

**HUBUNGAN ANTARA *SELF EFFICACY* DENGAN *BURNOUT* PADA  
GURU ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS DI SEKOLAH  
LUAR BIASA B KOTA SURAKARTA**

**SKRIPSI**

*Dalam Rangka Penyusunan Skripsi Sebagai Salah Satu  
Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana  
Psikologi Strata I Psikologi*



**Disusun oleh :**

**Giovanni Battista Winindra A**

**12130164K**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS SETIA BUDI SURAKARTA**

**2019**

## PENGESAHAN SKRIPSI

Berjudul

### HUBUNGAN ANTARA *SELF EFFICACY* DENGAN *BURNOUT* PADA GURU ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS DI SEKOLAH LUAR BIASA B KOTA SURAKARTA

Oleh :

Giovanni Battista Winindra A.  
12130164K

Dipertahankan di depan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi  
Universitas Setia Budi Surakarta dan diterima untuk memenuhi  
sebagian dari syarat-syarat guna memperoleh  
derajat gelar sarjana Psikologi

Pada tanggal :

3 Juli 2019

Mengesahkan,  
Fakultas Psikologi  
Universitas Setia Budi

Dekan,



Drs. Isaac Jogues Kiyok Sito Meiyanto, Ph.D.

Penguji

1. Arif Tri Setyanto, M.Psi., Psikolog
2. Yustinus Joko Dwi Nugroho, M.Psi., Psikolog
3. Nugraha Arif Karyanta, M.Psi., Psikolog

Tanda Tangan

## HALAMAN PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah karya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika ada hal-hal yang tidak sesuai dengan pernyataan ini, maka saya bersedia derajat kesarjanaan saya dicabut.

Surakarta, 3.../7/2019  
METERAI  
TEMPEL  
TGL. 20  
D912BAFF824252978  
6000  
ENAM RIBU RUPIAH  
  
Giovanni Battista Winindra A K

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

**Skripsi ini saya persembahkan untuk :**

1. Bapak dan Ibu yang tidak lelah mendampingi dan mendoakanku.
2. Kakakku, Bernadino Realino Yustisia Kusuma Wardana yang selalu mendukungku.
3. Seluruh keluarga yang selalu mendukungku.
4. Pacarku, Jovita Lovenia Palendeng yang telah menemani saat berjuang.
5. Dosen-dosen dan staf Fakultas Psikologi Universitas Setia Budi yang selalu memberikan arahan yang baik dari awal hingga akhir.
6. Teman-teman kuliah di Universitas Setia Budi dan teman-teman khususnya Fakultas Psikologi 2013.
7. Teman-Teman Harcourts Solo yang selalu memotivasi

## **MOTTO**

*Dia memberikan kekuatan kepada yang lelah dan menambah semangat kepada yang tiada berdaya.*

(Yesaya 10:29)

*Kegagalan itu berat, tetapi lebih buruk lagi jika tidak pernah mencoba untuk sukses*

(Theodore Roosevelt)

*Seseorang dapat memilih untuk kembali ke arah keamanan atau maju ke arah pertumbuhan . Pertumbuhan harus selalu dipilih ; ketakutan harus selalu diatasi*

(Abraham Maslow)

## KATA PENGANTAR

Puji Syukur kepada Tuhan Yesus Kristus atas segala penyertaan-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul Hubungan antara *Self Efficacy* dengan *Burnout* pada Guru Anak Berkebutuhan Khusus di Sekolah Luar Biasa B Kota Surakarta. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Fakultas Psikologi Universitas Setia Budi Surakarta.

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis memiliki keterbatasan dan kelemahan, skripsi ini dapat terselesaikan dengan adanya bimbingan, dukungan, serta bantuan dari berbagai pihak baik dalam moril maupun materil. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan terimakasih sebesar-besarnya atau segala bantuan yang telah diberikan terutama kepada :

1. Bapak Dr. Ir. Djoni Tarigan, MBA selaku Rektor Universitas Setia Budi Surakarta.
2. Bapak Drs. Isaac Jogues Kiyok Sito Meiyanto, Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Setia Budi Surakarta.
3. Bapak Arif Tri Setyanto, M.Psi, Psi selaku dosen pembimbing utama yang telah bersedia meluangkan waktu disela-sela kesibukan untuk memberikan bimbingan, arahan serta saran dengan penuh kesabaran dari awal sampai akhir penyusunan skripsi ini.
4. Bapak Yustinus Joko Dwi Nugroho, M.Psi, Psi selaku dosen pembimbing utama yang telah bersedia meluangkan waktu disela-sela

kesibukan untuk memberikan bimbingan, arahan serta saran dengan penuh kesabaran dari awal sampai akhir penyusunan skripsi ini.

5. Ibu Rosita Yunita, S.Psi, M.Psi, Psi selaku penguji yang memberikan masukan agar skripsi ini menjadi lebih kaya dan berkembang.
6. Bapak Yustinus Joko Dwi Nugroho, M.Psi, Psi selaku dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan arahan serta dukungan untuk penyelesaian skripsi.
7. Ibu Prilya Shanty, M.Si, Psi selaku Ketua Program Studi S1 Fakultas Psikologi Universitas Setia Budi Surakarta.
8. Bapak Mohammad Khasan, S.Psi, M.Si, Bapak Sujoko, S.PdI, S.Psi, M.Si, Bapak Patria Mukti, S.Psi, M.Si dan Ibu Dra. Endang Widyastuti, MA selaku bapak dan ibu dosen yang telah meberikan ilmu dan bimbingan dalam menempuh studi di Fakultas Psikologi Universitas Setia Budi Surakarta.
9. Bapak Suyanto, SE yang telah memberikan bantuan dalam proses administrasi sehingga skripsi ini dapat berjalan lancar.
10. Sekolah Luar Biasa B YRTRW Kota Surakarta dan Sekolah Luar Biasa Negeri Surakarta yang telah meberikan izin untuk melakukan penelitian.
11. Bapak, Ibu dan Kakak serta Sanak Saudara yang telah memberikan dukungan, semangat serta doa sehingga skripsi ini dapat berjalan dengan lancar.

12. Jovita Lovenia Palendeng yang telah menemani dan memberikan dukungan dalam penyelesaian skripsi ini.
13. Tim D'Cancau dan Ropang, Sandy, Agung, Alvin, Langgeng, Gian, Ivan, Wuri yang telah menjadi sahabat dan memberikan motivasi selama menempuh studi dan berwirausaha bersama. Terimakasih untuk doa dan semangatnya
14. Seluruh angkatan 2013, Yoga, Sandy, Lutfi, Agung, Obi, Sulis, Yuni, Yohana, Dama, Risma, Poppy, Nindita, Dita, Nanda, Lita, Neldy, Umi, dan Nana yang telah menjadi teman selama menempuh studi.
15. Teman-teman Fakultas Psikologi Universitas Setia Budi kakak tingkat maupun adik tingkat, teman dari fakultas lain dan pihak-pihak lain yang telah memberikan motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
16. Team Harcourts Solo Raya yang selalu memberikan dukungan untuk menyelesaikan skripsi ini.

Penulis berharap semoga Tuhan Yesus Kristus senantiasa memberkati atas segala bentuk bantuan yang telah penulis terima. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi peneliti khususnya dan pembaca pada umumnya.

Surakarta.../.../ 2019



Giovanni Battista Winindra A K



## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN .....	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	iv
MOTTO .....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
INTISARI.....	xiv
ABSTRACT.....	xv
I. PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	7
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian .....	7
II. TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. <i>Burnout</i> .....	9
1. Pengertian <i>Burnout</i> .....	9
2. Faktor <i>Burnout</i> .....	10

3. Aspek <i>Burnout</i> .....	11
B. <i>Self Efficacy</i> .....	13
1. Pengertian <i>Self Efficacy</i> .....	13
2. Sumber-Sumber <i>Self Efficacy</i> .....	14
3. Aspek <i>Self Efficacy</i> .....	16
C. Hubungan antara <i>Self Efficacy</i> dengan <i>Burnout</i> pada Guru Sekolah Luar Biasa.....	18
D. Kerangka Berpikir .....	20
E. Hipotesis.....	21
III. METODE PENELITIAN.....	22
A. Identifikasi Variabel Penelitian .....	22
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	22
1. <i>Burnout</i> .....	22
2. <i>Self Efficacy</i> .....	23
C. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling Penelitian.....	23
1. Populasi Penelitian.....	23
2. Sample Penelitian .....	24
2. Teknik Sampling Penelitian .....	24
D. Metode Pengumpulan Data .....	25
1. <i>Self Efficacy</i> .....	25
2. <i>Burnout</i> .....	26
E. Validitas dan Reliabilitas .....	28
1. Validitas .....	28

2. Reliabilitas .....	29
F. Teknik Analisis Data .....	29
1. Uji Normalitas.....	30
2. Uji Linearitas.....	30
IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	31
A. Persiapan Penelitian .....	31
1. Orientasi Kancan Penelitian.....	31
2. Proses Perijinan Penelitian .....	33
3. Persiapan Alat Ukur .....	34
B. Pelaksanaan Penelitian.....	37
1. Pengumpulan Data .....	37
2. Pelaksanaan Skoring .....	37
C. Deskripsi Data Penelitian.....	38
1. Deskripsi Subjek Penelitian .....	38
2. Deskripsi Data Penelitian.....	39
D. Analisis Data Penelitian .....	42
1. Uji Asumsi Dasar .....	42
2. Uji Hipotesis .....	44
E. Pembahasan.....	45
V. KESIMPULAN DAN SARAN.....	49
A. Kesimpulan .....	49
B. Saran.....	49
VI. DAFTAR PUSTAKA .....	52

## DAFTAR TABEL

Nomor	Judul	Halaman
Tabel 1.	<i>Blue Print</i> Skala <i>Self Efficacy</i> .....	26
Tabel 2.	<i>Blue Print</i> Skala <i>Burnout</i> .....	28
Tabel 3.	Distirbusi Item Valid dan Gugur Skala <i>Self Efficacy</i> .....	36
Tabel 4.	Distirbusi Item Valid dan Gugur Skala <i>Burnout</i> .....	37
Tabel 5.	Deskripsi Subjek Berdasarkan Usia .....	38
Tabel 6.	Distirbusi Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin .....	39
Tabel 7.	Deksripsi Data Hasil Penelitian .....	39
Tabel 8.	Norma Kategorisasi Subjek .....	40
Tabel 9.	Deksripsi Kategorisasi Variabel Penelitian .....	41
Tabel 10.	Hasil Uji Normalitas .....	82
Tabel 11.	Hasil Linearitas .....	82
Tabel 12.	Hasil Uji Hipotesis .....	83

## DAFTAR LAMPIRAN

A. Lampiran A Alat Ukur Penelitian .....	55
1. Skala <i>Self Efficacy</i> .....	57
2. Skala <i>Burnout</i> .....	60
B. Lampiran B Tabulasi Data Penelitian .....	62
1. Tabulasi Data <i>Self Efficacy</i> .....	62
2. Tabulasi Data <i>Burnout</i> .....	64
C. Lampiran C Uji Validitas dan Reliabilitas .....	66
1. Validitas dan Reliabilitas Skala <i>Self Efficacy</i> .....	66
2. Validitas dan Reliabilitas Skala <i>Burnout</i> .....	74
D. Lampiran D Hasil Tabulasi Data Uji Validitas dan Reliabilitas .....	78
1. Tabulasi Data <i>Self Efficacy</i> .....	78
2. Tabulasi Data <i>Burnout</i> .....	80
E. Lampiran D Analisis Deskriptif, Uji Asumsi, Uji Hipotesis .....	82
1. Uji Deskriptif .....	82
2. Uji Normalitas.....	82
3. Uji Linearitas.....	82
4. Uji Hipotesis .....	83
F. Lampiran F Outliner.....	84
1. Outliner <i>Self Efficacy</i> .....	84
2. Outliner <i>Burnout</i> .....	87
G. Lampiran Surat Ijin Penelitian .....	90

**HUBUNGAN ANTARA *SELF EFFICACY* DENGAN *BURNOUT* PADA  
GURU ANAK BERKEBUTUHAN KHUSUS DI SEKOLAH LUAR BIASA  
B KOTA SURAKARTA**

**Giovanni Battista Winindra A  
12130164K**

**Fakultas Psikologi Universitas Setia Budi**

**INTISARI**

Guru Sekolah Luar Biasa seringkali mengalami tekanan-tekanan disaat melakukan pekerjaan, tekanan ini dapat mengakibatkan stres pada diri individu, bila tidak dapat ditangani dengan baik dan berkepanjangan akan menimbulkan *burnout*. Hal yang mempengaruhi *burnout* adalah faktor kepribadian, dalam hal kepribadian terkait dengan *self efficacy*. Dengan adanya *self efficacy*, guru Sekolah Luar Biasa mampu untuk menangani tekanan-tekanan dalam dirinya.

Subjek dalam penelitian ini terdiri atas guru-guru pengajar SLB B di Sekolah Luar Biasa B YRTRW dan Sekolah Luar Biasa Negeri Surakarta dengan total jumlah 32 orang. Penelitian ini menggunakan dua alat ukur yaitu skala *burnout* dan skala *self efficacy*. Hipotesis yang diajukan adalah terdapat hubungan negatif antara *self efficacy* dengan *burnout*. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pengambilan sampel dilakukan dengan teknik sample jenuh.

Metode yang digunakan untuk analisis data adalah korelasi *Product Moment* dari Karl Pearson dengan bantuan *SPSS 21.0 for windows release*. Hasil analisis menunjukkan koefisien sebesar sebesar  $r_{xy} = - 0.530$  dengan  $p = 0.003$  ( $p < 0,05$ ). Hal tersebut membuktikan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *self efficacy* dengan *burnout*. semakin tinggi *self efficacy* maka tingkatan *burnout* semakin rendah begitu sebaliknya.

**Kata Kunci : *Self Efficacy, Burnout***

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF EFFICACY AND BURNOUT TO  
THE EXCEPTIONAL CHILDREN'S TEACHER  
ON B SPECIAL SCHOOL SURAKARTA**

**Giovanni Battista Winindra A  
12130164K**

**Faculty of Psychology, University of Setia Budi**

**ABSTRACT**

Teachers on Special School were often faced with pressures when did their duty. These pressures can result stress to individuals, if this cannot handled properly and it prolonged will cause Burnout. Thing that can affect Burnout is a factor of personality, in terms of personality related to Self Efficacy. With the presence of Self Efficacy, teachers of Special School can handle the pressures in themselves.

The subject of this research consisted of teachers of B Special School in B YRTRW Special School and Surakarta State Special School with total amount 32 people. This research used two measuring instruments are Burnout scale and Self Efficacy scale. The proposed hypothesis is that there is a negative connection between Self Efficacy and Burnout. This research used quantitative method with sampling techniques of saturated sample.

Method used to analyze the data is product moment correlation from Karl Pearson with the help of SPSS 21.0 for Windows release. The results of this research showed the coefficient = - 530 with  $p = 0.003$  ( $p < 0,05$ ). It proves there is a significant negative relationship between Self Efficacy and Burnout. The higher the Self Efficacy then the lower the level of Burnout, so instead.

**Keywords: Self Efficacy, Burnout**

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Kemajuan oleh bangsa ini salah satunya ditentukan dengan pendidikan, dengan adanya pendidikan yang baik disekolah maka dapat mencerdaskan kehidupan masyarakat. Pendidikan ini tidak hanya pelajaran sekolah tetapi nilai moral juga dapat didapatkan peserta didik, peserta didik salah satunya adalah anak yang berkebutuhan khusus. Anak berkebutuhan khusus perlu untuk mendapatkan pendidikan yang baik, sehingga anak berkebutuhan khusus mempunyai keterampilan untuk menjalani masa depannya dan dapat menjalani kehidupannya lebih baik lagi. Salah satunya dengan pendidikan Sekolah Luar Biasa (SLB), Sekolah Luar Biasa (SLB) merupakan sekolah untuk anak-anak yang mengalami keterbelakangan mental sehingga memiliki hambatan dalam kehidupan akademik maupun sosial (Geniofam, 2010).

Jumlah Anak Berkebutuhan Khusus di Indonesia berjumlah 1,6 juta dan sekitar 115 ribu yang mendapat pendidikan di Sekolah Luar Biasa (Kemdikbud.go.id, 2017). Pendidikan sekolah luar biasa berbeda dengan sekolah umum, guru di Sekolah Luar Biasa mempunyai kesabaran dan ketekunan yang lebih untuk mendidik peserta didiknya yang berkebutuhan khusus, serta saat mengajar guru harus mampu untuk membaca apa yang diinginkan oleh anak didiknya sehingga anak didik yang diajarkan dapat



mengerti secara jelas apa yang dijelaskan oleh guru Rosdiana (dalam Firnansyah dan Widuri, 2014). Beban yang dialami oleh guru anak berkebutuhan khusus berbeda dengan guru yang mengajar peserta didik normal, sehingga permasalahan-permasalahan yang muncul dapat menjadi tekanan dan menimbulkan stres pada diri individu.

*Stressor* eksternal pada guru anak berkebutuhan khusus di sebabkan oleh beberapa hal seperti perilaku tantrum anak sebelum masuk kelas, perkembangan anak yang tidak signifikan dan adanya tuntutan dari orang tua untuk anak dalam hal peningkatan perkembangan tetapi orang tua masih kurang mempercayai pendidikan yang telah diberikan oleh pendidikan serta *stressor* internal pada Guru Anak Berkebutuhan Khusus seperti perasaan cemas dan kecewa (Nugroho dan Khasan, 2016). Muswati dkk (dalam Rahayu dan Itadriani, 2013) stres pada Guru SLB disebabkan oleh beberapa faktor antara lain kesehatan guru saat waktu mengajar, kondisi siswa yang kurang bersemangat dalam mengikuti proses pembelajaran saat dikelas sehingga menyebabkan kurang bersemangat, guru merasa tidak tenang dalam mengajar karena siswa sering keluar masuk kelas dan hubungan antar siswa yang kurang baik.

Stres yang tidak dapat ditangani dengan baik dan berkepanjangan dapat menimbulkan *burnout*, dimana terdapat suatu kondisi mental dan emosional serta kelelahan fisik karena stres yang berlanjut dan tidak dapat teratasi dengan baik dan hal tersebut berpengaruh terhadap prestasi kerja pada diri seseorang (Siagian, 2001). *Burnout* meliputi kelelahan fisik, kelelahan

mental dan emosi yang disebabkan stres yang berhubungan dengan pekerjaan yang bisa terjadi pada individu yang berkerja dalam bidang pelayanan sosial (Waiten dalam Nugroho dkk, 2012). *Burnout* merupakan gejala kelelahan emosional yang disebabkan oleh tingginya tuntutan pekerjaan yang sering dialami individu yang bekerja pada situasi dimana individu tersebut harus melayani kebutuhan orang banyak (Makanani dan Triyoga dalam Mahendra dan Mujiati, 2015).

Harrison DF (dalam Harnida, 2015) di Eropa menunjukkan 43% *burnout* dialami pekerja kesehatan dan sosial (perawat), 32% dialami oleh guru (pendidik), 9 % dialami oleh pekerja administrasi dan 4% pekerja di bidang hukum dan kepolisian serta 2 % dalam pekerjaan lainnya, dari presentase tersebut salah satu pekerjaan yang rentan mengalami *burnout* adalah tenaga pendidik (guru). *Burnout* rentan dialami oleh individu yang berkerja pada bidang pelayanan sosial atau kebutuhan orang banyak salah satunya adalah guru yang mengajar anak berkebutuhan khusus.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan peneliti di lapangan, fenomena *burnout* juga terjadi pada guru di Sekolah Luar Biasa (SLB) Kota Surakarta. Peneliti melakukan wawancara awal kepada salah satu guru di Sekolah Luar Biasa. Ibu E sebagai narasumber telah menjadi guru untuk anak berkebutuhan khusus selama 20 tahun. Awal saat menjadi guru untuk anak berkebutuhan khusus beliau menunturkan adanya beban dimana beban emosi tersebut muncul karena adanya faktor saat mengajar siswa di sekolah serta faktor yang ada diluar sekolah seperti menjadi ibu

rumah tangga. Dalam hal ini Ibu E mempunyai peran ganda, beban emosi tersebut mempengaruhi juga kondisi fisik beliau dimana akhirnya mengalami kelelahan fisik tersebut mengharuskannya setiap dua minggu sekali berobat di Rumah Sakit.

*Burnout* yang dialami setiap individu berbeda-beda, terdapat *burnout* yang menyebabkan kelelahan fisik dan emosi yang berat sehingga mengakibatkan individu mengalami gangguan kesehatan seperti pusing, sesak nafas dan kelelahan emosi yang menyebabkan tekanan pada diri individu seperti yang dialami oleh Ibu E saat mengajar sebagai guru anak berkebutuhan khusus di Sekolah Luar Biasa hal tersebut disebabkan oleh stres yang berkepanjangan serta beban emosi yang sudah terlalu banyak sehingga menimbulkan gejala *burnout* tersebut. Tidak semua guru anak berkebutuhan khusus yang mengalami *burnout* mengalami kelelahan emosi dan kesehatan yang terjadi seperti Ibu E, hal tersebut dipengaruhi oleh tekanan-tekanan yang berbeda pada masing-masing pada diri individu.

Menurut Pines dan Aronson dalam Maharani dan Triyoga (2012) gejala-gejala seseorang yang mengalami *burnout* secara umum mengalami sakit fisik, dimana individu mengalami sakit kepala, demam, sakit pinggang, tegang pada otot leher dan bahu, susah tidur dan lelah yang kronis. Selain sakit fisik *burnout* juga mendatangkan kelelahan emosi pada diri individu seperti individu mengalami rasa bosan, mudah tersinggung, sinisme, suka marah, gelisah, putus asa, sedih dan mengalami perasaan tertekan serta tidak berdaya. Individu yang *burnout*, juga mengalami kelelahan secara mental

seperti acuh tak acuh pada lingkungan, sikap negatif terhadap orang lain, konsep diri yang rendah, putus asa dengan jalan hidup yang dijalannya.

Guru Anak Berkebutuhan Khusus yang mengalami *burnout* berpotensi untuk menarik diri dari lingkungan, merasa tidak yakin serta tidak mampu untuk menyelesaikan tugas-tugas yang dijalani dikarenakan melihat anak berkebutuhan khusus dianggap sebagai beban atau masalah dalam kehidupannya dan hal tersebut tidak dijadikan sebagai tantangan oleh individu (Rusdianti dalam Septianisa dan Caninsti, 2016). Tingkat *burnout* yang tinggi pada individu dapat memberikan dampak buruk bagi individu tersebut, misalnya menurunnya performa saat bekerja, merasa tidak berdaya serta berkurangnya kepuasan dalam hidup dan muncul gejala simptom-simptom psikosomatik (Linch dalam Adriansyah dan Sahrah, 2014).

Beban kerja yang dialami guru anak berkebutuhan khusus membuat guru tidak yakin atas tuntutan yang harus dijalankan dan hal tersebut membuat seorang individu mengalami tekanan dalam pribadi individu. Menurut Maslach dkk dalam Hardiyanti (2013) faktor yang berpengaruh dalam individu mengalami *burnout* adalah faktor situasional, terdiri atas karakteristik pekerjaan, jenis pekerjaan dan karakteristik organisasi serta faktor individual, didalamnya terdiri atas karakteristik demografis, karakteristik kepribadian dan sikap terhadap pekerjaan. Maslach (dalam Puspitasari dan Handanyani, 2014) salah satu faktor yang mengakibatkan seseorang mengalami *burnout* adalah faktor individu, dimana terdapat karakteristik kepribadian didalamnya, hal ini terkait dengan *self efficacy*. *Self efficacy* ini penting dimiliki oleh seorang

guru dimana seringkali guru tidak mempunyai keyakinan dengan tugas yang dijalankannya. *Self efficacy* mampu menumbuhkan sikap positif pada diri individu terhadap pekerjaan, sehingga menimbulkan rasa tanggung jawab serta lebih menikmati pekerjaan yang individu lakukan (Hartawati dan Mariyanti, 2014)

Sekolah Luar Biasa (SLB) berbeda dengan Sekolah pada umumnya dimana guru harus mampu memberikan pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan dari anak-anak berkebutuhan khusus sehingga guru sekolah luar biasa perlu mempunyai kemampuan dalam diri untuk yakin serta dapat bertahan dalam menghadapi permasalahan-permasalahan yang dihadapi, hal tersebut berkaitan dengan kemampuan *self efficacy*. Dengan memiliki *self efficacy* yang baik guru sekolah luar biasa mampu untuk mengatasi *stressor-stressor* yang ada sehingga tidak menimbulkan gejala *burnout* dan guru yang mempunyai *self efficacy* dapat meraih kesuksesannya salah satunya dalam hidupnya, seperti melihat anak didiknya berhasil.

Dengan adanya *self efficacy*, guru memiliki kepercayaan diri untuk menginspirasi siswa untuk mencapai potensi dengan maksimal dan meningkatkan kemampuan yang dimiliki oleh peserta didik, sehingga terbangun kompetensi yang tinggi pada peserta didik. Berdasarkan penelitian Maharani mengenai Hubungan Tingkat *Self Efficacy* Guru dengan Tingkat *Burnout* pada Guru Sekolah Inklusi di Surabaya semakin tingkat *self efficacy* guru maka semakin rendah tingkat *burnout* guru (Maharani dalam Septianisa dan Caninsti, 2016).

Berdasarkan uraian diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan antara *self efficacy* dengan *burnout* pada Guru Anak Berkebutuhan Khusus di Sekolah Luar Biasa Kota Surakarta.

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian dari latar belakang tersebut maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah, apakah ada hubungan antara *Self Efficacy* dengan *Burnout* pada Guru Anak Berkebutuhan Khusus di Sekolah Luar Biasa B Kota Surakarta ?

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui antara Hubungan antara *Self Efficacy* dengan *Burnout* pada Guru Anak Berkebutuhan Khusus di Sekolah Luar Biasa B Kota Surakarta.

### **D. Manfaat Penelitian**

Manfaat dari penelitian ini meliputi manfaat secara teoritis maupun manfaat secara praktis yaitu :

#### 1. Manfaat teoritis

Dapat memberikan sumbangan pengetahuan dan menambah referensi penelitian selanjutnya khususnya psikologi pendidikan.

#### 2. Manfaat praktis

##### a. Bagi Sekolah Luar Biasa di Kota Surakarta

Dapat memberikan gambaran mengenai tingkat *self efficacy* pada guru anak berkebutuhan khusus di Sekolah Luar Biasa, dengan adanya hal tersebut sekolah dapat memberikan

pelayanan peningkatan kepribadian pada guru anak berkebutuhan khusus sehingga dapat meningkatkan kinerja di Sekolah Luar Biasa salah satunya dengan meningkatkan *self efficacy*.

b. Bagi Guru Sekolah Luar Biasa B Kota Surakarta

Dapat memberikan gambaran mengenai *self efficacy*, dengan hal ini. Guru Sekolah Luar Biasa dapat meningkatkan *self efficacy* dengan beberapa cara seperti mengikuti program pengembangan diri yang berhubungan dengan *self efficacy*.