi telah dicemaskan oleh diri mereka sendiri. Mereka menyangka yang tidak benar terhadap Allah seperti sangkaan kaum jahiliyyah” (Q.S. Al-Imran: 154).*

### 3. Ciri-ciri Orang Yang Bertawakkal

Al-Jauziyyah (2001) menyebutkan bahwa orang yang mencapai hakikat tawakkal ditandai dengan beberapa komponen, yaitu:

#### a. Mengenal Allah (*Ma'rifatullah*)

Untuk bertawakkal kepada Allah, individu harus memenuhi komponen pertama yaitu *ma'rifatullah*, dengan mengenal sifat Allah, mengenal kemahaperkasaan Allah, mengetahui bahwa ilmu dan kekuasaan Allah maha luas, menyadari bahwa Allah maha penyayang terhadap hambanya. Individu yang ingin mengenal Allah harus membaca *ayat qauliyyah* dan merenungi *ayat kauniyyah*, *ayat qauliyyah* adalah ayat yang diturunkan Allah melalui wahyu, yaitu Alqur'an dan hadits, dan ayat

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

*kauniyyah* adalah ayat yang diciptakan Allah, yaitu hamparan alam semesta sebagai bukti kekuasaan Allah.

b. Meyakini *Sabab* dan *Musabbab*

Individu harus yakin bahwa segala ikhtiar yang dilakukan hanya sebab, Allah lah satu-satunya yang menjadi penyebab ikhtiar tersebut membuahkan hasil, dengan artian individu harus melakukan sebab semaksimal mungkin, kemudian menyerahkan seluruhnya kepada Allah, dengan keyakinan bahwa hanya Allah yang dapat menentukan seseorang bahagia atau celaka.

c. Kemantapan dan Kedalaman Tauhid

Individu yang memiliki tauhid yang mantap dan dalam akan terbebas dari pengharapan dan ketergantungan kepada makhluk, dikarenakan individu tersebut meyakini bahwa hanya Allah satu-satunya tempat bergantung, dan Allah akan mencukupi segala kebutuhannya.

d. Menghambakan Diri Secara Total

Individu harus yakin bahwa dirinya diciptakan dalam keadaan lemah, hanya Allah sang penciptalah yang maha kuat, sehingga sudah sewajarnya yang lemah menyerahkan dirinya kepada yang maha kuat dan perkasa.

e. Menerima Takdir Yang Ditetapkan

Individu harus menyadari bahwa Allah lah yang menetapkan takdir terhadap seluruh makhluknya, apapun yang terjadi di bumi ini tidak luput

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



dari pengetahuan dan pengawasan Allah, sehingga segala yang terjadi sudah menjadi kehendak dan ketetapan Allah SWT.

f. *Husnuzhan* Terhadap Peristiwa Yang Terjadi

Individu harus meyakini bahwa Allah adalah sebaik-baik pembuat rencana, dan Allah lebih tahu apa yang terbaik buat hambanya, dan Allah tidak mungkin mencelakakan makhluk yang diciptakannya, sehingga dengan keyakinan tersebut apapun yang ditetapkan Allah individu dapat menerima dengan hati yang lapang.

g. *Ridha* Terhadap Hasil Yang Diberikan

Individu harus sadar bahwa manusia hanya diberikan hak untuk berikhtiar, sementara yang mampu menentukan hasilnya hanya Allah, karena hanya Allah yang berkuasa menentukan ikhtiar seseorang berhasil atau gagal, sehingga dengan kesadaran tersebut apapun hasil yang diberikan individu harus menerima dengan suka rela.

Dari pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa individu yang bertawakkal ditandai dengan beberapa komponen yaitu: pengenalan kepada Allah secara baik, keyakinan bahwa setiap peristiwa yang terjadi ada sebab dan yang menyebabkannya, memiliki kemantapan dan kedalaman tauhid, menghambakan diri kepada Allah secara total, menerima takdir yang ditetapkan, berprasangka baik dengan segala peristiwa yang terjadi, dan *ridha* terhadap hasil yang diberikan Allah SWT.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

#### D. Hubungan Sabar dengan Stres

Kesabaran membuat individu memahami apa yang terjadi pada dirinya, ketika berbagai masalah datang menimpa, individu mampu mengontrol emosinya, sehingga tidak membuat individu tertekan dan stres. Selanjutnya setelah masalah tersebut berlalu individu mampu mengambil hikmah dan pelajaran dari peristiwa yang terjadi, dengan kesadaran tersebut individu mampu untuk bangkit dan memperbaiki diri. Dengan kata lain, apapun permasalahan yang datang, tidak akan membuat individu tertekan, stres bahkan frustrasi (Syarbini & Jumari, 2010).

Sabar merupakan kemampuan untuk mengendalikan hidup, kemampuan mengontrol perilaku yang tidak baik, dan merupakan salah satu sumber kebaikan. Sabar dapat mencerahkan, menjadikan individu mandiri, serta membuat individu memiliki pendirian yang teguh. Dengan kesabaran, bagaimanapun kesulitan yang terjadi, bagaimanapun keadaan emosi, individu tetap mampu berfikir rasional dan mengambil keputusan dengan bijak dan tepat (Syarbini & Jumari, 2010). Dengan berfikir rasional dan pengambilan keputusan yang tepat dalam menghadapi masalah akan menjauhkan individu dari stres.

Ketika individu tertekan dan stres, secara otomatis individu akan melakukan berbagai usaha untuk menghilangkan stres yang dialaminya. Melakukan usaha untuk menghilangkan stres ini disebut sebagai *coping stress*. Menurut Hollahan dan Moos (2003) *coping stress* bisa berbentuk positif maupun negatif. Bentuk coping positif antara lain adalah: melakukan tindakan-tindakan positif, berfikir positif dan rasional, fokus dan konsentrasi pada penyelesaian masalah yang dihadapi, membina hubungan baik dengan Tuhan atau yang lebih

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dikenal dengan istilah *coping religious*. Menurut Abernethy et, al., (2002) bentuk coping religius yang dilakukan individu antara lain adalah: melaksanakan syari'at agama, melaksanakan ibadah yang dapat menambah keimanan, berpegang teguh pada ajaran agama, serta membina hubungan baik dengan orang lain (*hablum minnannas*). Dalam Alqur'an disebutkan bahwa ketika individu menghadapi suatu permasalahan, maka dianjurkan untuk melakukan coping religius, yaitu dengan bersabar dan mendirikan shalat. Hal ini tercantum dalam surat Al-Baqarah ayat 45-46:

*“Jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu. Dan sesungguhnya yang demikian itu sungguh berat kecuali bagi orang-orang yang khusyu’, yaitu orang-orang yang meyakini bahwa mereka akan menemui Tuhannya dan bahwa mereka akan kembali kepadaNya”.*

Dalam surat Al-Kahfi ayat 28 juga ditemukan ayat yang menyuruh untuk bersabar:

*“Dan bersabarlah kamu bersama-sama dengan orang-orang yang menyeru Tuhannya”.*

Al-Ghazali (dalam Arraiyyah, 2002) mengatakan bahwa sabar merupakan akhlak mulia, yang dibutuhkan individu untuk menyelesaikan permasalahan-permasalahan yang dihadapi, baik permasalahan dunia maupun permasalahan akhirat. Sementara menurut Arraiyyah (2002) sabar sebagai akhlak merupakan kemampuan individu dalam pengendalian diri, ketenangan dalam menyelesaikan berbagai permasalahan hidup, dan kemampuan untuk tidak berputus asa dalam menjalani kehidupan. Jika kemampuan di atas dimiliki oleh individu, maka individu tersebut akan jauh dari stres.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Al-Jauziyyah (2000) mengatakan bahwa sabar merupakan akhlak yang baik, dengan kesabaran individu mampu menghindari perilaku yang buruk, kesabaran juga merupakan kekuatan individu dalam mengatasi permasalahan-permasalahan jiwa, sehingga dengan kesabaran semua permasalahan yang berhubungan dengan jiwa (termasuk stres) dapat dituntaskan dengan baik. Sementara El-Hafiz et al., (2013) memaparkan bahwa individu yang sabar adalah individu yang selalu optimis dan konsisten, tidak berkeluh kesah, selalu berfikir kreatif dalam menemukan solusi permasalahan yang dihadapi, tidak mudah menyerah, berperilaku baik di semua keadaan, dan mampu mengontrol emosi, pikiran, perkataan, dan tindakan dalam kondisi yang menyenangkan maupun dalam kondisi yang tidak menyenangkan. Pendapat di atas sejalan dengan pendapat Subandi (2011) yang mengatakan bahwa kesabaran membuat seseorang mampu mengontrol keinginannya, dalam hal ini keinginan untuk marah dan berkeluh kesah, dengan mengontrol keinginan tersebut individu akan jauh dari stres.

Yusuf (2010) menjelaskan bahwa sabar adalah ketekunan, ketabahan, dan keteguhan pada pendirian. Individu yang sabar adalah individu yang mampu membuat perencanaan yang matang dalam sesuatu tindakan, sehingga individu tersebut merasa yakin dan berani mengambil risiko dari tindakan yang dilakukannya. Yusuf juga menjelaskan bahwa individu yang memiliki kesabaran adalah individu yang mampu mengendalikan stres, memiliki daya juang yang tinggi, dan mampu mengambil pelajaran dari hal-hal yang menimpa dirinya.

Dari berbagai pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa orang yang memiliki kesabaran akan terhindar dari stres, karena sabar membuat individu mampu mengendalikan diri, mampu menyelesaikan permasalahan yang dihadapinya, mampu berfikir rasional, dan memiliki daya juang yang tinggi, sehingga dengan kemampuan tersebut individu akan jauh dari stres.

#### E. Hubungan Tawakkal dengan Stres

Dalam ajaran Islam, setelah bekerja keras dan berikhtiar dengan maksimal individu harus bertawakkal dan menyerahkan ketentuan hasil ikhtiarnya kepada Allah, dengan keyakinan yang mantap bahwa Allah adalah satu-satunya zat yang mampu menyelesaikan segala urusan hambanya (Al-Jauziyyah, 2001). Lebih lanjut Al-Jauziyyah menjelaskan bahwa Allah akan memenuhi kebutuhan individu sesuai kadar tawakkal yang dilakukannya. Bagi yang meminta pertolongan Allah beri pertolongan, bagi yang berlindung Allah beri perlindungan, bagi yang merasa takut Allah beri rasa aman, dan bagi yang merasa tertekan dan stres Allah beri ketenangan. Dengan artian, individu yang bertawakkal kepada Allah kebutuhannya akan selalu terpenuhi. Hal ini sesuai dengan firman Allah dalam Alqur'an surat Ath-Thalaq ayat 3:

*“...dan barangsiapa bertawakkal kepada Allah, niscaya Allah akan memberinya kecukupan.*

Dari potongan ayat di atas dapat diketahui bahwa individu yang bertawakkal kepada Allah kebutuhannya akan terpenuhi, baik kebutuhan di dunia maupun kebutuhan di akhirat. Namun tawakkal yang dilakukan harus melalui proses, tawakkal dilakukan setelah melakukan ikhtiar dengan maksimal, yaitu

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

dengan melaksanakan seluruh perintah Allah dan menjauhi larangannya, serta melakukan usaha-usaha yang secara sunnah (kebiasaan) dapat menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapi, kemudian menyerahkan urusannya sepenuhnya kepada Allah (Al-Maragi, 2003). Dengan demikian individu akan merasa tenang dan terhindar dari stres, karena individu memiliki keyakinan bahwa seluruh yang terjadi dalam hidupnya merupakan ketentuan Allah SWT.

Individu yang bertawakkal juga berkeyakinan bahwa Allah akan memberikan yang terbaik buat hambanya, dan akan selalu memberikan kecukupan serta perlindungan kepada hambanya. Dengan keyakinan tersebut individu akan jauh dari stres, karena apapun permasalahan yang dihadapi individu akan merasa bahwa Allah selalu melindunginya, dan memenuhi segala kebutuhannya. Hal ini sesuai dengan yang dijelaskan Allah dalam Alqur'an surat Az-Zumar Ayat 36:

*“Bukankah Allah yang memberikan kecukupan (perlindungan) kepada hamba-hamba-Nya?”*

Individu yang bertawakkal kepada Allah juga merasa selalu dipelihara dan dijaga oleh Allah, segala hal buruk yang menimpa dirinya tidak akan membuat individu merasa tertekan dan stres, karena individu berkeyakinan bahwa Allah adalah sebaik-baik tempat berlindung, karena hanya Allah lah yang mampu memelihara hambanya. Dalam Alqur'an surat Al-Ahzab ayat 3 dijelaskan:

*“Dan bertawakallah kepada Allah, dan cukuplah Allah sebagai pemelihara.”*

Makna kata “cukuplah Allah sebaga pemelihara” menegaskan bahwa hanya Allah yang mampu memelihara hambanya, dan tidak satupun makhluk

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



yang mampu memelihara atau melindungi. Hanya Allah yang mampu menghindarkan mudhurat dan mendatangkan manfaat untuk hambanya. Sehingga individu dituntut untuk selalu bertawakkal kepada Allah, dengan bertawakkal kepada Allah memberikan arti bahwa individu menyerahkan urusannya kepada Allah, dan berkeyakinan bahwa Allah akan menyelesaikan urusannya, sehingga individu tersebut jauh dari stres.

Dari pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa tawakkal yang dilakukan bukan bersikap pasif dengan berdiam diri dan berpangku tangan, namun tawakkal dilakukan setelah berusaha dan berikhtiar secara maksimal. Dengan penuh kesadaran bahwa kemampuan manusia itu terbatas, karena hanya Allah yang maha kuasa, sehingga individu harus menyerahkan seluruh hasil ikhtiarnya kepada Allah SWT (Mujib dan mudzakir, 2002). Dengan sikap tersebut di atas individu akan terhindar dari stres, karena individu menyadari bahwa kemampuan manusia itu terbatas, dan tidak semua hal dapat dicapai oleh individu, bahkan pencapaian yang diperoleh oleh individu merupakan pemberian dari Allah SWT.

#### **F. Kajian Penelitian Yang Relevan**

Kajian dan penelitian tentang sabar, tawakkal, dan stres sudah banyak dilakukan oleh para tokoh dan ahli, namun kajian dan penelitian terhadap tiga variabel tersebut dikaji secara terpisah, sementara peneliti belum menemukan kajian atau penelitian yang membahas secara spesifik tentang pengaruh sabar dan tawakkal terhadap stres. Berikut beberapa kajian dan penelitian yang membahas tentang sabar, tawakkal, dan stres:

#### **Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Penelitian sebelumnya yang membahas tentang variabel yang peneliti lakukan diantaranya adalah penelitian yang dilakukan oleh Safitri (2018), dengan judul: *Hubungan Antara Kesabaran dengan Stres Menghadapi Ujian Pada Mahasiswa*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara kesabaran dengan stres menghadapi ujian pada mahasiswa. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti terletak pada variabel dan subjek penelitian, penelitian ini menggunakan dua variabel yaitu kesabaran dan stres, dengan subjek mahasiswa, dan penelitian yang peneliti lakukan menggunakan tiga variabel, yaitu sabar, tawakkal, dan stres, dan subjeknya adalah guru di Sekolah Luar Biasa (SLB). Sementara persamaan penelitian ini dengan penelitian yang peneliti lakukan adalah sama-sama meneliti tentang variabel sabar dan stres, dan sama-sama menggunakan metode penelitian korelasional.

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Zur'ah (2015) dengan judul: *Hubungan Sabar dengan Regulasi Diri Pada Penghafal Alqur'an*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara sabar dengan regulasi diri pada penghafal Alqur'an. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan terletak pada variabel dan subjek penelitian. Variabel dalam penelitian ini hanya dua yaitu sabar dan regulasi diri, dengan subjek santri penghafal Alqur'an. Sementara dalam penelitian yang dilakukan menggunakan tiga variabel yaitu sabar, tawakkal, dan stres, dengan subjek guru di Sekolah Luar Biasa. Adapun persamaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan adalah sama-sama meneliti tentang variabel sabar.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Penelitian berikutnya dilakukan oleh Husnar et al., (2017) dengan judul: *Harapan, Tawakal, dan Stres Akademik*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh negatif dari harapan dan tawakal terhadap stres akademik pada mahasiswa. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan terletak pada variabel dan subjek penelitian. Penelitian ini menggunakan variabel harapan, tawakkal, dan stres. dengan subjek mahasiswa. Sementara penelitian yang dilakukan menggunakan variabel sabar, tawakkal, dan stres. dengan subjek guru Sekolah Luar Biasa. Adapun persamaannya adalah sama-sama meneliti tentang variabel tawakkal dan stres.

Selanjutnya penelitian Putri dan Uyun (2017) dengan judul: *Hubungan Tawakal dan Resiliensi Pada Santri Remaja Penghafal Alqur'an di Yogyakarta*. Penelitian ini menemukan bahwa terdapat hubungan positif antara tawakkal dengan resiliensi pada santri remaja penghafal Alqur'an. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan terletak pada variabel dan subjek penelitian. Penelitian ini menggunakan dua variabel yaitu tawakkal dan resiliensi, dengan subjek remaja penghafal Alqur'an. Sementara dalam penelitian yang dilakukan menggunakan tiga variabel, yaitu sabar, tawakkal, dan stres. Dengan subjek guru Sekolah Luar Biasa. Adapun persamaan penelitian ini adalah sama-sama meneliti tentang variabel tawakkal dan sama-sama menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasional.

Penelitian selanjutnya adalah penelitian yang dilakukan oleh Nugroho dan Khasan (2016) dengan judul: *Coping Stres Strategy Pada Guru Anak Berkebutuhan Khusus*. *Coping stres strategy* yang dilakukan oleh subjek



menggunakan dua aspek yaitu *problem focused coping* yang terdiri dari *Confrontive Coping* dan *Planful Problem-Solving*. Sedangkan aspek yang kedua adalah *emotion focused coping* yang terdiri dari *distancing*, *self control*, *positive reappraisal* dan *seeking social support*. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan terletak pada variabel dan metode penelitian. Penelitian ini hanya menggunakan satu variabel yaitu *Coping Stres Strategy* dan menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif. Sedangkan penelitian yang dilakukan menggunakan tiga variabel yaitu Sabar, Tawakkal, dan Stres, dan menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasional. Sementara persamaannya adalah sama-sama meneliti tentang stres guru di Sekolah Luar Biasa.

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Sari dan Handayani (2017) dengan judul: *Hubungan Efikasi Diri dan Stres Kerja Pada Guru Sekolah Luar Biasa Negeri Semarang*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan negatif antara efikasi diri dengan stres kerja pada guru Sekolah Luar Biasa Negeri Semarang. Perbedaan penelitian ini terletak pada variabel penelitian. Penelitian ini menggunakan dua variabel yaitu efikasi diri dan stres kerja, sementara penelitian yang dilakukan menggunakan tiga variabel yaitu sabar, tawakkal, dan stres secara umum. Adapun persamaannya adalah sama-sama meneliti tentang stres guru di Sekolah Luar Biasa, dan sama-sama menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasional.

Berdasarkan beberapa penelitian di atas, maka peneliti menganggap judul yang peneliti angkat dalam penelitian ini masih relevan untuk diteliti, karena walaupun penelitian ini dan penelitian sebelumnya memiliki beberapa persamaan

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

namun masih banyak perbedaan yang dijumpai, baik perbedaan prosedural maupun perbedaan konseptual, sehingga dapat dikatakan bahwa penelitian ini masih baru dan relevan.

### G. Kerangka Berfikir

Pada umumnya setiap individu pernah mengalami ketegangan atau perasaan tertekan, yang lebih dikenal dengan istilah stres, sebab stres merupakan bagian dari kehidupan manusia, dan stres biasanya timbul karena berbagai permasalahan yang dihadapi, sedangkan manusia selalu dihadapkan dengan berbagai permasalahan dalam menjalani kehidupan, tidak terkecuali guru yang mengajar di Sekolah Luar Biasa.

Individu yang mengalami stres dapat diketahui dari perubahan sikapnya, seperti mudah gelisah, mudah cemas dan tegang, mudah lelah, sering mengalami insomnia, detak jantung dan tekanan darah meningkat, dan berbagai gejala fisiologis seperti: kepala pusing, sering mengalami mencret, dan menderita penyakit kulit. Individu yang mengalami stres juga terlihat dari perubahan perilakunya seperti: kurang bersabar, mudah marah, suka menghindar, dan pola makannya berubah (Ursin & Eriksen, 2009).

Sarafino dan Smith (2012) menjelaskan bahwa stres adalah persepsi yang berbeda terhadap sesuatu, akibat tuntutan psikologis dan sosial, sehingga dapat menimbulkan perubahan biologis, yang disebabkan adanya interaksi antara individu dengan lingkungan, terjadinya stres dikarenakan ketidakmampuan individu memenuhi tuntutan diluar kemampuannya, sehingga menimbulkan ketegangan, dan ketegangan yang tidak mampu diselesaikan berubah menjadi

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

stres. Selanjutnya Sarafino dan Smith menambahkan bahwa orang yang mengalami stres ditandai dengan dua aspek: *Pertama*, aspek biologis, yaitu timbulnya reaksi fisik seperti detak jantung meningkat, otot-otot menjadi tegang, mudah sakit kepala, sering merasa lelah, diare, dan tekanan darah meningkat. *Kedua*, aspek psikososial, yaitu reaksi yang timbul dalam lingkungan sosial, beberapa reaksi tersebut adalah: Reaksi kognitif, yaitu kesulitan dalam memproses informasi seperti mengingat, menghafal, memperhatikan, dan memikirkan hal-hal penting dalam hidupnya. Selanjutnya reaksi emosional, yaitu reaksi yang membuat individu merasa tidak nyaman dengan kondisi yang dialaminya, seperti sering merasa takut, mudah merasa sedih, kadang sampai depresi dan merasa hidup tidak berharga. Reaksi berikutnya adalah perubahan perilaku sosial, yaitu individu sering mencari kenyamanan dan dukungan dari individu lain untuk menghilangkan stresnya, atau sebaliknya individu yang mengalami stres mengurangi sosialisasi dengan lingkungan, tidak peduli dengan urusan orang lain, bahkan sampai bermusuhan dengan orang-orang di sekitarnya.

Dalam mengatasi stres, setiap individu memiliki kemampuan yang berbeda-beda, tergantung dari kepribadian, kondisi lingkungan, dan pengalaman hidup individu, bagi umat yang beragama, mengamalkan syariat agama adalah solusi terbaik dari seluruh masalah yang dihadapi, termasuk solusi dalam mengatasi masalah stres (Hasan, 2008; Sukadiyanto, 2010). Lebih lanjut Hasan (2008) mengatakan bahwa dengan agama seseorang mampu menghadapi tekanan hidup yang berat, karena agama dapat memberikan pandangan hidup yang lebih baik. Hasan juga mengatakan bahwa dalam menghadapi stres hal yang paling

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



penting untuk dilakukan adalah menjaga hubungan dengan Allah, karena yang membuat hati menjadi tenang dan tentram hanya Allah SWT. Karena Islam memandang penting menjaga hubungan baik dengan Allah dalam seluruh aspek kehidupan, karena hanya Allah satu-satunya zat yang mampu membuat ketenangan dan ketentraman dalam jiwa manusia, hal ini sesuai dengan firman Allah yang tercantum dalam Alqur'an surat Al-Ra'ad ayat 28:

*“(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram”.*

Selanjutnya menurut Syarbini dan Jumari (2010) salah satu ajaran Islam yang dapat mengatasi stres adalah sabar, karena kemenangan dan kesuksesan di dunia maupun di akhirat tidak akan tercapai kecuali dengan kesabaran, dengan kesabaran yang dimiliki, apapun permasalahan yang dihadapi akan mudah diselesaikan tanpa membuat individu stres. Hasan (2008) juga menyebutkan bahwa dalam menghadapi stres manusia wajib bersabar dan berusaha, serta mengharap pertolongan Allah SWT. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rohmah (2012) yang menemukan bahwa salah satu sistem pertahanan psikologis manusia adalah sabar.

Menurut Al-Jauziyyah (2009) sabar adalah kerja jiwa untuk menahan keinginan, menghilangkan kesedihan, menjauhi kemarahan, menghindari berkeluh kesah, menahan anggota tubuh untuk tidak melakukan hal-hal yang tidak baik, menguatkan hati untuk menjalankan ketetapan dan syariat Allah SWT. Lebih jauh Al-Jauziyyah menjelaskan bahwa sabar terdiri dari dua aspek: *Pertama*, Kesabaran jasmani, yaitu kemampuan menjauhkan diri dari berbagai kesenangan

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

fisik yang dilarang oleh Allah, seperti berbuat zina, bermabuk-mabukan, mengambil hak orang lain, meninggalkan perintah Allah, dan hal-hal yang diharamkan lainnya. Kesabaran jasmani termasuk juga mengerjakan hal-hal yang tidak disenangi fisik, padahal hal tersebut disuruh oleh Allah, diantaranya mendirikan sholat, menunaikan ibadah puasa, membaca Alqur'an, dan berbagai perintah Allah yang lain dengan melibatkan fisik. *Kedua*, Kesabaran jiwa, yaitu menjauhkan diri dari hal-hal yang disenangi jiwa, sementara hal tersebut tidak diperbolehkan oleh Allah, seperti membanggakan diri, merasa diri paling baik, suka berkeluh kesah, iri hati terhadap orang lain, pembenci, dan hal-hal lain yang menjadi pekerjaan jiwa. Termasuk juga mengerjakan hal-hal yang dibenci oleh jiwa, sementara pekerjaan tersebut merupakan perintah Allah, seperti bersabar atas ketetapan Allah, tawakkal kepada Allah, bersyukur dengan segala nikmat, rendah hati, dan hal-hal lain yang disenangi oleh Allah SWT.

Jika seorang guru Sekolah Luar Biasa sudah memiliki sikap sabar secara jasmani, maka apapun permasalahan yang menyangkut jasmani akan mudah diselesaikan oleh guru tersebut, dan sikap sabar secara rohani akan membuat guru mudah menghadapi permasalahan yang berifat rohani atau emosional. Dengan demikian, darimanapun masalah datang, dan dalam bentuk apapun masalah muncul, tidak akan membuat guru tertekan, sehingga guru tidak akan mengalami stres. Abidin (2009) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa solusi dalam agama Islam untuk mengatasi stres salah satunya adalah dengan bersabar. Yuwono (2010) dalam penelitiannya juga menemukan bahwa sabar adalah salah satu cara dalam mengelola stres.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Berdasarkan penjabaran di atas dapat diketahui bahwa sabar dapat memberikan efek pada stres yang dialami oleh seorang guru Sekolah Luar Biasa. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dikemukakan oleh Safitri (2018); Lidria et al., (2019) bahwa ada hubungan negatif antara kesabaran dengan tingkat stres, dengan artian tinggi rendahnya sabar berhubungan dengan tinggi rendahnya stres yang dialami oleh individu. Nugroho dan Khasan (2016) juga menemukan dalam penelitiannya bahwa salah satu strategi yang dilakukan guru Sekolah Luar Biasa dalam menghadapi stres adalah dengan bersabar (*self control*). Dari penjelasan dan temuan penelitian di atas dapat diketahui bahwa tingginya kesabaran dapat mengatasi stres yang dialami oleh guru Sekolah Luar Biasa.

Selain sabar, dalam mengatasi stres seorang guru Sekolah Luar Biasa juga harus bertawakkal kepada Allah, karena setelah guru bersabar atas berbagai permasalahan yang dihadapi, baik secara jasmani maupun rohani, maka selanjutnya adalah menyerahkan semuanya kepada Allah SWT, dengan keyakinan yang mantap bahwa Allah adalah sebaik-sebaik penentu takdir dan pemberi pertolongan. Seperti yang dijelaskan oleh Tamami (2011) bahwa individu yang sabar akan menghindari hal-hal negatif yang dapat mencelakakan dirinya, dan meyakini bahwa semua permasalahan yang dihadapi merupakan ketetapan Allah SWT, sehingga individu tersebut selalu bertawakkal dengan segala permasalahan yang dihadapinya. Menurut Hasan (2008) dengan bertawakkal kepada Allah akan memberikan stimulus positif untuk menghilangkan stres yang dialami individu. Selanjutnya Sapuri (2009) dalam penelitiannya menemukan bahwa salah satu



terapi yang dapat dilakukan untuk menghilangkan stres adalah dengan bertawakkal kepada Allah SWT.

Al-Jauziyyah (2009) menjelaskan bahwa tawakkal adalah ketika individu tidak memiliki ketergantungan kepada makhluk, walaupun individu merasa membutuhkannya, karena keyakinan bahwa hanya Allah satu-satunya tempat bergantung, dan selalu merasa senang kepada Allah walaupun kebutuhannya sudah terpenuhi. Lebih jauh Al-Jauziyyah (2001) menjelaskan bahwa untuk mencapai hakikat tawakkal, individu harus memenuhi beberapa komponen: *Pertama*, Mengenal Allah, yaitu mengenal sifat Allah, mengenal kemaha-perkasaan Allah, mengetahui bahwa ilmu dan kekuasaan Allah maha luas, dan menyadari bahwa Allah maha penyanggah terhadap hambanya. *Kedua*, Meyakini sebab dan musabab, yaitu keyakinan bahwa segala ikhtiar yang dilakukan hanya sebab, dan Allah lah satu-satunya yang menjadi penyebab ikhtiar tersebut membuahkan hasil. *Ketiga*, Kemantapan dan kedalaman tauhid, yaitu terbebasnya individu dari pengharapan dan ketergantungan kepada makhluk, dikarenakan individu tersebut meyakini bahwa hanya Allah satu-satunya tempat bergantung, dan meyakini bahwa Allah akan mencukupi segala kebutuhannya.

*Keempat*, Menghambakan diri secara total, yaitu keyakinan bahwa dirinya diciptakan dalam keadaan lemah, hanya Allah sang penciptalah yang maha kuat, sehingga sudah sewajarnya yang lemah menyerahkan dirinya kepada yang maha kuat dan perkasa. *Kelima*, Menerima takdir yang ditetapkan Allah, yaitu kesadaran bahwa Allah lah yang menetapkan takdir terhadap seluruh makhluknya, apapun yang terjadi di bumi ini tidak luput dari pengetahuan dan pengawasan

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Allah, sehingga segala yang terjadi sudah menjadi kehendak dan ketetapan Allah SWT. *Keenam, Husnuzhan* terhadap peristiwa yang terjadi, yaitu keyakinan bahwa Allah adalah sebaik-baik pembuat rencana, Allah lebih tahu apa yang terbaik buat hambanya, dan Allah tidak mungkin mencelakakan makhluk yang diciptakannya. *Ketujuh, Ridha* terhadap hasil yang diberikan, yaitu kesadaran bahwa manusia hanya diberikan hak untuk berikhtiar, sementara yang mampu menentukan hasilnya hanya Allah, karena hanya Allah yang berkuasa menentukan ikhtiar seseorang berhasil atau gagal.

Dengan sikap tawakkal yang dimiliki, seorang guru akan menyerahkan semua urusannya kepada Allah, dan menerima semua ketentuan yang Allah berikan, karena guru tersebut sadar bahwa semua permasalahan yang dihadapi datang dari Allah, dan sebaik-baik pemberi solusi terhadap permasalahan yang dihadapi hanya Allah SWT, sehingga dengan menyerahkan semua urusan kepada Allah, dan dengan keyakinan bahwa Allah akan memberikan solusi terbaik dari semua permasalahan yang dihadapi, akan membuat guru jauh dari stres. Al-Jauziyyah (2013) mengatakan bahwa orang yang tidak mau bertawakkal tidak akan menemukan kebahagiaan dan ketenangan dalam hidupnya, dan akan timpakan kepadanya hal-hal yang dapat mendatangkan stres, seperti kesusahan hati, selalu merasa sedih, mudah menyesal, selalu merasa takut, hatinya menjadi kotor, ketenangan dalam hidupnya dihilangkan, kenikmatan dalam hidupnya tercabut, dan cita-citanya tidak akan tercapai. Sementara Ghaffar (2011) memaparkan bahwa manfaat tawakkal adalah menjadikan hati individu lebih kuat,

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

berani, teguh, dan tegas, sehingga kekuatan tersebut dapat menjauhkan individu dari stres.

Dari penjabaran di atas dapat diketahui bahwa tawakkal dapat memberikan efek terhadap stres yang dialami oleh guru Sekolah Luar Biasa. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dikemukakan oleh Husnar et al., (2017) yang menemukan bahwa tawakkal dapat menurunkan stres yang dialami individu. Selanjutnya Iskandar et al., (2018) juga menemukan bahwa tawakkal berhubungan dengan kecemasan yang dialami individu, sementara kecemasan merupakan salah satu gejala yang dapat menimbulkan stres.

Berdasarkan penjabaran di atas dapat disimpulkan bahwa sabar dan tawakkal dapat membantu seorang guru Sekolah Luar Biasa dalam mengatasi stres yang dialaminya, karena dengan sikap sabar akan membuat guru kuat dan tangguh secara jasmani dan rohani, sehingga apapun permasalahan yang terjadi akan dihadapi dengan mudah. Selanjutnya dengan sikap tawakkal yang dimiliki, akan membuat guru menyerahkan semua urusan dan permasalahannya kepada Allah, dan meyakini bahwa Allah akan memberikan solusi terbaik dari permasalahan yang dihadapinya. Sehingga dengan sikap sabar dan tawakkal tersebut akan menjauhkan guru dari stres. Yuwono (2010) dalam penelitiannya menemukan bahwa beberapa cara yang dapat menurunkan stres termasuk bersabar dan tawakkal kepada Allah SWT.

Berdasarkan uraian di atas, terkait dengan pengaruh sabar dan tawakkal terhadap stres, maka gambaran hubungan antara ketiga variabel tersebut dapat dilihat dalam skema berikut ini:

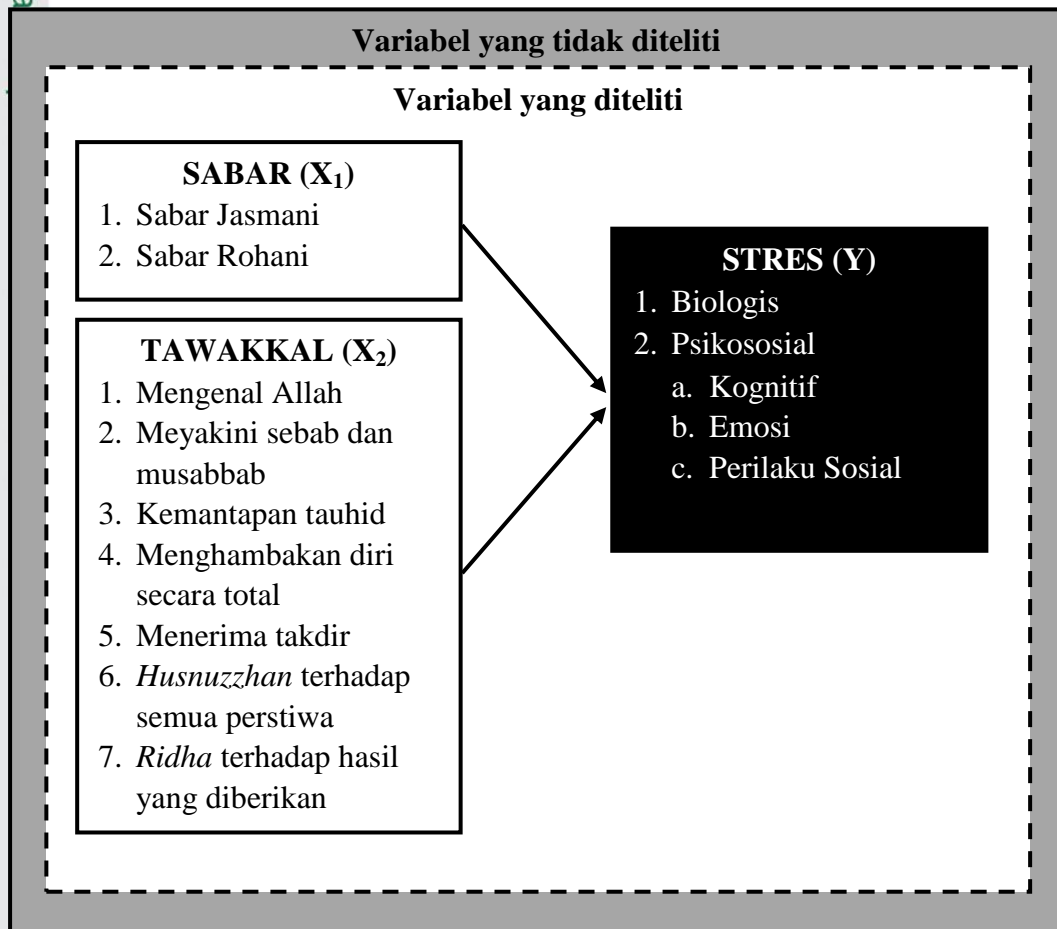
#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



**Gambar 2.1**  
**Kerangka Berfikir**

**Keterangan :**



: Menunjukkan batasan variabel yang diteliti



: Menunjukkan bahwa diluar sabar dan tawakkal masih ada variabel lain yang ikut mempengaruhi stres guru



: Menunjukkan hubungan satu arah

## H. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan kerangka berfikir di atas, hipotesis penelitian yang diajukan dalam penelitian ini adalah:

1. Terdapat hubungan negatif antara sabar dengan stres guru Sekolah Luar Biasa. Dengan artian, semakin tinggi sabar maka semakin rendah stres guru. Sebaliknya semakin rendah sabar maka semakin tinggi stres guru Sekolah Luar Biasa di kota Pekanbaru.

2. Terdapat hubungan negatif antara tawakkal dengan stres guru Sekolah Luar Biasa. Dengan artian, semakin tinggi tawakkal maka semakin rendah stres guru. Sebaliknya semakin rendah sabar maka semakin tinggi stres guru Sekolah Luar Biasa di kota Pekanbaru.

3. Terdapat pengaruh negatif antara sabar dan tawakkal terhadap stres guru Sekolah Luar Biasa. Dengan artian, semakin tinggi sabar dan tawakkal maka semakin rendah stres guru. Sebaliknya, semakin rendah sabar dan tawakkal maka semakin tinggi stres guru Sekolah Luar Biasa di kota Pekanbaru.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

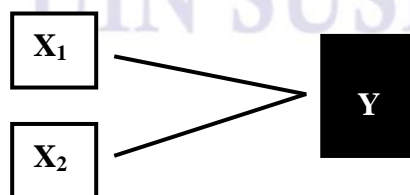
### BAB III

#### METODE PENELITIAN

Metode penelitian merupakan faktor penting yang sangat berpengaruh terhadap hasil penelitian. Kegiatan penelitian harus mengikuti langkah-langkah kerja sehingga dalam pelaksanaannya diperlukan metode-metode tertentu. Metode penelitian merupakan syarat pokok dalam sebuah penelitian. Berbobot atau tidaknya suatu hasil penelitian tergantung pada pertanggungjawaban metode penelitiannya secara ilmiah dan sesuai ketentuan yang berlaku.

##### A. Jenis Penelitian

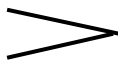
Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan korelasional yang bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh sabar (variabel  $X_1$ ) dan tawakkal (variable  $X_2$ ) terhadap stres (variabel Y). Penelitian ini menggunakan pendekatan korelasi multivariat (*multivariat correlation*). Korelasi multivariat (*multivariat correlation*) merupakan hubungan antara dua variabel atau lebih (Syahrudin dan Salim, 2012). Variabel  $X_1$  dan  $X_2$  disebut *independent variable* atau variabel bebas yaitu variabel yang memberikan pengaruh, dan variabel Y disebut *dependent variable* atau variabel terikat yaitu variabel yang dipengaruhi. Model hubungan antara variabel tersebut digambarkan sebagai berikut :



**Gambar 3.1**  
**Model Hubungan Variabel**



Keterangan :



: Menunjukkan hubungan satu arah

## B. Lokasi dan Waktu Penelitian

### 1. Lokasi Penelitian

Adapun lokasi penelitian ini dilakukan di seluruh Sekolah Luar Biasa (SLB) di kota Pekanbaru. Menurut data Dinas Pendidikan Provinsi Riau Tahun 2020 Sekolah Luar Biasa (SLB) di kota Pekanbaru ada 14 sekolah, baik sekolah Negeri maupun Swasta.

### 2. Waktu Penelitian

Adapun waktu pelaksanaan penelitian ini dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

**Tabel 3.1**  
**Waktu Penelitian**

No	Jenis Kegiatan	Waktu Pelaksanaan
1	Pengajuan draft proposal	02 September 2019
2	Penunjukan pembimbing tesis	10 September 2019
4	Seminar proposal penelitian	09 Maret 2020
5	Pelaksanaan <i>Try out</i> Skala Penelitian	28-29 Maret 2020
6	Pelaksanaan Penelitian	16-30 April 2020
7	Seminar Hasil Penelitian	17 Juli 2020
8	Ujian Tesis	13 Agustus 2020

## C. Definisi Operasional

### 1. Sabar

Dalam penelitian ini sabar diartikan sebagai kemampuan guru untuk menahan keinginan, menghilangkan kesedihan, menjauhi kemarahan, menghindari berkeluh kesah, menahan anggota tubuh untuk tidak melakukan

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

- Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

hal-hal yang tidak baik, menguatkan hati untuk menjalankan ketetapan dan syariat Allah SWT.

Sabar diukur dengan menggunakan skala sabar yang disusun berdasarkan aspek sabar yang dikemukakan oleh Al-Jauziyyah (2009). Adapun aspek-aspek sabar tersebut adalah sebagai berikut:

- a. Kesabaran guru secara jasmani
  1. Kemampuan guru menjauhkan diri dari berbagai kesenangan fisik yang dilarang oleh Allah.
  2. Kemampuan guru mengerjakan hal-hal yang dibenci fisik yang merupakan perintah Allah.
- b. Kesabaran jiwa guru
  1. Kemampuan guru menjauhkan diri dari berbagai kesenangan jiwa yang dilarang oleh Allah.
  2. Kemampuan guru mengerjakan hal-hal yang dibenci jiwa yang merupakan perintah Allah.

#### **Tawakkal**

Dalam penelitian ini tawakkal diartikan sebagai kemampuan guru untuk tidak bergantung kepada makhluk, walaupun guru tersebut merasa membutuhkannya, karena keyakinan bahwa hanya Allah satu-satunya tempat bergantung, dan selalu merasa senang kepada Allah walaupun kebutuhannya sudah terpenuhi.

#### **Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Tawakkal diukur dengan menggunakan skala tawakkal yang disusun berdasarkan komponen tawakkal yang dikemukakan oleh Al-Jauziyyah (2001).

Adapun komponen tawakkal tersebut adalah sebagai berikut:

- a. Guru mengenal Allah melalui sifat-sifatNya
- b. Guru meyakini bahwa semua usaha hanya sebab, sementara hasilnya ada di tangan Allah
- c. Guru memiliki kemantapan dan kedalaman tauhid
- d. Guru menghambakan diri kepada Allah secara total
- e. Guru menerima takdir yang ditetapkan oleh Allah dengan baik
- f. Guru selalu berprasangka baik terhadap peristiwa yang terjadi
- g. Guru *ridha* terhadap hasil yang diberikan Allah

### 3. Stres

Dalam penelitian ini stres diartikan sebagai cara pandang yang berbeda terhadap permasalahan yang dihadapi, sehingga guru mengalami tekanan psikologis dan sosial, yang dapat menimbulkan perubahan pada sistem biologis. Terjadinya stres dikarenakan ketidakmampuan guru memenuhi tuntutan diluar kemampuannya, sehingga menimbulkan ketegangan, dan ketegangan yang tidak mampu diselesaikan berubah menjadi stres.

Stres diukur dengan menggunakan skala stres yang disusun berdasarkan aspek stres yang dikemukakan oleh Sarafino dan Smith (2012). Adapun aspek-aspek stres tersebut adalah sebagai berikut:

- a. Reaksi perubahan biologis pada guru
- b. Reaksi guru terhadap lingkungan sosial

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



1. Reaksi kognitif guru terhadap lingkungan sosial
2. Reaksi emosi guru terhadap lingkungan sosial
3. Perubahan perilaku guru dalam lingkungan sosial

## D. Populasi dan Sampel Penelitian

### 1. Populasi Penelitian

Menurut Arikunto (2010) populasi merupakan seluruh subjek yang memenuhi kualifikasi dalam penelitian. Sementara menurut Sugiyono (2013) populasi adalah menggeneralisasikan suatu objek/subjek yang dipelajari kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh guru Sekolah Luar Biasa yang ada di kota pekanbaru, baik laki-laki maupun perempuan. Jumlah guru SLB di kota Pekanbaru adalah 194 orang. Adapun kriteria subjek dalam penelitian ini adalah:

- a. Mengajar di Sekolah Luar Biasa yang ada di kota Pekanbaru
- b. Beragama Islam
- c. Sudah memasuki usia dewasa menurut pendapat Hurlock (2006), yaitu:
  1. Masa dewasa awal (*young adult*), usia 21 sampai 40 tahun
  2. Masa dewasa madya (*middle adult*), usia 41 sampai 60 tahun
  3. Masa dewasa lanjut (*older adult*), usia 61 tahun sampai akhir hayat.

### 2. Sampel Penelitian

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2013). Menurut Azwar (2013) sampel harus

memiliki ciri-ciri yang dimiliki oleh populasinya, sehingga sampel mampu menjadi representasi yang baik dari populasi.

Dalam pengambilan sampel penelitian ini, peneliti menggunakan pendapat Idrus (2009), yang mengatakan apabila subjeknya kurang dari 100, maka lebih baik diambil 60%-75% sebagai sampel sehingga bisa mengamankan peneliti dari persoalan seperti normalitas, homogenitas, ataupun linearitas sebagai asumsi yang harus dipenuhi untuk menggunakan teknik statistik tertentu. Namun, jika populasinya besar (lebih dari 100 orang), maka angka 30% dapat dianggap cukup untuk menentukan jumlah sampel yang ingin diambil. Dalam penelitian ini peneliti menjadikan seluruh subjek sebagai sampel, supaya penelitian ini lebih berkualitas, dan hasilnya dapat digeneralisasikan. Adapun sampel dalam penelitian ini sebanyak 164 orang.

### 3. Teknik Sampling

Teknik sampling adalah cara untuk menentukan sampel yang jumlahnya sesuai dengan ukuran sampel yang akan dijadikan sumber data yang sebenarnya, dengan memperhatikan sifat-sifat dan penyebaran populasi agar diperoleh sampel yang representatif (Syahrudin dan Salim, 2012). Sampel dalam penelitian ini diambil dengan menggunakan teknik *Probability Sampling*, *Probability sampling* adalah suatu teknik sampling yang memberikan peluang atau kesempatan yang sama bagi seluruh populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel (Siyoto dan Sodik, 2015). Dalam teknik *Probability sampling* ini digunakan teknik *random sampling*, Teknik *Random sampling* merupakan pengambilan sampel secara random (acak) tanpa pandangan bulu, dalam teknik

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

ini semua individu dalam populasi baik secara sendiri-sendiri atau bersama-sama diberi kesempatan yang sama untuk dipilih menjadi anggota sampel (Syahrudin dan Salim, 2012). Dalam penelitian ini seluruh subjek dijadikan sebagai sampel, yaitu 194 orang. Dengan ketentuan 30 orang untuk *try out* skala penelitian, dan 164 orang untuk penelitian yang sesungguhnya.

### E. Variabel Penelitian

Menurut Idrus (2002) variabel dimaknai sebagai sebuah konsep atau objek yang sedang diteliti, yang memiliki variasi (*variable*) ukuran, kualitas yang ditetapkan oleh peneliti berdasarkan pada ciri-ciri yang dimiliki konsep (variabel) itu sendiri. Variabel dibagi atas dua jenis, yaitu variabel bebas (*independent variable*) dan variabel terikat (*dependent variable*). Variabel dalam penelitian ini ada tiga yaitu sabar, tawakkal dan stres. Adapun identifikasi variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Variabel bebas I (*independent variable*) = Sabar
2. Variable bebas II (*independent variable*) = Tawakkal
3. Variabel terikat (*dependent variable*) = Stres

### F. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

Menurut Arikunto (2010) metode pengumpulan data merupakan cara-cara yang dapat dilakukan oleh peneliti untuk mengumpulkan data. Pengumpulan data didapatkan dari instrumen penelitian yang peneliti gunakan sebagai alat bantu dalam pengumpulan data penelitian. Adapun instrumen yang digunakan dalam

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



penelitian ini adalah skala psikologi. Skala psikologi yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala sabar, skala tawakkal, dan skala stres.

Untuk keperluan analisis kuantitatif maka jawaban dari masing-masing skala diberi skor berkisar dari nilai 4 (empat) hingga 1 (satu). Secara lebih rinci penskoran skala *favorable* dan *unfavorable* dari kedua skala yang digunakan dalam penelitian ini dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

**Tabel 3.2**  
**Rentang Skor Untuk Jawaban**

<i>Favorabel (F)</i>		<i>Unfavorabel (UF)</i>	
<b>Pernyataan</b>	<b>Skor</b>	<b>Pernyataan</b>	<b>Skor</b>
Sesuai	4	Sesuai	1
Agak Sesuai	3	Agak Sesuai	2
Kurang Sesuai	2	Kurang Sesuai	3
Tidak Sesuai	1	Tidak Sesuai	4

### 1. Alat Ukur

Untuk memperoleh data yang sesuai dengan variabel yang diteliti, maka dibuat suatu skala psikologi yang dikembangkan dari definisi operasional tentang variabel yang menjadi fokus penelitian, yaitu skala sabar, skala tawakkal dan skala stres. Tahap selanjutnya dilakukan penilaian atau skoring pada skala sabar, skala tawakkal dan skala stres tersebut.

#### a. Skala Sabar

Skala sabar disusun berdasarkan aspek sabar yang dikemukakan oleh Al-Jauziyyah (2009). Skala penelitian ini terdiri dari dua kelompok pernyataan yaitu pernyataan *favorable* (mendukung) dan pernyataan *unfavorable* (tidak mendukung). Blue print skala sabar untuk *try out* dapat dilihat pada tabel berikut:

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Tabel 3.3**  
**Blue Print Skala Sabar Untuk Try Out**

No	Aspek-aspek Sabar	Aitem		Total
		F	UF	
1	Kemampuan guru menjauhkan diri dari berbagai kesenangan fisik yang dilarang oleh Allah	1,10,15	5,20,25	6
2	Kemampuan guru mengerjakan hal-hal yang dibenci fisik yang merupakan perintah Allah	6,11,16	2,21,26	6
3	Kemampuan guru menjauhkan diri dari berbagai kesenangan jiwa yang dilarang oleh Allah	3,7	12,17, 22	5
4	Kemampuan guru mengerjakan hal-hal yang dibenci jiwa yang merupakan perintah Allah	13,14, 19	23,23, 18	9
<b>Jumlah</b>		<b>17</b>	<b>9</b>	<b>26</b>

## b. Skala Tawakkal

Skala tawakkal disusun berdasarkan komponen tawakkal yang dikemukakan oleh Al-Jauziyyah (2001). Skala terdiri dari dua kelompok pernyataan yaitu pernyataan *favorable* (mendukung) dan pernyataan *unfavorable* (tidak mendukung). Blue print skala tawakkal untuk *try out* dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 3.4**  
**Blue Print Skala Tawakkal Untuk Try Out**

No	Komponen Tawakkal	Aitem		Total
		F	UF	
1	Guru mengenal Allah melalui sifat-sifatNya	1,7,13, 20	27,34, 39	7
2	Guru meyakini bahwa semua usaha hanya sebab, sementara hasilnya ada di tangan Allah	2,8,14,	21,28	5

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

3	Guru memiliki kemantapan dan kedalaman tauhid	3,9,35	15,22	5
4	Guru menghambakan diri kepada Allah secara total	4,10, 29,36	16,23	6
5	Guru menerima takdir yang ditetapkan oleh Allah	24,30, 36	5,11	5
6	Guru selalu berprasangka baik terhadap peristiwa yang terjadi	17,25, 38	6,12,31	6
7	Guru <i>ridha</i> terhadap hasil yang diberikan Allah	18,19	26,32, 33	5
<b>Jumlah</b>		<b>25</b>	<b>14</b>	<b>39</b>

## c. Skala Stres

Skala stres disusun berdasarkan aspek-aspek stres yang dikemukakan oleh Sarafino dan Smith (2012). Skala penelitian ini terdiri dari dua kelompok pernyataan yaitu pernyataan *favorable* (mendukung) dan pernyataan *unfavorable* (tidak mendukung). Blue print skala stres untuk *try out* dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 3.5**  
**Blue Print Skala Stres Untuk Try Out**

No	Aspek-aspek Stres	Aitem		Total
		F	UF	
1	Reaksi perubahan biologis pada guru	1,10,15,20	5,25	6
2	Reaksi kognitif guru terhadap lingkungan sosial	2,6,11,16, 21,26	3,30,31	9
3	Reaksi emosi guru terhadap lingkungan sosial	4,7,12,17, 22,27	8,13	8
4	Perubahan perilaku guru dalam lingkungan sosial	9,14,18,19, ,23	24,28, 29	8
<b>Jumlah</b>		<b>21</b>	<b>10</b>	<b>31</b>



## G. Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Sebelum alat ukur digunakan untuk penelitian yang sesungguhnya, maka alat ukur tersebut harus diujicobakan (*try out*) terlebih dahulu. Hal ini dilakukan untuk mengetahui tingkat validitas dan reliabilitas, guna mendapatkan aitem-aitem yang layak digunakan sebagai alat ukur. Uji coba alat ukur dilakukan pada tanggal 28-29 Maret 2020 di SLB Anak Mandiri dan SLB Kasih Ibu Pekanbaru. Subjek untuk uji coba alat ukur ini adalah 30 orang guru SLB, baik laki-laki maupun perempuan.

### 1. Uji Validitas

Validitas berasal dari kata *validity* yang memiliki arti sejauhmana ketepatan dan kecermatan suatu instrumen pengukuran dalam melakukan fungsi ukurnya. Suatu tes atau instrumen pengukuran dapat dikatakan memiliki validitas tinggi apabila tes tersebut menjalankan fungsi ukurnya atau memberikan hasil ukur yang tepat dan akurat sesuai dengan maksud dikenakan tes tersebut. Tes yang menghasilkan data yang tidak relevan dengan tujuan pengukuran dikatakan sebagai tes yang memiliki validitas rendah (Azwar, 2009).

Validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas isi, dimana validitas isi menunjukkan sejauhmana aitem-aitem tes mencakup keseluruhan kawasan isi yang hendak diukur oleh tes tersebut. Pengujian validitas isi menggunakan analisis rasional oleh para ahli (*professional judgement*), dalam hal ini dilakukan oleh dosen pembimbing tesis I, dosen pembimbing tesis II, serta narasumber I.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## Uji Daya Diskriminasi

Menurut Azwar (2009) pengujian daya beda diskriminasi dilakukan dengan cara menghitung koefisien korelasi antara distribusi skor aitem dengan distribusi skor skala itu sendiri. Komputasi ini akan menghasilkan koefisien korelasi aitem-total ( $r_{ix}$ ). Dalam penelitian ini, untuk uji daya beda diskriminasi menggunakan teknik korelasi *product moment* dari Carl Pearson. Untuk mengolahnya peneliti menggunakan bantuan program *Statistical Product and Service Solution (SPSS) 20.0 For Windows*, dengan cara menghubungkan atau mengkorelasikan skor tiap butir dengan skor totalnya.

Penentuan kesahihan menggunakan kriteria yang dikemukakan oleh Azwar (2009) yang menyatakan bahwa skala psikologi yang digunakan untuk indeks daya diskriminasi minimal adalah 0.25. Dengan demikian aitem yang koefisiennya  $\leq 0.25$  dinyatakan gugur, sedangkan aitem yang dianggap sah adalah aitem yang mempunyai koefisien korelasi  $\geq 0.25$ . Dalam penelitian ini koefisien yang digunakan sebagai batas valid adalah 0.25.

Berdasarkan hasil analisis terhadap 26 item skala sabar yang telah diujicobakan, maka nilai koefisien korelasi skala sabar yang valid adalah 0.253-0.522. Rekapitulasi skala sabar setelah diujicobakan dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 3.6**  
**Skala Sabar Hasil Try Out**

No	Aspek-aspek Sabar	Valid		Gugur		Total
		<i>F</i>	<i>UF</i>	<i>F</i>	<i>UF</i>	
1	Kemampuan guru menjauhkan diri dari berbagai kesenangan fisik yang dilarang oleh	10	5,25	1,15	20	6

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2	Allah					
2	Kemampuan guru mengerjakan hal-hal yang dibenci fisik yang merupakan perintah Allah	6,11	2,21,26	16	-	<b>6</b>
3	Kemampuan guru menjauhkan diri dari berbagai kesenangan jiwa yang dilarang oleh Allah	7	17,22	3	12	<b>5</b>
4	Kemampuan guru mengerjakan hal-hal yang dibenci jiwa yang merupakan perintah Allah	8,9, 13,14	23,24	4,19	18	<b>9</b>
<b>Jumlah</b>		<b>8</b>	<b>9</b>	<b>6</b>	<b>3</b>	<b>26</b>
		<b>17</b>		<b>9</b>		

Berdasarkan tabel 3.6 di atas dapat diketahui bahwa hasil *try out* skala sabar pada aspek pertama, aitem yang valid ada 3 dan aitem yang gugur juga ada 3, pada aspek sabar yang ke 2 aitem yang valid ada 5 dan aitem yang gugur ada 1, selanjutnya pada aspek sabar yang ke 3 aitem yang valid ada 3 dan aitem yang gugur ada 2, sementara pada aspek sabar yang ke 4 aitem yang valid ada 6 dan aitem yang gugur ada 3. Dari hasil tersebut di atas dapat diketahui bahwa aitem yang valid pada skala sabar ada 17 dan aitem yang gugur ada 9.

Berdasarkan aitem yang valid dan setelah membuang aitem yang gugur pada skala uji coba alat ukur, maka *blue print* skala sabar yang digunakan untuk penelitian dapat dilihat pada tabel berikut ini:



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Tabel 3.7**  
**Skala Sabar Untuk Penelitian**

No	Aspek-aspek Sabar	Aitem		Total
		F	UF	
1	Kemampuan guru menjauhkan diri dari berbagai kesenangan fisik yang dilarang oleh Allah	10	5,25	3
2	Kemampuan guru mengerjakan hal-hal yang dibenci fisik yang merupakan perintah Allah	6,11	2,21,26	5
3	Kemampuan guru menjauhkan diri dari berbagai kesenangan jiwa yang dilarang oleh Allah	7	17,22	3
4	Kemampuan guru mengerjakan hal-hal yang dibenci jiwa yang merupakan perintah Allah	8,9, 13,14	23,24	6
<b>Jumlah</b>		<b>8</b>	<b>9</b>	<b>17</b>

Berdasarkan tabel 3.7 di atas dapat diketahui bahwa skala sabar yang digunakan dalam penelitian ini ada 17 aitem, 8 aitem dalam bentuk *favorable* dan 9 aitem dalam bentuk *unfavorable*.

Sementara dalam skala tawakkal, dari 39 aitem yang telah diujicobakan, maka nilai koefisien korelasi skala tawakkal yang valid adalah 0.258-0.710. Adapun rincian aitem yang valid dan gugur dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 3.8**  
**Skala Tawakkal Hasil Try Out**

No	Komponen Tawakkal	Valid		Gugur		Total
		F	UF	F	UF	
1	Guru mengenal Allah melalui sifat-sifatNya	13	34,39	1,7,20	27	7
2	Guru meyakini bahwa semua usaha hanya sebab, sementara	-	21,28	2,14	-	4

	hasilnya ada di tangan Allah					
3	Guru memiliki kemantapan dan kedalaman tauhid	-	15,22	3,9,35	-	5
4	Guru menghambakan diri kepada Allah secara total	-	39,16,23	4,10,29,36	-	7
5	Guru menerima takdir yang ditetapkan oleh Allah	24	5,11	30,37	-	5
6	Guru selalu berprasangka baik terhadap peristiwa yang terjadi	-	6,12	17,25,38	31	6
7	Guru <i>ridha</i> terhadap hasil yang diberikan Allah	19	32,33	18	26	5
	<b>Jumlah</b>	<b>3</b>	<b>14</b>	<b>19</b>	<b>3</b>	<b>39</b>
			<b>17</b>	<b>22</b>		

Berdasarkan tabel 3.8 di atas dapat diketahui bahwa hasil *try out* skala tawakal pada aspek pertama, aitem yang valid ada 3 dan aitem yang gugur juga ada 3, pada aspek tawakkal yang ke 2 aitem yang valid ada 2 dan aitem yang gugur juga ada 2, pada aspek tawakkal yang ke 3 aitem yang valid ada 2 dan aitem yang gugur ada 3, pada aspek tawakkal yang ke 4 aitem yang valid ada 3 dan aitem yang gugur ada 4, pada aspek tawakkal yang ke 5 aitem yang valid ada 3 dan aitem yang gugur ada 2, pada aspek tawakkal yang ke 6 aitem yang valid ada 2 dan aitem yang gugur ada 4, sementara pada aspek tawakkal yang ke 7 aitem yang valid ada 3 dan aitem yang gugur ada 2. Dari hasil tersebut di atas dapat diketahui bahwa aitem yang valid pada skala tawakkal ada 17 dan aitem yang gugur ada 22.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Berdasarkan aitem yang valid dan setelah membuang aitem yang gugur pada uji coba alat ukur, maka *blue print* skala tawakkal yang digunakan untuk penelitian dapat dilihat pada tabel berikut ini:

**Tabel 3.9**  
**Skala Tawakkal Untuk Penelitian**

No	Komponen Tawakkal	Aitem		Total
		F	UF	
1	Guru mengenal Allah melalui sifat-sifatNya	13	34,39	3
2	Guru meyakini bahwa semua usaha hanya sebab, sementara hasilnya ada di tangan Allah	-	21,28	2
3	Guru memiliki kemantapan dan kedalaman tauhid	-	15,22	2
4	Guru menghambakan diri kepada Allah secara total	-	16,23	2
5	Guru menerima takdir yang ditetapkan oleh Allah	24	5,11	3
6	Guru selalu berprasangka baik terhadap peristiwa yang terjadi	-	6,12	2
7	Guru <i>ridha</i> terhadap hasil yang diberikan Allah	19	32,33	3
<b>Jumlah</b>		<b>3</b>	<b>14</b>	<b>17</b>

Berdasarkan tabel 3.9 di atas dapat diketahui bahwa skala tawakkal yang digunakan dalam penelitian ini ada 17 aitem, 3 aitem dalam bentuk *favorable* dan 14 aitem dalam bentuk *unfavorable*.

Selanjutnya dalam skala stres, dari 31 aitem yang telah diujicobakan, maka nilai koefisien korelasi skala stres yang valid adalah 0.262-0.741. Adapun rincian aitem yang valid dan gugur dapat dilihat pada tabel berikut ini:



## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Tabel 3.10**  
**Skala Stres Hasil Try Out**

No	Aspek-aspek Stres	Valid		Gugur		Total
		F	UF	F	UF	
1	Reaksi perubahan biologis pada guru	1,10, 15,20	5,25	5	-	7
2	Reaksi kognitif guru terhadap lingkungan sosial	2,6,11,16 ,26	30	-	3,31	8
3	Reaksi emosi guru terhadap lingkungan sosial	7,12, 17,22,27	-	4	13	7
4	Perubahan perilaku guru dalam lingkungan sosial	9,14, 19,23	-	14,8	24,28, 29	9
<b>Jumlah</b>		<b>18</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>31</b>
		<b>21</b>		<b>10</b>		

Berdasarkan tabel 3.10 di atas dapat diketahui bahwa hasil *try out* skala stres pada aspek pertama, aitem yang valid ada 6 dan aitem yang gugur ada 1, pada aspek stres yang ke 2 aitem yang valid ada 6 dan aitem yang gugur ada 2, selanjutnya pada aspek stres yang ke 3 aitem yang valid ada 5 dan aitem yang gugur ada 2, sementara pada aspek sabar yang ke 4 aitem yang valid ada 4 dan aitem yang gugur ada 5. Dari hasil tersebut di atas dapat diketahui bahwa aitem yang valid pada skala stres ada 21 dan aitem yang gugur ada 10.

Berdasarkan aitem yang valid dan setelah membuang aitem yang gugur pada uji coba alat ukur, maka *blue print* skala stres yang digunakan untuk penelitian dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Tabel 3.11**  
**Skala Stres Untuk Penelitian**

No	Aspek-aspek Stres	Valid		Total
		F	UF	
1	Reaksi perubahan biologis pada guru	1,10,15,20	5,25	6
2	Reaksi kognitif guru terhadap lingkungan sosial	2,6,11,16,26	30	6
3	Reaksi emosi guru terhadap lingkungan sosial	7,12,17,22,27	-	5
4	Perubahan perilaku guru dalam lingkungan sosial	9,14,19,23	-	4
<b>Jumlah</b>		<b>18</b>	<b>3</b>	<b>21</b>

Berdasarkan tabel 3.11 di atas dapat diketahui bahwa skala stres yang digunakan dalam penelitian ini ada 21 aitem, 18 aitem dalam bentuk *favorable* dan 3 aitem dalam bentuk *unfavorable*.

### 3. Uji Reliabilitas

Menurut Idrus (2009) reliabilitas adalah tingkat keajegan alat ukur saat digunakan kapan dan oleh siapa saja sehingga akan menghasilkan data yang sama atau hampir sama dengan sebelumnya. Reliabilitas mengacu pada kekonsistenan dan kepercayaan hasil ukur dan mengandung makna kecermatan pengukuran (Azwar, 2009). Skala yang diestimasi reliabilitasnya dibelah menjadi dua, sehingga setiap belahan berisi aitem-aitem dalam jumlah yang banyaknya sama. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan uji statistik koefisien reliabilitas Alpha.

Reliabilitas dinyatakan oleh koefisien reliabilitas yang angkanya berada dalam rentang 0 sampai 1, semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati

angka 1 berarti semakin tinggi reliabilitasnya, sebaliknya koefisien yang semakin rendah mendekati angka 0 berarti semakin rendah reliabilitasnya (Azwar, 2009).

Jika merujuk kepada pendapat Azwar di atas, dapat disimpulkan bahwa reliabilitas skala sabar, tawakkal dan skala stres dalam penelitian ini tergolong tinggi. Karena setelah aitem skala sabar, tawakkal dan skala stres yang valid diperoleh, maka dilakukan pengujian reliabilitas terhadap ketiga skala tersebut. Dari hasil pengujian reliabilitas yang dilakukan, diperoleh koefisien reliabilitas sebesar 0.76 untuk skala sabar, 0.84 untuk skala tawakkal, dan 0.88 untuk skala stres. Reliabilitas ketiga skala tersebut tergolong tinggi dikarenakan koefisien reliabilitas skala sabar (0.76), skala tawakkal (0.84) dan skala stres (0.88) lebih mendekati angka 1 daripada angka 0.

## H. Teknik Analisis Data

Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data ordinal, yaitu data yang berbentuk ranking atau peringkat. Data yang diperoleh dari hasil penelitian selanjutnya dianalisis. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis statistik. Adapun teknik statistik yang diterapkan untuk menganalisis data dalam penelitian ini adalah:

### 1. Kategorisasi Data Penelitian

Untuk membuat kategorisasi data penelitian ini, peneliti menggunakan pendapat Azwar (2014), dimana perhitungan dilakukan secara manual berdasarkan skor terkecil dan berkisar dari 1-4. Pada setiap variabel, kategorisasi dibagi menjadi 3 jenjang kategori agar dapat memberikan

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



penafsiran terhadap norma kategorisasi. Pengelompokan subjek dibagi menjadi tiga kategori yaitu  $X \leq (\mu - SD)$  kategori rendah,  $(\mu - SD) \leq X \leq (\mu + SD)$  kategori sedang,  $X > (\mu + SD)$  kategori tinggi.

#### Uji Asumsi

Sebelum uji hipotesis dilakukan, peneliti melakukan uji asumsi terlebih dahulu, uji asumsi dilakukan bertujuan untuk mengetahui apakah data yang akan dianalisis memenuhi syarat untuk dianalisis menggunakan korelasi *Product Moment* oleh Pearson atau tidak. Uji asumsi terdiri dari uji normalitas dan uji linieritas. Dalam penelitian ini uji asumsi dilakukan menggunakan aplikasi *Stastical Product and Service Solution (SPSS) 20.0 for windows*.

#### 3. Uji Hipotesis

Dalam pengujian hipotesis peneliti menggunakan teknik korelasi *multiple regresi* (regresi berganda), yaitu teknik statistik yang digunakan untuk menganalisis hubungan antara satu variabel *dependent* (terikat) dengan beberapa variabel *independent* (bebas). Data hasil pengukuran sabar dan tawakkal yang dikumpulkan melalui skala dikorelasikan dengan data stres yang juga diperoleh melalui skala. Data dihitung dengan menggunakan program *Stastical Product and Service Solution (SPSS) 20.0 for windows*.

#### 4. Model Hubungan Variabel

Selanjutnya setelah dilakukan uji hipotesis, peneliti melakukan uji model arah hubungan variabel sabar, tawakkal, dan stres, dengan menggunakan analisis model SEM (*Structural Equation Modeling*) melalui aplikasi IBM SPSS AMOS 21.0.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### 5 Uji Kekuatan Pengaruh Aspek Variabel Sabar dan Tawakkal Terhadap Variabel Stres

Untuk menganalisis setiap aspek dari variabel sabar dan tawakkal yang paling dominan dalam mempengaruhi variabel stres, peneliti melakukan uji regresi berganda (*multiple regression*). Data dihitung dengan menggunakan program *Stastical Product and Service Solution (SPSS) 20.0 for windows*.

### 6 Uji Perbedaan

Pada penelitian ini peneliti juga melakukan uji beda untuk mengetahui perbedaan pada semua variabel. Uji beda ditinjau dari tiga aspek, yaitu: uji perbedaan berdasarkan jenis kelamin, uji perbedaan berdasarkan usia, dan uji perbedaan berdasarkan tingkat pendidikan. Uji perbedaan berdasarkan jenis kelamin dilakukan dengan uji *Independent Sample T Test*, sementara uji perbedaan berdasarkan usia dan tingkat pendidikan dilakukan dengan uji Anova. Analisis tersebut dilakukan menggunakan program *Stastical Product and Service Solution (SPSS) 20.0 for windows*.



## BAB V PENUTUP

### A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara sabar dan tawakkal secara langsung, dan terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara tawakkal dan stres secara langsung, sementara sabar tidak berpengaruh secara langsung terhadap stres, karena sabar berpengaruh terhadap stres melalui tawakkal. Ini berarti, semakin tinggi sabar maka semakin tinggi tawakkal, dan semakin tinggi tawakkal maka semakin rendah stres yang dialami oleh guru Sekolah Luar Biasa di kota Pekanbaru.

Dari hasil penelitian ini juga ditemukan bahwa kontribusi sabar terhadap tawakkal secara langsung adalah sebesar 63%, dan kontribusi tawakkal terhadap stres secara langsung sebesar 53%, sementara sabar tidak berkontribusi secara langsung terhadap stres, karena sabar mempengaruhi stres melalui tawakkal. Dengan kontribusi tawakkal yang 53% tersebut dapat diketahui bahwa 47% stres yang dialami oleh guru Sekolah Luar Biasa dipengaruhi oleh faktor lain.

UIN SUSKA RIAU

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



## B. Saran

Adapun saran yang peneliti sampaikan berdasarkan hasil penelitian ini adalah:

1. Kepada Guru Sekolah Luar Biasa

Kepada guru Sekolah Luar Biasa disarankan supaya selalu bersabar dan bertawakkal kepada Allah ketika melaksanakan tugas sebagai pendidik, karena dengan bersabar dan bertawakkal akan membuat seorang guru terhindar dari stres. Untuk meningkatkan kesabaran dan tawakkal seorang guru Sekolah Luar Biasa, disarankan untuk mengikuti pelatihan tentang sabar dan tawakkal, ditambah dengan membaca referensi tentang sabar dan tawakkal, dan yang paling utama adalah selalu mengerjakan sholat dan rajin membaca Alqur'an serta merenungi maknanya, karena kedua amalan tersebut dapat meningkatkan kesabaran dan tawakkal seorang hamba kepada tuhan.

2. Kepada Kepala Sekolah Luar Biasa

Bagi kepala Sekolah Luar Biasa supaya mengadakan pelatihan untuk meningkatkan kesabaran dan tawakkal guru, terutama kepada guru junior, karena dengan kemampuan guru dalam bersabar dan bertawakkal kepada Allah akan menjauhkan guru dari stres, dengan terhindarnya guru dari stres akan membuat mereka lebih produktif dalam mendidik, sehingga tercipta peserta didik yang berprestasi dan berkompeten.

3. Kepada Dinas Pendidikan

Bagi dinas pendidikan supaya memperhatikan kesehatan psikologis guru Sekolah Luar Biasa, dengan menyusun kurikulum Pendidikan Luar Biasa

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

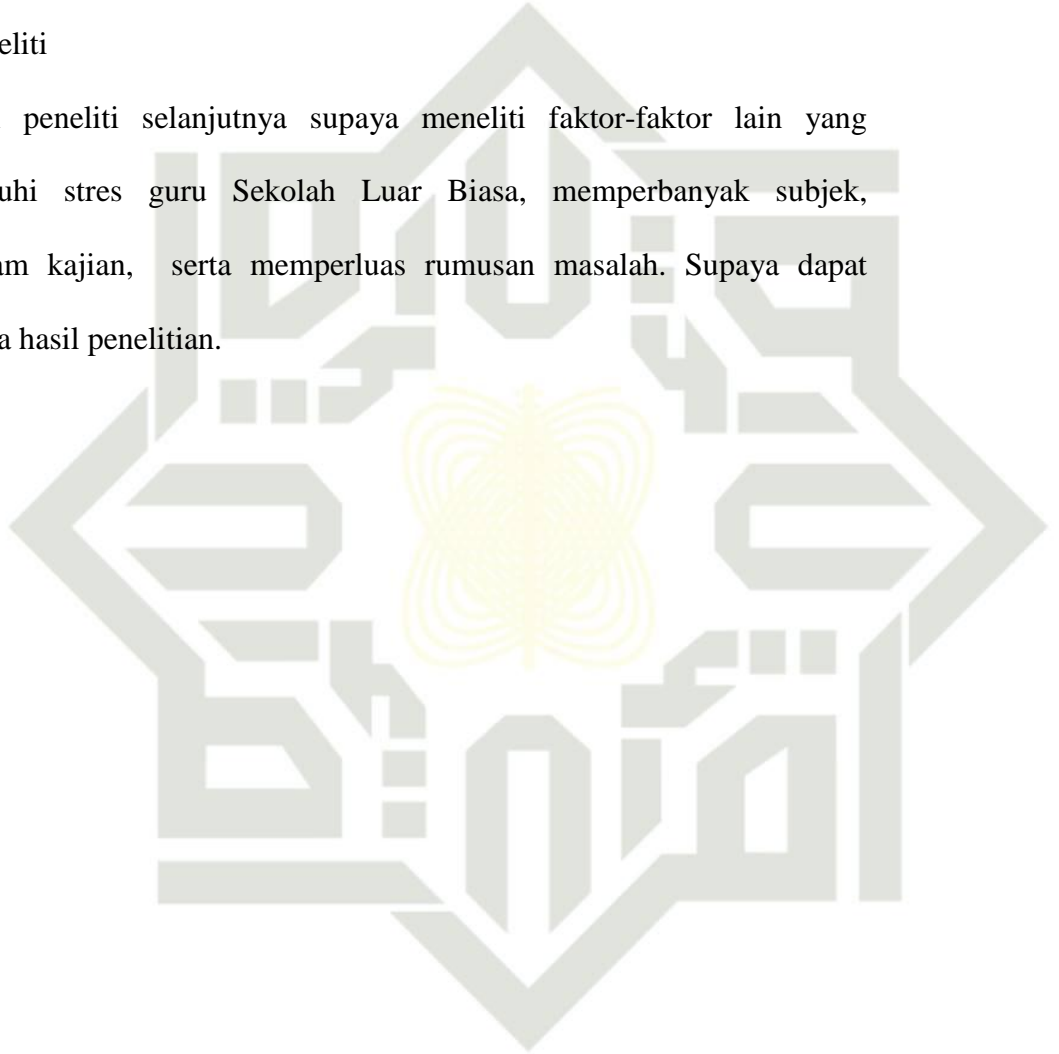
yang pro terhadap kesehatan psikologis guru. Dinas pendidikan juga diharapkan supaya menyusun modul pelatihan untuk guru Sekolah Luar Biasa yang bertujuan untuk membuat guru selalu bersabar dan bertawakkal, supaya guru-guru di Sekolah Luar Biasa terhindar dari stres.

#### 4. Kepada peneliti

Bagi peneliti selanjutnya supaya meneliti faktor-faktor lain yang mempengaruhi stres guru Sekolah Luar Biasa, memperbanyak subjek, memperdalam kajian, serta memperluas rumusan masalah. Supaya dapat memperkaya hasil penelitian.

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



## DAFTAR PUSTAKA

- Abernethy, A. D., Chang, H.T., Seidlitz, L., Evinger, J.S., & Duberstein, P.R. (2002). *Religious Coping and Depression Among Spouses of People With Lung Cancer*. *Journal Psychosomatics*. Vol. 43, No. 6, hlm. 456-463.
- Abidin, Z. (2009). *Ketika Stress Beraksi Islam Punya Solusi*. *Jurnal Dakwah dan Komunikasi*. Vol. 3, No.1, hlm. 148-166.
- Abiddunya, I. I. (1997). *As-Sabr Watssawab Lahu*. Beirut: Dar Ibn Hazam.
- Al-Ashfahani. A. R. (1992). *Mufradat al-Fadz Alqur'an*. Damasykus: Dar Al-Qalam.
- Al-Ghazali, I. (1999). *Ihya' Ulumuddin, Jilid IV*. Beirut-Libanon: Darul Kitab.
- Al-Jauziyyah, I. Q. (2001). *Madarijus Salikin (Pendakian Menuju Allah)*. Penerjemah: Kathur Suhardi. Jakarta: Pustaka Al-Kautsar.
- \_\_\_\_\_ (2013). *Terapi Mensucikan Jiwa*. Jakarta: Qisthi Press.
- \_\_\_\_\_ (2009). *'Uddatu Ash-Shabirin Wa Dzakhiratu asy-Syakirin*. Penerjemah: A.M. Halim. Jakarta: Maghfirah Pustaka.
- Al-Maragi, A. M. (2003). *Tafsir Al-Maragi*. Semarang: Karya Toha Putra Semarang.
- Al-Matauf, A. I. M . B. I. S. (2003). *Sunan Tirmidzi*. Beirut: Dar El-Fikr.
- Al-Syarqawi, H. (2002). *Mu'jam Al-alfadz hil Al-shufiyyah*. Kairo: Muassasah Mukhtar.
- Al-Qaradhawi, Y. (1996). *Tawakal*, Penerjemah: Khatun Suhardi. Jakarta: Pustaka Al-Kautsar.
- Al-Qarni, A. (2006). *Al-Tafsir Al-Muyassar*. Saudi Arabia: Obeikan.
- Al-Qusyairi. (1999). *Al-Risalah Al-Qusyairiyah*. Kairo: Mesir.
- Arvin, O. (2007). *Handling study stress: Panduan Agar Anda Bisa Belajar Bersama Anak-anak Anda*. Jakarta: Elex Media Komputindo.

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arraiyyah, M. H. (2002). *Sabar Kunci Surga*. Jakarta : Khazanah Baru.
- Azwar, S. (2013). *Metode Penelitian. Edisi ke-10*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- \_\_\_\_\_. (2001). *Dasar-dasar Psikometri. Edisi ke-2*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- \_\_\_\_\_. (2009). *Reliabilitas dan Validitas. Edisi ke-9*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- \_\_\_\_\_. (2013). *Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Az-zuhaili, W. (2009). *Tafsir Al-Munir Fi Al-`Aqidah Wa Asy-Syar`iah Wa Al-Manhaj*. Damaskus: Darul Fikri.
- Basri, M. M. (2008). *Indahnya Tawakkal*. Surakarta: Indiva Pustaka.
- Billingsley., B. S., & Cross, L. H. (1992). *Predictors Of Commitment, Job Satisfaction, And Intent To Stay In Teaching: A Comparison Of General And Special Educators*. The Journal of Special Education. Vol. 25, hlm. 453-471.
- Brackenreed, D. (2011). *Inclusive Education: Identifying Teachers' Strategies For Coping With Perceived Stressors In Inclusive Classrooms*. Canadian Journal of Education Administration and Policy. Vol. 122, hlm.1-37.
- Hafiz, S., Mundzir, I., Pratiwi, L., & Rozi, F. (2013). *Sabar (Patience) As New Psychological Construct*. The 10th Biennial Conference of Asian Association of Social Psychology, Yogyakarta, August 21 -24.
- Halhoun, J. F., & Acocella, J. R. (2000). *Psikologi Tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan*. Semarang: Press Semarang.
- Chapman, E. Stone, J. (1996). *Visual Impairment*. In G. Upton & V. Varma (Eds.), *Stress in Special Educational Needs Teachers*. England: Arena.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). *Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC)*.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Farahdika, A., & Azam, M. (2015). *Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Penyakit Jantung Koroner Pada Usia Dewasa Madya (41-60 Tahun) (Studi Kasus Di RS Umum Daerah Kota Semarang)*. Unnes Journal of Public Health. Vol. 4, No. 2, hlm. 122.
- Fitri, W.S (2008). *Faktor-faktor Yang Mendorong Tekanan Kerja (Stres) Di Kalangan Guru-guru SJK(C): Satu Kajian Di Tiga Buah Sekolah Di Wilayah Persekutuan. Kajian Ilmiah*. Universiti Teknologi Malaysia.
- Ghaffar, K. A. (2011). *Seni Bergembira Cara Nabi Meredam Gelisah Hati*. Jakarta: Zaman.
- Gibson, J. L., Ivancevich, John, M., Donnelly., & James, H. (1996). *Organisasi : Perilaku, Struktur Proses. Edisi Kedelapan*. Binarupa Aksara: Jakarta.
- Goleman, D. (2000). *Emotional Intelligence (terjemahan)*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Gregson, L. (2005). *Managing Stress: Mengatasi Stres secara Mandiri*. Yogyakarta: BACA.
- Grotberg, E. H. (2001). *A Guide To Promoting Resiliency In Children: Strengthening The Human Spirit*. Early Chidhood Development: Practice And Reflections.
- Gunarsa, S.D. (2009). *Dari Anak Sampai Usia Lanjut: Bunga Rampai Psikologi Perkembangan*. Jakarta: PT BPK Gunung Mulia.
- Hardjana. (1994). *Stres Tanpa Distres: Seni Mengolah Stres*. Yogyakarta: Penerbit Kanisius.
- Hasan, A. B. P (2008). *Pengantar Psikologi Kesehatan Islami*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Helle, L.A. & Ziegler, D.J. (2009). *Personality Theories: Basic Assumptions, Research, and Application. 2nd Edition*. Tokyo: McGraw-Hill Kogakusha Ltd.
- Hurlock, E. B. (2006). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Edisi Ke 5. Penerjemah: Widayanti, I., & Soedjarwo*. Jakarta: Erlangga.
- Husnar, A. Z., Saniah, S., & Nashori, F. (2017). *Harapan, Tawakal, dan Stres Akademik*. Jurnal Penelitian Psikologi, Vol 2, No 1, hlm. 23-24.

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Hollahan, C. J & Moos. R.H. (2003). *Personality and Contextual Determinants of Coping Strategy*. Journal of Personality and Social Psychology. Vol. 52, No. 5, hlm. 946-955.
- Herus, M. (2009). *Metode Penelitian Ilmu Sosial: Pendekatan Kualitatif dan Kuantitatif. Edisi Ke 2*. Jakarta: Erlangga.
- Kiyas, Y. (2009). *Kuliah Akhlaq*. Yogyakarta: Lembaga Pengajian dan Pengamalan Islam.
- Indria, I., Siregar, J., & Herawaty, Y. (2019). *Hubungan Antara Kesabaran Dan Stres Akademik Pada Mahasiswa Di Pekanbaru*. Jurnal Fakultas Psikologi. Vol. 13, No 1, hlm. 21-34.
- Idami, K. I. (2015). *Hubungan Antara Stres Dengan Hipertensi Pada Pasien Rawat Jalan Di Puskesmas Rapak Mahang Kabupaten Kutai Kartanegara Provinsi Kalimantan Timur*. Naskah Publikasi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta. Tidak diterbitkan. Hlm. 6.
- Jaya, Y. (2005). *Spiritualisasi Islam dalam Mengembangkan Kepribadian dan Kesehatan Mental*. Jakarta: Pustaka Ruhama.
- Jumahat, K. Noor, F. M. Ibrahim, M. B (2013). *Faktor-Faktor Penentu Stres dalam Kalangan Guru: Sekolah Rendah Mubaligh Di Kuala Lumpur*. Jurnal Kurikulum & Pengajaran Asia Pasifik, No. 1, Vol. 2 hlm. 9.
- Kemendiknas. (2010). *Desain Induk Pendidikan Karakter*. Jakarta: Republika Indonesia.
- Keye, M. D., & Pidgeon, A. M. (2013). *An Investigation Of The Relationship Between Resilience, Mindfulness, And Academic Self-Efficacy*. Journal Of Social Sciences, Vol. 1, No. 6, hlm. 1-4.
- Klassen, R. M. Chiu, M. M. (2010). *Effects On Teachers' Self-Efficacy And Job Satisfaction: Teacher Gender, Years Of Experience, And Job Stress*. Journal of Educational Psychology. 102 Hal. 741-756.
- Kokkinos, C. M. (2007). *Job Stressors, Personality and Burnout in Primary School Teachers*. British Journal of Educational Psychology. Vol. 77, hlm. 229-243.



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Kumarakulasingam, T. M. (2002). *Relationships Between Classroom Management, Teacher Stress, Teacher Burnout, And Teachers' Levels Of Hope*. ProQuest Dissertations and Theses.
- Kyriacou, C. Chein, P.Y. (2004). *Teacher Stress In Taiwanese Primary School*. Journal of Educational Enquiry. Vol. 5, hlm. 86-104.
- Lau, P. S. Y. (2002). *Teacher Burnout In Hong Kong Secondary Schools*. ProQuest Dissertations and Theses.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1994). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer.
- Locavalier, L. Leone, S. Wiltz, J. (2006). *The Impact Of Behaviour Problems On Caregiver Stress In Young People With Autism Spectrum Disorders*. Journal of Intellectual Disability Research. Vol. 50, hlm. 172-183.
- Leguminosa, P. Nashori, F. Rachmawati, M. A. (2017). *Pelatihan Kebersyukuran Untuk Menurunkan Stres Kerja Guru Di Sekolah Inklusi*. Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan. Vol. 5, No. 2, hlm. 187.
- Lubis, N. M. (2009). *Depresi Tinjauan Psikologis*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Madjid, M. (2004). *Islam Doktrin dan Peradaban*. Jakarta: Pustaka Pramadina.
- Maryati, T. (2017). *Dampak Kepuasan Kerja dan Stres Kerja Dalam Peningkatan Kinerja Guru SLB Negeri 1 Bantul*. Vol 8, No 2, hlm. 222.
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). *Job Burnout*. Annual Reviews Psychology. Vol. 5. hlm. 397-422.
- Masten, A. S., Cutuli, J. J., Herbers, J. E., & Reed, M. G. J. (2009). *Resilience in Development*. In *Oxford Handbook Of Positive Psychology*. United States Of America: Oxford University Press.
- Mubarak, A. (2001). *Psikologi Qur'ani*. Jakarta: Pustaka Firdaus.
- Muhbar, F. Rochmawati, D. H. (2017). *Hubungan Antara Tingkat Stres dengan Beban Kerja Guru Di Sekolah Luar Biasa*. Jurnal Keperawatan. Vol. 5, No. 2, hlm. 85.
- Mujib, A., & Mudzakir, J. (2002). *Nuansa-nuansa Psikologi Islam*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Mulyasa, E. (2007). *Standard Kompetensi dan Sertifikasi Guru*. Bandung: Rosda Karya.
- Murave., & Baumeister. (2002). *Self-Regulation And Depletion Of Limited Resources: Does Selfcontrol Resemble A Muscle*. Psychological Bulletin. Vol. 126, No. , hlm. 123.
- Nelson, J. R., Maculan, A., Roberts, M. L., & Ohlund, B. (2001). *Sources Of Occupational Stress For Teachers Of Students With Emotional And Behavioral Disorders*. Journal of Emotional and Behavioral Disorders. Vol. 9, hlm. 123-131.
- Nugroho, Y. J. D., & Khasan, M. (2016). *Coping Stress Strategy Pada Guru Anak Berkebutuhan Khusus*. Jurnal Psikohumanika. Vol. 8, No. 2, hlm. 125.
- Nurhakim, I. (2018). *Hubungan Tawakal dengan Stres Mahasiswa Jurusan Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin Dalam Penyusunan Skripsi*. Naskah Publikasi Universitas Islam Negeri Antasari Fakultas Ushuluddin dan Humaniora. Jurusan Psikologi Islam Banjarmasin. Tidak Diterbitan.
- Nursucianti, Z. Supradewi, R. (2014). *Hubungan Antara Stres Kerja Dengan Penyesuaian Diri Pada Guru SLB Di Lingkungan Kerjanya*. Jurnal Proyeksi. Vol. 9, No. 2, hlm. 86.
- Sternami, R. S. (2014). *Sikap Positif: Kunci Sukses dalam Berkarir*. Bandung: Simbiosis Rekatama Media.
- Satri, A. S., & Uyun, Q. (2017). *Hubungan Tawakal dan Resiliensi Pada Santri Remaja Penghafal Al Quran Di Yogyakarta*. Jurnal Psikologi Islam, Vol. 4, No. 1, hlm. 23-24.
- Shahayu, E., & Hadriam, E. (2015). *Stres Dan Sense Of Humor Pada Guru SLB C*. Jurnal Psikodimensia. Vol. 14, No. 2, hlm. 41.
- Rajab, I. I. (2001). *Syarah Arba'in An-Nawawiyah*. Beirut: Muassasah Ar-Risalah.
- Rohmah, U. (2012). *Resiliensi dan Sabar sebagai Respon Pertahanan Psikologis dalam Menghadapi Post-Traumatic*. Academic Journal for Homiletic Studies. Vol. 6, No. 2, hlm. 329.

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- Rojas, F. L. (2015). *Factors Affecting Academic Resilience In Middle School Students : A Case Study*. *Gist Education And Learningresearch. Journal Psychology*, Vol.11, No. 11, hlm. 63-78.
- Safaria, T., & Saputra, N. E. (2012). *Manajemen Emosi: Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif Dalam Hidup Anda*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Safitri, A. (2018). *Hubungan Antara Kesabaran dengan Stres Menghadapi Ujian Pada Mahasiswa*. *Jurnal Islamika*, Vol. 01, No. 01, hlm. 34-40.
- Santrock, J.W. (2003). *Adolesence (Perkembangan Remaja)*. Jakarta: Erlangga.
- Sari, R. P., & Handayani, A. (2017). *Hubungan Efikasi Diri dan Stres Kerja Pada Guru Sekolah Luar Biasa Negeri Semarang*. *Jurnal Proyeksi*, Vol. 12, No. 2, hlm. 53.
- Sapuri, R. (2009). *Psikologi Islam: Tuntunan Jiwa Manusia Modern*. Jakarta: Rajawali Press.
- Saputri, D. E. (2010). *Hubungan Stres Dengan Hipertensi Pada Penduduk Di Indonesia Tahun 2007 (Analisis Data Riskedas 2007)*. Tesis Fakultas Kesehatan Masyarakat Program Pasca Sarjana Depok. Tidak diterbitkan. Hlm. 64.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health psychology: Biopsychosocial interaction 8th edition*. Asia: John Wiley & Sons, Inc.
- Shetter, C. D. (2009). *Stress Processes in Pregnancy and Preterm Birth*. *Journal of Association for Psychological Science*, Vol. 18, No. 4, hlm. 23-24.
- Sihab, M. Q. (2002). *Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Alqur'an. Vol. 1*. Jakarta: Lentera Hati.
- Siyoto, S., & Sodik, A. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Literasi Media Publishing.
- Soet, B. (2001). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta : PT. Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Subandi, (2011). *Sabar: Sebuah Konsep Psikologi*. *Jurnal Psikologi*. Vol. 38, No. 2, hlm. 215-227.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- \_\_\_\_\_ (2005). *Metode Penelitian Administrasi. Edisi Ke 13*. Bandung: Alfabeta.
- Sekadiyanto. (2010). *Stres dan Cara Mengurangnya*. Jurnal Ilmiah Cakrawala Pendidikan. Th. XXIX, No. 1, hlm. 65.
- Syahrum., & Salim. (2012). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Citapustaka Media.
- Syarbini, A., & Jumari, A. (2010). *Dahsyatnya Sabar, Syukur, & Ikhlas Muhammad SAW*. Bandung: Kawan Pustaka.
- Tamami. (2011). *Psikologi Tasawuf*. Bandung: Pusataka Setia.
- Tarnoto, N. (2016). *Permasalahan-permasalahan Yang Dihadapi Sekolah Penyelenggara Pendidikan Inklusi Pada Tingkat SD*. Jurnal Humanitas. Vol. 13, No. 1, hlm 50-61.
- Ursin, H. Eriksen, H. R. (1999). *The Cognitive arousal theory of stress*. Psychiatry Research. Vol. 85, hlm. 39-50.
- Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 72 Tahun 1991 Tentang Pendidikan Luar Biasa. *Pasal 1 ayat 1 dan 2*.
- Wibowo, M. A. (2009). *Penerimaan Diri Pada Individu Yang Mengalami Prekognisi*. Jurnal Ilmiah Universitas Gunadarma. Vol. 4, No. 2, hlm. 34-43.
- Yosep, I. (2009). *Keperawatan Jiwa*. Bandung: Refika Aditama.
- Yusuf, U. (2010). *Sabar (Konsep, Proposisi, dan Hasil Penelitian)*. Bandung: Fakultas Psikologi Unisba.
- Yuwono, S. (2010). *Mengelola Stres Dalam Perspektif Islam dan Psikologi*. Jurnal Psycho Idea. Vol. 8, No. 2, hlm. 21.



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

# LAMPIRAN I

## LEMBAR VALIDASI SKALA

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

UIN SUSKA RIAU

## LEMBAR VALIDASI SKALA SABAR UNTUK *TRY OUT*

### A. Definisi Operasional

Sabar adalah kemampuan guru untuk menahan keinginan, menghilangkan kesedihan, menjauhi kemarahan, menghindari berkeluh kesah, menahan anggota tubuh untuk tidak melakukan hal-hal yang tidak baik, menguatkan hati untuk menjalankan ketetapan dan syariat Allah SWT. Skala sabar disusun mengacu pada aspek sabar yang dikemukakan oleh Al-Jauziyyah (2009).

1. Skala yang digunakan : Skala Sabar
  - [  ] Buat Sendiri
  - [  ] Terjemahan
  - [  ] Modifikasi
2. Jumlah item : 26 item
3. Jenis format responden : Persetujuan (Rating)
4. Penilaian setiap butir item : 1 = Tidak sesuai
  - 2 = Kurang sesuai
  - 3 = Agak sesuai
  - 4 = Sesuai

UIN SUSKA RIAU

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





### B. Aspek dan Item Skala

ASPEK	KOMPONEN	NO	PERNYATAAN	PILIHAN JAWABAN			KET
				R	KR	TR	
<p>1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:</p> <p>a. Penelitian hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.</p> <p>b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.</p> <p>2. Dilarang mengumumkannya dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.</p>	Kemampuan guru menjauhkan diri dari berbagai kesenangan fisik yang dilarang oleh Allah	1	Saya mampu mengendalikan nafsu syahwat saya (F)				
		2	Saya mampu menjauhkan diri dari perbuatan zalim (F)				
		3	Saya mampu menjauhkan diri dari perbuatan zina (F)				
		4	Saya mampu menjauhkan diri dari perilaku bermabuk-mabukan (F)				
		5	Saya suka berjudi (UF)				
		6	Terkadang saya mengambil hak orang lain (UF)				
	Kemampuan guru mengerjakan hal-hal yang tidak disenangi fisik yang merupakan perintah Allah	7	Saya selalu menuanaikan ibadah sholat (F)				
		8	Saya suka melaksanakan ibadah puasa (F)				
		9	Saya rutin membaca Alqur'an (F)				
		10	Saya suka menolong orang yang membutuhkan (F)				
		11	Saya jarang berzikir (UF)				
		12	Saya jarang bersedekah (UF)				
Kemampuan guru menjauhkan diri dari berbagai kesenangan jiwa yang dilarang oleh Allah	13	Saya menjauhkan hati saya dari perasaan bangga diri (F)					
	14	Saya merasa masih banyak orang yang lebih baik dari saya (F)					
	15	Saya adalah orang yang mudah berkeluh kesah (UF)					
	16	Saya sering merasa iri kepada orang lain (UF)					
	17	Saya mudah merasa benci kepada orang lain (UF)					
	Kemampuan guru mengerjakan hal-hal yang disenangi jiwa	18	Saya selalu berserah diri kepada Allah (F)				
		19	Saya selalu bersyukur dengan segala nikmat yang saya peroleh (F)				



yang merupakan perintah Allah	20	Saya adalah orang yang rendah hati (F)				
	21	Saya mampu mengelola emosi dengan baik (F)				
	22	Saya mampu menyelesaikan masalah dengan hati yang lapang (F)				
	23	Saya mampu menahan berbagai keinginan hati saya (F)				
	24	Saya mampu menghilangkan kesedihan yang menimpa saya (F)				
	25	Saya sering merasa terpaksa dalam melaksanakan sesuatu (UF)				
	26	Saya merasa bahwa rezeki yang saya peroleh belum cukup (UF)				

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**C. Catatan**

**1. Isi (Kesesuaian dengan indikator)**

.....

.....

.....

.....

**2. Bahasa**

.....

.....

.....

.....

**3. Jumlah Aitem**

.....



Pekanbaru, 28 Desember 2019

Validator II

**Dr. Vivik Shofiah, M.Si.,**  
NIP. 19761015 200501 2 004

Validator I

**Dr. Kadar, M.Ag.,**  
NIP. 19650521 199402 1 001

Validator III

**Dr. Khairil Anwar, M.Ag**  
NIP. 19740713 200801 1 011

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

UIN SUSKA RIAU



## LEMBAR VALIDASI SKALA TAWAKKAL UNTUK *TRY OUT*

### A. Definisi Operasional

Tawakkal adalah kemampuan guru untuk tidak bergantung kepada makhluk, walaupun guru tersebut merasa membutuhkannya, karena keyakinan bahwa hanya Allah satu-satunya tempat bergantung, dan selalu merasa senang kepada Allah walaupun kebutuhannya sudah dipenuhi. Skala tawakkal disusun mengacu pada komponen tawakkal yang dikemukakan oleh Al-Jauziyyah (2001).

1. Skala yang digunakan : Skala Tawakkal
  - [ √ ] Buat Sendiri
  - [ ] Terjemahan
  - [ ] Modifikasi
2. Jumlah Item : 39 Item
3. Jenis format responden : Persetujuan (Rating)
4. Penilaian setiap butir item : 1 = Tidak sesuai
  - 2 = Kurang sesuai
  - 3 = Agak sesuai
  - 4 = Sesuai

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





**B. Komponen dan Item Skala**

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mengutip sumbernya
  - a. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

KOMPONEN	NO	PERNYATAAN	PILIHAN JAWABAN			KET
			R	KR	TR	
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mengutip sumbernya	1	Saya percaya bahwa penciptaan alam ini merupakan bukti kekuasaan Allah (F)				
	2	Saya mengetahui bahwa Allah maha perkasa (F)				
	3	Saya mengetahui bahwa ilmu Allah maha luas (F)				
	4	Saya percaya bahwa kekuasaan Allah maha luas (F)				
	5	Saya percaya bahwa Allah maha penyayang terhadap hambanya (F)				
	6	Saya sering mempertanyakan beberapa ayat Alqur'an (UF)				
	7	Masih banyak sifat-sifat Allah yang belum saya ketahui (UF)				
2. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mengutip sumbernya	8	Saya berkeyakinan bahwa manusia disuruh berusaha secara maksimal (F)				
	9	Saya yakin semua hasil usaha manusia ada di tangan Allah (F)				
	10	Saya yakin bahwa usaha itu hanya sebagai syarat, sementara hasilnya sudah ditetapkan oleh Allah (F)				
	11	Saya yakin bahwa semua kerja keras manusia pasti berhasil (UF)				
3. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mengutip sumbernya	12	Saya percaya bahwa kebahagiaan itu adalah hasil kerja keras manusia (UF)				
	13	Saya yakin bahwa Allah akan selalu mencukupi kebutuhan saya (F)				
	14	Saya berkeyakinan bahwa manusia dilarang bergantung kepada makhluk (F)				
	15	Saya percaya bahwa hanya Allah tempat bergantung (F)				
	16	Saya selalu mengharapkan pertolongan dari manusia (UF)				
	17	Saya khawatir dengan kehidupan saya di masa yang akan datang (UF)				
4. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mengutip sumbernya	18	Saya sadar bahwa manusia diciptakan dalam keadaan lemah (F)				
	19	Saya sadar bahwa saya selalu butuh kepada Allah (F)				

20	Saya percaya bahwa manusia bisa melakukan sesuatu hanya karena pertolongan Allah (F)				
21	Saya tidak pernah berharap kecuali kepada Allah (F)				
22	Saya sering mengabaikan perintah Allah (UF)				
23	Saya sering mengerjakan hal-hal yang dilarang Allah (UF)				
24	Saya menerima takdir yang ditetapkan Allah tanpa mengeluh (F)				
25	Saya percaya bahwa apapun yang terjadi dalam kehidupan manusia tidak luput dari pengawasan Allah (F)				
26	Saya percaya bahwa apapun yang terjadi sudah menjadi kehendak Allah (F)				
27	Kadang saya merasa beban yang diberikan Allah terlalu berat untuk saya (UF)				
28	Terkadang hati saya protes terhadap masalah yang diberikan Allah (UF)				
29	Saya percaya bahwa Allah adalah sebaik-baik pembuat rencana (F)				
30	Saya percaya bahwa Allah lebih tahu yang terbaik buat hambanya (F)				
31	Saya percaya bahwa Allah tidak mungkin menzalimi hambanya (F)				
32	Saya percaya bahwa semua yang ditetapkan Allah pasti ada hikmahnya (F)				
33	Terkadang saya merasa bahwa Allah tidak menyayangi saya (UF)				
34	Kadang saya merasa bahwa Allah tidak adil kepada saya (UF)				
35	Saya selalu menerima hasil yang diberikan Allah dengan suka rela (F)				
36	Saya percaya bahwa apapun hasil yang diberikan Allah pasti ada nilai kebaikannya (F)				
37	Saya percaya bahwa apapun hasil yang diberikan Allah pasti yang terbaik buat saya (F)				
38	Hati saya sering mengeluh dengan hasil yang diberikan Allah (UF)				

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

cara

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruhnya tanpa izin dari penerbit yang ditetapkan oleh penerbit.

a. Penggunaan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian, penulisan karya tulis ini tanpa mencantumkan atau menyebutkan sumber: *curu ridha*

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



39	Terkadang saya tidak suka dengan hasil yang Allah berikan (UF)				
----	--	--	--	--	--

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**C. Catatan**

**1. Isi ( Kesesuaian dengan indikator)**

.....

.....

.....

.....

.....

**2. Bahasa**

.....

.....

.....

.....

.....



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Jumlah Item

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Pekanbaru, 28 Desember 2019

Validator I

Dr. Kadar, M.Ag.,  
NIP. 19650521 199402 1 001

Validator II

Dr. Vivik Shofiah, M.Si.,  
NIP. 19761015 200501 2 004

Validator III

Dr. Khairil Anwar, M.Ag  
NIP. 19740713 200801 1 011

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Jumlah Item

UIN SUSKA RIAU

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## LEMBAR VALIDASI SKALA STRES UNTUK *TRY OUT*

### A. Definisi Operasional

Stres adalah cara pandang yang berbeda terhadap permasalahan yang dihadapi, sehingga guru mengalami tekanan psikologis dan sosial, yang dapat menimbulkan perubahan pada sistem biologis, psikologis, dan kehidupan sosial. Terjadinya stres dikarenakan ketidakmampuan guru memenuhi tuntutan diluar kemampuannya, sehingga menimbulkan ketegangan, dan ketegangan yang tidak mampu diselesaikan berubah menjadi stres. Skala stres disusun mengacu pada aspek-aspek stres yang dikemukakan oleh Sarafino dan Smith (2012).

1. Skala yang digunakan : Skala Stres
  - Buat Sendiri
  - Terjemahan
  - Modifikasi
2. Jumlah item : 31 Item
3. Jenis format responden : Persetujuan (Rating)
4. Penilaian setiap butir item : 1 = Tidak sesuai
  - 2 = Kurang sesuai
  - 3 = Agak sesuai
  - 4 = Sesuai





## B. Aspek dan Item Skala

ASPEK	KOMPONEN	NO	PERNYATAAN	PILIHAN JAWABAN			KET
				R	KR	TR	
Aspek Biologi (Reaksi perubahan biologis pada guru)	Reaksi perubahan biologis pada guru	1	Detak jantung saya sering meningkat (F)				
		2	Otot-otot saya sering terasa tegang (F)				
		3	Kepala saya mudah pusing (F)				
		4	Saya mudah capek (F)				
		5	Saya jarang terkena diare (UF)				
		6	Tekanan darah saya selalu normal (UF)				
Aspek Sosial (Reaksi terhadap lingkungan sosial)	Reaksi kognitif guru terhadap lingkungan sosial	7	Saya merasa kesulitan mengingat sesuatu (F)				
		8	Saya kesulitan dalam menghafal (F)				
		9	Saya kesulitan memperhatikan hal-hal yang seharusnya diperhatikan (F)				
		10	Saya kesulitan mengingat hal-hal penting dalam hidup saya (F)				
		11	Saya kesulitan dalam berkonsentrasi (F)				
		12	Saya sering merasa kebingungan (F)				
		13	Saya mudah dalam mengambil keputusan (UF)				
		14	Saya mampu menyelesaikan masalah yang saya hadapi (UF)				
		15	Saya sering berfikiran positif terhadap hal-hal yang saya alami (UF)				
Aspek Emosi (Reaksi emosi guru terhadap lingkungan sosial)	Reaksi emosi guru terhadap lingkungan sosial	16	Saya sering merasa takut (F)				
		17	Saya mudah merasa sedih (F)				
		18	Saya mudah merasa tersinggung (F)				
		19	Saya mudah marah (F)				

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mengemukakan dan menyebutkan sumber:

a. Penelitian yang diterbitkan dalam jurnal, prosiding, atau buku.

b. Penelitian yang tidak diterbitkan.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

20	Saya mudah merasa kecewa (F)				
21	Saya merasa nyaman dengan kondisi yang saya alami (UF)				
22	Saya merasa tenang ketika menghadapi masalah (UF)				
23	Saya merasa hidup saya sangat berharga (UF)				
Perubahan perilaku guru dalam lingkungan sosial	24	Saya menghindari sosialisasi dengan orang dilingkungan saya (F)			
	25	Nafsu makan saya sering berubah-ubah (F)			
	26	Saya sering bermusuhan dengan orang-orang disekitar saya (F)			
	27	Saya kurang disiplin dalam melaksanakan sesuatu (F)			
	28	Saya sering membolos dari pekerjaan saya (F)			
	29	Saya adalah orang yang jujur (UF)			
	30	Saya sangat peduli dengan urusan orang lain (UF)			
	31	Saya sangat peduli pada pembelajaran di sekolah (UF)			

**C. Catatan**

**1. Isi (Kesesuaian dengan indikator)**

.....

.....

.....

.....





© Hak cipta milik UIN Suska Riau

Bahasa

.....  
.....  
.....  
.....

Jumlah Item

.....  
.....  
.....  
.....

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Validator I

Dr. Kadar, M.Ag.,  
NIP. 19650521 199402 1 001

Pekanbaru, 28 Desember 2019

Validator II

Dr. Vivik Shofiah, M.Si.,  
NIP. 19761015 200501 2 004

Validator III

Dr. Khairil Anwar, M.Ag  
NIP. 19740713 200801 1 011

Bahasa

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

UIN SUSKA RIAU



# LAMPIRAN II

## SKALA UNTUK *TRY OUT*

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**IDENTITAS DIRI**

Nama/Inisial :  
 Nama Sekolah :  
 Jenis Kelamin :  
 Usia :  
 Agama :  
 Nomor *Handphone* :

**PETUNJUK PENGISIAN**

Dibawah ini terdapat beberapa pernyataan, pilihlah pernyataan yang paling menggambarkan diri anda. Berikut ini adalah pilihan jawaban untuk masing-masing pernyataan yang diberikan kepada anda :

**S** : Apabila anda **Sesuai** dengan pernyataan tersebut  
**AS** : Apabila anda **Agak Sesuai** dengan pernyataan tersebut  
**KS** : Apabila anda **Kurang Sesuai** dengan pernyataan tersebut  
**TS** : Apabila anda **Tidak Sesuai** dengan pernyataan tersebut

**Contoh:**

No	PERNYATAAN	S	AS	KS	TS
1	Mudah bergaul	√			

Berilah tanda **ceklist** (√) untuk jawaban yang anda pilih. Pastikan anda menjawab semua pernyataan yang diberikan. **TIDAK ADA JAWABAN SALAH** dalam pernyataan ini. Semua jawaban benar selama anda menjawab dengan jujur. Selamat mengerjakan....

No	PERNYATAAN	S	AS	KS	TS
1	Mampu mengendalikan nafsu syahwat				
2	Masih sering meninggalkan sholat				
3	Menjauhkan hati dari perasaan bangga diri				
4	Selalu berserah diri kepada Allah				
5	Terkadang masih menyakiti orang lain				
6	Melaksanakan ibadah puasa wajib dan sunnah				

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

7	Merasa masih banyak orang lain yang lebih baik				
8	Selalu bersyukur dengan nikmat yang diperoleh				
9	Orang yang rendah hati				
10	Mampu menjauhkan diri dari perbuatan zina				
11	Membaca Alqur'an setiap hari				
12	Masih sering mengeluh				
13	Mampu mengontrol emosi dalam kondisi apapun				
14	Mampu mengatasi masalah dengan tenang				
15	Selalu terhindar dari hal-hal yang memabukkan				
16	Merasa senang menolong orang yang membutuhkan				
17	Terkadang merasa iri kepada orang lain				
18	Kesulitan menahan berbagai keinginan hati				
19	Mampu menghilangkan rasa sedih dengan mudah				
20	Belum mampu menghindari hal-hal yang berbau judi				
21	Jarang berzikir				
22	Mudah merasa benci kepada orang lain				
23	Sering merasa terpaksa dalam melaksanakan sesuatu				
24	Merasa rezeki yang peroleh belum cukup				
25	Suka mengambil hak orang lain				
26	Jarang bersedekah				

No	PERNYATAAN	S	AS	KS	TS
1	Percaya bahwa Allah maha kuasa dalam menciptakan apapun				
2	Selalu berusaha dengan sungguh-sungguh				
3	Tidak pernah berharap kepada siapapun selain kepada Allah				



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

4	Percaya bahwa manusia bisa melakukan sesuatu berkat pertolongan Allah				
5	Terkadang merasa beban yang diberikan Allah terlalu berat				
6	Terkadang merasa tidak disayangi Allah				
7	Percaya bahwa hanya Allah yang perkasa				
8	Percaya hanya Allah yang menetapkan hasil dari usaha manusia				
9	Percaya hanya kepada Allah yang boleh mengadukan masalah				
10	Tidak pernah berharap balasan dari orang lain				
11	Terkadang hati protes terhadap masalah yang diberikan Allah				
12	Terkadang merasa Allah tidak adil				
13	Percaya bahwa Allah mengetahui semua yang terjadi				
14	Percaya bahwa Allah sudah menetapkan seseorang itu bahagia atau celaka				
15	Selalu mengharapkan pertolongan dari manusia				
16	Sering mengabaikan perintah Allah				
17	Percaya bahwa Allah lebih tahu yang terbaik buat manusia				
18	Selalu menerima hasil yang diberikan Allah dengan senang hati				
19	Percaya bahwa apapun hasil yang diberikan Allah pasti ada nilai kebaikannya				
20	Percaya bahwa manusia tidak memiliki kuasa atas dirinya				
21	Percaya bahwa semua kerja keras manusia pasti berhasil				
22	Khawatir dengan rezeki di masa yang akan datang				
23	Sering mengerjakan hal-hal yang dilarang Allah				
24	Menerima ketetapan Allah tanpa mengeluh				
25	Percaya bahwa dalam perkara yang buruk ada nilai kebaikannya disisi Allah				
26	Terkadang ragu apakah ketetapan yang dibuat Allah memang yang terbaik				
27	Terkadang bertanya-tanya apakah Allah benar-benar maha penyayang				

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

28	Percaya bahwa kesuksesan yang diperoleh merupakan hasil kerja keras manusia				
29	Percaya bahwa manusia tidak memiliki kekuatan apapun				
30	Sadar bahwa manusia tidak bisa hidup sesuai dengan keinginannya				
31	Terkadang merasa terzalimi dengan ketetapan yang dibuat Allah				
32	Hati sering mengeluh dengan hasil yang diberikan Allah				
33	Terkadang tidak suka dengan hasil yang Allah berikan				
34	Terkadang meragukan beberapa sifat Allah				
35	Allah selalu memberikan kecukupan				
36	Selalu menyertakan Allah dalam setiap urusan				
37	Semua yang terjadi merupakan kehendak Allah				
38	Selalu menemukan hikmah dari ketetapan Allah				
39	Belum mengetahui semua sifat-sifat Allah				

No	PERNYATAAN	S	AS	KS	TS
1	Detak jantung sering meningkat				
2	Merasa kesulitan dalam mengingat sesuatu				
3	Selalu melihat hal positif dari kejadian yang dialami				
4	Selalu merasa nyaman di lingkungan sosial				
5	Otot-otot jarang terasa tegang				
6	Kesulitan dalam menghafal				
7	Sering merasa takut dalam menghadapi permasalahan yang menimpa				
8	Merasa tenang ketika menghadapi masalah				
9	Nafsu makan sering berubah-ubah				
10	Kepala mudah pusing				
11	Kesulitan memperhatikan hal-hal yang seharusnya diperhatikan				

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

12	Mudah merasa sedih				
13	Merasa hidup selalu bermanfaat bagi orang lain				
14	Menghindari sosialisasi dengan orang lain				
15	Mudah capek				
16	Kesulitan mengingat hal-hal penting dalam hidup				
17	Mudah merasa tersinggung				
18	Sering bermusuhan dengan orang-orang disekitar				
19	Kurang disiplin dalam melaksanakan tugas				
20	Sering mengalami penyakit Diare				
21	Kesulitan dalam berkonsentrasi				
22	Mudah marah				
23	Sering membolos dari pekerjaan				
24	Selalu berkata jujur				
25	Tekanan darah selalu normal				
26	Sering merasa kebingungan				
27	Mudah merasa kecewa				
28	Selalu membantu orang yang membutuhkan				
29	Sangat peduli pada pembelajaran di sekolah				
30	Orang yang cepat dalam mengambil keputusan				
31	Menyelesaikan masalah tanpa bantuan orang lain				



# LAMPIRAN III

## SKALA UNTUK PENELITIAN

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**IDENTITAS DIRI**

Nama/Inisial :  
 Nama Sekolah :  
 Jenis Kelamin :  
 Usia :  
 Agama :  
 Nomor *Handphone* :

**PETUNJUK PENGISIAN**

Di bawah ini terdapat beberapa pernyataan, pilihlah pernyataan yang paling menggambarkan diri anda. Berikut ini adalah pilihan jawaban untuk masing-masing pernyataan yang diberikan kepada anda :

**S** : Apabila anda **Sesuai** dengan pernyataan tersebut  
**AS** : Apabila anda **Agak Sesuai** dengan pernyataan tersebut  
**KS** : Apabila anda **Kurang Sesuai** dengan pernyataan tersebut  
**TS** : Apabila anda **Tidak Sesuai** dengan pernyataan tersebut

**Contoh:**

No	PERNYATAAN	S	AS	KS	TS
1	Mudah bergaul	√			

Berilah tanda **ceklist** (√) untuk jawaban yang anda pilih. Pastikan anda menjawab semua pernyataan yang diberikan. **TIDAK ADA JAWABAN SALAH** dalam pernyataan ini. Semua jawaban benar selama anda menjawab dengan jujur. Selamat mengerjakan....

No	PERNYATAAN	S	AS	KS	TS
1	Masih sering meninggalkan sholat				
2	Terkadang masih menyakiti orang lain				
3	Melaksanakan ibadah puasa wajib dan sunnah				
4	Merasa masih banyak orang lain yang lebih baik				
5	Selalu bersyukur dengan nikmat yang diperoleh				
6	Orang yang rendah hati				

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

7	Mampu menjauhkan diri dari perbuatan zina				
8	Membaca Alqur'an setiap hari				
9	Mampu mengontrol emosi dalam kondisi apapun				
10	Mampu mengatasi masalah dengan tenang				
11	Terkadang merasa iri kepada orang lain				
12	Jarang berzikir				
13	Mudah merasa benci kepada orang lain				
14	Sering merasa terpaksa dalam melaksanakan sesuatu				
15	Merasa rezeki yang peroleh belum cukup				
16	Suka mengambil hak orang lain				
17	Jarang bersedekah				

No	PERNYATAAN	S	AS	KS	TS
1	Terkadang merasa beban yang diberikan Allah terlalu berat				
2	Terkadang merasa tidak disayangi Allah				
3	Terkadang hati protes terhadap masalah yang diberikan Allah				
4	Terkadang merasa Allah tidak adil				
5	Percaya bahwa Allah mengetahui semua yang terjadi				
6	Selalu mengharapkan pertolongan dari manusia				
7	Sering mengabaikan perintah Allah				
8	Percaya bahwa apapun hasil yang diberikan Allah pasti ada nilai kebaikannya				
9	Percaya bahwa semua kerja keras manusia pasti berhasil				
10	Khawatir dengan rezeki di masa yang akan datang				
11	Sering mengerjakan hal-hal yang dilarang Allah				
12	Menerima ketetapan Allah tanpa mengeluh				
13	Percaya bahwa kesuksesan yang diperoleh merupakan hasil kerja keras manusia				



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

4	Hati sering mengeluh dengan hasil yang diberikan Allah				
5	Terkadang tidak suka dengan hasil yang Allah berikan				
6	Terkadang meragukan beberapa sifat Allah				
7	Belum mengetahui semua sifat-sifat Allah				

No	PERNYATAAN	S	AS	KS	TS
1	Detak jantung sering meningkat				
2	Merasa kesulitan dalam mengingat sesuatu				
3	Kesulitan dalam menghafal				
4	Sering merasa takut dalam menghadapi permasalahan yang menimpa				
5	Nafsu makan sering berubah-ubah				
6	Kepala mudah pusing				
7	Kesulitan memperhatikan hal-hal yang seharusnya diperhatikan				
8	Mudah merasa sedih				
9	Mudah capek				
10	Kesulitan mengingat hal-hal penting dalam hidup				
11	Mudah merasa tersinggung				
12	Sering bermusuhan dengan orang-orang disekitar				
13	Kurang disiplin dalam melaksanakan tugas				
14	Sering mengalami penyakit Diare				
15	Kesulitan dalam berkonsentrasi				
16	Mudah marah				
17	Sering membolos dari pekerjaan				
18	Tekanan darah selalu normal				
19	Sering merasa kebingungan				
20	Mudah merasa kecewa				
21	Orang yang cepat dalam mengambil keputusan				

# LAMPIRAN IV

## VERBATEAM STUDI KASUS

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## PERTANYAAN PERBATEAM STUDI KASUS I

### A. Identitas Interviewee I

Nama Interviewee : MF (Inisial)  
 Jenis Kelamin : Laki-laki  
 Pendidikan : S1 Psikologi  
 Usia : 27 Tahun  
 Status Perkawinan : Belum Menikah

### B. Tempat Wawancara

Proses wawancara dilaksanakan di salah satu sekolah SLB di Kota Pekanbaru.

### C. Waktu Wawancara

Hari/tanggal : Kamis/14 November 2019  
 Waktu Pelaksanaan : 09.00 – 09.25 Wib  
 Lama wawancara : 25 Menit

NO	SUBJEK	PERTANYAAN
1	Interviewer	Assalamu'alaikum pak
	Interviewee	Waalaikum salam
2	Interviewer	Selamat pagi pak. Boleh minta waktunya sebentar?
	Interviewee	Iya.. selamat pagi, Boleh.. ada apa ya pak?
3	Interviewer	Begini pak, saya sekarang sedang melakukan penelitian. Tentang guru di Sekolah Luar Biasa, jadi mau wawancara tentang keadaan guru di Sekolah Luar Biasa.
	Interviewee	Ooo.. begitu pak. Terus apa yang bisa saya bantu pak?
4	Interviewer	Saya mau tanya pendapat bapak tentang keadaan guru di sekolah luar biasa, boleh pak?
	Interviewee	boleh pak, silahkan....
5	Interviewer	Baik pak... Bagaimana keadaan guru di sekolah SLB pak? Apakah mereka pernah mengalami stres?
	Interviewee	Menurut pengalaman saya pernah pak
6	Interviewer	Apakah guru-guru di SLB sering mengalami stres pak?

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



	Interviewee	Lumayan seringlah kalau menurut saya
7	Interviewer	Apa penyebabnya pak?
	Interviewee	Kadang karena kebingungan menghadapi anak-anak yang memiliki kebutuhan khusus ni. Apalagi guru-guru baru. Maklumlah kan... Cara menghadapi anak berkebutuhan khusus ini berbeda dengan cara menghadapi anak normal.
8	Interviewer	Kalau guru-guru yang lama apakah sering stres juga pak?
	Interviewee	Ya... sering juga sebenarnya. Hampir sama juga dengan guru-guru baru ini. Karena mengajar di sekolah SLB ini harus banyak-banyak sabar, kalau tidak kita akan sering marah-marah. Nanti bisa stres jadinya....
9	Interviewer	Owh begitu pak. Guru-guru SLB ini sering mengeluh nggak pak?
	Interviewee	sering mengeluh sih tidak, tapi kalau pernah pasti pernahlah, kan masih manusiawi tu. Apalagi ketika banyak tuntutan, banyak hal yang harus di urus, pasti ada yang mengeluh.
10	Interviewer	Kira-kira apa saja hal yang membuat guru-guru stres pak?
	Interviewee	Saya kira bermacam-macamlah ya. Ada yang bingung dengan cara mengajar di SLB, ada yang kesulitan menyelesaikan administrasi di sekolah, ada yang pusing karena orang tua murid banyakuntutannya, bahkan ada yang stres karena masalah ekonomi pak.
11	Interviewer	Sampai saat ini, apa saja hal yang dilakukan oleh guru supaya terhindar dari stres pak?
	Interviewee	Bermacam-macam sebenarnya pak. Tergantung kepada gurunya. Ada yang pergi ke kantor hanya sekedar menenangkan diri. Ada yang mencairkan suasana dengan bersenda gurau dan bercanda, dan ada juga yang mengalihkan perhatian dengan membaca buku pak.
12	Interviewer	Owh... begitu pak. Saya kira sudah cukup wawancaranya pak. Terimakasih atas jawaban dan waktunya ya pak.. Semoga bapak selalu diberi kesehatan, dan sukses dalam menjalankan aktifitas sehari-hari.
	Interviewee	Iya pak.. sama-sama pak
13	Interviewer	Assalamualaikum
	Interviewee	Waalaikum salam..

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## PERTANYAAN PERBATEAM

### STUDI KASUS II

#### A. Identitas Interviewee II

Nama Interviewee : KR (Inisial)  
 Jenis Kelamin : Perempuan  
 Pendidikan : S1 Psikologi  
 Usia : 30 Tahun  
 Status Perkawinan : Menikah

#### B. Tempat Wawancara

Proses wawancara dilaksanakan di salah satu sekolah SLB di Kota Pekanbaru.

#### C. Waktu Wawancara

Hari/tanggal : Kamis/14 November 2019  
 Waktu Pelaksanaan : 11.10 – 11.30 Wib  
 Lama wawancara : 20 Menit

NO	SUBJEK	PERTANYAAN
1	Interviewer	Assalamu'alaikum buk
	Interviewee	Waalaikum salam pak
2	Interviewer	Selamat pagi buk. Boleh minta waktunya sebentar?
	Interviewee	Iya.. selamat pagi, Boleh pak..
3	Interviewer	Begini buk, saya sekarang sedang melakukan penelitian. Tentang guru di Sekolah Luar Biasa, jadi mau wawancara tentang keadaan guru di Sekolah Luar Biasa.
	Interviewee	Baik pak... Yang bisa saya jawab, nanti akan saya jawab.
4	Interviewer	Saya mau tanya pendapat ibu tentang keadaan guru di sekolah luar biasa, boleh kan buk?
	Interviewee	Boleh pak, kebetulan saya juga sebagai guru disini pak. (interviewer sambil tersenyum)
5	Interviewer	Baik buk... Bagaimana keadaan guru di sekolah SLB menurut ibu. Apakah mereka pernah mengalami stres?
	Interviewee	Ya... pernah lah pak.. Menurut saya semua guru pernah mengalami stres. Apalagi guru di sekolah

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

		SLB.
6	Interviewer	Apakah stresnya sering buk?
	Interviewee	Menurut saya sering pak, apalagi ketika anak-anak ni banyak tingkah, pasti gurunya stres.
7	Interviewer	Menurut ibu, apa saja penyebab stres guru-guru tersebut?
	Interviewee	Karena tingkah anak-anak pak. Kalau anak-anak banyak maunya. Terus kadang kalau orang tua murid banyak protes. Bahkan kadang beban administrasi sekolah juga buat stres pak.
8	Interviewer	Owh.. begitu buk.. Terus guru-guru senior mengalami stres juga nggak buk?
	Interviewee	Iya juga pak. Walaupun kita sudah lama mengajar anak SLB ni, kayak ibu inilah.. bisa juga kadang stres. Dan setiap guru kan tuntutannya beda-beda. Guru yang junior dan senior memiliki tuntutan yang berbeda-beda, makanya sama-sama ada hal yang membuat stres.
9	Interviewer	Owh begitu buk.. Menurut ibu apa saja tanda guru tersebut stres?
	Interviewee	Wah... apa ya.. Kadang guru itu keluar dari kelas, meninggalkan anak-anak di kelas. Pergi ke kantor untuk menenangkan pikiran. Setelah agak tenang, baru dia kembali ke kelas. Kayak gitu sih yang ibu tau. (Interviewee sambil tertawa kecil).
10	Interviewer	Apakah guru sering merasa pusing buk?
	Interviewee	Kalau pusing iya, pasti tu. Cuma setiap orang tu berbeda-beda, ada yang sering da nada pula yang jarang. Tergantung gurunya lah bagaimana cara mengatasi anak-anak ni.
11	Interviewer	Guru sering marah-marah nggak buk ketika mengajar di kelas?
	Interviewee	Yah... tergantung orangnyalah ya pak. Ada yang sering marah-marah, ada juga yang banyak senyum. Tergantung kepribadiannya, dan tergantung kondisi anak yang dihadapi juga.
12	Interviewer	Guru-guru sering terlihat lelah nggak buk ketika mengajar?
	Interviewee	Kalau dibilang lelah iya. Karena guru-guru ni harus mengurus siswa dari A sampai Z. Mulai dari membimbingnya belajar, memperhatikan semua gerak-geriknya, mengawasinya, bahkan mengurus

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



		keperluan pribadinya. Seperti mendampingiya makan, mengontrol jajanannya, bahkan membantunya menyelesaikan urusannya di kamar mandi. Bahkan kadang kita yang harus membuka dan memasang celananya. (Interviewee sambil tersenyum)
13	Interviewer	O.... Begitu ya buk. Terus bagaimana cara ibu menenangkan diri kalau sedang merasa stres?
	Interviewee	Kalau saya pribadi, dengan banyak-banyak bersyukur, karena sudah diberikan kesehatan, sehingga bisa membantu ana-anak yang istimewa ini. Saya juga selalu meniatkan dalam hati bahwa mengajar dan mengurus anak-anak seperti ini merupakan ibadah yang bernilai ibadah disisi Allah SWT.
10	Interviewer	Owh... begitu buk. Saya kira sudah cukup wawancaranya buk. Terimakasih atas jawaban dan waktunya ya buk.. Semoga ibu selalu diberi kesehatan, dan sukses dalam menjalankan aktifitas sehari-hari.
	Interviewee	Iya pak.. sama-sama pak
11	Interviewer	Assalamualaikum buk...
	Interviewee	Walaikum salam..

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## PERTANYAAN PERBATEAM STUDI KASUS III

### A. Identitas Interviewee III

Nama Interviewee : PW (Inisial)  
 Jenis Kelamin : Perempuan  
 Pendidikan : S1 Pendidikan Anak Berkebutuhan Khusus  
 Usia : 26 Tahun  
 Status Perkawinan : Belum Menikah

### B. Tempat Wawancara

Proses wawancara dilaksanakan di salah satu sekolah SLB di Kota Pekanbaru.

### C. Waktu Wawancara

Hari/tanggal : Kamis/14 November 2019  
 Waktu Pelaksanaan : 14.35 – 15.00 Wib  
 Lama wawancara : 25 Menit

NO	SUBJEK	PERTANYAAN
1	Interviewer	Assalamu'alaikum buk
	Interviewee	Waalaikum salam pak
2	Interviewer	Selamat siang buk. Boleh minta waktunya sebentar buk?
	Interviwee	Iya.. selamat siang, Boleh pak.. Kenapa ya pak?
3	Interviewer	Begini buk, saya sekarang sedang melakukan penelitian. Tentang guru di Sekolah Luar Biasa, jadi mau wawancara tentang keadaan guru di Sekolah Luar Biasa.
	Interviewee	Owh... iya.. Boleh pak.. apa yang bisa saya bantu pak?
4	Interviewer	Saya mau tanya pendapat ibuk tentang keadaan guru di sekolah luar biasa, bisa buk?
	Interviewee	Bisa pak, asal pertanyaannya jangan yang sulit-sulit nanti. (interviewee sambil tertawa kecil)
5	Interviewer	Baik buk... Tidak ada pertanyaan yang sulit kok... Kita mulai ya buk. Bagaimana keadaan guru di sekolah SLB menurut ibu. Apakah mereka pernah mengalami stres?
	Interviewee	Menurut saya kalau stres pernah pak. Apalagi guru

		di SLB ni, pasti pernah lah...
6	Interviewer	Apakah guru di SLB sering stres buk?
	Interviewee	Menurut saya sering pak, karena mengajar di SLB ni harus pandai-pandai, kalau tidak akan stres setiap hari. Kita saja yang pendidikannya tentang Anak yang Berkebutuhan Khusus masih sering stres kok....
7	Interviewer	Menurut ibu, apa saja penyebab stres guru-guru tersebut?
	Interviewee	Kadang anak-anak ni susah di kontrol pak, maklumlah pak, anak-anak ni kan berbeda dengan dengan anak yang umum, jadi tingkahnya pun berbeda-beda, jadi guru-guru harus sabarlah biar tak stres. Kadang karena tuntutan pekerjaan di sekolah banyak pak, tuntutan di rumah dan keluarga juga banyak, itu juga kadang buat stres pak..
8	Interviewer	Owh.. begitu buk.. Terus guru-guru senior mengalami stres juga nggak buk?
	Interviewee	Iya juga pak. Yah... walaupun lebih sering guru-guru junior ni yang stres. Karena yang senior ni kan lebih berpengalaman, jadi sedikit banyaknya sudah terlatih dalam mengelola emosi. Makanya stresnya tak seperti guru-guru junior.
9	Interviewer	Owh begitu buk.. Menurut ibu apa saja tanda guru tersebut stres?
	Interviewee	Menurut saya sih tandanya ketika guru-guru itu marah-marah, kadang sampai suaranya terdengar ke ruangan sebelah. Ada juga yang sampai memukul meja, tapi kalau ke anaknya nggak pernah, karena kita sangat menjaga supaya anak-anak tidak pernah terkena hukuman fisik. Dan marah-marah pun sebenarnya di larang, Cuma kadang kita lupa, dan emosi kadang tidak terkontrol. (Interviewee sambil tersenyum).
10	Interviewer	Apakah guru sering terlihat cemas buk?
	Interviewee	Kalau cemas ni tergantung gurunya lah pak. Orang ni kan beda-beda, ada yang mudah cemas dan ada pula yang tidak. Tergantung kepribadian gurunya lah pak.
11	Interviewer	Apakah guru sering merasa tertekan ketika mengajar buk?
	Interviewee	Terkadang aja pak, kalau di sekolah dan di rumah sedang banyak kerjaan, apalagi orang tua murid

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



		banyak tuntutan nya pa. Padahal kadang beberapa orang tua tidak tahu kondisi kita sebagai guru, bahkan mereka kadang tidak begitu faham dengan kondisi anak-anak mereka.
12	Interviewer	Bagaimana cara ibu menenangkan diri ketika mengalami stres
	Interviewee	Kalau saya pribadi dengan berusaha menenangkan pikiran, mengingat bahwa yang saya hadapi ini bukanlah seperti anak-anak kebanyakan. Sehingga saya juga harus menghadapi mereka dengan cara-cara yang berbeda. Sambil berdo'a kepada Tuhan supaya urusan saya selalu diberi kemudahan.
13	Interviewer	Baik buk... Saya kira sudah cukup wawancaranya buk. Terimakasih atas jawaban dan waktunya ya buk.. Semoga ibu selalu diberi kesehatan, dan sukses dalam menjalankan aktifitas sehari-hari.
	Interviewee	Iya pak.. sama-sama pak
14	Interviewer	Assalamualaikum buk...
	Interviewee	Walaikum salam..

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## PERTANYAAN PERBATEAM STUDI KASUS IV

### D. Identitas Interviewee IV

Nama Interviewee : PJ (Inisial)  
 Jenis Kelamin : Laki-laki  
 Pendidikan : S1 Pendidikan Bahasa Indonesia  
 Usia : 32 Tahun  
 Status Perkawinan : Menikah

### E. Tempat Wawancara

Proses wawancara dilaksanakan di salah satu sekolah SLB di Kota Pekanbaru.

### F. Waktu Wawancara

Hari/tanggal : Sabtu/18 Juli 2020  
 Waktu Pelaksanaan : 09.25 – 11.25 Wib  
 Lama wawancara : 120 Menit

NO	SUBJEK	PERTANYAAN
1	Interviewer	Assalamu'alaikum Pak
	Interviewee	Wa'alaikum Salam
2	Interviewer	Perkenalkan pak. Saya Andri. Saat ini sedang melakukan penelitian tentang guru di Sekolah Luar Biasa yang ada di kota Pekanbaru.
	Interviwee	Iya pak. Ada yang bisa saya bantu?
3	Interviewer	Begini pak, Saya mau wawancara tentang kondisi guru di Sekolah SLB. Boleh pak?
	Interviewee	Boleh... Nanti akan saya jawab sesuai pengetahuan saya.
4	Interviewer	Baik pak. Dalam mendidik anak berkebutuhan khusus ini apakah guru pernah mengalami stres pak?
	Interviewee	Iya pernah. Termasuk saya sendiri. Dan saya kira wajarlah ya. Guru yang mengajar di sekolah biasa saja bisa stres, apalagi kita yang mengajar di SLB ini.
5	Interviewer	Apa saja yang membuat guru-guru stres pak?
	Interviewee	Kalau menurut saya banyaklah ya. Termasuk karena beragamnya kondisi siswa, sehingga kita harus lebih banyak belajar untuk memahami siswa, supaya materi yang ingin diajarkan bisa

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

		disampaikan dengan baik.
6	Interviewer	Terus kira-kira apa lagi pak?
	Interviewee	Termasuk beban administrasi juga ya. Karena setelah full membimbing dan mengajar anak, kita juga harus menyelesaikan administrasi sekolah.
7	Interviewer	Bagaimana cara guru-guru mengatasi stres yang mereka alami pak?
	Interviewee	Tergantung gurunya lah ya. Kalau bapak sendiri kadang pergi ke kantor untuk menenangkan diri. Kadang berwudu' dan melaksanakan sholat dhuha.
8	Interviewer	Apaakah guru-guru pernah diberikan pelatihan tentang tata cara mendidik anak berkebutuhan khusus pak?
	Interviewee	Iya pernah. Bahkan kita sering mengikuti seminar tentang metode mendidik anak ABK. Kalau saya sendiri kan fokus kepada jurusan saya, yaitu bagaimana mengajarkan bahasa Indonesia di sekolah SLB.
9	Interviewer	Apakah di sekolah ini ada yang PNS pak?
	Interviewee	Iya... Ada. Mayoritas guru disini PNS pak. Karena ini sekolah negeri kan.
10	Interviewer	Jadi menurut bapak, apakah stres yang terjadi kepada guru dikarenakan faktor ekonomi pak?
	Interviewee	Kalau menurut saya sih tidak. Karena gaji PNS itu kan bisa dikatakan lumayanlah ya. Walaupun tidak begitu besar, tapi cukuplah untuk keperluan dan biaya hidup sehari-hari. Bahkan ada yang punya mobil kan? (Interviewee sambil tersenyum)
11	Interviewer	Jadi menurut bapak, apa yang membuat guru-guru stres?
	Interviewee	Yah... Seperti yang saya sebutkan tadi. Karena kurangnya kemampuan guru itu menghadapi siswa, dan kalau saya berpendapat karena kita kurang ikhlas saja dalam mengajar. Kalau kita ikhlas insya Allah bagaimanapun kondisinya, kita tidak akan stres.
12	Interviewer	Baik Pak. Saya kira sudah cukup wawancaranya pak. Terimakasih ya pa katas bantuan dan jawabannya. Semoga bapak selalu sehat dan sukses dalam menjalankan aktifitas sehari-hari.
	Interviewee	Iya sama-sama pa. Semoga bapak juga sukses dalam penelitiannya. Amiin..
13	Interviewer	Assalamu'alaikum
	Interviewee	Wa'alakum Salam

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



## PERTANYAAN PERBATEAM STUDI KASUS V

### Identitas Interviewee V

Nama Interviewee : FW (Inisial)  
 Jenis Kelamin : Perempuan  
 Pendidikan : S1 Psikologi  
 Usia : 28 Tahun  
 Status Perkawinan : Menikah

### Tempat Wawancara

Proses wawancara dilaksanakan di salah satu sekolah SLB di Kota Pekanbaru.

### I. Waktu Wawancara

Hari/Tanggal : Sabtu/18 Juli 2020  
 Waktu Pelaksanaan : 13.10 – 14.50 Wib  
 Lama wawancara : 100 Menit

NO	SUBJEK	PERTANYAAN
1	Interviewer	Assalamu'alaikum buk
	Interviewee	Wa'alaikum Salam
2	Interviewer	Perkenalkan buk. Saya Andri. Saat ini sedang melakukan penelitian tentang guru di Sekolah Luar Biasa yang ada di kota Pekanbaru.
	Interviewee	Iya... Kenapa pak?
3	Interviewer	Begini buk, Saya mau wawancara tentang kondisi guru di Sekolah SLB. Bisa kira-kira buk?
	Interviewee	Iya.. Silahkan
4	Interviewer	Baik buk. Bagaimana kondisi guru ketika mengajar di sekolah ini buk?
	Interviewee	Yah... seperti keadaan di sekolah lain. Tidak jauh berbeda kalau menurut saya.
5	Interviewer	Apakah guru-guru disini pernah mengalami stress ketika mengajar buk?
	Interviewee	Iya pernah. Mungkin kalau stres sudah hal yang biasalah terjadi di lingkungan sekolah ya, terlebih kepada guru
6	Interviewer	Apa yang menyebabkan guru stres buk?
	Interviewee	Yang pasti karena kerjaan disini lah ya. Terutama

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

		karena beban mengajar. Karena memang beban dan cara mengajar disini kan berbeda dengan di sekolah biasa.
7	Interviewer	Apakah ibu sering mengalami pusing ketika mengajar?
	Interviewee	Iya.. kadang-kadang
8	Interviewer	Apakah nafsu makan ibu sering berubah-ubah ketika mengajar?
	Interviewee	Kadang-kadang juga. Kadang saking pusingnya memang nafsu makan bisa menurun.
9	Interviewer	Ibu disini sebagai guru honorer atau PNS?
	Interviewee	Saya Alhamdulillah PNS pak
10	Interviewer	Ibu pernah mengikuti pelatihan tentang anak ABK buk?
	Interviewee	Iya pernah. Kadang utusan dari sekolah. Dan kadang saya daftar sendiri.
11	Interviewer	Apa yang ibu lakukan ketika ibu stres?
	Interviewee	bermacam-macam sih. Biasanya kalau sudah pulang sekolah saya tidak langsung ke rumah dulu pak, karena kadang di rumah kan banyak juga jerjaan, takut tambah stres. Sebelum ke rumah saya pergi jalan-jalan dulu sebentar, sekedar menenangkan pikiran. Atau kadang saya bawa tidur aja pak, biar lupa beban pikirannya. (Interviewee sambil tersenyum).
12	Interviewer	Baik bu. Saya kira sudah cukup wawancaranya. Terimakasih ya buk atas bantuan dan jawabannya. Semoga ibu semakin sukses.
	Interviewee	Iya sama-sama pak. Amiin..
13	Interviewer	Assalamu'alaikum
	Interviewee	Wa'alakum Salam

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## PERTANYAAN PERBATEAM STUDI KASUS VI

### J. Identitas Interviewee VI

Nama Interviewee : RS (Inisial)  
 Jenis Kelamin : Perempuan  
 Pendidikan : S1 Matematika  
 Usia : 33 Tahun  
 Status Perkawinan : Menikah

### K. Tempat Wawancara

Proses wawancara dilaksanakan di salah satu sekolah SLB di Kota Pekanbaru.

### L. Waktu Wawancara

Hari/tanggal : Sabtu/18 Juli 2020  
 Waktu Pelaksanaan : 14.30 – 15.45 Wib  
 Lama wawancara : 75 Menit

NO	SUBJEK	PERTANYAAN
1	Interviewer	Assalamu'alaikum buk
	Interviewee	Wa'alaikum Salam
2	Interviewer	Perkenalkan buk. Saya Andri. Saat ini sedang melakukan penelitian tentang guru di Sekolah Luar Biasa yang ada di kota Pekanbaru.
	Interviewee	Iya. Kenapa ya pak?
3	Interviewer	Begitu buk. Saya mau wawancara tentang guru di SLB. Boleh buk?
	Interviewee	Owh... Iya pak. Boleh kok
4	Interviewer	Baik buk. Apakah guru mengalami stres saat mengajar buk?
	Interviewee	Kalau saya pribadi kadang-kadang pak. Tidak setiap hari (Interviewee sambil tersenyum)
5	Interviewer	Apa yang membuat ibu stres ketika mengajar?
	Interviewee	Banyak sih pak. Kadang karena tingkah anak-naka, kadang karena kurang cocok dengan guru yang lain, kadang karena tugas-tugas kita sebagai guru belum selesai.
6	Interviewer	Apakah ibu sering pusing ketika mengajar?
	Interviewee	Nggak sering sih pak. Kadang-kadang, kalau lagi banyak kerjaan aja

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



7	Interviewer	Apakah ibu pernah marah-marah ketika mengajar?
	Interviewee	Pernah sih pernah, tapi nggak begitu sering
8	Interviewer	Apakah ibu pernah mengikuti pelatihan tentang anak ABK?
	Interviewee	Sering sih. Apalagi kan saya ni dari jurusan Matematika ya. Jadi harus banyak-banyak ikut pelatihan tentang anak ABK. Supaya faham bagaimana cara mendidik anak ABK.
9	Interviewer	Apa yang ibu lakukan ketika ibu mengalami stres?
	Interviewee	Yang lebih sering sih menyendiri pak. Berdiam diri. Sambil main game kadang. Atau kalau sudah sampai di rumah kadang saya tidur pak.
12	Interviewer	Baik buk. Saya kira sudah cukup wawancaranya buk. Terimakasih ya buk atas waktunya. Semoga ibuk selalu sehat dan sukses dalam menjalankan aktifitas sehari-hari.
	Interviewee	Iya sama-sama pak..
13	Interviewer	Assalamu'alaikum
	Interviewee	Wa'alakum Salam

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

# LAMPIRAN V

## DATA MENTAH HASIL PENELITIAN

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

UIN SUSKA RIAU

**DATA MENTAH HASIL PENELITIAN SKALA SABAR**

NO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	Total
1	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	1	1	1	1	1	41
2	1	1	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	2	4	3	4	4	57
3	1	1	4	4	4	3	4	3	3	3	2	2	3	3	3	4	2	49
4	1	1	4	4	4	3	4	4	3	3	3	2	2	2	3	4	2	49
5	1	1	3	4	4	4	4	3	4	4	4	2	4	4	2	4	2	54
6	1	1	3	3	4	4	3	3	3	3	2	3	4	2	3	4	2	48
7	1	1	3	4	4	3	4	4	3	3	3	3	4	2	4	4	2	52
8	1	1	3	4	4	4	4	3	3	3	4	2	4	4	4	4	4	56
9	1	1	3	4	3	3	4	3	4	4	3	2	4	3	1	2	3	48
10	1	3	3	2	4	4	4	3	4	4	2	4	4	4	2	4	2	54
11	1	1	3	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	4	2	4	2	54
12	1	1	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	57
13	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	60
14	1	1	3	3	4	4	4	3	3	3	1	2	3	2	2	4	4	47
15	1	1	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	2	4	2	52
16	1	1	3	4	4	4	4	2	3	3	1	3	2	3	2	4	3	47
17	1	3	4	4	4	4	4	3	4	3	4	2	4	4	4	4	4	60
18	1	3	3	4	3	3	3	2	3	4	2	3	4	2	3	4	2	49
19	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	2	2	2	2	2	4	4	52
20	1	1	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	2	4	4	56
21	1	1	2	1	4	3	2	2	4	4	4	3	2	3	4	4	3	47
22	3	1	3	4	4	3	4	2	2	4	4	4	2	2	4	4	4	54
23	1	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	2	4	4	4	4	2	55
24	1	1	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	2	2	4	2	53
25	1	1	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	2	2	3	2	3	49
26	1	1	3	4	4	4	4	3	3	4	2	2	3	3	3	4	2	50
27	1	1	3	3	4	3	4	4	3	3	2	2	2	4	2	4	2	47
28	1	1	3	3	4	3	4	4	3	3	2	2	2	4	2	4	2	47
29	1	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	2	4	2	4	3	57
30	3	1	3	4	4	3	3	3	3	4	2	3	4	4	4	4	2	54
31	1	1	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	4	58
32	1	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	2	2	2	3	4	2	48
33	4	3	4	4	4	3	3	3	3	2	2	4	4	4	4	4	4	59
34	4	2	3	4	4	4	4	3	3	4	4	2	4	2	4	4	2	57
35	4	2	3	4	4	4	4	3	3	4	4	2	4	2	4	4	2	57
36	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	2	4	4	3	4	4	63

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



37	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	64
38	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	1	4	4	3	4	4	60
39	4	2	3	4	4	4	4	3	3	4	2	2	4	4	2	4	2	55
40	4	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	52
41	4	3	4	3	4	4	4	4	3	3	2	4	4	2	1	2	2	53
42	2	1	3	4	4	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	4	2	56
43	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	3	4	4	4	4	3	62
44	2	4	3	4	4	4	4	2	2	3	2	4	2	2	4	2	4	52
45	2	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3	2	2	2	3	4	2	52
46	4	1	4	4	4	4	4	3	4	4	1	2	2	4	3	4	2	54
47	2	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	2	2	2	3	4	2	49
48	2	2	4	2	4	3	4	4	3	4	4	4	2	4	4	4	2	56
49	3	1	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	61
50	2	4	3	3	4	4	3	3	3	4	2	2	2	2	2	4	2	49
51	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	4	4	53
52	3	2	4	3	4	4	4	3	4	3	2	2	2	4	3	4	2	53
53	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	2	2	4	4	2	58
54	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	4	62
55	4	3	2	3	4	4	4	3	3	3	2	4	2	2	2	4	4	53
56	2	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	2	3	4	2	56
57	1	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	1	1	1	4	4	53
58	4	2	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	2	4	3	58
59	4	4	3	4	4	3	4	4	4	3	1	4	4	2	4	4	2	58
60	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	2	4	3	4	4	62
61	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	2	2	4	4	61
62	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	2	4	3	4	4	62
63	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	2	4	3	4	4	54
64	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	1	4	3	2	1	4	4	58
65	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	2	4	2	59
66	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	2	4	4	2	4	2	60
67	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	2	2	4	4	4	61
68	4	2	4	3	4	4	4	3	3	3	2	4	2	2	2	4	4	54
69	3	4	3	4	4	3	4	2	3	4	4	3	4	4	3	4	3	59
70	2	2	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	2	4	2	2	2	46
71	4	4	3	4	4	4	4	2	3	3	2	3	4	2	4	4	3	57
72	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	3	2	4	4	2	4	4	60
73	4	2	4	4	4	4	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	2	61
74	4	2	4	2	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	62
75	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	2	2	2	4	4	2	56

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

76	2	4	3	3	4	4	4	3	4	4	2	3	4	4	2	4	4	58
77	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	52
78	2	2	4	2	4	2	4	3	3	3	2	2	2	2	4	4	4	49
79	4	1	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	63
80	4	1	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	63
81	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	2	63
82	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	2	4	4	62
83	2	2	4	3	4	4	4	3	3	3	2	2	2	2	2	4	2	48
84	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	64
85	4	2	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	2	61
86	4	2	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	2	61
87	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	50
88	4	2	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	2	4	2	59
89	4	2	3	4	4	4	4	3	3	3	2	3	2	2	3	4	2	52
90	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	66
91	4	4	4	2	4	4	4	4	3	3	2	4	4	4	4	4	4	62
92	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	66
93	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	68
94	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	1	3	4	3	4	2	59
95	2	3	4	4	4	3	4	4	3	3	2	2	4	2	2	4	4	54
96	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	68
97	4	4	2	4	4	4	4	2	3	3	4	3	4	4	2	4	2	57
98	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	2	4	4	4	4	4	4	63
99	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	2	2	4	4	60
100	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	66
101	4	2	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	64
102	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	68
103	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	66
104	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	65
105	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	68
106	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	2	4	4	63
107	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	68
108	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	65
109	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	2	4	4	4	64
110	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	2	4	4	4	64
111	4	2	4	4	4	4	4	4	2	3	2	4	2	4	4	4	4	59
112	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	65
113	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	65
114	4	1	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	4	4	4	4	62

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

115	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	2	4	4	2	4	2	60
116	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	2	4	2	2	4	4	4	61
117	4	2	4	3	4	4	4	3	3	3	2	4	2	2	2	4	4	54
118	3	4	3	4	4	3	4	2	3	4	4	3	4	4	3	4	3	59
119	2	2	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	2	4	2	2	2	46
120	4	4	3	4	4	4	4	2	3	3	2	3	4	2	4	4	3	57
121	4	2	4	4	4	4	4	4	3	4	3	2	4	4	2	4	4	60
122	4	2	4	4	4	4	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	2	61
123	4	2	4	2	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	62
124	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	3	2	2	2	4	4	2	56
125	2	4	3	3	4	4	4	3	4	4	2	3	4	4	2	4	4	58
126	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	52
127	2	2	4	2	4	2	4	3	3	3	2	2	2	2	4	4	4	49
128	4	1	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	63
129	4	1	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	63
131	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	2	63
132	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3	2	4	4	62
133	2	2	4	3	4	4	4	3	3	3	2	2	2	2	2	4	2	48
134	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	64
135	4	2	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	2	61
136	4	2	4	4	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	2	61
137	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	50
138	4	2	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	2	4	2	59
139	4	2	3	4	4	4	4	3	3	3	2	3	2	2	3	4	2	52
140	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	66
141	4	4	4	2	4	4	4	4	3	3	2	4	4	4	4	4	4	62
142	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	66
143	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	68
144	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	1	3	4	3	4	2	59
145	2	3	4	4	4	3	4	4	3	3	2	2	4	2	2	4	4	54
146	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	68
147	4	4	2	4	4	4	4	2	3	3	4	3	4	4	2	4	2	57
148	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	2	4	4	4	4	4	4	63
149	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	2	2	4	4	60
150	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	66
151	4	2	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	64
152	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	68
153	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	66
154	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	65

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



155	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	68
156	4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	63
157	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	68
158	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	4	65
159	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	2	4	4	4	4	64
160	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	2	4	4	4	4	64
161	4	2	4	4	4	4	4	4	2	3	2	4	2	4	4	4	4	4	59
162	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	65
163	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	65
164	4	1	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	4	4	4	4	4	62

**DATA MENTAH HASIL PENELITIAN SKALA TAWAKKAL**

NO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	Total
1	1	1	1	1	4	1	1	4	1	1	1	4	1	1	1	1	1	26
2	1	2	2	2	4	4	4	4	1	4	4	3	1	4	3	4	1	48
3	1	2	2	2	4	3	3	3	2	3	4	3	2	2	2	3	1	42
4	2	2	2	3	4	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	4	1	44
5	3	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	3	4	3	4	3	61
6	3	3	2	3	4	4	3	4	1	3	3	4	1	2	3	4	2	49
7	3	3	3	3	4	3	3	4	1	1	3	1	3	3	3	4	3	48
8	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	3	1	1	4	4	1	55
9	3	4	3	4	4	3	2	4	2	1	2	4	2	3	3	4	3	51
10	2	3	3	4	4	3	3	4	2	3	3	3	2	3	3	4	2	51
11	4	4	4	4	4	2	3	4	2	3	3	4	3	4	3	4	2	57
12	4	4	3	4	3	4	4	4	1	4	4	4	1	2	2	4	1	53
13	3	4	4	4	4	4	4	4	1	3	4	4	2	4	4	4	2	59
14	3	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	2	2	3	3	2	53
15	2	4	2	2	4	2	2	4	1	2	3	4	2	2	2	4	4	46
16	2	2	2	2	4	1	2	4	1	1	3	4	1	2	2	4	3	40
17	3	4	4	4	4	3	3	4	1	4	4	4	1	4	4	4	1	56
18	4	4	3	4	4	3	2	4	1	3	2	3	2	2	3	4	1	49
19	1	3	1	3	4	2	4	4	1	1	4	4	1	3	2	4	3	45
20	2	4	2	2	4	3	4	4	1	4	4	3	1	4	4	4	1	51
21	3	4	3	4	4	3	3	4	1	2	1	4	1	3	4	4	1	49
22	2	1	2	2	4	4	4	4	1	3	4	3	1	4	4	4	2	49
23	3	4	3	4	4	4	4	4	1	3	3	3	2	4	4	4	3	57

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

24	3	3	3	2	4	2	4	4	1	3	4	3	1	2	2	4	3	48
25	3	4	2	3	4	3	3	4	1	2	4	4	1	1	2	4	1	46
26	2	2	1	2	4	1	1	4	1	2	3	4	1	2	2	4	1	37
27	3	4	3	4	4	3	4	4	1	3	4	3	1	3	4	3	2	53
28	3	4	3	4	4	3	4	4	1	3	4	3	1	3	4	3	2	53
29	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	62
30	3	2	2	2	4	2	2	3	1	1	2	3	1	2	1	1	2	34
31	3	4	3	3	4	4	3	4	1	3	4	3	1	4	3	4	3	54
32	2	3	2	3	4	4	4	4	2	3	4	3	3	3	3	4	3	54
33	3	4	3	3	4	4	3	4	1	4	2	2	4	4	4	4	3	56
34	3	4	2	4	4	3	3	4	1	3	4	3	1	3	4	4	3	53
35	3	4	2	4	4	3	3	4	1	3	4	3	1	3	4	4	3	53
36	3	4	3	4	4	3	4	4	1	3	4	4	1	4	4	4	3	57
37	2	2	1	2	4	3	3	4	1	4	4	4	1	4	4	4	4	51
38	1	4	3	4	4	4	4	4	1	3	4	4	1	4	4	4	4	57
39	4	4	4	4	4	3	4	4	2	4	4	4	1	4	4	4	4	62
40	2	3	2	2	4	4	3	4	2	2	2	3	3	2	2	4	2	46
41	2	2	2	3	4	3	4	4	1	4	4	4	3	4	4	4	4	56
42	3	4	3	4	4	3	4	4	1	4	4	2	1	3	4	4	4	56
43	2	2	2	2	4	3	2	4	2	4	3	4	4	3	4	4	4	53
44	4	3	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	63
45	1	4	2	3	4	3	3	4	1	3	4	4	2	4	4	4	3	53
46	2	4	1	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	60
47	3	3	3	3	4	3	3	4	1	2	3	3	2	3	2	3	3	48
48	3	4	2	4	4	4	4	4	1	4	3	3	3	3	4	4	4	58
49	2	2	3	2	4	3	3	4	1	1	3	3	1	2	3	4	4	45
50	3	3	3	3	4	3	3	4	1	3	3	4	3	3	3	3	3	52
51	2	3	1	2	4	3	3	4	1	1	4	3	1	3	2	4	3	44
52	4	4	4	4	4	3	3	4	1	3	1	4	1	4	4	4	1	53
53	3	4	4	4	4	3	3	4	1	2	4	3	1	3	3	4	4	54
54	2	4	2	3	4	4	3	4	1	2	4	4	4	4	4	4	3	56
55	3	3	3	4	4	4	3	4	2	3	3	4	4	3	3	4	4	58
56	2	3	3	3	4	3	2	4	1	2	3	3	2	2	2	4	3	46
57	1	4	1	3	4	4	4	4	1	4	4	4	1	1	3	3	3	49
58	3	4	4	4	4	3	4	4	1	3	4	4	1	4	4	4	3	58
59	3	4	3	4	4	4	4	4	1	4	4	3	4	3	4	4	3	60
60	1	2	1	2	4	3	4	4	1	4	4	3	3	2	2	4	4	48
61	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	3	4	4	64
62	1	3	2	2	4	4	4	4	1	4	4	3	1	2	2	4	2	47

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

63	2	2	2	2	3	2	2	3	1	2	4	3	3	2	2	3	2	40
64	4	4	3	4	4	1	4	4	1	3	4	4	1	4	3	4	3	55
65	3	3	2	2	4	4	4	4	2	3	4	2	3	3	2	4	2	51
66	4	4	4	4	4	3	3	4	2	3	4	4	3	4	4	4	2	60
67	4	4	3	3	4	4	4	4	1	2	4	4	3	4	4	4	3	59
68	3	3	3	4	4	4	4	4	1	3	4	4	2	3	3	3	4	56
69	2	4	4	4	4	2	1	4	1	3	4	1	1	4	2	1	2	44
70	2	3	2	3	4	3	3	4	2	2	3	3	2	4	3	3	3	49
71	2	4	2	4	4	2	3	4	1	3	4	4	3	4	3	3	1	51
72	3	4	4	4	4	3	4	4	1	4	4	4	1	4	4	4	4	60
73	4	4	4	4	4	3	4	4	1	4	4	4	1	4	4	4	4	61
74	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	2	4	4	4	4	63
75	3	3	2	3	4	3	4	4	2	4	4	4	1	3	3	4	3	54
76	3	3	3	3	4	2	3	4	1	3	4	4	3	3	3	3	3	52
77	1	1	1	2	3	3	3	4	1	2	3	4	2	3	2	2	1	38
78	3	3	3	4	4	3	3	4	1	3	4	3	3	3	3	4	3	54
79	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	67
80	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	67
81	3	4	4	4	4	4	4	4	1	3	4	4	1	4	4	4	4	60
82	2	2	2	2	4	4	4	4	2	3	4	3	2	4	4	3	2	51
83	3	4	3	4	4	3	4	4	1	3	4	4	3	4	4	4	2	58
84	2	1	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	60
85	3	4	3	4	4	4	3	4	3	2	4	4	4	4	4	4	3	61
86	3	4	3	4	4	4	3	4	3	2	4	4	4	4	4	4	3	61
87	2	2	2	2	4	2	2	4	1	4	2	3	1	3	3	4	4	45
88	3	4	3	3	4	4	4	4	1	4	4	4	1	4	4	4	4	59
89	2	3	2	3	4	2	2	4	1	3	3	4	2	3	3	4	3	48
90	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	3	4	4	4	1	61
91	3	4	2	2	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	61
92	3	4	4	4	4	1	4	4	1	4	4	4	1	4	4	4	4	58
93	3	4	3	4	4	4	4	4	2	3	4	3	4	4	4	4	4	62
94	1	4	4	4	4	4	4	4	1	1	4	4	4	4	4	4	4	59
95	2	3	2	2	4	3	3	4	1	3	4	3	1	3	3	3	2	46
96	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	3	4	4	4	4	64
97	2	4	3	3	4	3	4	4	1	4	4	4	2	4	4	4	4	58
98	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	1	59
99	2	4	2	2	4	3	4	4	1	3	4	3	2	4	4	4	4	54
100	3	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	3	3	4	4	4	62
101	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	65

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



102	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	64
103	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	65
104	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	3	4	4	4	2	62
105	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	68
106	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	61
107	4	4	4	4	4	3	4	4	1	4	4	4	1	4	4	4	3	60
108	4	4	4	4	4	3	4	4	1	3	1	4	1	4	4	4	1	54
109	3	4	3	4	4	3	4	4	1	3	4	2	1	3	4	3	2	52
110	3	4	3	4	4	3	4	4	1	3	4	2	1	3	4	3	2	52
111	3	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	3	3	4	4	3	61
112	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	3	4	4	4	3	63
113	2	4	1	3	4	2	4	4	1	3	4	4	4	2	2	1	3	48
114	4	3	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1	4	4	4	3	60
115	4	4	4	4	4	3	3	4	2	3	4	4	3	4	4	4	2	60
116	4	4	3	3	4	4	4	4	1	2	4	4	3	4	4	4	3	59
117	3	3	3	4	4	4	4	4	1	3	4	4	2	3	3	3	4	56
118	2	4	4	4	4	2	1	4	1	3	4	1	1	4	2	1	2	44
119	2	3	2	3	4	3	3	4	2	2	3	3	2	4	3	3	3	49
120	2	4	2	4	4	2	3	4	1	3	4	4	3	4	3	3	1	51
121	3	4	4	4	4	3	4	4	1	4	4	4	1	4	4	4	4	60
122	4	4	4	4	4	3	4	4	1	4	4	4	1	4	4	4	4	61
123	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	2	4	4	4	4	63
124	3	3	2	3	4	3	4	4	2	4	4	4	1	3	3	4	3	54
125	3	3	3	3	4	2	3	4	1	3	4	4	3	3	3	3	3	52
126	1	1	1	2	3	3	3	4	1	2	3	4	2	3	2	2	1	38
127	3	3	3	4	4	3	3	4	1	3	4	3	3	3	3	4	3	54
128	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	67
129	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	67
131	3	4	4	4	4	4	4	4	1	3	4	4	1	4	4	4	4	60
132	2	2	2	2	4	4	4	4	2	3	4	3	2	4	4	3	2	51
133	3	4	3	4	4	3	4	4	1	3	4	4	3	4	4	4	2	58
134	2	1	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	60
135	3	4	3	4	4	4	3	4	3	2	4	4	4	4	4	4	3	61
136	3	4	3	4	4	4	3	4	3	2	4	4	4	4	4	4	3	61
137	2	2	2	2	4	2	2	4	1	4	2	3	1	3	3	4	4	45
138	3	4	3	3	4	4	4	4	1	4	4	4	1	4	4	4	4	59
139	2	3	2	3	4	2	2	4	1	3	3	4	2	3	3	4	3	48
140	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	3	4	4	4	1	61
141	3	4	2	2	4	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4	61

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Ha

arif Kasim Ria

142	3	4	4	4	4	1	4	4	1	4	4	4	1	4	4	4	4	58
143	3	4	3	4	4	4	4	4	2	3	4	3	4	4	4	4	4	62
144	1	4	4	4	4	4	4	4	1	1	4	4	4	4	4	4	4	59
145	2	3	2	2	4	3	3	4	1	3	4	3	1	3	3	3	2	46
146	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	3	4	4	4	4	64
147	2	4	3	3	4	3	4	4	1	4	4	4	2	4	4	4	4	58
148	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	1	59
149	2	4	2	2	4	3	4	4	1	3	4	3	2	4	4	4	4	54
150	3	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	3	3	4	4	4	62
151	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	65
152	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	64
153	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	65
154	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	3	4	4	4	2	62
155	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	68
156	3	4	4	4	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	61
157	4	4	4	4	4	3	4	4	1	4	4	4	1	4	4	4	3	60
158	4	4	4	4	4	3	4	4	1	3	1	4	1	4	4	4	1	54
159	3	4	3	4	4	3	4	4	1	3	4	2	1	3	4	3	2	52
160	3	4	3	4	4	3	4	4	1	3	4	2	1	3	4	3	2	52
161	3	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	3	3	4	4	3	61
162	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	3	4	4	4	3	63
163	2	4	1	3	4	2	4	4	1	3	4	4	4	2	2	1	3	48
164	4	3	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1	4	4	4	3	60

**DATA MENTAH HASIL PENELITIAN SKALA STRES**

NO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	TOTAL	
1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	1	1	1	4	1	1	2	1	1	1	1	1	28
2	3	4	4	4	4	2	2	4	2	4	3	1	3	4	4	3	1	1	4	4	1	1	62
3	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	3	1	4	3	3	3	2	3	3	3	2	2	64
4	3	3	3	3	3	2	2	2	3	1	3	1	2	4	3	3	2	2	3	3	3	3	54
5	2	2	2	1	1	2	2	2	3	2	1	1	1	4	2	2	1	2	2	1	3	3	39
6	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	1	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	52
7	3	2	2	3	3	1	2	2	2	2	3	1	2	1	2	3	2	1	2	3	2	2	44
8	4	2	2	2	4	4	2	4	4	2	2	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	45
9	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	4	1	2	4	3	1	1	2	2	1	2	2	40
10	3	2	2	1	2	2	2	2	1	1	2	1	2	4	2	2	2	2	1	3	1	1	40

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber.
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



© Hak Cipta milik UIN Suska Riau  
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

11	1	1	2	2	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	2	1	2	3	1	1	30
12	3	1	1	1	4	4	1	1	1	1	1	3	4	1	3	1	1	1	1	1	1	36
13	3	2	2	2	2	2	2	3	2	1	1	1	2	4	2	1	1	1	1	1	2	38
14	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	1	3	3	2	1	2	3	3	2	53
15	2	3	3	3	4	4	3	3	3	1	3	1	1	4	3	3	1	2	3	3	2	55
16	3	3	2	3	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	2	2	2	3	3	2	66
17	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	1	1	3	3	2	1	1	3	3	2	52
18	2	2	3	3	4	1	2	1	3	2	2	1	1	4	2	2	1	3	1	1	2	43
19	3	2	3	4	4	2	3	4	2	2	3	1	1	3	1	1	1	1	2	3	2	48
20	1	1	4	3	4	1	1	1	1	1	3	1	3	2	4	1	1	1	3	4	2	43
21	1	2	1	2	2	1	2	1	1	4	1	1	4	4	2	3	2	1	1	1	1	38
22	1	3	1	1	4	4	1	4	4	2	4	2	1	4	1	4	1	2	3	2	1	50
23	2	2	2	2	3	2	2	2	2	1	2	1	3	4	2	2	1	1	2	1	2	41
24	4	3	3	3	4	2	2	2	4	2	3	1	3	2	4	3	2	2	3	3	3	58
25	4	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	1	3	4	3	3	2	2	3	3	1	64
26	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	1	76
27	2	3	2	2	3	2	3	1	2	1	2	1	3	3	2	2	2	2	2	2	2	44
28	2	3	2	2	3	2	3	1	2	1	2	1	3	3	2	2	2	2	2	2	2	44
29	1	2	3	1	1	1	1	1	3	2	1	1	1	4	1	2	1	1	1	1	1	31
30	1	1	1	2	4	2	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	2	1	1	2	1	31
31	2	2	3	1	2	3	2	2	2	2	2	1	1	4	2	1	1	2	1	2	2	40
32	2	3	2	2	2	1	1	2	3	1	2	2	1	4	1	2	1	2	1	2	2	39
33	3	2	2	2	3	1	2	3	1	1	1	1	3	1	3	3	2	2	3	1	2	42
34	1	2	2	2	4	3	1	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	3	3	2	37
35	1	2	2	2	4	3	1	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	1	3	3	2	37
36	2	3	3	3	4	3	3	3	2	3	1	1	2	1	2	1	1	1	2	2	3	46
37	1	1	3	2	4	1	3	1	2	1	2	1	2	1	2	2	1	1	1	1	2	35
38	4	3	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	1	1	2	2	2	4	62
39	2	1	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	2	1	2	1	1	2	2	2	3	35
40	1	1	3	1	1	1	1	2	1	1	3	1	1	1	1	2	1	1	1	3	1	29
41	2	3	3	2	3	2	2	2	1	2	3	1	2	1	3	3	1	2	3	3	2	46
42	1	4	4	3	4	3	1	4	4	1	4	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	45
43	2	2	2	2	4	2	2	2	2	1	1	1	2	1	2	1	1	2	2	1	3	38
44	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	1	2	1	1	2	1	2	2	2	2	46
45	1	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	1	2	1	1	2	1	1	2	39
46	2	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	2	27
47	2	2	2	3	4	3	2	3	3	2	3	2	1	1	2	2	1	1	2	2	2	45
48	1	2	3	1	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1	2	1	1	2	2	1	2	33
49	3	2	3	3	4	4	3	4	3	1	2	1	2	1	2	2	1	3	3	2	2	51

1. Dilarang mengangap sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa meniadakan hak moral dan hak cipta yang bersangkutan.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.





© Hak Cipta milik UIN Suska Riau  
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

50	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	1	2	2	2	3	2	1	2	2	2	45
51	3	2	2	3	4	1	2	3	3	2	3	1	2	1	1	3	1	2	3	3	2	47
52	1	2	3	4	1	4	2	4	4	2	4	1	1	1	1	1	1	3	4	2	47	
53	2	3	3	3	4	3	2	3	3	2	3	1	3	1	2	3	1	3	4	2	3	54
54	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	1	1	2	1	2	1	1	3	2	2	3	39
55	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	1	3	1	2	2	42
56	3	3	3	3	3	3	3	4	1	2	3	1	2	1	2	3	2	3	2	2	3	52
57	1	4	4	4	4	1	1	4	4	1	1	1	4	4	4	1	1	3	3	3	3	56
58	1	2	1	3	3	1	1	2	3	1	2	1	2	1	1	1	1	2	2	2	2	35
59	3	3	3	3	4	3	3	2	4	3	1	1	2	1	2	1	1	1	2	2	2	47
60	4	3	3	4	4	1	3	4	3	2	3	1	2	1	4	2	1	2	2	3	2	54
61	2	2	3	2	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	1	2	1	2	2	35
62	3	3	3	3	4	1	3	1	3	3	3	2	1	1	3	3	1	2	3	3	2	51
63	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	59
64	1	2	2	2	2	4	2	4	4	2	4	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	42
65	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	1	3	2	1	2	2	2	2	50
66	2	2	2	2	3	2	2	3	2	1	1	1	1	2	2	2	1	2	2	1	2	38
67	2	2	3	2	2	1	2	1	3	2	2	2	1	2	2	1	1	2	1	1	1	36
68	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	41
69	3	3	3	2	1	3	3	2	3	1	3	1	3	1	3	2	2	1	3	2	2	47
70	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	1	2	2	3	2	2	3	2	2	2	47
71	3	4	3	3	4	4	3	3	4	1	2	1	1	1	2	3	1	1	2	1	3	50
72	1	1	2	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	3	1	1	1	27
73	2	1	2	3	4	2	3	2	2	2	2	1	2	1	2	2	1	1	3	2	2	42
74	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	1	1	2	2	3	2	2	3	3	2	47
75	2	2	3	4	4	3	3	3	3	2	3	1	2	2	3	2	1	3	2	3	2	53
76	1	1	2	1	2	1	3	3	2	1	2	1	3	1	2	2	1	1	2	2	2	36
77	4	4	1	3	3	4	3	3	4	3	3	2	2	4	3	3	3	2	3	3	2	62
78	2	3	2	2	1	3	2	2	3	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	37
79	1	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25
80	1	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25
81	3	3	3	3	4	4	3	3	3	1	3	4	1	1	1	1	1	1	2	2	2	49
82	3	3	3	2	1	1	2	1	3	3	2	1	2	1	3	1	2	3	1	1	2	41
83	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	1	1	2	3	2	43
84	4	3	3	3	4	4	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	41
85	3	2	3	2	3	1	2	2	3	2	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	37
86	3	2	3	2	3	1	2	2	3	2	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	37
87	3	3	3	4	2	3	4	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	2	59
88	1	1	3	3	4	4	3	2	3	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1	1	1	39

1. Dilarang mengangap sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa meniadakan nama dan nomor halaman sumber.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.



1. Dilarang mengangap sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa meniadakan hak-hak yang bersangkutan dan tidak boleh dipublikasikan di media massa.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

89	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	1	52	
90	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	4	1	29
91	1	1	2	1	3	1	1	1	3	1	3	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	30
92	2	1	3	1	1	1	1	2	2	2	2	1	2	1	2	2	1	1	1	2	1	32
93	3	3	2	3	3	3	3	4	3	1	2	1	1	3	3	2	1	3	3	3	2	52
94	2	1	4	3	3	1	1	1	4	3	3	1	1	1	3	1	1	1	3	2	1	41
95	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	1	3	2	3	2	2	2	2	3	3	50
96	4	1	2	2	4	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	34
97	2	2	3	2	3	1	2	2	2	1	1	1	2	1	3	2	1	2	1	1	2	37
98	3	3	4	2	4	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	4	2	2	2	2	2	56
99	2	2	2	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	2	1	3	1	1	1	30
100	1	2	3	1	3	3	3	4	2	3	2	1	1	2	2	3	1	1	1	3	2	44
101	1	3	2	2	1	3	3	1	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	34
102	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	27
103	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	22
104	1	2	3	2	2	3	2	2	3	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	2	35
105	2	3	3	4	3	3	3	3	3	2	1	1	2	1	3	2	1	2	3	3	2	50
106	3	2	2	2	3	2	3	1	2	2	1	1	2	1	2	2	3	2	1	2	1	40
107	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	1	2	1	2	3	1	1	3	3	2	46
108	4	4	1	3	4	3	4	2	3	3	2	1	1	1	2	1	2	1	2	1	1	46
109	1	1	3	3	4	3	3	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	2	43
110	1	1	3	3	4	3	3	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	2	43
111	1	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1	2	2	1	1	1	2	2	33
112	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	24
113	2	2	1	3	4	4	2	2	2	1	2	1	1	1	2	3	1	2	3	3	1	43
114	3	2	3	3	4	3	2	2	2	2	1	1	2	1	2	1	1	2	2	1	2	42
115	2	2	2	2	3	2	2	3	2	1	1	1	1	2	2	2	1	2	2	1	2	38
116	2	2	3	2	2	1	2	1	3	2	2	2	1	2	2	1	1	2	1	1	1	36
117	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	1	2	2	2	2	41
118	3	3	3	2	1	3	3	2	3	1	3	1	3	1	3	2	2	1	3	2	2	47
119	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	1	2	2	3	2	2	3	2	2	2	47
120	3	4	3	3	4	4	3	3	4	1	2	1	1	1	2	3	1	1	2	1	3	50
121	1	1	2	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	27
122	2	1	2	3	4	2	3	2	2	2	2	1	2	1	2	2	1	1	3	2	2	42
123	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	1	1	2	2	3	2	2	3	3	2	47
124	2	2	3	4	4	3	3	3	3	2	3	1	2	2	3	2	1	3	2	3	2	53
125	1	1	2	1	2	1	3	3	2	1	2	1	3	1	2	2	1	1	2	2	2	36
126	4	4	1	3	3	4	3	3	4	3	3	2	2	4	3	3	3	2	3	3	2	62
127	2	3	2	2	1	3	2	2	3	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1	2	1	37

© Hak cipta milik UIN Suska Riau  
State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

128	1	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25
129	1	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	25
131	3	3	3	3	4	4	3	3	3	1	3	4	1	1	1	1	1	2	2	2	49
132	3	3	3	2	1	1	2	1	3	3	2	1	2	1	3	1	2	3	1	1	41
133	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	1	1	2	3	43
134	4	3	3	3	4	4	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	41
135	3	2	3	2	3	1	2	2	3	2	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	37
136	3	2	3	2	3	1	2	2	3	2	2	1	2	1	2	1	1	1	1	1	37
137	3	3	3	4	2	3	4	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	59
138	1	1	3	3	4	4	3	2	3	1	2	1	1	1	2	1	1	2	1	1	39
139	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	52
140	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	4	1	29
141	1	1	2	1	3	1	1	1	3	1	3	1	2	1	1	2	1	1	1	1	30
142	2	1	3	1	1	1	1	2	2	2	2	1	2	1	2	2	1	1	1	2	32
143	3	3	2	3	3	3	3	4	3	1	2	1	1	1	3	3	2	1	3	3	52
144	2	1	4	3	3	1	1	1	4	3	3	1	1	1	3	1	1	1	3	2	41
145	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	1	3	2	3	2	2	2	2	3	50
146	4	1	2	2	4	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	34
147	2	2	3	2	3	1	2	2	2	1	1	1	2	1	3	2	1	2	1	1	37
148	3	3	4	2	4	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	4	2	2	2	2	56
149	2	2	2	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	2	1	3	1	1	30
150	1	2	3	1	3	3	3	4	2	3	2	1	1	2	2	3	1	1	1	3	44
151	1	3	2	2	1	3	3	1	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	34
152	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	27
153	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	22
154	1	2	3	2	2	3	2	2	3	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	35
155	2	3	3	4	3	3	3	3	3	2	1	1	2	1	3	2	1	2	3	3	50
156	3	2	2	2	3	2	3	1	2	2	1	1	2	1	2	2	3	2	1	2	40
157	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	1	2	1	2	3	1	1	3	3	46
158	4	4	1	3	4	3	4	2	3	3	2	1	1	1	2	1	2	1	2	1	46
159	1	1	3	3	4	3	3	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	43
160	1	1	3	3	4	3	3	3	3	3	1	1	1	1	1	1	1	1	3	3	43
161	1	2	2	2	2	1	2	1	1	2	2	1	2	1	2	2	1	1	1	2	33
162	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	24
163	2	2	1	3	4	4	2	2	2	1	2	1	1	1	2	3	1	2	3	3	43
164	3	2	3	3	4	3	2	2	2	2	1	1	2	1	2	1	1	2	2	1	42

- Hak Cipta
1. Dilarang mengangap sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa izin penerbit.
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



© Hak cipta milik UIN Suska Riau

# LAMPIRAN VI

## HASIL ANALISIS SKALA *TRY OUT*

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

UIN SUSKA RIAU

## HASIL ANALISIS TRY OUT SKALA SABAR

### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	30	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.705	26

Ket : Skala sabar dinyatakan Reliabel

### Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Item01	85.69	43.784	.154	.702
Item02	86.47	37.287	.414	.678
Item03	86.12	41.894	.181	.703
Item04	85.60	43.957	.232	.700
Item05	86.85	39.303	.286	.695
Item06	85.88	41.721	.428	.687
Item07	85.84	42.431	.280	.694
Item08	85.60	44.193	.252	.701
Item09	85.80	42.064	.448	.688
Item10	85.63	43.507	.354	.696
Item11	86.11	41.728	.343	.690
Item12	86.69	43.019	.109	.708
Item13	86.17	42.699	.284	.695
Item14	86.01	42.327	.357	.691
Item15	85.57	44.851	.030	.706
Item16	85.60	44.389	.172	.703
Item17	86.49	39.622	.374	.684
Item18	87.06	48.040	-.313	.744
Item19	86.33	43.344	.131	.704

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Item20	85.91	43.689	.036	.716
Item21	86.35	39.895	.362	.685
Item22	86.18	38.447	.496	.672
Item23	86.33	39.974	.331	.688
Item24	86.37	39.802	.367	.685
Item25	85.69	42.266	.350	.691
Item26	86.35	39.439	.392	.682

**Ket : Item 1,3,4,11,15,16,18,19, dinyatakan gugur (dibawah 0.25) dan item selain dari nomor tersebut dinyatakan valid (di atas 0.25).**

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



## HASIL ANALISIS TRY OUT SKALA TAWAKKAL

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	30	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.669	39

Ket : Skala Tawakkal dinyatakan reliabel

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Item01	130.60	58.130	.000	.669
Item02	130.69	57.646	.069	.668
Item03	130.90	56.217	.129	.666
Item04	130.61	57.931	.162	.668
Item05	131.74	50.662	.518	.633
Item06	131.10	52.163	.447	.641
Item07	130.63	57.717	.130	.667
Item08	130.64	57.553	.189	.666
Item09	130.66	57.027	.201	.664
Item10	130.95	56.133	.172	.663
Item11	131.63	49.396	.582	.625
Item12	131.18	51.221	.541	.634
Item13	130.63	57.495	.260	.665
Item14	130.94	57.959	-.033	.677
Item15	131.34	51.832	.487	.638
Item16	131.13	52.508	.473	.641
Item17	130.64	57.342	.167	.666
Item18	130.78	56.321	.217	.662
Item19	130.63	57.470	.270	.665

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Item20	130.87	58.582	-.088	.680
Item21	133.12	53.190	.341	.650
Item22	131.45	51.619	.459	.639
Item23	130.91	54.832	.272	.657
Item24	131.03	53.906	.386	.649
Item25	130.74	57.390	.063	.669
Item26	131.90	52.027	.232	.661
Item27	132.53	65.263	-.418	.735
Item28	132.33	51.887	.288	.653
Item29	131.12	56.639	.059	.673
Item30	131.16	58.295	-.070	.684
Item31	132.69	66.290	-.496	.735
Item32	131.21	52.157	.476	.640
Item33	131.17	51.205	.575	.632
Item34	130.88	53.104	.468	.644
Item35	130.72	57.004	.170	.665
Item36	130.64	57.245	.222	.665
Item37	130.60	58.130	.000	.669
Item38	130.68	57.379	.164	.666
Item39	131.68	52.206	.313	.650

**Ket : Item 1,2,3,4,7,8,9,10,14,17,18,20,25,26,27,29,30,31,35,36,37,38 dinyatakan gugur (di bawah 0.25). Sementara item selain dari angka tersebut dinyatakan valid (di atas 0.25)**

## HASIL ANALISI TRY OUT SKALA STRES

Case Processing Summary

	N	%
Valid	30	100.0
Cases Excluded <sup>a</sup>	0	.0
Total	30	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.830	31

Ket : Skala Stres dinyatakan reliabel

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Item01	60.67	95.986	.460	.820
Item02	60.62	95.249	.551	.817
Item03	61.65	103.982	.135	.830
Item04	61.44	103.037	.155	.830
Item05	60.10	106.847	-.124	.842
Item06	60.37	99.395	.337	.825
Item07	60.53	91.461	.749	.809
Item08	60.90	101.262	.247	.828
Item09	60.02	95.604	.408	.822
Item10	60.63	94.841	.458	.820
Item11	60.67	94.495	.611	.815
Item12	60.60	93.526	.551	.816
Item13	59.48	105.412	-.042	.836
Item14	59.40	109.996	-.318	.845
Item15	60.45	94.385	.555	.817
Item16	61.02	97.253	.460	.821
Item17	60.87	95.327	.538	.818
Item18	61.65	101.550	.306	.826
Item19	61.12	97.281	.459	.821

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Item20	61.13	98.068	.275	.829
Item21	60.83	95.415	.583	.817
Item22	60.99	97.549	.448	.821
Item23	61.55	99.730	.453	.823
Item24	61.34	103.499	.101	.832
Item25	61.22	100.926	.277	.827
Item26	60.91	94.215	.602	.815
Item27	60.86	95.208	.510	.818
Item28	61.36	103.220	.124	.831
Item29	61.65	104.142	.116	.830
Item30	61.09	101.252	.300	.826
Item31	60.63	104.901	-.021	.838

**Ket : Item 3,4,5,8,13,14,24,28,29,31 dinyatakan gugur (di bawah 0.25).  
Sementara item selain nomor tersebut dinyatakan valid (di atas 0.25).**

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

# LAMPIRAN VII

## HASIL ANALISIS SKALA PENELITIAN

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





## HASIL ANALISIS SKALA PENELITIAN TAWAKKAL

© Hak cipta:

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	163	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	163	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.849	17

**Ket : Skala Tawakkal dinyatakan reliabel**

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Item01	52.21	46.117	.579	.834
Item02	51.56	47.297	.538	.837
Item03	52.09	45.022	.631	.831
Item04	51.64	46.428	.631	.832
Item05	51.09	53.417	.258	.850
Item06	51.81	47.451	.534	.837
Item07	51.60	48.156	.519	.838
Item08	51.09	53.306	.307	.850
Item09	53.58	49.319	.334	.847
Item10	51.91	47.523	.478	.840
Item11	51.38	49.706	.389	.844
Item12	51.50	50.745	.299	.848
Item13	52.79	47.092	.346	.852
Item14	51.68	47.428	.557	.836
Item15	51.64	46.022	.710	.829
Item16	51.35	49.031	.483	.840
Item17	52.15	47.188	.392	.847

**Ket : Semua item dinyatakan Valid (di atas 0.25)**

© Hak cipta: Staf Relasi dan Layanan Masyarakat Universitas Suska Riau, Dr. H. Syarif Kasim Riau

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Item20	40.23	87.859	.526	.874
Item21	40.46	94.213	.278	.881

Ket : Semua item dinyatakan valid (di atas 0.25)



UIN SUSKA RIAU

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

# LAMPIRAN VIII

## HASIL ANALISIS UJI NORMALITAS

UIN SUSKA RIAU

## HASIL ANALISIS UJI NORMALITAS

### 1. Skala Sabar

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Sabar	163	100.0%	0	0.0%	163	100.0%

#### Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Sabar	.094	163	.101	.964	163	.000

a. Lilliefors Significance Correction

**Ket: Data Variabel Sabar Berdistribusi Normal = P : 0.101 (P>0,05)**

### 2. Skala Tawakkal

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Tawakkal	163	100.0%	0	0.0%	163	100.0%

#### Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Tawakkal	.115	163	.150	.957	163	.000

a. Lilliefors Significance Correction

**Ket: Data Variabel Tawakkal Berdistribusi Normal = P : 0.150 (P>0,05)**

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

### 3. Skala Stres

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Stres	163	100.0%	0	0.0%	163	100.0%

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Stres	.058	163	.200*	.987	163	.151

This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

**Ket: Data Variabel Stres Berdistribusi Normal = P : 0.200 (P>0,05)**



# LAMPIRAN IX

## HASIL ANALISIS UJI LINIERITAS

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### HASIL ANALISIS UJI LINIERITAS

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Stres * Sabar	163	100.0%	0	0.0%	163	100.0%
Stres * Tawakkal	163	100.0%	0	0.0%	163	100.0%

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
(Combined)			4739.677	21	225.699	2.862	.000
Between	Linearity		1907.607	1	1907.607	24.194	.000
Stres * Groups	Deviation		2832.070	20	141.604	1.796	.026
Sabar	from Linearity						
Within Groups			11117.464	141	78.847		
Total			15857.141	162			

Ket: Data Sabar dan Stres dinyatakan Linier = P

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Stres * Sabar	-.347	.120	.547	.299

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
(Combined)			9364.293	28	334.439	6.902	.000
Between	Linearity		4545.726	1	4545.726	93.815	.000
Stres * Groups	Deviation		4818.567	27	178.465	3.683	.000
Tawakkal	from Linearity						
Within Groups			6492.848	134	48.454		
Total			15857.141	162			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Stres * Tawakkal	-.535	.287	.768	.591

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Syarif Kasim Ria

# LAMPIRAN X

## HASIL ANALISIS UJI HIPOTESIS

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



## HASIL ANALISIS UJI HIPOTESIS

### 1. Pengaruh Sabar dan Tawakkal Terhadap Stres

**Descriptive Statistics**

	Mean	Std. Deviation	N
Stres	42.23	9.894	163
Sabar	58.18	6.131	163
Tawakkal	55.07	7.350	163

**Correlations**

		Stres	Sabar	Tawakkal
Pearson Correlation	Stres	1.000	-.347	-.535
	Sabar	-.347	1.000	.632
	Tawakkal	-.535	.632	1.000
Sig. (1-tailed)	Stres		.000	.000
	Sabar	.000		.000
	Tawakkal	.000	.000	
N	Stres	163	163	163
	Sabar	163	163	163
	Tawakkal	163	163	163

**Variables Entered/Removed<sup>a</sup>**

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Tawakkal, Sabar <sup>b</sup>		Enter

. Dependent Variable: Stres

All requested variables entered.

**Model Summary**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.536 <sup>a</sup>	.287	.278	8.407

a. Predictors: (Constant), Tawakkal, Sabar

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

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

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	4547.666	2	2273.833	32.169	.000 <sup>b</sup>
Residual	11309.475	160	70.684		
Total	15857.141	162			

a. Dependent Variable: Stres

b. Predictors: (Constant), Tawakkal, Sabar

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized	t	Sig.
		B	Std. Error	Coefficients Beta		
1	(Constant)	82.591	6.431		12.842	.000
	Sabar	-.023	.139	-.014	-.166	.869
	Tawakkal	-.709	.116	-.526	-6.111	.000

a. Dependent Variable: Stres

**Ket: Hasil Uji Coifisien menunjukkan Sabar tidak berhubungan dengan stres dengan signifikansi 0.86 (P>0.05). Sementara Tawakkal berhubungan dengan Stres dengan signifikansi 0.00 (P<0.05).**

**2. Hubungan Sabar dengan Stres**

**Descriptive Statistics**

	Mean	Std. Deviation	N
Stres	42.23	9.894	163
Sabar	58.18	6.131	163

**Correlations**

		Stres	Sabar
Pearson Correlation	Stres	1.000	-.347
	Sabar	-.347	1.000
Sig. (1-tailed)	Stres		.000
	Sabar	.000	
N	Stres	163	163
	Sabar	163	163

Variables Entered/Removed<sup>a</sup>

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Sabar <sup>b</sup>	.	Enter

a. Dependent Variable: Stres

b. All requested variables entered.

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.347 <sup>a</sup>	.120	.115	9.308

a. Predictors: (Constant), Sabar

ANOVA<sup>a</sup>

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1907.607	1	1907.607	22.017	.000 <sup>b</sup>
	Residual	13949.534	161	86.643		
	Total	15857.141	162			

a. Dependent Variable: Stres

b. Predictors: (Constant), Sabar

Coefficients<sup>a</sup>

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	74.801	6.979		10.718	.000
Sabar	-.560	.119	-.347	-4.692	.000

a. Dependent Variable: Stres

**Ket: Sabar Berhubungan dengan stres dengan signifikansi 0.00 (P<0.05)**

UIN SUSKA RIAU

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





### 3. Hubungan Tawakkal dengan Stres

**Descriptive Statistics**

	Mean	Std. Deviation	N
Stres	42.23	9.894	163
Tawakkal	55.07	7.350	163

**Correlations**

		Stres	Tawakkal
Pearson Correlation	Stres	1.000	-.535
	Tawakkal	-.535	1.000
Sig. (1-tailed)	Stres	.000	.000
	Tawakkal	.000	.000
N	Stres	163	163
	Tawakkal	163	163

**Variables Entered/Removed<sup>a</sup>**

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Tawakkal <sup>b</sup>	.	Enter

a. Dependent Variable: Stres

b. All requested variables entered.

**Model Summary**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.535 <sup>a</sup>	.287	.282	8.382

Predictors: (Constant), Tawakkal

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

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	4545.726	1	4545.726	64.701	.000 <sup>b</sup>
	Residual	11311.415	161	70.257		
	Total	15857.141	162			

a. Dependent Variable: Stres

b. Predictors: (Constant), Tawakkal

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	81.919	4.977		16.459	.000
Tawakkal	-.721	.090	-.535	-8.044	.000

a. Dependent Variable: Stres

**Ket: Tawakkal berhubungan dengan stres dengan signifikansi 0.00 ( $P < 0.05$ )**

# LAMPIRAN XI

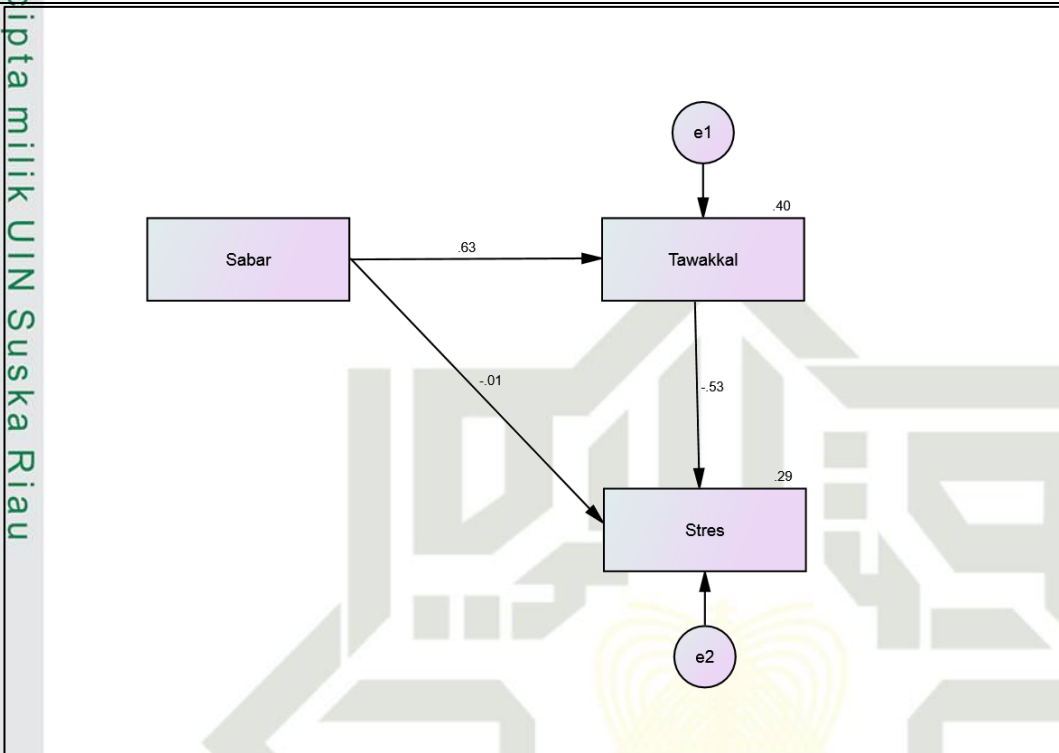
## HASIL ANALISIS UJI MODEL SEM

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



### HASIL ANALISIS UJI MODEL SEM



Ket: Gambar Model Hubungan Sabar, Tawakkal, dan Stres

#### Hak Cipta Diindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Estimates (Group number 1 - Default model)**
**Scalar Estimates (Group number 1 - Default model)**
**Maximum Likelihood Estimates**
**Regression Weights: (Group number 1 - Default model)**

			Estimate	S.E.	C.R.	P	Label
	<---	X1	.757	.073	10.374	***	par_1
	<---	X1	-.023	.138	-.167	.868	par_2
Y	<---	X2	-.709	.115	-6.150	***	par_3

**Ket: Sabar Berhubungan dengan Tawakkal Secara Langsung dengan signiikansi 0.00 (P<0.05). Sabar Tidak Berhubungan dengan Stres Secara Langsung dengan signifikansi 0.06 (P>0.05). Dan Tawakkal Berhungan dengan Stres Secara Langsung dengan signifikansi 0.00 (P<0.05)**

**Standardized Regression Weights: (Group number 1 - Default model)**

			Estimate
	<---	X1	.632
	<---	X1	-.014
	<---	X2	-.526

**Variances: (Group number 1 - Default model)**

	Estimate	S.E.	C.R.	P	Label
	37.353	4.150	9.000	***	par_4
	32.262	3.585	9.000	***	par_5
	69.383	7.709	9.000	***	par_6

**Squared Multiple Correlations: (Group number 1 - Default model)**

	Estimate
X1	.399
X2	.287

**Matrices (Group number 1 - Default model)**
**Implied (for all variables) Covariances (Group number 1 - Default model)**

	X1	X2	Y
X1	37.353		
X2	28.294	53.695	
Y	-20.908	-38.697	97.283

**Implied (for all variables) Correlations (Group number 1 - Default model)**

	X1	X2	Y
X1	1.000		
X2	.632	1.000	
Y	-.347	-.535	1.000

**Implied Covariances (Group number 1 - Default model)**

	X1	X2	Y
X1	37.353		
X2	28.294	53.695	
Y	-20.908	-38.697	97.283

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Implied Correlations (Group number 1 - Default model)**

	X1	X2	Y
X1	1.000		
X2	.632	1.000	
Y	-.347	-.535	1.000

**Residual Covariances (Group number 1 - Default model)**

	X1	X2	Y
X1	.000		
X2	.000	.000	
Y	.000	.000	.000

**Standardized Residual Covariances (Group number 1 - Default model)**

	X1	X2	Y
X1	.000		
X2	.000	.000	
Y	.000	.000	.000

**Factor Score Weights (Group number 1 - Default model)**
**Total Effects (Group number 1 - Default model)**

	X1	X2
X1	.757	.000
X2	-.560	-.709



**Standardized Indirect Effects (Group number 1 - Default model)**

	X1	X2
X2	.000	.000
	-.333	.000

Ket: Sabar tidak berhubungan secara tidak langsung dengan tawakkal karena persentasenya hanya 0.05. Tawakkal juga tidak berhubungan secara tidak langsung terhadap stres karena persentasenya hanya 0.0%. Sementara sabar berhubungan secara tidak langsung terhadap stres dengan presentase 33%.

**Hak Cipta Diindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



# LAMPIRAN XII

## HASIL ANALISIS ASPEK SETIAP VARIABEL

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

## HASIL ANALISIS ASPEK SETIAP VARIABEL

### 1. Pengaruh Aspek Sabar Terhadap Stres

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
Stres	42.23	9.894	163
Aspek Sabar 1	7.3558	1.27986	163
Aspek Sabar 2	12.2454	1.82605	163
Aspek Sabar 3	6.9939	1.37660	163
Aspek Sabar 4	17.8650	1.50520	163

Correlations

		Stres	Aspek Sabar 1	Aspek Sabar 2	Aspek Sabar 3	Aspek Sabar 4
Pearson Correlation	Stres	1.000	.224	.288	.339	.165
	Aspek Sabar 1	.224	1.000	.514	.327	.115
	Aspek Sabar 2	.288	.514	1.000	.295	.273
	Aspek Sabar 3	.339	.327	.295	1.000	.315
	Aspek Sabar 4	.165	.115	.273	.315	1.000
Sig. (1-tailed)	Stres	.	.002	.000	.000	.018
	Aspek Sabar 1	.002	.	.000	.000	.072
	Aspek Sabar 2	.000	.000	.	.000	.000
	Aspek Sabar 3	.000	.000	.000	.	.000
	Aspek Sabar 4	.018	.072	.000	.000	.
	Stres	163	163	163	163	163
	Aspek Sabar 1	163	163	163	163	163
	Aspek Sabar 2	163	163	163	163	163
	Aspek Sabar 3	163	163	163	163	163
	Aspek Sabar 4	163	163	163	163	163

#### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Variables Entered/Removed<sup>a</sup>**

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Aspek Sabar 4, Aspek Sabar 1, Aspek Sabar 3, Aspek Sabar 2 <sup>b</sup>		Enter

a. Dependent Variable: Stres

b. All requested variables entered.

**Model Summary**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.394 <sup>a</sup>	.155	.134	9.208

a. Predictors: (Constant), Aspek Sabar 4, Aspek Sabar 1, Aspek Sabar 3, Aspek Sabar 2

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

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	2460.584	4	615.146	7.255	.000 <sup>b</sup>
	Residual	13396.558	158	84.788		
	Total	15857.141	162			

a. Dependent Variable: Stres

b. Predictors: (Constant), Aspek Sabar 4, Aspek Sabar 1, Aspek Sabar 3, Aspek Sabar 2

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	11.405	9.262		1.231	.220
Aspek Sabar 1	.314	.678	.041	.463	.644
Aspek Sabar 2	.988	.479	.182	2.061	.041
Aspek Sabar 3	1.890	.585	.263	3.233	.001
Aspek Sabar 4	.180	.519	.027	.346	.730

a. Dependent Variable: Stres

**Ket: Aspek sabar yang paling dominan dalam mempengaruhi stres adalah aspek ke 3 dengan signifikansi 0.00 ( $P < 0.05$ ), dan nilai Beta 263.**



## 2. Pengaruh Aspek Tawakkal Terhadap Stres

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
Stres	42.23	9.894	163
Aspek Tawakkal 1	7.3374	1.37984	163
Aspek Tawakkal 2	6.2393	1.76675	163
Aspek Tawakkal 3	3.5890	1.36414	163
Aspek Tawakkal 4	2.8405	1.23691	163
Aspek Tawakkal 5	7.7362	1.69177	163
Aspek Tawakkal 6	3.0736	1.47639	163
Aspek Tawakkal 7	7.1595	1.39189	163

Correlations

	Stres	Aspek Tawakkal 1	Aspek Tawakkal 2	Aspek Tawakkal 3	Aspek Tawakkal 4	Aspek Tawakkal 5	Aspek Tawakkal 6	Aspek Tawakkal 7
Stres	1.000	.288	.352	.325	.212	.377	.396	.455
Aspek Tawakkal 1	.288	1.000	.298	.399	.354	.184	.230	.419
Aspek Tawakkal 2	.352	.298	1.000	.282	.142	.166	.213	.200
Aspek Tawakkal 3	.325	.399	.282	1.000	.579	.362	.352	.506
Aspek Tawakkal 4	.212	.354	.142	.579	1.000	.201	.372	.431
Aspek Tawakkal 5	.377	.184	.166	.362	.201	1.000	.650	.422
Aspek Tawakkal 6	.396	.230	.213	.352	.372	.650	1.000	.487
Aspek Tawakkal 7	.455	.419	.200	.506	.431	.422	.487	1.000
Stres	.000	.000	.000	.000	.003	.000	.000	.000
Aspek Tawakkal 1	.000	.000	.000	.000	.009	.002	.000	.000
Aspek Tawakkal 2	.000	.000	.000	.000	.035	.017	.003	.005
Aspek Tawakkal 3	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000
Aspek Tawakkal 4	.003	.000	.035	.000	.005	.000	.000	.000
Aspek Tawakkal 5	.000	.009	.017	.000	.005	.000	.000	.000
Aspek Tawakkal 6	.000	.002	.003	.000	.000	.000	.000	.000
Aspek Tawakkal 7	.000	.000	.005	.000	.000	.000	.000	.000
Stres	163	163	163	163	163	163	163	163
Aspek Tawakkal 1	163	163	163	163	163	163	163	163
Aspek Tawakkal 2	163	163	163	163	163	163	163	163
Aspek Tawakkal 3	163	163	163	163	163	163	163	163

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Aspek Tawakkal 4	163	163	163	163	163	163	163	163
Aspek Tawakkal 5	163	163	163	163	163	163	163	163
Aspek Tawakkal 6	163	163	163	163	163	163	163	163
Aspek Tawakkal 7	163	163	163	163	163	163	163	163

**Variables Entered/Removed<sup>a</sup>**

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Aspek Tawakkal 7, Aspek Tawakkal 2, Aspek Tawakkal 5, Aspek Tawakkal 4, Aspek Tawakkal 1, Aspek Tawakkal 3, Aspek Tawakkal 6 <sup>b</sup>		Enter

- a. Dependent Variable: Stres
- b. All requested variables entered.

**Model Summary**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.566 <sup>a</sup>	.321	.290	8.338

Predictors: (Constant), Aspek Tawakkal 7, Aspek Tawakkal 2, Aspek Tawakkal 5, Aspek Tawakkal 4, Aspek Tawakkal 1, Aspek Tawakkal 3, Aspek Tawakkal 6

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

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	5082.402	7	726.057	10.445	.000 <sup>b</sup>
	Residual	10774.739	155	69.514		
	Total	15857.141	162			

- a. Dependent Variable: Stres

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

b. Predictors: (Constant), Aspek Tawakkal 7, Aspek Tawakkal 2, Aspek Tawakkal 5, Aspek Tawakkal 4, Aspek Tawakkal 1, Aspek Tawakkal 3, Aspek Tawakkal 6

Model	Coefficients <sup>a</sup>				t	Sig.
	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	Beta		
	B	Std. Error				
(Constant)	9.150	5.020			1.823	.070
Aspek Tawakkal 1	.400	.555	.056		.722	.471
Aspek Tawakkal 2	1.280	.399	.229		3.204	.002
Aspek Tawakkal 3	.300	.662	.041		.452	.652
Aspek Tawakkal 4	-.430	.691	-.054		-.622	.535
Aspek Tawakkal 5	.755	.532	.129		1.421	.157
Aspek Tawakkal 6	.825	.637	.123		1.294	.198
Aspek Tawakkal 7	1.945	.618	.274		3.149	.002

a. Dependent Variable: Stres

**Ket: Aspek tawakkal yang paling dominan dalam mempengaruhi stres adalah aspek ke 7 dengan signifikansi 0.00 ( $P < 0.05$ ), dan nilai Beta: 274.**



**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

# LAMPIRAN XIII

## HASIL ANALISIS UJI PERBEDAAN

UIN SUSKA RIAU

## HASIL ANALISIS UJI PERBEDAAN

### 1. Perbedaan Sabar laki-laki dan perempuan

	JENIS_KELAMIN	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Sabar	Laki-laki	36	57.61	6.825	1.138
	Perempuan	127	58.35	5.938	.527

	Levene's Test for Equality of Variances	t-test for Equality of Means								
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Sabar	Equal variances assumed	2.385	.124	-.634	161	.527	-.735	1.160	-3.026	1.555
	Equal variances not assumed			-.587	50.977	.560	-.735	1.254	-3.252	1.782

**Ket: Tidak ada perbedaan tingkat kesabaran antara laki-laki dan perempuan, dengan nilai signifikansi 0.52 ( $P > 0.05$ )**

### 2. Perbedaan Tawakkal laki-laki dan perempuan

	JENIS_KELAMIN	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Tawakkal	Laki-laki	36	54.47	8.693	1.449
	Perempuan	127	55.24	6.953	.617

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:  
 a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
 b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

**Independent Samples Test**

	Levene's Test for Equality of Variances	t-test for Equality of Means								
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Equal variances assumed	2.480	.117	-.549	161	.584	-.764	1.391	-3.511	1.983	
Equal variances not assumed			-.485	48.401	.630	-.764	1.575	-3.930	2.402	

**Ket: Tidak ada perbedaan tingkat tawakkal antara laki-laki dan perempuan, dengan nilai signifikansi 0.58 (P>0.05)**

**3. Perbedaan Stres berdasarkan jenis kelamin**

**Group Statistics**

	JENIS_KELAMIN	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Stres	Laki-laki	36	39.78	9.640	1.607
	Perempuan	127	42.93	9.891	.878

**Independent Samples Test**

	Levene's Test for Equality of Variances	t-test for Equality of Means								
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper



Equal variances assumed	.306	.581	-1.697	161	.092	-3.151	1.857	-6.819	.517
Equal variances not assumed			-1.721	57.583	.091	-3.151	1.831	-6.816	.514

Ket: Tidak ada perbedaan tingkat stres antara laki-laki dan perempuan, dengan nilai signifikansi 0.09 ( $P > 0.05$ )

#### 4. Uji Perbedaan Berdasarkan Tingkat Pendidikan

##### Descriptives

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
Sabar	S1	58.17	5.858	.487	57.20	59.13	46	68
	S2	59.55	8.926	2.691	53.55	65.54	41	68
	S3	66.00	.000	.000	66.00	66.00	66	66
	SLTA	52.60	3.578	1.600	48.16	57.04	48	58
	Total	163	58.18	6.131	.480	57.24	59.13	41
Tawakal	S1	54.64	6.698	.556	53.54	55.74	34	64
	S2	60.73	12.634	3.809	52.24	69.21	26	68
	S3	65.00	.000	.000	65.00	65.00	65	65
	SLTA	51.00	3.082	1.378	47.17	54.83	48	55
	Total	163	55.07	7.350	.576	53.93	56.20	26
Stres	S1	43.01	9.512	.790	41.45	44.58	24	76
	S2	33.64	9.426	2.842	27.30	39.97	25	50
	S3	22.00	.000	.000	22.00	22.00	22	22
	SLTA	46.60	5.550	2.482	39.71	53.49	40	52
	Total	163	42.23	9.894	.775	40.70	43.76	22

- Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**
- Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
    - Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
    - Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
  - Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

**ANOVA**

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Sabar	Between Groups	298.524	3	99.508	2.733	.046
	Within Groups	5789.955	159	36.415		
	Total	6088.479	162			
Tawakkal	Between Groups	658.724	3	219.575	4.314	.006
	Within Groups	8093.534	159	50.903		
	Total	8752.258	162			
Stres	Between Groups	1815.423	3	605.141	6.852	.000
	Within Groups	14041.718	159	88.313		
	Total	15857.141	162			

**Ket: Terdapat perbedaan tingkat kesabaran, tingkat tawakkal, dan tingkat stres ditinjau berdasarkan tingkat pendidikan. Dengan nilai signifikansi sabar 0.04 ( $P>0.05$ ), nilai signifikansi tawakkal 0.00 ( $P<0.05$ ), dan nilai signifikansi stres 0.00 ( $P<0.05$ ).**

**5. Uji Perbedaan Berdasarkan Usia**

**Descriptives**

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
					22.00	2		
23.00	2	52.00	.000	.000	52.00	52.00	52	52
24.00	16	53.69	5.724	1.431	50.64	56.74	47	62
25.00	20	55.45	4.136	.925	53.51	57.39	48	63
26.00	9	55.56	8.248	2.749	49.22	61.90	46	66
27.00	9	56.22	7.997	2.666	50.08	62.37	41	64
28.00	12	55.92	4.461	1.288	53.08	58.75	50	62
29.00	5	60.00	5.477	2.449	53.20	66.80	54	64
30.00	3	53.33	4.509	2.603	42.13	64.53	49	58
31.00	5	58.60	2.510	1.122	55.48	61.72	55	61
32.00	1	62.00	.	.	.	.	62	62
33.00	2	52.00	.000	.000	52.00	52.00	52	52
34.00	3	60.67	7.506	4.333	42.02	79.31	52	65
35.00	1	53.00	.	.	.	.	53	53

awakkal

36.00	2	60.00	.000	.000	60.00	60.00	60	60
37.00	6	56.83	7.834	3.198	48.61	65.05	49	66
38.00	4	55.00	4.899	2.449	47.20	62.80	49	59
39.00	6	63.33	3.615	1.476	59.54	67.13	61	68
40.00	4	63.00	.000	.000	63.00	63.00	63	63
41.00	7	56.86	7.358	2.781	50.05	63.66	48	66
42.00	3	59.00	.000	.000	59.00	59.00	59	59
43.00	2	68.00	.000	.000	68.00	68.00	68	68
44.00	5	65.00	3.000	1.342	61.28	68.72	62	68
45.00	2	68.00	.000	.000	68.00	68.00	68	68
46.00	2	57.00	.000	.000	57.00	57.00	57	57
47.00	1	61.00	.	.	.	.	61	61
48.00	2	65.00	.000	.000	65.00	65.00	65	65
50.00	4	67.00	1.155	.577	65.16	68.84	66	68
51.00	2	62.00	.000	.000	62.00	62.00	62	62
52.00	13	62.69	2.097	.582	61.43	63.96	60	65
57.00	4	57.50	4.041	2.021	51.07	63.93	54	61
59.00	4	63.00	.000	.000	63.00	63.00	63	63
Total	16	58.18	6.131	.480	57.24	59.13	41	68
	3							
22.00	2	46.00	2.828	2.000	20.59	71.41	44	48
23.00	2	46.50	2.121	1.500	27.44	65.56	45	48
24.00	16	50.38	6.850	1.712	46.73	54.02	37	61
25.00	20	54.85	4.320	.966	52.83	56.87	46	63
26.00	9	51.78	8.899	2.966	44.94	58.62	34	61
27.00	9	50.44	10.783	3.594	42.16	58.73	26	60
28.00	12	51.75	9.659	2.788	45.61	57.89	38	63
29.00	5	56.20	10.710	4.790	42.90	69.50	40	65
30.00	3	50.00	7.000	4.041	32.61	67.39	42	55
31.00	5	57.60	5.128	2.293	51.23	63.97	52	62
32.00	1	53.00	.	.	.	.	53	53
33.00	2	48.00	.000	.000	48.00	48.00	48	48
34.00	3	56.67	9.238	5.333	33.72	79.61	46	62
35.00	1	58.00	.	.	.	.	58	58
36.00	2	54.00	.000	.000	54.00	54.00	54	54
37.00	6	58.00	3.795	1.549	54.02	61.98	54	62
38.00	4	54.75	5.058	2.529	46.70	62.80	49	59

## Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



39.00	6	62.00	1.549	.632	60.37	63.63	61	64
40.00	4	60.00	1.155	.577	58.16	61.84	59	61
41.00	7	56.29	7.296	2.758	49.54	63.03	46	65
42.00	3	57.67	5.774	3.333	43.32	72.01	51	61
43.00	2	60.00	.000	.000	60.00	60.00	60	60
44.00	5	59.60	3.286	1.470	55.52	63.68	54	62
45.00	2	68.00	.000	.000	68.00	68.00	68	68
46.00	2	58.00	.000	.000	58.00	58.00	58	58
47.00	1	64.00	.	.	.	.	64	64
48.00	2	63.00	.000	.000	63.00	63.00	63	63
50.00	4	61.00	3.464	1.732	55.49	66.51	58	64
51.00	2	51.00	.000	.000	51.00	51.00	51	51
52.00	13	53.31	5.089	1.411	50.23	56.38	47	60
57.00	4	57.50	1.732	.866	54.74	60.26	56	59
59.00	4	67.00	.000	.000	67.00	67.00	67	67
Total	16	55.07	7.350	.576	53.93	56.20	26	68
22.00	2	56.00	2.828	2.000	30.59	81.41	54	58
23.00	2	46.00	2.828	2.000	20.59	71.41	44	48
24.00	16	46.81	12.139	3.035	40.34	53.28	30	76
25.00	20	42.95	8.357	1.869	39.04	46.86	30	64
26.00	9	40.00	8.972	2.991	33.10	46.90	29	53
27.00	9	45.44	8.676	2.892	38.78	52.11	28	55
28.00	12	50.58	10.492	3.029	43.92	57.25	31	62
29.00	5	37.80	12.276	5.490	22.56	53.04	27	59
30.00	3	51.00	11.533	6.658	22.35	79.65	42	64
31.00	5	38.20	3.493	1.562	33.86	42.54	35	42
32.00	1	38.00	.	.	.	.	38	38
33.00	2	52.00	.000	.000	52.00	52.00	52	52
34.00	3	33.00	3.464	2.000	24.39	41.61	29	35
35.00	1	42.00	.	.	.	.	42	42
36.00	2	30.00	.000	.000	30.00	30.00	30	30
37.00	6	42.50	4.416	1.803	37.87	47.13	37	47
38.00	4	45.75	7.089	3.544	34.47	57.03	41	56
39.00	6	33.67	5.164	2.108	28.25	39.09	27	37
40.00	4	48.00	9.238	4.619	33.30	62.70	40	56
41.00	7	40.29	12.971	4.902	28.29	52.28	22	52

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

42.00	3	38.67	9.815	5.667	14.28	63.05	33	50
43.00	2	46.00	.000	.000	46.00	46.00	46	46
44.00	5	46.80	5.020	2.245	40.57	53.03	42	52
45.00	2	50.00	.000	.000	50.00	50.00	50	50
46.00	2	37.00	.000	.000	37.00	37.00	37	37
47.00	1	35.00	.	.	.	.	35	35
48.00	2	24.00	.000	.000	24.00	24.00	24	24
50.00	4	33.00	1.155	.577	31.16	34.84	32	34
51.00	2	41.00	.000	.000	41.00	41.00	41	41
52.00	13	41.46	7.774	2.156	36.76	46.16	27	54
57.00	4	38.50	2.887	1.443	33.91	43.09	36	41
59.00	4	25.00	.000	.000	25.00	25.00	25	25
Total	16	42.23	9.894	.775	40.70	43.76	22	76
	3							

## ANOVA

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Sabar	Between Groups	2780.070	31	89.680	3.551	.000
	Within Groups	3308.408	131	25.255		
	Total	6088.479	162			
Tawakkal	Between Groups	3308.949	31	106.740	2.569	.000
	Within Groups	5443.309	131	41.552		
	Total	8752.258	162			
Stres	Between Groups	6210.305	31	200.332	2.720	.000
	Within Groups	9646.836	131	73.640		
	Total	15857.141	162			

**Ket: Terdapat perbedaan tingkat kesabaran, tingkat tawakkal, dan tingkat stres ditinjau berdasarkan usia. Dengan nilai signifikansi sabar 0.00 ( $P < 0.05$ ), nilai signifikansi tawakkal 0.00 ( $P < 0.05$ ), dan nilai signifikansi stres 0.00 ( $P < 0.05$ ).**

**Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang**

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

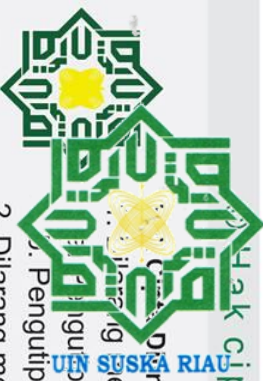
# LAMPIRAN XIV

## SURAT IZIN PENELITIAN

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.





247

**KEMENTERIAN AGAMA RI**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU**  
**FAKULTAS PSIKOLOGI**  
 كلية علم النفس  
**FACULTY OF PSYCHOLOGY**

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004  
 Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail: [fpsi@uin-suska.ac.id](mailto:fpsi@uin-suska.ac.id)

: Un.04/F.VI/PP.00.9/3349/2019      Pekanbaru, 31 Desember 2019  
 : Biasa  
 : -  
 : Mohon Rekomendasi Prariset

Kepada  
 Yth. Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu  
 Satu Pintu Provinsi Riau  
 Pekanbaru.

Assalamu'alaikum wr. wb.  
 Dengan hormat,

Dekan Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini menyampaikan kepada Saudara bahwa:

Nama : ANRI SAPUTRA  
 NIM : 21860215300  
 Jurusan : S2 Psikologi  
 Semester : III (tiga)

ditugaskan untuk melakukan prariset guna mendapatkan data yang berhubungan dengan judul tesisnya, yaitu:

*"Pengaruh Sabar dan Tawakkal terhadap Stres Guru Sekolah Luar Biasa".*

Lokasi :

1. Dinas Pendidikan Provinsi Riau
2. Badan Pusat Statistik Provinsi Riau

Sehubungan dengan hal itu, kami mohon Saudara berkenan memberi rekomendasi prariset yang bersangkutan pada lokasi tersebut di atas dalam rangka penyelesaian penyusunan tesisnya.

Atas perkenan dan kerjasama Saudara, kami mengucapkan terima kasih.



Wassalam,  
 Dekan

Prof. Dr. Hairunas, M.Ag  
 NIP. 19720828 200604 1 002



032010

**REKOMENDASI**

Nomor : 503/DPMPSTSP/NON IZIN-RISET/2020/29302  
 TENTANG

**PELAKSANAAN KEGIATAN RISET/PRA RISET  
 DAN PENGUMPULAN DATA UNTUK BAHAN TESIS**

Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Riau, setelah membaca Permohonan Riset dari : **Dekan Fakultas Psikologi UIN Suska Riau, Nomor : Un.04/F.VI/PP.00.9/3349/2019** tanggal **31 Desember 2019**, dengan ini memberikan rekomendasi kepada:


- 1. Nama : **ANRI SAPUTRA**
- 2. NIM / KTP : **21860215300**
- 3. Program Studi : **PSIKOLOGI**
- 4. Konsentrasi : **PSIKOLOGI PENDIDIKAN**
- 5. Jenjang : **S2**
- 6. Judul Penelitian : **PENGARUH SABAR DAN TAWAKKAL TERHADAP STRES GURU SEKOLAH LUAR BIASA**
- 7. Lokasi Penelitian : **1. DINAS PENDIDIKAN PROVINSI RIAU  
 2. BADAN PUSAT STATISTIK PROVINSI RIAU**

dengan ketentuan sebagai berikut:

- 1. Tidak melakukan kegiatan yang menyimpang dari ketentuan yang telah ditetapkan.
- 2. Pelaksanaan Kegiatan Penelitian dan Pengumpulan Data ini berlangsung selama 6 (enam) bulan terhitung mulai tanggal rekomendasi ini diterbitkan.
- 3. Kepada pihak-pihak yang terkait diharapkan dapat memberikan kemudahan serta membantu kelancaran kegiatan penelitian dan Pengumpulan Data dimaksud.

Rekomendasi ini dibuat untuk dipergunakan seperlunya.

Dibuat di : Pekanbaru  
 Pada Tanggal : 7 Januari 2020



Ditandatangani Secara Elektronik Melalui :  
 Sistem Informasi Manajemen Pelayanan (SIMPEL)

**DINAS PENANAMAN MODAL DAN  
 PELAYANAN TERPADU SATU PINTU  
 PROVINSI RIAU**

**Terdampas :**

Disampaikan Kepada Yth :

- 1. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Provinsi Riau di Pekanbaru
- 2. Kepala Dinas Pendidikan Provinsi Riau di Pekanbaru
- 3. Kepala Badan Pusat Statistik Provinsi Riau
- 4. Dekan Fakultas Psikologi UIN Suska Riau di Pekanbaru
- 5. Yang Bersangkutan



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang  
 Barang mengutip sebagian atau seluruhnya karya tulis ini tanpa mencantumkan atau menyebutkan sumber:  
 anngutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah atau penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan  
 anngutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.  
 Barang mengemukakan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau  
 SafeIslamic University of Sultan Syarif Kasim Riau





Hak cipta milik UIN Suska Riau  
 Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:  
 1. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.  
 2. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

KEMENTERIAN AGAMA RI  
 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
 FAKULTAS PSIKOLOGI  
 كلية علم النفس  
 FACULTY OF PSYCHOLOGY

249

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004  
 Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail: [fpsi@uin-suska.ac.id](mailto:fpsi@uin-suska.ac.id)

: Un.04/F.VI/PP.00.9/3245 /2019 Pekanbaru, 14 Desember 2019  
 : Biasa  
 : -  
 : Mohon Izin Prariset

Kepada

1. Yth. Kepala Dinas Pendidikan Provinsi Riau
2. Yth. Kepala Badan Pusat Statistik Provinsi Riau Pekanbaru

Assalamu'alaikum wr. wb.  
 Dengan hormat,

Dekan Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini menyampaikan kepada Saudara bahwa:

Nama : ANRI SAPUTRA  
 NIM : 21860215300  
 Jurusan : S2 Psikologi  
 Semester : III (tiga)

ditugaskan untuk melakukan prariset di tempat Saudara guna mendapatkan data yang berhubungan dengan judul tesisnya, yaitu:

*"Pengaruh Sabar dan Tawakkal terhadap Stres Guru Sekolah Luar Biasa."*

Untuk itu kami mohon Saudara berkenan memberi izin prariset yang bersangkutan dalam rangka penyelesaian penyusunan tesisnya.

Atas perkenan dan kerjasama Saudara, kami mengucapkan terima kasih.

Wassalam.

Dekan,



Prof. Dr. Hairunas, M.Ag  
 NIP. 19720828 200604 1 002





KEMENTERIAN AGAMA RI  
 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
 FAKULTAS PSIKOLOGI  
 كلية علم النفس  
 FACULTY OF PSYCHOLOGY

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004  
 Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail: [fpsi@uin-suska.ac.id](mailto:fpsi@uin-suska.ac.id)

: Un.04/F.VI/PP.00.9/1867 /2020 Pekanbaru, 27 Maret 2020  
 : Biasa  
 : -  
 : Mohon Izin Try Out Penelitian

Kepada

1. Yth. Kepala SLB Anak Mandiri
  2. Yth. Kepala SLB Kasih Ibu
- Pekanbaru

Assalamu'alaikum wr. wb.  
 Dengan hormat,

Dekan Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini menyampaikan kepada bapak/ibu bahwa:

Nama : ANRI SAPUTRA  
 NIM : 21860215300  
 Jurusan : S2 Psikologi  
 Semester : IV (empat)

ditugaskan untuk melakukan try out penelitian di tempat bapak/ibu guna mendapatkan data yang berhubungan dengan judul tesisnya, yaitu:

*"Pengaruh Sabar dan Tawakkal terhadap Stres Guru Sekolah Luar Biasa di Kota Pekanbaru."*

Untuk itu kami mohon bapak/ibu berkenan memberi izin try out yang bersangkutan dalam rangka penyelesaian penyusunan tesisnya.

Atas perkenan dan kerjasama bapak/ibu, kami mengucapkan terima kasih.

Wassalam.



Prof. Dr. Halrunas, M.Ag  
 19720828 200604 1 002

© Hak cipta milik UIN Suska Riau  
 i Undang-undang  
 Nomor  
 sifat  
 ampunan  
 dal

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:  
 b. Mengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau



KEMENTERIAN AGAMA RI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
كلية علم النفس  
FACULTY OF PSYCHOLOGY

Jl. H.R. Soebrantas Km. 15 No. 155 Kel. Tuah Madani Kec. Tampan Pekanbaru-Riau 28293 Po. Box. 1004  
Telp. (0761) 588994 Fax. (0761) 588994 Website : <http://fpsi.uin-suska.ac.id> E-mail: [fpsi@uin-suska.ac.id](mailto:fpsi@uin-suska.ac.id)

Un 04/F.VI/PP.00.91/927/2020

Pekanbaru, 13 April 2020

Biasa

Mohon Izin Riset

Kepada

1. Yth. Kepala SLB Negeri Pembina
2. Yth. Kepala SLB Baikhunta
3. Yth. Kepala SLB Melati
4. Yth. Kepala SLB Sri Mujinab
5. Yth. Kepala SLB Kinasih Rumbai
6. Yth. Kepala SLB Cendana Rumbai
7. Yth. Kepala SLB Al-Faqih
8. Yth. Kepala SLB Pelita Nusa
9. Yth. Kepala SLB Pendowo Limo
10. Yth. Kepala SLB Insan Mutiara
11. Yth. Kepala SLB Pelita Hati
12. Yth. Kepala SLB Panam Mulia

Pekanbaru

Assalamu'alaikum wr. wb.

Dengan hormat,

Dekan Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau dengan ini menyampaikan kepada Saudara bahwa:

Nama : ANRI SAPUTRA  
NIM : 21860215300  
Jurusan : S2 Psikologi  
Semester : IV (empat)

ditugaskan untuk melakukan riset penelitian di tempat Saudara guna mendapatkan data yang berhubungan dengan judul tesisnya, yaitu:

*"Pengaruh Sabar dan Tawakkal terhadap Stres Guru Sekolah Luar Biasa di Kota Pekanbaru."*

untuk itu kami mohon Saudara berkenan memberi izin riset yang bersangkutan dalam rangka penyelesaian penyusunan tesisnya.

Atas perkenan dan kerjasama Saudara, kami mengucapkan terima kasih.

Wassalam.



Prof. Dr. Hairunas, M.Ag.  
NIP. 19720828 200604 1 002

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Nomor Surat Lampiran

Halang-Undang

hanya untuk kepentingan atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang men-







# SEKOLAH LUAR BIASA (SLB) ANAK MANDIRI

NPSN Dinas Pendidikan : 69830430

No. Statistik Sekolah Anak Mandiri : 102-096-012-012

ANAK MANDIRI Jl. Kutintang no. 5 Telp (081275546241 / 082381758919) Sukajadi Pekanbaru - Riau

## SURAT KETERANGAN

053/SK-AM/Pku/IV/2020

Yang bertanda tangan dibawah ini

Hantef Maheza, S. Pd

Kepala Sekolah Luar Biasa Anak Mandiri

ini menyatakan bahwa

Anri Saputra

21860215300

S2 Psikologi

Pengaruh Sabar dan Tawakkal terhadap Stress Guru Sekolah Luar Biasa di Kota Pekanbaru

Adalah benar telah melakukan penelitian di SLB Anak Mandiri dengan mengikuti prosedur yang berlaku dari pihak sekolah dengan baik.

Demikianlah surat keterangan ini saya buat, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 05 April 2020

Kepala Sekolah Luar Biasa Anak Mandiri,

(Hantef Maheza, S. Pd)

# UIN SUSKA RIAU

hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic Riau

Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Perangkat lunak ini merupakan bagian dari perangkat lunak yang terdapat pada komputer pribadi pengguna. Perangkat lunak ini tidak dapat dipinjamkan, disewakan, atau digunakan untuk tujuan komersial. Perangkat lunak ini tidak dapat dimodifikasi, ditiru, atau disebarkan. Perangkat lunak ini tidak dapat digunakan untuk tujuan apa pun yang melanggar hukum atau peraturan. Perangkat lunak ini tidak dapat digunakan untuk tujuan apa pun yang melanggar kebijakan atau peraturan. Perangkat lunak ini tidak dapat digunakan untuk tujuan apa pun yang melanggar kebijakan atau peraturan.

**YAYASAN PENDIDIKAN MELATI  
SEKOLAH LUAR BIASA MELATI  
(SLB – MELATI)**

Alamat : Jln. Pramuka, Gg. Pandu No.9 Rumbai Pesisir - Pekanbaru  
Telp. 08127524574 – 081365418259 – Fax (0761) 7877798  
Izin Operasional No. 420 / DPK.2.1 / 830 = NSS : 874096012014 / 2004 = Akte No.11/ 5 Agustus 2003

**SURAT KETERANGAN PENELITIAN**

**No: 067/SLB-YPM/V/2020**

Saya Kepala Sekolah Luar Biasa Melati yang bertanda tangan di bawah ini, menerangkan bahwa :

Nama	: Anri Saputra
NPM	: 21860215300
Universitas	: Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau
Program Studi	: Psikologi
Jenjang	: S2 Psikologi
Alamat	: Pekanbaru
Judul Penelitian	: "Pengaruh Sabar dan Tawakkal terhadap Stres Guru Sekolah Luar Biasa di Kota Pekanbaru"

Dengan ini menyatakan bahwa mahasiswa tersebut di atas adalah benar telah melakukan kegiatan penelitian dan pengumpulan data di Sekolah Luar Biasa (SLB) Melati Rumbai Pesisir Kota Pekanbaru.

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sesungguhnya dan semoga dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 1 Mei 2020  
Kepala SLB Melati



**Hj. Zamiatul Azma, S.Sos**  
Nopeg : 05642

UIN SUSKA RIAU







**YAYASAN PENDIDIKAN CENDANA  
SEKOLAH LUAR BIASA CENDANA RUMBAI  
( SLB CENDANA )  
KOMPLEK ENAU PT. CPI RUMBAI  
PEKANBARU**

NSS : 874096006005

TEL (0761) 946654, 946537, 559014

**SURAT KETERANGAN**  
Nomor : 006 / SLBCR /IV/2020

Yang bertanda tangan di bawah ini, Kepala SLB Cendana Rumbai Pekanbaru dengan ini menerangkan bahwa:

Nama	: ANRI SAPUTRA
NIM	: 21860215300
Jurusan	: S2 Psikologi
Semester	: IV (empat)
Judul Tesis	: " Pengaruh Sabar dan Tawakkal Terhadap Stres Guru Sekolah Luar Biasa di Kota Pekanbaru"

Benar telah melakukan penelitian dan pengambilan data di SLB Cendana Rumbai terhitung mulai tanggal 16 April-24 April 2020.

Demikianlah surat keterangan ini dibuat untuk di pergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 25 April 2020  
Kepala SLB Cendana Rumbai

**Fatma Yulis, S.Pd.,**

Hak Cipta  
Dilarang  
per gut  
ar gut  
arag me

Ur tang-Undang  
s bagian atau seluruh karya tulis ini dan a men  
re untuk kepentingan pendidikan, penelitian, per  
ak r. arugikan kepentingan yang wajar UIN Suska  
unikan dan memperbanyak sebagian atau seluruh

UIN Suska Riau

State Isla

dan menyebutkan  
nya ilmiah, penyusu  
jils ini dalam ber





# YAYASAN PENDIDIKAN AL-FAQIH SLB AL-FAQIH PEKANBARU

Jl. Cipta Karya Kel. Tuah Karya Kec. Tampan - Pekanbaru Hp 081378881649

Nomor : 163/SLB-AF/V/2020  
Lampiran :  
Perihal : *Balasan sudah melaksanakan Riset.*

Berdasarkan surat dari Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau nomor Un.04/F.VI/PP.00.9/927/2019, tanggal 13 April 2020, Perihal : Mohon Izin Riset, atas nama :

Nama : ANRI SAPUTRA  
NIM : 21860215300  
Jurusan : S2 Psikologi  
Judul Penelitian : Pengaruh Sabar dan Tawakkal terhadap Stres Guru Sekolah Luar Biasa di Pekanbaru.

Bahwasannya benar mahasiswa di atas telah melaksanakan Penelitian di SLB Al Faqih Pekanbaru.

Demikian surat ini kami sampaikan, untuk dipergunakan sebagaimana mestinya kami ucapkan terima kasih.

Pekanbaru, 13 Mei 2020  
Kepala SLB Al Faqih

  
UMMI KALSUM, S. Pd

Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

UIN SUSKA RIAU



YAYASAN BINA INSAN MUTIARA  
SEKOLAH LUAR BIASA  
**SLB INSAN MUTIARA**

Izin operasional Nomor : Kpts /157/III/2016  
NPSN : 69940053



Alamat : Adi Sucipto No.33 HP. 085376993398 Email : [insanmutiara0311@gmail.com](mailto:insanmutiara0311@gmail.com) Marpoyan Damai - Pekanbaru

SURAT KETERANGAN

NOMOR: 018/SLB-IM/V/2020

Sehubungan dengan surat dari Faculty Psychology Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau Nomor Un.04/F.VI/PP.00.9/927/2020, hal Izin Mengadakan Penelitian tertanggal 13 April 2020, maka Kepala Sekolah Luar Biasa Insan Mutiara dengan ini menerangkan nama mahasiswa di bawah ini:

Nama : ANRI SAPUTRA  
NIM : 21860215300  
Jurusan : S2 Psikologi  
Semester : IV (Empat)

Benar telah mengadakan penelitian di SLB Insan Mutiara guna melengkapi data pada penyusunan Tesis yang berjudul ***"Pengaruh Sabar dan Tawakkal terhadap Stres Guru Sekolah Luar Biasa di Kota Pekanbaru"***.

Demikian Surat Keterangan diperbuat untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Pekanbaru, 06 Mei 2020

Kepala SLB Insan Mutiara



RISDIANA PUTRI, S.Pd





# YAYASAN DIHAMAL SUCI 259 SEKOLAH LUAR BIASA PANAM MULIA PEKANBARU

Jl. Suka Karya/ Saiyo Gg. Akbar Kel. Tuah Karya, Kec. Tampan  
Email : [slbpanammulia@gmail.com](mailto:slbpanammulia@gmail.com)

Pekanbaru, 28 April 2020

Nomor : 026/SLB-PM/IV/2020  
Lampiran : -  
Perihal : Surat Balasan Penelitian Di SLB Panam Mulia

Berdasarkan surat dari Universitas Islam Negeri Syarif Kasim Riau Fakultas Psikologi Nomor : Un.04/F.VI/PP.00.9/927/2020, Perihal Izin melakukan Riset di SLB Panam Mulia Pekanbaru maka bersama ini kami sampaikan kepada Program Studi Ilmu Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Syarif Kasim Riau bahwa mahasiswa yang berketerangan dibawah ini :

Nama : Anri Saputra  
NIM : 21860215300  
Jurusan : S2 Psikologi  
Judul Penelitian : *"Pengaruh Sabar dan Tawakkal Terhadap Stres Guru Sekolah Luar Biasa di Kota Pekanbaru".*

Telah melakukan melakukan Riset di SLB Panam Mulia Pekanbaru.

Demikian Surat ini kami buat agar dapat dipat dipergunakan sebagaimana mestinya, dan atas perhatiannya kami ucapkan terimakasih.

Kepala SLB Panam Mulia

NURAI SYAH, S.Pd

UIN SUSKA RIAU

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

Hak cipta milik UIN Suska Riau

Dilindungi Undang-Undang

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.



PEMERINTAH PROVINSI RIAU  
 DINAS PENDIDIKAN  
**SEKOLAH LUAR BIASA NEGERI PEMBINA  
 PEKANBARU**

Alamat : Jln. Segar No. 46, Pekanbaru  
 Telp/fax. / HP : (0761)7870063  
 Website : slbnpembinapekanbaru.sch.id  
 Email : slbnpembinapekanbaru.riau@gmail.com

**SURAT KETERANGAN**  
 Nomor : 014 /V/SLBN-P/2020

Berdasarkan surat dari Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Siltan Syarif Kasim Riau, No. Un.04/F.VI/PP.00.9/927/2020 tanggal 13 April 2020, Perihal izin Melakukan Penelitian, Kepala SLB Negeri Pembina Pekanbaru menerangkan :

Nama : ANRI SAPUTRA  
 NIM : 21860215300  
 Jurusan : S2 Psikologi

Peneliti telah melakukan penelitian dengan judul "Pengaruh Sabar dan Tawakkal terhadap Stres Guru Sekolah Luar Biasa di Kota Pekanbaru" dengan metode pengisian instrument online dari tanggal 2 Mei s/d 18 Mei 2020 di SLB Negeri Pembina Pekanbaru.

Demikian surat keterangan ini kami buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Pekanbaru, 19 Mei 2020

Kepala SLB Negeri Pembina



*(Handwritten signature)*

MAKMUR, S.Pd, M.Pd  
 NIP.19670405 199403 1 005

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

© Hak cipta milik UIN Suska Riau

State Islamic University of Sultan Syarif Kasim Riau

# LAMPIRAN XVI

## BIOGRAFI PENELITI

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

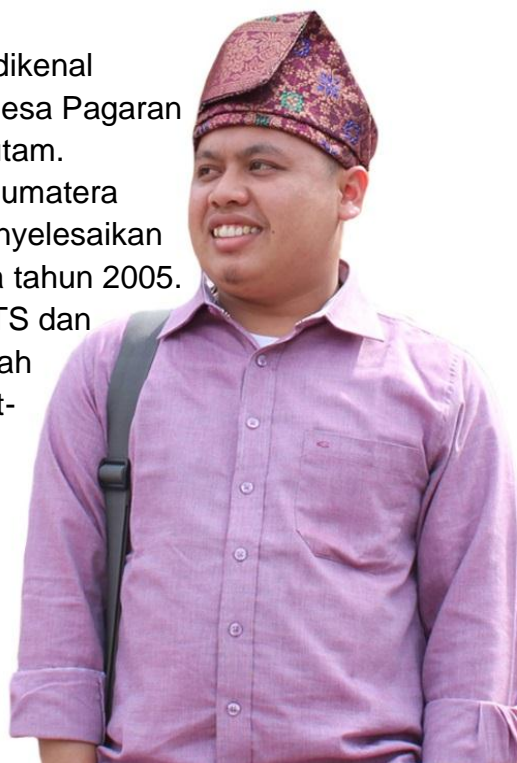
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

UIN SUSKA RIAU



## BIOGRAFI PENELITI

Anri Saputra, M.Psi., atau yang lebih dikenal dengan Anri Saputra Lubis Lahir di desa Pagaran Manggis. Kecamatan Batang Lubu Sutam. Kabupaten Padang Lawas. Provinsi Sumatera Utara. Pada tanggal 29 juni 1992. Menyelesaikan pendidikan dasar di SDN Pinarik pada tahun 2005. Kemudian melanjutkan pendidikan MTS dan MA di pondok pesantren Musthafawiyah Purbabaru. Pada tahun 2013 melanjutkan S1 pada program studi Psikologi di UIN SUSKA RIAU, dan di tahun 2018 melanjutkan S2 di Fakultas dan program studi yang sama, dengan konsentrasi peminatan Psikologi Pendidikan. Lulus pada tanggal 14 Agustus 2020 dengan predikat *cumlaude*, dan berhasil meraih gelar sebagai angkatan dan lulusan pertama di Program Studi Magister Psikologi UIN SUSKA RIAU. Peneliti telah menerbitkan beberapa jurnal, diantaranya jurnal Psikologi Islam dengan judul: *Qalbu dalam Kajian Psikologi Islam*, dan jurnal Pendidikan dengan judul: *Pendidikan dan Teknologi: Tantangan dan Kesempatan*. Peneliti juga menjadi editor sekaligus menjadi penulis pada buku *Meneroka Ragam Isu Kekinian Pendidikan*. Peneliti dapat dihubungi melalui email: [andri.syah92@gmail.com](mailto:andri.syah92@gmail.com). Atau melalui HP/WA: 0823 8968 9532.



UIN SUSKA RIAU

### Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:
  - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
  - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

