



Hardiness personality dan burnout pada guru SLB di Kalimantan Selatan

Feny Aulia^{a,1*}, Dyta Setiawati Hariono^{b,2}

^{a,b}Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Banjarmasin, Banjarmasin

¹fenyaulia30@gmail.com; ²nandhita007@gmail.com

*Correspondent Author

Received: 08-06-2022

Revised: 14-07-2022

Accepted: 01-09-2022

KATAKUNCI

burnout;
guru SLB;
hardiness personality

ABSTRAK

Seorang guru dituntut memiliki kemampuan dan kerelaan agar dapat memaklumi alam pikiran dan perasaan siswanya. Guru harus bersedia menerima siswa apa adanya, termasuk harus bersikap sabar, ramah, menunjukkan pengertian, mudah memberikan kepercayaan diri dan dapat menciptakan suasana aman. Terkhusus untuk Guru SLB, guru dituntut untuk profesional, mampu mengontrol diri dan memiliki kesabaran yang tinggi karena menghadapi anak-anak yang berbeda dengan anak pada umumnya, terlebih ada kalanya anak berkebutuhan khusus tidak suka dipaksa. Dengan demikian, hal tersebut dapat membuat Guru SLB berada dalam suasana negatif, merasa bersalah, tertekan dan merasa jenuh dengan pekerjaan hingga menimbulkan *burnout*. Oleh karena itu, sebagai guru SLB harus memiliki *hardiness personality* agar dapat bersikap sabar dalam mengajari anak didik. Guru juga mampu memiliki kendali atas pekerjaan mereka dan mampu menemukan solusi untuk setiap masalah, menekankan pada tanggung jawab, dan tidak menyalahkan kekurangan orang lain. Berdasarkan hal tersebut, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *hardiness personality* terhadap *burnout* pada guru SLB. Metode pada penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasi. Populasi pada penelitian ini adalah guru yang mengajar di sekolah luar biasa di Provisi Kalimantan Selatan. Teknik pengambilan sampel penelitian ini adalah *purposive sampling* dengan jumlah sampel 103 orang. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *burnout* dengan nilai reabilitas *Cronbach-Alpha* sebesar 0,982 dan skala *hardiness personality* dengan nilai reabilitas *Cronbach-Alpha* sebesar 0,978. Hasil Perhitungan statistik menunjukkan nilai korelasi ($r=-0,824$; $p=0,05$). Penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *hardiness personality* dengan *burnout* pada guru SLB.

Hardiness personality and burnout in SLB teachers in South Kalimantan

KEYWORDS

burnout;
hardiness personality;
special school teacher

A teacher is required to have the ability and willingness to understand his students' thoughts and feelings. Teachers must be willing to accept students as they are, including being patient and friendly, understanding them, easily giving confidence, and creating a safe atmosphere. Especially for SLB teachers, teachers are required to be professional, able to self-control, and extremely patient because they deal with children who are different from children in general, even more at times when children with special needs do not like to be forced. Therefore, these



uneasy circumstances can create a negative atmosphere, causing feeling guilty, depressed, and feeling bored with work causing burnout. Hence, as an SLB teacher, one must have a hardiness personality to be patient in teaching students. Also, teachers can get to control over their work and can find solutions to every problem, emphasize responsibility, and not blaming on other people's shortcomings. Based on this background, this study aims to determine the relationship between a hardiness personality and burnout in SLB teachers. The method in this study uses a quantitative approach using a correlation design. This study population was teachers who teach in special schools in South Kalimantan Province. The sampling technique for this research was purposive sampling, with a total sample of 103 people. The measuring instrument used in this study was the burnout scale with a Cronbach-Alpha reliability value of 0.982 and a hardiness personality scale with a Cronbach-Alpha reliability value of 0.978. Statistical calculation results show a correlation value ($r=-0.824$; $p=0.05$). This study concludes that there is a negative relationship between hardiness personality and burnout in SLB teachers.

This is an open-access article under the [CC-BY-SA](#) license.



Pendahuluan

Pendidikan merupakan hal penting bagi setiap orang dalam mengembangkan potensi dan kualitas diri agar dapat berkembang. Pendidikan di Indonesia telah diatur dalam UU 1945 pasal 31 ayat 1 yang menyebutkan bahwa setiap warga negara berhak mendapatkan pendidikan. Setiap orang yang dimaksud memiliki hak yang sama untuk mendapatkan pendidikan dalam hal ini adalah anak-anak reguler maupun anak berkebutuhan khusus (Wulan & Apriliani, 2017). Pendidikan yang diberikan pada siswa reguler dan yang diberikan kepada siswa berkebutuhan khusus tentu saja berbeda. Sejauh ini pendidikan untuk siswa berkebutuhan khusus biasanya dilakukan di Sekolah Luar Biasa (SLB) yang disesuaikan dengan kekhususannya masing-masing. Siswa berkebutuhan khusus biasanya mengalami hambatan dalam fungsi kecerdasan dan keterlambatan fungsi fisik sehingga membutuhkan pelayanan pendidikan khusus untuk mengembangkan kemampuan yang dimiliki secara optimal (Noviandari & Huda, 2018).

Sekolah Luar Biasa (SLB) memiliki tujuan pembelajaran yang disesuaikan dengan kemampuan setiap anak untuk meningkatkan kemandirian serta mengembangkan kemampuan di tengah keterbatasan yang dialami, dan hal tersebut tentunya tidak terlepas dari peranan seorang guru. Secara pedagogis seorang guru dituntut untuk memiliki kemampuan dan kerelaan agar dapat memaklumi alam pikiran dan perasaan siswanya, guru harus bersedia untuk menerima siswa apa adanya, guru juga harus bersikap sabar, ramah dan menunjukkan pengertian, mudah memberikan kepercayaan diri dan menciptakan suasana aman (Izzan, 2012). Sementara tantangan yang dihadapi seorang guru dapat bersifat internal dan eksternal. Tantangan yang bersifat internal dalam hal ini bahwa guru dituntut harus kreatif, mampu mengerjakan tugas administrasi dan memberikan banyak perhatian pada siswa. Selanjutnya tantangan eksternal yang dihadapi guru berkaitan dengan tuntutan dari orang tua mengenai perkembangan anak (Sihotang & Febriyanti, 2020). Oleh karena itu, berbagai macam tantangan yang dihadapi guru SLB pada akhirnya dapat membuat mereka berada dalam suasana negatif, merasa bersalah, tertekan dan tidak jarang merasa jenuh. Sesuai dengan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti terhadap guru SLB di Kalimantan Selatan, di mana guru

SLB dianggap sebagai profesi yang berat. Hal tersebut dikarenakan guru harus belajar dan melakukan banyak hal untuk menghadapi siswa berkebutuhan khusus, meskipun para guru memiliki latar belakang pendidikan di PLB. Fenomena tersebut didukung dengan lingkungan kerja yang kurang nyaman dan pada akhirnya membuat guru merasa tertekan serta mengalami kejenuhan kerja. Sementara guru yang mengalami perasaan tertekan mampu mengambil keputusan dan berpikir untuk berhenti atau pensiun sebelum waktunya. Situasi seperti ini jika berlangsung secara terus menerus dapat menguras energi guru, sehingga mengalami kelelahan emosional yang disebut dengan *burnout* (Dewi, 2017). Seperti yang disampaikan Pearson *et al.* (2015) bahwa dinamika yang terkait dengan timbulnya *burnout* guru salah satunya adalah kurangnya dukungan administratif, tugas/pekerjaan, dan tantangan dari perilaku siswa. Berdasarkan hasil penelitian Maslach *et al.* (2001) juga menjelaskan bahwa pekerjaan yang berorientasi melayani orang seperti profesi guru berkorelasi dengan *burnout*.

Burnout adalah suatu kelelahan setiap individu baik secara fisik, mental dan emosional yang berlangsung lama yang dapat menimbulkan ketidaktertarikan individu terhadap suatu pekerjaan. Menurut Maslach dan Leiter (2017) *burnout* merupakan suatu kelelahan emosional, fisik, dan mental yang disebabkan oleh suasana tempat belajar yang kaku, keras sangat menuntut baik secara ekonomi maupun psikologi. Ada tiga aspek *burnout*, yaitu kelelahan (*exhaustion*), depersonalisasi (*depersonalization*) dan hubungan ketidakefektifan atau rendahnya capaian pribadi (*reduced personal accomplishment*).

Nurjayadi (2004) mengungkapkan bahwa *burnout* akan menyebabkan penurunan efektivitas kinerja individu, pada guru akan berakibat langsung pada anak didik. *Burnout* berpengaruh pada antusiasisme siswa untuk belajar dan mengakibatkan munculnya perasaan negatif di kalangan siswa terhadap dunia pendidikan. Perhatian dan perasaan guru terhadap orang-orang yang bekerja sama dengan dirinya menjadi tumpul atau menjadi tidak perhatian (Widiastuti & Astuti, 2000). Selain itu, individu yang mengalami *burnout* mengembangkan konsep diri negatif dan sikap kerja yang negatif termasuk guru SLB yang bekerja dengan siswa yang memiliki keragaman intelektual, gangguan emosional, fisik, dan belajar (Kulberg, 2019), dimana guru SLB harus memiliki banyak strategi pembelajaran menghadapi anak-anak berkebutuhan khusus dengan karakter yang berbeda-beda. Ketidakpuasan dalam bekerja terkait dengan *reward* yang tidak sebanding dengan beban kerja dan faktor-faktor lingkungan pekerjaan yang tidak kondusif bagi pelaksanaan tugas mereka (Wardhani, 2012).

Fenomena *burnout* yang dialami guru jika dibiarkan akan berdampak negatif. Se jauh ini, *burnout* yang dialami oleh guru yang bekerja di sektor pendidikan disebabkan karena guru menghadapi tuntutan dari siswa yang mengalami hambatan dalam belajar, tingkat keberhasilan dari pekerjaan rendah, dan kurangnya penghargaan yang memadai terhadap kinerja mereka. Ketidakpuasan dalam bekerja terkait dengan *reward* yang tidak sebanding dengan beban kerja serta faktor-faktor lingkungan pekerjaan yang tidak kondusif bagi pelaksanaan tugas mereka (Wardhani, 2012). Tekanan dan tingkat stres yang dialami guru di Sekolah Luar Biasa harus membuat guru mampu menyesuaikan diri dengan tantangan yang dihadapi (Sihotang & Febriyanti, 2020). Selanjutnya salah satu faktor yang dapat mempengaruhi *burnout* adalah kepribadian. Sesuai dengan yang disampaikan Smet (1994), bahwa salah satu pola kepribadian yang dianggap dapat menjaga seseorang tetap sehat walaupun mengalami kejadian-kejadian hidup yang penuh tertekan adalah *hardiness personality* atau biasa disebut *hardiness*.

Maddi (2013) mendefinisikan *hardiness* sebagai suatu karakteristik kepribadian yang dimiliki oleh seseorang sebagai kekuatan dalam memandang kondisi yang berpotensi dapat memunculkan stres, diubah menjadi situasi yang tidak mengancam sehingga memiliki peluang untuk dihadapi. *Hardiness* untuk guru SLB di sekolah mengarah pada ketangguhan dan daya juang guru untuk bertahan dalam berbagai tekanan, kesulitan, dan hambatan selama memberikan layanan atau proses bantuan kepada siswa. Seorang guru dengan *hardiness* tinggi cenderung memiliki karakteristik yang optimis dan pantang menyerah, sebaliknya guru SLB

dengan *hardiness* rendah menunjukkan perilaku gampang berputus asa, kurang semangat dalam memberikan layanan, memiliki kinerja buruk, kurang mampu mengendalikan diri ketika menghadapi tekanan, dan berpandangan sempit bahwa perubahan adalah suatu ancaman (Mulawarman & Antika, 2020).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Moradi *et al.* (2013) menyatakan bahwa ada hubungan antara *hardiness* dan *burnout*. Penelitian Moradi *et al.* menemukan bahwa Individu *hardiness* memiliki sikap positif terhadap perubahan dan mereka menganggap perlu adanya perbaikan untuk mencapai kesuksesan hidup maupun pekerjaan. Hal tersebut menjelaskan bahwa kelelahan akan menurun pada saat hilangnya rasa pencapaian pribadi. Disebutkan bahwa hilangnya capaian pribadi berbanding terbalik dengan peningkatan personal sukses yang banyak menerima insentif dalam mengatasi masalah. Karakteristik dari individu *hardiness* menyebabkan peningkatan motivasi dan akhirnya pengurangan kelelahan emosional. Individu yang *hardiness* percaya bahwa mereka memiliki kendali atas pekerjaan dan mampu menemukan solusi untuk setiap masalah dan membuat mereka menekankan tanggung jawab mereka sendiri dan tidak menyalahkan kekurangan orang lain.

Berdasarkan pemaparan sebelumnya dapat dijelaskan bahwa menjadi guru SLB dituntut untuk profesional, harus mampu mengontrol diri dan memiliki kesabaran yang tinggi karena menghadapi siswa yang berbeda dengan siswa pada umumnya sehingga peluang untuk terjadinya *burnout* juga semakin minim. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti hubungan *hardiness personality* terhadap *burnout* pada guru SLB.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Penelitian korelasional adalah penelitian hubungan antara variabel atau beberapa variabel dengan variabel lain yang searah atau tidak (Trijono, 2015). Populasi pada penelitian ini adalah guru yang mengajar di sekolah luar biasa di Provisi Kalimantan Selatan. Adapun teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *nonprobability sampling* dengan metode *purposive sampling*, yaitu metode pengambilan sampel dengan cara menetapkan ciri-ciri khusus dan disesuaikan dengan tujuan penelitian sehingga dapat menjawab permasalahan penelitian (Sugiyono, 2019). Pertimbangan peneliti untuk menentukan sampel adalah sampel yang memenuhi kriteria guru yang mengajar di Sekolah Luar biasa, guru yang mengajar anak dengan berbagai ketunaan dan berdomisili di Provinsi Kalimantan Selatan. Jumlah sampel yang memenuhi kriteria populasi pada penelitian ini sebanyak 103 orang. Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan dua skala yaitu skala *burnout* dan skala *hardiness personality*. Adapun koefisien reliabilitas dari skala *burnout* adalah sebesar $\alpha=0,982$ dan skala *hardiness personality* adalah sebesar $\alpha=0,978$. Selanjutnya data yang telah dikumpulkan diolah dengan menggunakan teknik korelasi *product moment pearson*.

Hasil

Penelitian ini dilakukan kepada guru yang mengajar siswa dengan berbagai macam ketunaan di SLB di Provinsi Kalimantan Selatan. Sampel yang memenuhi syarat penelitian ini yaitu sebanyak 103 guru SLB. Sebelum dilakukan pengujian hipotesis, terlebih dahulu peneliti melakukan uji normalitas. Hasil uji normalitas dari masing-masing variabel berada di atas 0,05. Koefisien dan taraf signifikansi pada variabel *burnout* didapatkan nilai (KS-Z=0,066; $p>0,05$). Selanjutnya koefisien dan taraf signifikansi pada variabel *hardiness personality* didapatkan nilai (KS-Z = 0,074; $p>0,05$). Hasil analisis uji normalitas memperlihatkan populasi data berdistribusi normal karena nilai signifikansi dari masing-masing variabel lebih dari 0,05. Berikutnya berdasarkan hasil analisis diperoleh koefisien nilai F adalah sebesar 395,839 dengan taraf signifikansi 0,000 ($p<0,05$). Hasil analisis menunjukkan bahwa data antara *hardiness* dan *burnout* memiliki korelasi yang linear.

Hasil analisis korelasi *Pearson* antara *hardiness personality* dan *burnout* didapatkan koefisien $r=-0,824$ dan *Sig. (2-tailed)* 0,000 ($p<0,05$). Berdasarkan hasil analisis tersebut terdapat hubungan negative antara variabel *hardiness personality* dengan variabel *burnout*. Semakin tinggi *hardiness personality* pada guru SLB maka semakin rendah *burnout* yang dimilikinya. Sebaliknya, semakin rendah *hardiness personality* pada guru SLB maka semakin tinggi *burnout* yang dimilikinya.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara *hardiness personality* dengan variabel *burnout*. Pernyataan tersebut didukung oleh Maslach *et al.* (2001) yang menyatakan bahwa salah satu faktor yang dapat mempengaruhi *burnout* yaitu faktor individual, faktor yang berasal dari dalam diri seseorang yang terdiri dari karakteristik demografi dan kepribadian. Selanjutnya, *hardiness personality* menjadi salah satu variabel besar yang dapat mempengaruhi *burnout*. Barton (2006) mengungkapkan bahwa individu dengan kepribadian *hardiness* mempunyai keinginan hidup dan komitmen terhadap pekerjaan yang tinggi, pengendalian emosi yang besar, dan lebih terbuka terhadap perubahan juga terhadap tantangan hidup. Mereka cenderung menginterpretasikan stres dan pengalaman pahit sebagai aspek yang wajar, serta merupakan bagian dari kehidupan yang keseluruhannya menarik dan bermanfaat. Kobasa *et al.* (1982) juga menyatakan bahwa individu yang memiliki karakteristik *hardiness personality* tidak hanya mengalami *stressor* sebagai sesuatu yang mendesak, tetapi juga sesuatu yang menarik dan penting (komitmen), dapat dipengaruhi (kontrol) dan bermanfaat bagi pengembangan diri (tantangan). Artinya, dengan menafsirkan *stressor* melalui cara tersebut, individu akan terlindungi dari *burnout*.

Ditinjau dari sudut pandang Islam, Allah SWT tidak akan menguji hambaNya melebihi kemampuan mereka. Hal tersebut dikarenakan ada individu yang tidak dapat bertahan secara psikologis dan fisik dalam menghadapi stres ketika menghadapi situasi yang menekan, namun ada pula individu yang begitu tegar, optimis dan memandang hidup sebagai tantangan yang dapat dihadapi, sesuai dengan Firman Allah SWT yang berbunyi:

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ۗ لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ ۗ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا ۗ رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إِكْرَامًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا ۗ رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ ۗ وَاعْفُ عَنَّا وَارْحَمْنَا ۗ أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ ۙ

"Allah tidak akan membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Ia mendapat pahala dari kebajikan yang diusahakannya dan ia mendapat siksa dari kejahatan yang dikerjakannya" (Q.S Al-Baqarah:286).

Ayat di atas menyampaikan bahwa Islam memperlakukan setiap individu menurut disposisi masing-masing yang unik dan berbeda-beda. Hal tersebut menegaskan adanya perbedaan antar individu dalam segala aspek sifat, karakter psikologi dan karakteristik kognitif mereka. Selanjutnya, individu yang dapat bertahan dalam psikologi disebut memiliki *hardiness personality* (Istiningtyas, 2013).

Penelitian ini menunjukkan bahwa adanya korelasi negatif yang signifikan antara *burnout* dan *hardiness personality* pada guru SLB di Provinsi Kalimantan Selatan. Keadaan ini menjelaskan bahwa *burnout* pada guru SLB dipengaruhi oleh *hardiness personality* dengan arah hubungan negatif di mana semakin tinggi *hardiness personality* maka tingkat *burnout* semakin rendah sebaliknya semakin rendah *hardiness personality* maka akan semakin tinggi *burnout* yang akan dialami Guru SLB. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *hardiness* dengan *burnout* pada guru SD yang mana *hardiness* berkontribusi 68,4% terhadap *burnout* (Annatagia

& Kusrohmaniah, 2017). Didukung juga dengan penelitian Zulaima *et al.* (2017) yang menyatakan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *hardiness personality* dengan *burnout*. Semakin rendah *hardiness personality* maka semakin tinggi *burnout*. Sebaliknya, semakin tinggi *hardiness personality* maka semakin rendah *burnout*.

Kondisi tugas dan tekanan yang dialami oleh guru di sekolah luar biasa dapat menyebabkan stres. Stres tersebut mengakibatkan pada menurunnya kinerja guru dalam mengajar siswa dengan kebutuhan khusus. Oleh karena itu, guru yang memiliki tingkat *hardiness* tinggi diasumsikan mampu bersikap positif dan menghindarkan diri dari terjadinya *burnout*. Selaras dengan yang disampaikan Fahmi dan Widyastuti (2018) bahwa individu dengan *hardiness* yang tinggi akan memiliki fokus strategi, kontrol dan komitmen yang tinggi dalam menghadapi tugas dan tekanan. Hal tersebut di dukung dengan adanya penelitian yang dilakukan Purwati dan Mahfud (2019) yang menjelaskan bahwa *hardiness* berpengaruh negatif terhadap *burnout* yang menunjukkan bahwa semakin tinggi *hardiness* maka akan menurunkan *burnout*.

Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian Indraswari dan Desiningrum (2014) yang menyatakan bahwa *hardiness personality* memberikan sumbangan sebesar 58,7% terhadap variabel *burnout*. Penelitian yang dilakukan Maramis dan Cong (2019) juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *burnout* dan *hardiness personality*. Hal tersebut menunjukkan bahwa *hardiness personality* merupakan ciri kepribadian yang berkembang dalam diri seseorang saat mengalami *burnout* dimana perkembangan dapat membuat seseorang mampu membuat perubahan yang baik. Maddi (2013) menyatakan individu dengan *hardiness* yang tinggi lebih resisten dalam menghadapi masalah daripada individu dengan *hardiness* yang rendah. orang dengan *hardiness* yang tinggi memiliki minat dan komitmen dalam menyelesaikan tugas-tugas pekerjaan, kemampuan berpikir positif dan aktif dalam mencari pemecahan masalah, serta sikap keterbukaan dan penerimaan terhadap berbagai perubahan yang terjadi di lingkungan sekitarnya.

Penelitian ini mempunyai keterbatasan yaitu dalam hal proses pengambilan data. Pada saat pengambilan data, peneliti tidak dapat turun langsung ke lapangan menyebarkan skala ke seluruh sekolah yang ada di Kalimantan Selatan karena masih ada beberapa sekolah yang tidak dapat dikunjungi karena situasi pandemi covid-19. Oleh karena itu peneliti menggunakan *google form* sebagai solusi untuk menyebarkan skala penelitian melalui grup IGPK (Ikatan Guru Pendidikan Khusus) Kal-Sel dan menghubungi beberapa pihak sekolah untuk menyebarkannya. Dengan demikian, peneliti tidak dapat memastikan secara jelas mengenai tingkat pemahaman sampel dalam pengisian skala, sehingga ke depan diharapkan dapat melakukan penelitian lanjutan pada jangkauan yang lebih menyeluruh ketika situasi sudah membaik.

Simpulan

Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil analisis yang dilakukan maka dapat ditarik kesimpulan ada hubungan yang signifikan antara *hardiness personality* dengan *burnout* pada guru SLB di Provinsi Kalimantan Selatan. Hubungan antara *hardiness personality* terhadap *burnout* pada Guru SLB memiliki hubungan negatif yang membuktikan semakin tinggi *hardiness personality* maka semakin rendah *burnout* yang dialami guru SLB. Sebaliknya semakin rendah *hardiness personality* maka semakin tinggi *burnout* yang dialami Guru SLB.

Saran yang ingin disampaikan oleh peneliti bagi pihak sekolah diharapkan dapat memperbaiki, menata, dan mempertimbangkan faktor-faktor *hardiness personality* yang dapat mengurangi terjadinya *burnout* di kalangan Guru SLB. Guru SLB juga diharapkan dapat mempertahankan *hardiness personality* dan dapat mengurangi tingkat *burnout* yang terjadi dengan mengikuti pelatihan atau psikoedukasi untuk meningkatkan *hardiness personality* khususnya dalam tujuan menurunkan kompetensi terjadinya *burnout*. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian dengan cara mengembangkan dan melakukan penelitian lebih mendalam dan juga diharapkan agar peneliti selanjutnya dapat meneliti

dengan variabel yang berbeda untuk memperkaya penelitian.

Daftar Pustaka

- Annatagia, L., & Kusrohmaniah, S. (2017). *Hardiness and burnout among elementary school teachers*. Internatioanl Conference on Language, Education, Humanities and Innovation, (Vol. 11, No. 1, pp. 170-175).
- Barton, P. T. (2006). Resilience Under military operational stress: Can leader influence hardiness? *Military Psychology*, 18(sup1)131-148.
- Dewi, R. S. (2017). Pengaruh pelatihan efikasi diri sebagai pendidik terhadap penurunan burnout pada guru di sekolah inklusi. *NATURALISTIC: Jurnal Kajian Penelitian Pendidikan Dan Pembelajaran*, 1(2), 155-167. <https://doi.org/10.35568/naturalistic.v1i2.15>
- Fahmi, A. R., & Widyastuti, W. (2018). Hubungan antara hardiness dengan burnout pada santri Pondok Pesantren Persatuan Islam Putra Bangil. *Jurnal Psikologi Poseidon (Jurnal Ilmiah Psikologi Dan Psikologi Kemaritiman)*, 1(1), 66. <https://doi.org/10.30649/jpp.v1i1.11>
- Indraswari, D., & Desiningrum, D. R. (2014). Hubungan antara hardiness dengan burnout pada perawat di Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Kabupaten Batang. *Empati*, 3(1), 37-46.
- Istiningtyas, L. (2013). Kepribadian tahan banting (hardness personality) dalam psikologi Islam. *Jurnal Ilmu Agama UIN Raden Fatah*, 14(1), 81-97.
- Izzan, A. (2012). *Membangun guru berkarakter* (U. S. Artyasa (ed.); 1st ed.). Humaniora.
- Kementerian Agama RI Lajnah Pentashinan Mushaf Al-Qur'an. (2019). *Al-Qur'an dan terjemahan*. <https://quran.kemenag.go.id>
- Kobasa, S. C., Maddi, S. R., & Stephen, K. (1982). Hardiness and health: A prospective study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 42, 168-177. <https://doi.org/https://doi.org/10.1037/00223514.42.1.168>
- Kulberg, J. (2019). Primary factors impacting burnout in special education teachers. *Special Education and Teaching Commons*. https://repository.stcloudstate.edu/sped_etds/70
- Maddi, S. R. (2013). *Hardiness turning stressful circumstances into resilient growth*. Springer. <https://doi.org/10.1007/978-94-007-5222-1>
- Maramis, J., & Cong, J. (2019). Relationship of hardiness personality with nurse burnout. *Abstract Proceedings International Scholars Conference*, 7(1), 434-442. <https://doi.org/10.35974/isc.v7i1.1046>
- Maslach, C., & Leiter, M. P. (2017). Understanding burnout. *The Handbook of Stress and Health*, 36-56. <https://doi.org/10.1002/9781118993811.ch3>
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). *Job burnout*. Annual Review of Psychology, 52(1), 397-422. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397>
- Moradi, A. H., Poursarrajan, D., & Naeeni, A. A. (2013). The relationship between hardiness and burnout among the teachers of the universities and higher educational institutes-case study. *European Online Journal of Natural and Social Sciences*, 2(3), 500-506. www.european-science.com
- Mulawarman, & Antika, E. R. (2020). *Mind skills konsep dan aplikasinya dalam praktik konseling*. Kencana.
- Noviandari, H., & Huda, T. . (2018). Peran sekolah dalam pendidikan anak berkebutuhan khusus di SDLB PGRI Bangorejo Banyuwangi. *Jurnal Psikologi*, 5(1), 29-37.
- Nurjayadi, R. D. (2004). Kejenuhan kerja (burnout) pada karyawan. *Pronesis*, 6, 40-54.
- Pearson, M., Clavenna-Deane, B., & Carter, K. S. (2015). Job attitudes of special educators related to inclusion of students with significant disabilities. *International Journal of Special Education*, 30(2), 80-93.
- Purwati, D., & Mahfud, Y. (2019). Pengaruh dukungan sosial, kepribadian hardiness, dan efikasi

- diri terhadap burnout (studi pada guru SMP Negeri 1 Sigaluh Banjarnegara). *Journal of Economic, Business and Engineering*, 1(1), 70–77.
<https://doi.org/10.32500/jebe.v1i1.877>
- Sihotang, Y. O., & Febriyanti, D. A. (2020). Hubungan antara hardiness dengan emotional labor pada guru Sekolah Luar Biasa (SLB) di Kota Semarang. *Empati*, 8(4), 77–84.
<https://doi.org/10.14710/empati.2019.26517>
- Smet, B. (1994). *Psikologis kesehatan*. Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Trijono, R. (2015). *Metodologi Penelitian kuantitatif*. Papas Sinar Sinanti.
- Wardhani, D. T. (2012). Burnout di kalangan guru Pendidikan Luar Biasa. *Burnout Di Kalangan Guru Pendidikan Luar Biasa Di Kota Bandung*, 11(1), 73–81.
- Widiastuti, D. Z., & Astuti, K. (2000). Hubungan antara kepribadian hardiness dengan burnout pada guru Sekolah Dasar. *Universitas Mercu Buana Yogyakarta*, 6(2), 103.
- Wulan, D. K., & Apriliani, A. C. (2017). Job demands dan burnout pada guru Sekolah Luar Biasa (SLB) Negeri. *JPPP - Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi*, 6(1), 24–32.
<https://doi.org/10.21009/jppp.061.04>
- Zulaima, H., Sulistyani, N. W., Mariskha, S. E., & Sari, M. T. (2017). Hubungan antara kepribadian hardiness dengan burnout pada perawat gawat darurat di Rumah Sakit Umum Pemerintah. *E-Jurnal Untag*, 5(1), 1–17. <http://ejurnal.untag-smd.ac.id/index.php/MTV/article/view/3023>