

LAMPIRAN
Pedoman wawancara

Pertanyaan untuk Guru Kelompok A, B, dan C SMPLB Khusus YPAC Jakarta:

1. Pertanyaan seputar *job stress* pada guru

1. Dapatkah Anda ceritakan pengalaman Anda mengajar di YPAC?
2. Dapatkah Anda ceritakan kesulitan yang Anda alami selama mengajar di YPAC? (di mana informan merasa bahwa tuntutan pekerjaan terlalu tinggi)

2. Pertanyaan seputar stresor pada guru

• Stresor berupa lingkungan fisik

1. Dapatkah Anda gambarkan kelebihan dan kekurangan lingkungan fisik di mana Anda bekerja?
2. Apakah Anda sudah puas dengan kondisi lingkungan fisik tempat Anda bekerja?

• Stresor yang berhubungan dengan peran

a. Konflik peran

1. Dapatkah Anda gambarkan tugas-tugas yang harus Anda jalankan di tempat Anda bekerja?
2. Kesulitan apa yang Anda hadapi dalam menjalankan tugas tersebut? (apakah informan memiliki lebih dari satu jabatan, apakah terdapat lebih dari satu atasan yang memberikan tugas, apakah nilai-nilai organisasional cocok dengan nilai personal)

b. Ambiguitas peran

1. Pernahkah Anda merasa tidak yakin akan pekerjaan Anda? (adakah ketidakyakinan akan tugas-tugasnya, harapan kinerja, otoritas jabatan, dan hal lain yang berhubungan dengan dinamika pekerjaan)
2. Dapatkah Anda ceritakan perubahan apa saja yang pernah terjadi dalam situasi pekerjaan Anda? (apakah perubahan tersebut berdampak pada informan)

- c. Beban kerja (*workload*)
 1. Apakah pekerjaan Anda yang sekarang ini merupakan pekerjaan yang sesuai dengan kemampuan Anda?
 2. Apakah waktu yang diberikan cukup untuk menyelesaikan tugas-tugas dalam pekerjaan Anda? (apakah beban kerja terlalu banyak atau terlalu sedikit)
- d. Pengendalian tugas
 1. Dapatkah Anda ceritakan pengawasan pada tempat Anda bekerja? (apakah pengawasan terlalu ketat atau kurang pengawasan)

- Stresor interpersonal
 1. Dapatkah Anda gambarkan hubungan Anda dengan rekan kerja/bawahan/atasan Anda? (apakah terdapat hambatan dalam berinteraksi dengan orang lain di tempat bekerja)
 - a. *Workplace violence*
 1. Dapatkah Anda ceritakan pengalaman buruk di tempat kerja Anda? (apakah informan menjadi korban kekerasan atau apakah merupakan saksi kekerasan)
 - b. *Workplace bullying*
 1. Pernahkah Anda merasa terintimidasi di tempat kerja Anda?

- Stresor organisasional
 1. Dapatkah Anda gambarkan perubahan yang terjadi sehubungan dengan tempat Anda bekerja? (apakah pemecatan, kehilangan rekan kerja, atau perubahan nama berdampak pada informan, apakah informan merasa pekerjaannya semakin berat karena pengurangan tenaga kerja pada tempat bekerja)

- Stresor dari luar lingkungan kerja (*non-work stressors*)
 - a. *Time-based conflict*
 1. Apakah Anda mengalami kesulitan dalam membagi waktu antara pekerjaan dan urusan di luar pekerjaan?
 - b. *Strain-based conflict*
 1. Apakah Anda mengalami kesulitan dalam membedakan urusan pekerjaan dan urusan pribadi? (apakah terjadi tumpang tindih antara stres pekerjaan dan stres non-pekerjaan)

c. *Role behaviour conflict*

1. Apakah Anda mengalami kesulitan untuk membedakan cara beradaptasi, bertindak, dan berhubungan sosial dengan orang lain dalam hubungan pekerjaan dan bukan pekerjaan? (apakah informan dapat membedakan peran yang berhubungan dengan pekerjaan dan peran yang di luar pekerjaan)

3. Pertanyaan seputar perbedaan guru-guru dalam menghadapi stres

1. Dapatkah Anda gambarkan sedikit tentang diri Anda? (bagaimana karakter ketiga informan saat menghadapi pekerjaannya, orang lain, dan tekanan dari waktu bekerja)

4. Pertanyaan seputar konsekuensi dari *distress*

- Konsekuensi fisik

1. Pernahkah Anda mengalami gangguan kesehatan atau gangguan tidur karena pekerjaan Anda?

- Konsekuensi psikis

1. Dapatkah Anda gambarkan perasaan Anda saat menghadapi tuntutan pekerjaan? (sejauh manakah informan mengalami *job burnout*)
 - a. Kelelahan emosi
 1. Apakah Anda pernah merasa kekurangan energi atau merasa kosong?
 - b. Depersonalisasi
 1. Apakah Anda pernah merasa diperlakukan tidak sebagaimana mestinya?
 - c. Penurunan prestasi
 1. Apakah Anda pernah merasa bahwa Anda tidak akan berkembang dalam pekerjaan Anda? (apakah berdampak pada prestasi kerjanya)

- Konsekuensi tingkah laku

1. Pernahkah Anda mengalami penurunan kinerja? (apakah informan pernah salah mengambil keputusan dalam tugasnya, atau tingkat absensinya tinggi)

5. Pertanyaan seputar manajemen *job stress*

1. Bagaimana cara Anda menghadapi kesulitan-kesulitan dalam bekerja? (apakah informan menyebutkan caranya menyeimbangkan pekerjaan dan non-pekerjaan, pekerjaan yang lebih cocok dengan kompetensinya, cuti sementara, cara memandang stres, meditasi, olahraga, ataupun dukungan sosial)
2. Dapatkah Anda gambarkan usaha-usaha lain yang dilakukan lembaga tempat Anda bekerja untuk mengurangi kesulitan Anda dalam bekerja?

