

**GAMBARAN *BURNOUT* PADA GURU SLB KEMALA BHAYANGKARI 2
GRESIK**

SKRIPSI



Disusun oleh:

KHARISMA RIZKI TRI MULYASARI

220701039

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK**

GRESIK

2025

**GAMBARAN *BURNOUT* PADA GURU SLB KEMALA BHAYANGKARI 2
GRESIK**

SKRIPSI

Diajukan guna Memenuhi Sebagian Persyaratan
dalam Mencapai Gelar Sarjana Psikologi Pada
Program Studi Psikologi
Universitas Muhammadiyah Gresik

Disusun Oleh:

KHARISMA RIZKI TRI MULYASARI

220701039

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK**

GRESIK

2025

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT. Yang telah memberikan daya dan kekuatan bagi orang-orang yang bertawakal, yang memberikan kemudahan dan menghilangkan kesukaran, memberikan petunjuk kebenaran yang benar dan kesalahan yang salah serta memberikan kekuatan kepada kami untuk mampu menjauhinya. Sholawat dan salam semoga tetap terlimpahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW., atas keluarga, sahabat dan orang-orang yang mengikuti mereka dengan baik hingga hari akhir.

Seiring dengan rasa syukur kepada Allah SWT., atas terselesainya penulisan skripsi yang berjudul “GAMBARAN *BURNOUT* PADA GURU SLB KEMALA BHAYANGKARI 2 GRESIK” maka penulis tidak lupa mengucapkan banyak terima kasih kepada :

1. Ibu Dr. Asri Rejeki, M.M., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik, Dosen Wali, dan Dosen Pembimbing 1 Skripsi
2. Ibu Idha Rahayuningsih, M.Psi., Psikolog selaku Ka. Prodi Psikologi.
3. Ibu Priangi Amelasasih, S.Psi., M.Si selaku Dosen Pembimbing 2 Skripsi.
4. Seluruh dosen dan Civitas Akademika Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik.
5. Ibu VR, Ibu RD dan Ibu LM selaku Narasumber pada penelitian ini.
6. Semua pihak yang telah membantu penyelesaian skripsi ini yang tidak mungkin saya sebutkan satu per satu.

Penulis menyadari bahwa di dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan walaupun demikian penulis tetap berharap semoga penulisan skripsi ini berguna dalam rangka pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya bidang psikologi.

Gresik, 15 Mei 2025

Penulis,

DAFTAR ISI

Halaman Persetujuan	ii
Halaman Pengesahan	iii
Halaman Motto	iv
Halaman Persembahan	v
Persyaratan Keaslian Skripsi	vii
Kata Pengantar	viii
Daftar Isi	ix
Daftar Tabel	xii
Daftar Gambar	xiii
Daftar Lampiran	xiv
Abstrak	xv
<i>Abstract</i>	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Penelitian Terdahulu	11
1.3 Fokus Masalah	13
1.4 Rumusan Masalah	13
1.5 Tujuan Penelitian	13
1.6 Manfaat Penelitian	14
1.6.1 Manfaat Teoritis	14
1.6.2 Manfaat Praktis	14
BAB II KAJIAN PUSTAKA	15
2.1 Tinjauan Tentang <i>Burnout</i>	15
2.1.1 Pengertian <i>Burnout</i>	15
2.1.2 Aspek-Aspek <i>Burnout</i>	16
2.1.3 Faktor Faktor yang Mempengaruhi <i>Burnout</i>	17
2.1.4 Gejala <i>burnout</i>	20
2.1.5 Proses Terjadinya <i>Burnout</i>	21
2.1.6 Jenis-Jenis <i>Burnout</i>	22
2.1.7 Dampak <i>burnout</i>	23

2.1.8 Cara Mengatasi <i>Burnout</i>	25
2.2 Guru SLB.....	28
2.2.1 Pengertian Guru	28
2.2.2 Pengertian Guru SLB	28
2.2.3 Peran guru SLB.....	29
2.3 Jenis-jenis Ketunaan.....	33
BAB III METODE PENELITIAN.....	39
3.1 Tipe Penelitian	39
3.2 Batasan Konsep.....	39
3.3 Unit Analisis dan Subjek Penelitian	40
3.4 Teknik Pengumpulan Data.....	44
3.4.1 Wawancara	44
3.5 Teknik Analisis Data	45
3.6 Kredibilitas Data	46
BAB IV PEMBAHASAN	47
4.1 Gambaran Umum Penelitian.....	47
4.1.1 Persiapan Penelitian	47
4.1.2 Gambaran Lokasi Penelitian	48
4.1.3 Tahapan Penelitian	50
4.2 Hasil Penelitian	50
4.2.1 Deskripsi Temuan <i>Burnout</i> Subjek 1	51
4.2.2 Deskripsi Temuan <i>Burnout</i> Subjek 2	81
4.2.3 Deskripsi Temuan <i>Burnout</i> Subjek 3	103
4.3 Analisis Persamaan dan Perbedaan <i>Burnout</i>	122
4.4 Pembahasan	124
4.5 Keterbatasan Penelitian	131
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	133
5.1 Kesimpulan	133

5.2 Saran.....	135
Daftar Pustaka.....	138
Lampiran.....	144



DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Wawancara Awal tentang <i>Burnout</i>	4
Tabel 3. 1 Kriteria Subjek Penelitian.....	44
Tabel 4. 1 Tabel Tahapan Penelitian	50
Tabel 4. 2 Analisis Persamaan Pengalaman <i>Burnout</i>	122
Tabel 4. 3 Analisis Perbedaan Pengalaman <i>Burnout</i>	122



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 Data Siswa dan Guru SLB Kab. Gresik.....	2
Dokumentasi Subjek 1.....	160
Dokumentasi Subjek 2.....	160
Dokumentasi Subjek 3.....	160



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Cek Turnitin	145
Lampiran 2 Kartu Bimbingan Dosen Pembimbing 1	146
Lampiran 3 Kartu Bimbingan Dosen Pembimbing 2	147
Lampiran 4 Surat Izin Penelitian.....	148
Lampiran 5 Pedoman Wawancara <i>Burnout</i>	149
Lampiran 6 <i>Informed Consent</i> Subjek 1.....	151
Lampiran 7 <i>Informed Consent</i> Subjek 2.....	152
Lampiran 8 <i>Informed Consent</i> Subjek 3.....	153
Lampiran 9 Hasil Obsevasi Subjek 1	154
Lampiran 10 Hasil Observasi Subjek 2	155
Lampiran 11 Hasil Obsevasi Subjek 3	156
Lampiran 12 <i>Member Check</i> Subjek 1	157
Lampiran 13 <i>Member Check</i> Subjek 2	158
Lampiran 14 <i>Member Check</i> Subjek 3	159
Lampiran 15 Dokumentasi	160
Lampiran 16 Transkrip Wawancara Subjek 1.....	161
Lampiran 17 Transkrip Wawancara Subjek 2.....	203
Lampiran 18 Transkrip Wawancara Subjek 3.....	232

ABSTRAK

Kharisma Rizki Tri Mulyasari (220701039). Gambaran *Burnout* Pada Guru SLB Kemala Bhayangkari 2 Gresik

Guru SLB menghadapi tuntutan pekerjaan yang unik dan kompleks dalam mendidik siswa berkebutuhan khusus yang menempatkan mereka pada resiko tinggi mengalami *burnout*. Penelitian ini bertujuan menggambarkan burnout pada guru SLB Kemala Bhayangkari 2 Gresik melalui tiga dimensi *burnout* Maslach yaitu Kelelahan Emosional, Depersonalisasi, dan Penurunan Prestasi Diri (Maslach dan Jackson, 1981) serta faktor-faktor yang mempengaruhi *burnout* pada guru SLB. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus terhadap tiga orang guru tunarungu dalam rentang usia dewasa awal 18–40 tahun yang dipilih menggunakan teknik *Purposful Sampling*. Hasil penelitian menunjukkan *burnout* bermula dari faktor-faktor pemicu berupa beban kerja berlebihan, tuntutan emosional siswa berkebutuhan khusus, tugas administratif berat, konflik peran ganda, serta karakteristik individu seperti usia muda dan minimnya pengalaman kerja. Kondisi ini memunculkan kelelahan emosional kronis yang ditandai gangguan tidur, pola makan tidak teratur, dan kehilangan sumber daya emosional. Kelelahan berkepanjangan kemudian memicu depersonalisasi berupa penarikan diri dari interaksi sosial dan menurunnya empati terhadap lingkungan kerja. Akhirnya, akumulasi kedua dimensi tersebut mengakibatkan penurunan prestasi diri yang tercermin dari perasaan tidak dihargai, rendahnya kepuasan kerja, dan keraguan terhadap kemampuan mencapai kinerja optimal. Temuan ini menegaskan pentingnya optimalisasi dukungan struktural pada guru SLB melalui pembagian tugas administrasi yang proporsional, penerapan model *Person-Job Fit* untuk mendukung kesejahteraan psikologis, serta penyesuaian prioritas kegiatan institusi guna menciptakan keselarasan kerja untuk mengurangi konflik internal guru dan meningkatkan kualitas pembelajaran siswa.

Kata kunci: *burnout*, guru SLB, kelelahan emosional, depersonalisasi, penurunan prestasi pribadi

ABSTRACT

Kharisma Rizki Tri Mulyasari (220702039). *Description of Burnout in Teachers at Kemala Bhayangkari 2 Special Needs School Gresik*

Special needs teachers face unique and complex job demands in educating students with special needs, placing them at high risk of experiencing burnout. This study aims to describe burnout among teachers at Kemala Bhayangkari 2 Special Needs School Gresik through Maslach's three dimensions of burnout, namely Emotional Exhaustion, Depersonalization, and Reduced Personal Accomplishment (Maslach and Jackson, 1981), as well as the factors that influence burnout in special education teachers. This study uses a qualitative approach with a case study method involving three hearing-impaired teachers in the early adulthood age range of 18–40 years, selected using a purposful sampling technique. The results indicate that burnout originates from triggering factors such as excessive workload, emotional demands from students with special needs, heavy administrative tasks, role conflict, and individual characteristics like young age and limited work experience. This condition leads to chronic Emotional Exhaustion characterized by sleep disturbances, irregular eating patterns, and depletion of emotional resources. Prolonged fatigue then triggers depersonalization, manifested as withdrawal from social interactions and reduced empathy toward the work environment. Ultimately, the accumulation of these two dimensions results in a decline in personal achievement, reflected in feelings of being unappreciated, low job satisfaction, and doubts about the ability to achieve optimal performance. These findings reinforce the importance of optimizing structural support for special education teachers through proportional distribution of administrative tasks, implementation of the Person-Job Fit model to support psychological well-being, and alignment of institutional activity priorities to create work harmony, thereby reducing internal teacher conflicts and improving the quality of student learning.

Keywords: *burnout, special education teacher, Emotional Exhaustion, depersonalization, reduced personal accomplishment*