

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk memberikan bimbingan atau pertolongan dalam mengembangkan potensi jasmani dan rohani yang diberikan oleh orang dewasa kepada peserta didik untuk mencapai kedewasaannya serta mencapai tujuan agar peserta didik mampu melaksanakan tugas hidupnya secara mandiri (Hidayat dan Abdillah, 2019). Pendidikan bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab (Undang-Undang No. 20 Tahun 2003). Menurut Akib (2021) dalam proses belajar mengajar di dunia pendidikan salah satu unsur terpenting di dalamnya adalah seorang guru.

Guru adalah seorang profesional dengan tugas utama mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai dan mengevaluasi peserta didik (Undang-Undang No.14 Tahun 2005). Tugas utama guru adalah mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai, dan mengevaluasi peserta didik pada pendidikan anak usia dini jalur pendidikan formal, pendidikan dasar dan pendidikan menengah serta tugas tambahan yang relevan dengan fungsi sekolah/madrasah (Undang-Undang No.14 Tahun 2005). Menurut Arifin (dalam Akib, 2021) guru sebagai pendidik, bukan hanya bertugas memindahkan ilmu pengetahuan (*transfer of knowledge*) yang dikuasainya kepada peserta didiknya,

melainkan juga berusaha membentuk akhlak dan kepribadian peserta didiknya sehingga menjadi lebih dewasa dan memiliki kecerdasan (intelektual, emosional dan spiritual) yang lebih matang serta bisa bertanggung jawab.

Guru idealnya harus mampu mencapai standar pembelajaran, akan tetapi kenyataannya ada situasi yang membuat guru tersebut tidak sabar dan tidak mampu dalam mengendalikan emosi (dalam Novita, 2023). Menurut Ilmi (dalam Putra dan Utami, 2021) guru sebagai salah satu profesi dalam bidang pendidikan yang memiliki kompetensi, pengalaman, keterampilan dan keahlian tetap memiliki peluang mengalami *burnout*.

Burnout merupakan suatu keadaan atau kondisi seseorang mengalami penipisan atau penurunan emosional, kehilangan motivasi dan komitmen yang disebabkan dari stres secara emosional sehingga cepat merasa lelah secara fisik maupun mental dan juga selalu sinis terhadap orang lain (Maslach dan Leiter dalam Alam, 2022). Moorhead dan Griffin (dalam Nurfazilla, 2022) menyatakan bahwa *burnout* adalah perasaan umum dari kelelahan yang berkembang ketika seseorang pada saat yang sama mengalami terlalu banyak tekanan dan terlalu sedikit sumber kepuasan.

Seorang yang mengalami *burnout* akan mengalami penurunan kemampuan dalam melaksanakan kegiatan, akan merasakan kantuk yang berat, sakit kepala, badan lemah karena nafsu makan berkurang dan juga akan mengalami kesulitan berpikir, sulit berkonsentrasi, tidak tekun dalam bekerja dan kurang percaya diri (Humaira dalam Rifqi, 2021). *International Labour Organization* (dalam Rifqi, 2021) menyebutkan hampir setiap tahun sebanyak dua juta pekerja meninggal

dunia karena kecelakaan kerja yang disebabkan oleh faktor kelelahan. Karyawan yang mengalami *burnout* akan merasa bahwa pekerjaannya bukanlah prioritas utama, sudah mengalami kejenuhan, tidak lagi menyelesaikan pekerjaan dengan hati yang senang (dalam Ruhaida, 2018).

Menurut Cherniss, dkk (dalam Asih, dkk, 2018) faktor-faktor yang mempengaruhi *burnout* diantaranya adalah keterlibatan dengan pelanggan, faktor individu, faktor lingkungan kerja dan faktor sosial budaya., faktor situasional meliputi karakteristik pekerjaan, jenis pekerjaan, organisasi dan faktor *locus of control* (Maslach dalam Ruhaida, 2018).

Menurut Rotter (dalam Nowicki, 2016) *locus of control* adalah ekspektasi umum anda tentang apakah anda dapat mengendalikan hal-hal yang terjadi terhadap diri anda. *Locus of control* adalah gambaran pada keyakinan seseorang mengenai sumber penentu perilakunya (Ghufroon & Risnawita, 2018). *Locus of control* dibedakan atas dua, yaitu *internal locus of control* dan *eksternal locus of control* (dalam Triwijayanti, 2019). Individu yang memiliki *internal locus of control* lebih mampu mempertahankan kesejahteraan psikologi ketika dihadapkan dengan stress kerja yang tinggi (dalam Triwijayanti, 2019).

Individu dengan *locus of control* internal akan berusaha menghadapi masalah dan mengatasinya dengan menggunakan sumber daya yang ada dalam dirinya sedangkan individu dengan *locus of control* eksternal akan berusaha menghindari dari masalah karena ia merasa dirinya tidak mampu dan tidak dapat bertahan untuk mengatasi situasi yang dihadapi dimana pertahanan ini hanya berusaha meredakan emosi dan ketegangannya (Robbins dalam Riskawanti,

2017). *Locus of control* berhubungan dengan stres yang terjadi pada guru dimana stress yang berkepanjangan dapat menyebabkan *burnout* (Cheng dalam Triwijayanti, 2019). Dalam hal ini bukan berarti bahwa individu tersebut mampu dan kompeten dalam melakukan segala sesuatu seperti yang terjadi pada guru SMA Adabiah 2 Padang.

Berdasarkan hasil wawancara awal yang peneliti lakukan pada tanggal 1 November 2023 kepada guru 10 orang guru SMA Adabiah 2 Padang, ditemukan bahwa adanya fenomena guru yang mengalami *burnout* yang dibuktikan dengan guru mengatakan bahwa merasa jenuh baik secara fisik maupun emosional di saat jam pelajaran, guru sering kesulitan menghadapi siswa-siswa yang bermasalah seperti ada siswa yang berkasus tidak langsung di proses. Guru mengatakan bahwa kelelahan fisik berjalan dari kelas ke kelas dalam mengajar dan kelelahan non fisik yang dialami seperti terkurasnya otak untuk berpikir serta mengajar di kelas, belum lagi emosi menghadapi siswa yang nakal.

Guru SMA Adabiah 2 Padang merasa jenuh tidak dapat mengatasi masalah dan kesulitan dalam mengajar sehingga merasa pekerjaannya adalah beban sehingga membuat guru merasa kelelahan dan membuat kualitas mengajar guru menurun. Guru mengatakan sering mengeluh terhadap pekerjaannya dan juga mengalami perubahan baik secara fisik maupun emosional, merasa lebih mudah marah atau tersinggung walaupun hanya untuk hal-hal sederhana dan terkadang merasa tidak berguna saat mengajar di kelas karena tidak dihargai oleh siswa-siswanya. Guru juga mengatakan bahwa kondisi yang dialami itu terjadi karena masih bingung dan tidak tahu bagaimana harus bertindak dalam menghadapi

berbagai masalah yang muncul saat menjalankan tugas sebagai seorang guru. Guru sering mengeluh dalam menghadapi siswa yang nakal, hal ini dipengaruhi oleh emosi guru yang tidak stabil dalam menghadapi siswa mengakibatkan guru menjadi mudah marah, lesu, bosan dan tidak bersemangat dalam mengajar.

Penelitian yang pernah dilakukan peneliti terdahulu dapat digunakan sebagai bahan kajian dan masukan bagi peneliti sehingga peneliti bisa menjadikan penelitian yang terdahulu sebagai tolak ukur atas hasil yang telah dicapai dan penelitian terdahulu yang terkait dengan penelitian ini seperti penelitian yang dilakukan oleh Triwijayanti (2019) dengan judul “Hubungan *Locus Of Control* Dengan *Burnout* Perawat Di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang, dimana hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara usia, masa kerja, *locus of control* internal dan *locus of control* eksternal serta terdapat faktor yang paling dominan berhubungan dengan *burnout* adalah *locus of control* eksternal”. Penelitian yang dilakukan oleh Sihombing (2019) dengan judul “Perbedaan *Burnout Syndrome* Ditinjau dari *Locus Of Control Internal* dan *Eksternal* Pada Perawat Di RSUD Dr. Pringadi Kota Medan dimana hasil penelitian menunjukkan bahwa individu dengan *locus of control* eksternal cenderung memiliki *burnout* yang lebih tinggi dibandingkan dengan individu yang memiliki *locus of control* internal”. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Ruhaida (2018) dengan judul “Hubungan *Locus Of Control Internal* Terhadap *Burnout* Pada Karyawan Di PT *Golden Victory Source*, dimana hasil penelitian diperoleh hubungan negatif antara *locus of control* dengan *burnout*, artinya semakin tinggi *locus of control* maka semakin rendah *burnout*”.

Perbedaan penelitian yang akan peneliti lakukan adalah dalam hal sampel penelitian, tempat penelitian serta tahun dilakukannya penelitian.

Berdasarkan fenomena di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan *Locus Of Control* Dengan *Burnout* Pada Guru SMA Adabiah 2 Padang”.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan *locus of control* dengan *burnout* pada guru SMA Adabiah 2 Padang?.

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan pemaparan latar belakang diatas, maka tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan *locus of control* dengan *burnout* pada guru SMA Adabiah 2 Padang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi dan menjadi acuan bagi pengembangan ilmu psikologi, khususnya pada bidang Psikologi Pendidikan dan Psikologi Industri dan Organisasi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Subyek Penelitian

Penelitian ini diharapkan memberi informasi pada guru tentang hubungan antara *locus of control* dengan *burnout* pada guru.

b. Bagi Pihak Sekolah

Diharapkan agar penelitian ini dapat menjadi masukan bagi pihak sekolah dalam memperhatikan *sindrom burnout* yang mungkin terjadi pada guru.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti *locus of control* dan kaitannya dengan *burnout*.