

MANAJEMEN STRES PADA PUSTAKAWAN SEKOLAH

SMA *LIFE SKILL* TEKNOLOGI INFORMATIKA

INDO GLOBAL MANDIRI PALEMBANG



Oleh:

Widia Nursetyaningsih

19200010012

TESIS
STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

**Diajukan kepada Program Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga
Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna
Memperoleh Gelar Master of Arts (M.A)
Program Studi *Islamic Interdisciplinary Studies*
Konsentrasi Ilmu Perpustakaan Dan Informasi**

**YOGYAKARTA
2023**

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Widia Nursetyaningsih, S.Hum.
NIM : 19200010012
Jenjang : Magister (S2)
Program Studi : *Interdisciplinary Islamic Studies*
Konsentrasi : Ilmu Perpustakaan dan Informasi

Menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya saya sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Yogyakarta, 3 Agustus 2023

Peneliti,



Widia Nursetyaningsih, S.Hum

NIM: 19200010012

PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Widia Nursetyaningsih, S.Hum.
NIM : 19200010012
Jenjang : Magister (S2)
Program Studi : *Interdisciplinary Islamic Studies*
Konsentrasi : Ilmu Perpustakaan dan Informasi

Menyatakan bahwa naskah tesis ini secara keseluruhan adalah benar-benar bebas dari plagiasi. Jika dikemudian hari terbukti melakukan plagiasi, maka saya siap ditindak sesuai ketentuan hukum yang berlaku.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

Yogyakarta, 3 Agustus 2023
Saya yang menyatakan,



Widia Nursetyaningsih, S.Hum
NIM: 19200010012



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
PASCASARJANA

Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 519709 Fax. (0274) 557978 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-809/Un.02/DPPs/PP.00.9/08/2023

Tugas Akhir dengan judul : Manajemen Stres Pada Pustakawan Sekolah SMA Life Skill Teknologi Informatika Indo Global Mandiri Palembang

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : WIDIA NURSETYANINGSIH, S.Hum.
Nomor Induk Mahasiswa : 19200010012
Telah diujikan pada : Selasa, 15 Agustus 2023
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Pascasarjana UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang/Penguji I

Dr. Ramadhanita Mustika Sari
SIGNED

Valid ID: 64e8448d69866



Penguji II

Dr. Anis Masruri, S.Ag., S.S., M.Si.
SIGNED

Valid ID: 64e844bfb8fda



Penguji III

Dr. Labibah, MLIS.
SIGNED

Valid ID: 64e6ff066a400



Yogyakarta, 15 Agustus 2023
UIN Sunan Kalijaga
Direktur Pascasarjana

Prof. Dr. H. Abdul Mustaqim, S.Ag., M.Ag.
SIGNED

Valid ID: 64e8a6f2d61fc

NOTA DINAS PEMBIMBING

Kepada Yth.,
Direktur Program Pascasarjana
UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

Assalamu 'alaikum wr. wb.

Setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap penulisan tesis yang berjudul:

**MANAJEMEN STRES PADA PUSTAKAWAN SEKOLAH
SMA LIFE SKILL TEKNOLOGI INFORMATIKA
INDO GLOBAL MANDIRI PALEMBANG**

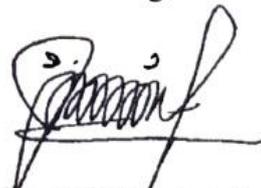
Yang ditulis oleh :

Nama : Widia Nursetyaningsih, S.Hum.
NIM : 19200010012
Jenjang : Magister (S2)
Program Studi : *Interdisciplinary Islamic Studies*
Konsentrasi : Ilmu Perpustakaan dan Informasi

Saya berpendapat bahwa tesis tersebut sudah dapat diajukan kepada Program Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga untuk diujikan dalam rangka memperoleh gelar *Master of Arts* (M.A).

Wassalamu'alaikum wr. wb.

Yogyakarta,
Pembimbing



Dr. Anis Masruri, S.Ag., S.IP.,M.Si.
NIP. 197110907 199803 1 003

ABSTRAK

Widia Nursetyaningsih, S.Hum (19200010012): Manajemen Stres pada Pustakawan (Studi Kasus Peperustakaan SMA LTI-IGM Palembang. Tesis, Program Studi Interdisciplinary Islamic Studies, Konsentrasi Ilmu Perpustakaan dan Informasi, Pascasarjana, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2022.

Riset ini bertujuan untuk mengenali kompleksitas pekerjaan dari Pustakawan sekolah serta melihat bagaimana stres kerja yang dihadapi dan manajemen stres Pustakawan sekolah dalam mengatasi stres kerja. Riset ini memakai metode kualitatif pendekatan studi kasus, dengan metode pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Sedangkan pengambilan data menggunakan teknik purposive sampling, yakni data diambil dari orang yang mengetahui dan memiliki informasi pokok mengenai topik penelitian, dalam hal ini adalah Pustakawan dari Perpustakaan SMA LTI IGM Palembang, siswa SMA LTI IGM Palembang, dan Guru SMA LTI IGM Palembang. Selanjutnya analisis data menggunakan reduksi data, penyajian data serta penarikan kesimpulan. Kemudian untuk menguji keabsahan data, peneliti menggunakan triangulasi.

Penelitian ini memiliki hasil: (1) Kompleksitas dari Pustakawan sekolah pada Perpustakaan SMA LTI IGM Palembang dikarenakan kebijakan sekolah yang memang mempercayakan tugas Kepala Perpustakaan dan pustakawan kepada Pustakawan sekolah sekaligus. (2) Stres yang dihadapi oleh Pustakawan sekolah di Perpustakaan SMA LTI IGM Palembang ketika dihadapkan dengan kegiatan yang berhubungan dengan eksternal perpustakaan dan eksternal sekolah (3) Manajemen stres yang dilakukan Pustakawan sekolah membuat hasil bahwa Pustakawan sekolah pada Perpustakaan SMA LTI IGM dilakukan dengan teknik *problem focused coping*, dan *emotional focused coping*.

Kata Kunci: Pustakawan Sekolah, Manajemen Stres, Stres Kerja

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

ABSTRACT

Widia Nursetyaningsih, S.Hum (19200010012): Stres Management in Pustakawan Sekolah (Case Study of LTI-IGM Palembang High School Library. Thesis, Interdisciplinary Islamic Studies Study Program, Concentration of Library and Information Science, Postgraduate, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2023.

This research aims to recognize the complexity of School Librarian work and see how work stres is faced and School Librarian's management in dealing with work stres. This research uses a qualitative descriptive method, with data collection methods through observation, interviews, and documentation. While data collection used a purposive sampling technique, namely data taken from Shool Librarian who know and have basic information about the research topic, in this case the librarian/ School Librarian from the SMA LTI IGM Palembang Library, students, and teachers. Furthermore, data analysis uses data reduction, data presentation and drawing conclusions. Then to test the validity of the data, researchers used triangulation.

This research has the following results: (1) The complexity of the School Librarian at the SMA LTI IGM Palembang Library is due to the school's policy of entrusting the duties of the Principal and librarian to School Librarian at the same time. However, this did not make School Librarian depressed but faced it enjoyably, (2) Stres faced by School Librarian at the School Librarian Palembang Library when faced with activities related to the library's external factors and the school's external factors, (3) The stress management carried out by the school librarians resulted in finding that the school librarians at the Library of SMA LTI IGM employed problem-focused coping and emotional-focused coping techniques..

Keywords: School Librarian, Work Stres, Stress Management

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayahNya kepada saya sehingga tesis ini dapat peneliti selesaikan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar *Master of Arts* (M.A.). Sholawat serta salam turut peneliti haturkan pada junjungan nabi agung Muhammad SAW, yang selalu didambakan syafa'atnya di akhirat nanti. Peneliti sangat beryukur atas selesainya penyusunan tesis yang berjudul “Manajemen Stres pada Pustakawan (Studi Kasus Perpustakaan SMA *Life Skill* Teknologi Informatika Indo Global Mandiri Palembang)”. Tesis ini disusun dalam rangka penyelesaian Program Studi Magister *Interdisciplinary Islamic Studies*, konsentrasi Ilmu Perpustakaan dan Informasi, Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. Tesis ini disusun berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti di. Peneliti menyadari bahwa dalam proses penelitian ini membutuhkan banyak bantuan, dukungan dan keterlibatan dari beberapa pihak, maka dari itu peneliti mengucapkan terima kasih sedalam-dalamnya kepada:

1. Prof. Dr. Phil. Al-Makin, S.Ag., MA., selaku Rektor Universitas Islam Negeri (UIN) Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Prof. Dr. H. Abdul Mustaqim, S.Ag., M.Ag., selaku Direktur Sekolah Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Dr. Nina Mariani Noor, M.A., selaku Ketua Program Studi Magister *Interdisciplinary Islamic Studies*, Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

4. Dr. Ramadhanita Mustika Sari selaku Ketua sidang sekaligus Peguji, Dr. Labibah, M.Lis., selaku penguji, dan Dr. Anis Masruri, S.Ag, M.Si, selaku Dosen Pembimbing penulisan tesis ini.
5. Seluruh Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Magister *Interdisciplinary Islamic Studies*, Pascasarjana Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
6. Keluarga Besar Perpustakaan UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta. Terimakasih telah bersedia meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk membantu pencarian referensi peneliti.
7. Kepada Keluarga Besar SMA Life Skill Teknologi Informatika Indo Global Mandiri Palembang. Terimakasih telah bersedia meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mendukung peneliti menyelesaikan tesis.
8. Kepala Perwakilan BKKBN Provinsi Sumatera Selatan dan Keluarga Besar Perwakilan BKKBN Provinsi Sumatera Selatan yang telah memberikan izin dalam penyelesaian penulisan tesis ini.
9. Sahabat-sahabat yang senantiasa memberikan semangat dan dukungan dalam penyelesaian penulisan tesis ini.
10. Semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu yang telah banyak membantu dalam penyelesaian penulisan tesis ini.

Semoga Allah SWT membalas seluruh kebaikan dengan pahala yang berlipat ganda serta selalu diberikan nikmat kesehatan dan nikmat keberkahan hidup di dunia dan akhirat.

Akhir kata, dengan segala kerendahan hati peneliti berharap semoga tesis ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca dan bagi para pustakawan dalam berperan ikut mencerdaskan generasi bangsa Indonesia melalui perpustakaan.

Yogyakarta, 3 Agustus 2023

Peneliti



Widia Nursetyaningsih, S.Hum



MOTTO DAN DEDIKASI

“Man Jadda wa jada”

“Sesudah Kesulitan, ada kemudahan”

“Allah tidak akan memberikan cobaan melebihi batas kemampuan hambanya”

TESIS INI PENELITI DEDIKASIKAN

KEPADA:

Ayah dan Ibu Tercinta Bapak Ihwan Supriyadi dan Ibu Tuniah

Dan Adik Tercinta Sigit Wiranto

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

DAFTAR SINGKATAN

SMA LTI IGM Palembang : SMA Life Skill Teknologi Informatika Indo
Global Mandiri Palembang



DAFTAR GAMBAR

- Gambar 3.1 Standart struktur organisasi perpustakaan sekolah.51
- Gambar 3.2 SK Tim Bidang Perpustakaan SMA LIT IGM Palembang. 53
- Gambar 3.3 Siswa nyaman mengerjakan tugas di perpustakaan.56
- Gambar 3.4 Dokumen SOP Pengadaan Koleksi .61
- Gambar 3.5 Form Pengusulan Koleksi.61
- Gambar 3.6 Kegiatan Pengolahan Koleksi.64
- Gambar 3.8 Tampilan Data Buku pada Katalog Online Perpustakaan.66
- Gambar 3.9 Tampilan penataan koleksi buku, majalah dan koran.68
- Gambar 3.10 Proses Peminjaman koleksi setelah siswa menemukan buku..69
- Gambar 3.11 Tampilan Katalog Online Perpustakaan (Aplikasi SliMS 9).70
- Gambar 3.12 Tampilan Aplikasi *Smart Library*.71
- Gambar 3.13 Tampilan Layanan Anak.72
- Gambar 3.14 Suasana kunjungan rutin jam pelajaran.73
- Gambar 3.15 Kegiatan Pustakawan sekolah dengan siswa.74
- Gambar 3.16 Keterlibatan Pustakawan sekolah dalam MPLS tahun ajaran baru
2023. 75
- Gambar 3.17 Piagam Lomba Perpustakaan.76
- Gambar 3.18 Tugas dan Fungsi Kepala Perpustakaan.81
- Gambar 3.19 Tugas dan Fungsi Pustakawan.88
- Gambar 3.20 Keterlibatan Pustakawan sekolah dalam kegiatan kesiswaan.92
- Gambar 3. 21 Sertifikat Akreditasi Perpustakaan SMA LTI IGM Palembang.93

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1. Kegiatan Pustakawan Perpustakaan SMA LTI-IGM Palembang. 8

Tabel 1.2 Perbedaan Penelitian Sebelumnya.20

Tabel 3.1. Kegiatan Pustakawan Perpustakaan SMA LTI-IGM Palembang.58



DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN.....	ii
PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI.....	iii
PENGESAHAN	iv
NOTA DINAS PEMBIMBING.....	v
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	ix
MOTTO DAN DEDIKASI.....	xii
DAFTAR SINGKATAN	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR ISI.....	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian.....	8
D. Kajian Pustaka	9
E. Kerangka Teori.....	21
1. Pustakawan Sekolah.	21
2. <i>Work Stres</i> (Stres Kerja)	25
3. Jenis dan Tingkat Stres	28
4. Manajemen Stres (Stress Management/Coping Stres).....	31
F. Metode Penelitian.....	35
1. Jenis Penelitian	35
2. Sifat Penelitian.....	35
3. Objek dan Subjek Penelitian.....	36
4. Lokasi dan Waktu Penelitian	37
5. Pemilihan Informan	37
6. Teknik Pengumpulan Data.....	37
7. Uji Validitas Data	39

8. Teknik Analisis Data	40
9. Alur Berpikir.....	43
10. Sistematika Penulisan	43
BAB II GAMBARAN UMUM.....	45
A. Profil Sekolah SMA LTI IGM Palembang	45
B. Perpustakaan SMA LTI IGM Palembang	46
BAB III PEMBAHASAN	48
A. Kompleksitas Kerja Pustakawan Sekolah di Perpustakaan SMA LTI IGM Palembang	48
B. Analisis Stres Kerja <i>Pustakawan Sekolah</i> di SMA LTI IGM Palembang	75
C. Manajemen Stres Pustakawan Sekolah di SMA LTI IGM Palembang.....	92
BAB IV PENUTUP	103
A. SIMPULAN.....	103
B. SARAN.....	104
DAFTAR PUSTAKA	105
LAMPIRAN.....	109
HASIL REDUKSI.....	114
DOKUMEN PERPUSTAKAAN SMA LTI IGM PALEMBANG	141
DOKUMENTASI PENELITIAN LAPANGAN	150
BERITA ACARA SEMINAR PROPOSAL.....	158
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	160

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perpustakaan adalah institusi penghimpun berbagai informasi penting yang nantinya akan disebarluaskan kepada Pemustaka dalam hal pemenuhan kebutuhan informasi, referensi, serta media rekreasi. Selain itu, perpustakaan juga merupakan salah satu sarana atau komponen yang dibutuhkan dalam pembangunan dan pengembangan dunia pendidikan. Terlebih lagi, perpustakaan menjadi salah satu unsur atau elemen yang esensial dalam upaya pembangunan dan perkembangan dunia pendidikan. Pendidikan tidak dapat berjalan dengan baik jika fasilitas yang mendukung kegiatan pembelajaran kurang memadai. Maka dari itu, lembaga pendidikan diwajibkan untuk memiliki Perpustakaan¹.

Perpustakaan Sekolah/Madrasah adalah perpustakaan yang terletak di lingkungan sekolah atau madrasah dengan peranan sebagai sarana dalam kegiatan pembelajaran, melakukan eksperimen sederhana, menyajikan sumber bacaan, serta sebagai area hiburan. Perpustakaan ini dikelola oleh pihak sekolah atau madrasah. Perpustakaan ini diselenggarakan dengan memperhatikan Standart Nasional Pendidikan². Sebagai cerminan dari lembaga atau organisasi induknya, maka perpustakaan sekolah berkewajiban dalam menyediakan koleksi bahan pustaka untuk pemenuhan kebutuhan informasi lembaga yang menaunginya dalam hal ini

¹ Perpustakaan Nasional RI, *Pedoman penyelenggaraan perpustakaan sekolah*. (2015), <https://press.perpusnas.go.id/files/pdf/123.pdf> (diakses pada 12, Maret, 2023).

² Pemerintah Republik Indonesia, *Undang-Undang Republik Indonesia No. 43 Tahun 2007 Tentang Perpustakaan*, (Jakarta, 2007).

Sekolah. Selain faktor koleksi, fasilitas, dan layanan yang dimiliki, eksistensi dan perkembangan perpustakaan juga bertumpu pada sumber daya manusia pengelolanya, atau yang biasa dikenal dengan sebutan pustakawan atau tenaga perpustakaan sekolah. Ketika pustakawan aktif dan kreatif dalam mengelola perpustakaan, akan berdampak baik dan dapat membawa citra positif bagi kehadiran perpustakaan itu sendiri dimata Pemustaka. Sejalan dengan terus berkembangnya teknologi informasi yang terus berlanjut, pustakawan sebagai pakar informasi harus mampu beradaptasi, cerdas, dan memiliki strategi yang baik dalam mengelola informasi. Hal ini bertujuan untuk menciptakan Pemustaka yang berliterasi dan mempertahankan eksistensi perpustakaan itu sendiri.

Seorang pustakawan adalah individu yang memiliki pengetahuan mendalam dalam bidang ilmu perpustakaan, dan tugas utamanya adalah mengurus serta mengelola koleksi bahan pustaka, sekaligus memberikan pelayanan kepada para Pemustaka perpustakaan. Sebagaimana yang tertera dalam undang-undang Nomor 43 Tahun 2007 tentang Perpustakaan bahwa pustakawan adalah individu yang telah memperoleh kompetensi melalui pendidikan dan/atau pelatihan di bidang kepustakawanan, dan memiliki tanggung jawab untuk mengelola serta memberikan pelayanan di lingkungan perpustakaan³.

³ Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 43 Tahun 2007 Tentang Perpustakaan

Jumlah sumber daya manusia pengelolaan perpustakaan sekolah yang diperlukan dalam minimal sebanyak dua orang, terdiri dari satu tenaga profesional perpustakaan, dan satu tenaga pendamping.⁴

Pustakawan sekolah mengerjakan semua kegiatan di perpustakaan secara sendiri dan bertanggung jawab untuk mengelola semua fungsi perpustakaan yang dilakukan oleh departemen yang berbeda di perpustakaan yang lebih besar, seperti pengembangan koleksi, katalogisasi, dan sirkulasi. Pustakawan Sekolah juga memberikan pelayanan pada berbagai kelompok pengunjung perpustakaan, dan juga bekerja dengan jam kerja yang bervariasi seta mungkin tidak selalu berada ditempat untuk membantu *user* , bahkan mungkin harus bergantung pada sukarelawan untuk mengisi celah waktu ketika tidak berada di perpustakaan.

Pustakawan Sekolah memiliki tanggung jawab untuk menjalankan seluruh perpustakaan dan melayani *user* atau pengunjung secara efektif dan efisien. Pustakawan sekolah harus sigap dan siap dalam menjalankan segalanya termasuk melayani *user* dengan baik, apakah hadir secara fisik di perpustakaan atau tidak. Dalam hal ini tantangannya jelas diantaranya kemampuan bekerja multitasking, manajemen waktu, beban kerja, dan lain-lain.

Penyebab stres (*stressor*) di dunia perpustakaan disebabkan oleh beberapa faktor, seperti rendahnya gaji, manajemen dan pengawasan yang kurang baik,

⁴ Perpustakaan Nasional, *Pedoman Penyelenggaraan Perpustakaan Sekolah*, (2015), , <https://press.perpusnas.go.id/files/pdf/123.pdf> , (diakses pada 15 Maret 2022)

kurangnya apresiasi terhadap profesi pustakawan, ketidakjelasan dalam jenjang karir pustakawan, serta beban kerja yang harus ditanggung.⁵

Pustakawan sekolah memiliki tugas dan fungsi yang banyak sebagai mana tercantum dalam panduan kerja Pustakawan sekolah/madrasah. Tugas dan fungsi tersebut dapat meliputi tugas dan fungsi sebagai kepala Perpustakaan Sekolah/Madrasah, dan Pustakawan sekolah. Dalam menjalankan peran sebagai kepala perpustakaan sekolah, tugas dan fungsi yang dilakukan berkaitan dengan kegiatan manajerial seperti merancang program kerja, petunjuk pelaksanaannya dan rencana anggaran keuangan, mengatur pembagian, merencanakan kebutuhan tenaga, serta memastikan ketersediaan sarana kerja yang diperlukan, memberikan bimbingan, dorongan, dan motivasi kepada Pustakawan, memantau dan mengawasi pelaksanaan program, Pemustakaan anggaran, serta pemeliharaan peralatan dan perlengkapan lainnya, melakukan evaluasi program kerja, dan Pemustakaan sarana dan prasarana, dan menyusun laporan kegiatan, pertanggungjawaban Pemustakaan anggaran, memberikan masukan untuk perbaikan dan peningkatan kinerja perpustakaan⁶.

Kemudian, sebagai Pustakawan/Pustakawan Sekolah/Madrasah memiliki tugas dan fungsi dalam hal kegiatan teknis perpustakaan seperti : pengembangan koleksi, pengolahan bahan pustaka layanan pemustaka dalam memanfaatkan koleksi perpustakaan dan layanan teknologi Informasi.⁷

⁵ Endang Fatmawati, "Upaya Pustakawan dalam Mengelola Stres Kerja" *Papirus*, Vol.3 (1), (2009), e-prints undip <http://eprints.undip.ac.id/62736/> (diakses pada 31 Maret 2023)

⁶ Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. *Panduan Kerja Pustakawan Sekolah/Madrasah*. (Jakarta, 2016). (14-22).

⁷ *Ibid.*.24

Dengan banyaknya tugas dan peran dari pustakawan di Perpustakaan Sekolah sebagaimana penjelasan di atas, apabila individu dihadapkan pada tuntutan pekerjaan yang melebihi kapasitasnya, kemungkinan besar ia akan mengalami stres kerja.⁸

Merujuk pada penjelasan diatas, berdasarkan hasil observasi awal, Perpustakaan SMA LTI IGM Palembang secara keseluruhan dikelola oleh satu orang pustakawan atau Pustakawan yang memenuhi kualifikasi untuk dapat dikatakan sebagai seorang pustakawan atau tenaga profesional perpustakaan sekolah yaitu merupakan Lulusan S-1 Ilmu Perpustakaan dan sudah mengikuti salah satu diklat kepustakawanan (diklat teknis kepala perpustakaan) yang diselenggarakan oleh Perpustakaan Nasional. Pada dasarnya, kebijakan pimpinan menginginkan optimalisasi sumber daya yang ada untuk saling belajar, saling membantu dan berkoordinasi dalam pelaksanaan program sekolah termasuk pengelolaan perpustakaan. Namun secara keseluruhan kegiatan seperti pengembangan dan pengolahan koleksi, layanan sirkulasi dan juga melakukan pekerjaan administratif perpustakaan lain-lain dijalankan oleh pustakawan SMA LTI IGM Palembang, dan terkadang dibantu oleh rekan kerja tidak tetap. Sebagaimana penjelasan diatas yang menyebutkan prinsip optimalisasi SDM yang ada, pustakawan SMA LTI IGM juga sering terlibat dan mendapatkan SK penugasan dalam berbagai kegiatan sekolah diluar cakupan bidang perpustakaan. Dengan berbagai keterbatasan yang ada, Pustakawan sekolah mempunyai

⁸ Jerold S Greenberg, "Comprehensive Stress Management". *Boston: McGraw- Hill Book*. (2002), (81)

tantangan tersendiri termasuk dalam mengelola semua beban kerja yang ditanggungnya dan menangani stres kerja yang dihadapinya.

Pemilihan pada Perpustakaan SMA LTI-IGM Palembang sebagai objek penelitian didasarkan atas observasi awal yang dilakukan peneliti bahwa pustakawan Perpustakaan SMA LTI-IGM Palembang juga merangkap sebagai kepala perpustakaan dan tidak hanya menjalankan tugas pokok dan fungsi di perpustakaan, juga mendapatkan pekerjaan tambahan diluar tugas pokok sebagai pustakawan.

Berdasarkan wawancara awal yang peneliti lakukan sebelumnya pada pustakawan Perpustakaan SMA LTI-IGM Palembang, diperoleh informasi mengenai pekerjaan yang dilakukan oleh pustakawan Perpustakaan SMA LTI-IGM Palembang berikut:

Tabel 1.1 Kegiatan Pustakawan Perpustakaan SMA LTI-IGM Palembang

No.	Nama Kegiatan	Penjelasan
1	Pengadaan Koleksi Perpustakaan	Pustakawan mengirimkan daftar usulan buku yang dibutuhkan ke bagian pengelola anggaran untuk mendapatkan persetujuan
2	Pengolahan Koleksi	Kegiatan pengolahan koleksi dimulai dari pengecekan buku yang baru datang, inventarisir, klasifikasi dan katalogisasi, kemudian pembuatan dan pemasangan label
3	Input data koleksi ke Sistem Perpustakaan	Proses input ulang data ke sistem perpustakaan yang baru, target perhari 30 buku yang di olah, diklasifikasi, dan langsung diinput
4	Sirkulasi Koleksi (Peminjaman dan Pengembalian)	Melayani peminjaman dan pengembalian buku, penelusuran informasi koleksi
5	Layanan Edukasi	Sama seperti perpustakaan lainnya, perpustakaan SMA LTI IGM juga melakukan user education bagi siswa baru, dan kegiatan ini dilakukan diawal tahun ajaran baru
6	Membuat Laporan Perpustakaan	Laporan mengenai pemasukan perpustakaan (denda dan pembuatan kartu anggota), laporan kegiatan perpustakaan, laporan program

		kerjasama perpustakaan dengan bidang lain
	Koordinasi dengan Wakil Kurikulum dalam pelaksanaan program	Perpustakaan SMA LTI IGM sangat berperan aktif dalam menunjang kurikulum pembelajaran, sehingga pustakawan selalu berkoordinasi terkait program-program yang dapat dilaksanakan agar tujuan dari kurikulum pembelajaran dapat tercapai, dengan kehadiran dan keterlibatan perpustakaan
7	Keterlibatan dalam program PPDB dan sebagai telemarketing sekolah	Dilakukan bulan setiap awal tahun ajaran baru

Sebagai pustakawan yang juga merangkap kepala perpustakaan, Pustakawan sekolah juga harus bertanggungjawab terhadap pekerjaan staff perpustakaan sehingga memiliki beban tanggung jawab dalam manajemen SDM. Khususnya mengenai kinerjanya antara pustakawan dan staff perpustakaan baik dari kualitas maupun kuantitas. Selain itu Pustakawan sekolah juga dituntut harus tahu semuanya karena jika staff perpustakaan mengalami suatu kendala maka akan bertanya ke pustakawan terlebih dahulu. Dalam menjalankan aktivitasnya yang begitu banyak, Pustakawan sekolah sangat rentan merasakan stres karena pekerjaan tersebut. Oleh karena itu pustakawan sekolah mempunyai tantangan tersendiri salah satunya dalam memajemen stres yang dihadapinya.

Berdasarkan data di atas, muncul ketertarikan peneliti untuk mengkajinya. Ekspektasi yang diharapkan dengan adanya kompleksitas kerja dan manajemen stres yang dilakukan oleh Pustakawan sekolah, sehingga Pustakawan sekolah tetap mampu menjalankan pekerjaannya dengan maksimal, baik itu dalam hal kegiatan administratif maupun pelayanan pada *user*. Tesis ini akan mengkaji bagaimana teknik manajemen stres yang dilakukan oleh Pustakawan sekolah

untuk tetap bertahan pada pekerjaannya dan memberikan pelayanan terbaik. Dan penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi dalam kajian-kajian tentang psikologi dan manajemen stres yang dilakukannya.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dirumuskanlah masalah penelitian yang diteliti yaitu:

1. Bagaimana kompleksitas kerja pustakawan sekolah di Perpustakaan SMA-LTI IGM dalam pelaksanaan tugas pokok dan tugas tambahan yang diterima?
2. Seperti apa stres kerja yang dihadapi oleh pustakawan sekolah Perpustakaan SMA LTI-IGM dalam menjalankan beban kerja yang diterima?
3. Bagaimana manajemen stres yang dilakukan pustakawan Sekolah di Perpustakaan SMA LTI-IGM untuk mengatasi stres kerja yang dirasakannya.

C. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Dari rumusan masalah di atas maka beberapa tujuan dari penelitian ini antara lain:

1. Mengetahui kompleksitas kerja Pustakawan Sekolah di Perpustakaan SMA-LTI IGM dalam pelaksanaan tugas pokok dan tugas tambahan yang diterima.

2. Mengidentifikasi stres kerja yang dihadapi oleh Pustakawan Sekolah SMA LTI-IGM dalam menjalankan beban kerja yang diterima.
3. Menganalisis teknik pengelolaan stres yang dilakukan oleh Pustakawan Sekolah PSMA LTI-IGM untuk mengatasi stres kerja yang dirasakannya.

2. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat setidaknya dalam tiga hal:

1. Manfaat akademis yaitu dapat berperan dalam perkembangan ilmu pengetahuan di bidang ilmu perpustakaan dan informasi khususnya dalam hal manajemen stres dan psikologi Pustakawan Sekolah.
2. Manfaat praktik yang dapat menjadi acuan untuk perkembangan lembaga perpustakaan secara umum dan Perpustakaan SMA LTI IGM Palembang.
3. Manfaat sosial, yaitu diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan solusi nyata atas pentingnya memperhatikan kondisi psikologis Pustakawan Sekolah agar dapat menjalankan tugasnya secara maksimal untuk memberikan layanan prima pada *user* dan menciptakan citra baik perpustakaan.

D. Kajian Pustaka

Kajian pustaka memiliki tujuan untuk memberikan informasi kepada pembaca mengenai hasil-hasil penelitian sebelumnya yang terkait dengan penelitian yang sedang dilakukan saat ini, serta menghubungkan penelitian tersebut dengan literatur yang sudah ada, dan mengisi kekosongan atau celah pada penelitian sebelumnya. Beberapa penelitian sebelumnya yang memiliki kesamaan topik dengan penelitian yang dilakukan saat ini sebagai berikut:

Pertama, Penelitian oleh Liz Farler dan Judith Broady-Preston, yang berjudul *Workplace stres in libraries: a case study* (2012). Paper ini bertujuan untuk menganalisis hasil dari sebuah studi kasus yang dilakukan pada tahun 2008/2009 yang menyelidiki stres di tempat kerja dalam layanan perpustakaan di sebuah perguruan tinggi pendidikan lanjutan. Hasil dari kuesioner dan serangkaian wawancara semi-terstruktur yang dilakukan dengan staf perpustakaan dianalisis dan dibahas dalam paper ini. Para pustakawan melaporkan bahwa interaksi dengan mahasiswa dapat menyebabkan stres atau juga bisa menjadi menyenangkan, tergantung pada konteksnya. Kebutuhan untuk mengontrol tingkat kebisingan, mengubah perilaku mahasiswa, dan menjaga keseimbangan antara kebutuhan kelompok Pemustaka yang berbeda dikutip sebagai penyebab stres. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa staf perpustakaan menunjukkan sikap humor dan kesadaran diri dalam pekerjaan mereka serta menggunakan berbagai metode untuk mengatasi stres. Selain itu juga menunjukkan bahwa stres positif dapat memotivasi pustakawan untuk berinteraksi secara aktif dengan mahasiswa dan dengan demikian menciptakan kepuasan kerja. Sedangkan stres negatif dapat dikelola dengan langkah-langkah seperti zona kerja dan fleksibilitas tata kelola⁹.

Kedua, penelitian oleh Galang Nurul Novian (2020) dengan judul *Stres Kerja Para Pustakawan di Perpustakaan Fakultas Ilmu Budaya Universitas*

⁹ Liz Farler dan Judith Broady-Preston, "Workplace stress in libraries: a case study" *Aslib Proceedings* 64, No. 3, (2012), 225-240, <https://www.emerald.com/insight/content/doi/10.1108/00012531211244509/full> (diakses pada 22 Mei 2021)

Diponegoro. Penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki apakah pustakawan di Perpustakaan Fakultas Ilmu Budaya Universitas Diponegoro mengalami stres, serta mengidentifikasi faktor-faktor yang menyebabkan stres pada pustakawan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi dan wawancara dengan pustakawan di Perpustakaan Fakultas Ilmu Budaya Universitas Diponegoro. Hasil penelitian menunjukkan hal-hal berikut: 1) Pustakawan tidak mengalami stres secara psikologis, namun mereka mengalami gejala stres fisik seperti pegal dan sakit pinggang. Hal ini disebabkan oleh lamanya waktu duduk saat bekerja dan minimnya pergerakan tubuh, sehingga aliran darah dalam tubuh tidak lancar. 2) Faktor utama yang menyebabkan stres kerja pada pustakawan berasal dari faktor internal, yaitu kondisi fisik individu pustakawan itu sendiri. 3) Beban kerja, kurangnya partisipasi, masalah peran, hubungan interpersonal, manajemen dan pengawasan yang lemah, lingkungan kerja, perkembangan teknologi informasi, rendahnya tingkat remunerasi, kurangnya pengembangan karir, dan ketidakpuasan kerja adalah beberapa faktor eksternal yang tidak menyebabkan pustakawan mengalami stres kerja¹⁰.

Ketiga, Penelitian oleh Shinta Nawang Sari (2010) dengan judul *Stres Kerja Pada Solo Librarian Di Perpustakaan United Nations Information Centre Jakarta*. Penelitian ini berkaitan dengan stres kerja seorang pustakawan tunggal di Pusat Informasi Perserikatan Bangsa-Bangsa (UNIC) Jakarta.

¹⁰ Galang Nurul Novian, dan Jumino, "Stres Kerja Para Pustakawan di Perpustakaan Fakultas Ilmu Budaya Universitas Diponegoro" *Jurnal Ilmu Perpustakaan* 9, no.2 (2020), 84-93, <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jip/article/view/29983> diakses pada 22 Mei 2021

Metode yang digunakan adalah fenomenologi dengan wawancara dan observasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Stres kerja yang dialami pustakawan tunggal ini terkait dengan menjadi satu-satunya orang yang mengelola semua kegiatan perpustakaan, seperti beban kerja yang berlebihan, tumpukan peran yang harus dijalani, kurangnya penghargaan finansial dan stagnasi dalam peningkatan karier, serta kelebihan informasi yang harus ditangani, dan hal ini tidak dapat dihindari, sehingga menyebabkan efek fisiologis, psikologis, dan perilaku. Selain itu pustakawan tunggal di UNIC mengalami stres kerja akibat tumpukan peran yang harus diemban, kurangnya deskripsi pekerjaan yang jelas, tugas, peran, dan harapan sebagai seorang pustakawan profesional tanpa adanya promosi, serta tekanan yang tinggi dari rekan-rekan di bagian lain. Dikatakan juga bahwa penyebab stres kerja utama yang dialami oleh *solo librarian* di Perpustakaan UNIC Jakarta bukan disebabkan tugas pokok pustakawan, melainkan oleh tambahan tugas yang diberikan kepadanya yaitu sebagai *informan assistant*¹¹.

Keempat, penelitian oleh Vincent O. Ekwelem (2015) "*Coping with Stres in Librarianship: A Case Study of Academic Librarians in Universities in South-East Nigeria*". Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi sumber stres terkait pekerjaan yang tidak diperlukan serta strategi penanganan stres di kalangan pustakawan akademik di universitas-universitas di Nigeria Tenggara. Desain penelitian ini adalah kuantitatif dengan metode kuisioner.

¹¹ Shinta Nawang Sari, "*Stres Kerja Pada Solo Librarian di Perpustakaan United Nations Information Centre*" (Jakarta:2010), <https://lib.ui.ac.id/file?file=digital/20160922-RB13S169s-Stres%20kerja.pdf> diakses pada 22 Mei 2021

Analisis data menggunakan persentase tabulasi silang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: 1) Pustakawan akademik di universitas di Nigeria Tenggara mengalami tingkat stres yang cukup tinggi dalam pekerjaannya, terlepas dari jenis kelamin, jabatan, dan tempat kerja. 2) Mayoritas pustakawan tidak puas dengan kondisi layanan mereka. 3) Strategi penanganan yang digunakan mencakup: mempertahankan rasa humor, delegasi tanggung jawab, relaksasi, dan teknik manajemen stres. Penelitian ini juga mengungkapkan bahwa sumber stres pustakawan bersifat multidimensional dan umumnya berasal dari kondisi kerja yang buruk, seperti kesempatan promosi yang buruk untuk pustakawan, kewajiban untuk menerbitkan karya ilmiah untuk promosi, promosi yang tertunda dan stagnasi, serta kurangnya pengakuan atas pekerjaan yang baik dan pekerjaan tambahan. Pustakawan, terlepas dari kualifikasi, tahun pelayanan, dan pangkat, merasa tidak puas dengan kondisi layanan mereka. Semua hal di atas menciptakan stres yang sangat berat bagi pustakawan¹².

Kelima, artikel ilmiah yang di *publish* dalam jurnal Kesehatan Masyarakat tahun 2018 oleh Maygha Yosianti Putri dkk yang berjudul “*Hubungan antara motivasi dan manajemen stres dengan strses kerja pada Guru SMA Santo Yakobus Jakarta*”. Penelitian ini menganalisis hubungan antara motivasi dan manajemen stres guru di SMA Santo Yakobus Jakarta menggunakan metode penelitian kuantitatif desain *Cross Sectional* dan

¹² Ekwelem, V.O, “Coping with Stress in Librarianship: A Case Study of Academic Librarians in Universities in South-East Nigeria”. *New media and mass communication* 35, (2015), 1-8, <https://www.semanticscholar.org/paper/Coping-with-Stress-in-Librarianship%3A-A-Case-Study-Ekwelem/ee37e7babd9055dbc3be86302a7786db72bc981f> diakses pada 22 Mei 2022

menggunakan angket *Hamilton Anxiety Rating Scale*, angket motivasi dan manajemen stres sebagai instrumen penelitian. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara beban kerja dan tingkat stres kerja, berdasarkan instrumen-instrumen yang digunakan. Pekerja yang dibebankan pada guru SMA Santo Yakobus Jakarta dapat dikatakan cukup berat, hal ini menyebabkan para guru perlu menyusun kembali jadwal hariannya dalam membagi waktu untuk bekerja, beristirahat, berekreasi, maupun berolahraga, agar dapat memanajemen waktu dengan baik dan mencegah serta menghindari terjadinya stres kerja¹³.

Keenam, penelitian oleh Lalu Ciptadi Romadhoni dkk, yang berjudul “Pengaruh Beban Kerja, Lingkungan Kerja, dan Dukungan Sosial terhadap *Burnout* Pustakawan di Kota Mataram”. Penelitian ini bertujuan untuk memahami dan menganalisis dampak dari kelebihan beban kerja, lingkungan kerja, dan dukungan sosial terhadap aktivitas pustakawan di Kota Mataram. Penelitian ini termasuk dalam jenis penelitian asosiatif yang mengeksplorasi hubungan antara satu variabel atau lebih dengan variabel lainnya. Analisis data dilakukan dengan menggunakan teknik regresi linear berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa beban kerja secara positif dan signifikan berkontribusi pada perasaan stres dari semua responden, namun lingkungan kerja dan dukungan masyarakat tidak memiliki dampak stres yang signifikan pada responden. Sehingga Variabel beban kerja merupakan variabel yang

¹³ Maygha Yosianti Putri, I. Wahyuni, dan D. Lestantyo, "Hubungan Antara Motivasi Dan Manajemen Stres Dengan Stres Kerja Pada Guru Sma Santo Yakobus Jakarta," *Jurnal Kesehatan Masyarakat* 6, No. 5, (2018), 587 – 593 <https://doi.org/10.14710/jkm.v6i5.22098> diakses pada 31 Juli 2023

paling dominan mempengaruhi *burnout* pustakawan di Kota Mataram. Namun secara keseluruhan, ketiga faktor tersebut dapat menyebabkan kelelahan, yang pada akhirnya berujung pada stres dalam pekerjaan¹⁴.

Ketujuh, penelitian oleh Kwame Kodua-Ntim, Harry Akussah, dan Emmanuel Adjei (2021) yang berjudul *Managing stres among library staff in public university libraries in Ghana*. Penelitian ini menginvestigasi pengelolaan stres oleh staf perpustakaan di universitas negeri di Ghana. Tujuan utamanya adalah untuk mengidentifikasi strategi yang diterapkan oleh staf perpustakaan universitas negeri dalam mengatasi stres yang mereka alami. Metode penelitian yang digunakan adalah metode campuran (mixed method). Pendekatan pengumpulan data kuantitatif menggunakan rumus Fisher untuk menentukan ukuran sampel, sedangkan data kualitatif dikumpulkan melalui kuesioner dan wawancara. Teknik pemilihan sampel yang digunakan mencakup purposif, acak sederhana, dan kenyamanan. Analisis statistik, termasuk statistik deskriptif dan inferensial, serta analisis tematik digunakan sebagai alat untuk menganalisis data. Hasil studi ini mengindikasikan bahwa staf perpustakaan di universitas negeri menghadapi berbagai kejadian pekerjaan yang menimbulkan stres. Namun, juga terlihat bahwa staf perpustakaan mengadopsi beragam strategi pemulihan seperti mengambil cuti dan istirahat, mempraktikkan pemikiran positif, membentuk hubungan

¹⁴ Lalu Ciptadi Romadhoni., Asmony, T., & Suryatni, M, "Pengaruh Beban Kerja, Lingkungan Kerja, dan Dukungan Sosial Terhadap Burnout Pustakawan Di Kota Mataram", *Khizanah Al-Hikmah : Jurnal Ilmu Perpustakaan, Informasi, Dan Kearsipan* 3, No.2 (2015),125-145. <https://doi.org/10.24252/kah.v3i2a3> diakses pada 31 Juli 2023

antarpersonal yang kokoh, dan mencari konseling sebagai upaya untuk mengelola stres¹⁵.

Kedelapan, penelitian oleh Marija Petek (2018) dengan judul *Stres among reference library staff in academic and public libraries*. Tujuan makalah ini adalah untuk mengeksplorasi tingkat stres di kalangan staf perpustakaan referensi di perpustakaan akademis dan umum di salah satu negara Eropa. Apakah mereka merasa bahwa pekerjaan referensi menimbulkan stres, seberapa sering mereka mengalami stres, situasi apa yang paling sering menimbulkan stres, dan bagaimana mereka mengatasi stres baik di tempat kerja maupun dalam kehidupan pribadi. Metode wawancara semi-terstruktur digunakan sebagai teknik pengumpulan data untuk memberikan kesempatan pada responden untuk mengungkapkan pandangan mereka mengenai stres dan menggambarkan pengalaman stres sebagai individu.

Temuan menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami stres, walaupun tingkat kepuasan kerja mereka cukup tinggi karena mereka menyukai pekerjaan mereka dan tidak ada yang mempertimbangkan mencari pekerjaan baru. Staf referensi di perpustakaan umum lebih sering mengalami stres dibandingkan dengan staf di perpustakaan akademis, bahkan beberapa dari mereka mengalami stres beberapa kali sehari. Penyebab stres yang paling umum bagi semua responden adalah interaksi dengan Pemustaka yang mengajukan berbagai pertanyaan serta permintaan informasi dan materi

¹⁵ Kwame Kodua-Ntim, Harry Akussah, Emmanuel Adjei, "Managing stress among library staff in public university libraries in Ghana", *The Journal of Academic Librarianship* 47 (2021). <https://doi.org/10.1016/j.acalib.2021.102362>

perpustakaan yang mendesak. Staf referensi di perpustakaan umum juga melaporkan kesulitan dalam menghadapi Pemustaka yang tidak sopan atau marah, serta Pemustaka yang tidak mengikuti peraturan perpustakaan. Hampir seluruh anggota staf referensi di perpustakaan umum menganggap pekerjaan referensi sebagai sumber stres. Namun, hampir semua staf referensi di perpustakaan akademis merasa bahwa pekerjaan referensi mereka tidak menimbulkan stres, dan mereka sepakat bahwa pekerjaan semacam itu di perpustakaan umum memang lebih menimbulkan stres karena keragaman Pemustaka dan permintaan informasi yang mencakup berbagai bidang pengetahuan¹⁶.

Tabel 1.2 Perbedaan Penelitian Sebelumnya

Nama Peneliti dan Judul	Jenis dan metode Penelitian, Pengambilan Data	Tujuan Penelitian	Subjek Penelitian	Objek Penelitian
Liz Farler dan Judith Broady-Preston (2012) yang berjudul Workplace stress in libraries: a case study.	Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, pengumpulan data melalui kuisisioner dan wawancara semi-terstruktur	menganalisis hasil dari sebuah studi kasus yang dilakukan pada tahun 2008/2009 yang menyelidiki stres di tempat kerja	Pustakawan -pustakawan perpustakaan perguruan tinggi	Perubahan sikap dan perilaku pustakawan dalam menghadapi pemustaka
Galang Nurul	Pendekatan kualitatif	menyelidiki apakah	Pustakawan -pustakawan	Faktor penyebab

¹⁶ Marija Petek, "Stress among reference library staff in academic and public libraries", *Reference Services Review*, (2018) <https://doi.org/10.1108/RSR-01-2017-0002>

Novian (2020) dengan judul Stres Kerja Para Pustakawan Di Perpustakaan Fakultas Ilmu Budaya Universitas Diponegoro.	dengan metode fenomenologi. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi dan wawancara	pustakawan mengalami stres, serta mengidentifikasi faktor-faktor penyebabnya	Fakultas Ilmu Budaya Universitas Diponegoro	stres dilihat dari Kondisi fisik dan psikologis pustakawan dalam menjalankan tugasnya
Shinta Nawang Sari (2010) Dengan Judul Stres Kerja Pada Solo Librarian Di Perpustakaan United Nations Information Centre Jakarta.	Metode yang digunakan adalah fenomenologi dengan wawancara dan observasi.	Untuk mengetahui penyebab stres kerja seorang pustakawan tunggal	Solo Librarian (Pustakawan Tunggal)	Jenis dan penyebab Stres kerja yang dialami oleh pustakawan tunggal
Vincent O. Ekwelem (2015) "Coping with Stres in Librarianship: A Case Study of Academic Librarians in Universities in South-East Nigeria"	Desain penelitian ini adalah kuantitatif dengan metode kuisisioner. Analisis data menggunakan persentase tabulasi silang.	Mengidentifikasi sumber stres terkait pekerjaan yang tidak sesuai tugas pokok, serta strategi penanganan stres di kalangan pustakawan akademik	Pustakawan-pustakawan di beberapa perguruan tinggi di Nigeria Tenggara	Penyebab stres pada pustakawan dan cara penanganannya

<p>Lalu Ciptadi Romadhoni dkk (2015) yang berjudul Pengaruh Beban Kerja, Lingkungan Kerja, Dan Dukungan Sosial Terhadap <i>Burnout</i> Pustakawan Di Kota Mataram.</p>	<p>Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, Analisis data dengan menggunakan teknik multiple linear regression.</p>	<p>Untuk memahami dan menganalisis dampak dari kelebihan beban kerja, lingkungan kerja, dan dukungan sosial terhadap aktivitas pustakawan</p>	<p>76 orang pustakawan yang bekerja di Perpustakaan Umum Kota Mataram</p>	<p>Burnout pada pustakawan yang dilihat dari beban kerja, lingkungan kerja dan dukungan sosial</p>
<p>Maygha Yosianti Putri dkk (2018) “<i>Hubungan antara motivasi dan manajemen stres dengan strses kerja pada Guru SMA Santo Yakobus Jakarta.</i>”</p>	<p>Penelitian kuantitatif, desain <i>Cross Sectional</i> dan menggunakan angket <i>Hamilton Anxiety Rating Scale</i></p>	<p>menganalisis hubungan antara motivasi dan manajemen stres</p>	<p>Guru SMA</p>	<p>Motivasi dan cara penanganan stres</p>
<p>Kwame Kodua-Ntim, Harry Akussah, dan Emmanuel Adjei (2021) yang berjudul <i>Managing stres among library staff</i></p>	<p>Pendekatan metode campuran (mixed method). data kuantitatif menggunakan rumus Fisher untuk menentukan ukuran sampel, data</p>	<p>untuk mengidentifikasi strategi yang diterapkan oleh staf perpustakaan perguruan tinggi dalam mengatasi stres</p>	<p>Staf perpustakaan</p>	<p>Strategi penanganan stres stag perpustakaan perguruan tinggi</p>

<i>in public university libraries in Ghana.</i>	kualitatif dikumpulkan melalui kuesioner dan wawancara.			
Marija Petek (2018) dengan judul <i>Stres among reference library staff in academic and public libraries</i>	Metode kualitatif, dengan wawancara semi-terstruktur	Mengeksplorasi tingkat stres di kalangan staf perpustakaan referensi di perpustakaan akademis dan umum	Pustakawan layanan referensi	tingkat stres di kalangan staf perpustakaan referensi
Penelitian Penulis	Kualitatif dengan pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi	Tujuan penelitian adalah mengetahui bagaimana kompleksitas kerja stres kerja yang dialami, dan pengelolaan stres kerja yang dilakukan oleh Pustakawan Sekolah di Perpustakaan SMA Life Skill Teknologi Informatika Indo Global Mandiri Palembang	Pustakawan Sekolah (Pustakawan tunggal) SMA Life Skill Teknologi Informatika Indo Global Mandiri Palembang	Kompleksitas kerja, stres kerja, dan pengelolaan stres kerja

Berdasarkan tabel perbandingan di atas, penelitian yang dilakukan mengembangkan penelitian-penelitian terdahulu, terutama pada pemilihan

subjek penelitian yakni pustakawan yang bekerja di perpustakaan sekolah. Karena belum banyak yang membahas beban kerja yang ditanggung oleh pustakawan di perpustakaan sekolah.

E. Kerangka Teori

1. Pustakawan Sekolah.

Pustakawan adalah individu yang telah memperoleh kompetensi melalui pendidikan dan/atau pelatihan di bidang kepustakawanan, dan memiliki tanggung jawab untuk mengelola serta memberikan pelayanan di lingkungan perpustakaan¹⁷. Dalam peraturan kepala perpustakaan nasional nomor 12 tahun 2017 mengenai standar nasional perpustakaan, pustakawan sekolah harus memiliki kualifikasi pendidikan minimal diploma dua ilmu perpustakaan dari perguruan tinggi yang telah diakreditasi. Pustakawan dengan kualifikasi akademik D-II dibidang selain perpustakaan dari perguruan tinggi terakreditasi, setelah menyelesaikan pendidikan dan pelatihan di bidang perpustakaan, juga dapat menjadi pustakawan¹⁸. Peraturan Menteri Pendidikan Nasional nomor 25 tahun 2008 menyebutkan bahwa setiap perpustakaan sekolah/madrasah memiliki sekurang-kurangnya satu pustakawan sekolah/madrasah yang berkualifikasi SMA atau yang sederajat dan bersertifikat kompetensi pengelolaan perpustakaan sekolah/madrasah dari lembaga yang ditetapkan oleh pemerintah¹⁹. Dapat disimpulkan bahwa

¹⁷ Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 43 Tahun 2007 Tentang Perpustakaan

¹⁸ Perpustakaan Nasional, *Peraturan Kepala Perpustakaan Nasional Nomor 12 Tahun 2017 tentang Standar Nasional Perpustakaan Sekolah Menengah Atas/Madrasah Aliyah.*(2017)

¹⁹ Kementerian Pendidikan. *Peraturan Menteri Pendidikan Nasional nomor 25 tahun 2008 tentang Standar Pustakawan Sekolah/Madrasah.*

pustakawan sekolah/tenaga perpustakaan sekolah adalah pustakawan yang telah memperoleh kompetensi melalui pendidikan dan/atau pelatihan di bidang kepustakawanan, dan memiliki tanggung jawab untuk mengelola serta memberikan pelayanan di lingkungan perpustakaan sekolah yang telah menempuh pendidikan atau mengikuti diklat dibidang perpustakaan.

Dalam pelaksanaan kegiatan, Kepala Perpustakaan Sekolah dan Pustakawan Sekolah memiliki tugas pokok dan fungsi yang berbeda namun saling berkaitan. Adapun tugas dan fungsi Kepala Perpustakaan sekolah sebagaimana tercantum dalam buku panduan kerja tenaga perpustakaan sekolah/madrasah sebagai berikut:

- a. Menyusun program kerja termasuk petunjuk pelaksanaan dan rencana anggaran keuangan.
- b. Mengorganisasi tugas-tugas di antara para tenaga perpustakaan, dan menyiapkan rencana tambahan tenaga, serta semua sarana kerja yang diperlukan.
- c. Membimbing, menggerakkan dan memotivasi tenaga perpustakaan.
- d. Melakukan pemantauan dan mengawasi pelaksanaan tugas, Pemustakaan anggaran dan perlengkapan atau peralatan lainnya.
- e. Melakukan evaluasi terhadap program, proses pelaksanaan, Pemustakaan sarana dan prasarana.
- f. Menyiapkan laporan hasil kerja, pertanggungjawaban Pemustakaan anggaran dan semua sarana kerja serta memberikan masukan untuk perbaikan dan peningkatan²⁰.

Sedangkan tugas dan fungsi dari pustakawan sekolah/tenaga perpustakaan meliputi:

- a. Layanan Teknis

²⁰ Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. *Panduan Kerja Tenaga Perpustakaan Sekolah/Madrasah*.(2016)

Pustakawan/ tenaga perpustakaan di perpustakaan sekolah/madrasah memiliki tugas untuk mengembangkan dan mengolah bahan perpustakaan agar siap untuk disajikan kepada Pemustaka. Kegiatan layanan teknis di perpustakaan sekolah meliputi:

- 1) Pengembangan Koleksi. Pengembangan koleksi adalah melakukan penambahan dan pemilihan koleksi buku, majalah, media elektronik, dan lainnya sesuai minat pembaca. Tahapannya antara lain menetapkan alat bantu seleksi, menetapkan tim seleksi, mematuhi ketentuan tentang pelaksanaan seleksi, menyusun kriteria seleksi, memilih bahan perpustakaan berdasarkan kriteria seleksi, mengadakan bahan perpustakaan sesuai dengan hasil seleksi, dan merawat koleksi perpustakaan yang meliputi kegiatan reproduksi koleksi, penjilidan, laminasi, fumigasi, dan penyiangan.
- 2) Pengolahan Bahan Pustaka.

Pengolahan bahan perpustakaan yang telah diakuisisi menjadi hal yang penting agar dapat segera dimanfaatkan oleh pemustaka.

Tujuannya adalah untuk menciptakan sarana temu balik sehingga pemustaka dapat dengan mudah menemukan kembali bahan bacaan yang mereka butuhkan melalui berbagai sistem temu balik.

Pengolahan bahan perpustakaan meliputi beberapa tahapan, yaitu melaksanakan inventarisasi koleksi, katalogisasi koleksi, klasifikasi koleksi, melaksanakan penyelesaian fisik bahan perpustakaan (*labelling*), menempatkan bahan pustaka seperti

buku, serial, surat kabar, pamflet atau brosur, serta bahan bukan buku perpustakaan di rak (*shelving*) dengan pengaturan yang teratur sehingga para pemustaka mudah dalam mencari koleksi yang dibutuhkan.

b. Layanan Pemustaka.

Layanan Pemustaka adalah rangkaian layanan yang disediakan oleh suatu perpustakaan untuk membantu Pemustaka dalam memanfaatkan koleksi perpustakaan tersebut. Layanan pemustaka yang dilakukan oleh pustakawan sekolah meliputi:

- 1) Layanan Bimbingan Pemustaka (*User Education*)
- 2) Layanan Peminjaman dan Pengembalian Koleksi
- 3) Layanan Rujukan
- 4) Layanan Membaca di Perpustakaan
- 5) Layanan Literasi Informasi
- 6) Layanan Bimbingan Membaca
- 7) Layanan Story Telling
- 8) Layanan Pemutaran Film atau Video
- 9) Layanan Wajib Kunjung Perpustakaan

c. Layanan Teknologi Informasi

Layanan teknologi informasi di perpustakaan mencakup berbagai fasilitas dan fitur yang menggunakan teknologi komputer dan internet untuk membantu pemustaka dalam mengakses, mencari, dan memanfaatkan

sumber informasi secara efisien. Layanan teknologi informasi di perpustakaan sekolah meliputi:

- 1) Katalog Online
- 2) *E-Resource*
- 3) Link untuk mengakses koleksi Perpustakaan yang menjalin kerjasama
- 4) Fasilitas *download* dan print dokumen elektronik yang diperoleh dari katalog *online* dan *e-resource*²¹

2. *Work Stres* (Stres Kerja)

Stres adalah reaksi umum yang bersifat tidak spesifik terhadap tekanan fisik atau emosional, baik dari lingkungan internal maupun eksternal²². Menurut Cooper stres dapat diartikan sebagai tekanan yang terlalu besar bagi individu²³. Ditambahkan Berry "*Stres: a physiological response of the body to environmental of personal demands*"²⁴, yaitu respon fisiologis yang dikeluarkan oleh tubuh terhadap lingkungan sekitar ataupun gangguan personal. Dapat dikatakan bahwa stres menjadi bagian yang tak terhindarkan dari kehidupan. Semua hal di lingkungan dapat menjadi potensi penyebab stres²⁵. Stres merupakan persepsi diri dalam melihat situasi dan kondisi,

²¹ Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. *Panduan Kerja Tenaga Perpustakaan Sekolah/Madrasah*. (Jakarta, 2016). (14-24) <https://repositori.kemdikbud.go.id/17170/1/BUKU%20KERJA%20PERPUSTAKAAN%20final.pdf> (diakses pada 31 Juli 2023)

²² Dede Rahmat Hidayat. "*Ilmu perilaku manusia: Pengantar psikologi untuk tenaga kesehatan. Trans Info Media*", (2013), 51.

²³ Cary L Cooper dan Michael J. Smith, "*Job Stress and Blue Collar Work*". (Chichester: John Wiley & Sons, 1985), 42.

²⁴ Lilly M. Berry, "*Psychology at Work: An Introduction to Industrial and Organizational Psychology*". Boston: McGraw-Hill Book. (2004); 528.

²⁵ Terry Looker, "*Managing stres: Mengatasi stres secara sendiri*", (Yogyakarta, 2005) 151.

seringkali disertai dengan rasa takut dan marah. Dalam bentuk sikap, stres dapat ditunjukkan dengan ketidakkesabaran, ketidakramahan, rasa iri, frustrasi, depresi, kebingungan, kekhawatiran, dan sikap apatis.²⁶ Tubuh menimbulkan reaksi ketika mengalami stres seperti perubahan mekanisme sistem kerja saraf yang terkadang menyebabkan terjadinya peningkatan denyut jantung, keringat berlebih, perubahan suhu pada tangan dan kaki, kesulitan buang air besar, dan gejala lainnya.

Pustakawan dan pengelola perpustakaan dapat mengalami karena beban kerja yang diamanatkan²⁷. Caputto mengatakan bahwa “faktor penyebab stres (stresor) di dunia perpustakaan antara lain renumerasi yang diterima tidak sebanding dengan beban kerja yang dijalani, manajemen dan sistem pengawasan yang masih kurang, profesi pustakawan yang masih dipandang sebelah mata oleh Pemustaka, perkembangan jenjang karir pustakawan kurang jelas, dan adaptasi penerapan teknologi informasi dalam berbagai kegiatan perpustakaan yang tidak diiringi dengan program pelatihan dan peningkatan kemampuan SDM dalam mengelola teknologi informasi”²⁸. Respon terhadap sumber stres dapat berbeda-beda antar individu, ada yang menerima dengancara yang kurang baik, menjadi beban pikiran, sehingga mengalami stres, namun ada juga yang menghadapi dengan cara positif sehingga tidak menjadi beban pikiran dan akhirnya tidak mengalami gangguan

²⁶ Suryanto, dan Sasi, T. R. “Technostress: Pengertian, penyebab dan coping pustakawan”. *PUSTABILIA: Journal of Library and Information Science*. (2017), 209-221. diakses pada 15 November 2020 <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.18326/pustabilia.v1i2>.

²⁷ Riya Fatmawati, “Burnout pustakawan, “Faktor-faktor dan dampak,” *Shaut al-Maktabah: Jurnal Perpustakaan, Arsip dan Dokumentasi* 9, No.1 (2017) 103-114. <http://repository.uin-malang.ac.id/2071/1/2071.pdf> (diakses pada 15 November 2020)

²⁸ J. S Caputo, “*Stress and Burnout in Library Service*”. (Canada: Oryx Press,1991).

stres²⁹. Penyebab stres pada individu terbagi menjadi dua kategori, yaitu umum dan khusus³⁰:

a. Penyebab stres kerja secara umum

Penyebab ini berkaitan dengan masalah pengambilan keputusan yang memakan waktu, kurangnya dukungan dari orang terdekat dan rekan kerja, jam kerja yang panjang, banyaknya prosedur dan kebiasaan yang tidak perlu, dan adanya perubahan kebiasaan;

b. Penyebab stres kerja secara khusus

Penyebab ini berkaitan dengan spesifikasi peran yang tidak jelas, konflik peran perfeksionis, hubungan buruk dengan atasan, beban kerja yang berlebih, kurangnya variasi dalam pekerjaan dan komunikasi, serta kepemimpinan yang buruk.

Stres kerja yang dirasakan dan dialami oleh pustakawan memiliki gejala-gejala tertentu, gejala ini ada yang dapat terjadi secara langsung, ada juga yang tidak langsung, bahkan dapat berpengaruh bagi kesehatan pustakawan. Adapun gejala-gejala stres kerja antara lain:

a. Gejala Fisik yang mencakup sakit kepala, perubahan metabolisme tubuh, perubahan tekanan darah, bahkan dapat berpotensi mengalami serangan jantung;

²⁹ Suryanto dan Sasi, T. R. "Technostress: Pengertian, penyebab dan coping pustakawan", *PUSTABILIA: Journal of Library and Information Science*, (2017); 213. diakses pada 15 November 2020 <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.18326/pustabilia.v1i2>

³⁰ S Ulpa, *Pengaruh stres kerja terhadap kinerja pustakawan di Dinas Perpustakaan dan Kearsipan Aceh*. (Banda Aceh, 2018)

- b. Gejala Psikologis mencakup rasa tidak puas dengan hasil kerja, cepat marah, bosan, tertekan, cemas, sehingga berujung dengan menunda pekerjaannya.
- c. Gejala Perilaku yang digambarkan sebagai perubahan produktivitas, perubahan pola makan, bahkan dapat menyebabkan konsumsi obat atau zat-zat penenang, serta mengalami gangguan tidur³¹.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa bukan tidak mungkin *Pustakawan Sekolah* juga mengalami stres kerja yang tidak disadari secara langsung mengingat beban kerja dan tantangan yang dihadapi cukup berat. Dengan penjelasan teori inilah peneliti akan mengidentifikasi apakah PUSTAKAWAN SEKOLAH Perpustakaan SMA LTI-IGM merasakan stres kerja selama menjalankan tugasnya, dan apa yang menjadi penyebabnya.

3. Jenis dan Tingkat Stres

Stres saat ini diartikan sebagai keadaan untuk tetap mempertahankan kestabilan diri dalam menghadapi tantangan³². Stres kerja ada yang dapat memberikan kesenangan dan menstimulus untuk merasa lebih bersemangat dalam bekerja, ada juga yang mengakibatkan turunnya produktivitas dan semangat kerja. Siyu dkk juga membagi stres kedalam tiga jenis yaitu *sustres* (stres tidak

³¹ J. A. A. R. T. E Tambuwun, "Hubungan antara tingkat stress kerja dengan pemilihan coping stress strategy karyawan di Kantor Pusat Adira Insurance". *Humaniora* 2, No.1 (2011) 214.

³² Siyu Lu, Fang Weil, Guolin Li. The evolution of the concept of stress and the framework of the stress system. "*Cell Stress*" 5, (2021) 76, doi: 10.15698/cst2021.06.250 pada 10 Mei 2023

memadai), eustres (stres baik), dan distres (stres buruk) dengan definis sebagai berikut³³:

1. *“Eustres: a type of stres representing good stres. It is a state of homeostasis being mildly challenged by moderate levels of stresors (for instance, the levels of stresors within the "hermetic zone"), which can induce a mild stres response, enhance the buffering capacity of homeostasis, and benefit health”*. Dapat diartikan bahwa eustres adalah stres yang menimbulkan stimulus dan rasa senang. Stres ini dapat meningkatkan motivasi, kreativitas, dan antusiasme untuk menghasilkan suatu karya atau pogram.
2. *“Distres: a type of stres representing bad stres. It is a state of homeostasis being strongly challenged by high levels of stresors, which might induce a severe stres response, impair homeostasis, and endanger health”* Distres dapat diartikan sebagai stres yang membawa dampak merusak, kurang baik, atau tidak menyenangkan. Tipe stres ini membuat individu akan lebih mudah mengalami rasa takut, semas, khawatis dan gelisah, yang menguras energi sehingga membuatnya menjadi lebih mudah jatuh sakit.
3. *Neustres: a type of stres representing inadequate stres. It is a state of homeostasis not challenged owing to no or inadequate stresors, which might shrink the buffering capacity of homeostasis and threaten health.* Neustres berbeda dari eustres dan disstres karena tidak memberikan dampak baik maupun buruk. Sehingga seringkali tidak disadari oleh individu bahwa mereka mengalami stres. Hal ini disebabkan karena penyebab stres tidak berdampak langsung bagi kehidupannya.

³³ *Ibid.*.78

Berdasarkan tingkatannya stres seseorang, maka dapat dibagi menjadi beberapa tingkatan, antara lain :

- a. Stres normal, yaitu reaksi alami yang terjadi pada seseorang ketika merasa lelah setelah menyelesaikan tugas, mengalami detak jantung yang lebih cepat, merasa takut tidak lulus ujian, emosi sesaat dengan rekan kerja dan lainnya dan tidak berlangsung lama.
- b. Stres ringan, merujuk pada stres yang terjadi dalam jangka waktu singkat, seperti beberapa menit atau jam, yang disebabkan oleh kemacetan, kritik, teguran, dan lain sebagainya. Pada tingkatan ini mulai muncul gejala dan jika tidak diatasi dengan baik dapat berdampak pada gangguan kesehatan.
- c. Stres sedang, biasanya terjadi dalam hitungan jam hingga beberapa hari dan disebabkan karena perselisihan. Pada tingkatan ini individu akan mudah marah, tersinggung, lelah dan cemas, tidak sabaran, dan sulit beristirahat
- d. Stres berat yaitu berlangsung dalam jangka beberapa minggu, disebabkan oleh perbedaan pendapat yang menyebabkan selisih paham berlanjut, merasa kekurangan dalam hal fisik, dan kesulitan finansial. Individu yang mengalami stres berat tidak dapat merasakan hal positif, justru akan cenderung putus asa, tertekan, Jika terus berlanjut dapat menyebabkan berakibat fatal, kehilangan energi bahkan kesadaran dan mengarah ke depresi.
- e. Stres sangat berat. Stres ini dapat dikatakan stres kronis dan berlangsung dalam jangka waktu yang cukup lama, biasanya dalam hitungan bulan

bahkan hingga waktu yang tidak bisa ditentukan. Dampak buruk jika individu mengalami stres sangat berat, akan merasa hidup tidak berguna, tidak bermanfaat, dan dapat berujung mengalami depresi berat³⁴.

4. Manajemen Stres (Stress Management/Coping Stres)

Stres dapat dikatakan sebagai reaksi umum tidak spesifik terhadap beban fisik ataupun emosional, baik dari lingkungan internal maupun eksternal yang dihadapi individu, tidak hanya memberikan dampak negatif (*disstres*), namun dapat membawa dampak positif (*eusstres*). Untuk menjadikan stres sebagai dampak yang positif, dibutuhkan kedewasaan, kesiapan mental dan pengendalian emosi yang stabil dalam menyikapi penyebab stres. Maka dari itu diperlukan pengetahuan dan kemampuan dalam mengatasi dan memajemen stres.

Dengan pemahaman konsep dan teori stres, individu berkuasa penuh dalam pengendalian diri dan emosi sehingga dapat memaksimalkan kekuatan dan kemampuan yang dimilikinya. Dalam mengatasi stres, hal yang perlu ditekankan adalah manusia tidak bisa mengendalikan penyebab stres, namun manusia mampu mengendalikan cara memberikan reaksi terhadap stres tersebut³⁵.

³⁴ Alexandra D Crosswell dan Kimberly G Lockwood, "Best practices for stress measurement: How to measure psychological stress in health research", *Health Psychology Open* 7, No.2 (2020) 3. <https://journals.sagepub.com/doi/epub/10.1177/2055102920933072> diakses pada 1 Agustus 2023.

³⁵ Department of Veteran Affairs, *Manage Stress Workbook*. (U.S, 2014), 241.

Manajemen stres adalah psikoterapi dan teknik yang ditujukan untuk mengendalikan tingkat stres, terutama stres berat dan sangat berat. Manajemen stres biasanya bertujuan untuk memperbaiki aktivitas sehari-hari. Stres menimbulkan gejala baik fisik dan mental yang bervariasi sesuai dengan faktor situasional dan respon setiap individu. Ini bisa termasuk penurunan kesehatan fisik serta depresi. Proses manajemen stres disebut sebagai salah satu kunci menuju hidup bahagia dan sukses dalam masyarakat modern. Meskipun kehidupan memberikan banyak tuntutan yang sulit ditangani, manajemen stres menyediakan sejumlah cara untuk mengelola kecemasan dan mempertahankan kesejahteraan secara keseluruhan.

Terdapat banyak teknik manajemen stres praktis yang tersedia, baik untuk membantu diri sendiri, dan juga dapat membantu seseorang mengurangi tingkat stresnya, memberikan perasaan kendali yang positif atas hidup seseorang dan meningkatkan kesejahteraan umum. Teknik manajemen stres di kelompokkan menjadi 8 teknik yang meliputi³⁶:

- a. Melakukan aktivitas fisik meliputi: jalan kaki, wisata, latihan fisik individu, latihan fisik dalam kelompok, kerja fisik. Individu yang aktif secara fisik memiliki tingkat manajemen stres yang lebih baik daripada yang tidak aktif.
- b. Melakukan hal-hal yang berhubungan dengan kreativitas dan seni meliputi: mendengarkan musik, membaca, aktivitas kreatif, hobi,

³⁶ Patrycja Miedziun, Jan Czesław Czabała. "Stress Management Techniques". *Archives of Psychiatry and Psychotherapy* 4, (2015) 23–30. http://www.archivespp.pl/uploads/images/2015_17_4/23Miedziun_Archives_PP_4-2015.pdf (diakses pada 16 November 2020)

bertemu dengan teman, menggambar, membuat puisi dan sebagainya. Menghabiskan waktu dengan aktivitas artistik secara kreatif, dapat membantu mengurangi stres dari yang menderita penyakit kronis dan serius.

- c. Menjaga jarak, menjauh dari masalah, teknik dalam kategori ini adalah: tidur, melupakan situasi yang membuat stres, melarikan diri dalam dunia fantasi, dan mengabaikan faktor stres.
- d. Melarikan diri dari kesulitan masalah yang dihadapi dengan mencari kesenangan misalnya makan, perilaku berisiko, penyalahgunaan zat, melakukan aktivitas keagamaan, dan istirahat.
- e. Memecahkan masalah yang meliputi: konsentrasi pada pemecahan masalah, menganalisis dan merencanakan tindakan untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi.
- f. Dukungan yaitu dengan mencari dukungan dari orang lain dan menghubungi spesialis yang berarti mencari bantuan dari para profesional (psikolog, konselor, dll). Dukungan orang lain ditujukan untuk memperkuat pribadi serta membuat orang sadar akan kemampuan yang dimiliki dan keterbatasan dalam menghadapi situasi sulit.
- g. Mengatur ketegangan dan emosi dengan melakukan relaksasi, meditasi, teknik pernapasan, teknik penguatan otot.
- h. Mengurangi aktivitas.

Terdapat empat strategi pengelolaan stres (koping stres) yang dapat digunakan untuk menyelesaikan permasalahan munculnya stres sehingga dapat mengurangi tingkat stres tersebut, yaitu³⁷:

- a. *Problem focused coping*, yaitu menyelesaikan permasalahan penyebab stres dengan mencari bagaimana cara yang dilakukan untuk memecahkan masalah terkait dengan stres yang dialami.
- b. *Emotional focused coping* yaitu menyelesaikan masalah dengan cara pendekatan emosional, dengan menggunakan mekanisme pertahanan seperti melakukan rasionalisasi atas permasalahan yang dialami, menyangkal peristiwa yang terjadi, bahkan menghindari dan lari dari masalah.
- c. Berpikir positif yaitu mengatasi stres dengan cara menghindari berpikiran negatif. Dengan berpikiran yang positif maka individu menjadi lebih efektif menangani dan menyelesaikan permasalahan yang menyebabkan stres dan lebih optimis bahwa semua dapat terlewati dengan baik.
- d. Dukungan sosial, yaitu strategi penanganan stres dengan cara memperoleh pertolongan dari orang terdekat (saudara, teman, atau rekan kerja) untuk membantu dalam mengatasi stres.

Secara sederhana dapat disimpulkan bahwa teknik pengurangan stres dapat dilakukan dengan penambahan rutinitas olahraga harian, menghabiskan waktu berkualitas dengan keluarga dan hewan peliharaan, meditasi, melakukan hobi,

³⁷ Adolescence Santrock John W, *Perkembangan Remaja*. (Jakarta, Erlangga:2003)

menuliskan pikiran, perasaan, dan suasana hati dan juga berbicara dengan orang yang dipercaya tentang apa yang mengganggu.

Dengan berlandaskan penjelasan teknik manajemen stres diatas, peneliti akan mengidentifikasi teknik seperti apa yang dilakukan oleh Pustakawan Sekolah Perpustakaan SMA LTI-IGM dalam memanajemen stres kerja yang dialaminya.

F. Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif yang bertujuan untuk menggambarkan fenomena yang dialami oleh subjek penelitian secara deskriptif dengan menggunakan metode ilmiah. Penelitian kualitatif menekankan pada kemampuan peneliti dalam mengungkap suatu fenomena yang menjadi instrumen atau alat penelitian itu sendiri.³⁸ Penelitian kualitatif menitikberatkan pada sejauh mana kemampuan peneliti dalam mengungkap sebuah fenomena yang digunakan sebagai instrumen atau alat penelitian itu sendiri.³⁹

2. Sifat Penelitian

Penelitian ini bersifat studi kasus atau "*case study research*".

Menurut Suharsimi Arikunto, studi kasus merupakan suatu metode penelitian yang melakukan analisis secara intensif, terperinci, dan

³⁸ Lexy J. Moleong, "*Metodologi Penelitian Kualitatif*", (Bandung: Remaja Karya, 2018) 32.

³⁹ Sugiyono, "*Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*", (Bandung: Alfabeta, 2015).

mendalam terhadap gejala-gejala tertentu⁴⁰. Penelitian studi kasus memiliki kekuatan dalam menyediakan wawasan yang mendalam dan detail tentang kasus tertentu. Namun, karena fokusnya yang terbatas, hasil penelitian mungkin tidak bisa diterapkan pada populasi yang luas. Oleh karena itu, penelitian studi kasus lebih cocok untuk mengeksplorasi kasus-kasus unik dan kompleks, serta memberikan landasan untuk penelitian lebih lanjut. Peneliti memilih pendekatan ini dengan tujuan untuk melakukan pemeriksaan yang cermat, terperinci, dan mendalam terhadap kompleksitas kerja serta manajemen stres yang dihadapi oleh Pustakawan Sekolah di Perpustakaan SMA LTI IGM Palembang.

3. Objek dan Subjek Penelitian

Objek penelitian adalah entitas seperti benda, orang, atau organisasi yang menjadi fokus dan target penelitian. Sifat keadaan dari objek penelitian mencakup aspek seperti sifat, kuantitas, dan kualitas, seperti perilaku, kegiatan, pendapat, pandangan, sikap pro-kontra, simpati-antipati, keadaan batin, atau bisa juga berupa proses. Sedangkan subjek penelitian adalah apa diteliti, baik itu individu, benda, atau lembaga (organisasi). Dapat dikatakan bahwa subjek penelitian adalah entitas yang akan dikenai kesimpulan dari hasil penelitian⁴¹. Yang menjadi objek dalam penelitian ini adalah manajemen stres. Sedangkan subjek penelitiannya adalah *Pustakawan Sekolah* perpustakaan SMA LTI IGM Palembang.

⁴⁰ Suharsimi Arikunto. “*Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*”. (Jakarta:Rineka Cipta, 2014)

⁴¹ Saifuddin Azwar, “*Metode Penelitian*”, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013)

4. Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Perpustakaan SMA LTI IGM Palembang yang beralamat di Jl. Kol. H. Burlian KM 10, Palembang Sumatera Selatan. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Mei hingga Juli 2023 yang dimulai dari tahap observasi, pengumpulan data, kemudian tahap pengolahan dan analisis data.

5. Pemilihan Informan

Informan dalam penelitian ini dipilih dengan menggunakan teknik *purpsive sampling*, yaitu berdasarkan pertimbangan tertentu disesuaikan dengan kebutuhan informasi penelitian⁴². Dalam penelitian ini yang menjadi informan utama adalah Pustakawan Sekolah. Tidak hanya informan utama, terdapat juga infoman pendukung yang terdiri dari pimpinan sekolah yang diwakili oleh wakil bidang kurikulum, dan siswa sebagai pemustaka yang dipilih melalui *random sampling*. Pemilihan dengan teknik random sampling dilakukan karena tidak ada kriteria khusus untuk informan pendukung.

6. Teknik Pengumpulan Data

Proses pengumpulan data merupakan tahap krusial dalam sebuah penelitian. Pengumpulan data adalah langkah yang diambil oleh peneliti untuk memperoleh informasi yang diperlukan. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini meliputi observasi dan wawancara.

⁴² Nurdin Laugu. Representasi Kuasa dalam Pengelolaan Perpustakaan. (Yogyakarta: Gapermus Press, 2015), 300.

1. Observasi

Observasi dijelaskan sebagai teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan saksama dan mencatatnya secara sistematis⁴³. Observasi terdiri dari tiga jenis, yaitu observasi partisipatif, observasi terstruktur atau tersamar, dan observasi tidak terstruktur. Dalam penelitian ini, teknik pengumpulan data menggunakan observasi partisipatif pasif, yang berarti peneliti mengunjungi lokasi penelitian tetapi tidak terlibat langsung dalam kegiatan tersebut⁴⁴. Observasi dalam penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mendapatkan informasi tentang aktivitas atau pekerjaan yang dijalankan oleh Pustakawan Sekolah Perpustakaan SMA LTI IGM Palembang dalam kesehariannya.

2. Wawancara

Wawancara merupakan sumber informasi yang mendasar dalam pendekatan studi kasus, karena studi kasus pada umumnya berkaitan dengan kegiatan yang dilakukan oleh manusia. Wawancara adalah metode pengumpulan data yang melibatkan langsung subjek penelitian dengan mengajukan pertanyaan tentang pendapat, keyakinan, dan perasaan mereka terkait situasi yang berkaitan dengan topik penelitian. Selanjutnya, jawaban dari responden dicatat atau direkam menggunakan alat perekam⁴⁵. Dengan melakukan wawancara, peneliti akan mendapatkan data yang lebih banyak sehingga memiliki kesiapan untuk mengidentifikasi bukti-bukti

⁴³ Suharsimi Arikunto. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*,. (Jakarta:2014)

⁴⁴ Sugiyono.. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. (Bandung: Alfabeta, 2015), 312.

⁴⁵ Irawan Soeharto, *Metode Penelitian Sosial*. 2004. 68

relevan lainnya. Metode wawancara mendalam tidak terstruktur dipilih dalam penelitian ini agar memperoleh informasi secara menyeluruh. Wawancara dilakukan dengan para informan atau narasumber yang secara langsung.

3. Dokumentasi

Pengumpulan data melalui teknik dokumentasi memungkinkan peneliti untuk mengakses informasi yang telah ada dan tercatat sebelumnya. Dokumen-dokumen ini dapat memberikan informasi yang kaya dan detail tentang situasi, peristiwa, dan konteks yang terkait dengan penelitian. Selain itu, teknik dokumentasi juga dapat membantu dalam mendukung dan melengkapi data yang diperoleh melalui metode pengumpulan data lain seperti wawancara atau observasi. Dalam penelitian ini, pengumpulan data dengan dokumentasi dimaksudkan bahwa peneliti melakukan observasi aktif untuk mengamati dan mengumpulkan sebanyak mungkin fenomena yang terjadi secara langsung di lapangan kemudian didokumentasikan dalam bentuk gambar sebagai bukti dari pengamatan yang dilakukan.

7. Uji Validitas Data

Uji validitas adalah tahap untuk memastikan kesesuaian antara data yang ditemukan pada objek penelitian dengan data yang disajikan oleh peneliti. Pengujian keabsahan data dalam penelitian kualitatif mencakup empat aspek

utama, yaitu uji kredibilitas (validitas internal), transferabilitas (validitas eksternal), dependabilitas (reliabilitas), dan konfirmabilitas (objektivitas)⁴⁶.

Penelitian ini menggunakan aspek uji kredibilitas data yang mana data dapat diperkuat melalui berbagai cara, seperti memperpanjang waktu pengamatan, meningkatkan ketelitian dalam penelitian, menggunakan triangulasi data, berdiskusi dengan rekan sejawat, melakukan analisis kasus negatif, dan melakukan member check⁴⁷. Dalam uji kredibilitas, dipilih teknik triangulasi data yang dilakukan dengan menggunakan data pendukung yang berasal dari sumber lain selain data utama, guna melakukan pengecekan atau sebagai pembanding dalam proses pemeriksaan data.⁴⁸

Triangulasi terdiri atas triangulasi sumber, triangulasi teknik pengumpulan data, dan waktu. Dari tiga jenis triangulasi yang ada, peneliti memilih menggunakan triangulasi sumber dan triangulasi teknik. Triangulasi sumber dilakukan dengan cara memperoleh data dari informan pendukung. Sedangkan triangulasi teknik dengan cara memverifikasi data menggunakan sumber yang sama, tetapi dengan teknik yang berbeda yaitu melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi.

8. Teknik Analisis Data

Analisis data merupakan proses yang dilakukan untuk menganalisis data yang telah dikumpulkan, sehingga data tersebut dapat diubah menjadi informasi yang bermanfaat. Analisis data juga mencakup

⁴⁶ Mamik. *Metode Penelitian Kualitatif*. (Sidoarjo: Zifatama Publisher, 2015)

⁴⁷ *ibid*

⁴⁸ Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*. (2007); 178.

pengelolaan hasil wawancara, termasuk mentranskrip wawancara, catatan data lapangan, dan sumber data lainnya.⁴⁹ Adapun tahap-tahapan dalam menganalisis data adalah:

a. Reduksi data.

Reduksi data merupakan proses pengurangan atau pemilihan informasi inti dari data mentah yang telah diperoleh, dengan tujuan untuk memfokuskan pada hal-hal penting yang sesuai dengan tema atau topik penelitian.⁵⁰ Data yang sudah melalui tahap reduksi akan menggambarkan lebih jelas, dan memudahkan peneliti untuk mengetahui apakah data yang didapatkan sudah mencukupi dan sesuai, atau masih perlu melakukan pengumpulan data. Reduksi adalah elemen dalam proses analisis data yang bertujuan untuk mengarahkan, mengklasifikasikan, memfokuskan, mengeliminasi data yang tidak relevan, dan mengatur data secara sistematis sehingga akhirnya dapat diambil kesimpulan dan diverifikasi⁵¹.

b. Penyajian data

Penyajian data merupakan sekumpulan informasi tersusun yang memungkinkan adanya penarikan simpulan dan pengambilan tindakan⁵². Dengan melihat penyajian data, dapat memahami apa yang sedang terjadi, dan apa yang harus dilakukan berdasarkan atas

⁴⁹ Emzir, *Analisis Data: Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: Rajawali Press, 2012)

⁵⁰ Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. (Bandung : Alfabeta, 2015), 247.

⁵¹ Ibid, 249

⁵² Andi Prastowo. *Metode Penelitian Kualitatif Dalam Perspektif Rancangan Penelitian*. (Jogjakarta : Ar-ruzzmedia, 2012).

pemahaman yang didapat dari penyajian data tersebut. Data penelitian kualitatif disajikan dalam bentuk teks naratif, ada juga berbentuk jaringan, matriks, grafik dan bagan. Penyajian data disusun dengan tujuan menggabungkan informasi hasil penelitian ke dalam bentuk yang padu dan mudah dipahami.

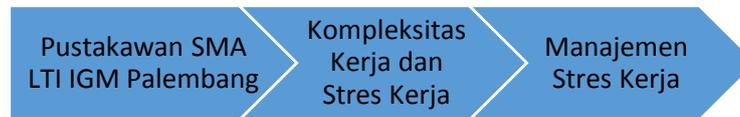
c. Penarikan Kesimpulan

Penarikan kesimpulan adalah akhir dari tahapan dalam penelitian kualitatif. Peneliti harus sampai pada tahap penarikan kesimpulan dan memverifikasi makna serta kebenaran dari kesimpulan yang telah disepakati bersama dengan subjek penelitian. Makna yang dihasilkan dari data dalam penelitian harus diuji untuk memastikan kebenaran, kesesuaian, dan kekuatannya.⁵³

Data yang diperoleh dari pengolahan dan analisis akan diambil yang relevan dan dirangkum untuk difokuskan pada hal-hal yang penting. Kemudian hasil pemilahan disajikan dalam bentuk teks naratif untuk menjadi acuan dalam penarikan kesimpulan dan disusun menjadi kalimat deskriptif untuk memberikan penafsiran makna yang mudah dimengerti oleh peneliti maupun orang lain.

⁵³ Husaini Husman dan Purnomo Setiady Akbar, "*Metodologi Penelitian Sosial*" (Jakarta: Bumi Aksara, 2009) 87.

9. Alur Berpikir



10. Sistematika Penulisan

Tesis ini terdiri dari empat bab yang disusun dengan tujuan untuk secara komprehensif menjelaskan seluruh isi penulisan dari awal hingga akhir. Hal ini dilakukan agar pembaca lebih mudah memahami setiap ide yang dikembangkan, mulai dari pendahuluan hingga penarikan kesimpulan. Adapun rincian tiap bab adalah sebagai berikut:

Bab pertama akan membahas tentang latar belakang, masalah penelitian, tujuan dan manfaat penelitian, kajian pustaka, kerangka teori, metode penelitian, dan sistematika penulisan. Bab ini akan menjadi dasar untuk menganalisis data yang disajikan pada bab ketiga, serta membantu dalam penarikan kesimpulan penelitian pada bab empat.

Bab kedua akan berisi gambaran umum lokasi yang dijadikan penelitian yaitu Perpustakaan SMA LTI-IGM dan gambaran singkat profil Pustakawan Sekolah Perpustakaan SMA LTI-IGM .

Bab ketiga akan berisi analisis serta ulasan penelitian untuk menjawab rumusan masalah yang telah dijabarkan pada bab pertama. Bab ketiga akan melakukan eksplorasi lebih lanjut terhadap faktor-faktor yang

menjadi penyebab stres kerja pada Pustakawan Sekolah dan bagaimana teknik majamen stres yang dilakukan Pustakawan Sekolah di Perpustakaan SMA LTI-IGM.

Bab terakhir yakni bab keempat akan berisi kesimpulan yang merangkum semua hasil penelitian. Selain itu pada bab ini juga akan disampaikan saran maupun rekomendasi berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan.

SMA level provinsi. Itu semua prestasi yang sangat luar biasa, dan berkat kinerja miss indri bersama tim di perpustakaan. Jadi kalau ditanya gimana sosok miss indri ya kinerjanya sangat baik sekali. Dan Kami semua disini sangat beruntung dan bangga dengan kehadiran Miss In sebagai pengelola perpustakaan, kami pun selalu mensupport dan membantu ketika miss in akan mengadakan kegiatan”¹⁰⁵

Dari data tersebut diketahui bahwa pihak sekolah merasa sangat beruntung dengan kehadiran dari pustakawan tersebut, karena semenjak adanya perpustakaan dibawah naungan pustakawan, menjadi lebih aktif, lebih eksis, serta mendapatkan cukup banyak penghargaan. Oleh karena itu pihak sekolah selalu mendukung kegiatan perpustakaan yang membawa dampak baik untuk eksistensi perpustakaan dan SMA LTI IGM.

Hasil dari manajemen stres ini dapat menyimpulkan bahwa dalam hal ini Pustakawan Sekolah melakukan berbagai cara dalam menghadapi semua permasalahan yang ditemui dalam menjalankan pekerjaan dengan cara mencari solusi untuk menyelesaikan permasalahan, bercerita dengan pimpinan, rekan kerja, pasangan, dan pemustaka, melakukan refreshing dan kegiatan hiburan lainnya, dan selalu berpikiran positif bahwa setiap masalah ada penyelesaiannya.

¹⁰⁵ Narasumber Utama, Wawancara, dilakukan pada Juni 2023

BAB IV

PENUTUP

A. SIMPULAN

1. Kompleksitas kerja dari pustakawan sekolah pada perpustakaan SMA LTI IGM Palembang dikarenakan kebijakan sekolah yang memang mempercayakan tugas kepala sekolah dan pustakawan kepada pustakawan sekolah sekaligus dan pekerjaan tambahan diluar bidang perpustakaan.
2. Terdapat tujuh kegiatan yang dapat memicu stress bagi pustakawan, dimana ketujuh kegiatan tersebut berhubungan dengan pihak eksternal perpustakaan. Meskipun demikian, pustakawan masih dapat mengatasinya, dan stres yang dirasakan pun tidak berlangsung lama. Sehingga berdasarkan teori tingkatan stres, pustakawan hanya mengalami stres normal yang disebabkan oleh konflik sesaat, dan jenis stres yang dialami merupakan (*eustress*) stres positif, karena permasalahan yang ada justru menjadi motivasi, kreativitas, dan antusiasme untuk menghasilkan suatu karya atau pogram perpustakaan.
3. Teknik Manajemen stres yang dilakukan Pustakawan Sekolah adalah:
 - a. *Problem focused coping* yaitu menghadapi semua permasalahan yang ditemui dalam menjalankan pekerjaan dengan cara mencari solusi untuk menyelesaikan permasalahan.
 - b. *Emotional focused coping* yaitu dengan bercerita dengan pimpinan, rekan kerja, pasangan, dan pemustaka, melakukan refreshing dan kegiatan hiburan lainnya;

B. SARAN

1. SK yang dikeluarkan harus dilakukan pembaharuan karena kenyataan dilapangan berbeda.
2. Adanya pembaharuan apakah pustakawan ini tetap menjadi pustakawan atau Kepala Perpustakaan karena memiliki tugas dan fungsi yang berbeda.



DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. *“Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik”*. (Jakarta: Rineka Cipta, 2014)
- Azwar, Saifuddin. *“Metode Penelitian”*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2013)
- Berry, Lilly M. *“Psychology at Work: An Introduction to Industrial and Organizational Psychology”*. Boston: McGraw-Hill Book. (2004); 528.
- Caputo, J. S. *“Stress and Burnout in Library Service”*. (Canada: Oryx Press, 1991).
- Cooper, Cary L dan Michael J. Smith, *“Job Stress and Blue Collar Work”*. (Chichester: John Wiley & Sons, 1985), 42.
- Crosswell, Alexandra D dan Kimberly G Lockwood, “Best practices for stress measurement: How to measure psychological stress in health research”, *Health Psychology Open* 7, No.2 (2020) 3. <https://journals.sagepub.com/doi/epub/10.1177/2055102920933072> diakses pada 1 Agustus 2023.
- Department of Veteran Affairs, *Manage Stress Workbook*. (U.S, 2014), 241.
- Ekwelem V.O, “Coping with Stress in Librarianship: A Case Study of Academic Librarians in Universities in South-East Nigeria”. *New media and mass communication* 35, (2015), 1-8, <https://www.semanticscholar.org/paper/Coping-with-Stress-in-Librarianship%3A-A-Case-Study-Ekwelem/ee37e7babd9055dbc3be86302a7786db72bc981f> diakses pada 22 Mei 2022
- Emzir, *Analisis Data: Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Jakarta: Rajawali Press, 2012)
- Farler, Liz. dan Judith Broady-Preston, “Workplace stress in libraries: a case study” *Aslib Proceedings* 64, No. 3, (2012), 225-240, <https://www.emerald.com/insight/content/doi/10.1108/00012531211244509/full> (diakses pada 22 Mei 2021)
- Fatmawati, Endang. “Upaya Pustakawan dalam Mengelola Stres Kerja” *Papirus*, Vol.3 (1), (2009), *e-prints undip* <http://eprints.undip.ac.id/62736/> (diakses pada 31 Maret 2023)
- Fatmawati, Riya. “Burnout pustakawan, “Faktor-faktor dan dampak,” *Shaut al-Maktabah: Jurnal Perpustakaan, Arsip dan Dokumentasi* 9, No.1 (2017)

- 103-114. <http://repository.uin-malang.ac.id/2071/1/2071.pdf> (diakses pada 15 November 2020)
- Greenberg, Jerold S. "Comprehensive Stress Management". *Boston: McGraw- Hill Book*. (2002)
- Hidayat, Dede Rahmat. "Ilmu perilaku manusia: Pengantar psikologi untuk tenaga kesehatan. *Trans Info Media*", (2013), 51.
- Husman, Husaini. dan Purnomo Setiady Akbar, "Metodologi Penelitian Sosial" (Jakarta: Bumi Aksara, 2009) 87.
- Indonesia . Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 43 Tahun 2007 Tentang Perpustakaan Perpustakaan Nasional, *Pedoman Penyelenggaraan Perpustakaan Sekolah*, (2015), <https://press.perpusnas.go.id/files/pdf/123.pdf> , (diakses pada 15 Maret 2022)
- John W, Adolescence Santrock. *Perkembangan Remaja*. (Jakarta, Erlangga:2003)
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. *Panduan Kerja Pustakawan Sekolah/Madrasah*. (Jakarta, 2016).
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. *Panduan Kerja Tenaga Perpustakaan Sekolah/Madrasah*. (Jakarta, 2016). (14-24) <https://repositori.kemdikbud.go.id/17170/1/BUKU%20KERJA%20PERP%20USTAKAAN%20final.pdf> (diakses pada 31 Juli 2023)
- Kementerian Pendidikan. Peraturan Menteri Pendidikan Nasional nomor 25 tahun 2008 tentang Standar Pustakawan Sekolah/Madrasah.
- Kodua-Ntim, Kwame dan Harry Akussah, Emmanuel Adjei, "Managing stress among library staff in public university libraries in Ghana", *The Journal of Academic Librarianship* 47 (2021). <https://doi.org/10.1016/j.acalib.2021.102362>
- Laugu, Nurdin. Representasi Kuasa dalam Pengelolaan Perpustakaan. (Yogyakarta: Gapermus Press, 2015), 300.
- Looker, Terry. "Managing stres: Mengatasi stres secara sendiri", (Yogyakarta,2005) 151.
- Lu, Siyu, Fang Wei1, Guolin Li.. The evolution of the concept of stress and the framework of the stress system. "Cell Stress" 5, (2021) 76, doi: 10.15698/cst2021.06.250 pada 10 Mei 2023

- Mamik. *Metode Penelitian Kualitatif*. (Sidoarjo: Zifatama Publisher, 2015)
- Miedziun, Patrycja. Jan Czesław Czabała. "Stress Management Techniques". *Archives of Psychiatry and Psychotherapy* 4, (2015) 23–30. http://www.archivespp.pl/uploads/images/2015_17_4/23Miedziun_Archives_PP_4-2015.pdf (diakses pada 16 November 2020)
- Moleong, Lexy J. "*Metodologi Penelitian Kualitatif*", (Bandung: Remaja Karya, 2018) 32.
- Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*. (2007); 178.
- Novian, Galang Nurul dan Jumino, "Stres Kerja Para Pustakawan di Perpustakaan Fakultas Ilmu Budaya Universitas Diponegoro" *Jurnal Ilmu Perpustakaan* 9, no.2 (2020), 84-93, <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jip/article/view/29983> diakses pada 22 Mei 2021
- Pemerintah Republik Indonesia, *Undang-Undang Republik Indonesia No. 43 Tahun 2007 Tentang Perpustakaan*, (Jakarta, 2007).
- Perpustakaan Nasional RI, *Pedoman penyelenggaraan perpustakaan sekolah*. (2015), <https://press.perpusnas.go.id/files/pdf/123.pdf> (diakses pada 12, Maret, 2023).
- Perpustakaan Nasional, *Peraturan Kepala Perpustakaan Nasional Nomor 12 Tahun 2017 tentang Standar Nasional Perpustakaan Sekolah Menengah Atas/Madrasah Aliyah*.(2017)
- Petek, Marija. "Stress among reference library staff in academic and public libraries", *Reference Services Review*, (2018) <https://doi.org/10.1108/RSR-01-2017-0002>
- Prastowo, Andi. *Metode Penelitian Kualitatif Dalam Perspektif Rancangan Penelitian*. (Jogjakarta : Ar-ruzzmedia, 2012).
- Putri, Maygha Yosianti, I. Wahyuni, dan D. Lestantyo, "Hubungan Antara Motivasi Dan Manajemen Stres Dengan Stres Kerja Pada Guru Sma Santo Yakobus Jakarta," *Jurnal Kesehatan Masyarakat* 6, No. 5, (2018), 587 – 593 <https://doi.org/10.14710/Jkm.V6i5.22098> diakses pada 31 Juli 2023
- Romadhoni, Lalu Ciptadi. Asmony, T., & Suryatni, M, "Pengaruh Beban Kerja, Lingkungan Kerja, dan Dukungan Sosial Terhadap Burnout Pustakawan Di Kota Mataram", *Khizanah Al-Hikmah : Jurnal Ilmu Perpustakaan, Informasi, Dan Kearsipan* 3, No.2 (2015), 125-145. <https://doi.org/10.24252/kah.v3i2a3> diakses pada 31 Juli 2023

- Sari, Shinta Nawang “*Stres Kerja Pada Solo Librarian di Perpustakaan United Nations Information Centre*” (Jakarta:2010), <https://lib.ui.ac.id/file?file=digital/20160922-RB13S169s-Stres%20kerja.pdf> diakses pada 22 Mei 2021
- Soeharto, Irawan. *Metode Penelitian Sosial*. 2004. 68
- Sugiyono, “*Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*”, (Bandung: Alfabeta, 2015).
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. (Bandung : Alfabeta, 2015), 247.
- Sugiyono.. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. (Bandung: Alfabeta, 2015), 312.
- Suryanto dan Sasi, T. R. “Technostress: Pengertian, penyebab dan coping pustakawan”, *PUSTABILIA: Journal of Library and Information Science*, (2017); 213. diakses pada 15 November 2020 <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.18326/pustabilia.v1i2>
- Suryanto, dan Sasi, T. R. “Technostress: Pengertian, penyebab dan coping pustakawan”. *PUSTABILIA: Journal of Library and Information Science*. (2017), 209-221. diakses pada 15 November 2020 <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.18326/pustabilia.v1i2>.
- Tambuwun, J. A. A. R. T. E “Hubungan antara tingkat stress kerja dengan pemilihan coping stress strategy karyawan di Kantor Pusat Adira Insurance”. *Humaniora* 2, No.1 (2011) 214.
- Ulpa, S. *Pengaruh stres kerja terhadap kinerja pustakawan di Dinas Perpustakaan dan Kearsipan Aceh*. (Banda Aceh, 2018)
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 43 Tahun 2007 Tentang Perpustakaan*