



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 3 Nomor 4 Tahun 2023 Page 6384-6394

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Gambaran Burnout pada Guru SD Negeri di Desa Hutabalang Kecamatan Badiri

Uli Arta Hasian Hutabarat^{1✉}, Karina Mariem Beru Brahmana²

Fakultas Psikologi, Universitas HKBP Nommensen, Medan, Indonesia

Email : uliartahasianhutabarat@gmail.com^{1✉}

Abstrak

Guru mempunyai peranan yang sangat penting dalam proses belajar mengajar di sekolah. Guru juga mempunyai peranan penting dalam menentukan mutu pendidikan. Hal ini dikarenakan guru berhubungan langsung dengan siswa. Guru juga harus menghadapi beban kerja yang tinggi dan juga berbagai tekanan dalam menyelesaikan setiap pekerjaannya. Hal inilah yang menyebabkan guru mengalami burnout. Dari hasil survei yang dilakukan peneliti ditemukan bahwa guru yang mengajar di sekolah mengalami burnout yang cenderung menyebabkan guru mengalami kelelahan dalam bekerja. Berdasarkan hasil survei yang dilakukan terhadap aspek-aspek penyebab guru mengalami burnout yaitu: aspek kelelahan emosional, aspek depersonalisasi, dan aspek harga diri rendah. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 60 orang guru. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui adakah "Deskripsi Kejenuhan Guru SD Negeri di Desa Hutabalang Kecamatan Badiri". Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan metode penelitian kuantitatif. Hasil penelitian berdasarkan Uji Statistik Deskriptif menunjukkan bahwa burnout guru berada pada kategori sedang (63%), dan berdasarkan hasil uji normalitas pada variabel burnout pada penelitian ini diperoleh sebesar 0,200 sehingga sebaran datanya dalam penelitian ini dikatakan normal, karena hasil perhitungan data penelitian menunjukkan Kolmogorov-SmirnovZ pada variabel burnout sebesar 0.89 dengan nilai signifikansi $0.200 > 0.05$ maka diketahui data penelitian normal.

Kata Kunci: *Burnout, Guru*

Abstract

Teachers have a very important role in the teaching and learning process in schools. Teachers also play an important role in determining the quality of education. This is because the teacher directly deals with students. Teachers also have to face a high workload and also various pressures in completing each of their jobs. Which is where it causes teachers to experience burnout. From the results of a survey conducted by researchers, it was found that teachers who teach in schools experience burnout which tends to cause teachers to experience fatigue at work. Based on the results of a survey conducted on the aspects that cause teachers to experience burnout, namely: aspects of emotional exhaustion, aspects of depersonalization, and aspects of low self-esteem. The sample in this study were 60 teachers. The purpose of this study was to find out whether there is a "Description of Public Elementary School Teacher Saturation in Hutabalang Village, Badiri District". The research method used in this study is to use quantitative research methods. The results of the research based on the Descriptive Statistical Test show that teacher burnout is in the moderate category (63%), and based on the normality test results on the burnout variable in this study it is obtained at 0.200, so the distribution of data in this study is said to be normal, because the results of research data calculations show a Kolmogorov-SmirnovZ on the burnout variable is 0.89 with a significance value of $0.200 > 0.05$, it is known that the research data is normal.

Keyword: *Burnout, Teacher*

PENDAHULUAN

Guru memiliki peran yang sangat penting dalam proses belajar dan mengajar di sekolah. Rusman dalam (dalam Habibah, 2019) menjelaskan ada empat peran guru sebagai pengajar, yaitu peran guru sebagai demonstran, peran guru sebagai pengelola kelas, peran guru sebagai mediator dan fasilitator, dan peran guru sebagai evaluator. Peran guru sebagai demonstran yaitu guru mampu menguasai dan mengembangkan materi pembelajaran. Peran guru sebagai pengelola kelas yaitu guru mampu mengelola kelas. Peran guru sebagai mediator yaitu guru memiliki bekal pengetahuan akan materi yang diajarkan dan keterampilan tentang teknik-teknik mengajar (Purnamasari et al., 2020). Peran guru sebagai fasilitator yaitu guru mampu mempertunjukkan referensi bahan ajar. Terakhir, peran guru sebagai evaluator yaitu guru mampu mengukur apakah materi yang diajarkan sudah berhasil dicapai oleh siswa. Peran guru sebagai pengajar menuntut guru harus memiliki dan meningkatkan keterampilan-keterampilan lain untuk menunjang tugas-tugasnya dalam mengajar siswa.. Guru juga berperan penting dalam menentukan mutu pendidikan. Hal ini karena guru langsung berhadapan dengan siswa. Siswa akan melihat dan meniru apa yang dilakukan guru, baik di kelas maupun di luar kelas. Shabir (dalam Hanifah, 2019) menyatakan bahwa tujuan akhir dari peran guru adalah membentuk pribadi

siswa menjadi pribadi yang mandiri dan matang. Salah satu perilaku yang harus dilakukan guru dalam membentuk kepribadian dan karakter siswa dijelaskan oleh Ormrod (dalam Suwanto & Fitriyadi, 2019) bahwa guru harus mampu memberikan perlakuan yang sama secara profesional kepada seluruh siswa walaupun berbeda agama, status ekonomi, dan lokasi tempat tinggal, yang dimana guru memberikan segala sesuatu yang dibutuhkan oleh siswa.

Guru yang professional adalah guru yang memiliki komponen tertentu sesuai dengan persyaratan yang dituntut oleh profesi keguruan (Siddiq & Suhana, 2023). Guru yang professional senantiasa menguasai bahan atau materi pembelajaran yang akan diajarkan dalam interaksi belajar mengajar, serta senantiasa mengembangkan kemampuan secara berkelanjutan, baik dalam segi ilmu yang dimilikinya, maupun pengalamannya, sedangkan profesionalisme guru adalah kemampuan guru untuk melakukan tugas pokoknya sebagai pendidik dan pengajar meliputi kemampuan merencanakan, melakukan, dan melaksanakan evaluasi pembelajaran. Selain itu, guru juga harus berhadapan dengan berbagai stresor di lingkungan sekolah (Chan, 2010). Misalnya siswa yang berkelakuan tidak baik di sekolah, atau siswa yang melakukan perilaku indisipliner, juga ada siswa yang tidak memiliki motivasi belajar.

Guru juga harus menghadapi beban kerja yang tinggi dan juga berbagai tekanan dalam menyelesaikan setiap pekerjaan-pekerjaannya, contohnya: seorang guru yang memiliki beban kerja yang berlebihan misalnya guru yang mengajar siswa dari pagi hingga sore hari, yang mengakibatkan guru merasa lelah dengan beban kerja yang dihadapinya, disamping itu juga guru harus menghadapi tuntutan lainnya seperti melakukan kegiatan dirumah maupun diluar rumah. Bisa saja muncul konflik peran pada guru, selain itu juga muncul konflik dengan sesama kolega guru, staf administrasi, atau pihak pengelola sekolah. Kemudian juga dari orangtua siswa serta pihak pembuat kebijakan pendidikan. Yang dimana guru juga harus menghadapi tuntutan yang tidak ringan (Arifianti, 2023).

Guru juga harus berhadapan dengan masalah pencapaian skor siswa saat melaksanakan ujian dan masalah reputasi sekolah yang harus dijaga (Cui, Chao, Han, Zhang, Ren, & Shi, 2018). Melihat banyaknya peran dan tanggung jawab yang harus diemban oleh guru, tentunya akan membawa dampak bagi guru. Guru yang tidak dapat memenuhi tuntutan-tuntutan yang dibebankan kepadanya akan berisiko mengalami masalah psikologis dan perasaan tertekan. Penelitian-penelitian terdahulu yang dirangkum oleh Sabanci (dalam Ristian et al., 2021) menunjukkan bahwa profesi guru menuntun pada burnout karena peran dan tanggung jawabnya dalam objek relasi antar individu. Keadaan seseorang saat cemas, tidak dapat memusatkan perhatian, tertekan, tidak rasional, dan

tidak adanya rasa kegembiraan terhadap pekerjaan yang mengakibatkan seseorang mengalami kelelahan (Amalia & Amelasasih, 2022).

Burnout merupakan keadaan dimana terjadinya kelelahan akibat pekerjaan yang menumpuk (Susi Fitri & Revitia Thalita Salsabila, 2020). Burnout dikemukakan oleh Freudenberger (1974) yang mengatakan bahwa tekanan pekerjaan menunjukkan respon negatif representasi dari sindrom psychological stress.

Pada penelitian Kharisma (dalam Adnan Bintang & Sita Rositawati, 2022) mengatakan bahwa burnout terjadi karena stress panjang yang berdampak pada segi kelelahan secara fisik maupun nonfisik sehingga mengakibatkan seseorang merasa tidak nyaman di lingkungan kerja. Burnout dialami oleh seseorang yang intensitas kerjanya tinggi dan berhubungan dengan pressure tinggi di tempat kerja.

Burnout sendiri adalah sebuah kondisi dimana seseorang mengalami perasaan lelah berkepanjangan karena stress berat akibat pekerjaan. Freudenberger (1974) mendefinisikan kondisi baru yang mengkhawatirkan ini sebagai kondisi kelelahan yang disebabkan oleh terlalu banyak pekerjaan yang berlebihan. Organisasi (WHO) menyebut burnout sebagai "fenomena kelelahan bekerja", dan mengklasifikasikannya dalam penyakit internasional terbaru, di mana burnout digambarkan sebagai sindrom "stress kronis akibat pekerjaan yang belum berhasil dikelola". Menurut WHO, burnout memiliki tiga elemen yaitu : perasaan lelah, terasing dari pekerjaan, dan kinerja yang buruk ditempat kerja.

Profesi sebagai guru merupakan bentuk pelayanan kemanusiaan yang penuh tantangan. Terkhusus pada guru SD Negeri di Desa Hutabalang Kecamatan Badiri, yang dimana guru-guru di sekolah tersebut mengalami kelelahan dalam bekerja. Hal tersebut terjadi akibat dari tuntutan serta kesulitan yang dialami dikarenakan beban kerja yang tinggi, fasilitas sekolah yang kurang memadai, siswa yang kurang disiplin, sehingga para guru di SD tersebut mengalami burnout.

Burnout yang muncul di SD Negeri di Desa Hutabalang Kecamatan Badiri, disebabkan sekolah disebabkan karena fasilitas sekolah yang belum memadai, Burnout yang dialami guru juga diakibatkan oleh tuntutan dari siswa saat belajar, pengembangan pekerjaan yang tidak tampak, dan beban kerja yang dimiliki guru tidak sesuai dengan reward. Tekanan yang dirasakan guru tidak hanya berkaitan dengan kurangnya dukungan pemerintah, namun berkaitan dengan tingginya tuntutan orangtua terhadap sistem pendidikan (Ardini & Rosmila, 2021).

Berdasarkan uraian diatas serta permasalahan yang muncul maka peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut tentang " Gambaran Burnout Terhadap Guru SD Negeri Di Desa Hutabalang Kecamatan Badiri".

Istilah burnout pertama kali dikemukakan oleh Freudenberger (1974) yang merupakan representasi dari sindrom psychological stress yang menunjukkan respon negatif sebagai hasil dari tekanan pekerjaan (Piyandini et al., 2021).

Menurut Maslach & Goldberg (1998) burnout adalah jenis respon berkepanjangan terhadap stressor emosional dan interpersonal kronis di tempat kerja. Burnout yang dialami oleh pekerja dapat berakibat buruk baik bagi pekerja itu sendiri maupun bagi organisasi. Bagi pekerja, burnout dapat menyebabkan hilangnya tujuan dan ketidakmampuan memenuhi kebutuhan dalam bekerja. Bagi organisasi, burnout dapat menyebabkan menurunnya frekuensi kehadiran, produktivitas, dan kinerja (Sijabat & Hermawati, 2021).

Maslach dan Goldberg (dalam Lubis, 2020) menjelaskan burnout sebagai sindrom kelelahan emosional, depersonalisasi, dan penghargaan yang rendah terhadap diri (low personal accomplishment).

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa burnout adalah sindrom kelelahan emosional dan respon berkepanjangan terhadap stressor emosional dan interpersonal kronis di tempat kerja, yang ditandai dengan adanya kelelahan emosional, depersonalisasi, dan penghargaan yang rendah terhadap diri (low personal accomplishment).

Menurut Maslach (dalam Indria et al., 2019), faktor yang mempengaruhi munculnya burnout dapat dibedakan menjadi dua, yaitu faktor situasional dan faktor individu. Pada faktor situasional, terjadinya burnout tergantung dari karakteristik pekerjaan dan karakteristik organisasi. Pada karakteristik pekerjaan, Maslach mengungkapkan bahwa

Menurut Maslach dan Goldberg (1998) kondisi-kondisi yang menandai burnout terdiri dari tiga aspek, yaitu :

- a. Kelelahan emosional
- b. Depersonalisasi
- c. Rendahnya penghargaan terhadap diri sendiri

Menurut Maslach, Schaufeli, dan Leiter (dalam Pranata, 2018) mengemukakan bahwa burnout dapat menyebabkan kualitas kerja menurun terhadap pekerjaannya yang ditandai dengan menarik diri dari pekerjaannya, meniatkannya perilaku terlambat dan ketidakhadiran, serta menurunnya kinerja dan kualitas kerja. Burnout dapat berdampak bagi individu terlihat dari adanya gangguan fisik, psikologi maupun perilaku (Dilla & Susanti, 2022), sebagai berikut:

- a. Gangguan fisik
- b. Gangguan psikologis
- c. Gangguan Perilaku

Menurut John M Elchos dan Hasan Shadily sebagaimana dikutip oleh Abuddin Nata, kata guru berasal dalam Bahasa Indonesia yang berarti orang yang mengajar. Dalam Bahasa Inggris, dijumpai kata teacher yang berarti pengajar, sedangkan dalam UU RI No.20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional menegaskan bahwa "guru merupakan tenaga profesional yang bertugas merencanakan dan melaksanakan proses pembelajaran, menilai hasil pembelajaran, melakukan pembimbingan, pelatihan serta melakukan penelitian dan pengabdian kepada masyarakat, terutama bagi pendidik pada perguruan tinggi".

Guru merupakan tokoh yang akan ditiru dan diteladani dalam melaksanakan tugasnya sebagai pendidik, ia juga mau dan rela serta memecahkan berbagai masalah yang dihadapinya, terutama masalah yang langsung berhubungan dengan proses belajar mengajar.

Guru yang professional akan tercermin dalam pelaksanaan pengabdian tugas-tugas yang ditandai dengan keahlian baik dalam materi maupun metode. Selain itu, juga ditunjukkan melalui tanggung jawabnya dalam melaksanakan seluruh pengabdianya. Guru yang professional hendaknya mampu memikul dan melaksanakan tanggung jawab sebagai guru kepada peserta didik, orang tua, masyarakat, bangsa, negara, dan agamanya.

Guru professional mempunyai tanggung jawab pribadi, sosial, intelektual, moral, dan spiritual. Tanggung jawab pribadi yang mandiri yang mampu memahami dirinya, serta mengembangkan dirinya. Jadi, profesionalitas seorang guru dapat dilihat melalui keahlian dan tanggung jawabnya dalam melaksanakan tugasnya kepada peserta didik, orang tua, masyarakat, bangsa, negara, dan agamanya. Setiap jabatan profesi mesti memiliki kode etiknya masing-masing, walaupun saat ini rumusan baku tentang kode etik yang diterima semua pihak belum diperoleh (Handayani, 2022).

Tugas Guru Secara Umum adalah mendidik, dalam operasionalisasinya mendidik adalah rangkaian proses mengajar, memberikan dorongan, memuji, menghukum, membentuk contoh dan membisakan. Menurut E Mulyasa, "Guru sebagai agen pembelajaran" memiliki tugas-tugas antara lain:

- a. Guru Sebagai Fasilitator
- b. Guru Sebagai Motivator
- c. Guru Sebagai Pemacu
- d. Guru Sebagai Pemberi Inspirasi

Peranan dan kompetensi guru dalam proses belajar-mengajar meliputi banyak hal sebagaimana dikemukakan oleh Adams & Decay (1895) dalam Basic Principles of Student Teaching antara lain guru sebagai pengajar, pemimpin kelas, pembimbing, pengatur

lingkungan, partisipan, ekspeditor, perencana, supervisor, motivator, dan konselor (Saraswati & Hakim, 2019).

Beberapa peranan yang dianggap paling dominan dan diklasifikasikan sebagai berikut : Guru sebagai organisator, guru sebagai demonstrator, guru sebagai pengelola kelas, guru sebagai fasilitator, guru sebagai mediator, guru sebagai inspirator, guru sebagai motivator, guru sebagai klimator, guru sebagai inisiator, guru sebagai informator, guru sebagai evaluator dan guru sebagai kulminator (A'yunina & Abdurrohman, 2021).

METODE PENELITIAN

Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini adalah variabel Tunggal yaitu Burnout.

Sampel Penelitian

Sampel dalam penelitian ini adalah guru di SD Negeri di Desa Hutabalang Kecamatan Badiri sebanyak 60 orang guru. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah total sampling (Sitio, 2021).

Instrumen Penelitian

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif karena dalam pengumpulan data dan penafsiran terhadap hasilnya menggunakan angka-angka, Azwar (dalam Tari & Nastiti, 2021) mengemukakan bahwa penelitian dengan pendekatan kuantitatif menekankan analisisnya pada data-data numerical (angka) yang diolah dengan metode statistika. Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat Gambaran Burnout pada Guru SD Negeri di Desa Hutabalang Kecamatan Badiri. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala psikologi yang diukur menggunakan skala Burnout dengan tiga (3) aspek. Skala yang disebar berjumlah 29 item

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam penelitian ini, subjek diambil dari guru SD Negeri di Desa Hutabalang Kecamatan Badiri. Peneliti mengambil subjek total guru di SD Negeri di Desa Hutabalang Kecamatan Badiri berjumlah 60 orang guru.

Tabel 1. Kategorisasi Variabel

Kategori	Burnout Guru
	Skor
Tinggi	$X \geq 135$
Sedang	$98 \geq X \leq 135$
Rendah	$X \leq 98$

Untuk menjelaskan hasil deskriptif dari penelitian diatas, peneliti menjabarkan penempatan setiap guru yang menjadi subjek dalam penelitian ini, berdasarkan kategorisasi dari hasil respon dari para guru. Berikut adalah hasil uji deskriptif dari Burnout.

Tabel 2. Hasil Uji Deskriptif Burnout

No.	Kategori	Frekuensi	Presentas e
1.	Rendah	10	17 %
2.	Sedang	38	63 %
3.	Tinggi	12	20 %
Total		60	100 %

Dari tabel diatas dapat kita ketahui bahwa gambaran burnout pada guru di SD Negeri di Desa Hutabalang Kecamatan badiri, dimana terdapat 10 orang guru (17 %) berada pada kategori rendah, 38 orang guru (63 %) yang berada pada kategori sedang, dan 12 orang guru (20 %) yang berada pada kategori tinggi. Dari tabel pengkategorian secara umum yang dilakukan ternyata tingkat burnout pada guru SD Negeri di Desa Hutabalang Kecamatan Badiri berada pada kategori sedang (Kurniawan, 2015).

Uji Normalitas

Uji normalitas ini dilakukan dengan menggunakan uji one-sample Kolmogorov-smirnov dengan bantuan SPSS forWindows Release 23. Kategori atau ketentuan yang digunakan dalam uji normalitas jika sig $p > 0,05$ maka sebaran dikatakan normal dan sebaliknya jika $p < 0,05$ maka sebaran dikatakan tidak normal.

Tabel 3. Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Burnout
N		60
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	116.4833
	Std. Deviation	18.02117
Most Extreme Differences	Absolute	.089
	Positive	.089
	Negative	-.073
Kolmogorov-Smirnov Z		.089
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

Hasil uji normalitas pada variabel burnout dalam penelitian ini diperoleh sebesar 0,200 maka sebaran data dalam penelitian ini dikatakan normal (Nurrahma et al., 2021). Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat hasil perhitungan data penelitian menunjukkan nilai Kolmogorov-SmirnovZ pada variabel burnout adalah 0,89 dengan nilai signifikansi sebesar

0,200 > 0,05 maka diketahui bahwa data penelitian adalah normal atau memenuhi persyaratan uji normalitas.

SIMPULAN

Pada bagian ini akan diuraikan kesimpulan berupa rangkuman dari hasil penelitian serta saran yang berupa praktis dan metodologi untuk penelitian selanjutnya. Berdasarkan analisis data yang diperoleh dalam penelitian ini, maka dapat disimpulkan beberapa hal yaitu:

1. Berdasarkan kategori secara umum diperoleh hasil bahwa gambaran burnout pada Guru SD Negeri Di Desa Hutabalang kecamatan Badiri, berjumlah 60 orang berada pada kategori sedang. Dari gambaran pengkategorisasian, diketahui bahwa gambaran burnout pada Guru SD Negeri Di Desa Hutabalang kecamatan Badiri lebih banyak berada pada kategori sedang.
2. Berdasarkan kategori dalam aspek dari kelelahan emosional pada variabel Burnout pada guru SD Negeri di Desa Hutabalang Kecamatan Badiri dimana terdapat 10 (17 %) guru berada pada kategori rendah, 39 (65 %) berada pada kategori sedang, dan 11 (18 %) guru yang berada pada kategori tinggi. Dari tabel pengkategorisasian ternyata karyawan lebih banyak berada pada kategori sedang. Berdasarkan kategori dalam aspek depersonalisasi pada variabel Burnout pada guru SD Negeri di Desa Hutabalang Kecamatan Badiri, dimana terdapat 8 (13 %) guru berada pada kategori rendah, 35 (58 %) guru berada pada kategori sedang, dan 17 (28 %) guru yang berada pada kategori tinggi. Dari tabel pengkategorisasian ternyata guru lebih banyak berada pada kategori sedang. Dan berdasarkan kategori dalam aspek rendahnya penghargaan terhadap diri pada variabel Burnout pada guru SD Negeri di Desa Hutabalang Kecamatan Badiri, dimana terdapat 7 (12 %) guru berada pada kategori rendah, 41 (68 %) guru berada pada kategori sedang, dan 12 (20 %) guru yang berada pada kategori tinggi. Dari tabel pengkategorisasian ternyata guru lebih banyak berada pada kategori sedang.

DAFTAR PUSTAKA

- A'yunina, H., & Abdurrohman, A. (2021). Hubungan Antara Stres Akademik Dan Motivasi Berprestasi Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Universitas Islam Sultan Agung Semarang. *Prosiding Konstelasi Ilmiah Mahasiswa Unissula (KIMU) Klaster Humanoira*.
- Adnan Bintang, & Sita Rositawati. (2022). Studi Deskriptif Brunout Pada Guru Yang Melaksanakan Pembelajaran Jarak Jauh. *Bandung Conference Series: Psychology*

- Science*, 2(1), 29–37. <https://doi.org/10.29313/bcsps.v2i1.349>
- Amalia, V. S., & Amelasasih, P. (2022). Gambaran Burnout Belajar Siswa Kelas VI Yang Menempuh Pendidikan Sekolah Dasar Plus Madrasah Diniyah Di Desa Pandanan. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK)*, 4(4), 1761–1767. <https://doi.org/10.31004/jpdk.v4i4.5605>
- Ardini, F. M., & Rosmila, M. (2021). Profil Perencanaan Karir Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling Universitas Mathla'ul Anwar. *Jurnal Selaras: Kajian Bimbingan Dan Konseling Serta Psikologi Pendidikan*, 4(1), 9–16. <https://doi.org/10.33541/jsvol2iss1pp1>
- Arifianti, R. (2023). *Gambaran Academic Burnout Mahasiswa Semester Akhir Jurusan Keperawatan Universitas Diponegoro*. Universitas Diponegoro.
- Dilla, I. F., & Susanti, R. (2022). Sabar Dan Stres Akademik Pada Mahasiswa. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 3(3), 131. <https://doi.org/10.24014/pib.v3i3.17382>
- Habibah, S. (2019). Kondisi Burnout Pada Guru BK/Konselor Di Sekolah Menengah Atas Negeri Kota Pekanbaru Dan Implikasinya Bagi Peran Kepala Sekolah. *Educational Guidance And Counseling Development Journal*, 2(2), 66. <https://doi.org/10.24014/egcdj.v2i2.8264>
- Handayani, H. H. H. (2022). A, The Mindfulness Sebagai Moderator Pada Hubungan Religiusitas Dengan Stress. *Jurnal Psikologi Islam*, 9(1).
- HANIFAH, A. (2019). *Hubungan Antara Sense Of Humor Dengan Burnout Pada Guru Sd Di Jakarta Timur*. UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA. <http://repository.unj.ac.id/id/eprint/3169>
- Indria, I., Siregar, J., & Herawaty, Y. (2019). Hubungan Antara Kesabaran Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Di Pekanbaru. *AN-NAFS*, 13(01), 21–34. <https://migrasi.journal.uir.ac.id/index.php/annafs/article/view/2728>
- Kurniawan, A. (2015). Pengaruh Komitmen Organisasi Terhadap Organizational Citizenship Behavior (OCB) PT X Bandung. *Jurnal Manajemen Maranatha*, 15(1). <https://doi.org/10.28932/jmm.v15i1.28>
- Lubis, A. M. (2020). *Gambaran Burnout Pada Guru Di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Telkom Medan*. Universitas Sumatera Utara.
- Nurrahma, A., Khoirunisa, Y. N., & Khoiriyah, Z. (2021). Hubungan Stres Akademik Dengan Online Student Engagement Pada Mahasiswa Universitas Negeri Jakarta. *Risenologi*, 6(1b), 18–24.
- Piyandini, L., Nurweni, H., & Hartati, R. (2021). Pengaruh Komitmen Organisasi, Lingkungan

- Kerja, Dan Motivasi Terhadap Organizational Citizenship Behavior (OCB) Karyawan PT Sport Glove Indonesia Cabang Wonosari. *Cakrawangsa Bisnis: Jurnal Ilmiah Mahasiswa*, 1(2). <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.35917/Cb.V1i2.186>
- Pranata, B. (2018). *Hubungan Antara Stres Akademik Dengan Perilaku Merokok Mahasiswa (Studi Kasus Mahasiswa IAIN Salatiga Jurusan PAI Angkatan Tahun 2015) SKRIPSI*.
- Purnamasari, D. A. I., Satyadi, H., & Rostiana, R. (2020). Gambaran Professional Quality Of Life (Proqol) Guru Anak Berkebutuhan Khusus. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 4(2), 315. <https://doi.org/10.24912/Jmishumsen.V4i2.7704.2021>
- Ristian, T., Wahyuni, E., & Komalasari, G. (2021). Gambaran Professional Quality Of Life Guru Bimbingan Dan Konseling. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 9(1), 102. <https://doi.org/10.29210/159600>
- Saraswati, K., & Hakim, G. (2019). Pengaruh Komitmen Organisasi Terhadap Organizational Citizenship Behavior Pada Dinas Pendidikan Kabupaten Malang. *Jurnal Sains Psikologi*, 8(2), 238–247. <https://doi.org/10.17977/Um023v8i22019p238>
- Siddiq, F. H., & Suhana. (2023). Pengaruh Computer Self-Efficacy Terhadap Burnout Pada Dosen Kota Bandung Di Era Pandemi. *Bandung Conference Series: Psychology Science*, 3(1), 227–234. <https://doi.org/10.29313/Bcsp.V3i1.5226>
- Sitio, V. S. S. (2021). Pengaruh Komitmen Organisasi Dan Budaya Organisasi Terhadap Kinerja Karyawan Dengan Organizational Citizenship Behavior Sebagai Variabel Intervening Pada Pt . Emerio Indonesia. *Jurnal Ilmiah M-Progress*, 11(1). <https://doi.org/10.35968/M-Pu.V11i1.599>
- Susi Fitri, & Revitia Thalita Salsabila. (2020). Gambaran Self-Compassion Guru Bimbingan Dan Konseling Pada Jenjang SMA Negeri Se-DKI Jakarta. *INSIGHT: Jurnal Bimbingan Konseling*, 9(2), 179–192. <https://doi.org/10.21009/INSIGHT.092.08>
- Suwanto, I., & Fitriyadi, S. (2019). Burnout Guru BK Di Kota Singkawang. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 9(2), 127. <https://doi.org/10.25273/Counsellia.V9i2.5186>
- Tari, A. P. L., & Nastiti, D. (2021). The Relationship Between Peer Social Support And Academic Stress During The Covid-19 Pandemic For Students Of The 3rd Semester Of Psychology And Educational Sciences At Muhammadiyah University Of Sidoarjo. *Academia Open*, 6, 10–21070. <https://doi.org/10.21070/Acopen.6.2022.2193>