

**PENGARUH KECERDASAN EMOSIONAL TERHADAP
BURNOUT PADA GURU SEKOLAH DASAR NEGERI**



**Oleh:
MIFTAH RAMDHANI ZAIN
1125115068
Psikologi**

SKRIPSI

**Ditulis Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Dalam Mendapatkan
Gelar Sarjana Psikologi**

**FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2015**

LEMBAR PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING

Judul Skripsi : Pengaruh Kecerdasan Emosi Terhadap *Burnout* Pada
Guru Sekolah Dasar Negeri
Nama Mahasiswa : Miftah Ramdhani Zain
No. Registrasi : 1125115068
Program Studi : Psikologi
Tanggal Ujian : 9 Juli 2015

Pembimbing I

Pembimbing II

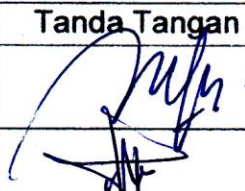
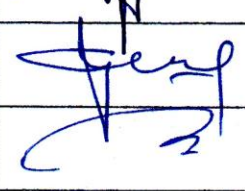
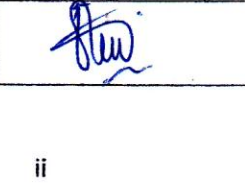


Prof. Dr. Yufiarti, M.Psi
NIP. 196402171986102001



Winda Dewi Listyasari, M.Pd
NIP. 197909112008012018

PERSETUJUAN PANITIA UJIAN SARJANA

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Sofia Hartati, M.Si (Penanggung Jawab)		
Dr. Gantina Komalasari, M.Psi (Wakil Penanggung Jawab)		
Drs. Gumgum Gumelar, M.Psi (Ketua Penguji)		5 Agustus 2015
Lussy Dwi Utami Wahyuni, M.Pd (Anggota)		5 Agustus 2015
Mira Ariyani, Ph.D (Anggota)		6 Agustus 2015

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Miftah Ramdhani Zain

Nomor Registrasi : 1125115068

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul “Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap *Burnout* Pada Guru Sekolah Dasar Negeri” adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Mei sampai dengan bulan Juni 2015.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi/karya inovasi yang pernah dibuat orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 30 Juni 2015



(Miftah Ramdhani Zain)

LEMBAR MOTO DAN PERSEMBAHAN

Life is like a camera

Focus on what's important,

Capture the good times,

Develop from the negatives, and if things doesn't work out,

TAKE ANOTHER PICTURE

(No Name)

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Program Studi Psikologi , saya yang bertanda tangan di bawahini:

Nama : Miftah Ramdhani Zain
NPM : 1125115068
Program Studi : Psikologi
Fakultas : Ilmu Pendidikan
Jenis karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right)** atas karya ilmiah saya yang berjudul :

PENGARUH KECERDASAN EMOSIONAL TERHADAP *BURNOUT* PADA GURU SEKOLAH DASAR NEGERI

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan memublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di: Jakarta
Pada tanggal : 30 Juni 2015



(Miftah Ramdhani Zain)

Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap *Burnout* Pada Guru Sekolah Dasar Negeri

(2015)

Miftah Ramdhani Zain

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kecerdasan emosional terhadap *burnout* pada guru. Penelitian ini dilakukan di Sekolah Dasar yang berlokasi di kecamatan Jatinegara. Sampel penelitian berjumlah 110 dengan teknik pengambilan sampel *simple random sampling*. Pengumpulan data penelitian ini dilakukan dengan menggunakan skala psikologis, yaitu skala kecerdasan emosi mengadaptasi alat ukur *Emotional Intelligence Questionnaire* dari National Health Service (NHS) yang dibuat oleh Daniel Goleman, serta skala *burnout* yang dibuat dengan modifikasi Maslach *Burnout Inventory* atau MBI. Pengaruh yang dihasilkan bersifat negatif. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kecerdasan emosional yang dimiliki maka akan berdampak pada menurunnya *burnout* pada guru sekolah dasar negeri. Besar pengaruh yang dihasilkan kecerdasan emosional terhadap *burnout* adalah 0,257 (25,7%) dan sisanya 74,3% dipengaruhi oleh faktor lain.

Kata kunci : Kecerdasan Emosional, *Burnout*, Guru

The Effect Of Emotional Intelligence To Teachers *Burnout* In *Public Elementary School*

(2015)

Miftah Ramdhani Zain

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of emotional intelligence on burnout in teachers. This research was conducted in elementary school located in the district Jatinegara. These samples included 110 with a sampling technique is simple random sampling. Research data collection is done by using a psychological scale, the scale of emotional intelligence to adapt the measuring tool Emotional Intelligence Questionnaire from the National Health Service (NHS) made by Daniel Goleman, and the burnout scale modifications made by Maslach Burnout Inventory, or MBI. The resulting is negative influence. This shows that the higher of emotional intelligence that owned it will decrease the burnout in public primary school teachers. The resulting large influence emotional intelligence against burnout is 0.25,7 (25,7%) and the remaining 74,3% are influenced by other factors.

Keywords: Emotional Intelligence, Burnout, Teacher

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan Rahmat dan Hidayah-Nya, Sholawat dan salam semoga selalu tercurah pada bimbingan kita Nabi Muhammad SAW, telah diselesaikan karya ini sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana psikologi. Keberhasilan penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak. Oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih yang tulus kepada:

1. Ibu Dr. Sofia Hartati, M.Si selaku Dekan dan Ibu Dr. Gantina Komalasari, M.Psi selaku Pembantu Dekan I Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta.
2. Ibu Prof. Dr. Yufiarti, M.Psi, selaku dosen pembimbing utama dan Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta, yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, arahan, dan ilmu yang bermanfaat bagi penyelesaian skripsi ini.
3. Ibu Winda Dewi Listyasari, M.Pd, selaku dosen pembimbing pendamping, yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, arahan, dan ilmu yang bermanfaat bagi penyelesaian skripsi ini.
4. Bapak Drs. Herwanto, M.Psi, selaku pembimbing akadaemik yang telah memberikan perhatian dan arahan selama penulis menempuh studi di Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan
5. Ibu Mira Ariyani, M.Si, ibu Winda Dewi Listyasari, M.pd, ibu Lussy Dwi Utami Wahyuni, M.Pd, selaku dosen yang telah membantu peneliti melakukan *Expert Judgment* serta memberikan dukungan selama penulis mengerjakan skripsi.
6. Kepala Sekolah dan Guru-guru SDN Cipinang Besar Utara 01 pagi, SDN Cipinang Besar Utara 03 pagi, SDN Rawabunga 01 pagi, SDN Rawabunga11 pagi, SDN Rawabunga 12 pagi, SDN Cipinang Muara 12 pagi, SDN Cipinang Muara 01 pagi, SDN Cipinang Muara 07 pagi, SDN Cipinang Muara 06 pagi, SDN Cipinang Muara 14 pagi, SDN Cipinang Muara 16 pagi, SDN Cipinang Muara 04 pagi, SDN Cipinang Cempedak 01 pagi, SDN Cipinang Cempedak 02

pagi, SDN Cipinang Cempedak 05 pagi, yangang telah bersedia meluangkan waktu untuk menjadi subyek penelitian.

7. Orang tuaku yang tercinta bapak Muh Zainuddin dan ibu Musriyati serta adikku Amril Aziz Kusuma yang telah memberikan kasih sayang, perhatian dukungan dan doa yang tiada henti-hentinya bagi penulis serta membimbing penulis selama ini hingga dapat menyelesaikan skripsi.
8. Seluruh teman-teman seperjuangan penulis, keluarga besar kelas Non Reguler B 2011 yang namanya tidak bisa penulis sebutkan satu persatu, yang telah memberikan semangat serta dukungan dan bantuan selama penulis menempuh perkuliahan.
9. Sahabat-sahabat terbaik penulis, Dwi Donni Mario, Yoso Putro Prasongko, Iqlima Syahnezia, Aniza Maulidya, Mifthaul Jannah, Ajrina Rusjuniandra, Luthfi Mardhiansyah, Alifia Mirza, yang telah memberikan semangat, motivasi, dan bantuan selama ini hingga dapat menyelesaikan skripsi.
10. Kelompok payungan penelitian skripsi "*Burnout*" Rini Sariningsih, Syaiful Rakhman, Lulu, Imah dan Okti, atas bantuan, dorongan serta motivasi selama penulis menyelesaikan skripsi.

Semoga karya ini bermanfaat baik bagi penulis sendiri maupun bagi pengembangan ilmu pengetahuan khususnya dibidang psikologi dan bagi seluruh pembaca pada umumnya.

Jakarta, 30 Juni 2015

Peneliti,

Miftah Ramdhani Zain

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
LEMBAR PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iii
LEMBAR PERSEMBAHAN	iv
LEMBAR PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	6
1.3 Batasan Masalah	7
1.4 Rumusan Masalah	7
1.5 Tujuan Penelitian	7
1.6 Manfaat Penelitian	7
1.6.1 Manfaat Teoritis.....	7
1.6.2 Manfaat Praktis	8

BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1. <i>Burnout</i>	9
2.1.1. Definisi <i>Burnout</i>	9
2.1.2. Dimensi <i>Burnout</i>	10
2.1.3 Penyebab <i>Burnout</i>	12
2.2. Kecerdasan Emosional	16
2.2.1. Definisi Kecerdasan Emosional.....	16
2.2.2. Aspek-aspek Kecerdasan Emosional.....	17
2.3 Guru	20
2.3.1 Pengertian Guru.....	20
2.3.2 Tugas Guru	20
2.3.3 Syarat Guru.....	21
2.3.4 Tanggung Jawab Guru.....	22
2.3.5 Peran Guru.....	23
2.3. Tinjauan Mengenai Hubungan Antar Variabel.....	25
2.4. Kerangka Konseptual	26
2.5. Hipotesis	26
2.6. Hasil Penelitian Yang Relevan	26
BAB III METODE PENELITIAN	30
3.1. Tipe Penelitian	30
3.2. Identifikasi Dan Operasionalisasi Variabel Penelitian	30
3.2.1. Identifikasi Variabel Penelitian	30
3.2.2. Definisi Konseptual Variabel	31
3.2.3. Definisi Operasional Variabel	31

3.3. Populasi dan Sampel	31
3.3.1 Populasi	31
3.3.2 Sampel	32
3.4. Teknik Pengumpulan Data	32
3.4.1. Kecerdasan Emosional	33
3.4.2. <i>Burnout</i>	35
3.5. Model Skala dan Teknik Skoring	37
3.5.1. Skala Kecerdasan Emosional	37
3.5.2. Skala <i>Burnout</i>	37
3.6. Uji Coba Instrumen	38
3.6.1. Uji Coba Instrumen Kecerdasan Emosional	39
3.6.2. Uji Coba Instrumen <i>Burnout</i>	42
3.7. Analisis Data	44
3.7.1. Uji Statistik	44
3.7.2. Hipotesis Statistik	45
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	46
4.1. Gambaran Subyek Penelitian	46
4.1.1. Gambaran Subyek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin	46
4.1.2. Gambaran Subyek Penelitian Berdasarkan Usia	47
4.2.3. Gambaran Subyek Penelitian Berdasarkan Status Kepegawaian	49
4.2.3. Gambaran Subyek Penelitian Berdasarkan Pendidikan Terakhir.	50

4.2. Prosedur Penelitian	51
4.2.1. Persiapan Penelitian	51
4.2.2. Pelaksanaan Penelitian	52
4.3. Hasil Analisis Data Penelitian	53
4.3.1. Data Deskriptif Kecerdasan Emosional	53
4.3.2. Data Deskriptif <i>Burnout</i>	55
4.3.3. Uji Normalitas	57
4.3.4. Uji Linieritas	58
4.3.5. Uji Korelasi	59
4.3.6. Uji Hipotesis	59
4.4. Pembahasan	62
4.5. Keterbatasan Penelitian	64
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN	66
5.1 Kesimpulan	66
5.2 Implikasi	66
5.3 Saran	68
5.3.1 Guru	68
5.3.2 Kepala Sekolah	68
5.3.3 Peneliti Selanjutnya	68
DAFTAR PUSTAKA	70
LAMPIRAN	73

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Indikator <i>Burnout</i>	12
Tabel 3.1 Kisi-Kisi Kecerdasan Emosional	34
Tabel 3.2 Kisi-Kisi <i>Burnout</i>	36
Tabel 3.3 Skoring Butir Kecerdasan Emosional.....	37
Tabel 3.4 Skoring Butir <i>Burnout</i>	38
Tabel 3.5 Kaidah Reliabilitas Guilford	38
Tabel 3.6 Blueprint Hasil Uji Coba	39
Tabel 3.7 Blueprint Instrumen Final	41
Tabel 3.8 Blueprint Hasil Uji Coba	42
Tabel 3.9 Blueprint Instrumen Final	43
Tabel 4.1 Data Distribusi Jenis Kelamin Subyek Penelitian.....	46
Tabel 4.2 Data Distribusi Usia Subyek Penelitian	48
Tabel 4.3 Data Distribusi Status Kepegawaian Subyek Penelitian	49
Tabel 4.4 Data Distribusi Pendidikan Terakhir Subyek Penelitian	50
Tabel 4.5 Distribusi Deskriptif Data Kecerdasan Emosional	54
Tabel 4.6 Distribusi Deskriptif Data <i>Burnout</i>	56
Tabel 4.7 Uji Normalitas.....	58
Tabel 4.8 Uji Linearitas.....	58
Tabel 4.9 Uji Signifikansi Keseluruhan	60
Tabel 4.10 Uji Model Sumary	61
Tabel 4.11 Persamaan Regresi	61

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Data Distribusi Jenis Kelamin Subyek Penelitian.....	47
Gambar 4.2 Data Distribusi Usia Subyek Penelitian	48
Gambar 4.3 Data Distribusi Status Kepegawaian Subyek Penelitian	49
Gambar 4.4 Data Distribusi Pendidikan Terakhir Subyek Penelitian	51
Gambar 4.5 Data Dekriptif Kecerdasan Emosional.....	55
Gambar 4.6 Data Deskripsi Burnout	57
Gambar 4.7 Plot Linieritas Kecerdasan Emosional dan <i>Burnout</i>	59

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Profesi sebagai guru adalah profesi yang sungguh menantang karena guru memiliki tugas dan tanggung jawab yang besar. Guru sebagai tauladan diharuskan untuk memberikan contoh sikap, tutur kata, perilaku, dan nilai-nilai yang dianut. Guru juga diharuskan untuk menciptakan kondisi belajar yang kondusif dan inovatif untuk membangkitkan minat dan semangat siswa. Guru sebagai pemberi dorongan juga diharuskan untuk memiliki kemantapan dan integritas pribadi, kreatif, optimis, simpatik, jujur, berwibawa, bertakwa, terbuka, disiplin dalam mengerjakan tugas, serta harus peka terhadap perubahan dan pembaharuan. Hal tersebut bertujuan untuk menciptakan siswa yang memiliki kriteria sumber daya manusia yang berkualitas.

Menurut Komarudin Hidayat, rektor Universitas Syarif Hidayatullah siswa harus didorong untuk optimis, karena bila guru menjejakkan sikap pesimis dan mudah menyerah, maka akan menghasilkan generasi penerus yang pesimis dan mudah menyerah pula (Arif, 2011).

Dikatakan sebagai profesi yang menantang dikarenakan guru bukan hanya melaksanakan tugas pembelajaran, namun sesuai dengan UU Nomor 14/2005 tentang guru dan dosen pada pasal 35 ayat 1 bahwa Guru adalah pendidik profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai, dan mengevaluasi peserta didik pada

pendidikan anak usia dini melalui jalur pendidikan formal, pendidikan dasar, dan pendidikan menengah Kondisi yang seperti itu dapat menjadi sumber stres yang menambah beban tugas guru.

Guru juga selalu berinteraksi dengan jumlah siswa yang banyak, orangtua siswa, rekan kerja, dan kepala sekolah yang memiliki masalah dan tuntutan yang berbeda. Sisi positif yang dapat diambil bila memiliki hubungan yang baik dengan rekan kerja yaitu mereka merupakan sumber emosional bagi individu saat menghadapi masalah dengan klien (Maslach, 1982). Sedangkan, sisi negatif dari rekan kerja yang dapat menimbulkan *burnout* adalah terjadinya hubungan antar rekan kerja yang buruk. Hal tersebut bisa terjadi apabila hubungan antar mereka diwarnai dengan konflik, saling tidak percaya, dan saling bermusuhan.

Beberapa peran yang dilakukan tersebut membutuhkan sikap, perilaku dan kepribadian yang baik dan menuntut kemampuan emosional yang baik pula. Rasa emosional tersebut akan menggerakkan anak didik untuk berprestasi. Guru juga harus bisa menempatkan diri dalam berbagai situasi yang akan dihadapi maupun yang sedang dihadapi.

Sulistyo menyatakan bahwa, tidak sedikit guru yang merasa tertekan bahkan bisa mengalami stres akibat peraturan dan kebijakan yang dibuat oleh pemerintah yang sangat memberatkan bagi seorang guru dan juga mengenai kebijakan baru yang menyebutkan satu jam saja tidak mengajar, maka guru tersebut tidak akan dibayarkan tunjangan sertifikasinya (dalam Ichsan, 2014). Hal ini merupakan sumber stres yang menambah beban guru. Stres yang dimaksud disini ialah suatu akibat dari tekanan emosional, rangsangan–rangsangan atau suasana yang merusak keadaan fisiologis seorang individu. Seperti yang sudah diketahui bahwa tugas yang dijalani seorang guru bukan merupakan tugas yang dapat dianggap mudah.

Namun, dengan gaji dan tunjangan yang diberikan tersebut maka tugas dan tanggung jawab yang dijalankan oleh guru pun akan semakin berat dan banyak. Hal tersebut dapat membuat guru mengalami stres dan tertekan

akibat tugas dan tanggung jawab tersebut. Selain itu juga, dengan pembaharuan peraturan mengenai waktu mengajar yang disama ratakan dengan PNS lain yang bukan merupakan non PNS guru seperti halnya instansi pemerintah lain yang bukan bekerja sebagai guru. Selanjutnya, Sulistyio menjelaskan mengenai beban kerja guru sekurang-kurangnya adalah 24 jam tatap muka dan sebanyak-banyaknya 40 jam per minggu, hal ini sudah diatur dalam UU Nomor 14/2005 pasal 35 ayat 2, (Didik, 2013).

Kemudian, mengenai kurikulum pembelajaran yang selalu berubah yang membuat guru merasa bimbang dengan proses belajar yang akan diberikan kepada anak didiknya. Oleh karena itu, untuk mengatasi situasi yang tidak terduga tersebut Abduh Zen seorang pemerhati pendidikan mengatakan agar guru diberikan pelatihan agar lebih efektif dalam menghadapi situasi-situasi yang tidak terduga, seperti pemberhentian sementara kurikulum 2013 (Ferri, 2013).

Dalam hal ini, perlu adanya kematangan dalam hal kecerdasan emosional seorang guru dalam menghadapi berbagai situasi yang dapat menimbulkan tekanan dan stres. Seperti yang dijelaskan oleh Prof. Dadang Hawari (dalam Imran, & M.Ilham, 2007) mengatakan, bahwa SDM yang memiliki EQ yang tinggi adalah SDM yang mampu mengendalikan diri, sabar, tekun, dan tidak emosional. Kecerdasan emosi atau yang lebih dikenal dengan istilah *Emotional Intelligence* merujuk kepada kemampuan mengenali perasaan kita sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dan dalam hubungan dengan orang lain (Goleman, 1999).

Goleman mengemukakan lima kecakapan dalam kecerdasan emosi, yang terbagi dalam kecakapan pribadi dan kecakapan sosial, yaitu Kesadaran diri (*Self awareness*), Pengaturan diri (*Self management*), Motivasi (*Motivation*), Empati (*Social awareness*), Keterampilan sosial (*Relationship management*) (Goleman, 1999).

Berdasarkan beberapa pendapat dan pengertian yang sudah dijelaskan sebelumnya melalui penelitian lain mengenai kecerdasan emosional, bahwa kecerdasan emosional memiliki peran yang cukup penting dalam mengatasi permasalahan yang dialami oleh pegawai yang berprofesi dalam bidang pelayanan terhadap masyarakat maupun individu terutama adalah guru. Sebagai salah satu pengayom masyarakat maupun individu terutama dalam hal pendidikan, penting untuk mengelola emosional dengan baik. Dengan pengelolaan emosi yang baik maka akan berdampak baik pula bagi seorang guru maupun individu yang menjadi anak didiknya, dan bahkan berdampak pula dalam kehidupan sosio-emosionalnya.

Pengendalian emosi perlu dilakukan bukan untuk menekan emosi, melainkan agar mampu menyalurkan emosinya dan mengalihkannya kedalam kegiatan yang positif seperti membaca buku, mengkonsumsi makanan kegemaran, nonton tv, maupun mencoba untuk melihat permasalahan dari sudut pandang lain yang baru untuk dijadikan pembelajaran untuk kedepannya agar bisa menjadi lebih baik lagi.

Dengan demikian, seseorang yang memiliki kecerdasan emosi yang tinggi mampu mengendalikan perasaannya sendiri dan perasaan orang lain agar dapat memotivasi dirinya serta dapat mengelola emosinya secara lebih baik dalam hubungan sosio-emosionalnya dengan orang lain. Robert K Cooper & Ayman Sawaf (Sawaf, 1998) juga menjelaskan bahwa kecerdasan emosi adalah kemampuan merasakan, memahami, dan secara efektif menerapkan daya dan kepekaan emosi sebagai sumber energi koneksi, informasi, dan pengaruh yang manusiawi.

Bagi guru yang memiliki kecerdasan emosional tinggi maka akan membantunya dalam mengatasi konflik secara tepat, sedangkan bagi guru dengan kecerdasan emosional yang rendah akan berdampak buruk pada mereka yang mengakibatkan kurang rasional dalam mengambil suatu keputusan dan tidak dapat mengatasi konflik secara tepat. Keadaan kecerdasan emosional yang rendah seperti ini jika berlangsung lama dan

terus menerus maka dapat menguras energi guru. Dalam keadaan seperti ini dapat menimbulkan tekanan pada kondisi psikologis guru tersebut. Tekanan yang terjadi terus–menerus ini dapat menimbulkan stres bila dirasakan dalam jangka waktu yang relatif lama.

Pada tahun 1996, Moos (dalam King, Laura A, 2010) menjabarkan mengenai empat karakteristik yang berhubungan dengan stres pegawai dan masalah kesehatan. Yaitu: tuntutan kerja yang tinggi seperti memiliki beban kerja dan tekanan waktu, kesempatan yang tidak cukup untuk berpartisipasi dalam mengambil keputusan, tingkat kontrol penyelia yang terlalu tinggi, dan kurangnya kejelasan mengenai kriteria kerja kompeten.

Kondisi tersebut yang apabila tidak dapat segera diatasi dengan baik, maka akan menyebabkan timbulnya stres yang berlebihan. Dimana harapan yang diingankan oleh guru tidak sesuai dengan kenyataan yang terjadi sebenarnya, yang dapat membuat guru menjadi lelah dan letih baik secara fisik maupun psikologis yang kemudian dapat mengganggu kinerjanya, hal inilah yang disebut *burnout*. Dijelaskan bahwa *burnout* merupakan keadaan stres secara psikologis yang sangat ekstrem sehingga individu mengalami kelelahan emosional dan motivasi yang rendah dalam bekerja (dalam King, Laura A, 2010).

Dapat dikatakan bahwa *burnout* yang terjadi merupakan kelelahan fisik maupun psikologis yang dialami guru saat mengajar yang diakibatkan dari beban kerja yang dikerjakan berlebihan yang membuat guru mengalami stres dalam melakukan pekerjaannya. Beban kerja yang berlebihan bisa meliputi jam kerja, jumlah individu yang harus dilayani (kelas padat misalnya), tanggung jawab yang harus dipikul, pekerjaan rutin dan yang bukan rutin, dan pekerjaan administrasi lainnya yang melampaui kapasitas dan kemampuan individu

Dengan beban kerja yang berlebihan menyebabkan pemberi pelayanan merasakan adanya ketegangan emosional saat melayani klien sehingga dapat mengarahkan perilaku pemberi pelayanan untuk menarik diri

secara psikologis dan menghindari diri untuk terlibat dengan klien (Maslach, 1982). Selanjutnya, menurut Maslach, stres yang dialami individu yang pekerjaannya berhadapan secara langsung dengan manusia sebagai penerima pelayanan disebut dengan istilah *burnout* (Maslach dan Jackson dalam Cooper et al, 1997).

Melihat keterkaitan antara variabel yang akan diteliti ini antara kecerdasan emosional dan *burnout*, berdasarkan penjelasan dari beberapa ahli yang mengungkapkan teori keduanya, bahwa kedua variabel tersebut memiliki keterkaitan antara satu sama lain.

Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh antar dua variabel tersebut yaitu, kecerdasan emosional dengan *burnout* pada guru sekolah dasar negeri. Hal tersebut menjadi dasar dilaksanakannya penelitian mengenai guru sekolah seperti yang sudah diketahui bahwa guru pada saat ini mengalami banyak tuntutan dari berbagai pihak. Tidak hanya dari lingkungan sekolah saja yang menuntut guru untuk mentaati berbagai peraturan yang baru dari pemerintah maupun dari pihak sekolah, kemudian dari pihak siswa yang semakin bervariasi latar belakangnya, dan juga dari pihak keluarga bila guru sudah memiliki keluarga.

Dalam penelitian ini ingin melihat sejauh mana guru dapat mengatasi beberapa kendala yang akan menyebabkan guru mengalami *burnout*. Berdasarkan fenomena diatas maka penelitian yang akan dilakukan ini diberi judul **Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap *Burnout* Pada Guru Sekolah Dasar Negeri.**

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka identifikasi masalah pada penelitian adalah mengenai “Bagaimana pengaruh kecerdasan emosional terhadap *burnout* pada guru sekolah dasar ?”.

1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah yang sudah dijelaskan di atas, maka perlu diadakan pembatasan masalah. Hal ini dimaksudkan untuk memperjelas masalah yang akan diteliti mengingat luasnya permasalahan yang ada, penelitian ini mentik beratkan pada “Pengaruh kecerdasan emosional terhadap *burnout* pada guru sekolah dasar”.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan permasalahan di atas, maka masalah yang dapat diambil dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat pengaruh antara kecerdasan emosional terhadap *burnout* pada guru sekolah dasar ?”

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan identifikasi masalah, pembatasan masalah dan rumusan masalah, maka Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui “Pengaruh antara kecerdasan emosional terhadap *burnout* pada guru sekolah dasar”.

1.6 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini antara lain:

1.6.1 Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan memberikan sumbangan pengetahuan khususnya di bidang psikologi pendidikan, psikologi industri dan organisasi, dan psikologi sosial mengenai pengaruh antara kecerdasan emosional terhadap *burnout* pada guru sekolah dasar.

1.6.2 Manfaat Praktis

1.6.2.1. Bagi guru di sekolah, penelitian ini diharapkan dapat mengoptimalkan kinerja dalam memberikan layanan berupa pengajaran bagi para siswa.

1.6.2.2. Bagi kepala sekolah dan pemerhati pendidikan, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu pertimbangan dalam usaha untuk mensejahterakan guru guna meningkatkan kualitas guru demi terciptanya pendidikan yang berkualitas.

1.6.2.3. Bagi peneliti lain yang ingin mengadakan penelitian dengan masalah yang serupa, penelitian ini diharapkan dapat dijadikan salah satu bahan acuan penelitian.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Burnout

2.1.1 Definisi *Burnout*

Menurut Maslach dan Jackson yang menjelaskan *burnout* sebagai sindrom kelelahan emosional (*emotional exhausted*), depersonalisasi (*depersonalized*), dan penurunan pencapaian pribadi (*reduced personal accomplishment*) yang terjadi diantara individu-individu yang melakukan pekerjaan yang memberikan pelayanan kepada orang lain dan sejenisnya (Schaufeli et al, 1998). Sedangkan Pines dan Aronson (1989) mendefinisikan *burnout* sebagai kelelahan secara fisik, emosional dan mental yang disebabkan keterlibatan jangka panjang dalam situasi yang penuh tuntutan emosional. Burnout biasanya dialami oleh seseorang yang bekerja di sektor pelayanan sosial yang cukup lama. Pada sektor pelayanan sosial, seseorang harus menghadapi tuntutan dari klien, tingkat keberhasilan dari pekerjaan yang rendah, dan kurangnya penghargaan yang adekuat terhadap kinerja pemberi layanan.

Cherniss (1980) menyatakan bahwa *burnout* merupakan perubahan sikap dan perilaku dalam bentuk reaksi menarik diri secara psikologis dari pekerjaan, seperti menjaga jarak maupun bersikap sinis dengan klien, membolos, sering terlambat, dan keinginan pindah kerja yang kuat. Freuddenberger menambahkan bahwa pada awal bekerja seseorang memiliki sikap antusias dan tujuan yang hendak mereka capai menyebabkan dirinya merasa terpanggil untuk bekerja, sehingga menghasilkan idealisme

tinggi. Namun, stres yang dialami secara kronis menyebabkan mereka mengalami perubahan motivasi, mereka mengalami *burnout* (Greenberg & Baron, 1993).

Menurut McGuigan, McKnight & Glass, Parker & Kulik (dalam Sarafino, 1998) *burnout* sebagai suatu kondisi kelelahan fisik dan psikososial yang kronis, timbul sebagai akibat derajat stress yang tinggi karena pengendalian diri yang kurang kuat. Kreitner dan Kinicki (2003) mendefinisikan *burnout* sebagai kondisi kelelahan emosional dan sikap-sikap negatif (seperti fatalisme, kebosanan, ketidaksenangan, sinisme, ketidakcukupan, kegagalan, kerja berlebihan, kekasaran, ketidakpuasan dan melarikan diri) dari waktu ke waktu.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa *burnout* adalah sindrom psikologis yang diakibatkan tekanan dan tuntutan lingkungan pekerjaan yang tidak mendukung yang berlangsung dari waktu ke waktu yang menyebabkan kelelahan fisik, kelelahan emosional, kelelahan mental, depersonalisasi, dan penurunan pencapaian prestasi pribadi

2.1.2 Dimensi *burnout*

Dimensi-dimensi *burnout* dikemukakan oleh beberapa tokoh. Menurut Pines ada tiga dimensi *burnout* yaitu kelelahan fisik, kelelahan emosional, dan kelelahan mental (Pines, A., Aronson, E., 1988).

Kelelahan fisik ditandai dengan kurangnya tenaga, kelelahan yang tak hilang-hilang, dan kelemahan. individu yang sedang berada pada proses *burnout* mengaku sering mudah mengalami kecelakaan, meningkatnya kemungkinan terserang penyakit, mengeluh demam, sering terkena virus atau flu, sering terserang sakit kepala, mual, otot tegang sekitar pundak dan leher, sakit tulang belakang, dan keluhan psikosomatis. Perubahan pola makan, baik makan terlalu banyak ataupun makan terlalu sedikit hingga kombinasi kecemasan dan masalah tidur.

Kelelahan emosional yang merupakan dimensi kedua dari *burnout*, biasanya ditandai oleh perasaan tidak ada pertolongan, perasaan tidak ada harapan, dan perasaan terperangkap. Pada kasus ekstrem, perasaan-perasaan ini dapat berujung pada gangguan emosional atau pikiran-pikiran serius mengenai bunuh diri. Pada beberapa orang, kelelahan emosional karena *burnout* dapat menyebabkan menangis yang tidak dapat dikontrol serta secara terus-menerus; pada yang lainnya hal ini dapat menyebabkan depresi yang melumpuhkan.

Kelelahan mental ditandai dengan perkembangan sikap negatif terhadap diri sendiri, pekerjaan dan kehidupan itu sendiri. korban *burnout* sering melaporkan ketidakpuasan dengan pekerjaan mereka dan cara hidup mereka serta memiliki *self-concept* yang menyebabkan mereka merasa tidak cukup secara finansial, inferior, dan tidak kompeten.

Dimensi-dimensi *burnout* tersebut bukan merupakan satu-satunya dimensi yang ada yang dapat menjelaskan *burnout*. Maslach mengungkapkan dimensi-dimensi yang berbeda mengenai *burnout*. Dimensi-dimensi tersebut ialah, *emotional exhaustion*, *cynicism*, dan *inefficacy* (Maslach et al., 2001 dalam Glendon et al., 2007).

Cynicism atau depersonalisasi adalah sebuah perasaan menjauhkan secara personal atau kognitif dari tempat kerja serta orang-orang di dalamnya. Maslach menggambarkan *cynicism* sebagai reaksi awal akan kelelahan emosi, yang dapat memberi sugesti progres yang berelanjutan dari sindrom *burnout*.

Secara singkat, indikator *burnout* menurut Ivancevich, Konopaske, Matteson (2005) yaitu:

Tabel 2.1 Indikator *Burnout*

Kelelahan emosi	Perubahan kepribadian	Pencapaian pribadi yang rendah
Merasa terkuras oleh pekerjaan	Menjadi keras/ tidak sensitif pada pekerjaan	Tidak dapat berhadapan dengan masalah secara efektif
Merasa lelah di pagi hari	Memperlakukan orang lain seperti objek	Tidak memiliki pengaruh positif terhadap orang lain
Frustrasi	Tidak peduli apa yang terjadi kepada orang lain	Tidak dapat memahami masalah orang lain dan mengidentifikasi diri dengan mereka
Tidak ingin bekerja dengan orang lain	Merasa orang lain menyalahkan dirinya	Tidak lagi merasa bersemangat dalam bekerja

2.1.3 Penyebab *Burnout*

Pemahaman konvensional menilai bahwa *burnout* merupakan masalah seorang individu (Maslach & Leiter, 1997). Menurutnya ketika seorang individu mengalami *burnout* hal itu merupakan masalah atau kekurangan dari karakter, perilaku atau produktivitas individu tersebut.

Namun berdasarkan penelitian yang ditemukan oleh Maslach dan Leiter (1997), berbagai hasil penelitian mengungkapkan bahwa *burnout* bukan merupakan masalah individu itu sendiri melainkan masalah lingkungan sosial tempat individu bekerja. Oleh sebab itu, Maslach dan Leiter (1997) menemukan penyebab-penyebab *burnout* di lingkungan sosial kerja.

Berikut adalah penyebab-penyebab individu mengalami *burnout* menurut Maslach dan Leiter (1997):

a. Kelebihan Beban Kerja

Beban kerja atau *workload* merupakan dimensi kunci dalam kehidupan berorganisasi. Melalui sudut pandang organisasi, beban kerja merupakan

produktivitas sedangkan menurut sudut pandang individu merupakan waktu dan tenaga. Mencari kesesuaian antara dua sudut pandang tersebut merupakan suatu tantangan dasar dalam menjaga hubungan yang seimbang dengan pekerjaan. Pada mayoritas transisi organisasi yang diasosiasikan dengan penurunan dan pembentukan struktur kembali target beban kerja merupakan hal yang terpenting. Demi meningkatkan produktivitas, organisasi-organisasi memaksa individu untuk melakukan lebih dari apa yang ia mampu.

Beban kerja terdiri atas seberapa banyak yang kamu lakukan serta apa yang kamu lakukan. Krisis terbaru dalam tempat kerja memengaruhi beban kerja dalam tiga cara: beban kerja lebih berat, beban kerja memerlukan waktu lebih, dan beban kerja menjadi lebih kompleks.

Beban kerja yang lebih berat ini dikarenakan oleh keadaan organisasi yang menurun sehingga untuk meningkatkan produktivitas, beban kerja yang lebih banyak dibebankan kepada jumlah pekerja yang tetap. Beban kerja yang memerlukan waktu lebih lama secara jelas dapat dijelaskan dengan durasi waktu yang digunakan dalam bekerja lebih lama dari biasanya atau yang ia sanggup lakukan. Beban kerja yang menjadi lebih kompleks merupakan bentuk dari individu yang memiliki tambahan tugas lain secara bersamaan. Sebagai contoh untuk menggambarkan keadaan ini lebih jelas, seorang kasir *cafe* yang sebelumnya hanya bertugas mengumpulkan uang dari pelanggan menjadi memiliki tugas membuat kopi, membersihkan area bekerja sekaligus menjaga inventaris *cafe*.

b. Kurangnya Kontrol

Kapasitas seseorang untuk menentukan prioritas dalam pekerjaannya sehari-hari, memilih pendekatan apa dalam melakukan pekerjaan, membuat keputusan untuk penggunaan sumber daya dalam menjadi profesional. Kebijakan-kebijakan yang dapat mengurangi otonomi individu dan keterlibatannya dalam pekerjaan. Ketika seseorang tidak memiliki kontrol

terhadap dimensi penting dari pekerjaannya, hal ini akan menghindarkannya dari penyelesaian masalah yang ia identifikasi. Hal ini bisa digambarkan jika dalam suatu pekerjaan menemukan suatu masalah yang tidak terselesaikan, hal tersebut bukan dikarenakan ia tidak mampu menyelesaikan masalah tersebut atau tidak melihat masalah tersebut melainkan karena suatu kebijakan yang membuat orang tersebut tidak memiliki kontrol terhadap hal tersebut. Ketika hal ini terjadi, orang akan merasa membuang-buang waktunya dalam melakukan pekerjaannya. Tanpa kontrol, mereka tidak akan bisa menyeimbangkan minat mereka dengan minat organisasi. Mereka juga akan kehilangan minat jika mereka tidak merasakan bahwa mereka mewujudkan sesuatu.

c. Upah yang tidak memadai

Keadaan krisis di lingkungan pekerjaan dapat mengurangi kapasitas organisasi untuk memberikan penghargaan atau imbalan kepada orang-orang di organisasi. Orang-orang selalu memiliki harapan bahwa pekerjaannya akan memberikannya keuntungan materi seperti uang, gengsi, dan keamanan, namun dalam keadaan krisis pekerjaan kurang dapat mewujudkan ketiganya meski seseorang sudah bekerja lebih untuk itu. Hal tersebut merupakan salah satu bentuk *extrinsicreward* yang dapat menyebabkan individu mengalami *burnout*. Namun efek yang lebih besar yang dapat menyebabkan individu mengalami *burnout* adalah kekurangan akan *intrinsicreward*. *Intrinsicreward* dalam hal ini berupa pekerjaan yang menyenangkan dan membangun kemahiran dengan rekan kerja yang terhormat. Dengan kata lain *intrinsicreward* adalah kepuasan sendiri akan pekerjaan yang dilakukan karena kemahiran dan menikmati proses tersebut. Kehilangan *reward* baik *intrinsic* maupun *extrinsic* dapat mengurangi potensi keterikatan pekerjaan.

d. Sistem Komunitas dalam Pekerjaan yang Terganggu

Penyebab keempat *burnout* ini juga biasa terjadi pada keadaan krisis ketika komunitas menjadi terkikis dikarenakan hilangnya rasa aman akan pekerjaannya dan fokus yang berlebihan akan keuntungan jangka pendek yang meniadakan perhatian akan orang-orang di sekitar. Pada tingkat pertama, keadaan tersebut akan mengakibatkan atmosfir yang terpisah-pisah pada hubungan personal yang merupakan komponen dasar komunitas dalam sebuah organisasi. Kontak antar individu pada dasarnya unik, orang tidak mendiskusikan hal yang sama kepada orang yang sama atau memiliki perasaan yang sama seperti yang kamu rasakan. Namun, ketika tidak ada rasa aman akan pekerjaan tersebut, maka hubungan dekat antar personel terjalin secara terpisah-pisah sedangkan hal tersebut merupakan aspek dasar suatu komunitas. Pada tingkat kedua, keadaan ini akan mengurangi kerjasamatim yang dipandang semakin penting bagi manufakturing, pemrosesan informasi, dan sektor pelayanan ekonomi. Kehilangan akan komunitas merupakan bukti akan besarnya konflik antar individu, kurangnya dukungan dan penghargaan satu sama lain, serta tumbuhnya perasaan terisolasi.

e. Hilangnya Keadilan

Tempat kerja akan dirasa adil jika terdapat ketiga elemen ini: kepercayaan, keterbukaan, dan penghargaan. Ketika suatu organisasi dapat mencapai ditingkat komunitas, orang-orang percaya satu sama lain untuk memenuhi peran mereka di dalam suatu proyek, berkomunikasi secara terbuka mengenai intensi mereka, dan menunjukkan sikap saling menghargai. Ketika suatu organisasi bertindak secara adil, organisasi tersebut menilai setiap orang memberikan kontribusi akan keberhasilan organisasi tersebut, hal ini mengindikasikan bahwa setiap individu penting. Ketiga elemen dari keadilan merupakan hal yang pokok dalam menjaga keterikatan pekerjaan

seseorang. Sebaliknya, ketiadaan ketiga elemen tersebut berkontribusi langsung terhadap *burnout*.

f. Konflik Nilai

Nilai-nilai memengaruhi segala sesuatu mengenai hubungan kamu dengan pekerjaanmu. Krisis terbaru mengenai lingkungan kerja dalam berbagai peluang, konflik nilai merupakan suatu masalah besar. Nilai keuntungan dan ketahanan jangka pendek berbanding terbalik dengan nilai-nilai yang paling banyak dimiliki oleh karyawan yang berdedikasi untuk mempertahankan pekerjaannya. Apa yang banyak orang temukan khususnya yang menjengkelkan adalah organisasi menekankan dedikasi yang dimiliki karyawan menjadi pelayanan atau produksi yang sangat unggul disaat yang bersamaan tindakan tersebut merusak kualitas pekerjaannya. Faktanya, manajemen tidak berusaha untuk menurunkan kualitas, hal tersebut hanya menyertai hal lain. Kualitas unggul memerlukan perhatian penuh.

2.2 Kecerdasan Emosional

2.2.1 Definisi Kecerdasan Emosional

Salovey dan Mayer (Goleman, 1999) menjelaskan mengenai kecerdasan emosional sebagai kemampuan memantau dan mengendalikan perasaan sendiri dan orang lain, serta menggunakan perasaan-perasaan itu untuk memandu pikiran dan tindakan. Kemudian hampir serupa dengan Salovey dan Mayer, pendapat Daniel Goleman mengenai kecerdasan emosional atau *emotional intelligence* merujuk kepada kemampuan mengenali perasaan kita sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dan dalam hubungan dengan orang lain (Goleman, 1999).

Menurut Robert K. Cooper & Ayman Sawaf (Sawaf, 1998) kecerdasan emosional adalah kemampuan mengindra, memahami dan dengan efektif menerapkan kekuatan dan ketajaman emosi sebagai sumber energi,

informasi, dan pengaruh. Emosi manusia adalah wilayah lubuk hati, naluri tersembunyi, dan sensasi emosi.

2.2.2 Aspek-Aspek Kecerdasan Emosional

Daniel Goleman (1999) membagi kecerdasan emosi menjadi lima aspek, yaitu:

a. Kesadaran diri

Mengetahui apa yang kita rasakan pada suatu saat, dan menggunakannya untuk memandu pengambilan keputusan diri sendiri; memiliki tolak ukur yang realistis atas kemampuan diri dan kepercayaan diri yang kuat.

b. Pengaturan diri

Menangani emosi kita sedemikian sehingga berdampak positif kepada pelaksanaan tugas; peka terhadap kata hati dan sanggup menunda kenikmatan sebelum tercapainya suatu sasaran; mampu pulih kembali dari tekanan emosi.

c. Motivasi

Menggunakan hasrat kita yang paling dalam untuk menggerakkan dan menuntun kita menuju sasaran, membantu kita mengambil inisiatif dan bertindak sangat efektif, dan untuk bertahan menghadapi kegagalan dan frustrasi.

d. Empati

Merasakan yang dirasakan oleh orang lain, mampu memahami perspektif mereka, menumbuhkan hubungan saling percaya dan menyelaraskan diri dengan bermacam-macam orang.

e. Keterampilan sosial

Menangani emosi dengan baik ketika berhubungan dengan orang lain dan dengan cermat membaca situasi dari jaringan social, berinteraksi dengan lancar, menggunakan keterampilan-keterampilan ini untuk memengaruhi

dan memimpin, bermusyawarah dan menyelesaikan perselisihan, dan untuk bekerjasama dan bekerja dalam tim.

Menurut Peter Salovey (Ronnie, 2006), seorang pakar psikologi dari Yale University, kecerdasan emosional terbagi dalam lima wilayah utama, yaitu:

a. Mengenali emosi diri

Kesadaran diri mengenali perasaan sewaktu perasaan itu terjadi adalah dasar kecerdasan emosional.

b. Manajemen emosi

Menangani perasaan agar perasaan dapat terungkap dengan pas. Termasuk didalamnya kemampuan untuk menghibur diri sendiri, melepas kecemasan, kemurungan dan ketersinggungan, dan akibat-akibat yang ditimbulkan.

c. Memotivasi diri sendiri

Menata emosi sebagai alat untuk mencapai tujuan merupakan elemen penting dalam memotivasi, mengendalikan diri (terhadap kepuasan, dan dorongan hati) dan berkreaitivitas. Orang yang memiliki keterampilan ini cenderung jauh lebih produktif dan efektif dalam berkarya.

d. Mengenali emosi orang lain

Ini adalah akar empati, merupakan keterampilan dalam bergaul.

e. Menjalin hubungan/relasi

Ini merupakan keterampilan yang menunjang popularitas, kepemimpinan dan keberhasilan antar pribadi. Sebuah sosial skill.

Menurut Cooper & Sawaf (2000) kecerdasan emosi mempunyai empat aspek, yaitu:

a. Kesadaran Emosi (*emotional literacy*); bertujuan membangun tempat kedudukan bagi kepiawan dan rasa percaya diri pribadi melalui kejujuran emosi, umpan balik emosi, intuisi, rasa tanggung jawab, dan koneksi.

- b. Kebugaran Emosi (*emotional fitness*); bertujuan mempertegas kesejatan, sifat dapat dipercaya, dan keuletan individu, memperluas kepercayaan dan kemampuan menedengarkan, mengelola konflik, dan mengatasi kekecewaan dengan cara paling konstruktif.
- c. Kedalaman Emosi (*emotional depth*); mengeksplorasi cara-cara menyeleraskan hidup dan pekerjaan dengan ketulusan, kesetiaan pada janji, dan rasa tanggung jawab.
- d. Alkimia emosi (*emotional alchemy*); tempat memperdalam naluri dan kemampuan kreatif untuk mengalir bersama masalah-masalah dan tekanan-tekanan, dan bersaing demi masa depan dengan membangun keterampilan untuk lebih peka akan adanya kemungkinan-kemungkinan solusi yang masih tersembunyi dan peluang yang masih terbuka.

Bar-On mendefinisikan kecerdasan sosio-emosional, yang dibentuk oleh beberapa bagian dari sifat yang saling terkait antara emosional dan kepribadian yang saling berinteraksi antar individu. Secara khusus, kecerdasan emosional dan kecerdasan sosial terdiri dari lima faktor tingkat tinggi, yang dibagi dalam 15 subfaktor, antarlain:

- a. Keterampilan intrapersonal mengacu pada kemampuan menyadari dan memahami emosi, perasaan, dan ide-ide dalam diri, yang dibagi ke dalam 5 subfaktor (self-regard, kesadaran emosi diri, ketegasan, kemerdekaan, dan aktualisasi diri).
- b. Keterampilan interpersonal mengacu pada kemampuan menyadari dan memahami emosi, perasaan, dan ide-ide dalam orang lain, dan itu dibagi ke dalam 3 subfaktor (empati, tanggung jawab sosial dan hubungan interpersonal).
- c. Kemampuan beradaptasi mengacu pada kemampuan bersikap terbuka untuk mengubah perasaan kita tergantung pada situasi, yang termasuk dalam 3 subfaktor (reality-testing, fleksibilitas, dan penyelesaian masalah).

- d. Manajemen Stres mengacu pada kemampuan untuk mengatasi stres dan kontrol emosi, itu terdiri oleh subfaktor (toleransi terhadap stres dan Impulse Kontrol).
- e. Suasana hati umumnya mengacu pada kemampuan perasaan dan mengekspresikan emosi positif, dan optimis, yang terdiri dari subfaktor (optimisme dan kebahagiaan). (Berrocal. P. Fernandez & Natalio Extremera, 2006)

2.3 Guru

2.3.1 Pengertian Guru

Menurut Supardi, et al. (2009), guru adalah sosok arsitektur yang dapat membentuk jiwa dan watak anak didik serta memiliki kekuasaan untuk membentuk dan membangun kepribadian anak didik menjadi seorang yang berguna bagi agama, nusa, dan bangsa serta mempersiapkan manusia susila yang cakap yang dapat diharapkan membangun dirinya dan membangun bangsa dan negara.

2.3.2 Tugas Guru

Menurut Supardi, et al (2009) dalam pelaksanaan tugasnya, guru menjalankan beberapa tugas, yaitu sebagai berikut:

- a. Tugas guru sebagai profesi menuntut kepada guru untuk mengembangkan profesionalisme diri sesuai perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi. Mendidik, mengajar dan melatih anak didik adalah tugas guru sebagai profesi. Tugas guru sebagai pendidik berarti meneruskan dan mengembangkan nilai-nilai hidup kepada anak didik. Tugas guru sebagai pengajar berarti meneruskan dan mengembangkan ilmu pengetahuan dan teknologi kepada anak didik. Tugas guru sebagai

pelatih berarti mengembangkan keterampilan dan menerapkannya dalam kehidupan demi masa depan anak didik.

- b. Tugas guru dibidang kemanusiaan adalah sebagai orang tua kedua di sekolah. Guru harus dapat memotivasi siswanya untuk secara aktif melakukan kegiatan belajar dalam kegiatan pembelajaran di kelas maupun di luar kelas, serta secara mandiri di rumah.
- c. Tugas guru dibidang kemasyarakatan adalah mendidik dan mengajar masyarakat untuk menjadi warganegara yang bertanggung jawab dan menjunjung tinggi nilai moral, sosial maupun keagamaan dan menjadikan anggota masyarakat sebagai insan pembangunan.

2.3.3 Syarat Guru

Menjadi guru menurut Drajat, et al. (dalam Djamarah, 2010) tidak sembarangan, tetapi harus memenuhi beberapa persyaratan, yaitu sebagai berikut:

- a. Takwa kepada Allah SWT

Guru sesuai dengan tujuan ilmu pendidikan islam, harus bertakwa pada Allah agar anak didiknya juga bertakwa kepada-Nya. Sebab ia adalah teladan bagi anak didiknya. Guru diperkirakan akan berhasil mendidik anak didiknya bila ia mampu memberi teladan yang baik bagi anak didiknya agar menjadi generasi penerus bangsa yang baik dan mulia.

- b. Berilmu

Guru harus memiliki ijazah agar diperbolehkan mengajar. Kecuali dalam keadaan darurat seperti jumlah anak didik sangat meningkat, sedangkan jumlah guru jauh dari mencukupi.

c. Sehat jasmani

Kesehatan jasmani terkadang dijadikan salah satu syarat bagi mereka yang melamar menjadi guru. Guru yang mengidap penyakit menular sangat membahayakan anak didik serta tidak akan bergairah mengajar yang tentunya akan merugikan anak didik.

d. Berkelakuan baik

Guru harus menjadi teladan, karena anak-anak bersifat suka meniru. Guru juga harus memiliki ahlak mulia seperti mencintai jabatannya sebagai guru, bersikap adil terhadap semua anak didiknya, berlaku sabar dan tenang, berwibawa, gembira, bersifat manusiawi, bekerja sama dengan guru-guru lain dan masyarakat. Di Indonesia untuk menjadi guru memiliki beberapa persyaratan, yakni berijazah, profesional, sehat jasmani dan rohani, takwa kepada Tuhan Yang Maha Esa dan kepribadian yang luhur, bertanggung jawab dan berjiwa nasional.

2.3.4 Tanggung jawab Guru

Menurut Wens Tanlain, et al. (dalam Djamarah, 2010), sesungguhnya guru yang bertanggung jawab memiliki beberapa sifat, yaitu antara lain:

- a. Menerima dan mematuhi norma, nilai-nilai kemanusiaan.
- b. Memikul tugas mendidik dengan bebas, berani, gembira (tugas bukan menjadi beban bagi dirinya).
- c. Sadar akan nilai yang berkaitan dengan perbuatannya serta akibat yang timbul (kata hati).
- d. Menghargai orang lain, termasuk anak didik.
- e. Bijaksana dan hati-hati.
- f. Takwa kepada Tuhan Yang Maha Esa.

Jadi, seorang guru harus bertanggung jawab atas segala tingkah laku, dan perbuatannya dalam rangka membina anak jiwa dan watak anak didik.

Dengan demikian tanggung jawab guru adalah untuk membentuk anak didik agar menjadi orang bersusila yang cakap, berguna bagi agama, nusa dan bangsa di masa depan.

2.3.5 Peran Guru

Menurut Supardi, et al (2009), peran guru dalam nuansa pendidikan yang ideal adalah sebagai berikut:

a. Guru sebagai pendidik

Guru merupakan teladan, panutan dan tokoh yang akan diidentifikasi oleh peserta didik yang menuntut guru untuk membekali diri dengan pribadi yang berkualitas berupa tanggung jawab, kewibawaan, kemandirian, kedisiplinan.

b. Guru sebagai pengajar

Guru sebagai pengajar dituntut untuk berperan sebagai fasilitator dan mediator dalam merancang kegiatan pembelajaran yang mengarahkan peserta didik melakukan kegiatan dan memperoleh pengalaman belajar dengan memanfaatkan berbagai sumber belajar yang tersedia tanpa menjadikan guru bukan sebagai sumber belajar utama.

c. Guru sebagai pembimbing

Sebagai pembimbing guru dituntut untuk dapat membuat perencanaan pembelajaran, melibatkan siswa secara aktif baik aspek fisik ataupun mental, melakukan kegiatan belajar secara bermakna (memiliki makna untuk diri sendiri dan orang lain), dan melakukan kegiatan penilaian terus-menerus untuk mengetahui tingkat pencapaian peserta didik.

d. Guru sebagai pelatih

Guru dalam memberikan pelatihan harus memperhatikan kompetensi dasar yang hendak dicapai, materi pembelajaran, perbedaan individual, latar belakang budaya dan lingkungan, tempat siswa tinggal.

e. Guru sebagai penasihat

Guru sebagai penasihat tidak hanya terbatas pada siswa tetapi juga terhadap orang tua. Guru harus dapat memberikan konseling sesuai dengan yang dibutuhkan siswa baik intensitas maupun masalah yang dihadapi.

f. Guru sebagai model dan teladan

Guru memiliki sifat-sifat positif yang dapat menempatkan dirinya sebagai figur guru yang akan dijadikan model atau teladan bagi siswa.

g. Guru sebagai korektor

Guru harus dapat membedakan nilai yang baik dan nilai yang buruk. Semua nilai yang baik harus dipertahankan dan nilai yang buruk harus disingkirkan dari jiwa dan watak anak didik.

h. Guru sebagai organisator

Guru sebagai organisator adalah sisi lain dari peranan yang diperlukan guru. Semua hal yang berkaitan dengan pembelajaran diorganisasikan, sehingga mencapai efektivitas dan efisiensi dalam belajar pada diri anak didik.

i. Guru sebagai motivator

Guru sebagai motivator hendaknya dapat mendorong anak didik agar bergairah dan aktif dalam belajar.

j. Guru sebagai fasilitator

Guru sebagai fasilitator berarti guru hendaknya dapat menyediakan fasilitas yang memungkinkan memudahkan kegiatan belajar anak didik.

k. Guru sebagai pengelola kelas

Guru sebagai pengelola kelas hendaknya dapat mengelola kelas dengan baik, karena kelas adalah tempat berhimpun semua anak didik dan guru dalam rangka transfer bahan pelajaran dari guru.

l. Guru sebagai mediator

Guru sebagai mediator hendaknya memiliki pengetahuan dan pemahaman yang cukup tentang media pendidikan dalam berbagai bentuk dan jenisnya, baik media non material maupun material.

m. Guru sebagai evaluator

Guru sebagai evaluator dituntut untuk menjadi seorang evaluator yang baik dan jujur, dengan memberikan penilaian yang menyentuh aspek ekstrinsik.

2.4 Tinjauan Pustaka Mengenai Hubungan Antar Variabel

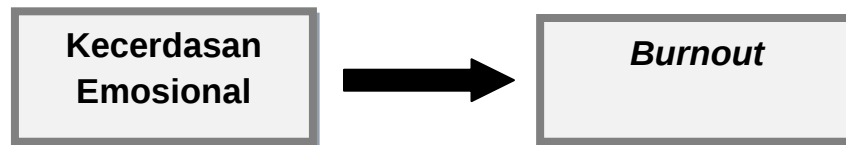
Burnout sebagai kelelahan secara fisik, emosional dan mental yang disebabkan oleh keterlibatan jangka panjang dalam situasi yang penuh tuntutan emosional. *Burnout* biasanya dialami oleh seseorang yang bekerja di sektor pelayanan sosial yang cukup lama, dimana harus menghadapi tuntutan dari klien, tingkat keberhasilan dari pekerjaan yang rendah, dan kurangnya penghargaan yang adekuat terhadap kinerja pemberi layanan (Pines & Aronson, 1989). Kemudian Maslach dan Jackson (dalam Schaufeli et al, 1998) menjelaskan *burnout* sebagai sindrom dari kelelahan emosional (*emotional exhausted*), depersonalisasi (*depersonalized*), dan penurunan pencapaian pribadi (*reduced personal accomplishment*) yang terjadi diantara individu-individu yang melakukan pekerjaan memberikan pelayanan kepada orang lain dan sejenisnya.

Kecerdasan emosional menurut Daniel Goleman merujuk kepada kemampuan mengenali perasaan kita sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dan dalam hubungan dengan orang lain (Goleman, 1999). Dalam hal ini kecerdasan emosional berperan dalam mengatasi burnout yang terjadi pada guru. Guru yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi maka akan dapat meminimalisasi gejala burnout. Sebaliknya, bila guru memiliki kecerdasan emosional yang rendah maka akan lebih mudah mengalami burnout.

Kecerdasan emosional ini berperan sebagai kontrol terhadap emosi diri seorang individu dalam melakukan aktivitas suatu hal dalam kehidupan sehari-hari.

2.5 Kerangka Konseptual

Kerangka berfikir merupakan sintesa tentang hubungan antar variabel yang disusun dari berbagai teori yang telah dideskripsikan (Sugiyono, 2014). Dari beberapa teori yang telah dideskripsikan diatas yang membahas kecerdasan emosional dan *burnout* berikut adalah gambaran kerangka berfikir penelitian ini:



2.6 Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, di mana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan (Sugiyono, 2014). Hipotesis dalam penelitian ini adalah: Terdapat pengaruh kecerdasan emosional terhadap *burnout* pada guru Sekolah Dasar.

2.7 Hasil Penelitian Yang Relevan

- a. Penelitian yang dilakukan oleh Raden Adjeng Robiatul Adawiyah mengenai "Kecerdasan Emosional, Dukungan Sosial dan Kecenderungan *Burnout*". Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara kecerdasan emosional dan dukungan sosial dengan kecenderungan burnout pada guru. Populasi dalam penelitian ini adalah guru SMAN 3 Bangkalan berjumlah 100 orang. Sedangkan sampel diambil dengan menggunakan *teknik random sampling* dengan memberikan kesempatan yang sama pada setiap individu untuk menjadi sampel penelitian. Untuk penelitian ini jumlah sampel adalah 90 orang guru. Penyusunan kuesioner *burnout* didasarkan pada indikator *burnout* yang meliputi: kelelahan fisik, kelelahan emosional, kelelahan mental, dan

depersonalisasi. Penyusunan kuesioner kecerdasan emosi didasarkan pada indikator kecerdasan emosi yang meliputi: *self-awareness*, *self-management*, *social awareness*, dan *relationship management*. Untuk mengungkap variable dukungan sosial digunakan angket dukungan sosial yang disusun berdasarkan definisi operasional meliputi aspek-aspek dukungan emosional, dukungan informasional, dukungan instrumental dan penilaian positif. Adapun teknik analisa data dilakukan dengan cara analisis regresi linear berganda bertujuan untuk mencari hubungan antara kecerdasan emosi (X1) dan dukungan sosial (X2) dengan kecenderungan *burnout* (Y). Pengujian dilakukan dengan menggunakan uji F untuk mengetahui hubungan keseluruhan variabel bebas kecerdasan emosional dan dukungan sosial dengan kecenderungan *burnout* serta uji t untuk mengetahui hubungan antara masing-masing kecerdasan emosional dengan kecenderungan *burnout* dan hubungan dukungan sosial dengan kecenderungan *burnout*.

Berdasarkan hasil perhitungan tersebut dapat diperoleh kesimpulan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dan dukungan sosial dengan kecenderungan *burnout*. Hal ini dapat dilihat dari nilai $p = 0,000$, di mana $p < 0,01$. Artinya hipotesis penelitian yang berbunyi “ada hubungan antara kecerdasan emosional dan dukungan sosial dengan kecenderungan *burnout*” diterima. Dari hasil perhitungan tersebut dapat diperoleh kesimpulan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan kecenderungan *burnout*. Hal ini dapat dilihat dari nilai $t = - 2.132$, $p = 0,036$, di mana $p < 0,05$. Artinya hipotesis penelitian yang berbunyi “ada hubungan negatif antara kecerdasan emosional dengan kecenderungan *burnout*” diterima. Berdasarkan hasil perhitungan tersebut juga dapat diperoleh kesimpulan bahwa ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara dukungan sosial dengan kecenderungan *burnout*. Hal ini dapat dilihat dari nilai $t = - 6.836$, $p = 0,000$, dimana $p < 0,01$. Artinya hipotesis penelitian yang

berbunyi “ada hubungan negatif antara dukungan sosial dengan kecenderungan *burnout*” diterima.

- b. Penelitian yang dilakukan oleh Muhammad Hanafi & Reny Yuniasanti mengenai “HUBUNGAN ANTARA KEMATANGAN EMOSI DAN *BURNOUT* PADA PERAWAT RUMAH SAKIT PKU MUHAMMADIYAH BANTUL YOGYAKARTA”. Penelitian ini bertujuan untuk menemukan hubungan antara kematangan emosi dan burnout pada perawat Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Bantul Yogyakarta. Hipotesis yang diajukan adalah terdapat hubungan negatif antara kematangan emosi dan *burnout* pada perawat Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Bantul Yogyakarta. Subyek dalam penelitian ini adalah 30 perawat di UGD dan ICU dengan minimal masa kerja satu tahun dan maksimal 40 tahun. Data lapangan dikumpulkan melalui skala kematangan emosi dan skala *burnout*, serta dianalisis dengan teknik korelasi Product Moment dari Karl Pearson. Analisis data hasil koefisien korelasi (r) -0,606 ($p < 0,01$). Ini menunjukkan hubungan negatif antara kematangan emosi dan *burnout* pada perawat Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Bantul Yogyakarta. Sumbangan efektif kematangan emosi terhadap *burnout* adalah 36,7%.
- c. Penelitian yang dilakukan oleh Yuni Widayanti, KH Endah, murwati mengenai “Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan *Burnout* Pada Perawat di Rumah Sakit Jiwa Daerah Surakarta”. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecenderungan *burnout* dan mendeskripsikan tingkat kecerdasan emosi dan tingkat *burnout* berdasarkan karakteristik perawat. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif korelasional dengan pendekatan *criss sectional*. Populasi penelitian adalah perawat di rumah sakit jiwa daerah Surakarta. Pengambilan sampel dilakukan dengan tehnik proporsional random sampling. Data diperoleh dengan program SPSS Ver 10 dengan uji korelasi *Product Moment Pearsons*.__Penelitian ini memberikan informasi bahwa tingkat kecerdasan emosi cenderung lebih tinggi pada

jenis kelamin laki-laki, tingkat pendidikan D3 keperawatan dan dengan masa kerja >20 tahun. Perawat wanita cenderung lebih tinggi mengalami *burnout* daripada perawat laki-laki, dengan tingkat pendidikan S1 Keperawatan dan masa kerja <10 tahun. Dari hasil analisis korelasi *Pearsons* diperoleh r hitung 0,332 yang lebih besar dari r table 0,266 dengan demikian probabilitas 95% maka H_0 ditolak. Jadi ada hubungan positif signifikan antara kecerdasan emosi dengan *burnout* pada perawat di rumah sakit jiwa daerah Surakarta.

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Tipe Penelitian

Menurut Sugiyono (2013), metode penelitian dapat diklasifikasikan berdasarkan tujuan dan tingkat kealamiah objek yang diteliti. Dilihat dari tujuannya, metode penelitian terbagi menjadi penelitian dasar (basic research), penelitian terapan (applied research), dan penelitian pengembangan (research and development). Berdasarkan klasifikasi tersebut, penelitian ini termasuk ke dalam jenis penelitian terapan, yang bertujuan untuk memecahkan masalah-masalah kehidupan praktis. Penelitian terapan ini menggunakan metode survey untuk pengambilan data..

Penelitian kuantitatif juga dapat diartikan sebagai metode penelitian berlandaskan pada filsafat positivisme. Digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu dengan pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian dan analisis data bersifat kuantitatif atau statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2012).

3.2 Identifikasi Dan Operasionalisasi Variabel Penelitian

3.2.1 Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel bebas atau *independent variable* merupakan suatu variabel yang dapat mempengaruhi atau menyebabkan perubahan atau timbulnya variabel terikat (Sugiyono, 2012). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah

kecerdasan emosional. Variabel terikat atau *dependent variable* merupakan suatu variabel yang dipengaruhi atau diakibatkan karena adanya variabel bebas (Sugiyono, 2012). Variabel terikat pada penelitian ini adalah *burnout*.

3.2.2 Definisi Konseptual Variabel

3.2.2.1 *Definisi konseptual* kecerdasan emosional merupakan kemampuan yang dimiliki seseorang dalam memotivasi diri, ketahanan dalam menghadapi kegagalan, mengendalikan emosi dan menunda kepuasan, serta mengatur keadaan jiwa.

3.2.2.1 *Definisi konseptual burnout* adalah sindrom psikologis yang diakibatkan tekanan dan tuntutan lingkungan pekerjaan yang tidak mendukung yang berlangsung dari waktu ke waktu yang menyebabkan kelelahan fisik, kelelahan emosional, kelelahan mental, depersonalisasi, dan penurunan pencapaian prestasi pribadi.

3.2.3. Definisi Operasional Variabel

3.2.3.1 Dalam penelitian ini, kecerdasan emosional adalah skor yang dihasilkan responden berdasarkan adaptasi skala *Emotional Intelligence Questionnaire* yang diterbitkan oleh jurnal *National Health Service* (NHS).

3.2.3.2 *Burnout* adalah skor yang dihasilkan responden dari pengukuran berdasarkan adaptasi skala *Maslach Burnout Inventory* (MBI) dengan dimensi kelelahan emosional, depersonalisasi, dan penurunan pencapaian pribadi.

3.3 Populasi dan Sampel

3.3.1 Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek ataupun subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang telah

ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2013). Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah guru Sekolah Dasar (SD) Negeri yang ada di kecamatan Jatinegara, Jakarta Timur.

3.3.2 Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2013). Prosedur teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *probability sampling* yaitu teknik sampling yang memberikan peluang sama kepada setiap anggota populasi untuk terpilih sebagai sampel (Sugiyono, 2007, dalam Ranguti, 2012).

Peneliti menggunakan metode *simple random sampling*. Kemudian menentukan sekolah dasar negeri yang akan menjadi sampel dengan menggunakan random sampling pada SPSS (*Statistical Package for Social Science*). Penulis mengambil sampel dari populasi yang kemudian dirandom oleh kepala dinas pendidikan, sehingga didapatkan populasi 11 sekolah dengan jumlah guru 110 orang responden guru sekolah dasar negeri dijadikan sampel yang mewakili di Kecamatan Jatinegara.

3.4 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan kuesioner. Kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya (Sugiyono, 2013). Keunggulan dari teknik ini adalah dapat digunakan bila jumlah responden cukup besar dan tersebar di wilayah yang luas.

Peneliti menyebarkan kuesioner secara langsung kepada sampel, yaitu guru SD Negeri di kecamatan Jatinegara, Jakarta Timur. Sebelumnya Peneliti melakukan izin kepada kepala seksi Dinas Pendidikan untuk meminta

perizinan melakukan penelitian dikecamatan Jatinegara. Setelah mendapat persetujuan dan diberikan data sekolah tujuan penelitian, peneliti menuju setiap sekolah yang diberikan untuk melakukan penelitian. Kemudian peneliti meminta izin kepada setiap kepala sekolah tujuan penelitian. Setelah diizinkan, peneliti memberikan kuesioner sesuai dengan jumlah guru yang ada di sekolah tersebut untuk diisi.

3.4.1 Kecerdasan Emosional

Emotional Intelligence Questionnaire dibuat oleh Daniel Goleman yang dipublikasikan melalui *National Health Service* (NHS) yang merupakan lembaga kesehatan yang berada di kota London. Instrumen ini mengacu pada aspek-aspek kecerdasan emosional yang dikemukakan oleh Daniel Goleman pada tahun 1999. Dengan dimensi berupa kemampuan mengenali perasaan kita sendiri dan perasaan orang lain, kemampuan memotivasi diri sendiri, dan kemampuan mengelola emosi dengan baik pada diri sendiri dan dalam hubungan dengan orang lain. Jumlah item 50 butir, selanjutnya peneliti melakukan *expert judgment*. Dikarenakan kuesioner yang diadaptasi menggunakan bahasa Inggris, kemudian peneliti melakukan *back translation* kepada 2 orang ahli bahasa. Setelah melakukan *expert judgment* dan *back translation* peneliti merevisi beberapa struktur kalimat dan kata supaya lebih dipahami oleh responden tanpa mengubah makna dari item tersebut.

Alat ukur *Emotional Intelligence Questionnaire* ini menggunakan skala *Likert*. Skala *Likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2013). Skala *Likert* yang digunakan dengan lima tingkatan, yaitu sebagai berikut: Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Netral (N), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS).

Penjelasan kisi-kisi instrumen dapat dilihat pada tabel 3.1 berikut ini:

Tabel 3.1
Tabel Kisi-kisi Kecerdasan Emosional

No	Aspek	Indikator	Fav	Unfav
1	Kesadaran diri	Kesadaran emosi	6,11,16,21,26,31, 34,41,46	1
		Percaya diri		
		Penilaian diri secara teliti		
2	Pengaturan diri	Kendali diri	7,12,17,22,27, 32,37,42,47	2
		Kewaspadaan		
		Adaptibilitas		
3	Motivasi	Dorongan prestasi	8,13,18,23,28, 33,38,43,48	3
		Komitmen		
		Inisiatif		
		Optimisme		
4	Empati	Memahami orang lain	9,14,19,24,29, 36,39,44,49	4
		Kesadaran politis		
5	Keterampilan sosial	Komunikasi	10,15,20,25,30, 35,40,45,50	5
		Pengikat jaringan		
		Kolaborasi dan kooperasi		
		Kemampuan tim		
Total			45	5

3.4.2 *Burnout*

Skala *burnout* yang digunakan dalam penelitian ini, merupakan hasil modifikasi sesuai dengan kebutuhan penelitian berdasarkan *Maslach Burnout Inventory* (MBI) yang dibuat dan dikembangkan oleh Christina Maslach pada tahun 1981. Terdapat tiga dimensi dalam pengukuran ini, yaitu kelelahan emosional (*emotional exhausted*), depersonalisasi (*depersonalized*), dan penurunan pencapaian prestasi pribadi (*reduced personal accomplishmen*).

Pada instrumen *burnout*, peneliti mengadaptasi dari skala *Maslach Burnout Inventory* (MBI) yang dibuat dan dikembangkan oleh Christina Maslach. Jumlah item asli dari MBI adalah 22 item, namun peneliti melakukan modifikasi yang disesuaikan dengan responden dan jumlah dari item ini adalah 35 item. Selanjutnya peneliti melakukan *expert judgment* pada seorang ahli dalam bidang pendidikan. Hal itu dilakukan karena responden yang diambil pada penelitian ini adalah guru. Setelah melakukan *expert judgment*, peneliti merevisi beberapa struktur kalimat dan kata supaya lebih dipahami oleh responden tanpa mengubah makna dari item tersebut.

Alat ukur MBI ini menggunakan skala *Likert*. Skala *Likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2013). Skala *Likert* yang digunakan dengan lima tingkatan, yaitu sebagai berikut: Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Netral (N), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS).

Penjelasan kisi-kisi instrumen dapat dilihat pada tabel 3.2 di bawah ini:

Tabel 3.2
Tabel Kisi-kisi *Burnout*

No.	DIMENSI	INDIKATOR	FAV	UNFAV	TOTAL
1	Kelelahan	Mengalami kelelahan secara fisik	10, 28	3,6	4
		Mengalami kelelahan secara emosional	4, 19	9, 20, 24	5
2	Depersonalisasi	Adanya sikap yang sinis terhadap orang-orang yang berada dalam lingkup pekerjaan	7, 18	1, 35	4
		Kecenderung tidak peduli terhadap penerima layanan	5, 25	11, 30	4
		Mengurangi keterlibatan diri dalam bekerja	2, 22	12, 21	4
3	Penurunan Pencapaian Diri	Adanya perasaan tidak berdaya	13, 23, 33	16, 26	5
		Tidak mampu melakukan sesuatu yang bermanfaat	17, 29	14, 27, 32	5
		Menganggap tugas-tugas yang dibebankan terlalu berlebihan sehingga tidak sanggup lagi menerima tugas yang baru	15, 31	8, 34	4

3.5 Model Skala dan Teknik Skoring

3.5.1 Skala Kecerdasan Emosional

Penelitian ini menggunakan model skala likert. Setiap butir diberi pernyataan sangat sesuai, sesuai, netral, tidak sesuai, sangat tidak sesuai. Total skor yang didapat subjek dari tiap kuisisioner diperoleh dengan menjumlahkan semua skor jawaban pada masing-masing kuisisioner sesuai dengan tabel dibawah ini.

Tabel 3.3 Skoring Butir Skala Kecerdasan Emosional

Kategori Jawaban	Favorabel	Unfavorabel
SS	5	1
S	4	2
N	3	3
TS	2	4
STS	1	5

3.5.2 Skala *Burnout*

Penelitian ini menggunakan model skala likert. Setiap butir diberi pernyataan sangat sesuai, sesuai, netral, tidak sesuai, sangat tidak sesuai. Total skor yang didapat subjek dari tiap kuisisioner diperoleh dengan menjumlahkan semua skor jawaban pada masing-masing kuisisioner sesuai dengan tabel dibawah ini.

Tabel 3.4 Skoring Butir Skala *Burnout*

Kategori Jawaban	Favorabel	Unfavorabel
SS	5	1
S	4	2
N	3	3
TS	2	4
STS	1	5

3.6 Uji Coba Instrumen

Uji coba instrumen dilakukan untuk menentukan validitas dan reliabilitas instrumen ini. Uji reliabilitas digunakan untuk melihat kestabilan alat ukur sedangkan Uji validitas digunakan untuk mengukur ketepatan pengukuran alat ukur dalam menjalankan fungsinya. Uji validitas dan reliabilitas ini menggunakan SPSS versi 16 *for windows*. Uji reliabilitas menggunakan teknik skor komposit dengan kaidah reliabilitas dari Guilford.

Tabel 3.5 Kaidah Reliabilitas oleh Guilford

Koefisien Reliabilitas	Kriteria
> 0,9	Sangat reliabel
0,7 – 0,9	Reliabel
0,4 – 0,69	Cukup reliabel
0,2 – 0,39	Kurang reliabel
< 0,2	Tidak reliabel

Uji validitas menggunakan beberapa kriteria untuk melihat, apakah butir tersebut layak dipertahankan atau tidak. Kriteria pertama dimana nilai korelasi butir positif lebih besar ($>$) dari r kriteria, yakni 0,3. Butir tersebut cukup tinggi daya diskriminasinya. Kriteria kedua bila dalam indikator tersebut tidak ada butir yang mewakili dikarenakan tidak melampaui r kriteria yang ditetapkan, maka butir tersebut boleh dipertahankan apabila korelasi butir-total positif (Rangkuti, 2012). Uji coba instrumen ini dilakukan pada 55 orang guru sebagai subyek.

3.6.1 Uji Coba Instrumen Kecerdasan Emosional

Hasil perhitungan reliabilitas instrumen ini adalah 0,87 termasuk dalam kriteria reliabel. Pada tiap dimensi diperoleh hasil: kesadaran diri 0,442; pengaturan diri 0,469; motivasi 0,735; empati 0,668; dan keterampilan sosial 0,657.

Tabel 3.6 Blueprint Hasil Uji Coba

No	Aspek	Indikator	Indeks Daya Diskriminasi Rendah (gugur)	Indeks Daya Diskriminasi Tinggi
1	Kesadaran diri	Kesadaran emosi	1, 6, 26, 31 34	11, 16, 21, 41, 46
		Percaya diri		
		Penilaian diri secara teliti		
2	Pengaturan diri	Kendali diri	7, 12, 17, 22, 32, 37, 47	2, 27 ,42
		Kewaspadaan		
		Adaptibilitas		

3	Motivasi	Dorongan prestasi	28, 33	3, 8, 13, 18,
		Komitmen		23,
		Inisiatif		38, 43, 48
		Optimisme		
4	Empati	Memahami orang lain	4, 19, 24, 49	9, 14, 29, 36, 39, 44
		Kesadaran politis		
5	Keterampilan sosial	Komunikasi	5, 10, 20, 25, 40	15, 25, 30,
		Pengikat jaringan		45, 50
		Kolaborasi dan kooperasi		
		Kemampuan tim		

Setelah melakukan uji validitas dan reliabilitas, ada beberapa butir yang harus digugurkan berdasarkan diskriminasi butir. Penyusunan skala butir yang baru dan digunakan untuk instrumen final pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

Tabel 3.7 Blueprint Instrumen Final

No	Aspek	Indikator	Nomor Butir
1	Kesadaran diri	Kesadaran emosi	11
		Percaya diri	16
		Penilaian diri secara	21
		teliti	41
			46
2	Pengaturan diri	Kendali diri	2
		Kewaspadaan	27
		Adaptibilitas	42
3	Motivasi	Dorongan prestasi	3
		Komitmen	8
		Inisiatif	13
		Optimisme	18
			23
			38
			43
	48		
4	Empati	Memahami orang lain	9
		Kesadaran politis	14
			29
			36
			39
			44
5	Keterampilan sosial	Komunikasi	15
		Pengikat jaringan	25
		Kolaborasi dan	30
		kooperasi	45
		Kemampuan tim	50
Total			27

3.6.2 Uji Coba Instrumen *Burnout*

Hasil perhitungan reliabilitas instrumen ini 0,86 termasuk dalam kriteria reliabel. Pada tiap dimensi diperoleh hasil: kelelahan 0,562; depersonalisasi 0,629; dan penurunan pencapaian diri 0,706.

Tabel 3.8 Blueprint Hasil Uji Coba

No.	DIMENSI	INDIKATOR	Indeks Daya Diskriminasi Rendah (gugur)	Indeks Daya Diskriminasi Tinggi
1	Kelelahan	Mengalami kelelahan secara fisik	3	6, 10, 28
		Mengalami kelelahan secara emosional	19	4, 9, 20, 24
2	Depersonalisasi	Adanya sikap yang sinis terhadap orang-orang yang berada dalam lingkup pekerjaan	1	7, 18, 35
		Kecenderung tidak peduli terhadap penerima layanan	5, 11, 30	25
		Mengurangi keterlibatan diri dalam bekerja	12	2, 21, 22
3	Penurunan Pencapaian Diri	Adanya perasaan tidak berdaya		13, 16, 23, 26, 33
		Tidak mampu melakukan sesuatu yang bermanfaat	14, 29	17, 27, 32

Menganggap tugas-tugas yang dibebankan terlalu berlebihan sehingga tidak sanggup lagi menerima tugas yang baru	34	8, 15, 31
--	----	-----------

Setelah melakukan uji validitas dan reliabilitas, ada beberapa butir yang harus digugurkan berdasarkan diskriminasi butir. Penyusunan skala butir yang baru dan digunakan untuk instrumen final pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

Tabel 3.9 Blueprint Instrumen Final

No.	DIMENSI	INDIKATOR	Nomor Butir
1	Kelelahan	Mengalami kelelahan secara fisik	6, 10, 28
		Mengalami kelelahan secara emosional	4,9 ,20 ,24
2	Depersonalisasi	Adanya sikap yang sinis terhadap orang-orang yang berada dalam lingkup pekerjaan	7, 18, 35
		Kecenderung tidak peduli terhadap penerima layanan	25
		Mengurangi keterlibatan diri dalam bekerja	2, 22, 21
3	Penurunan Pencapaian Diri	Adanya perasaan tidak berdaya	13, 16, 23, 33, 26
		Tidak mampu melakukan sesuatu yang bermanfaat	17, 27, 32
		Menganggap tugas-tugas yang dibebankan terlalu berlebihan sehingga tidak sanggup lagi menerima tugas yang baru	8, 15, 31

3.7 Analisis Data

3.7.1 Uji Statistik

Teknik statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

3.7.1.1 *Statistika Deskriptif*: digunakan untuk melihat gambaran umum mengenai karakteristik sampel yang diambil berdasarkan mean, modus, median, frekuensi, dan presentase dari skor yang didapatkan.

3.7.1.2 *Uji Normalitas*: uji normalitas ini bertujuan untuk menguji bahwa data sampel berasal dari populasi yang terdistribusi secara normal (Rangkuti, 2012). Perhitungan ini menggunakan rumus chi-square, dimana jika chi-square lebih kecil dari chi-tabel maka normalitas data terpenuhi.

3.7.1.3 *Uji Linearitas*: digunakan untuk melihat apakah hubungan antara dua variabel tergolong linier atau tidak. Jika nilai p lebih kecil daripada α maka kedua variabel tersebut bersifat linier satu sama lain.

3.7.1.4 *Uji Korelasi*: digunakan untuk mengetahui hubungan antar variabel.

3.7.1.5 *Uji Analisis Regresi*: Analisis regresi yang bertujuan untuk mengetahui prediksi suatu variabel terhadap variabel lainnya serta bagaimana hubungan sebab akibat antar variabel tersebut (Rangkuti, 2012). Jenis teknik analisis regresi yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi linier satu prediktor karena hanya memiliki satu variabel prediktor. Berikut persamaan garis regresi dengan satu variabel prediktor :

$$Y = a + bX$$

Keterangan :

Y : Variabel yang Diprediksi

X : Variabel Prediktor

a : Konstanta

b : Koefisien prediktor

3.7.2 Hipotesis Statistik

$H_0 : r = 0$

H_0 : Hipotesis nol

$H_a : r \neq 0$

H_a : Hipotesis Alternatif

H_0 = Tidak terdapat pengaruh antara kecerdasan emosional terhadap *burnout* pada guru sekolah dasar.

H_a = Terdapat pengaruh antara kecerdasan emosional terhadap *burnout* pada guru sekolah dasar.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Gambaran Subyek Penelitian

Subyek dalam penelitian ini berjumlah 110 responden dengan kriteria subyek berusia 22-60 tahun.

4.1.1 Gambaran Subyek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin

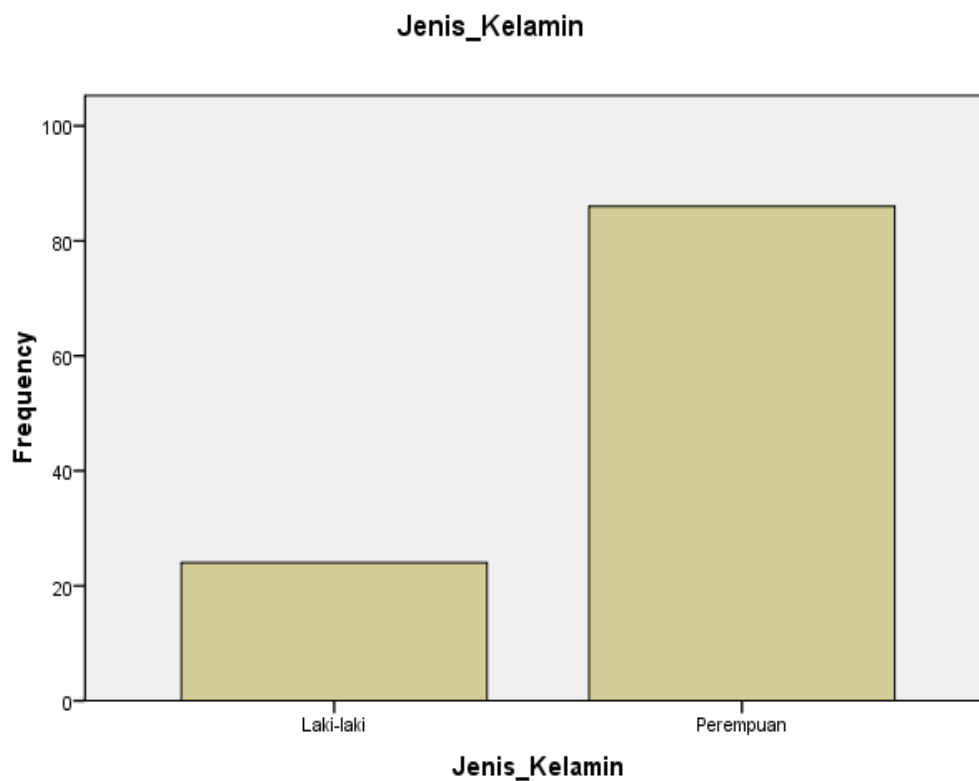
Berikut gambaran responden yang terbagi berdasarkan jenis kelamin laki-laki dan perempuan pada tabel 4.1.

Tabel 4.1
Data Distribusi Jenis Kelamin Subyek Penelitian

Jenis Kelamin	N	Persen
Laki-laki	24	21,8%
Perempuan	86	78,2%
Total	110	100%

Dari tabel di atas didapatkan data bahwa jumlah subyek yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 24 orang (21,8%) dan subyek penelitian yang berjenis kelamin perempuan sebanyak 86 orang (78,2%).

Gambar 4.1
Data Distribusi Jenis Kelamin Subyek Penelitian



4.1.2 Gambaran Subyek Penelitian Berdasarkan Usia

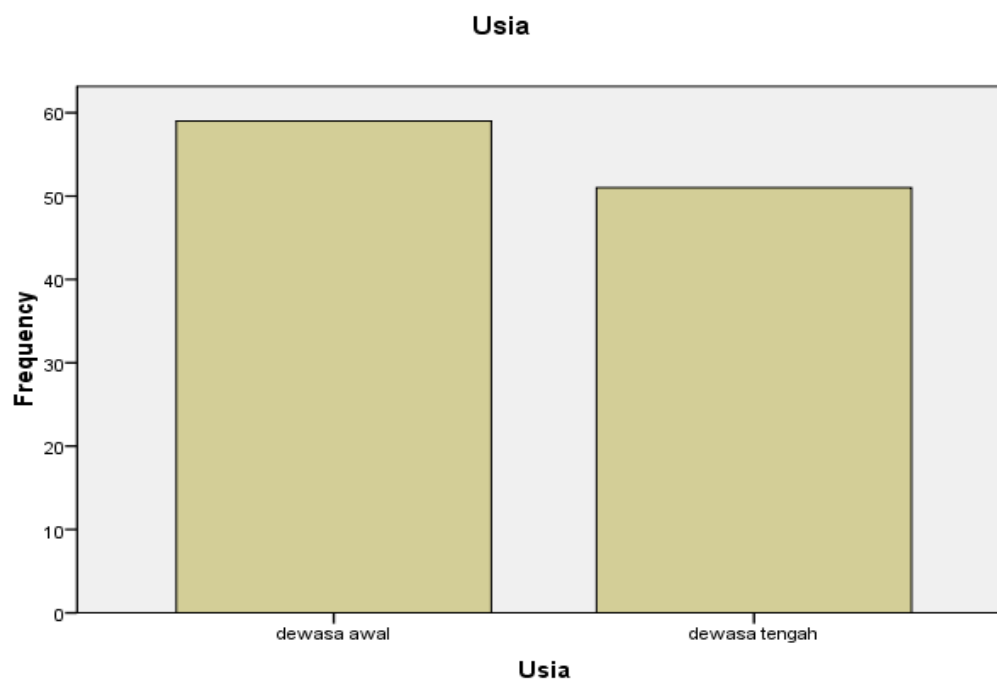
Berikut gambaran responden yang terbagi berdasarkan usia dewasa awal, dewasa tengah dan dewasa akhir pada tabel 4.2.

Tabel 4.2
Data Distribusi Usia Subyek Penelitian

Usia	N	Persen
Dewasa Awal	59	53,6%
Dewasa Tengah	51	46,4%
Dewasa Akhir	0	0%
Total	110	100%

Dari tabel di atas didapatkan data bahwa subyek penelitian sebanyak 59 orang (53,6%) berusia dewasa awal, 51 orang (46,4%) berusia dewasa tengah, dan tidak ada orang yang berusia dewasa akhir.

Gambar 4.2
Data Distribusi Usia Subyek Penelitian



4.2.3 Gambaran Subyek Penelitian Berdasarkan Status Kepegawaian

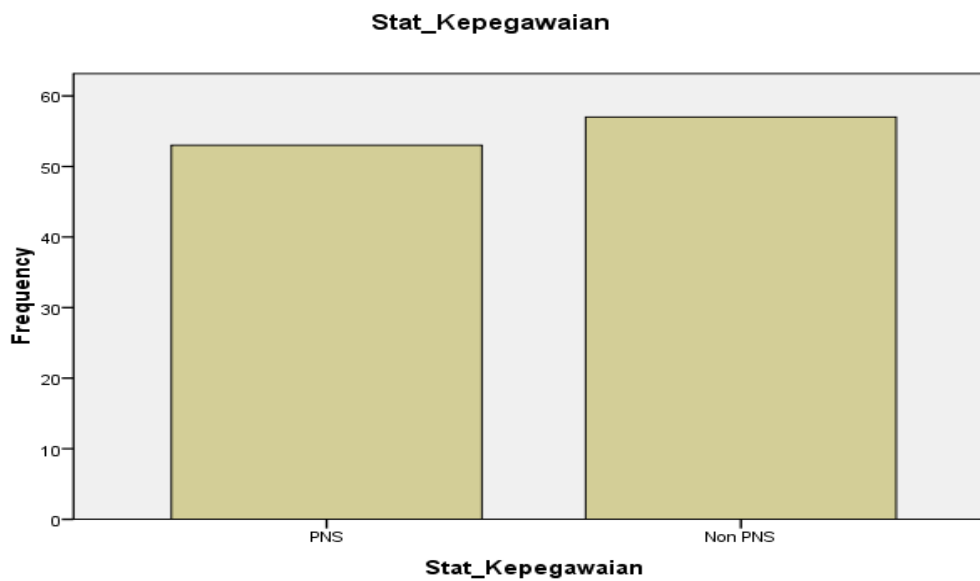
Berikut gambaran responden yang terbagi berdasarkan usia dewasa awal, dewasa tengah dan dewasa akhir pada tabel 4.3.

Table 4.3
Data Distribusi Status Kepegawaian Subyek Penelitian

Status Kepegawaian	N	Persen
PNS	53	48,2%
Non PNS	57	51,8%
Total	110	100%

Dari tabel di atas didapatkan data bahwa subyek penelitian sebanyak 53 orang (48,2%) adalah PNS dan 57 orang (51,8%) adalah Non PNS.

Gambar 4.3
Data Distribusi Status Kepegawaian Subyek Penelitian



4.2.3 Gambaran Subyek Penelitian Berdasarkan Pendidikan Terakhir

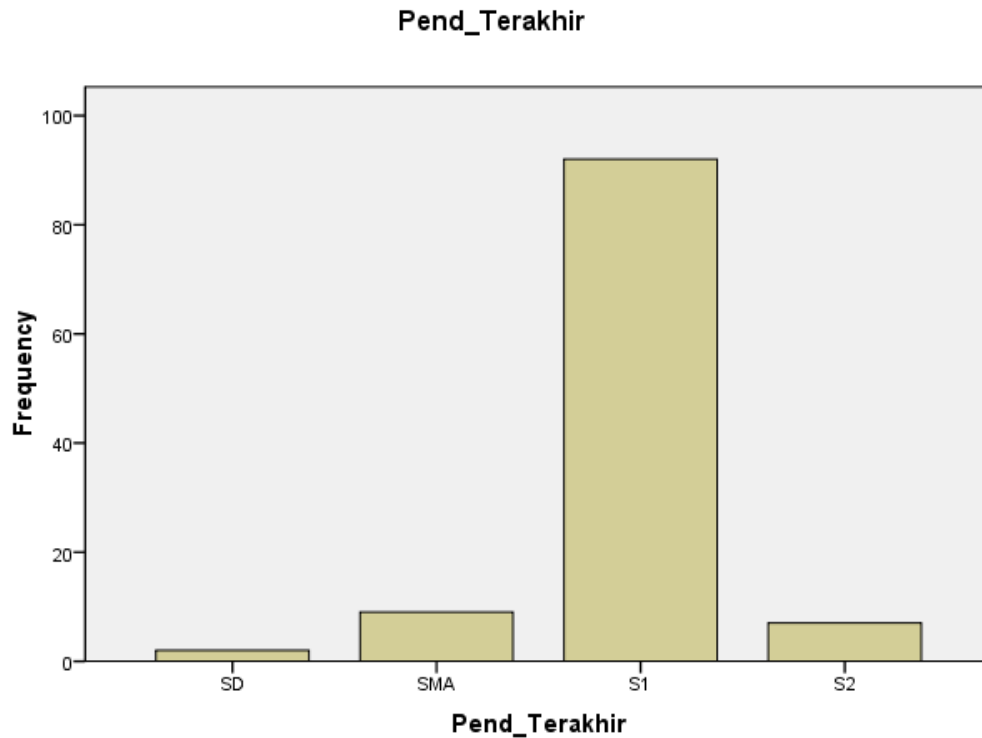
Berikut gambaran responden yang terbagi berdasarkan usia dewasa awal, dewasa tengah dan dewasa akhir pada tabel 4.4.

Table 4.4
Data Distribusi Pendidikan Terakhir Subyek Penelitian

Pendidikan Terakhir	N	Persen
SD	2	1.8%
SMP	0	0%
SMA	9	8.2%
S1	92	83.6%
S2	7	6.4%
Total	110	100%

Dari tabel di atas didapatkan data bahwa subyek penelitian sebanyak 2 orang (1,8%) pendidikan terakhir SD, tidak ada yang berpendidikan terakhir SMP, 9 orang (8,2%) pendidikan terakhir SMA, 92 orang (83,6%) pendidikan terakhir S1, dan 7 orang (6,4%) pendidikan terakhir S2.

Gambar 4.4
Data Distribusi Pendidikan Terakhir Subyek Penelitian



4.2 Prosedur Penelitian

4.2.1 Persiapan Penelitian

Sejak awal penelitian direncanakan, peneliti tertarik dengan penelitian yang mengangkat tema *burnout dengan* dengan subjek guru Sekolah Dasar. Berdasarkan fenomena yang sedang terjadi mengenai *burnout* yang terjadi pada guru sekolah dasar, kemudian peneliti berdiskusi dengan dosen pembimbing untuk mengangkat fenomena tersebut dan mencari hubungannya dengan tema *burnout*. Setelah berdiskusi, akhirnya peneliti memutuskan untuk memilih variabel kecerdasan emosional dan *burnout*.

Selanjutnya, peneliti mencari berbagai literatur yang berhubungan dengan variabel yang ingin diteliti. Untuk variabel kecerdasan emosional, peneliti menggunakan literatur jurnal dan mengadaptasi alat ukur *Emotional Intelligence Questionnaire* dari National Health Service (NHS) yang dibuat oleh Daniel Goleman. Peneliti melakukan *back translate* untuk alat ukur kecerdasan emosional dan melakukan *expert judgment* yang dilakukan oleh dosen pembimbing dan dosen ahli dalam bidang tersebut.

Untuk variabel *burnout*, peneliti menggunakan literatur jurnal kemudian mengadaptasi dan mengubah sesuai dengan kebutuhan penelitian berdasarkan *Maslach Burnout Inventory* (MBI) yang dibuat dan dikembangkan oleh Christina Maslach pada tahun 1981. Terdapat tiga dimensi dalam pengukuran ini, yaitu kelelahan emosional (*emotional exhausted*), depersonalisasi (*depersonalized*), dan penurunan pencapaian prestasi pribadi (*reduced personal accomplishmen*). Peneliti melakukan *expert judgement* yang dilakukan oleh dosen pembimbing dan dosen lain yang ahli dalam permasalahan pendidikan terutama guru.

Uji coba penelitian dilakukan kepada 55 orang subyek guru. Setelah mendapatkan data uji coba, dilakukan analisis mengenai validitas dan reliabilitas instrumen untuk melihat daya diskriminasi butir. Pada instrumen kecerdasan emosional, 23 butir dari total 50 butir memiliki daya diskriminasi rendah sehingga tidak dapat digunakan dalam penelitian. Untuk variabel *burnout*, dari total 35 butir item, 10 item memiliki daya diskriminasi rendah sehingga tidak dapat digunakan dalam penelitian. Dari hasil daya diskriminasi tersebut bahwa item final pada variabel kecerdasan emosional berjumlah 27 butir, dan pada variabel *burnout* berjumlah 25 butir.

4.2.2 Pelaksanaan Penelitian

Pengambilan data penelitian dilakukan di 15 Sekolah Dasar (SD) yang berlokasi di wilayah kota administrasi Jakarta Timur, Peneliti menggunakan

metode *simple random sampling*. Metode *simple random sampling* digunakan untuk menentukan sampel bila obyek yang akan diteliti atau sumber data sangat luas, misal penduduk dari suatu negara, propinsi atau kabupaten. Waktu pengambilan data dilaksanakan pada tanggal 22 Mei hingga 28 Mei 2015.

Proses pengambilan data dimulai dengan meminta izin kepada kepala Seksi Dinas Pendidikan Dasar dengan proses perizinan memerlukan waktu 1 minggu. Pada tanggal 22 Mei 2015 surat perizinan selesai dibuat, dan dicantumkan 15 Sekolah Dasar yang dijadikan subjek penelitian. Kemudian peneliti langsung menuju setiap sekolah yang dijadikan subjek penelitian.

Pada setiap sekolah yang dijadikan subjek penelitian peneliti melakukan proses perizinan kembali kepada masing-masing kepala sekolah. Tidak memerlukan waktu lama bagi peneliti dalam melakukan perizinan kembali pada masing-masing kepala sekolah yang dijadikan subjek penelitian dikarenakan peneliti sudah memiliki izin langsung dari kepala Seksi Dinas Pendidikan Kecamatan Jatinegara. Kemudian peneliti memberikan kuesioner penelitian kepada setiap sekolah.

Pelaksanaan pengambilan data dilakukan selama 1 minggu setelah kuesioner penelitian diberikan kepada masing-masing pihak sekolah. Selama proses berlangsung, Kepala sekolah sangat kooperatif dengan peneliti sehingga pengambilan data dapat berjalan dengan lancar sampai hari terakhir. Setelah melakukan pengambilan data, peneliti melakukan skoring dan analisa data.

4.3 Hasil Analisis Data Penelitian

4.3.1 Data Deskriptif Kecerdasan Emosional

Data variabel Kecerdasan emosional diperoleh dengan menggunakan alat ukur *Emotional Intelligence Questionnaire* yang diadaptasi dari *National*

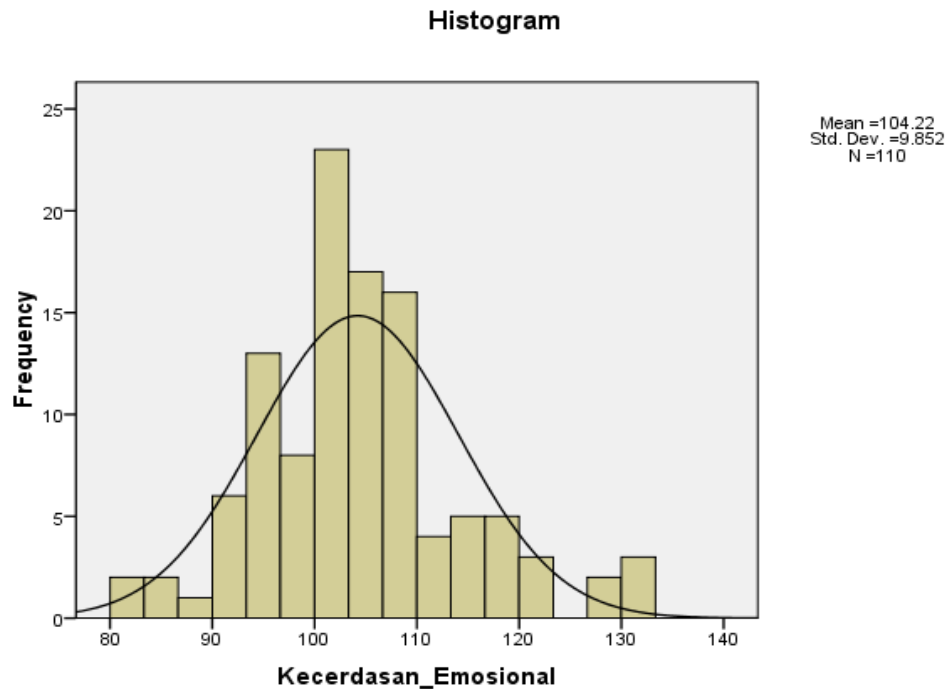
Health Service (NHS) yang berupa kuesioner dengan jumlah 27 item, dari hasil pengambilan data diperoleh hasil distribusi deskriptif sebagai berikut:

Tabel 4.5
Distribusi Deskriptif Data Kecerdasan Emosional

Statistik	Nilai Output
Mean	104,22
Median	103,50
Modus	102
Standar Deviasi	9,852
Varians	97,053
Range	49
Minimum	81
Maksimum	130
Sum	11464

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa variabel kecerdasan emosional memiliki nilai mean 104,22, nilai median 103,50 dan juga nilai modus 102. Selanjutnya, variabel kecerdasan emosional memiliki nilai standar deviasi sebesar 9,852, nilai varians 97,053, range 49, nilai minimum sebesar 81, nilai maksimum 130, dan nilai sum 11464. Berikut merupakan histogram dan bentuk kurva normal dari hasil analisa deskriptif variabel kecerdasan emosional:

Gambar 4.5
Data Dekskriptif Kecerdasan Emosional



4.3.2 Data Deskriptif *Burnout*

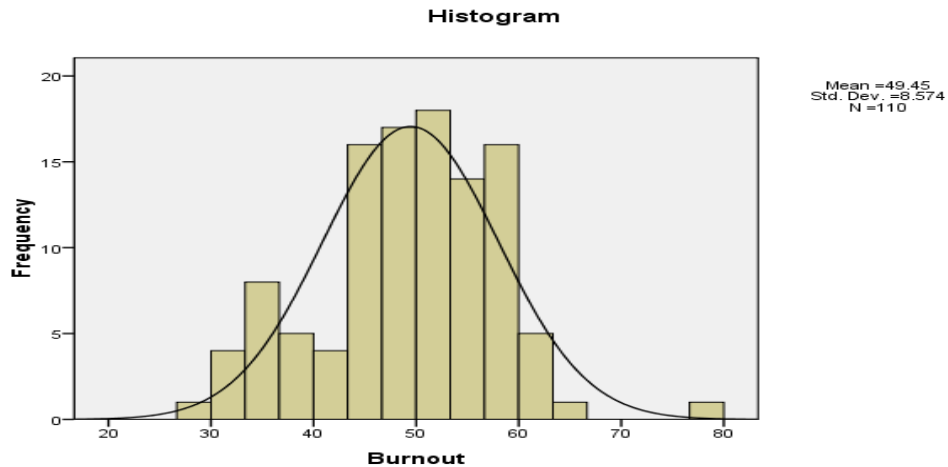
Pengukuran variabel *burnout* menggunakan alat *Maslach Burnout Inventory* (MBI) yang dibuat dan dikembangkan oleh Christina Maslach pada tahun 1981 dengan jumlah 25 butir item. Dari hasil pengambilan data diperoleh hasil distribusi deskriptif sebagai berikut :

Tabel 4.6
Distribusi Deskriptif Data *Burnout*

Statistik	Nilai Output
Mean	49,45
Median	50,50
Modus	52
Standar Deviasi	8,574
Varians	73,516
Range	49
Minimum	28
Maksimum	77
Sum	5440

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa variabel *burnout* memiliki nilai mean 49,45, nilai median 50,50 dan juga nilai modus 52. Selanjutnya, variabel *burnout* memiliki nilai standar deviasi sebesar 8,574, nilai varians 73,526, range 49, nilai minimum sebesar 28, nilai maksimum 77, dan nilai sum 5440. Berikut merupakan histogram dan bentuk kurva normal dari hasil analisa deskriptif variabel *burnout*:

Gambar 4.6
Data Deskripsi *Burnout*



4.3.3 Uji Normalitas

Pada penelitian ini, perhitungan uji normalitas data menggunakan analisis chi square pada variabel *burnout* dan pada variabel kecerdasan emosional menggunakan Shapiro-Wilk. Analisis ini digunakan untuk memperkirakan apakah terdapat perbedaan signifikan antara frekuensi yang diperoleh dengan frekuensi yang diharapkan pada populasi (Rangkuti, 2012). Jika nilai $p > \alpha$ maka sebuah data dapat dikatakan berdistribusi normal. Berikut hasil uji normalitas pada variabel penelitian ini :

Tabel 4.7
Uji Normalitas

Variabel	Nilai p	α	Interpretasi
			Berdistribusi
Kecerdasan Emosional	0,100	0,05	Normal
			Berdistribusi
<i>Burnout</i>	0,126	0,05	Normal

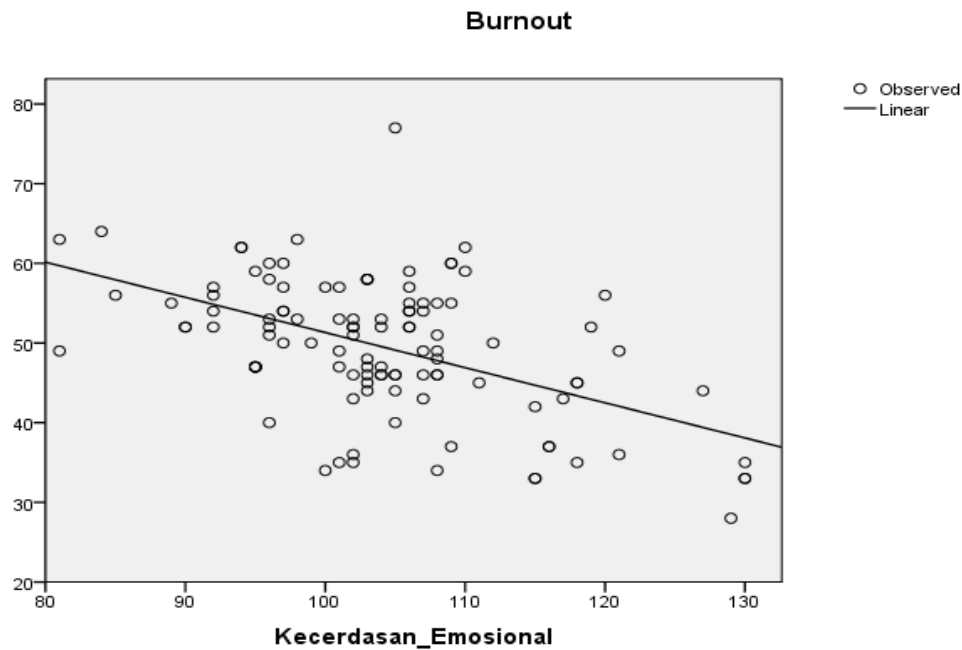
4.3.4 Uji Linieritas

Perhitungan uji linieritas dilakukan untuk mengetahui linieritas hubungan antara variabel bebas dengan variabel tergantung. Kedua variabel dapat dikatakan memiliki hubungan yang linier apabila $p < \alpha$. Linieritas antar variabel dalam penelitian ini digambarkan melalui tabel dan grafik dibawah ini :

Tabel 4.8
Uji Linieritas

Variabel	Nilai p	α	Interpretasi
Kecerdasan Emosional dengan <i>Burnout</i>	0.000	0.05	Linier

Gambar 4.7. Scatter Plot Linieritas Kecerdasan Emosional dan *Burnout*



4.3.5 Uji Korelasi

Korelasi *Pearson product moment* antara variabel kecerdasan emosional dan *burnout* memiliki besar koefisien korelasi -0,507 dengan nilai $p=0,000$. Nilai p lebih kecil dibanding $\alpha= 0,05$, hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara variabel kecerdasan emosional dengan variabel *burnout*.

4.3.6 Uji Hipotesis

Dalam penelitian ini, pengujian hipotesis menggunakan analisis regresi. Analisis regresi dilakukan untuk mengetahui tujuan-tujuan penelitian yang belum tercapai dengan hanya uji korelasi. Sebelumnya, dilakukan uji korelasi terlebih dahulu terhadap kedua variabel, jika variabel yang satu memiliki

hubungan dengan variabel lainnya maka analisis dapat dilanjutkan untuk mengetahui bagaimana hubungan sebab akibat antar variabel.

Untuk pengujian hipotesis tersebut dilakukan perhitungan dengan analisis regresi satu prediktor dengan menggunakan SPSS versi 16.0 dengan hasil sebagai berikut :

Tabel 4.9
Uji Signifikansi Keseluruhan

ANOVA ^b						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	2059.728	1	2059.728	37.364	.000
	Residual	5953.545	108	55.125		
	Total	8013.273	109			

a. Predictors: (Constant), Kecerdasan_emosional

b. Dependent Variable: Burnout

Kriteria Pengujian :

Ho diterima Ha ditolak jika $F_{hitung} < F_{tabel}$ dan nilai $p > 0,05$

Ho ditolak Ha diterima jika $F_{hitung} > F_{tabel}$ dan nilai $p < 0,05$

Hasil analisis regresi menghasilkan F_{hitung} sebesar 37,364 dengan nilai p sebesar 0,000. Jika nilai p dibandingkan dengan nilai $\alpha = 0,05$ maka menghasilkan kesimpulan $p < \alpha$ yang artinya Hipotesis alternatif (H_a) dalam penelitian ini diterima dan Hipotesis nol (H_o) pada penelitian ini ditolak. Jika menggunakan perbandingan antara F_{hitung} dan F_{tabel} (1;108), hasilnya F_{hitung} sebesar 37,364 yang artinya $F_{hitung} > F_{tabel}$. Kesimpulannya adalah H_a diterima dan H_o ditolak, dengan kata lain terdapat pengaruh antara variabel

kecerdasan emosional dengan variabel *burnout* yang terjadi pada guru sekolah dasar.

Hasil perhitungan indeks korelasi ganda (R) yang diperoleh dari hasil perhitungan adalah 0,507 dan R square sebesar 0,257. Kesimpulannya adalah variabel kecerdasan emosional mempengaruhi variabel *burnout* sebanyak 25,7% dan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain diluar kecerdasan emosional. Berikut adalah tabel yang menampilkan hasil perhitungan indeks korelasi ganda (R) :

Tabel 4.10
Uji Model Summary

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.507 ^a	.257	.250	7.425

a. Predictors: (Constant), Kecerdasan_emosional

Persamaan regresi penelitian ini dapat ditentukan berdasarkan hasil uji analisis regresi sebagai berikut :

Tabel 4.11
Persamaan Regresi

Coefficients ^a					
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	Sig.
		B	Std. Error	Beta	
1	(Constant)	95.441	7.556		.000
	Kecerdasan_emosional	-.441	.072	-.507	.000

a. Dependent Variable: Burnout

Konstanta variabel *burnout* sebesar 95,441 sedangkan koefisien regresi variabel kecerdasan emosional sebesar -0,441. Berdasarkan data diatas maka dapat ditentukan persamaan regresinya sebagai berikut :

$$Y = a+Bx$$

$$Y = 95,441 + (-0,441)X$$

$$Burnout = 95,441 - 0,441 \text{ Kecerdasan emosional}$$

Interpretasi dari persamaan tersebut adalah jika *burnout* (X) mengalami kenaikan sebesar satu satuan, maka variabel kecerdasan emosional (Y) juga akan mengalami penurunan sebesar -0,441. Dari hasil persamaan regresi ini juga dapat diketahui bahwa pengaruh kecerdasan emosional terhadap *burnout* pada guru bersifat negatif. Kesimpulannya, terdapat pengaruh negatif kecerdasan emosional terhadap *burnout* pada guru.

4.4. Pembahasan

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari pengujian hipotesis dengan menggunakan analisis regresi menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya terdapat pengaruh signifikan kecerdasan emosional terhadap *burnout* pada guru. Namun dalam penelitian ini, kecerdasan emosional hanya mempengaruhi *burnout* guru sebanyak 25,7% sedangkan 74,3% lainnya dipengaruhi oleh faktor yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Pengaruh yang dihasilkan kecerdasan emosional terhadap *burnout* pada guru bersifat negatif atau berlawanan. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin rendah kecerdasan emosional maka akan berdampak semakin tingginya *burnout* pada guru. Sebaliknya, semakin tinggi kecerdasan emosional maka akan semakin rendah *burnout* pada guru. Secara teoritik hal ini menunjukkan jika setiap guru memiliki kecerdasan emosional yang baik dan

tinggi, maka akan memberikan kontribusi secara negatif bagi *burnout* pada masing-masing guru.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Michelle Tugade, Barbara Fredrickson, dan Lisa Feldman Barrett (2004 dalam King, Laura A, 2010) yang menunjukkan kemampuan superior untuk mengatasi stress pada individu yang tangguh datang dari kemampuan mereka untuk menggunakan emosi-emosi positif untuk bangkit kembali dari pengalaman emosi yang negatif. Individu yang tangguh juga dapat dikenali dengan kecenderungan mereka mengalami emosi positif. Individu-individu ini penuh semangat, optimism, dan energik dalam pendekatannya menghadapi hidup. (Block & Kremen, 1996; Klohn, 1996, dalam King, Laura A, 2010). Kemudian, individu yang tangguh menciptakan emosi positif dalam kehidupan mereka dengan menciptakan humor. (Segerstrom, 2006, dalam King, Laura A, 2010).

Hal tersebut berkaitan dengan *burnout* pada guru, apabila guru memiliki kualitas kecerdasan emosional yang baik dalam kehidupan sehari-harinya maka akan berdampak pada tingkat *burnout* yang akan terjadi pada guru akan semakin rendah.

Pengaruh yang diberikan dari kecerdasan emosional yang baik terhadap *burnout* akan berdampak baik pada performa guru dalam melakukan pekerjaannya sebagai pengajar dalam dunia pendidikan. Hasil penelitian ini dapat memperkuat penelitian yang dilakukan oleh Raden Adjeng Robiatul Adawiyah (2013) yang menunjukkan bahwa kecerdasan emosional mempengaruhi *burnout* guru memiliki hubungan negatif yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan kecenderungan *burnout*. diperoleh hasil bahwa kecerdasan emosional yang berjalan dengan baik dapat memberikan dampak bagi guru, kinerja akademik yang baik serta pengelolaan kecerdasan emosional yang baik dalam proses belajar mengajar pada guru.

Berdasarkan sebuah penelitian yang dilakukan oleh Goldman, Kraemer, & Salovey (1996, dalam King, Laura A, 2010), menemukan bahwa ketika orang-orang dapat memperoleh kembali dan mempertahankan keadaan emosi yang positif, mereka cenderung lebih tahan untuk menderita sakit atau menggunakan layanan medis ketika menghadapi pengalaman hidup yang membuat stress.

Dalam penelitian selanjutnya, menurut Salovey & Birnbaum (1989, dalam King, Laura A, 2010) dijelaskan bahwa individu-individu yang berbahagia lebih terlibat dalam perilaku yang mendukung kesehatan dan memiliki kepercayaan lebih bahwa perilaku ini akan membebaskan mereka dari penyakit dibandingkan dengan individu-individu yang sedih.

Kecerdasan emosional memiliki peran yang penting dalam pembentukan individu seorang guru yang sehat didalam lingkungan pekerjaan maupun bermasyarakat, oleh karena itu kecerdasan emosi yang efektif merupakan salah satu hal yang penting. Kemampuan mengontrol emosi di lingkungan kerja dalam mengembangkan motivasi, keterampilan sosial, empati, penendalian diri, dan pengaturan diri dengan baik akan berdampak pada suasana lingkungan kerja yang baik, dan dapat mengurangi guru agar tidak mengalami *burnout* dalam lingkungan pekerjaannya.

4.5. Keterbatasan Penelitian

4.5.1 Keterbatasan dalam melakukan penelitian ini, adalah saat melakukan penyebaran kuesioner penelitian. Jangka waktu pengembalian kuesioner penelitian yang disepakati antara pihak sekolah dan peneliti tidak sesuai jadwal yang seharusnya. Jadi harus melakukan penjadwalan ulang saat pengembalian kuesioner penelitian. Karena hal tersebut penelitian menjadi sedikit terhambat oleh waktu yang semakin mundur, dari jadwal yang seharusnya. Jika mengalami permasalahan di atas, diharapkan untuk peneliti

secepatnya melakukan penjadwalan ulang agar waktu yang tersedia tidak semakin sempit.

4.5.2 Saat menyebar kuesioner penelitian, jumlah kuesioner yang kembali tidak sesuai dengan jumlah kuesioner yang disebar. Penyebaran kuesioner dilakukan sebanyak 160 buah kuesioner, tetapi kuesioner yang dikembalikan hanya sebanyak 110 buah. Oleh karena itu harus lebih ketat lagi dalam melakukan kontrol pada saat penyebaran kuesioner penelitian agar jumlah kuesioner yang dikembalikan tidak berkurang terlalu banyak.

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kecerdasan emosional terhadap *burnout* pada guru. Hasil dari penelitian ini menyatakan bahwa terdapat pengaruh signifikan kecerdasan emosional terhadap *burnout* pada guru sekolah dasar negeri. Pengaruh yang ditimbulkan adalah pengaruh yang bersifat negatif antara kecerdasan emosional terhadap *burnout* pada guru sekolah dasar negeri dapat diartikan bahwa jika semakin tinggi *burnout* guru maka akan semakin rendah kecerdasan emosionalnya. Oleh karena itu, hasil dari penelitian ini adalah H_0 ditolak dan H_a diterima.

H_0 : Tidak terdapat pengaruh antara kecerdasan emosional terhadap *burnout* pada guru.

H_a : Terdapat pengaruh antara kecerdasan emosional terhadap *burnout* pada guru.

5.2 Implikasi

Hasil penelitian ini memaparkan pengaruh yang signifikan antara kecerdasan emosional terhadap *burnout*, dimana pengaruh antara dua variabel tersebut adalah pengaruh yang negatif. Dapat diartikan bahwa semakin tinggi *burnout* pada guru maka akan semakin rendah kecerdasan

emosionalnya. Namun, sebaliknya jika *burnout* guru rendah maka akan semakin tinggi kecerdasan emosionalnya. Kecerdasan emosional sangatlah penting dalam kehidupan sosial maupun dalam lingkungan pekerjaan. Dalam penelitian ini menunjukkan seberapa penting pengaruh kecerdasan emosional seseorang agar tidak terjadinya *burnout* terutama pada guru sekolah dasar. Dalam sebuah pekerjaan yang melayani masyarakat merupakan hal yang sedikit rumit, dikarenakan sifatnya yang berbeda-beda setiap individunya. Oleh karena itu perlu adanya cara-cara tersendiri dalam menghadapinya agar bisa dijalani dengan lancar tanpa kendala.

Kecerdasan emosional bisa dianggap penting dalam kondisi seperti ini, bila kecerdasan emosional seorang individu baik maka akan mengurangi resiko terjadinya *burnout*, sedangkan bila kecerdasan emosional mengalami penurunan maka tidak menutup kemungkinan terjadinya *burnout* yang tinggi.

Perlu adanya beberapa hal untuk mengatasi kemungkinan terjadinya *burnout*, untuk meningkatkan kecerdasan emosional bisa dilakukan dengan mengendalikan diri sendiri agar perilaku yang dihasilkan sesuai dengan apa yang diinginkan, mengatur diri sedemikian rupa agar menimbulkan dampak yang positif, memotivasi diri sendiri untuk menentukan target yang kemudian akan menggerakannya untuk mencapai target tersebut, kemudian berempati juga dapat membantu agar bisa merasakan apa yang orang lain rasakan untuk menimbulkan kesan-lkesan tersendiri dari hal tersebut, dan keterampilan sosial dengan menangani emosi dengan baik ketika berhubungan dengan orang lain dan agar cermat memahami situasi. Hal ini berdasarkan aspek-aspek dari kecerdasan emosional Daniel Goleman (1999), antara lain: kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi, empati, dan keterampilan sosial.

Pada *burnout*, untuk mengurangi resiko terjadinya *burnout* dapat dilakukan dengan membuat pekerjaan yang dilakukan menjadi menarik,

agar saat menjalaninya tidak merasa terbebani, kemudian dengan rekan kerja harus terjalin hubungan yang harmonis antara satu sama lain agar tidak terjadi konflik antarpribadi, dan memiliki motivasi juga motivasi yang dimiliki individu harus tinggi, agar apa yang dilakukannya selalu memiliki target yang harus dicapai.

5.3 Saran

5.3.1 Guru

Bagi guru disarankan untuk tetap mempertahankan kecerdasan emosional di dalam lingkungan pekerjaan sebagai pendidik dengan mengendalikan diri agar bisa mengontrol emosi diri sendiri ketika berhubungan dengan orang lain maupun untuk diri sendiri. Sedangkan untuk menghindari *burnout* disarankan untuk memperhatikan beberapa hal seperti: manajemen waktu, dukungan di dalam lingkungan kerja, dan kedisiplinan.

5.3.2 Kepala Sekolah

Bagi kepala sekolah disarankan untuk mencegah adanya *burnout* dengan menciptakan suasana sekolah yang kondusif dan hubungan antar guru dengan komunikasi yang efektif, melakukan kebijakan pembinaan yang dapat meningkatkan kepuasan kerja guru, memberi pelatihan dan dukungan sosial yang cukup bermakna kepada guru, menjalin hubungan profesional yang akrab dan tidak kaku.

5.3.2 Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk melakukan penelitian dengan tema yang sama, disarankan untuk meningkatkan kualitas penulisan lebih lanjut, diharapkan lebih memperluas ruang lingkup. Misalnya dengan memperluas populasi atau mencermati faktor-faktor lain yang diduga turut

berperan dan mempengaruhi *burnout*. Diharapkan pula untuk melakukan penelitian di wilayah lain ataupun wilayah pedalaman dengan taraf pendapatan perkapita rendah.

DAFTAR PUSTAKA

- Adawiyah, R. A. R. (2013). Kecerdasan Emosional, Dukungan Sosial dan Kecenderungan *Burnout*. *Persona, Jurnal Psikologi Indonesia*. 2(2), 99-107.
- Arif, J. (2011). Inilah Bekal yang Perlu Disiapkan Guru Saat Masuk Kelas. *Republika online*. Retrived from <http://www.republika.co.id>
- Berrocal, P. F., & Natalio E. (2006). Emotional intelligence: A theoretical and empirical review of its first 15 years of history. *Psicothema*. 18, 7-12.
- Cherniss, C. (1980). *Staff Burnout: Job Stress in the Human Services*. London: Dage Publications.
- Dikdik. (2013). Banyak Guru Stres Akibat Kebijakan Pemerintah. *Satelite News Online*. Retrived from <http://satelitnews.co.id/?p=19025>
- Djamarah, S. B. (2010). *Guru Dan Anak Didik Dalam Interaksi Edukatif: Suatu Pendekatan Teoritis Psikologi*. PT Rineka Cipta: Jakarta
- Ferri, O. (2014). Pemerhati Pendidikan: Kondisi Guru di Indonesia Tidak Baik. *Liputan 6*. Retrived from <http://news.liputan6.com>
- Glendon, A. I., Thompson, B. M., Myors, B. (2007). *Advances in Organisational Psychology*. BowenHills: Australian Academic Press.
- Goleman, D. (1999). *Kecerdasan Emosi untuk Mencapai Puncak Prestasi*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Greenberg & Baron. (1993). *Behavior in Organizations (Fourth Edition)*. Boston: Allyn and Bacon.

- Hanafi. M., & Reny Y. (2012). Hubungan Antara Kematangan Emosi dan *Burnout* pada perawat Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Bantul Yogyakarta. *INSIGHT*. 10(1), 65-76.
- Ichsan, A. S. (2014). Guru Stres, Tak Mengajar Sejam Tunjangan Sertifikasi Sebulan Tak Dibayar. *Republika online*. Retrived from <http://www.republika.co.id>
- Ivancevich, K & Matteson. (2005). *Organizational Behavior and Management, seventh edition (Perilaku dan Manajemen Organisasi, edisi ketujuh)*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Kreitner, R dan Kinicki, A. (2003). *Perilaku Organisasi, Terjemahan: Erly Suandy, Edisi Pertama*. Jakarta: Penerbit Salemba Empat.
- King, L. A. (2010). *Psikologi Umum: Sebuah Pandangan Apresiatif*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Maslach, C. & Jackson, S. E. (1981). *The Measurement of Experienced Burnout*. *Journal of Occupational Behavior*, Vol II, h.99-113.
- Maslach, C., Leiter, Michael P. (1997). *The Truth About Burnout*. San Francisco, The United States: Jossey-Bass.
- Pines, A dan Elliot A. (1989). *Career Burnout: Causes and Cures*. New York: The Free Press.
- Ronnie, D. (2006). *The Power of Emotional & Adversity Quotient for Teachers*. Jakarta: PT Mizan Publika.
- Rangkuti, A. A. (2012). *Konsep dan Teknik Analisis Data Penelitian Kuantitatif Bidang Psikologi Pendidikan*. Jakarta: FIP Press.
- Sarafino, E. P. (2002). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. 4rd

Edition. New York: John Wiley & Sons, Inc.

Sawaf, R. K. C & Ayman. (1998). *Kecerdasan Emosional dalam Kepemimpinan dan Organisasi*. Jakarta: PT Gramedia Puataka Utama.

Supardi, Darwyansyah, Sutomo,E Supriyaii. (2009). *Profesi Keguruan: Berkompetensi dan Bersertifikat*. Didit Media: Jakarta

Sugiyono.(2013). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R & D)*. Bandung: Alfabeta.

Widayanti, Y., KH Endah., & Murwati. (2008). Hubungan Antara Kecerdasan Emosional Dengan *Burnout* Pada Perawat di Rumah Sakit Jiwa Daerah Surakarta. *Journal of Research Surakarta Health Polytechnic*.1(1),19-25.

LAMPIRAN

1. Instrumen Kecerdasan Emosional

1.1 Instrumen UjiCoba

Kode:

Nama dan Akreditasi Sekolah: SDN ()

Instrumen Penelitian

Kami mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang sedang melakukan penelitian yang berhubungan dengan guru. Pilihan jawaban tidak ada yang benar dan salah. Demi keberhasilan penelitian ini, kami mohon kerja sama anda untuk mengisi sesuai dengan keadaan anda serta jawablah dengan jawaban yang paling menggambarkan diri anda. Data instrumen ini akan dijaga kerahasiaannya.

Tanggal Pengisian Kuesioner :

Nama/ inisial :

No. Telpon :

Email :

Usia : Tahun

Jenis Kelamin : ☐ Pria ☐ Wanita

Status pernikahan : ☐ Single ☐ Menikah
☐ Berceraai

Jika menikah usia pernikahan :

Status kepegawaian : ☐ PNS ☐ NonPNS

Lama kerja : TahunBulan

- Pendidikan terakhir : ☐ SD ☐ SMP
☐ SMA
☐ S1 ☐ S2
- Sekolah inklusi : ☐ Ya ☐ Tidak
- Jumlah pendapatan/ Gaji : ☐ < 1 juta ☐ 1-3 juta
☐ > 3 juta
☐ Tunjangan Kerja Daerah (TKD)
☐ Intensif
☐ Kesejahteraan

Petunjuk Pengisian

1. Pahami dan isilah jawaban, jangan sampai ada yang terlewatkan.
2. Pilihlah jawaban yang sesuai dengan kondisi atau pendapat saudara dengan memberi tanda checklist (✓)
3. Setiap orang dapat memiliki jawaban yang berbeda, tidak ada jawaban yang salah, karena itu jawablah sesuai dengan diri saudara.

Keterangan:

- Beri tanda ceklis (✓) kolom **STS** jika saudara **Sangat Tidak Sesuai** dengan pernyataannya.
- Beri tanda ceklis (✓) kolom **TS** jika saudara **Tidak Sesuai** dengan pernyataannya.
- Beri tanda ceklis (✓) kolom **N** jika saudara **Netral** dengan pernyataannya.
- Beri tanda ceklis (✓) kolom **S** jika saudara **Sesuai** dengan pernyataannya.
- Beri tanda ceklis (✓) kolom **SS** jika saudara **Sangat Sesuai** dengan pernyataannya.

4. Bila Saudari ingin mengganti jawaban, coret tanda checklist (✓) dengan tanda sama dengan (=) kemudian beri tanda checklist (✓) pada jawaban yang baru.

Contoh:

No.	Pernyataan	STS	TS	N	S	SS
1.	Saya senang ketika memiliki hari libur panjang		✓		✓	

No	Pernyataan	SS	S	N	TS	STS
1.	Saya tidak menyadari ketika saya sedang marah					
2.	Saya tidak bisa 'menata ulang' situasi-situasi buruk dengan cepat					
3.	Saya tidak bisa memotivasi diri sendiri untuk melakukan tugas-tugas yang sulit					
4.	Saya tidak bisa melihat sesuatu dari sudut pandang orang lain					
5.	Saya seorang pendengar yang buruk					
6.	Saya tahu kapan saya senang					
7.	Saya bukanlah orang yang memperlihatkan perasaan saya kepada orang lain					
8.	Saya biasanya dapat memprioritaskan kegiatan penting di tempat kerja dan menyelesaikannya					
9.	Saya dapat berempati dengan masalah orang lain					
10.	Saya tidak pernah menginterupsi percakapan orang lain					
11.	Saya biasanya tahu ketika saya sedang stres					
12.	Orang lain sulit untuk mengetahui mood yang saya alami					
13.	Saya selalu bisa mencapai deadline					
14.	saya bisa tahu jika seseorang tidak senang dengan saya					
15.	Saya pandai beradaptasi dan berbaur dengan berbagai orang					
16.	Saya sadar ketika saya sedang emosional					
17.	Saya jarang hilang kendali secara tiba-tiba pada orang lain					
18.	Saya tidak pernah membuang-buang waktu					
19.	Saya tahu jika anggota-anggota dalam tim tidak saling berhubungan dengan baik					
20.	"Orang-orang" adalah hal yang paling menarik dalam hidup saya					
21.	Ketika saya merasa cemas saya biasanya dapat menjelaskan alasannya					
22.	Orang-orang yang menyulitkan tidak dapat mengganggu saya					
23.	Saya tidak berbohong					
24.	Saya biasanya dapat mengerti mengapa orang-orang menjadi sulit untuk menghadapi saya					
25.	Saya suka bertemu orang baru dan mengetahui apa yang membuat mereka 'suka'					
26.	Saya selalu tahu kapan saya menjadi tidak masuk akal					
27.	Saya secara sadar dapat mengubah pikiran saya atau suasana hati					
28.	Saya percaya kita harus melakukan hal-hal yang sulit terlebih dahulu					
29.	Individu-individu lain bukanlah individu yang sulit, mereka hanya individu yang berbeda					

No	Pernyataan	SS	S	N	TS	STS
30	Saya membutuhkan beragam kolega untuk membuat pekerjaan saya menarik					
31	Kesadaran emosi merupakan sesuatu yang sangat sangat penting bagi saya setiap saat					
32	Saya tidak membiarkan situasi stres atau orang mempengaruhi saya setelah saya telah pulang kerja					
33	Kepuasan yang tertunda adalah nilai yang saya pegang					
34	Saya bisa mengerti jika saya sedang tidak masuk akal					
35	Saya suka bertanya untuk mencari tahu apa yang penting bagi orang-orang					
36	Saya bisa tahu jika seseorang marah pada saya atau jika ia mengganggu saya					
37	Saya jarang khawatir tentang pekerjaan atau kehidupan pada umumnya					
38	Saya percaya pada 'Tindakan hari ini'					
39	Saya bisa mengerti mengapa tindakan saya terkadang menyinggung perasaan orang lain					
40	Saya pikir bekerja dengan orang-orang yang sulit hanya merupakan tantangan untuk “menang” dari mereka					
41	Saya dapat menghilangkan kemarahan dengan cepat sehingga tidak lagi mempengaruhi saya					
42	Saya bisa menekan emosi saya ketika saya harus melakukannya					
43	Saya selalu bisa memotivasi diri bahkan ketika saya sedang merasa tidak baik					
44	Saya kadang-kadang bisa melihat sesuatu dari sudut pandang orang lain					
45	Saya pandai berekonsiliasi dengan orang lain					
46	Saya tahu apa yang membuat saya bahagia					
47	Orang lain seringkali tidak tahu apa yang saya rasakan					
48	Motivasi telah menjadi kunci keberhasilan bagi saya					
49	Saya bisa mengerti jika ada ketidaksetujuan					
50	Saya biasanya membangun hubungan yang solid dengan mereka yang bekerja dengan saya					

- SELAMAT MENGERJAKAN -

1.2 Instrument Final

Kode:

Nama dan Akreditasi Sekolah: SDN ()

Instrumen Penelitian

Kami mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang sedang melakukan penelitian yang berhubungan dengan guru. Pilihan jawaban tidak ada yang benar dan salah. Demi keberhasilan penelitian ini, kami mohon kerja sama anda untuk mengisi sesuai dengan keadaan anda serta jawablah dengan jawaban yang paling menggambarkan diri anda. Data instrumen ini akan dijaga kerahasiaannya.

Tanggal Pengisian Kuesioner :

Nama/ inisial :

No. Telpon :

Email :

Usia : Tahun

Jenis Kelamin : ☐ Pria ☐ Wanita

Status pernikahan : ☐ Single ☐ Menikah
☐ Bercerai

Jika menikah usia pernikahan :

Status kepegawaian : ☐ PNS ☐ NonPNS

Lama kerja : TahunBulan

Pendidikan terakhir : ☐ SD ☐ SMP
☐ SMA

☐ S1☐ S2

Sekolah inklusi

: ☐ Ya☐ Tidak

Jumlah pendapatan/ Gaji

: ☐ < 1 juta☐ 1-3 juta☐ > 3 juta☐ Tunjangan Kerja Daerah (TKD)☐ Intensif☐ Kesejahteraan

Petunjuk Pengisian

1. Pahami dan isilah jawaban, jangan sampai ada yang terlewatkan.
2. Pilihlah jawaban yang sesuai dengan kondisi atau pendapat saudara dengan memberi tanda checklist (✓)
3. Setiap orang dapat memiliki jawaban yang berbeda, tidak ada jawaban yang salah, karena itu jawablah sesuai dengan diri saudara.

Keterangan:

- Beri tanda ceklis (✓) kolom **STS** jika saudara **Sangat Tidak Sesuai** dengan pernyataannya.
- Beri tanda ceklis (✓) kolom **TS** jika saudara **Tidak Sesuai** dengan pernyataannya.
- Beri tanda ceklis (✓) kolom **N** jika saudara **Netral** dengan pernyataannya.
- Beri tanda ceklis (✓) kolom **S** jika saudara **Sesuai** dengan pernyataannya.
- Beri tanda ceklis (✓) kolom **SS** jika saudara **Sangat Sesuai** dengan pernyataannya.

4. Bila Saudari ingin mengganti jawaban, coret tanda checklist (✓) dengan tanda sama dengan (=) kemudian beri tanda checklist (✓) pada jawaban yang baru.

Contoh:

No.	Pernyataan	STS	TS	N	S	SS
1.	Saya senang ketika memiliki hari libur panjang		✓		✓	

No	Pernyataan	SS	S	N	TS	STS
1	Saya tidak bisa 'menata ulang' situasi-situasi buruk dengan cepat					
2	Saya tidak bisa memotivasi diri sendiri untuk melakukan tugas-tugas yang sulit					
3	Saya biasanya dapat memprioritaskan kegiatan penting di tempat kerja dan menyelesaikannya					
4	Saya dapat berempati dengan masalah orang lain					
5	Saya biasanya tahu ketika saya sedang stres					
6	Saya selalu bisa mencapai deadline					
7	saya bisa tahu jika seseorang tidak senang dengan saya					
8	Saya pandai beradaptasi dan berbaur dengan berbagai orang					
9	Saya sadar ketika saya sedang emosional					
10	Saya tidak pernah membuang-buang waktu					
11	Ketika saya merasa cemas saya biasanya dapat menjelaskan alasannya					
12	Saya tidak berbohong					
13	Saya secara sadar dapat mengubah pikiran saya atau suasana hati					
14	Individu-individu lain bukanlah individu yang sulit, mereka hanya individu yang berbeda					
15	Saya membutuhkan beragam kolega untuk membuat pekerjaan saya menarik					
16	Saya suka bertanya untuk mencari tahu apa yang penting bagi orang-orang					
17	Saya bisa tahu jika seseorang marah pada saya atau jika ia mengganggu saya					
18	Saya percaya pada 'Tindakan hari ini'					
19	Saya bisa mengerti mengapa tindakan saya terkadang menyinggung perasaan orang lain					
20	Saya dapat menghilangkan kemarahan dengan cepat sehingga tidak lagi memengaruhi saya					
21	Saya bisa menekan emosi saya ketika saya harus melakukannya					
22	Saya selalu bisa memotivasi diri bahkan ketika saya sedang merasa tidak baik					
23	Saya kadang-kadang bisa melihat sesuatu dari sudut pandang orang lain					
24	Saya pandai berekonsiliasi dengan orang lain					

25	Saya tahu apa yang membuat saya bahagia					
26	Motivasi telah menjadi kunci keberhasilan bagi saya					
27	Saya biasanya membangun hubungan yang solid dengan mereka yang bekerja dengan saya					

2 Instrumen *Burnout*

2.1 Instrument Uji Coba

Kode:

Nama dan Akreditasi Sekolah: SDN ()

Instrumen Penelitian

Kami mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang sedang melakukan penelitian yang berhubungan dengan guru. Pilihan jawaban tidak ada yang benar dan salah. Demi keberhasilan penelitian ini, kami mohon kerja sama anda untuk mengisi sesuai dengan keadaan anda serta jawablah dengan jawaban yang paling menggambarkan diri anda. Data instrumen ini akan dijaga kerahasiaannya.

Tanggal Pengisian Kuesioner :

Nama/ inisial :

No. Telpn :

Email :

Usia : Tahun

Jenis Kelamin : ☐ Pria ☐ Wanita

Status pernikahan : ☐ Single ☐ Menikah
☐ Berceraai

Jika menikah usia pernikahan :

Status kepegawaian : ☐ PNS ☐ NonPNS

Lama kerja : TahunBulan

Pendidikan terakhir : ☐ SD ☐ SMP
☐ SMA
☐ S1 ☐ S2

Sekolah inklusi : ☐ Ya ☐ Tidak

Jumlah pendapatan/ Gaji : ☐ < 1 juta ☐ 1-3 juta
☐ > 3 juta
☐ Tunjangan Kerja Daerah (TKD)
☐ Intensif
☐ Kesejahteraan

Petunjuk Pengisian

1. Pahami dan isilah jawaban, jangan sampai ada yang terlewatkan.
2. Pilihlah jawaban yang sesuai dengan kondisi atau pendapat saudara dengan memberi tanda checklist (✓)
3. Setiap orang dapat memiliki jawaban yang berbeda, tidak ada jawaban yang salah, karena itu jawablah sesuai dengan diri saudara.

Keterangan:

- Beri tanda ceklis (✓) kolom **STS** jika saudara **Sangat Tidak Sesuai** dengan pernyataannya.
- Beri tanda ceklis (✓) kolom **TS** jika saudara **Tidak Sesuai** dengan pernyataannya.
- Beri tanda ceklis (✓) kolom **N** jika saudara **Netral** dengan pernyataannya.
- Beri tanda ceklis (✓) kolom **S** jika saudara **Sesuai** dengan pernyataannya.
- Beri tanda ceklis (✓) kolom **SS** jika saudara **Sangat Sesuai** dengan pernyataannya.

4. Bila Saudari ingin mengganti jawaban, coret tanda checklist (✓) dengan tanda sama dengan (=) kemudian beri tanda checklist (✓) pada jawaban yang baru.

Contoh:

No.	Pernyataan	STS	TS	N	S	SS
1.	Saya senang ketika memiliki hari libur panjang		✓		✓	

No.	Pernyataan	STS	TS	N	S	SS
1.	Saya merasa siswa dapat bekeja sama dalam pembelajaran di kelas					
2	Saya malas mengikuti rapat rutin guru di sekolah					
3	Saya merasa bugar saat bangun pagi untuk berangkat ke sekolah					
4	Interaksi di kelas dengan siswa menyebabkan terlalu banyak tekanan pada saya					
5	Saya mengabaikan permasalahan siswa dalam kelas					
6	Dengan mengajar, kondisi fisik saya menjadi lebih sehat					
7	Saya merasa rekan guru kurang dapat bekerja sama di sekolah					
8	Saya masih sanggup menerima tugas tambahan di sekolah selain mengajar					
9	Rutinitas pekerjaan guru merupakan hal yang menyenangkan					
10	Menghadapi permasalahan siswa menimbulkan gejala sakit fisik (misalnya pusing, mual, dan lain-lain)					
11	Menjelang akhir semester, saya mengkhawatirkan hasil belajar siswa					
12	Saya berusaha hadir di kelas pada saat kegiatan belajar mengajar					
13	Saya sulit menemukan solusi dari permasalahan siswa					
14	Saya telah mencapai banyak hal berharga dengan menjadi guru					
15	Merencanakan pembelajaran merupakan beban yang berat bagi saya					
16	Saya dapat dengan mudah membuat suasana kelas menjadi menyenangkan					
17	Saya merasa sia-sia dengan apa yang telah saya lakukan untuk siswa					
18	Saya merasa terlalu banyak siswa yang belum mampu mengikuti pelajaran					

19	Saya merasa lelah menghadapi kurikulum yang berubah-ubah					
20	Saya merasa bahagia dengan profesi saya sebagai guru					
21	Saya berusaha hadir tepat waktu					
No.	Pernyataan	STS	TS	N	S	SS
22	Saya bosan untuk hadir di kelas setiap hari					
23	Saya menyerah menghadapi permasalahan siswa					
24	Saya bersemangat untuk hadir di kelas setiap hari					
25	Keberhasilan siswa di sekolah merupakan tanggung jawab siswa itu sendiri					
26	Di dalam pekerjaan, saya menghadapi masalah emosional (misalnya marah, dan lain-lain) dengan sangat tenang					
27	Saya merasa sudah berkontribusi dengan baik bagi sekolah					
28	Saya merasa kehabisan tenaga ketika pulang dari sekolah					
29	Saya merasa kegagalan siswa disebabkan oleh kinerja saya yang kurang					
30	Saya ikut andil dalam permasalahan siswa					
31	Saya merasa terbebani dengan kewajiban saya di sekolah					
32	Saya memberikan pengaruh yang positif bagi siswa					
33	Saya merasa kesulitan dalam mengelola kelas					
34	Saya merasa senang mengikuti pelatihan guru ditengah kesibukan mengajar					
35	Saya merasa rekan guru membantu kesulitan saya dalam mengajar					

2.2 Instrumen Final

Kode:

Nama dan Akreditasi Sekolah: SDN ()

Instrumen Penelitian

Kami mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang sedang melakukan penelitian yang berhubungan dengan guru. Pilihan jawaban tidak ada yang benar dan salah. Demi keberhasilan penelitian ini, kami mohon kerja sama anda untuk mengisi sesuai dengan keadaan anda serta jawablah dengan jawaban yang paling menggambarkan diri anda. Data instrumen ini akan dijaga kerahasiaannya.

Tanggal Pengisian Kuesioner :

Nama/ inisial :

No. Telpon :

Email :

Usia : Tahun

Jenis Kelamin : ☐ Pria ☐ Wanita

Status pernikahan : ☐ Single ☐ Menikah
☐ Bercerai

Jika menikah usia pernikahan :

Status kepegawaian : ☐ PNS ☐ NonPNS

Lama kerja : TahunBulan

Pendidikan terakhir : ☐ SD ☐ SMP
☐ SMA

☐ S1☐ S2

Sekolah inklusi

: ☐ Ya☐ Tidak

Jumlah pendapatan/ Gaji

: ☐ < 1 juta☐ 1-3 juta☐ > 3 juta☐ Tunjangan Kerja Daerah (TKD)☐ Intensif☐ Kesejahteraan

Petunjuk Pengisian

1. Pahami dan isilah jawaban, jangan sampai ada yang terlewatkan.
2. Pilihlah jawaban yang sesuai dengan kondisi atau pendapat saudara dengan memberi tanda checklist (✓)
3. Setiap orang dapat memiliki jawaban yang berbeda, tidak ada jawaban yang salah, karena itu jawablah sesuai dengan diri saudara.

Keterangan:

- Beri tanda ceklis (✓) kolom **STS** jika saudara **Sangat Tidak Sesuai** dengan pernyataannya.
- Beri tanda ceklis (✓) kolom **TS** jika saudara **Tidak Sesuai** dengan pernyataannya.
- Beri tanda ceklis (✓) kolom **N** jika saudara **Netral** dengan pernyataannya.
- Beri tanda ceklis (✓) kolom **S** jika saudara **Sesuai** dengan pernyataannya.
- Beri tanda ceklis (✓) kolom **SS** jika saudara **Sangat Sesuai** dengan pernyataannya.

4. Bila Saudari ingin mengganti jawaban, coret tanda checklist (~~✓~~) dengan tanda sama dengan (=) kemudian beri tanda checklist (✓) pada jawaban yang baru.

Contoh:

No.	Pernyataan	STS	TS	N	S	SS
1.	Saya senang ketika memiliki hari libur panjang		✓		✓	

No.	Pernyataan	STS	TS	N	S	SS
2	Saya malas mengikuti rapat rutin guru di sekolah					
4	Interaksi di kelas dengan siswa menyebabkan terlalu banyak tekanan pada saya					
6	Dengan mengajar, kondisi fisik saya menjadi lebih sehat					
7	Saya merasa rekan guru kurang dapat bekerja sama di sekolah					
8	Saya masih sanggup menerima tugas tambahan di sekolah selain mengajar					
9	Rutinitas pekerjaan guru merupakan hal yang menyenangkan					
10	Menghadapi permasalahan siswa menimbulkan gejala sakit fisik (misalnya pusing, mual, dan lain-lain)					
13	Saya sulit menemukan solusi dari permasalahan siswa					
15	Merencanakan pembelajaran merupakan beban yang berat bagi saya					
16	Saya dapat dengan mudah membuat suasana kelas menjadi menyenangkan					
17	Saya merasa sia-sia dengan apa yang telah saya lakukan untuk siswa					
18	Saya merasa terlalu banyak siswa yang belum mampu mengikuti pelajaran					
20	Saya merasa bahagia dengan profesi saya sebagai guru					
21	Saya berusaha hadir tepat waktu					
22	Saya bosan untuk hadir di kelas setiap hari					
23	Saya menyerah menghadapi permasalahan siswa					
24	Saya bersemangat untuk hadir di kelas setiap hari					
25	Keberhasilan siswa di sekolah merupakan tanggung jawab					

	siswa itu sendiri					
26	Di dalam pekerjaan, saya menghadapi masalah emosional (misalnya marah, dan lain-lain) dengan sangat tenang					
No.	Pernyataan	STS	TS	N	S	SS
27	Saya merasa sudah berkontribusi dengan baik bagi sekolah					
28	Saya merasa kehabisan tenaga ketika pulang dari sekolah					
31	Saya merasa terbebani dengan kewajiban saya di sekolah					
32	Saya memberikan pengaruh yang positif bagi siswa					
33	Saya merasa kesulitan dalam mengelola kelas					
35	Saya merasa rekan guru membantu kesulitan saya dalam mengajar					

-

- SELAMAT MENGERJAKAN -

3 Uji Kualitas Butir

3.1 Instrument Kecerdasan Emosional

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
item1	184.02	174.685	-.166	.717
item2	184.04	161.739	.438	.693
item3	184.04	162.369	.396	.695
item4	184.15	167.164	.193	.704
item5	183.89	168.136	.161	.705
item6	184.04	173.480	-.103	.715
item7	184.25	173.934	-.125	.716
item8	183.82	165.596	.391	.699
item9	183.80	165.607	.426	.698
item10	184.15	167.015	.226	.703
item11	183.93	164.809	.384	.698
item12	184.36	169.791	.052	.710
item13	183.84	163.065	.523	.694
item14	183.85	162.793	.485	.694
item15	183.80	163.719	.432	.696
item16	183.67	163.558	.512	.695
item17	184.55	174.512	-.150	.717
item18	184.05	165.238	.301	.700
item19	184.31	167.440	.164	.705
item20	183.95	167.238	.251	.702
item21	183.82	167.152	.357	.701
item22	183.93	170.365	.078	.708
item23	184.05	165.275	.411	.698
item24	183.36	117.347	.204	.826
item25	183.93	166.217	.301	.700
item26	184.27	169.387	.088	.708

item27	183.78	167.396	.401	.701
item28	184.20	165.459	.258	.701
item29	183.80	167.015	.303	.701
item30	183.71	164.173	.573	.695
item31	183.80	171.311	.016	.709
item32	183.65	167.601	.274	.702
item33	183.95	167.460	.206	.703
item34	184.05	167.608	.207	.703
item35	183.73	171.498	.016	.709
item36	183.73	164.832	.442	.697
item37	184.49	171.958	-.034	.712
item38	183.91	165.084	.467	.697
item39	184.02	165.277	.326	.699
item40	184.33	171.780	-.029	.713
item41	183.76	166.813	.389	.700
item42	183.73	167.091	.397	.701
item43	183.73	163.091	.504	.694
item44	183.71	162.543	.702	.692
item45	183.95	166.201	.400	.699
item46	183.64	167.680	.301	.702
item47	183.76	167.517	.250	.702
item48	183.45	164.215	.582	.695
item49	183.75	169.638	.140	.706
item50	183.49	162.514	.578	.693

3.2 Instrument *Burnout*

3.2.1 Kelelahan

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00004	11.56	8.380	.303	.754
VAR00009	11.60	8.114	.570	.700
VAR00006	11.35	7.199	.558	.693
VAR00010	11.24	7.152	.533	.700
VAR00020	11.97	8.160	.586	.699
VAR00024	11.63	8.139	.456	.719
VAR00028	10.94	8.254	.330	.748

3.2.2 Depersonalisasi

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00002	11.98	7.048	.524	.669
VAR00007	11.75	6.838	.477	.677
VAR00018	11.25	6.999	.358	.710
VAR00021	12.19	7.318	.499	.677
VAR00022	12.22	7.530	.391	.698
VAR00025	11.63	6.429	.443	.690
VAR00035	11.83	7.469	.389	.698

3.2.3 Penurunan Pencapaian Diri

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00008	19.94	12.673	.330	.732

VAR00013	20.19	13.931	.261	.735
VAR00015	20.33	13.000	.356	.725
VAR00016	20.44	13.315	.491	.713
VAR00017	20.68	13.252	.442	.716
VAR00023	20.59	13.343	.421	.718
VAR00026	19.71	11.562	.447	.714
VAR00027	19.98	12.855	.344	.728
VAR00031	20.40	13.179	.359	.724
VAR00032	20.49	12.706	.462	.711
VAR00033	20.41	13.053	.452	.714

4 Uji Reliabilitas Instrumen

4.1 Instrument Kecerdasan Emosional

Dimensi	N	W	α	SD	W2 X SD2	W2 X SD2 X a
Kesadaran Diri	5	0.185185185	0.442	1.549	0.082283985	0.036369521
Pengaturan Diri	3	0.111111111	0.469	1.26	0.0196	0.0091924
Motivasi	8	0.296296296	0.756	3.185	0.89057668	0.67327597
Empati	6	0.222222222	0.668	2.253	0.250667111	0.16744563
Keterampilan Sosial	5	0.185185185	0.657	1.971	0.133225	0.087528825
Total	27				1.376352776	0.973812347

korelasi 2dimensi	correlation	w1xw2xsd1xsd2xc
dimensi 1 -2	0.636	0.025541289
dimensi 1 -3	0.668	0.180829708
dimensi 1 -4	0.485	0.069654323
dimensi 1 -5	0.619	0.064809873
dimensi 2 - 3	0.669	0.088387289
dimensi 2 - 4	0.262	0.018364453
dimensi 2 - 5	0.484	0.0247324
dimensi 3 - 4	0.400	0.188992395
dimensi 3 - 5	0.661	0.227682674

dimensi 4 - 5	0.396	0.07236636
Total		0.961360764

$$r_{xx}^1 = 0.877983824$$

4.2 Instrument *Burnout*

Dimensi	N	W	a	SD	W2 X SD2	W2 X SD2 X a
Kelelahan	7	0.28	0.747	3.215	0.81036004	0.60533895
Depersonalisasi	7	0.28	0.721	3.037	0.72311213	0.521363845
Penurunan Pencapaian Diri	11	0.44	0.74	3.914	2.965835066	2.194717949
Total	25				4.499307235	3.321420744

korelasi 2dimensi	correlation	w1xw2xsd1xsd2xc
dimensi 1 -2	0.553	0.423318222
dimensi 1 -3	0.529	0.820102581
dimensi 2- 3	0.621	0.909427162
Total		2.152847964

$$r_{xx}^1 = 0.866225319$$

5 Uji Reliabilitas Per Dimensi

5.1 Dimensi Kecerdasan Emosional

5.1.1 Kesadaran Diri

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.442	5

5.1.2 Pengaturan Diri

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.469	3

5.1.3 Motivasi

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.735	8

5.1.4 Empati

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.668	6

5.1.5 Keterampilan Sosial

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.657	5

5.2 Dimensi *Burnout*

5.2.1 Kelelahan

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.562	7

5.2.2 Dipersonalisasi

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.629	6

5.2.3 Penurunan pencapaian diri

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.706	11

6 Analisis Data Final

6.1 Data Demografis

6.1.1 Data Demografis Jenis Kelamin

Jenis_Kelamin					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	24	21.8	21.8	21.8
	Perempuan	86	78.2	78.2	100.0
	Total	110	100.0	100.0	

6.1.2 Data Demografis Usia

Usia					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	dewasa awal	59	53.6	53.6	53.6
	dewasa tengah	51	46.4	46.4	100.0
	Total	110	100.0	100.0	

6.1.3 Data Demografis Status Kepegawaian

Stat_Kepegawaian					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	PNS	53	48.2	48.2	48.2
	Non PNS	57	51.8	51.8	100.0
	Total	110	100.0	100.0	

6.1.4 Data Demografis Pendidikan Terakhir

Pend_Terakhir					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SD	2	1.8	1.8	1.8
	SMA	9	8.2	8.2	10.0
	S1	92	83.6	83.6	93.6
	S2	7	6.4	6.4	100.0
	Total	110	100.0	100.0	

6.2 Analisis Statistika Deskriptif

6.2.1 Data Deskriptif Variabel Kecerdasan Emosional

Statistics		
Kecerdasan_Emosional		
N	Valid	110
	Missing	0
Mean		104.22
Median		103.50
Mode		102 ^a
Std. Deviation		9.852
Variance		97.053
Skewness		.439
Std. Error of Skewness		.230
Kurtosis		.702
Std. Error of Kurtosis		.457
Range		49
Minimum		81
Maximum		130
Sum		11464
Percentiles	25	97.00

50	103.50
75	108.00

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

6.2.2 Data Deskriptif Variabel *Burnout*

Statistics

Burnout		
N	Valid	110
	Missing	0
Mean		49.45
Median		50.50
Mode		52
Std. Deviation		8.574
Variance		73.516
Skewness		-.187
Std. Error of Skewness		.230
Kurtosis		.233
Std. Error of Kurtosis		.457
Range		49
Minimum		28
Maximum		77
Sum		5440
Percentiles	25	45.00
	50	50.50
	75	55.00

6.3 Uji Linearitas

Model Summary and Parameter Estimates

Dependent Variable: Burnout

Equation	Model Summary					Parameter Estimates	
	R Square	F	df1	df2	Sig.	Constant	b1
Linear	.257	37.364	1	108	.000	95.441	-.441

The independent variable is Kecerdasan_Emosional.

6.4 Uji Normalitas

6.4.1 Uji Normalitas Variabel Kecerdasan Emosional

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Kecerdasan_Emosional	.113	110	.002	.980	110	.100

a. Lilliefors Significance Correction

6.4.2 Uji Normalitas Variabel *Burnout*

Test Statistics

	Burnout
Chi-Square	37.818 ^a
df	29
Asymp. Sig.	.126

a. 30 cells (100.0%) have expected frequencies less than 5. The minimum expected cell frequency is 3.7.

Test Statistics

	Burnout
Chi-Square	37.818 ^a
df	29
Asymp. Sig.	.126

6.5 Kategorisasi Skor

6.5.1 Kategorisasi Skor Variabel Kecerdasan Emosional

Kecerdasan Emosional

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	8	6.8	6.8	6.8
Sedang	31	26.3	26.3	33.1
Tinggi	79	66.9	66.9	100.0
Total	118	100.0	100.0	

6.5.2 Kategorisasi Skor Variabel *Burnout*

Burnout

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	8	6.8	6.8	6.8
Rendah	96	81.4	81.4	88.1
Sedang	14	11.9	11.9	100.0
Total	118	100.0	100.0	

6.6 Uji Hipotesis

6.6.1 Uji Korelasi

Correlations

		Burnout	Kecerdasan_emosional
Pearson Correlation	Burnout	1.000	-.507
	Kecerdasan_emosional	-.507	1.000
Sig. (1-tailed)	Burnout	.	.000
	Kecerdasan_emosional	.000	.
N	Burnout	110	110
	Kecerdasan_emosional	110	110

6.6.2 Uji Indeks Korelasi Ganda

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.507 ^a	.257	.250	7.425

a. Predictors: (Constant), Kecerdasan_emosional

6.6.3 Uji Signifikasi Keseluruhan

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	2059.728	1	2059.728	37.364	.000 ^a
	Residual	5953.545	108	55.125		
	Total	8013.273	109			

a. Predictors: (Constant), Kecerdasan_emosional

b. Dependent Variable: Burnout

6.6.4 Persamaan Regresi

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	95.441	7.556		12.630	.000
Kecerdasan_emosional	-.441	.072	-.507	-6.113	.000

a. Dependent Variable: Burnout



*Building
Future
Leaders*

KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

Kampus Universitas Negeri Jakarta, Jalan Rawamangun Muka, Jakarta 13220

Telp/Fax.: Rektor (021) 4893854, PR I: 4895130, PR II: 4893918, PR III: 4892926, PR IV: 4893982,
BAUK: 4750930, BAAK: 4759081, BAPSI: 4752180

Bag. UHTP: Telp. 4893726, Bag. Keuangan: 4892414, Bag. Kepegawaian: 4890536, HUMAS: 4898486
Laman : www.unj.ac.id

Nomor : 2243/UN39.12/KM/2015
Lamp. : 1 Lembar
Hal : Permohonan Izin Mengadakan Penelitian
untuk Penulisan Skripsi

11 Mei 2015

Yth. Kepala Seksi Dinas Pendidikan Kec. Jatinegara
Jakarta Timur

Kami mohon kesediaan Saudara untuk dapat menerima Mahasiswa Universitas Negeri Jakarta :

Nama : Miftah Ramdhani Zain
Nomor Registrasi : 1125115068
Program Studi : Psikologi
Fakultas : Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta
No. Telp/HP : 083807125125

Dengan ini kami mohon diberikan ijin mahasiswa tersebut, untuk dapat mengadakan penelitian guna mendapatkan data yang diperlukan dalam rangka Penulisan Skripsi. Skripsi tersebut dengan judul :

"Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Burnout Pada Guru di Jakarta Timur"

Atas perhatian dan kerjasama Saudara, kami sampaikan terima kasih.

Tembusan :

1. Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan
2. Kaprog / Jurusan Psikologi



Kepala Biro Administrasi
Akademik dan Kemahasiswaan

Drs. Syaifullah
NIP. 195702161984031001

SURAT KETERANGAN *EXPERT JUDGEMENT*

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Winda Dewi Listyasari, M.Pd

NIP : 197909112008012018

Bidang Ahli : Psikologi Pendidikan

Dengan ini menyatakan bahwa Instrument *Burnout Guru* untuk penelitian tugas akhir mahasiswa yang bernama :

- | | |
|----------------------|----------------|
| 1. Farhila Dewi. CH | (1125110505) |
| 2. Lulu Gita Pratiwi | (1125115072) |
| 3. Miftah Ramdhani | (1125115068) |
| 4. Rini Sari Ningsih | (1125115020) |
| 5. Siti Fatimah | (1125115118) |
| 6. Syaiful Rachman | (1125110504) |

Telah memenuhi persyaratan sebagai instrument yang dapat digunakan untuk mengumpulkan data.

Jakarta, 17 April 2015



Winda Dewi Listyasari, M.Pd
NIP. 197909112008012018

SURAT KETERANGAN *EXPERT JUDGEMENT*

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Lussy Dwi Utami Wahyuni, M.Pd

NIP : 197909252002122001

Bidang Ahli : Ahli Pengukuran dan Pendidikan

Dengan ini menyatakan bahwa Instrument *Burnout Guru* untuk penelitian tugas akhir mahasiswa yang bernama :

- | | |
|----------------------|----------------|
| 1. Farhila Dewi. CH | (1125110505) |
| 2. Lulu Gita Pratiwi | (1125115072) |
| 3. Miftah Ramdhani | (1125115068) |
| 4. Rini Sari Ningsih | (1125115020) |
| 5. Siti Fatimah | (1125115118) |
| 6. Syaiful Rachman | (1125110504) |

Telah memenuhi persyaratan sebagai instrument yang dapat digunakan untuk mengumpulkan data.

Jakarta, 17 April 2015



Lussy Dwi Utami Wahyuni, M.Pd
NIP. 197909252002122001

SURAT KETERANGAN *EXPERT JUDGEMENT*

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Mira Ariyani, PhD.

NIP : 197512012001042001

Bidang Ahli : Psikologi Keluarga

Dengan ini menyatakan bahwa Instrument *Kecerdasan Emosional* untuk penelitian tugas akhir mahasiswa yang bernama :

Nama : Miftah Ramdhani

NIM : 1125115068

Judul : Pengaruh Kecerdasan Emosional terhadap Burnout pada Guru Sekolah Dasar Negeri

Telah memenuhi persyaratan sebagai instrument yang dapat digunakan untuk mengumpulkan data.

Jakarta, 19 Mei 2015



Mira Ariyani, PhD.
NIP. 197512012001042001



PEMERINTAH PROVINSI DAERAH KHUSUS IBUKOTA JAKARTA
DINAS PENDIDIKAN
SUKU DINAS PENDIDIKAN WILAYAH I
KOTA ADMINISTRASI JAKARTA TIMUR
SEKSI DINAS PENDIDIKAN KECAMATAN JATINEGARA
Jl. Bekasi Timur IX/4 Kec. Jatinegara Telp. 021-8561025

Nomor : 208/073.544
Sifat :-
Lampiran :-
Hal : Pemberitahuan

21 Mei 2015

Kepada
Yth. Kepala Sekolah SD Negeri
1.SDN Cip Bes Utara 01 Pg
2.SDN Cip Bes Utara 03 Pg
3.SDN Rawabunga 01 Pg
4.SDN Rawabunga 11 Pg
5.SDN Rawabunga 12 Pg
6. SDN Cip Muara 12 PG
7.SDN Cip Muara 01 Pg
8.SDN Cip Muara 07 Pg
9.SDN Cip Muara 06 Pg
10.SDN Cip Muara 14 Pg
11.SDN Cip Muara 16 Pg
12. SDN Cip Muara 04 Pg
13.SDN Cip Cempedak 01 Pg
14.SDN Cip Cempedak 02 Pg
15.SDN Cip Cempedak 05 Pg
Kecamatan Jatinegara
di-
Jakarta

Sehubungan dengan surat Kepala Biro Administrasi Akademik dan Kemahasiswaan Universitas Negeri Jakarta nomor.2229/UN39.12/KM/2015 tanggal 11 Maret 2015 Perihal Permohonan Izin Penelitian dengan ini di sampaikan kepada saudara Ka SDN bahwa:

nama : MIFTAH RAMDHANI ZAIN
nomor registrasi : 1125115068
tahun akademik : 2014/2015
program study : Psikologi
fakultas : Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Jakarta

Akan melaksanakan penelitian di tempat saudara untuk mendapatkan hasil dalam tema penelitian mengenai Burnout diwilayah kecamatan Jatinegara, Jakarta Timur

Atas bantuan serta kerja samanya di ucapkan terima kasih.

KEPALA SEKSI DINAS PENDIDIKAN
KECAMATAN JATINEGARA

H.NURDIN.SH.
NIP. 196407281985031005

Tembusan :
Yth. Kepala Biro Administrasi Akademik dan kemahasiswaan UNJ

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Penulis dilahirkan di Jakarta pada tanggal 12 Maret 1993 dari ayah yang bernama Muh Zainuddin dan ibu bernama Musriyati. Penulis merupakan anak Kedua dari tiga bersaudara. Penulis menyelesaikan pendidikan Sekolah Dasar di SD Negeri 05 pagi Pinang Ranti Jakarta Timur pada tahun 2000 dan lulus pada tahun 2005. Kemudian Penulis melanjutkan pendidikan di SMP Negeri 24 Jakarta Timur dan tamat pada tahun 2008. Penulis melanjutkan pendidikannya di SMA Negeri 104 Jakarta dan lulus pada tahun 2011.

Setelah tamat SMA, penulis berkuliah di Universitas Negeri Jakarta Fakultas ilmu Pendidikan program studi psikologi. Selain itu penulis juga melakukan program Praktek Kerja Lapangan selama 2 bulan pada tahun 2014 pada PT. Frisian Flag Indonesia di Human Capital Development Departement dalam bagian organization development. Selain tu penulis juga sering berpartisipasi dalam menjadi pengawas dalam SBMPTN dan PENMABA. Penulis menyelesaikan skripsi ini pada tanggal 30 juni 2015 dan sidang pada tanggal 09 juli 2015 dinyatakan lulus.