



LAMPIRAN



LAMPIRAN A
SKALA PENELITIAN



LAMPIRAN A-1
SKALA *BURNOUT*

SKALA I

Alternatif jawaban untuk skala di bawah ini adalah sebagai berikut :

- **SS** = Sangat sesuai, apabila pernyataan tersebut sangat sesuai dengan keadaan Bapak/ Ibu.
- **S** = Sesuai, apabila pernyataan tersebut sesuai dengan keadaan Bapak/ Ibu.
- **TS** = Tidak sesuai, apabila pernyataan tersebut tidak sesuai dengan keadaan Bapak/ Ibu.
- **STS** = Sangat tidak sesuai, apabila pernyataan tersebut sangat tidak sesuai dengan keadaan Bapak/ Ibu.

NO	PERNYATAAN	PILIHAN JAWABAN			
		SS	S	TS	STS
1.	Kepala saya sering terasa pusing jika harus menghadapi murid-murid yang berkelahi di dalam kelas.	SS	S	TS	STS
2.	Saya tetap bersemangat bekerja meskipun saya merasa tidak enak badan.	SS	S	TS	STS
3.	Saya sering marah jika murid-murid saya membuat kekacauan di dalam kelas.	SS	S	TS	STS
4.	Walaupun sedang bersedih, saya tetap berusaha untuk bekerja sebaik-baiknya.	SS	S	TS	STS
5.	Saya kurang suka membantu rekan saya yang sedang mengalami kesulitan, karena rekan saya tidak pernah membantu saya pada saat saya sedang dalam kesulitan.	SS	S	TS	STS
6.	Saya menyadari bahwa saya kecewa saat hasil kerja saya diremehkan oleh orang lain.	SS	S	TS	STS
7.	Saya tidak peduli jika ada murid yang tidak mampu mengikuti pelajaran yang diberikan.	SS	S	TS	STS
8.	Saya dapat merasakan kesusahan para orang tua murid dikarenakan keadaan anak-anak mereka.	SS	S	TS	STS
9.	Saya merasa produktifitas kerja saya akhir-akhir ini menurun.	SS	S	TS	STS
10.	Saya optimis dapat mendidik murid-murid saya sehingga mereka menjadi lebih baik, meskipun mereka memiliki keterbatasan.	SS	S	TS	STS
11.	Perut saya terasa mual jika memikirkan murid saya yang begitu sulit diatur.	SS	S	TS	STS

12.	Saya tidak pernah mengalami kesulitan tidur, sekalipun ada banyak pekerjaan yang harus saya selesaikan.	SS	S	TS	STS
13.	Saya tidak bisa melakukan pekerjaan apapun ketika saya sedang menghadapi masalah.	SS	S	TS	STS
14.	Saya tidak mudah tersinggung jika ada orang tua murid yang mengkritik cara mengajar saya.	SS	S	TS	STS
15.	Saya sulit percaya pada orang lain menyangkut hal-hal yang berhubungan dengan cara mendidik murid.	SS	S	TS	STS
16.	Saya berusaha bersikap tenang pada setiap orang walaupun saya sedang menghadapi banyak masalah.	SS	S	TS	STS
17.	Saya malas mengajar murid-murid saya yang sulit diatur.	SS	S	TS	STS
18.	Saya selalu berusaha bergaul akrab dengan para orang tua murid saya.	SS	S	TS	STS
19.	Saya merasa malu dengan pekerjaan saya.	SS	S	TS	STS
20.	Bila saya sedang mengalami masalah dengan murid, saya dapat mencari jalan keluarnya yang logis.	SS	S	TS	STS
21.	Saya sering sulit tidur jika memikirkan pekerjaan-pekerjaan di sekolah.	SS	S	TS	STS
22.	Nafsu makan saya tidak pernah terganggu walaupun harus dibebani tanggung jawab mengurus murid-murid.	SS	S	TS	STS
23.	Setiap kali ada masalah di sekolah saya mudah sekali terpancing emosi.	SS	S	TS	STS
24.	Saya tidak mudah bingung jika dihadapkan pada berbagai masalah mengenai murid-murid di sekolah.	SS	S	TS	STS
25.	Saya akan merasa senang jika bisa terbebas dari pekerjaan untuk beberapa waktu.	SS	S	TS	STS
26.	Saya akan tetap mengajar murid-murid saya dengan sebaik mungkin, meskipun saya sedang mengalami masalah yang berat.	SS	S	TS	STS
27.	Saya tidak peduli dengan masalah seseorang karena masalah saya sendiri sudah banyak.	SS	S	TS	STS
28.	Saya tetap peduli dengan kesulitan orang lain walaupun masalah saya sendiri menumpuk.	SS	S	TS	STS
29.	Saya merasa tidak percaya diri ketika ingin mengemukakan pendapat saya dalam forum rapat guru.	SS	S	TS	STS
30.	Saya tidak merasa kecewa walaupun target kerja saya tidak terpenuhi.	SS	S	TS	STS



LAMPIRAN A-2
SKALA DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA

SKALA II

Alternatif jawaban untuk skala di bawah ini adalah sebagai berikut :

- **SS** = **Sangat sesuai**, apabila pernyataan tersebut sangat sesuai dengan keadaan Bapak/ Ibu.
- **S** = **Sesuai**, apabila pernyataan tersebut sesuai dengan keadaan Bapak/ Ibu.
- **TS** = **Tidak sesuai**, apabila pernyataan tersebut tidak sesuai dengan keadaan Bapak/ Ibu.
- **STS** = **Sangat tidak sesuai**, apabila pernyataan tersebut sangat tidak sesuai dengan keadaan Bapak/ Ibu.

NO	PERNYATAAN	PILIHAN JAWABAN			
1.	Keluarga adalah orang yang paling mengerti tentang saya.	SS	S	TS	STS
2.	Keluhan-keluhan saya tidak pernah ditanggapi oleh keluarga	SS	S	TS	STS
3.	Keluarga cukup puas dengan penghasilan saya saat ini.	SS	S	TS	STS
4.	Aturan-aturan yang saya buat dalam keluarga tidak pernah dipatuhi oleh anggota keluarga saya.	SS	S	TS	STS
5.	Suami/istri saya membantu menyiapkan kebutuhan saya untuk mengajar.	SS	S	TS	STS
6.	Keluarga membebankan pekerjaan rumah kepada saya.	SS	S	TS	STS
7.	Keluarga memberi bantuan informasi mengenai permasalahan yang saya hadapi.	SS	S	TS	STS
8.	Tidak ada gunanya minta nasehat dari keluarga saya.	SS	S	TS	STS
9.	Keluarga saya sangat peduli tentang masalah apa saja yang saya hadapi di sekolah.	SS	S	TS	STS
10.	Saat saya sedang banyak masalah tidak ada anggota keluarga yang memperhatikan saya.	SS	S	TS	STS
11.	Suami/istri sering memuji hasil pekerjaan saya.	SS	S	TS	STS
12.	Suami/istri keberatan dengan profesi saya.	SS	S	TS	STS

13.	Keluarga saya membantu mengerjakan tugas-tugas saya.	SS	S	TS	STS
14.	Suami/istri saya tidak pernah mau membantu menyiapkan keperluan untuk mengajar.	SS	S	TS	STS
15.	Keluarga saya memberi tahu bila saya salah melangkah dalam suatu masalah yang saya hadapi.	SS	S	TS	STS
16.	Sulit bagi saya untuk meminta nasihat suami/istri karena dia terlalu sibuk.	SS	S	TS	STS
17.	Saya merasa lebih baik setelah mencurahkan keluh kesah kepada keluarga saya.	SS	S	TS	STS
18.	Keluarga tidak mau tahu tentang urusan pekerjaan saya.	SS	S	TS	STS
19.	Suami/istri selalu mendukung apapun permasalahan yang saya hadapi di sekolah.	SS	S	TS	STS
20.	Usaha saya untuk membagi waktu antara keluarga dan pekerjaan tidak pernah dihargai oleh keluarga saya.	SS	S	TS	STS
21.	Suami/istri saya membantu saya dalam mengoreksi tugas-tugas/ulangan murid.	SS	S	TS	STS
22.	Keluarga saya keberatan ketika saya minta tolong dipijat saat merasa letih sepulang mengajar.	SS	S	TS	STS
23.	Suami/istri saya menasehati saya untuk menjaga kesehatan.	SS	S	TS	STS
24.	Keluarga tidak pernah mendengarkan saran saya.	SS	S	TS	STS
25.	Suami/istri saya sangat memperhatikan kebutuhan saya.	SS	S	TS	STS
26.	Suami/istri saya sangat memperhatikan kebutuhan saya.	SS	S	TS	STS
27.	Keluarga saya selalu mendukung setiap keputusan yang saya buat.	SS	S	TS	STS
28.	Suami/istri saya menyalahkan saya ketika menghadapi masalah pekerjaan.	SS	S	TS	STS
29.	Pekerjaan di rumah seperti mencuci, menyapu, membereskan dan lain-lain dibagi pengerjaannya, sehingga tidak menumpuk untuk saya lakukan.	SS	S	TS	STS
30.	Keluarga saya tidak pernah mau membantu saya saat menyelesaikan tugas-tugas sekolah.	SS	S	TS	STS
31.	Keluarga membesarkan hati saya saat saya	SS	S	TS	STS

	menghadapi banyak masalah.				
32.	Keluarga saya tidak pernah mau peduli ketika saya meminta saran pada mereka.	SS	S	TS	STS
33.	Keluarga saya memberi kesempatan untuk bercerita ketika saya menghadapi masalah yang berat dalam pekerjaan.	SS	S	TS	STS
34.	Saya merasa tidak diperhatikan oleh keluarga saya.	SS	S	TS	STS
35.	Keluarga saya sangat mendukung pekerjaan saya	SS	S	TS	STS
36.	Keluarga saya senang jika saya mencari pekerjaan lain.	SS	S	TS	STS
37.	Suami/istri juga bekerja untuk meringankan beban mendapatkan penghasilan.	SS	S	TS	STS
38.	Saya berangkat ke sekolah sendiri karena anggota keluarga saya sibuk dengan urusannya masing-masing.	SS	S	TS	STS
39.	Ketika ada masalah, keluarga ikut andil memberi nasihat kepada saya.	SS	S	TS	STS
40.	Keluarga saya tidak pernah menanyakan masalah kesehatan saya	SS	S	TS	STS

