

SURAT TUGAS

Nomor: 1007-R/UNTAR/PENELITIAN/II/2022

Rektor Universitas Tarumanagara, dengan ini menugaskan kepada saudara:

1. **SUPI CATUR NADYASTUTI**
2. **SRI TIATRI, S.Psi., M.Si., Ph.D., Psikolog**

Untuk melaksanakan kegiatan penelitian/publikasi ilmiah dengan data sebagai berikut:

Judul : Peran Perceived Stress dan Self-Efficacy terhadap Teacher Burnout Guru TK pada Masa Pandemi COVID-19
Nama Media : Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni
Penerbit : Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Tarumanagara
Volume/Tahun : Vol. 5 No. 2
URL Repository : <https://journal.untar.ac.id/index.php/jmishumsen/article/view/12097>

Demikian Surat Tugas ini dibuat, untuk dilaksanakan dengan sebaik-baiknya dan melaporkan hasil penugasan tersebut kepada Rektor Universitas Tarumanagara

27 Februari 2022

Rektor



Prof. Dr. Ir. AGUSTINUS PURNA IRAWAN

Print Security : d89fda864d1d5894bca713bc5a623a7b

Disclaimer: Surat ini dicetak dari Sistem Layanan Informasi Terpadu Universitas Tarumanagara dan dinyatakan sah secara hukum.

e-ISSN: 2579-6356
p-ISSN: 2579-6348

Volume 5
Nomor 2
Oktober 2021

Jurnal Muara

Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni



JURNAL MUARA

Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni

Oktober 2021

e-ISSN:



p-ISSN:



Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat
Universitas Tarumanagara Kampus 1 Jl. Letjen S. Parman No. 1
Telp : 021-5671747 e. 215 - Jakarta 11440

Lembaga Penelitian dan
Pengabdian kepada Masyarakat
Universitas Tarumanagara

SERTIFIKAT

Direktorat Jenderal Penguatan Riset dan Pengembangan
Kementerian Riset, Teknologi dan Pendidikan Tinggi

TERAKREDITASI



Kutipan dari Keputusan Direktur Jenderal Penguatan Riset dan Pengembangan
Kementerian Riset, Teknologi dan Pendidikan Tinggi Republik Indonesia
Nomor 36/E/KPT/2019

Peringkat Akreditasi Jurnal Ilmiah Periode VII Tahun 2019

Nama Jurnal Ilmiah

Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni

E-ISSN: 25796356

Penerbit: Direktorat Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Tarumanagara

Ditetapkan Sebagai Jurnal Ilmiah


TERAKREDITASI PERINGKAT 4

Akreditasi Berlaku Selama 5 (lima) Tahun, Yaitu
Volume 2 Nomor 1 Tahun 2018 sampai Volume 6 Nomor 2 Tahun 2022

Jakarta, 13 Desember 2019

Direktur Jenderal Penguatan Riset dan Pengembangan




Dr. Muhammad Dimiyati
NIP. 195912171984021001

Jurnal Muara
Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni
Volume 5, Nomor 2, Oktober 2021

Redaksi

Ketua Editor Sri Tiatri
Editor Pengelola Fransisca Iriani Rosmaladewi
 Jap Tji Beng
 Wulan Purnama Sari
 Carla Olyvia Doaly

Mitra Bestari Ahmad Redi (Universitas Tarumanagara)
 Amad Sudiro (Universitas Tarumanagara)
 Edo Sebastian Jaya (Universitas Indonesia)
 Eddy Supriyatna (Universitas Tarumanagara)
 Heni Mularsih (Universitas Tarumanagara)
 Kurnia Setiawan (Universitas Tarumanagara)
 Maitri Widya Mutiara (Universitas Tarumanagara)
 Mella Ismelina FR (Universitas Tarumanagara)
 Monty P. Satiadarma (Universitas Tarumanagara)
 Muhammad Adi Pribadi (Universitas Tarumanagara)
 Naomi Soetikno (Universitas Tarumanagara)
 Nisa Rachmah Nur Aganthi (Universitas Muhammadiyah Surakarta)
 Pamela Hendra Heng (Universitas Tarumanagara)
 P. Tommy Y. S. Suyasa (Universitas Tarumanagara)
 Raja Oloan Tumanggor (Universitas Tarumanagara)
 Riana Sahrani (Universitas Tarumanagara)
 Riris Loisa (Universitas Tarumanagara)
 Rita Markus (Universitas Tarumanagara)
 Rostiana (Universitas Tarumanagara)
 Roswiyani (Universitas Tarumanagara)
 Samsu Hendra Siwi (Universitas Tarumanagara)
 Theresia Indira Shanti (Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya)
 Titin Fatimah (Universitas Tarumanagara)
 Tulus Winarsunu (Universitas Muhammadiyah Malang)
 Tundjung H. Sitabuana (Universitas Tarumanagara)
 Wahyu Rahardjo (Universitas Gunadarma)
 Weny Savitry S. Pandia (Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya)
 Zahrotur Rosyda Hinduan (Universitas Padjadjaran)
 Zamralita (Universitas Tarumanagara)

Sekretariat Ade Adhari
 Chandra Xaviera Prabowo
 Silvia Stefani
 Tyas Aпти Salsabila
 Vienchenzia Oeyta

Alamat Lembaga Penelitian dan Pengabdian
 kepada Masyarakat Universitas
 Tarumanagara Kampus 1 Jl. Letjen S
 Parman no. 1 Jakarta-11440021-5671747
 ext 215
 (jmshs@untar.ac.id)

DAFTAR ISI

PENGUNAAN TERAPI MUSIK UNTUK MENURUNKAN KELELAHAN AKIBAT PENGOBATAN PADA PASIEN KANKER SERVIKS: STUDI KASUS Fitriana Ega Rachmawati, Monty P. Satiadarma, Arlends Chris	311-316
KRITIK DIRI SEBAGAI MEDIATOR PADA HUBUNGAN KONSEP DIRI DAN PERILAKU <i>NONSUICIDAL SELF-INJURY</i> REMAJA KORBAN PERUNDUNGAN Inca Agustina Arifin, Naomi Soetikno, Fransisca Iriani R. Dewi	317-326
<i>MOOD DISORDER QUESTIONNAIRE</i> -INA: PENGUJIAN KONSTRUK BERDASARKAN VALIDITAS BUTIR DENGAN METODE <i>FACTOR ANALYSIS</i> Hosea Gunawan, Monty P. Satiadarma, Rita Markus Idulfilastri	327-332
GAMBARAN DUKUNGAN SOSIAL, STRES, DAN <i>ATTACHMENT</i> PADA IBUDENGAN ANAK AUTISME DALAM MENGHADAPI PANDEMIK Nevy Prinanda Putri, Samsunuwiyati Mar'at, Naomi Soetikno	333-341
BATAS MARITIM INDONESIA DAN PALAU DI ZONA EKONOMI EKSKLUSIF Ida Kurnia	342-351
PERAN MODERASI <i>MINDFULNESS</i> DALAM HUBUNGAN ANTARA INTENSITAS PENGGUNAAN INSTAGRAM DAN KESEPIAN PADA DEWASA MUDA Tyas Aпти Salsabila, Riana Sahrani	352-361
GAMBARAN <i>WORK CENTRALITY</i> (STUDI PADA KARYAWAN SWASTA DI JAKARTA) Rizki Dwi Prasetya, Yenike Margaret Isak, P. Tommy Y. S. Suyasa	362-368
TELAAH SOSIOLOGIS PENYEBAB PELANGGARAN PENGUASAAN TANAHDI LINGKUNGAN PESISIR DI KABUPATEN LAMPUNG SELATAN Yuwono Prianto, Benny Djaja, Mella Ismelina F.R., dan Indah Siti Aprilia	369-376
<i>RECHTSVACUUM</i> ATAS PENGATURAN KEKUASAAN PEMBINA YAYASAN Fajar Rachmad Dwi Miarsa, Cholilla Adhaningrum Hazir	377-384
KECEMASAN MAHASISWA SELAMA PEMBELAJARAN JARAK JAUH PADA MASA PANDEMI COVID-19 Hartinah Dinata, Sri Tiatri, Pamela Hendra Heng	385-392

<i>SELF-PERCEPTION OF ACADEMIC ABILITY</i> SISWA SMA DI MASA PANDEMI COVID-19: FAKTOR APA YANG MEMPREDIKSI? Riska Umami Lia Sari, Raja Oloan Tumanggor, P. Tommy Y. S. Suyasa	393-400
GAMBARAN PERILAKU DAN PENGATURAN PENGGUNAAN TELEPON GENGAM CERDAS (TGC) PADA SISWA SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN Jap Tji Beng, Hartinah Dinata, Vivien H. Wangi, Sri Tiatri	401-408
PENERAPAN <i>ART THERAPY</i> UNTUK MENGURANGI KECEMASAN MAHASISWA USIA <i>EMERGING ADULTHOOD</i> PADA MASA PANDEMI Bryan Tjugito, Monty P. Satiadarma, Untung Subroto	409-415
<i>GOAL ORIENTATION</i> ATLET DI MASA PANDEMI COVID-19 Sitti Fathimah Herdarina Darsim, Retno Hanggarani Ninin	416-424
PENYESUAIAN DIRI DOSEN SENIOR DALAM PEMBELAJARAN JARAK JAUH DI MASA COVID-19 Adita Putri Vicianti, Hanifah	425-439
PERLINDUNGAN DATA PRIBADI TERHADAP TINDAKAN PENYEBARAN <i>SEX TAPE</i> MENURUT HUKUM POSITIF DI INDONESIA Moody R. Syailendra	440-452
IKLIM ORGANISASI, MOTIVASI KERJA, DAN KEPUASAN UPAH TERHADAP KOMITMEN ORGANISASI PADA KARYAWAN Nizarwan Hadi, Aulia, Erita Yuliasesti Diah Sari	453-461
PENGATURAN BANK TANAH DALAM UNDANG-UNDANG CIPTA KERJADAN IMPLIKASI KEBERADAAN BANK TANAH TERHADAP HUKUM PERTANAHAN DI INDONESIA Dixon Sanjaya, Benny Djaja	462-474
PERAN <i>PERCEIVED STRESS</i> DAN <i>SELF-EFFICACY</i> TERHADAP <i>TEACHER BURNOUT</i> GURU TK PADA MASA PANDEMI COVID-19 Supi Catur Nadyastuti, Heni Mularsih, Sri Tiatri	475-484
PENERAPAN METODE TUNJUKKAN DAN CERITAKAN TERHADAP KESIAPAN MEMBACA PADA ANAK TK Christina, Sri Tiatri, Pamela Hendra Heng	485-494
RANCANGAN KUESIONER LIMA ASPEK <i>MINDFULNESS</i> BAHASA INDONESIA Raden Mutiara dan P. Tommy Y. S. Suyasa	495-501
PERAN <i>SELF-EFFICACY</i> TERHADAP <i>SELF-REGULATED LEARNING</i> PADAMAHASISWA YANG BEKERJA DI MASA PANDEMI COVID-19 Linda Setyowati, dan Riana Sahrani	502-509

YOGA SEBAGAI TERAPI ALTERNATIF TERHADAP PTSD PADA PENYINTAS COVID-19: TINJAUAN LITERATUR Aurelia Suprestia Djuanto, Jessica Aditya, Kevin Laurentius, Roswiyani	510-520
PENGARUH KREDIBILITAS SELEBRITI TERHADAP MINAT BELI PRODUK TEH SIAP MINUM PADA DEWASA AWAL Nabilah Umami, Rita Markus Idulfilastri, Meike Kurniawati	521-528
MEMBANGUN KESADARAN BELA NEGARA MASYARAKAT PEDESAAN BERBASIS NILAI KEARIFAN LOKAL Usman Alhudawi, Ernawati Simatupang	529-538
<i>FEAR OF COVID-19</i> PADA KARYAWAN YANG BEKERJA SECARA LURING SELAMA PANDEMI Kevin Leo Nelsen dan Riana Sahrani	539-548
PENGUJIAN STRUKTUR FAKTOR PADA KONSTRUK <i>BECK SCALE FOR SUICIDE IDEATION</i> DENGAN INDIVIDU DEWASA AWAL Verisca Marciana Kesuma, Ediasri Toto Atmodiwirjo (alm), Rita Markus Idulfilastri	549-559
DUKUNGAN SOSIAL SEBAGAI MEDIATOR PENGARUH RASA SYUKUR TERHADAP KEPUASAN HIDUP GURU PADA SAAT PEMBELAJARAN DARING Yulia Lestari Tarihoran, Pamela Hendra Heng, Sri Tiatri	560-568
STUDI META ANALISIS EFEKTIVITAS CBT UNTUK KECEMASAN PADA GANGGUAN BIPOLAR Ivana Jessline, Monty P. Satiadarma, Rita Markus Idulfilastri	569-579
PERAN DESA ADAT DALAM TATA KELOLA LEMBAGA PERKREDITAN (LPD) DI BALI Mia Hadiati, Lis Julianti, Moody R Syailendra, Luthfi Marfungah, dan Anggraeni Sari Gunawan	580-589
HUBUNGAN <i>NONSUICIDAL SELF-INJURY</i> (NSSI) DENGAN <i>ACQUIRED CAPABILITY FOR SUICIDE</i> : STUDI META-ANALISIS Puti Andini Pradipta, Monty P. Satiadarma, Untung Subroto	590-599
<i>INNOVATIVE LEARNING MODEL WITH INCLUSIVE-COLLABORATIVE APPROACH FOR STUDENTS WITH SPECIAL NEEDS</i> Fermanto Lianto, Nafiah Solikhah, Andi S. Kurnia, Franky Liauw, Margaretha Syandi, Caroline S. Kurniawan	600-612

PERAN *PERCEIVED STRESS* DAN *SELF-EFFICACY* TERHADAP *TEACHER BURNOUT* GURU TK PADA MASA PANDEMI COVID-19

Supi Catur Nadyastuti¹, Heni Mularsih (Almh)², Sri Tiatr³

¹ Program Studi Magister Psikologi Sains, Universitas Jakarta
Email: supi.707191002@stu.untar.ac.id

² Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara
Email: henim@mku.untar.ac.id

³ Program Studi Magister Psikologi, Universitas Tarumanagara
Email: sri.tiatri@untar.ac.id

Masuk: 12-06-2021, revisi: 26-09-2021, diterima untuk diterbitkan: 09-10-2021

ABSTRACT

This study aims to determine whether there is a role for perceived stress and self-efficacy on kindergarten teacher burnout in Jakarta during the Covid-19 pandemic. This research uses a quantitative approach and multiple linear regression analysis. This study uses the MBI-ES (Maslach Burnout Inventory-Educators Survey) measuring instrument developed by Maslach and Jackson (1996) to measure teacher burnout, and the PSS (Perceived Stress Scale) measurement tool developed by Cohen (1983) is used to measure perceived stress. Meanwhile, to measure teachers' self-efficacy against teacher burnout, the GSES (General Self-Efficacy Scale) measurement tool was used which was built following Bandura's social cognitive theory (Bandura, 1997), developed by Schwarzer and Jerusalem, 1995. The subjects of this study were 362 teachers from public and private kindergartens in Jakarta. The results of this study have a very significant relationship between perceived stress and self-efficacy variables on teacher burnout of kindergarten teachers in Jakarta during the Covid-19 pandemic. $p = 0.000$ ($p < 0.01$). The R square is 0.927 which when proxied ($0.927 \times 100\% = 92.7\%$) means that the amount of perceived stress and self-efficacy towards teacher burnout was 92.7% and the remaining 7.3% was influenced by other factors not examined in this study.

Keywords: *Teacher burnout, perceived stress, self-efficacy, kindergarten teachers, the Covid-19 pandemic*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada peran *perceived stress* dan *self-efficacy* terhadap *teacher burnout* guru TK di Jakarta pada masa pandemi Covid-19. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dan analisis regresi linear berganda. Menggunakan alat ukur MBI-ES (*Maslach Burnout Inventory-Educators Survey*) yang dikembangkan oleh Maslach dan Jackson (1996) untuk mengukur *teacher burnout*, dan alat ukur PSS (*Perceived Stress Scale*) yang dikembangkan oleh Cohen (1983) untuk pengukuran *perceived stress*. Sedangkan untuk mengukur *self-efficacy* terhadap *teacher burnout* digunakan alat ukur GSES (*General Self-Efficacy Scale*) yang dibangun mengikuti teori kognitif sosial Bandura (Bandura, 1995), dikembangkan oleh Schwarzer dan Jerusalem (1995). Subjek penelitian ini adalah 362 guru dari TK Negeri dan Swasta di Jakarta. Hasil dari penelitian ini terdapat hubungan yang sangat signifikan antar variabel *perceived stress* dan *self efficacy* terhadap *teacher burnout* guru TK di Jakarta pada masa pandemi Covid-19. Hal tersebut ditunjukkan dengan diperoleh nilai $F = 2264,757$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$). R square sebesar 0,927 yang apabila dipresentasikan ($0,927 \times 100\% = 92,7\%$) artinya besar sumbangan *perceived stress* dan *self-efficacy* terhadap *teacher burnout* sebesar 92,7% dan sisanya 7,3% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Kata Kunci: *Teacher burnout, perceived stress, self-efficacy, guru TK, pandemi Covid-19*

1. PENDAHULUAN

Latar Belakang

Wabah pandemi Covid-19 yang menimpa lebih dari 200 negara di dunia berdampak sistemik terhadap kehidupan manusia mulai dari terguncangnya ekonomi, kesehatan, keamanan, dan juga pendidikan. Perubahan metode pembelajaran luar jaringan (tatap muka di kelas) menjadi dalam jaringan (pembelajaran jarak jauh) yang terjadi secara tiba-tiba, menimbulkan beberapa kendala dan tuntutan baru pemicu *stress* kerja pada guru. Diantaranya seperti kendala waktu belajar yang

tidak menentu, pembelian kuota internet tambahan, kebiasaan baru dalam penggunaan teknologi sebagai media belajar (pengelolaan kelas *online*), sistem baru penilaian dan pelaporan hasil belajar siswa, serta tuntutan kerjasama dan komunikasi yang lebih baik dengan orang tua sebagai pendamping anak belajar di rumah (Husna, 2020).

Dalam sebuah penelitian yang dilakukan di New York, dilaporkan telah muncul banyak bukti menguatkan bahwa selama pandemi Covid-19, telah terjadi tekanan pada guru baik secara pribadi, terkait pekerjaan dan daya tanggap emosional mereka, yang secara tidak langsung memengaruhi proses pembelajaran. Beberapa guru bahkan mengaku mengalami reaksi emosi kemarahan, agresi, kecemasan, penarikan diri dari interaksi sosial, dan penurunan kompetensi sosial secara keseluruhan (Nagasawa & Tarrant, 2020). Perubahan perilaku ini sesuai dengan gejala yang mengarah kepada kemungkinan gejala *burnout*. Tanda-tanda kemungkinan *burnout* guru, juga terlihat pada tingkat ketidakhadiran yang tinggi, masalah kelelahan dan sulit beristirahat (tidur), terjadinya perubahan perilaku seperti menarik diri dari interaksi sosial, perubahan penampilan (meningkat dan menurunnya berat badan secara drastis) dan kesadaran kebersihan pribadi yang menurun (Schaffhauser, 2020).

Burnout adalah sebuah sindrom kelelahan emosional (*emotional exhaustion*), depersonalisasi (*depersonalization*), dan penurunan prestasi pribadi (*reduced personal accomplishment*) yang dapat terjadi di antara individu yang bekerja dengan orang lain dalam “kapasitas tertentu” (Maslach et al., 1996, dalam Maslach, 2008). Tekanan psikologis yang demikian sering mengakibatkan ketidakpuasan, ketidakhadiran, dan pergantian karyawan di kalangan guru sekaligus memunculkan perilaku merugikan yang bersifat psikologis (kecemasan dan depresi), fisiologis, atau perilaku gaya hidup, dan masalah tidur yang selanjutnya mengarah pada pengembangan *burnout* di antara para guru (Friedman-Krauss et al., 2014; Lian et al., 2014; Roeser et al., 2013; Torsheim & Wold, 2001 dalam Yu et al., 2015).

Faktor-faktor yang berpengaruh terhadap sindrom *burnout* seorang guru menurut beberapa studi dan literatur sebelumnya, diketahui adalah *perceived stress* dan *self-efficacy* (Betoret, 2009; Cheng, 2008; Hartawati & Mariyanti, 2014; Herman et al., 2017; Maryati & Mustika, 2016; McLean et al., 2019; Yu et al., 2015; Zhu et al., 2018).

Perceived stress merupakan tekanan psikologis atau *stress* yang terjadi ketika individu merasa bahwa tuntutan lingkungan melebihi kemampuan adaptasi individu tersebut dan bagaimana individu memaknainya (Cohen, 2007). Salah satu faktor bagaimana meminimalkan *burnout* adalah *perceived stress* harus dikelola dengan baik, jika *stress* segera diatasi, kondisi dan gejala yang mengarah kepada *burnout* itu tidak akan bertahan lama.

Self-efficacy dapat diartikan sebagai keyakinan individu mengenai kemampuan dirinya dalam melakukan tugas atau tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu (Bandura, 1997). Kini teori *self-efficacy* semakin banyak digunakan oleh para peneliti dalam beberapa tahun terakhir untuk mempelajari *burnout* serta untuk mengeksplorasi peran *self-efficacy* terhadap *burnout*. Selain itu, penelitian lain juga menemukan bahwa *self-efficacy* guru adalah hasil dari *burnout* mereka, dan faktor tersebut berfungsi sebagai tindakan korektif untuk *burnout* (Egyed & Short, 2006 dalam Yu et al., 2015).

Diketahui, penelitian tentang tingkat *stress* pada guru pra sekolah sebelumnya juga pernah dilakukan oleh Hozo et al. (2015), dengan judul “Sindrom *Burnout* pada Guru Lembaga Pra-Sekolah.” Pengukuran tingkat *stress* dilakukan menggunakan kuesioner oleh Girdin et al. (1996)

pada 100 guru TK Radost (Joy) di Kota Split-Italia sepanjang tahun 2014. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan jumlah yang signifikan antara guru TK yang merasa baik-baik saja, dengan guru TK yang mengalami sindrom *burnout*.

Berdasarkan penelitian sebelumnya di atas, maka tampak ada gap penelitian, yaitu ada penelitian yang hasil temuannya menunjukkan ada hubungan antara *stress* dan *self-efficacy* dengan *burnout* (Herman et al., 2017; Maryati & Mustika, 2016; Yu et al., 2015; Zhu et al., 2018) dan ada penelitian yang hasilnya tidak ada hubungan (Hozo et al., 2015).

Gap ini menimbulkan keraguan sehingga menjadi dasar untuk dilakukannya penelitian ulang. Selain itu, dalam penelitian ini ada beberapa perbedaan mendasar dengan penelitian sebelumnya. Salah satu perbedaan yang cukup signifikan adalah situasi kondisi yang saat ini sedang berlangsung, penelitian sebelumnya dilakukan pada saat keadaan normal dengan metode pembelajaran tatap muka langsung di dalam kelas, sedangkan penelitian ini dilakukan pada saat kondisi luar biasa, yaitu pada masa pandemi Covid-19 dengan penerapan metode pembelajaran jarak jauh (PJJ).

Berdasarkan permasalahan di atas, dan mengamati fenomena yang terjadi, maka peneliti tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui peran *perceived stress* dan *self-efficacy* terhadap *teacher burnout* Guru TK di Jakarta pada masa pandemi Covid-19.

Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada peran *perceived stress* dan *self-efficacy* terhadap *teacher burnout* Guru TK di Jakarta pada Masa Pandemi Covid-19?”

2. METODE PENELITIAN

Partisipan penelitian

Partisipan dalam penelitian ini adalah guru TK di wilayah Jakarta, yang melakukan kegiatan pembelajaran jarak jauh pada masa pandemi Covid-19. Tidak terdapat batasan usia, jenis kelamin, agama, suku, maupun ras dalam penelitian ini. Jumlah partisipan dalam penelitian ini 362 guru terdiri dari guru TK Negeri Negeri dan Swasta di Jakarta. Metode pengumpulan data penelitian ini menggunakan kuesioner. Penelitian ini menggunakan kuesioner dengan pertanyaan tertutup menggunakan skala *likert*. Pengumpulan data dilakukan secara *online* disebabkan kondisi Jakarta pada saat dilakukannya pengambilan data masih dalam situasi pembatasan sosial berskala besar (PSBB).

Pengukuran dalam penelitian menggunakan (a) skala *teacher burnout* menggunakan alat ukur “*Maslach Burnout Inventory-Educators Survey/MBI-ES*” (dikembangkan menurut MBI-ES, Maslach dan Jackson pada tahun 1996)”. Kuesioner terdiri dari 22 butir pernyataan, model skala pengukuran menggunakan model skala *likert* dengan item-item dalam skala ini merupakan pernyataan seberapa sering dengan enam pilihan jawaban. Mulai dari skala 0 adalah tidak pernah sampai dengan skala 6 adalah setiap hari pada masa pandemi Covid-19; (b) skala *perceived stress* menggunakan alat ukur “*Perceived Stress Scale*” (PSS) dikembangkan oleh Cohen pada tahun 1983. Kuesioner ini terdiri dari 10 butir pernyataan, model skala pengukuran menggunakan model skala *likert*, dari skala 1 hingga 5. Item-item dalam skala ini merupakan pernyataan seberapa sering perasaan itu muncul, dengan 5 pilihan jawaban yaitu tidak pernah, hampir tidak pernah, kadang-kadang, hampir sering, dan sangat sering; (c) skala *self-efficacy* menggunakan alat ukur *General*

Self-Efficacy Scale (GSES) yang dibangun mengikuti teori kognitif sosial Bandura (Bandura, 1997; Schwarzer, 1992, 1993), dikembangkan oleh Schwarzer dan Jerusalem, tahun 1995. Telah diterjemahkan dalam Bahasa Indonesia dan melalui uji validitas konstruk instrumen dengan hasil bahwa keseluruhan item GSES berjumlah 10 pernyataan, model skala pengukuran menggunakan model skala likert, dari skala 1 hingga 4. Item-item dalam skala ini untuk menggambarkan seberapa sering perasaan itu muncul, dengan 4 pilihan jawaban yaitu STS (Sangat Tidak Sesuai), TS (Tidak Sesuai), CS (Cukup Sesuai), SS (Sangat Sesuai) (Schwarzer and Jerusalem 1995; Weber et al. 2013 dalam Yu et.al., 2015).

Uji asumsi yang dilakukan terlebih dahulu sebelum dilakukan uji hipotesis, yaitu uji normalitas. Lalu peneliti melakukan uji regresi linear untuk melihat prediksi variabel *independent* terhadap variabel *dependent*. Terakhir peneliti melakukan uji regresi berganda atau *multiple regression* untuk melihat seberapa besar sumbangan variabel *perceived stress* dan *self-efficacy* terhadap *teacher burnout* guru TK. Seluruh analisis data menggunakan program komputer, yaitu *Statistical Packages for Social Sciences (SPSS)* versi 22 untuk *windows*. Teknik analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis penelitian adalah teknik analisis regresi linier berganda, yaitu tiga variabel yang masing masing datanya berwujud skor.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan pada 362 guru aktif TK Negeri dan Swasta di Jakarta yang melakukan metode Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) pada masa pandemi Covid-19.

Tabel 1

Gambaran Partisipan Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase (%)
Wanita	329	90,9
Pria	33	9,1
Total	362	100

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa pada penelitian ini jumlah partisipan wanita lebih banyak dibandingkan partisipan pria, yakni 90,9% dari total partisipan atau sebanyak 329 responden. Sedangkan sisanya sebanyak 9,1% atau sebanyak 33 responden berjenis kelamin pria.

Tabel 2

Gambaran Partisipan Berdasarkan Usia

Umur (tahun)	Jumlah	Persentase (%)
Dewasa Muda (20-39)	324	89,5
Dewasa Madya (40-65)	38	10,5
Total	362	100

Berdasarkan tabel 2, diketahui bahwa partisipan pada penelitian ini didominasi oleh guru-guru yang berusia sekitar 20 hingga 39 tahun atau dalam kategori dewasa muda (Papalia et al., 2009 dalam Dewi et al., 2019) yakni sekitar 89,5% dan sisanya dewasa madya (paruh baya) sebanyak 10,5%.

Untuk menguji hipotesis mayor digunakan analisis regresi. Berdasarkan hasil analisis data diketahui bahwa besarnya pengaruh antara variabel *perceived stress* dan *self-efficacy* terhadap *teacher burnout* diperoleh skor $F = 2264,757$ dengan $p < 0,05$ sehingga hipotesis nihil diterima. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara variabel *perceived stress* dan *self-efficacy* terhadap variabel *teacher burnout* guru TK di Jakarta pada masa pandemi Covid-19. Hasil analisis dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3

Hasil Uji Analisis Secara Simultan

Hipotesis	F	R ²	Sig (p)	Keterangan
X ₁ dan X ₂ dengan Y	2264,757	0,927	0,000	Sangat Signifikan

Hasil analisis data secara parsial dapat dilihat pada tabel 4 di bawah ini:

Tabel 4

Hasil Analisis Secara Parsial

Variabel	Beta	Signifikansi
<i>Perceived stress</i> dengan <i>teacher burnout</i>	0,961	0,000
<i>Self-efficacy</i> dengan <i>teacher burnout</i>	-0,868	0,000

Data yang diperoleh dari hasil analisis data pada tabel 4 diketahui bahwa besarnya peranan variabel *perceived stress* dengan *teacher burnout* diperoleh skor beta = 0,961 dengan nilai $p < 0,01$ sehingga hipotesis minor pertama dapat diterima. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat peran yang sangat signifikan antara *perceived stress* terhadap *teacher burnout*. Peran *self efficacy* terhadap *teacher burnout* diperoleh skor beta = -0,868 dengan nilai $p < 0,01$ sehingga hipotesis minor kedua diterima. Hal tersebut menunjukkan ada peran yang sangat signifikan antara *self efficacy* terhadap *teacher burnout*.

Berdasarkan uji statistik di atas, hipotesis minor yang diajukan teruji kebenarannya. Hal ini menunjukkan ada peran yang sangat signifikan antara *perceived stress* dan *self-efficacy* terhadap *teacher burnout* guru TK di Jakarta pada masa Pandemi Covid-19, yang berarti semakin tinggi *perceived stress*, semakin tinggi *teacher burnout* yang dimiliki oleh guru TK di Jakarta pada masa pandemi Covid-19 dan semakin rendah *self-efficacy*, semakin tinggi *teacher burnout* yang dimiliki oleh guru TK di Jakarta pada masa pandemi Covid-19.

Artinya, hasil penelitian menunjukkan bahwa *perceived stress* yang dirasakan berkorelasi positif dengan *teacher burnout*, dan berkorelasi negatif dengan *self-efficacy*. Selain itu, *self-efficacy* dan *teacher burnout* memiliki korelasi negatif. Sumbangan masing-masing variabel bebas terhadap variabel tergantung berdasarkan hasil *output model summary* analisis regresi sederhana dijelaskan pada tabel 5.

Tabel 5

Nilai Sumbangan Variabel Bebas Terhadap Tergantung

Variabel	R
<i>Perceived stress</i> terhadap <i>teacher burnout</i>	0,923
<i>Self-efficacy</i> terhadap <i>teacher burnout</i>	0,754

Berdasarkan tabel 5, didapatkan hasil nilai koefisien determinasi *perceived stress* terhadap *teacher burnout* di Jakarta pada masa pandemi Covid-19 sebesar 0,923 artinya 92,3% variabel *teacher burnout* dapat dijelaskan oleh variabel *perceived stress* dan sisanya 7,7% dijelaskan oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Sedangkan nilai koefisien determinasi *self-efficacy* terhadap *teacher burnout* guru TK di Jakarta pada masa pandemi Covid-19 sebesar 0,754 artinya 75,4% variabel *teacher burnout* dapat dijelaskan oleh variabel *self-efficacy* dan sisanya 24,6% dijelaskan oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Hipotesis yang menyatakan bahwa terdapat peran *perceived stress* dan *self-efficacy* terhadap *teacher burnout* teruji benar (diterima) secara empiris yang ditunjukkan dengan nilai r sebesar 92,7% secara signifikan. Dengan demikian uji logis (hipotesis) dan uji empiris (uji data dari lapangan), hasilnya saling menguatkan. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh Schwarzer dan Hallum (2008) dengan tingkat kontribusi *perceived stress* dan *self-efficacy* memiliki pengaruh yang sangat tinggi yaitu 84% terhadap *burnout*. Untuk kontribusi *stress* terhadap *burnout* penelitian ini didukung oleh penelitian Bertoret (2009), dengan kontribusi sebesar 71% pada dimensi *Reduced Personal Accomplishment*, 45% pada dimensi *Emotional Exhaustion* dan 21 % pada dimensi *Depersonalization*. Sedangkan kontribusi *self-efficacy* terhadap *burnout* penelitian ini didukung oleh penelitian Consiglio et al. (2013), dengan kontribusi tinggi (R^2) 63% untuk individu (*individual-level model*) dan bahkan mencapai kontribusi tinggi (R^2) 91% untuk peran *self-efficacy* terhadap *burnout* secara kelompok/tim (*team-level model*). Perbedaan kontribusi dan tingkat *burnout*, dapat dimungkinkan karena pengaturan pekerjaan, faktor sosial budaya, ukuran penilaian yang berbeda atau kriteria yang berbeda pada pengukuran *burnout* di tiap-tiap negara (Li et al., 2020).

Sesuai dengan pendapat Gani dan Amalia (2018), jika koefisien determinasi yang diperoleh dari jenis data ini telah berada di atas 20% maka hasil penelitian sudah cukup layak untuk dijadikan sebagai alat analisis dan estimasi.

Selain itu, penelitian ini sejalan dengan penelitian-penelitian sebelumnya, (Herman et al., 2017; Li et al, 2020; Maryati & Mustika, 2016; Wang et.al, 2015; Yu et.al., 2015; Zhu et al, 2018). Dalam beberapa hasil penelitian terdahulu terdapat hubungan independen antara *perceived stress* dan *teacher burnout* pada guru.

Perceived stress telah diidentifikasi sebagai salah satu penyebab langsung *teacher burnout* di kalangan guru (Yu et al., 2015). Pada kondisi pandemi Covid-19 menunjukkan bahwa masih terdapat guru TK yang belum siap dalam menghadapi perubahan lingkungan dan metode pembelajaran, padahal kesiapan guru merupakan hal penting, karena guru merupakan seseorang yang memberikan pengaruh terhadap keberhasilan anak dalam pembelajaran.

Guru TK, menurut Minicozzi (2016) selama ini memiliki beban yang lebih sulit dan banyak dalam mempersiapkan pembelajaran dan perkembangan anak usia dini (Minicozzi, 2016 dalam Ayuni et al., 2020). Dampak dari ketidaksiapan proses pembelajaran jarak jauh pada guru TK memunculkan perasaan kurang mendapatkan dukungan, cepat merasa lelah secara fisik, mengalami kecemasan berlebihan, sulit beristirahat/tidur, menurunnya daya tahan tubuh (mudah sakit), perubahan suasana hati yang cepat (*mood swing*), malas berinteraksi dengan orang lain serta mengalami penurunan baik secara prestasi maupun kompetensi.

Gambaran kondisi di atas sesuai pendapat yang disampaikan Cohen et al. (1983), yang mengatakan bahwa *perceived stress* merupakan respon terhadap peristiwa yang tidak terduga, tidak terkontrol, berlebihan hingga mengancam dan berbentuk emosional 481andemic yang berefek secara psikis serta psikologis dikarenakan beberapa faktor.

Faktor tersebut adalah faktor lingkungan ataupun psikologis. Hal ini sejalan dengan data empiris yang ditemukan dalam penelitian ini, 481andem guru mampu mengatasi *perceived stress* yang mereka alami, mereka akan lebih terhindar dari gejala *teacher burnout*. Sebaliknya 481andem guru TK pada masa 481andemic Covid-19 mengalami serangkaian peristiwa dan tuntutan dari lingkungannya yang membuat dirinya tertekan dan memberikan respon emosional 481andemic, guru TK cenderung mengembangkan *perceived stress* yang lebih tinggi dan mengalami sindrom *teacher burnout* pada pekerjaan mereka.

Pada penelitian Wang et al. (2015), telah dilaporkan bahwa *self-efficacy* memprediksi secara 481andemic481481t gejala *teacher burnout*. Lebih khusus lagi, guru dengan *self-efficacy* yang lebih kuat terlihat dalam kemampuan mereka untuk melibatkan siswanya dalam pembelajaran, dan pada tingkat yang lebih rendah, mengelola kenakalan siswa dan kegiatan kelas, melaporkan tidak hanya kepuasan kerja yang lebih tinggi dan *teacher burnout* yang rendah, tetapi juga gejala penyakit yang lebih jarang (Wang et al., 2015).

Self-efficacy merupakan keyakinan individu mengenai kemampuan dirinya dalam melakukan tugas atau 481andemic yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu (Bandura, 1997). Hal ini sejalan dengan data empiris yang ditemukan dalam penelitian ini, 481andem guru memiliki *self-efficacy* yang tinggi mereka bisa menghadapi semua tantangan perubahan (termasuk tuntutan pembelajaran dan pola hubungan sosial) terkait pekerjaan yang diberlakukan pada masa 481andemic Covid-19, dan guru TK akan memiliki sikap yang positif terhadap pekerjaan mereka dan ini akan melindungi mereka dari *teacher burnout*, sebaliknya guru yang memiliki *self-efficacy* rendah, akan rentan mengalami *teacher burnout*. Pada penelitian ini guru TK memiliki tingkat *self-efficacy* yang rendah.

Perceived stress dan *self-efficacy* juga diketahui secara bersama-sama memengaruhi *teacher burnout*. Hal ini sejalan dengan data empiris yang ditemukan dalam penelitian menunjukkan 481andem tingkat *perceived stress* tinggi, dan *self-efficacy* rendah memengaruhi tingkat *teacher burnout* guru TK pada masa 481andemic Covid-19 menjadi tinggi dan sebaliknya, 481andem tingkat *perceived stress* rendah, dan *self-efficacy* tinggi memengaruhi tingkat *teacher burnout* guru TK menjadi rendah pada masa 481andemic Covid-19. Hal ini sejalan dengan temuan studi dari Wang et al. (2015), yang melaporkan hasil penelitiannya bahwa *stress* pada guru tidak hanya menjadi produk sampingan dari *self-efficacy* tapi mampu berkontribusi secara bersama-sama dan 481andemic481481t terhadap *teacher burnout*.

Pertimbangan lain yang bisa menjadi faktor 481andemic481 kuat dari peran *perceived stress* dan *self-efficacy* terhadap munculnya *teacher burnout* adalah faktor situasional khususnya pada masa 481andemic Covid-19 yang secara langsung telah merubah situasi kerja guru TK. Sesuai dengan hasil penelitian Maslach et al. (2001) yang menyebutkan bahwa *burnout* sebagai pengalaman individu yang dikhususkan untuk konteks pekerjaan, telah dibuktikan melalui penelitian selama 25 tahun terakhir mempertahankan fokus yang konsisten pada faktor situasional di lingkungan kerja sebagai korelasi utama dari munculnya fenomena *burnout* pada individu.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan penelitian ini, peneliti dapat menyimpulkan beberapa penjelasan sebagai berikut: (a) ada peran yang sangat signifikan antara *perceived stress* dan *self-efficacy* terhadap *teacher burnout* guru TK di Jakarta pada masa pandemi Covid-19. Semakin tinggi *perceived stress* maka semakin tinggi *teacher burnout*, sebaliknya semakin tinggi *self efficacy* maka semakin rendah *teacher burnout*; (b) terdapat peran positif yang sangat signifikan antara *perceived stress* terhadap *teacher burnout* guru TK di Jakarta pada masa pandemi Covid-19. Semakin tinggi *perceived stress* maka semakin tinggi *teacher burnout* dan semakin rendah *perceived stress* maka semakin rendah *teacher burnout*; (c) terdapat peran negatif yang sangat signifikan antara *self-efficacy* terhadap *teacher burnout* guru TK di Jakarta pada masa pandemi Covid-19. Semakin tinggi *self-efficacy* maka semakin rendah *teacher burnout*, sebaliknya semakin rendah *self-efficacy* maka semakin tinggi *teacher burnout* guru TK di Jakarta pada masa pandemi Covid-19. Di dalam studi ini kedua variabel bebas secara keseluruhan memiliki pengaruh sebesar 92,7% terhadap *teacher burnout*. Terdapat 7,3% sumbangan dari variabel lain yang belum diketahui. Kepada para peneliti selanjutnya yang berminat untuk melakukan penelitian dengan tema *teacher burnout* dapat menggali variabel lainnya. Penelitian ini juga dibatasi oleh waktu, biaya, dan terutama kondisi pandemi yang saat pengambilan data dilakukan sedang berlangsung, sehingga pemenuhan jumlah responden belum mencapai jumlah yang diharapkan. Sampel mungkin tidak representatif karena ini adalah kuisioner *online*, hanya guru yang memiliki akses internet dan akses ke komunitas pendidikan di jejaring sosial yang berpartisipasi dalam penelitian ini. Guru yang mengakses kuisioner *online* memiliki tingkat literasi perangkat digital tertentu. Diasumsikan bahwa guru yang telah berpartisipasi dalam penelitian sangat termotivasi karena partisipasi mereka dalam kelompok untuk pengembangan profesional. Hasilnya mungkin akan berbeda jika populasi yang lebih luas dimasukkan dan penelitian dilakukan bukan pada masa pandemi Covid-19.

Ucapan Terima Kasih (*Acknowledgement*)

Ucapan terimakasih dalam penelitian ini penulis tujukan kepada Almh. H.M., fakultas psikologi program studi magister psikologi sains UNTAR, pengurus organisasi Ikatan Guru Taman Kanak-Kanak (IGTK) DKI Jakarta, seluruh Kepala TK di wilayah DKI Jakarta dan semua rekan sejawat Guru TK di Jakarta yang telah mendukung dan berpartisipasi dalam penelitian ini.

REFERENSI

- Ayuni, D., Marini, T., Fauziddin, M., & Pahrul, Y. (2020). Kesiapan guru TK menghadapi pembelajaran daring masa pandemi Covid-19. *Jurnal Obsesi: PAUD*, 5(1), 414-421.
- Bandura, A. (Ed.). (1995). *Self-efficacy in changing societies*. Cambridge university press.
- Bertoret, F. D. (2009). Self-efficacy, school resources, job stress and burnout among Spanish primary and secondary school teacher. *Educational Psychology*, 29, 45-68.
- Cheng, M. N. (2008). *Job stress, self-efficacy, burnout, and intention to leave among kindergarten teachers in Taiwan*. Lynn University.
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of health and social behavior*, 385-396.
- Cohen, S., Janicki-deverts, D., & Miller, G. E. (2007). Psychological stress and disease. *JAMA*, 298(14), 1685-1687.
- Consiglio, C., Borgogni, L., Alessandri, G., & Schaufeli, W. B. (2013). Does self-efficacy matter for burnout and sickness absenteeism? The mediating role of demands and resources at the individual and team levels. *Work & Stress*, 27(1), 22-42.

- Dewi, T. T. U., Tiatri, S., & Mularsih, H. (2020). Peran pengetahuan awal tentang anak berkebutuhan khusus dan efikasi guru terhadap sikap guru pada pendidikan inklusif. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 4(2), 304-314.
- Gani, I., & Amalia, S. (2018). *Alat analisis data: Aplikasi statistik untuk penelitian bidang ekonomi dan sosial*. Penerbit Andi.
- Gravetter, F. J., & Forzano, L. B. (2010). Research methods for the behavioral sciences (Gravetter). *Belmont: Cengage Learning*.
- Hartawati, D., & Mariyanti, S. (2013). Hubungan antara self-efficacy dengan burnout pada pengajar taman kanak-kanak sekolah "X" di Jakarta. *Jurnal Psikologi Esa Unggul*, 12(2), 54-60.
- Herman, K. C., Hickmon-Rosa, J. E., & Reinke, W. M. (2018). Empirically derived profiles of teacher stress, burnout, self-efficacy, and coping and associated student outcomes. *Journal of Positive Behavior Interventions*, 20(2), 90-100.
- Husna, M. A. (2020). *Guru PAUD hadapi permasalahan kompleks selama pandemi, orang tua tak siap hadapi pembelajaran daring*. <https://jogja.tribunnews.com/2020/07/18/guru-paud-hadapi-permasalahan-kompleks-selama-pandemi-orang-tua-tak-siap-hadapi-pembelajaran-daring>
- Li, S., Li, Y., Lv, H., Jiang, R., Zhao, P., Zheng, X., Wang, L., Li, J., & Mao, F. (2020). The prevalence and correlates of burnout among Chinese preschool teachers. *BMC public health*, 20(1), 160.
- Maryati, D. S., & Mustika, P. G. (2016). The effect of self-efficacy on burnout mediated by stress among kindergarten teachers in Indonesia. In *6th International Conference on Educational, Management, Administration and Leadership*. Atlantis Press.
- Maslach, C., Jackson, S. E., & Leiter, M. P. (1996). *MBI: Maslach burnout inventory*. CPP, Incorporated.
- Maslach, C., & Leiter, M. P. (2008). Early predictors of job burnout and engagement. *Journal of applied psychology*, 93(3), 498.
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job burnout. *Annual review of psychology*, 52(1), 397-422.
- McLean, D., Eklund, K., Kilgus, S. P., & Burns, M. K. (2019). Influence of teacher burnout and self-efficacy on teacher-related variance in social-emotional and behavioral screening scores. *School Psychology*, 34(5), 503.
- Minicozzi, L. L. (2016). The garden is thorny: Teaching kindergarten in the age of accountability. *Global Studies of Childhood*, 6(3), 299-310.
- Nagasawa, M., & Tarrant, K. (2020). Who will care for the early care and education workforce? COVID-19 and the need to support early childhood educators' EWB. *New York Early Childhood Professional Development Institute, CUNY*. <https://educate.bankstreet.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1000&context=sc>
- Schaufasher, D. (2020, Juni 2). *Educators feeling stress, anxious, overwhelmed and capable*. The Journal. <https://thejournal.com/articles/2020/06/02/survey-teachers-feeling-stressed-anxious-overwhelmed-and-capable.aspx>
- Schwarzer, R., & Hallum, S. (2008). Perceived teacher self-efficacy as a predictor of job stress and burnout: Mediation analyses. *Applied psychology*, 57, 152-171.
- Schwarzer, R., & Jerusalem, M. (1995). *Generalized self-efficacy scale*. NFER-NELSON.
- Sugiyono, S. (2010). *Metode penelitian kuantitatif dan kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Wang, H., Hall, N. C., & Rahimi, S. (2015). Self-efficacy and causal attributions in teachers: Effects on burnout, job satisfaction, illness, and quitting intentions. *Teaching and Teacher Education*, 47, 120-130.

Zhu, M., Liu, Q., Fu, Y., Yang, T., Zhang, X., & Shi, J. (2018). The relationship between teacher self-concept, teacher efficacy and burnout. *Teachers and Teaching*, 24(7), 788-80.