

**HUBUNGAN SELF-EFFICACY DAN BURNOUT PADA GURU  
SMP KABUPATEN OKU TIMUR PROVINSI SUMATERA  
SELATAN DI MASA PANDEMI COVID-19**

SKRIPSI

Ruruh Listiarini

17.E1.0050



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA  
SEMARANG

2023

**HUBUNGAN SELF-EFFICACY DAN BURNOUT PADA GURU  
SMP KABUPATEN OKU TIMUR PROVINSI SUMATERA  
SELATAN DI MASA PANDEMI COVID-19**

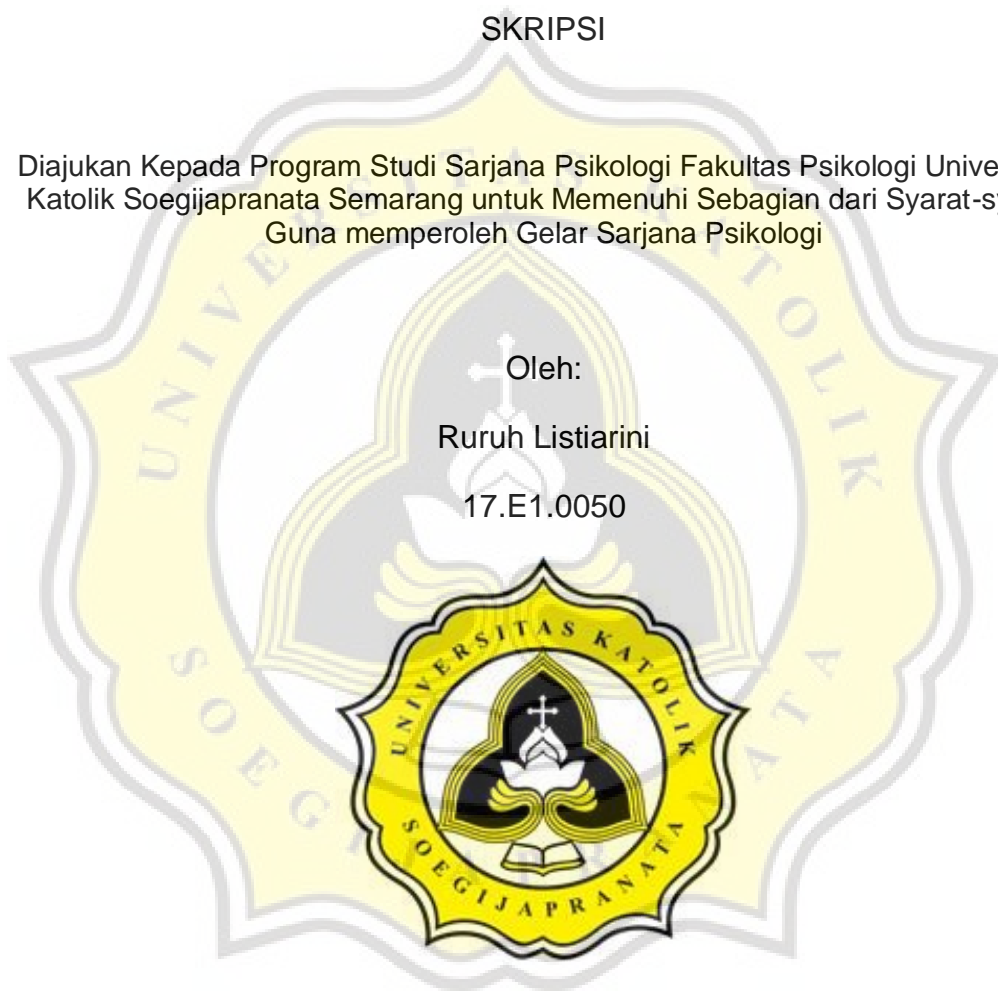
SKRIPSI

Diajukan Kepada Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi Universitas  
Katolik Soegijapranata Semarang untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat-syarat  
Guna memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Oleh:

Ruruh Listiarini

17.E1.0050



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA  
SEMARANG

2023

**HALAMAN PENGESAHAN**

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Program Studi Sarjana Psikologi  
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang dan Diterima  
untuk Memenuhi Sebagian Syarat-syarat Guna Memperoleh  
Gelar Sarjana Psikologi

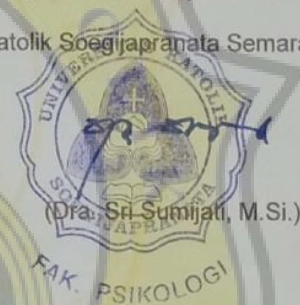
Pada Tanggal

18 April 2023

Mengesahkan

Ketua Program Studi Sarjana Psikologi

Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang



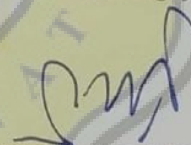
(Dra. Sri Sunijati, M.Si.)

**Pembimbing Utama**



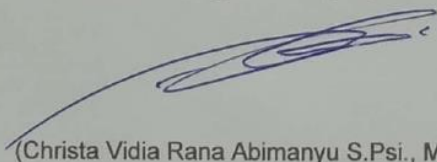
(Lucia Trisni Widianingtanti S.Psi., M.Si.)

**Dewan Penguji**



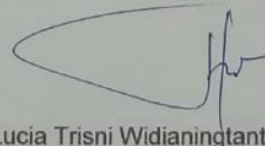
(Dr. Alphonsus Rachmad Djati Winarno)

**Pembimbing Pendamping**



(Christa Vidia Rana Abimanyu S.Psi., M.Psi.)

(Eugenius Tintus Reinaldi S.Psi., M.Psi)



(Lucia Trisni Widianingtanti S.Psi., M.Si.)

**HALAMAN PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI****HALAMAN PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI**

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ruruh Listiarini

NIM : 17.E1.0050

Program Studi / Konsentrasi : Psikologi

Fakultas : Psikologi

Dengan ini saya menyatakan bahwa laporan tugas akhir dengan judul "HUBUNGAN SELF-EFFICACY DAN BURNOUT PADA GURU SMP KABUPATEN OGAN KOMERING ULU TIMUR PROVINSI SUMATERA SELATAN DI MASA PANDEMI COVID-19" tidak terdapat karya yang pernah digunakan untuk memperoleh gelar akademik di suatu perguruan tinggi, dan tidak terdapat juga karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali yang sengaja diacu dalam naskah skripsi ini dan disebutkan dalam kepustakaan.

Semarang, 28 Maret 2023

Yang menyatakan,



Ruruh Listiarini

17.E1.0050

**HALAMAN PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK  
KEPENTINGAN AKADEMIS**

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ruruh Listiarini

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Psikologi

Jenis Karya : Skripsi

Menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Katolik Soegijapranata Semarang Hak Bebas Royalti Noneksklusif atas karya ilmiah yang berjudul "HUBUNGAN SELF-EFFICACY DAN BURNOUT PADA GURU SMP KABUPATEN OKU TIMUR PROVINSI SUMATERA SELATAN DI MASA PANDEMI COVID-19" beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Katolik Soegijapranata berhak menyimpan, mengalihkani media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir ini selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Semarang, 5 Mei 2023

Yang menyatakan



Ruruh Listiarini

## UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur saya ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat, rahmat, dan karunia-Nya, sehingga saya berhasil menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Self-Efficacy Dan Burnout Pada Guru SMP Kabupaten OKU Timur Provinsi Sumatera Selatan Di Masa Pandemi Covid-19”. Penelitian ini disusun untuk memenuhi persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang. Saya sebagai peneliti menyadari bahwa tanpa dukungan dan bimbingan dari berbagai pihak, penyusunan skripsi ini tidaklah sempurna.

Penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari dukungan banyak pihak, untuk itu penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Dr. Kristiana Haryanti, M.Si. selaku Dekan Fakultas Psikologi, Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.
2. Dra. Sri Sumijati, M.Si. selaku Kepala Program Studi Sarjana Psikologi, Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.
3. Monika Windriya Satyajati, S.Psi., M.Psi., Psikolog. selaku dosen wali yang telah memberikan bimbingan, semangat, arahan, dan dukungan selama masa-masa penyelesaian skripsi ini.
4. Lucia Trisni Widianingtanti S.Psi., M.Si. selaku dosen pembimbing pertama yang telah meluangkan waktunya dan dengan sabar membimbing serta memberikan arahan dan nasehat dalam menyelesaikan skripsi ini.

5. Christa Vidia Rana Abimanyu S.Psi., M.Psi. selaku dosen pembimbing kedua yang telah meluangkan waktunya dan dengan sabar membimbing serta memberikan semangat, arahan dalam melengkapi isi skripsi ini.
6. Orang tua dan kakak saya yang selalu memberikan banyak dukungan dan doa sehingga saya berhasil menyelesaikan skripsi.
7. Seluruh responden penelitian yang sudah meluangkan waktu untuk mengisi skala penelitian saya.
8. Orang terdekat saya, Oda Sanjaya, Mega Sariati, Natasya, Laras, Cornelia Agata, Agnesia Karlina, dan Anne sudah memberikan waktunya untuk men-support selama proses penyelesaian skripsi saya.
9. Pihak sekolah yang telah meluangkan waktunya membantu penyebaran skala secara *online* maupun *offline*.
10. Serta dukungan seluruh pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari banyaknya kekurangan dalam penelitian ini. Penulis harap skripsi ini dapat berguna bagi para pembacanya. Akhir kata, penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang terlibat dalam penyusunan tugas akhir ini.

Semarang, \_\_\_\_\_

Ruruh Listiarini

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
HALAMAN PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	iv
UCAPAN TERIMA KASIH.....	v
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
ABSTRAK.....	xii
ABSTRACT.....	xii
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1    Latar Belakang Masalah.....	1
1.2    Tujuan Penelitian.....	5
1.3    Manfaat Penelitian.....	6
1.3.1.    Manfaat Teoritis.....	6
1.3.2.    Manfaat Praktis.....	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1. Burnout.....	7
2.1.1. Pengertian <i>Burnout</i> .....	7
2.1.2. Aspek-aspek Burnout.....	8
2.1.3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Burnout.....	10
2.2. Self-Efficacy.....	12
2.2.1. Pengertian Self-Efficacy.....	12
2.2.2. Aspek-aspek Self-Efficacy.....	13
2.3. Pandemi Covid-19.....	15
2.4. Dinamika Hubungan Antara Self-Efficacy dan Burnout.....	16
2.4. Hipotesis.....	18



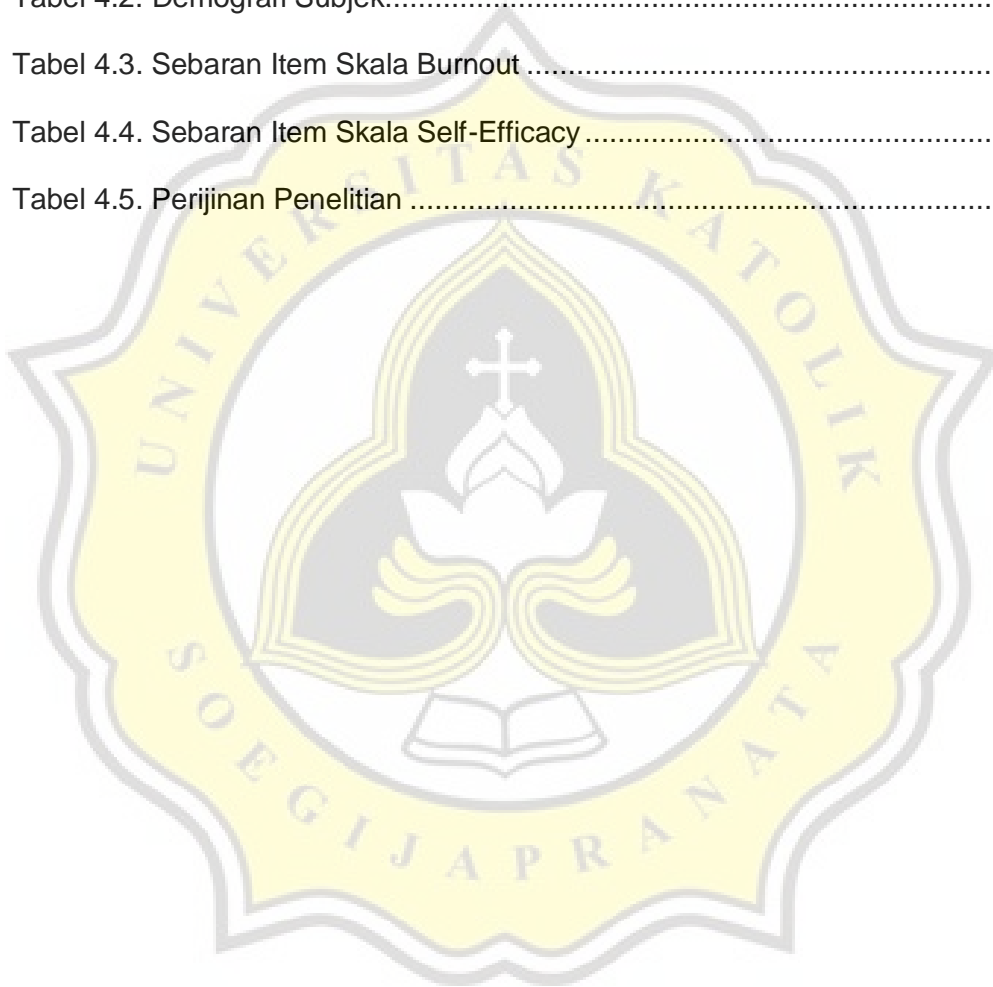
BAB 3 METODE PENELITIAN.....	19
3.1. Metode Penelitian Yang Digunakan.....	19
3.2. Identifikasi Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	19
3.2.1. Identifikasi Variabel Penelitian .....	19
3.2.3. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	20
3.3. Populasi dan Sampling.....	20
3.4. Teknik Pengumpulan Data .....	21
3.4.1. Skala <i>Burnout</i> .....	21
3.4.2. Skala <i>Self-efficacy</i> .....	22
3.5. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	22
3.5.1. Uji Validitas .....	22
3.5.2. Uji Reliabilitas .....	23
3.6. Metode Analisis Data.....	23
BAB 4 PERSIAPAN DAN PELAKSANAAN PENELITIAN .....	24
4.1. Orientasi Kanchah.....	24
4.2. Persiapan Pengumpulan Data Penelitian .....	25
4.2.1. Penyusunan alat ukur .....	25
4.2.2. Perijinan penelitian.....	27
4.3. Pelaksanaan Pengumpulan Data Penelitian.....	27
4.4. Uji validitas dan reliabilitas alat ukur .....	29
4.4.1. Uji validitas dan reliabilitas skala <i>burnout</i> .....	29
BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	30
5.1. Hasil Penelitian.....	30
5.1.1. Uji Asumsi.....	30
5.1.2. Uji Hipotesis.....	31
5.2. Pembahasan .....	31
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN .....	35
6.1. Kesimpulan .....	35
6.2. Saran .....	35
6.2.1. Saran Bagi Sekolah .....	35
6.2.2. Saran Bagi Peneliti Selanjutnya .....	35
DAFTAR PUSTAKA.....	36

LAMPIRAN .....40



**DAFTAR TABEL**

	Halaman
Tabel 3.1. Blueprint Skala Burnout.....	22
Tabel 3.2. Blueprint Skala Self-Efficacy .....	22
Tabel 4.1. Orientasi Kancah.....	24
Tabel 4.2. Demografi Subjek.....	24
Tabel 4.3. Sebaran Item Skala Burnout .....	26
Tabel 4.4. Sebaran Item Skala Self-Efficacy .....	26
Tabel 4.5. Perijinan Penelitian .....	27



## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
LAMPIRAN A SKALA PENELITIAN .....	40
A-1 Skala <i>Burnout</i> .....	41
A-2 Skala <i>Self-Efficacy</i> .....	48
LAMPIRAN B DATA KASAR PENELITIAN .....	54
B-1 Data Kasar <i>Burnout</i> .....	55
B-2 Data Kasar <i>Self-Efficacy</i> .....	60
B-3 Data Total Skor Item dan Stratifikasi.....	63
LAMPIRAN C UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS.....	68
C-1 Uji Validitas dan Reliabilitas Skala <i>Self-Efficacy</i> .....	69
LAMPIRAN D UJI ASUMSI.....	71
D-1 Uji Normalitas.....	72
D-2 Uji Linearitas <i>Self-Efficacy</i> dan <i>Burnout</i> .....	75
LAMPIRAN E UJI HIPOTESIS.....	78
E-1 Uji Hipotesis <i>Self-Efficacy</i> dan <i>Burnout</i> .....	79
LAMPIRAN F BUKTI PLAGIASI.....	81
F-1 Bukti Plagiasi.....	82

## ABSTRAK

Tujuan penelitian adalah mengetahui hubungan antara *self-efficacy* dengan *burnout* pada guru. Hipotesis dari penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif antara *self-efficacy* dan *burnout* pada guru SMP Kabupaten OKU Timur, Provinsi Sumatera Selatan di masa pandemi. Semakin tinggi *self-efficacy* yang dimiliki guru, maka semakin rendah *burnout*, demikian sebaliknya. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan alat ukur skala *self-efficacy* dan *burnout* yang disebar menggunakan media lembar kuesioner maupun Google Form. Responden penelitian sejumlah 85 guru dengan teknik *convenience sampling*. Hasil uji normalitas *burnout*  $p=0,204$  dan *self-efficacy*  $p=0,731$  (sig  $p>0,05$ ). Hasil uji linear menunjukkan nilai  $p=0,00$  (sig  $p<0,05$ ) dengan hasil F hitung 49,674. Hasil uji hipotesis menggunakan teknik korelasi Pearson Product Moment dengan hasil nilai  $r_{xy} = -0,612$  dan signifikansi  $p=0,00$  (sig  $p<0,01$ ). Berdasarkan hasil pengujian hipotesis, didapatkan kesimpulan bahwa hipotesis diterima.

Kata kunci: *self-efficacy*, *burnout*, guru



## ABSTRACT

The research objective was to determine the relationship between self-efficacy and teacher burnout. The hypothesis of this study is that there is a negative relationship between self-efficacy and burnout in junior high school teachers in OKU Timur Regency, South Sumatra Province during a pandemic. The higher self-efficacy, the lower the teacher's burnout, and vice versa. This study uses a quantitative research method with measuring tools of self-efficacy and burnout scales which are distributed using questionnaire sheet media and Google Forms. The research respondents were 85 teachers using convenience sampling technique. Burnout normality test results  $p=0.204$  and self-efficacy  $p=0.731$  (sig  $p>0.05$ ). The results of the linear test showed a value of  $p = 0.00$  (sig  $p <0.05$ ) with an F count of 49.674. The results of the hypothesis testing used the Pearson Product Moment correlation technique with the result that the value of  $r_{xy} = -0.612$  and a significance of  $p = 0.00$  (sig  $p <0.01$ ). Based on the results of hypothesis testing, it is concluded that the hypothesis is accepted.

Keywords: self-efficacy, burnout, teacher

