



***COPING STRESS GURU BAHASA INDONESIA KELAS IX
PADA PEMBELAJARAN DARING DI SMPN I PRONOJIWO***

SKRIPSI

OLEH :

GITA LAKSMI KINASIH

NPM 217.01.07.1.040



**UNIVERSITA ISLAM MALANG
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN BAHASA DAN SASTRA INDONESIA**

2024



***COPING STRESS* GURU BAHASA INDONESIA KELAS IX
PADA PEMBELAJARAN DARING DI SMPN I PRONOJIWO**

SKRIPSI

Diajukan kepada

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Islam Malang

**Untuk memenuhi Sebagian persyaratan memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia**

OLEH :

GITA LAKSMI KINASIH

NPM 217.01.07.1.040

UNIVERSITA ISLAM MALANG

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN BAHASA DAN SASTRA INDONESIA

2024

ABSTRAK

Kinasih, Gita Laksmi. 2024. *Coping Stress Guru Bahasa Indonesia Kelas IX pada Pembelajaran Daring di SMPN 1 Pronojiwo*. Skripsi, Bidang Studi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Islam Malang. Pembimbing I: Dr. Hasan Busri, M.Pd; Pembimbing II Frida Siswiyanti, S.Pd., M.Pd.

Kata Kunci: *Coping stress*, pembelajaran daring, faktor-faktor penyebab stres, mekanisme coping stress

Era pembelajaran daring yang terjadi secara tiba-tiba membuat banyak kalangan menjadi merasa terbebani. Mulai dari guru, peserta didik bahkan orang tua peserta didik yang terlibat. Pembelajaran yang seharusnya dilakukan dengan bertatap muka secara langsung diganti dengan bertatap muka hanya lewat gawai yang terhubung dengan internet. Bagaimanapun keadaannya, proses belajar mengajar harus tetap berjalan sebagaimana mestinya. Guru dituntut untuk lebih inovasi dalam menyiapkan materi pembelajaran, harus lebih aktif agar peserta didik tidak cepat bosan ketika proses belajar mengajar sedang berlangsung. Kendala yang terjadi pada proses pembelajaran daring ini mengalami perbedaan di setiap tempatnya. Kendala-kendala yang terjadi tersebut menyebabkan perasaan stres pada guru. Faktor-faktor yang menyebabkan stres pada guru antara lain kurangnya guru dalam mengatur waktu, bahkan ketika sudah mengatur waktu ada beberapa yang terhambat dengan waktu yang terbatas. Menyiapkan pembelajaran yang berinovasi agar peserta didik dapat mengikuti pembelajaran dengan senang. Kondisi peserta didik yang berbeda setiap individu dan sarana prasarana yang kurang memadai dalam mendukung proses belajar mengajar. Adanya faktor-faktor yang menyebabkan stres pada guru, maka harus ada mekanisme *coping stress* yang dilakukan oleh guru agar tidak merasakan stress yang berkelanjutan. *Coping stress* merupakan suatu tindakan yang dilakukan oleh seseorang untuk mengatasi masalah atau tuntutan yang sedang terjadi pada seseorang tersebut. Mekanisme *coping stress* yang dapat dilakukan adalah dengan cara penanggulangan yang befokus pada emosi dan penganggulan yang berfokus pada masalah.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui coping stress yang dilakukan oleh guru. Metode yang dilakukan adalah kualitatif deskriptif. Sumber data dalam penelitian ini adalah subjek peneliti guru bahasa Indonesia kelas IX di SMPN 1 Pronojiwo. Setelah data terkumpul hasil dan pembahasan dideskripsikan dalam bentuk kata-kata. Teknik analisis data yang digunakan oleh peneliti yaitu mencari sumber informasi dari subjek peneliti dengan mengirimkan angket pertanyaan.

Hasil penelitian menunjukkan tingkatan stress yang dialami oleh guru Bahasa Indonesia di SMPN 1 Pronojiwo berada pada tingkatan sedang dengan skor 19 dan 20. Stres yang dialami oleh guru Bahasa Indonesia berasal dari cara menangani beberapa anak yang memiliki karakteristik dan kemampuan yang berbeda-beda pada saat pembelajaran daring berlangsung. Proses *coping stress* yang dilakukan oleh guru Bahasa Indonesia kelas IX apabila merasakan kendala dalam mengajar, muncul bebrapa perasaan bahwa akan

mengalami stress. Responden akan menggunakan *coping stress* berupa *problem focused coping* yang paling banyak digunakan adalah *seeking social support* dan *planfull problem solving*. Sedangkan untuk *emotion focused coping*, paling banyak menggunakan *accepting responbility* dan *self control*.

Saran bagi peneliti agar bisa dijadikan acuan dan penambahan untuk peneliti selanjutnya. Bagi guru Bahasa Indonesia untuk lebih tanggap dalam mengontrol emosi yang dimiliki agar tidak memberikan dampak buruk bagi anak di masa depan nanti. Bagi pembaca agar dimanfaatkan sebagai pengayaan tentang *coping stress* yang dialami oleh guru ketika pembelajaran daring.



ABSTRACT

Kinasih, Gita Laksmi. 2024. *Coping Stress Guru Bahasa Indonesia Kelas IX pada Pembelajaran Daring di SMPN 1 Pronojiwo*. Skripsi, Bidang Studi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Islam Malang. Pembimbing I: Dr. Hasan Busri, M.Pd; Pembimbing II Frida Siswiyanti, S.Pd., M.Pd.

Key Words: Coping stress, online learning activities, factors that cause stress, mechanism coping stress

The era of online learning that suddenly occurred made many people feel overwhelmed. Starting with teachers, pupils and even the parents of the pupils involved. Learning that was supposed to be done face-to-face was replaced by face-to-face only through internet-connected exercises. Regardless of the circumstances, the learning process of teaching must keep going as it should. Teachers are required to be more innovative in preparing learning materials, should be more active so that students do not get bored quickly when the teaching learning process is ongoing. The obstacles that occur in this online learning process are different everywhere. The obstacles that occurred caused a feeling of stress on the teacher. Factors that cause stress on teachers include the lack of teachers in organizing time, even when the time has been arranged there are some that are blocked by limited time. Preparing innovative learning so that students can follow learning with pleasure. The different condition of each individual student and insufficient facilities to support the teaching learning process. There are factors that cause stress in the teacher, then there must be a stress coping mechanism done by the teacher so as not to experience sustained stress. Stress coping is an action taken by a person to deal with a problem or demands that are being made to the person. The stress coping mechanism that can be done is by means of an emotional-focused control and a problem-focused control.

This study aims to find out what stress coping is done by teachers. The method is qualitative descriptive. The source of the data in this study is the research subject of the teacher of Indonesian language IX class at SMPN 1 Pronojiwo. Once the data is collected the results and the interpretation is described in word form. The data analysis technique used by the researcher is to find the source of information from the research subject by sending questions.

The results of the study showed that the stress level experienced by the Indonesian language teacher at SMPN 1 Pronojiwo was at a moderate level with a score of 19 and 20. The stress experienced by Indonesian language teachers comes from the way they deal with several children who have different characteristics and abilities at the time of online learning. The stress coping process carried out by the Indonesian language teacher in the ninth grade when feeling an impediment in teaching, appears without the feeling that it will be under stress. Respondents will use stress coping in the form of focused coping the most commonly used are seeking social support and plan full problem solving.

Suggestion for researchers that can be used as a reference and supplement for future researchers. For Indonesian language teachers to be more responsive in controlling their



emotions so as not to have a negative impact on children in the future. For readers to use it as an enrichment about coping stress experienced by teachers when learning online.



BAB I

PENDAHULUAN

Pada bagian pendahuluan ini berisi (1) konteks penelitian, (2) fokus penelitian, (3) tujuan penelitian, (4) kegunaan penelitian, (5) penegasan istilah.

1.1 Konteks Penelitian

Fenomena Corona Virus Disease, juga dikenal sebagai COVID-19, telah menyebabkan dunia mengalami masa sulit sejak akhir tahun 2019. Banyak negara, termasuk Indonesia, berusaha keras untuk mengatasi virus ini karena merambat ke sektor lain seperti pendidikan, ekonomi, pertanian, dan sosial. Portal berita mencatat peningkatan jumlah kasus yang positif, kematian, dan sembuh dari virus ini setiap hari. Peningkatan ini menunjukkan bahwa belum ada solusi yang tepat untuk memerangi virus ini.

Indonesia telah menetapkan kebijakan yang mengatur interaksi sosial masyarakat untuk mencegah penyebaran virus ini semakin meluas. mulai dari saran untuk sosial distancing hingga penerapan PBB oleh pemerintah di daerah tertentu. penghentian sementara kegiatan di sekolah dan tempat kerja. Menurut Surat Edaran Nomor 4 Tahun 2020 tentang Pelaksanaan Pendidikan Dalam Masa Darurat Corona Virus Disease (COVID-19), pendidikan atau proses pembelajaran yang biasanya berlangsung secara tatap muka di kelas diganti dengan pembelajaran online di rumah masing-masing.

Pendidikan adalah bagian penting dari kehidupan manusia karena memungkinkan kita untuk menciptakan sumber daya manusia yang unggul dari segi

spiritual, kecerdasan, dan keterampilan. Peraturan No. 20 tahun 2003 menyatakan bahwa "Pendidikan adalah usaha dasar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kemandirian, dan kemandirian." Kegiatan pembelajaran juga harus terus berlangsung selama pandemi ini, karena keadaannya sebagai guru harus terus berbagi pengetahuan dan sebagai murid harus terus mendapatkan pengetahuan dari guru.

Pembelajaran adalah proses di mana pengetahuan diinternalisasikan ke dalam skemata siswa. Siswa bertindak sebagai pelajar aktif, dan guru bertindak sebagai fasilitator. Pendidik menjalankan pembelajaran melalui tahap perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. Pembelajaran kemudian diterapkan dalam pertemuan klasik dengan dukungan media, alat, dan bahan ajar yang sesuai. Pembelajaran berbasis online digunakan sebagai pengganti pembelajaran langsung atau tatap muka. Namun, metode pembelajaran online ini tidak pernah dibahas tentang cara menggunakannya atau metode terbaik.

Pembelajaran daring, menurut Meidawati et al. (2016, dalam Pohan 2020), "merupakan bentuk pendidikan formal yang diselenggarakan oleh institusi pendidikan di mana peserta didik dan pengajarnya berada di lokasi yang berbeda, sehingga membutuhkan sistem telekomunikasi interaktif untuk menghubungkan kedua belah pihak serta berbagai sumber daya yang diperlukan. Pembelajaran daring memungkinkan proses belajar mengajar dilaksanakan di mana saja dan kapan saja, tergantung pada kebutuhan siswa."

Pendidik adalah pekerjaan yang memiliki peran penting dan strategis dalam pendidikan. Dengan demikian, seorang pendidik memikul tanggung jawab moral dan kewajiban besar karena pekerjaan mereka memproduksi sumber daya manusia yang sangat baik. Salah satu tantangan dalam arus pembangunan negara yang semakin pesat adalah menjamin kualitas layanan dalam profesi kependidikan pada abad ke-21. Peran dan tanggung jawab pendidik juga meningkat. Para pendidik ditugaskan untuk memastikan perkembangan seluruh siswa dengan mendidik mereka dengan mengasah bakat sehingga generasi masa depan dapat memenuhi kebutuhan bangsa.

Tugas guru menjadi sangat sulit di tengah pandemi saat ini karena mereka bukan hanya harus mengajarkan siswa pelajaran tetapi juga harus menunjukkan sikap yang baik dan memberikan contoh yang baik kepada siswa mereka. Di masa pandemi, memberikan instruksi kepada siswa melalui sistem pembelajaran berbasis online menjadi tantangan tersendiri bagi guru. Pembelajaran tatap muka kadang-kadang menyebabkan orang salah memahami apa yang diajarkan oleh guru.

Menurut Pohan (2020), istilah "e-book", "e-learning", "e-laboratory", dan sebagainya telah muncul sejak bulan Juli. Namun, tidak semua lembaga menggunakan aplikasi-aplikasi tersebut dalam kegiatan pembelajaran. Secara keseluruhan, pembelajaran online memiliki banyak masalah. Di beberapa wilayah di Indonesia, terutama di daerah 3T (terdepan, terluar, tertinggal), masalah ketersediaan infrastruktur menjadi masalah utama. Permasalahan ini termasuk ketersediaan listrik dan koneksi internet di sekolah. Salah satu penyebab stres guru adalah hal ini.

Latar belakang sosial dan non-sosial dapat mengganggu kesehatan mental, terutama jika mengancam stabilitas kehidupan. Stres adalah keadaan dinamis di mana

seseorang menghadapi situasi yang melibatkan peluang, batasan, atau tantangan yang berkaitan dengan hal-hal yang sangat diinginkannya, dan hasilnya dirasakan tidak pasti dan penting. Stres adalah kombinasi elemen fisik, kimia, dan emosional yang dapat menimbulkan tekanan pada tubuh atau pikiran dan dapat menyebabkan penyakit.

Respon individu terhadap stres yang berasal dari situasi atau faktor di luar kendali mereka, seperti tuntutan yang berlebihan, ketidakmampuan untuk memenuhi harapan, atau kondisi lain yang mengganggu keseimbangan hidup. Hendriani (2019).

Wahyuni (2017) menemukan bahwa "Respons terhadap stres berbeda-beda di antara orang." Ini dapat menunjukkan dirinya dalam berbagai bentuk, seperti menghindari tugas, menarik diri, gangguan tidur seperti kesulitan tidur atau terlalu banyak tidur, dan masalah dengan pola makan. Dengan gejala seperti detak jantung meningkat, tekanan darah tinggi, keringat berlebih, pusing, sakit perut, dan mudah lelah, respons stres dapat berdampak pada tubuh. Stres dapat menyebabkan berbagai gangguan psikologis, seperti frustrasi, depresi, perasaan kecewa, rasa bersalah, kebingungan, ketakutan, perasaan tidak berdaya, kecemasan, kehilangan motivasi, dan rasa gelisah.

Mengelola atau mengatur stres, atau penanganan stres, adalah dua metode yang dapat digunakan untuk mengatasi stres. Penanganan didefinisikan oleh Lazarus dan Folkman (1984) sebagai upaya seseorang untuk mengendalikan pemikiran dan perilaku mereka secara konsisten, untuk menangani berbagai tuntutan atau menghadapi berbagai situasi baik di dalam maupun di luar. Menurut Chouhan dan Vyas (2006, seperti yang dikutip dalam Huang 2009), strategi penanganan mengacu pada proses yang dilalui oleh seseorang untuk mengelola tekanan yang disebabkan oleh berbagai tuntutan. Dalam

pendekatan ini, orang dapat mengubah sumber daya mereka untuk memenuhi kebutuhan lingkungan.

Sebelum melakukan penelitian ini, peneliti menemukan hasil karya Alma Fildzah AUFAR dan Santoso Tri RAHARJO, "Kegiatan Relaksasi sebagai Mengatasi Stres di Masa Pandemi Covid-19." Penelitian ini menyelidiki upaya relaksasi yang diharapkan dapat memperbaiki kondisi saat ini. Salah satu metode untuk mengurangi stres adalah relaksasi; saran dan teknik pernapasan teratur dapat membantu Anda menjadi lebih tenang dan mengurangi kecemasan.

Dalam waktu singkat, proses pembelajaran yang berubah dan tanggung jawab yang ditanggung oleh guru telah menyebabkan banyak perubahan dalam kehidupan mereka, seperti frustrasi, kemarahan, dan kekecewaan. Tetapi setiap orang memiliki cara yang berbeda untuk mengatasi stres. Latar belakang kehidupan seseorang, budayanya, cara mereka dibesarkan, dan pola kognitif mereka dalam menghadapi tekanan sangat memengaruhi cara mereka menangani masalah. Peneliti ingin mengetahui "Coping Stress Guru Bahasa Indonesia Kelas IX pada Pembelajaran Berbasis Daring di SMPN I Pronojiwo" dari uraian tersebut.

1.2 Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang sudah diungkapkan di atas, rumusan penelitian yang berjudul *coping stress* guru bahasa Indonesia kelas IX pada pembelajaran daring di SMPN I Pronojiwo dapat difokuskan sebagai berikut :

- 1) Faktor-faktor penyebab *stress* guru bahasa Indonesia kelas IX pada pembelajaran daring di SMPN I Pronojiwo.

- 2) Mekanisme *coping stress* guru bahasa Indonesia kelas IX pada pembelajaran daring di SMPN I Pronojiwo.

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini yang berjudul “*Coping Stresss* Guru Bahasa Indonesia Kelas IX pada Pembelajaran Daring di SMPN I Pronojiwo” sebagai berikut:

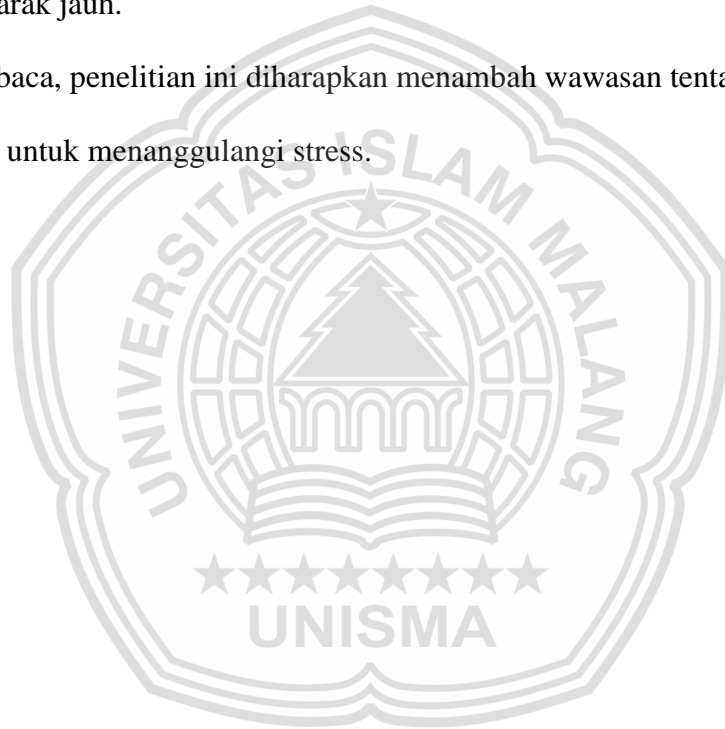
- 1) Mendeskripsikan bentuk *coping stress* guru bahasa Indonesia kelas IX pada pembelajaran daring di SPN I Pronojiwo.
- 2) Mendeskripsikan mekanisme *coping stress* guru bahasa Indonesia kelas IX pada pembelajaran daring di SMPN I Pronojiwo.

1.4 Kegunaan Penelitian

Dari hasil kajian yang direncanakan, diharapkan penelitian ini akan memberikan kontribusi yang signifikan bagi pengembangan pendidikan, baik secara langsung maupun melalui pengaruhnya yang tidak langsung. Berikut adalah beberapa keuntungan yang diharapkan dari penelitian ini:

- 1) Manfaat teoritis
Secara teoritis hasil penelitian diharapkan dapat bermanfaat untuk pengembangan teori tentang *coping stresss*.
- 2) Manfaat praktis
Secara praktis hasil penelitian diharapkan dapat bermanfaat :

- a. Untuk guru bahasa Indonesia, penelitian ini diharapkan menjadi sumber rujukan dalam menanggulangi stress yang dialami selama pembelajaran daring atau pendidikan jarak jauh berlangsung.
- b. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini diharapkan menjadi referensi dan menambah pengetahuan tentang kajian *coping stress* dalam masa pembelajaran daring atau pendidikan jarak jauh.
- c. Bagi pembaca, penelitian ini diharapkan menambah wawasan tentang bagaimana upaya untuk menanggulangi stress.



1.5 Penegasan Istilah

Dalam penelitian terdapat istilah yang terdapat makna ganda untuk menghindari salah penafsiran, berikut diantaranya adalah :

- 1) *Coping stress* : Upaya yang dilakukan individu untuk mengatasi dan meminimalisasi situasi yang penuh akan tekanan (stress) baik secara kognitif maupun dengan perilaku.
- 2) Bentuk *coping stress* : Gambaran tentang upaya yang dilakukan oleh setiap individu untuk mengurangi tekanan atau stress yang ada pada diri individu.
- 3) Mekanisme *coping stress* : Suatu mekanisme pertahanan diri dari setiap individu dalam menghadapi suatu masalah untuk melindungi diri.
- 4) Pembelajaran : Pembelajaran merupakan proses, cara, perbuatan menjadikan pelajar. Pembelajaran juga termasuk proses belajar dan mengajar yang didalamnya terdapat pendidik dan peserta didik.
- 5) Pembelajaran daring : Pembelajaran daring merupakan sistem pendidikan jarak jauh dengan sekumpulan metode pengajaran dimana terdapat aktivitas pengajaran yang dilaksanakan secara terpisah dari aktivitas belajar.

BAB V

PENUTUP

Setelah melakukan analisis hasil dan pembahasan pada penelitian, selanjutnya disampaikan pada bab ini terkait kesimpulan dan saran *Coping Stress Guru Bahasa Indonesia Kelas IX pada Pembelajaran Daring di SMPN 1 Pronojiwo* dari hasil yang telah dipaparkan pada bagian bab IV.

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan analisis data yang dilakukan dan fokus temuan data penelitian dapat disimpulkan bahwa gambaran coping stress guru bahasa Indonesia kelas IX pada pembelajaran daring di SMPN 1 Pronojiwo adalah sebagai berikut:

5.1.1 Faktor-faktor Penyebab Stres Guru Bahasa Indonesia kelas IX pada Pembelajaran Daring di SMPN 1 Pronojiwo.

Pada era pembelajaran daring ini terdapat banyak sekali faktor yang menyebabkan stres pada guru antara lain adalah kemampuan guru dalam mengatur waktu pembelajaran. Seringkali guru sudah mengatur waktu namun terkadang juga disepelekan oleh peserta didik.

Melakukan inovasi pembelajaran dengan sebaik mungkin dan semenarik mungkin agar peserta didik tetap dapat belajar dengan nyaman dan mudah mengerti materi yang

sedang disampaikan. Inovasi pembelajaran yang menarik juga dapat mempengaruhi minat belajar peserta didik.

Keadaan peserta didik juga dapat mempengaruhi berlangsungnya proses pembelajaran, ketika proses belajar mengajar sedang berlangsung terkadang juga masih ada peserta didik yang masih baru bergabung ketika pembelajaran sudah mulai.

Sarana dan prasarana yang ada ketika proses pembelajaran daring ini sangat berpengaruh akan jalannya proses belajar mengajar. Tetapi di daerah tempat tinggal peserta didik SMPN 1 Pronojiwo sering terkendala oleh sinyal karena tempatnya berada di daerah pegunungan, dan masih ada sebagian besar peserta didik yang tidak memiliki gawai.

5.1.2 Mekanisme *Coping Stress* Guru Bahasa Indonesia kelas IX pada Pembelajaran Daring di SMPN 1 Pronojiwo

Mekanisme coping stress terbagi menjadi dua proses yaitu coping yang berfokus pada solusi dan coping berfokus pada emosi. Coping yang berfokus pada solusi yang dilakukan oleh subjek peneliti adalah dengan melakukan pendekatan dengan peserta didik yang sedang mengalami kesulitan, dan melakukan identifikasi dengan rekan kerja agar dapat menemukan solusi yang tepat, dan juga bertukar cerita dengan teman sejawat maupun dengan keluarga yang ada di rumah.

Coping yang berfokus pada emosi biasanya dilakukan oleh subjek penelitian dengan cara mengontrol emosi yang sedang membra dalam pikiran agar tidak kalut, sekedar bermain gawai untuk melihat adegan yang seru-seru dan lucu-lucu untuk menghilangkan

sejenak masalah yang sedang dihadapi, kemudian subjek peneliti jika mengalami tekanan akan pergi ke pujasera hanya untuk membeli jajanan kesukannya, dan tak lupa juga mereka mendekati diri kepada tuhan dengan cara ambil air wudhu kemudian sholat dan juga mengaji.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil pembahasan yang sudah disampaikan. Penelitian ini agar dapat membantu dalam usaha memperkaya pengertian tentang coping stress dalam pekerjaan, sebab apa yang terkandung didalamnya mempunyai relevansi dengan kehidupan.

(1) Bagi peneliti

Hasil penelitian ini bisa dijadikan acuan dan penambahan untuk peneliti selanjutnya. Perihal tentang coping stress yang dialami oleh guru.

(2) Bagi pembaca

Hasil penelitian ini bisa dimanfaatkan oleh pengarang sebagai pengayaan tentang coping stress yang dialami oleh guru ketika pembelajaran daring.

(3) Bagi Guru Bahasa Indonesia

Hasil penelitian ini bisa dimanfaatkan oleh guru bahasa Indonesia untuk lebih tanggap dalam mengontrol emosi yang dimiliki agar tidak memberikan dampak buruk bagi anak di masa depan nanti.



DAFTAR RUJUKAN

- Anugrahana, A. (2020). *Hambatan, Solusi, dan Harapan : Pembelajaran Daring Selama Masa Pandemi Covid-19 oleh Guru Sekolah Dasar*. Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan, Vol. 10., No. 3.
- Ekawarna. (2018). *Manajemen Konflik dan Stress*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Firmansyah, M. A., dan Roosmawarni, A. (2019). *Kewirausahaan (Dasar dan Konsep)*. Pasuruan: Qiara Media. *E-book*.
- Hendriani, W. (2019). *Resiliensi Psikologis, Sebuah Pengantar*. Jakarta: Prenadamedia.
- Jamaluddin. (2020). Pembelajaran Daring Masa Pandemi Covid-19 pada Calon Guru: Hambatan, Solusi dan Proyeksi. Retrieved from UIN Sunan Gunung Djati: <http://digilib.uinsgd.ac.id/30518/>
- Maryam, S. (2017). *Strategi Coping : Teori dan Sumberdayanya*. Jurnal Konseling Andi Matappa, Vol. 1., No. 2.
- Nur, M., Sari, N., & Surya, H. (2023). Coping Stress Guru PAUD Penanganan Anak Berkebutuhan Khusus di Sekolah PAUD Reguler. Serang Banten: PT Sada Kurnia Pustaka.
- Moleong, L. J. (2016). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Pohan, E. (2020). *Konsep Pembelajaran Daring Berbasis Pendekatan Ilmiah*. Purwodadi: CV Sarnu Untung.
- Suardi, M (2018). *Belajar & Pembelajaran*. Yogyakarta: Deepublish.
- Wahyuni, E. (2017). *Mengelola Stress dengan Pendekatan Cognitive Behavior Modification (Studi Eksperimen Pada Mahasiswa Baru Pendidikan Agama Islam*

Fakultas Ilmu Tarbiyah & Keguruan UIN MALIKI Malang). *Jurnal Tadrib*, Vol. III, No. 1.

Zainul, H. (2016). *Pengaruh Stress Kerja dan Kelelahan Kerja Terhadap Kinerja Guru SMPN 2 Sukodono di Kabupaten Lumajang*. *Jurnal Penelitian Ilm Ekonomi WIGA*, Vol. 6., No. 1.

Satrianingrum, A.P., & Prasetyo, I. (2020). Persepsi Guru Dampak Pandemi Covid-19 terhadap Pelaksanaan Pembelajaran Daring di PAUD. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 633-640. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v.5i1.574>

