

**PENGARUH KECERDASAN EMOSIONAL DAN DUKUNGAN SOSIAL
TERHADAP *BURNOUT* GURU SEKOLAH DASAR FULLDAY**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya untuk Memenuhi
Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan Program Strata Satu (S1) Psikologi
(S.Psi)



Firman Widya Putra
(J01216013)

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
SURABAYA
2020

PERNYATAAN KASLIAN PENELITIAN

ii

PERNYATAAN KASLIAN PENELITIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Pengaruh *Kecerdasan Emosional* Dan Dukungan Sosial Terhadap *Burnout* Pada Guru Sekolah Dasar Fullday ” merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar sarjana S1 Psikologi di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Karya ini sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis di acu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surabaya, Mei 2020



METERAI
TEMPEL
59F68AFF338D14713
6000
TUANG BUDHUPAN

Firman Widya Putra

HALAMAN PENGESAHAN

HALAMAN PENGESAHAN
SKRIPSI
**PENGARUH KECERDASAN EMOSIONAL DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP
BURNOUT PADA GURU SEKOLAH DASAR FULLDAY**

Disusun oleh:
Firman Widya Putra
J01216072

Telah dipertahankan didepan Tim Penguji Pada Tanggal 24 Juni 2020

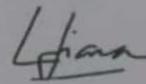
Mengetahui

Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan

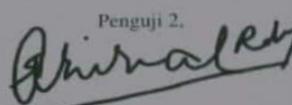

Dr. dr. Hj. Siti Nur Asiyah, M.Ag
NIP. 197209271996032002

Susunan Tim Penguji :

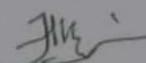
Penguji 1,


Dr. Lufiana Harnany Utami, M.Si
NIP. 1975603372009122001

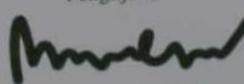
Penguji 2,


Dra. Hj. Siti Azizah Rahayu, M.Si
NIP. 195510071986032001

Penguji 3,


Dr. Jainudin, M.Si
NIP. 196205081991031002

Penguji 4,


Lucky Abrorry, M.Psi
NIP.197910012006041005

Dari hasil wawancara pada tanggal 10 januari 2020 menunjukkan sejumlah guru sekolah dasar fullday kecamatan sukodono, terlihat sejumlah guru mengalami gejala burnout. Mengajar adalah kegiatan yang dapat memicu stress dan kelelahan apalagi ditambah dengan jumlah jam mengajar yang panjang, tugas sekolah yang beragam, serta tuntutan laporan kinerja. Sejumlah guru mengaku jenuh, bosan, dan stress dengan tuntutan sekolah yang mewajibkan guru untuk mendidik siswa agar dapat berprestasi hingga tingkat nasional.

Hasil observasi juga di lakukan pada januari tanggal 6-10 januari 2020 menjelaskan dari data sekolah sejumlah guru banyak dari tenaga guru muda dengan kelulusan setarta sarjana pendidikan dasar dengan berbagai jobs spesifikasi kriteria tertentu. Mengajar dan mendidik disekolah merupakan kegiatan yang membutuhkan tenaga extra dimana guru harus memimpin, mengkondisikan dan memberikan ilmu pengetahuan sesuai dengan ketentuan tuntutan sekolah. Sejumlah guru menunjukkan beberapa ekspresi perilaku burnout saat melakukan proses belajar mengajar di sekolah seperti mudah lelah, tidak percaya diri, dan mudah merasa cemas saat mengajar siswa disekolah dasar.

Menurut kusumawati dan Johan, (2009) burnout berdampak pada kinerja individu. Stress kerja yang tinggi membuat kemungkinan besar pada individu tersebut untuk mengalami burnout. Stres yang terjadi dalam jangka waktu yang lama dengan intensitas yang tinggi akan menyebabkan kelelahan fisik, emosi dan mental. Sanjaya, (2012) mengatakan bahwa kecerdasan emosi yang dimiliki individu membuatnya mampu mengelola stres yang dihadapi dan itu mengurangi terjadinya burnout.

Ghodsi, (2015) juga menyebutkan bahwa kecerdasan emosional yang baik membuat individu memiliki persepsi yang lebih baik terhadap kondisi yang dihadapi.

Kecerdasan emosional adalah kompetensi mengelola diri, menjalin hubungan dengan orang lain, memiliki kesadaran diri, motivasi, dan empati (Goleman, 2007) Goleman menambahkan bahwa kecerdasan emosional meliputi kesadaran diri, kendali dorongan hati, ketekunan, semangat, motivasi diri serta empati dan kecakapan sosial. Ada dua faktor yang berpengaruh pada kecerdasan emosional yaitu faktor internal berupa fisik dan psikologi serta faktor eksternal yaitu lingkungan, teman, dan pasangan hidup. Ciri-ciri individu dengan kecerdasan emosional yang baik adalah empati, terampil, percaya diri, optimis, mudah beradaptasi, dan lebih baik dalam menangani stress. Namun menurut Rahmayulis, (2013) self-efficacy dapat mengurangi kemungkinan terjadinya burnout karena individu mampu mengontrol diri, dan memecahkan masalah dengan lebih baik. Penelitian Maharani (2011) juga menunjukkan bahwa self-efficacy berpengaruh terhadap burnout, dimana semakin tinggi self-efficacy semakin rendah kemungkinan individu akan mengalami burnout.

Burnout juga dipengaruhi oleh dukungan sosial dimana individu yang mendapat dukungan sosial yang tinggi akan memiliki penghargaan diri yang lebih tinggi sehingga akan mampu mengurangi gejala burnout (Hamaideh, 2014). Andarika, (2004) juga menambahkan bahwa dukungan sosial berpengaruh terhadap burnout, dimana individu yang memiliki dukungan sosial yang tinggi lebih mampu mengatasi stress. Dukungan sosial yang diperoleh dari rekan kerja dapat menimbulkan perasaan nyaman, diperhatikan, dan dihargai (Tarmidi, 2010).

Dukungan sosial adalah perasaan nyaman, penghargaan, perhatian, dan bantuan yang diterima dari individu lain (Sarafino, 2002). Dukungan sosial membuat individu merasa tenang, diperhatikan, dicintai, dan menimbulkan rasa percaya diri. Dukungan sosial yang diterima, membuat individu mampu mengelola stress, menjalin hubungan, merasa memiliki kompetensi dalam menghadapi tekanan bekerja (Sarafino, 2011). Namun penelitian Fajriani dan Septiari, (2015) menunjukkan bahwa bukan dukungan sosial yang membuat terjadinya burnout tetapi beban kerja yang dimiliki individu yang berperan dalam terjadinya *burnout*. Penelitian Rajan, (2016) menunjukkan hal yang sama dimana beban kerja yang berlebihan berpengaruh dalam tingkat kesulitan pekerjaan dan menimbulkan terjadinya burnout.

Dari latar belakang yang telah dipaparkan di atas, fenomena burnout sampai saat ini masih menjadi topik hangat yang menarik untuk diteliti. Penelitian ini menjadi penting untuk dilakukan karena masih minimnya studi terhadap permasalahan guru sebagai profesi pelayanan. Fenomena burnout juga dialami oleh mereka yang bekerja sebagai guru di sekolah. Penelitian sebelumnya melihat variabel kecerdasan emosional dan dukungan sosial secara terpisah namun penelitian ini akan dilihat bagaimana kedua variabel tersebut berperan dalam terbentuknya burnout secara bersama-sama. Selain itu sejumlah penelitian yang dipaparkan juga menunjukkan masih adanya perbedaan hasil yang menunjukkan penyebab terjadinya burnout dengan sejumlah subjek yang berbeda. Dengan demikian tema penelitian ini akan melihat pengaruh kecerdasan emosional dan dukungan sosial terhadap burnout pada guru sekolah dasar fullday school.

Lopez dan Extremera, (2017) menyatakan kecerdasan emosional dengan burnout pada guru memiliki hubungan negative. Semakin tinggi kecerdasan emosional yang dimiliki maka semakin rendah kemungkinan individu akan mengalami burnout. Selain itu Ekermans dan Brand, (2012) juga mengatakan bahwa kecerdasan emosional berhubungan dengan burnout. Semakin tinggi kecerdasan emosional yang dimiliki maka semakin rendah kemungkinan individu akan mengalami burnout. Widjaja, Sitorus, & Himawan, (2016) juga menggambarkan hubungan negatif antara kecerdasan emosional dengan burnout pada guru, dimana semakin tinggi kecerdasan emosional yang dimiliki, maka kemungkinan akan terjadinya burnout rendah.

Penelitian Puspitaningrum, (2018) menyatakan bahwa dukungan sosial memberikan dampak pada *burnout*. Semakin tinggi dukungan sosial yang dimiliki maka semakin rendah kemungkinan individu akan mengalami burnout. Selain itu Fiorilli, Schneider, Buonomo, dan Romano, (2018) juga mengatakan bahwa dukungan sosial dan peran keluarga memiliki hubungan negatif dengan burnout guru sekolah. Selanjutnya Mustikasari dan Prakkoso, (2018) mengatakan dukungan sosial rekan kerja mempengaruhi burnout, dimana individu yang memiliki dukungan sosial yang baik, maka kemungkinan akan terjadinya burnout rendah. Begitu juga Adyanswari dan Adnyani (2017) menyatakan bahwa dukungan sosial mempengaruhi burnout pada perawat, dimana semakin tinggi dukungan sosial yang diterima maka akan individu cenderung tidak mengalaami burnout. Purba, (2007) menambahkan

merasa kesulitan, serta tidak mampu berhadapan dengan orang lain. Adapun depersonalisasi merupakan sikap negatif, kasar, menjaga jarak, menjauhi lingkungan sosial, dan tidak peduli pada lingkungannya. Terakhir adalah *Reduced Personal Accomplishment* yang merupakan penurunan prestasi personal yang ditunjukkan dengan berkurangnya kompetisi untuk mencapai keberhasilan, adanya perasaan tidak mampu, kurang dukungan, dan rasa putus asa.

Sementara itu, Baron & Greenberg, (1997) menjabarkan empat aspek burnout yaitu kelelahan fisik, kelelahan emosional, kelelahan mental, dan rendahnya penghargaan diri. Kelelahan fisik ditandai dengan sakit kepala, mual, pola tidur, dan kurangnya nafsu makan. Kelelahan emosional meliputi depresi, perasaan tidak berdaya, merasa terperangkap pekerjaannya, dan mudah marah. Kelelahan mental, terlihat dari sikap sinis, emosi negatif, dan aksi yang merugikan diri sendiri. Terakhir adalah rendahnya penghargaan diri sendiri yang tercermin dari rasa tidak puas dengan apa yang diperoleh, dan merasa tidak bermanfaat bagi diri dan oranglain.

Rosyid & Farhati (1996) menjelaskan lima dimensi burnout yaitu kelelahan fisik, kelelahan emosi, kelelahan mental, rendahnya penghargaan diri, dan dipersonalisasi. Kelelahan fisik, ditandai dengan serangan sakit kepala, mual, susah tidur, kurang nafsu makan, dan individu merasakan adanya anggota badan yang sakit. Kelelahan emosional dirasakan dengan gejala depresi, merasa terperangkap di dalam pekerjaannya, mudah marah, dan cepat tersinggung. Kelelahan mental menimbulkan sikap sinis terhadap orang lain, dan sikap merugikan diri sendiri, pekerjaan, maupun organisasi. Rendahnya penghargaan terhadap diri, ditandai dengan individu tidak

kecerdasan emosional adalah kemampuan mendengarkan emosi dan menjadikannya sebagai informasi untuk memahami diri sendiri dan orang lain dalam mencapai tujuan. Sedangkan Mardianto (2014) menjelaskan kecerdasan emosional adalah tingkatan kemampuan seseorang menyesuaikan diri dengan lingkungannya, baik kemampuan secara fisik maupun non fisik.

Menurut Al-ghazali (2012) kecerdasan emosional adalah komponen fisik, dan komponen psikis yang menjadi pusat kepribadian dimana berperan sebagai pendorong dan penggerak anggota tubuh untuk mengelola stress dan tekanan. Dari pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional adalah kemampuan yang dimiliki individu dalam mengelola, mengatur dan penentuan proses berfikir untuk berperilaku.

b. Aspek-aspek Kecerdasan Emosional

Menurut Goleman, (2000) terdapat lima aspek kecerdasan emosional yakni kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi diri, empati, dan kerja sama. Kesadaran diri adalah kemampuan individu untuk mengetahui apa yang dirasakan dan menggunakan sumber informasi untuk mengambil keputusan. Pengaturan diri kemampuan individu dalam mengelola emosinya dalam situasi tertentu tertentu yang itu akan berdampak positif pada individu dalam menyikapi situasi. Motivasi diri merupakan hasrat yang dimiliki individu untuk meggerakkan dan menuntun menuju sasaran, membantu mengambil inisiatif, bertindak secara efektif dan mampu bertahan menghadapi kegagalan (frustasi). Empati adalah kemampuan individu untuk memikirkan perasaan

individu, menyesuaikan diri dengan orang lain seolah-olah individu masuk dalam diri orang lain yang melibatkan sudut pandang, emosi, dan kesulitan yang dialami orang lain, namun individu tetap melakukan kontrol diri agar tidak hanyut dalam situasi orang lain.

Hamzah (2006) juga menggambarkan lima aspek kecerdasan emosi dalam yaitu mengenali emosi diri kesadaran diri, mengelola emosi, memotivasi diri, dan membina hubungan. Mengenali emosi adalah mengenali perasaan yang ada didalam diri individu. Kesadaran diri merupakan keadaan mental di mana individu mengacu pada pengetahuan tentang dirinya. Mengelola emosi ditandai oleh dengan kemampuan individu untuk melepaskan kecemasan, dan kemurungan, yang itu merupakan keterampilan emosional dasar. Memotivasi diri yaitu kemampuan menata emosi untuk mencapai tujuan seperti memberikan perhatian, memotivasi diri, dan berkreasi. Mengenali emosi ditandai dengan kemampuan berempati dengan orang lain. Membina hubungan yaitu keterampilan dalam membina dan menjalin hubungan dengan orang lain seperti seperti merasakan peka terhadap lingkungan dan mampu menangani perselisihan.

Tiga aspek kecerdasan emosional menurut Tridhoranto dan Berada, (2014) adalah kecakapan pribadi, kecakapan sosial, dan keterampilan sosial. Kecakapan pribadi ditandai dengan kemampuan mengelola diri sendiri. Kecakapan sosial adalah kemampuan menjalin hubungan dan keterampilan sosial ditandai dengan kemampuan mengelola respon terhadap orang lain.

mengelola stress. Kecerdasan emosional memberikan pengaruh positif terhadap kemampuan diri individu untuk menghadapi situasi dan kondisi lingkungan (Khanifar, Maleki, Nazhari, & Emami, 2012).

Menurut Collins, (2007) dukungan sosial memiliki hubungan dengan burnout, dimana individu yang mendapat dukungan sosial yang baik kecil kemungkinan akan mengalami burnout. Dukungan sosial membuat individu merasakan kemampuan untuk mencapai tujuan. Wulandari (2013) mengatakan bahwa dukungan sosial merupakan strategi menanggulangi stress dan mengurangi terjadinya burnout. Individu yang mendapatkan dukungan sosial yang baik akan mampu mengelola stress didalam diri dengan bantuan dari orang lain, sehingga rendah kemungkinan mengalami burnout.

Novianti, (2015) dalam penelitian terhadap tenaga karyawan juga menyimpulkan bahwa kecerdasan emosional dan dukungan sosial berhubungan dengan stress kerja, stress yang berkepanjangan akan membuat terjadinya burnout. Semakin tinggi dukungan sosial yang diterima dan kecerdasan emosional yang dimiliki maka semakin rendah stress dan burnout yang dialami. hal yang sama penelitian Zuraida, (2019) yang juga menemukan bahwa kecerdasan emosional dan dukungan sosial berpengaruh signifikan terhadap burnout. Adawiyah (2013) menjelaskan kecerdasan emosional dan dukungan sosial memiliki kontribusi dalam pembentukan *burnout*. Dalam uraiannya dijelaskan bahwa individu yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi dengan menerima dukungan sosial yang baik maka kemungkinan rendah akan terjadinya burnout.

c) Validitas

Skala kecerdasan emosional terdiri dari 50 item yang menjalani satu kali putaran pada analisisnya. Hasil analisis putaran dapat dilihat pada tabel 3.8.

Tabel 3.8 Uji Validitas Variabel Kecerdasan Emosional

Aitem	<i>Correlated item-total correlation</i>	Perbandingan R tabel	Hasil
A1	.659	0,3	Valid
A2	.761	0,3	Valid
A3	.557	0,3	Valid
A4	.418	0,3	Valid
A5	.654	0,3	Valid
A6	.644	0,3	Valid
A7	.714	0,3	Valid
A8	.445	0,3	Valid
A9	.516	0,3	Valid
A10	.419	0,3	Valid
A11	.524	0,3	Valid
A12	.521	0,3	Valid
A13	.204	0,3	Tidak valid
A14	.121	0,3	Tidak valid
A15	.237	0,3	Tidak valid
A16	.158	0,3	Tidak valid
A17	.661	0,3	Valid
A18	.690	0,3	Valid
A18	.659	0,3	Valid
A20	.693	0,3	Valid
A21	.556	0,3	Valid
A22	.418	0,3	Valid
A23	.659	0,3	Valid
A24	.761	0,3	Valid
A25	.557	0,3	Valid
A26	.418	0,3	Valid
A27	.654	0,3	Valid
A28	.644	0,3	Valid
A29	.214	0,3	Tidak valid
A30	.148	0,3	Tidak valid
A31	.216	0,3	Tidak valid
A32	.219	0,3	Tidak valid
A33	.024	0,3	Tidak valid
A34	.221	0,3	Tidak valid
A35	.104	0,3	Tidak valid
A36	.221	0,3	Tidak valid
A37	.137	0,3	Tidak valid
A38	.258	0,3	Tidak valid
A39	.261	0,3	Tidak valid

Tabel 3. 11 *Blue Print* skala dukungan sosial :

Aspek	Aitem		Jumlah
	<i>Favorable</i>	<i>unfavorable</i>	
Dukungan emosional	1, 2	3, 4	4
Dukungan instrumental	7	6, 9	3
Dukungan informatif	12	11	2
Dukungan penghargaan	5, 8	10	3
Jumlah	6	6	12

Skala dukungan sosial ini menggunakan skala Likert di mana setiap pernyataan disediakan empat alternatif jawaban yaitu sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS) dan sangat tidak setuju (STS). Pemberian skor untuk pernyataan favorable dilakukan dengan pemberian skor 4 untuk pilihan sangat setuju (SS), skor 3 untuk pilihan setuju (S), skor 2 untuk pilihan tidak setuju (TS), dan skor 1 untuk pilihan sangat tidak setuju (STS). Sebaliknya untuk pernyataan unfavorable pemberian skor 1 untuk pilihan sangat setuju (SS), skor 2 untuk pilihan setuju (S), skor 3 untuk pilihan tidak setuju (TS), dan skor 4 untuk pilihan sangat tidak setuju (STS). Semakin tinggi skor skala dukungan sosial maka semakin tinggi dukungan sosial yang dimiliki.

c) Validitas

Skala dukungan sosial terdiri dari 12 item yang menjalani satu kali putaran pada analisisnya. Hasil analisis putaran dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 3.12 uji Validitas Variabel Dukungan Sosial :

Aitem	<i>Correlated Item- Total Correlation</i>	Perbandingan R Tabel	Hasil
A1	.527	0,3	Valid
A2	.743	0,3	Valid
A3	.310	0,3	Valid
A4	.251	0,3	Tidak valid
A5	.564	0,3	Valid
A6	.497	0,3	Valid
A7	.651	0,3	Valid

mulai dari data terkecil sampai data terbesar. Standar Deviasi (simpangan baku) adalah kelompok atau ukuran standar penyimpangan dari reratanya (Nuryaman dan Veronica Christina, 2015).

Data variabel penelitian perlu dikategorikan dengan langkah-langkah sebagai berikut: Kelompok tinggi meliputi semua responden yang mempunyai skor sebanyak skor rata-rata plus 1 (+1) standar deviasi ($X \geq Mi + 1 SDi$). Kelompok sedang yaitu semua responden yang mempunyai skor antara skor rata-rata minus 1 standar deviasi dan skor rata-rata plus 1 standar deviasi (antara $(Mi - 1SDi) \leq X < (Mi + SDi)$). Kelompok rendah, semua responden yang mempunyai skor lebih rendah dari skor rata-rata minus 1 standar deviasi ($X < Mi - 1 SDi$). Sedangkan ketentuan harga Mean ideal (Mi) dan Standar Deviasi ideal (SDi) diperoleh berdasarkan rumus berikut : Mean ideal (Mi) = $\frac{1}{2}$ skor tertinggi+skor terendah. Deviasi ideal (SDi) = $\frac{1}{6}$ skor tertinggi-skor terendah (Nuryaman dan Veronica Christina, 2015).

2. Analisis Statistik Inferensial

Statistik Inferensial adalah teknik statistik yang berfungsi untuk menganalisis suatu data sampel dan hasilnya diberlakukan untuk populasi (Sugiyono, 2009). Statistik inferensial diberlakukan untuk seluruh populasi yang didasarkan pada data sampel sehingga kebenarannya disebut dengan peluang. Pada penelitian ini statistik inferensial menggunakan analisis regresi berganda.

Ada 87 subjek guru dengan memiliki kecerdasan emosional minimum sebesar 75, maximum 119, dengan rata-rata 102 dan nilai standart devisiasi 12.050. Subjek guru dengan dukungan sosial minimum sebesar 24, maximum 40, dengan rata-rata 34 dan nilai standart devisiasi sebesar 4.365. selanjutnya diperoleh subjek dengan burnout minimum 50, maximum 79 dengan rata-rata 68 dan nilai standart devisiasi sebesar 7.951.

Tabel 4.4 Deskriptif Variabel

Variabel	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Kecerdasan emosional	87	75	119	102.89	12.050
Dukungan sosial	87	24	40	34.08	4.365
Burnout	87	50	79	68.99	7.951
Valid N (listwise)	87				

b. Kategori Burnout, Kecerdasan Emosi, dan Dukungan Sosial

Data variabel penelitian perlu dikategorikan dengan langkah-langkah sebagai berikut: Variabel burnout yang diperoleh dari data sebaran subjek menunjukkan tergolong kelompok tinggi dengan skor (70-80), kelompok sedang dengan skor (60-70), dan kelompok rendah dengan skor (50-60). Hasil tabel 4.5 menunjukkan ada 12 guru yang berada pada kelompok burnout yang rendah, 24 guru dengan burnout sedang, dan 51 guru yang mengalami burnout tinggi.

Tabel 4.5 Kategori *Burnout*

	Jumlah	Persentase
Rendah	12	13.8 %
Sedang	24	27.6 %
Tinggi	51	58.6 %
Total	87	100.0 %

Tabel 4.8 Tabulasi Silang jenis kelamin dengan variabel burnout :

		JENIS KELAMIN		
		laki-laki	perempuan	Total
BURNOUT	RENDAH	4 (33.3%)	8 (66.7%)	12 (100.0%)
	SEDANG	9 (37.5%)	15 (62.5%)	24 (100.0%)
	TINGGI	19 (37.3%)	32 (62.7%)	51 (100.0%)

Tabulasi silang kedua menggambarkan usia dengan burnout. Kondisi burnout yang tinggi dialami oleh subjek pada usia 28-29 tahun dan 30-32 tahun. Namun jumlah rentang usia 28-29 tahun lebih banyak yaitu 31 orang dibandingkan pada usia 30-32 tahun yaitu sebanyak 20 orang..

Tabel 4.9 Tabulasi Silang Usia dengan *Burnout*

		USIA		Total
		28-29 tahun	30-32 tahun	
BURNOUT	RENDAH	6 (50.0%)	6 (50.0%)	12 (100.0%)
	SEDANG	10 (41.7%)	14 (58.3%)	24 (100.0%)
	TINGGI	31 (60.8%)	20 (39.2%)	51 (100.0%)

Tabulasi silang ketiga menggambarkan distribusi jenis kelamin dan kecerdasan emosional. Baik subjek laki-laki maupun perempuan banyak yang memiliki kecerdasan emosional tinggi. Ada 35 subjek perempuan dan 20 laki-laki yang kecerdasan emosional tinggi.

Tabel 4.10 Tabulasi Silang Jenis Kelamin dengan Kecerdasan Emosional

		JENIS KELAMIN		
		laki-laki	perempuan	Total
KECERDASAN EMOSIONAL	RENDAH	3 (27.3%)	8 (72.7%)	11 (100.0%)
	SEDANG	9 (42.9%)	12 (57.1%)	21 (100.0%)
	TINGGI	20 (36.4%)	35 (63.6%)	55 (100.0%)

Selanjutnya tabel 4.11 menunjukkan ada 33 subjek pada rentang usia 28-29 tahun dan 22 orang pada rentang usia 30-32 tahun dengan kecerdasan emosional yang tinggi.

Tabel 4.11 Tabulasi Silang Usia dengan Kecerdasan Emosional

	USIA		Total
	28-29 tahun	30-32 tahun	
KECERDASAN RENDAH EMOSIONAL	5 (45.5%)	6 (54.5%)	11 (100.0%)
SEDANG	9 (42.9%)	12 (57.1%)	21 (100.0%)
TINGGI	33 (60.0%)	22 (40.0%)	55 (100.0%)

Tabel 4.12 menunjukkan bahwa baik subjek laki-laki maupun perempuan banyak yang memiliki dukungan sosial tinggi. Ada 35 subjek perempuan dan 22 laki-laki dengan kecerdasan emosional tinggi.

Tabel 4.12 Tabulasi Silang Jenis Kelamin Dengan Dukungan Sosial

	JENIS KELAMIN		Total
	laki-laki	perempuan	
DUKUNGAN RENDAH SOSIAL	4 (33.3%)	8 (66.7%)	12 (100.0%)
SEDANG	6 (33.3%)	12 (66.7%)	18 (100.0%)
TINGGI	22 (38.6%)	35 (61.4%)	57 (100.0%)

Tabel 4.13 menjelaskan ada 31 orang rentang usia 28-29 tahun dan 26 orang rentang usia 30-32 tahun dengan kecerdasan emosional yang tinggi.

Tabel 4.13 Tabulasi Silang Usia dengan Dukungan Sosial

	USIA		Total
	28-29 tahun	30-32 tahun	
DUKUNGAN RENDAH SOSIAL	6 (50.0%)	6 (50.0%)	12 (100.0%)
SEDANG	10 (55.6%)	8 (44.4%)	18 (100.0%)
TINGGI	31 (54.4%)	26 (45.6%)	57 (100.0%)

Tabulasi silang berikutnya akan memberikan deskripsi data dua variabel.

Dari tabel 4.14 terlihat ada 51 subjek dari total 87 orang yang memiliki kecerdasan emosional tinggi dan burnout yang rendah.

B. Pembahasan

1) Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Burnout

Hasil analisis regresi menjelaskan bahwa variabel kecerdasan emosional memiliki pengaruh yang signifikan terhadap burnout. Kecerdasan emosional yang dimiliki guru dalam mengatasi permasalahan berpengaruh terhadap tingkat burnout yang dialami. Hasil penelitian yang sama ditunjukkan oleh Valero (2019) bahwa terdapat hubungan antara kecerdasan emosional dengan burnout, dimana kecerdasan emosional yang tinggi mendorong individu mampu mengontrol dirinya dan bertahan dalam kondisi yang sulit.

Kecerdasan emosional yang dimiliki oleh guru dapat dilihat dari kedisiplinan, keterampilan dan kemampuan mereka dalam pemecahan masalah. Apa yang mereka lakukan itu membuat mereka mampu mengantisipasi terjadinya stress dan burnout yang dialami. Hal ini didukung oleh penelitian Kusumawati dan Johan, (2009) yang menjelaskan bahwa kecerdasan emosional berdampak pada kinerja individu, dimana individu yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi akan rendah kemungkinan burnout yang dialami.

Berdasarkan hasil kategori kecerdasan emosional yang dimiliki para subjek, dari total 87 guru terdapat 55 orang yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi. Kecerdasan emosional yang dimiliki menggambarkan tingkat kemampuan mereka dalam mengelola stress serta motivasi diri dalam kondisi sulit. Hal itu berkontribusi terhadap terjadinya stress yang berkepanjangan yang dapat mengakibatkan burnout. Penelitian Empati, Avionela, dan Fauziah, (2016) juga menjelaskan bahwa

kecerdasan emosional berkontribusi cukup besar terhadap pembentukan burnout.

Berdasarkan hasil analisis data ditinjau dari tabulasi silang antara jenis kelamin dengan kecerdasan emosional menunjukkan bahwa subjek laki-laki maupun perempuan banyak yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi. Ada 35 subjek perempuan dan 20 subjek laki-laki dengan kecerdasan emosional tinggi. Hal tersebut juga disampaikan oleh Lopez dan Extremera (2017) bahwa kecerdasan emosional antara subjek laki-laki dan subjek perempuan tidak berbeda secara signifikan.

Hasil tabulasi silang antara rentang usia dengan kecerdasan emosional menunjukkan bahwa subjek dengan rentang usia 28-29 tahun memiliki tingkat kecerdasan emosional lebih tinggi dibandingkan dengan mereka pada rentang usia 30-32 tahun. Namun selisihnya tidak begitu signifikan. Hal sama juga dikatakan oleh Ekermans & Brand (2012) bahwa rentang usia, masa pertumbuhan dan tingkat pendidikan mempengaruhi kesadaran diri, kemampuan mengelola emosi, dan kemampuan membina hubungan yang itu adalah bentuk dari kecerdasan emosional.

Tabulasi silang antara kecerdasan emosional dengan burnout menunjukkan ada 51 guru dengan kecerdasan emosional tinggi dan tingkat burnout yang rendah. Data tersebut menjelaskan bahwa mereka yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi akan mampu mengelola stress yang berkepanjangan sehingga kemungkinan kecil mereka mengalami burnout. Hasil penelitian yang sama juga digambarkan oleh Widjaja, Sitorus, & Himawan, (2016) yang menggambarkan bahwa kecerdasan emosional memiliki hubungan negative dengan *burnout*. Individu yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi kecil kemungkinan akan mengalami *burnout*.

2) Pengaruh Antara Dukungan Sosial Terhadap Burnout

Hipotesis kedua yang mengatakan ada pengaruh dukungan sosial terhadap burnout juga diterima. Dukungan sosial yang diterima oleh guru akan membentuk kepercayaan dan keyakinan diri akan kemampuannya dalam mengatasi berbagai masalah sehingga hal itu akan membuat rendahnya kemungkinan mereka akan mengalami burnout. Penelitian yang sama ditunjukkan oleh Purba (2007) yang menjelaskan bahwa dukungan sosial berpengaruh negatif terhadap burnout. Hal itu menunjukkan semakin besar dukungan sosial yang diperoleh maka semakin kecil kemungkinan individu akan mengalami burnout.

Dukungan sosial yang dimiliki guru membuat mereka merasa dihargai sehingga itu membuat ketahanan diri untuk bertahan dalam situasi sulit. Sejumlah dukungan yang diterima dapat juga membantu dalam pemecahan masalah sehingga itu juga akan memperkecil kemungkinan terjadinya burnout. Hal ini didukung oleh penelitian Puspitaningrum (2018) yang menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan yang signifikan pada burnout, dimana individu yang memiliki dukungan sosial yang baik akan kecil kemungkinan mengalami burnout.

Dari hasil kategori dukungan sosial didapatkan 57 guru dari total 87 orang memiliki dukungan sosial yang tinggi. Dukungan sosial yang mereka miliki tentunya akan membantu para guru dalam memotivasi diri dalam menghadapi kondisi yang sulit sehingga tidak sampai terjadi burnout. Penelitian yang sama ditunjukkan oleh Mustikasari dan Prakoso (2018) yang mengatakan bahwa kecerdasan emosional

merupakan faktor yang dapat meningkatkan percaya diri, kemampuan memecahkan masalah, dan aktualisasi diri.

Tabulasi silang antara dukungan sosial dengan jenis kelamin menunjukkan bahwa mayoritas subjek baik laki-laki maupun perempuan memiliki dukungan sosial tinggi. Penelitian Andarika (2004) juga menjelaskan bahwa dukungan sosial yang diterima laki-laki maupun perempuan tidak ada perbedaan yang signifikan. Dukungan sosial yang diterima guru mampu memberikan kontribusi dalam kinerja seperti meningkatkan percaya diri, komitmen kerja, dan keterampilan dalam skill mengajar.

Selanjutnya tabulasi silang antara rentang usia dengan dukungan sosial juga menunjukkan bahwa subjek dengan rentang usia 28-29 tahun memiliki tingkat dukungan sosial lebih tinggi dibandingkan dengan rentang usia 30-32 tahun. Guru dengan dukungan sosial yang baik akan mampu mengelola stress yang diterima sehingga kemungkinan terjadinya burnout juga kecil. Hal ini didukung oleh penelitian Fiorili, Schneider, Buonomo, dan Romana (2018) yang menunjukkan bahwa tingkat dukungan sosial yang diberikan tidak bergantung pada rentang usia.

Data lainnya yang juga dapat menjelaskan hasil penelitian ini adalah tabulasi silang antara dukungan sosial dengan burnout. Ada 47 guru yang memiliki dukungan sosial yang tinggi dan burnout rendah. Data tersebut mendukung hasil regresi hubungan dukungan sosial dengan burnout dimana kecerdasan emosional yang tinggi akan mendorong rendahnya terjadinya *burnout*. Penelitian Adyanswari dan Adnyani (2017) menunjukkan hasil yang sama dimana dukungan

sosial memiliki hubungan negative dengan *burnout*.. Individu yang memiliki dukungan sosial yang cukup baik maka kemungkinan kecil akan mengalami *burnout*.

3) Pengaruh kecerdasan emosional dan dukungan sosial terhadap burnout

Berdasarkan hasil uji regresi ganda antara variabel kecerdasan emosional dan dukungan sosial diperoleh hasil bahwa kecerdasan emosional dan dukungan sosial secara bersama-sama berpengaruh secara signifikan terhadap burnout. Hal yang sama juga ditunjukkan oleh penelitian Zuraida, (2019) yang juga menemukan bahwa kecerdasan emosional dan dukungan sosial berpengaruh signifikan terhadap burnout. Kecerdasan emosional dan dukungan sosial memiliki kontribusi dalam pembentukan *burnout*.

Penelitian Adawiyah (2013) juga menjelaskan bahwa kecerdasan emosional dan dukungan sosial berpengaruh signifikan dengan burnout. Kecerdasan emosional yang tinggi dan dukungan sosial yang baik akan membuat individu mampu mengelola stress sehingga tidak sampai berkepanjangan yang akhirnya menjadikan terjadinya burnout (Purba et al., 2007). Novianti, (2015) juga menjelaskan bahwa dukungan sosial dan kecerdasan emosional memiliki kontribusi yang cukup besar dengan burnout, dimana dukungan sosial dan kecerdasan emosional dapat membantu memecahkan masalah yang dihadapi individu. Mereka yang memiliki dukungan sosial yang baik dan kecerdasan emosional yang tinggi, akan kecil kemungkinan mengalami yang akhirnya menjadi burnout.

Berdasarkan hasil uji koefisien determinasi pada variabel kecerdasan emosional dan dukungan sosial masing-masing menunjukkan bahwa hipotesis dapat diterima. Hal ini dibuktikan bahwa 97,8% dipengaruhi oleh variabel kecerdasan emosional dan dukungan sosial dan 2,2 % dipengaruhi oleh variabel lain. Dalam hal ini dapat dikatakan bahwa variabel kecerdasan emosional secara bersama-sama berhubungan secara nyata terhadap *burnout*, sehingga kedua variabel independen tersebut dapat digunakan untuk mengestimasi atau memprediksi variabel *burnout*. Kecerdasan emosional dan dukungan sosial pada guru ditandai oleh kemampuan dalam mengelola stress, kompetensi yang dimiliki, dan kemampuan dalam memecahkan masalah. Hal yang sama juga di jelaskan oleh penelitian Putri, (2016) menyimpulkan bahwa kecerdasan emosional dan dukungan sosial berhubungan dengan burnout. Dalam uraiannya dijabarkan individu dengan memiliki kecerdasan emosional yang tinggi dan memiliki dukungan sosial yang baik maka akan rendah kemungkinan individu mengalami stress, sehingga burnout rendah.

mandiri atau melalui sebuah pelatihan berkelompok secara periodik seperti character building. Kegiatan ini dimaksudkan agar timbul emosi yang positif. Guru dapat menerima dukungan sosial dengan cara meningkatkan dukungan emosional, instrumental, informative, dan dukungan penghargaan seperti menjalin hubungan yang baik dengan teman, dan berkumpul bersama keluarga. Demikian pula dukungan emosional diberikan dengan cara memberi semangat, memberikan perhatian, menciptakan suasana kerja kondusif. Dukungan penghargaan dengan cara memberikan ucapan selamat, dan mendengarkan pendapat. Dukungan instrumental dengan menyediakan fasilitas yang memadai, dan saling membantu dengan orang lain. Dukungan informatif melalui pemberian nasehat tentang proses belajar mengajar dan membantu memberikan solusi atau saran terhadap permasalahan yang dialami.

Kecerdasan emosional meliputi kesadaran diri, pengaturan diri, motivasi diri, empati, dan keterampilan sosial. Sekolah dapat membantu memberikan pelatihan, praktikum, dan kegiatan sejenis yang dapat melibatkan emosi, memahami karakter orang lain dan memupuk semangat kerja sama antar guru sekolah. Begitu juga dengan dukungan sosial meliputi dukungan emosional, instrumental, informative, dan penghargaan. Langkah yang dapat dilakukan oleh sekolah yaitu memberikan standart fasilitas guru, menciptakan iklim yang nyaman, dan memberikan penghargaan prestasi guru. Upaya tersebut dapat dilakukan dengan kebijakan dan kerjasama yang baik antar sekolah.

Penelitian ini hanya melihat hubungan antara variabel kecerdasan emosional, dukungan sosial, dan burnout. Kategori tinggi, sedang, dan rendah pada variabel dukungan sosial hanya dilihat dari dimensi dalam alat ukur sehingga tidak dapat menggambarkan apa saja bentuk dukungan sosial yang didapatkan para guru. Demikian pula dengan variabel kecerdasan emosional tidak dapat menggambarkan apa saja bentuk upaya yang dilakukan para guru dalam mengelola emosinya. Kajian kualitatif akan dapat menggali lebih dalam apa saja bentuk dukungan sosial yang dimiliki para guru dan upaya yang dilakukan dalam mengasah kecerdasan emosi mereka. Besarnya kontribusi dari kedua variabel berasal dari data populasi yang kecil karena hanya dari satu kecamatan sehingga bisa menjadi ide penelitian berikutnya untuk memperluas populasi subjek.

- Empati, J., Avionela, F., & Fauziah, N. (2016). Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Burnout Pada Guru Bersertifikasi Di Sma Negeri Kecamatan Bojonegoro. *Empati*, 5(4), 687–693.
- Fajriani dan Septiari. (2015). “Pengaruh Beban Pekerjaan terhadap Kinerja Karyawan: Efek Mediasi Burnout, *Jurnal Manajemen dan Kewirausahaan*” . 7(9) 20-45
- Farhati, F., dan Rosyid, H.F. 1996. Karakteristik Pekerjaan, Dukungan Sosial Dan Tingkat Burnout Pada non Human Service Corporation. *Jurnal Psikologi*. 1(1). 1-12.
- Fiorilli, C., Schneider, B., Buonomo, I., & Romano, L. (2018). Family and nonfamily support in relation to burnout and work engagement among Italian teachers. *Psychology in the Schools*, 56(5), 781–791. <https://doi.org/10.1002/pits.22235>
- Friana (2017) KPAI Nilai Full Day School Bisa Picu Kekerasan di Sekolah. <https://tirto.id/cqVP>. Diakses pada tanggal 17 februari 2020.
- Ghodsi, M. (2015). Investigating the effects of emotional intelligence on social mental factors of human resource productivity. *Journal of Work and Organizational Psychology*, 31(31), 129-134. doi:10.1016/j.rpto.2015.06.005.
- GINANJAR, Ary Agustian. (2005). *Rahasia Sukses Membangun Kecerdasan Emosi dan Spiritual ESQ*, Jakarta: Arga Publisghing
- Goleman, Daniel. (2000). *Kecerdasan Emosi: Mengapa emotional Intelligence Lebih Tinggi Daripada IQ*. Alih bahasa: T. Hermay, Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama
- Goleman, Daniel. (2001). *Emotional Intelligence: Mengapa EI lebih penting dari IQ*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2001.
- Goleman, D. (2007). *Kecerdasan emosi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama
- Goleman, D. (1997). *Emotional Intelligence Take-Aways*: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Gunawan, Heri. (2016). Pendidikan Karakter Konsep dan Implementasi. Bandung: Alfabeta.
- Hamaideh, (2014). Quality of life, social support, and severity of psychiatric symptoms in jordanian patients with schizophrenia, *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*. 21(21), 455-465.

- Hamzah B. Uno (2006). *Orientasi Baru dalam Psikologi Pembelajaran*. PT. Bumi Aksara. Jakarta
- Ilmi, D. (2013). *Sertifikasi guru hanya sebatas sertifikasi kesejahteraan*. Diakses dari http://www.kompasiana.com/dahnial/sertifikasi-guru-hanya-sebatas-sertifikasikesejahteraan_5520bbeaa333116e4946cdb8. Diakses pada tanggal 5 januari 2020.
- Khanifar, H., Maleki, H., Nazhari, K., & Emami, M. (2012). The study of the relation between emotional intelligence and burnout of staff (Case study of staff at state universities in Ghom). *Interdisciplinary Journal of Contemporary Research in Bussiness*, 3(9), 564-582
- King, Laura A. (2010). *Psikologi Umum Sebuah Pandangan Apresiatif The Science Of Psychology – An Appreciative View*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Krejcie, Robert V. dan Daryle W. Morgan, (1970). “Ditermining Sample Size for Research Activities”, *Educational and Psychological Measurment*. 30(30), 607-610.
- Kusumawati, M., Johan, R. T. (2009). *Hubungan antara burnout dengan integritas pada karyawan*. Jakarta: Universitas Atma Jaya.
- Labiib, Akhmad, 2013. *Analisis Hubungan Dukungan Sosial dari Rekan Kerja dan Atasan dengan Tingkat BurnOutpada Perawat Rumah Sakit Jiwa*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat* 2(1), 1-11
- Lefton, L. A. (1997) *Psychology sixty edition*. *America: Allyn Bacon*.
- Leither, Michael P., Maslach, Christina. (2005). *Banishing Burnout, Six Strategies For Improving Your Relationship With Work*. *San Fransisco: Jossey-Bass*.
- Lopez dan Extremera (2017). *Emotional intelligence and teacher burnout: a systematic review*. Departement of Social Psychology, University of Mallaga, Spain.
- Maharani, D R. (2011). *Hubungan self Efficacy dengan burnout pada guru di sekolah dasar negeri X di kota Bogor*. <http://www.papers.gunadarma.ac.id>. Diakses 8 Januari 2020.
- Mardianto, (2014), *Psikologi Pendidikan*, Medan: Perdana Publishing,

- Maslach, C., Leiter, M. P., & Schaufeli, W. (2009). Measuring Burnout. *The Oxford Handbook of Organizational Well Being*, 86–108. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199211913.003.0005>
- Maslach, C., Schaufeli, B., W., & Leiter, P., M. (2001). Job burnout. *Annual Reviews Psychol.* 52(53), 397-422.
- Mohammdyfar, M.A, Khan, M.S & Tamini, B.K. (2009). The effect of emotional intelligence and job burnout on mental & physical health. *Journal of The Indian Academy of Applied Psychology*, 35(35), 219-226
- Molero, P. P., Ortega, F. Z., Jiménez, J. L. U., & Valero, G. G. (2019). Influence of emotional intelligence and burnout syndrome on teachers well-being: A systematic review. *Social Sciences*, 8(6). 45-60 <https://doi.org/10.3390/socsci8060185>
- Morhart, Felicitas M, Herzog, W., & Tomczak, T. (2009). King, 2010. *Journal of Marketing*, 70,(73). 122–142. <https://doi.org/10.1509/jmkg.73.5.122>
- Muhid, A. (2019). Analisis Statistik. Sidoarjo: Zifatama
- Muhlison, O. (2014). GURU PROFESIONAL (Sebuah Karakteristik Guru Ideal Dalam Pendidikan Islam). *Jurnal Darul 'Ilmi*, 02(02), 46–60.
- Mustikasari Dan Prakoso (2018) Hubungan Dukungan Social, Rekan Kerja Dengan Burnout Pada Perawat ICCU RSHS Bandung. *Prosising Psikologi*. ISSN: 2460-6448. Fakultas Psikologi. Universitas Islam Bandung.
- Nuryaman., & Veronica Christina. (2015). Metodologi Penelitian Akuntansi dan Bisnis. Bandung:Ghalia Indonesia.
- Partiwi Nur Novianti (2015) stress kerja ditinjau dari kecerdaasn emosional, modal psikologi, dan dukungan sosial. *Journal Psikologika*. 20(1), 27-38
- Priyatno, Duwi. (2014). SPSS 22 Peng olahan Data Terpraktis. CV. Andi Offset Yogyakarta.
- Purba, J., Yulianto, A., & Widyanti, E. (2007). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Burnout Pada Guru. *Jurnal Psikologi*, 5(1), 77–87.

- Puspitaningrum, K. (2018). Pengaruh dukungan sosial orang tua terhadap burnout pada mahasiswa dalam mengerjakan skripsi. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Konseling*, 4(1), 10. Retrieved from kristiantipuspitaningrum@gmail.com
- Putri, D. R. (2016). Peran Dukungan Sosial dan Kecerdasan Emosi Terhadap Burnout pada Remaja Awal. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1.(1), 12-22 <https://doi.org/10.23917/indigenous.v1i1.1770>
- Ramayulis.(2013). Profesi dan etika keguruan. Jakarta: Kalam Mulia
- Rajan, (2016). Role of personality and affect on the social support and work family conflict relationship. *Journal of Vocational Behavior*. 9(4): 39–56.
- Riena, E. (1999). Hubungan antara Perilaku coping dan Dukungan Sosial dengan Kecemasan pada Ibu Hamil Anak Pertama. *Jurnal Psikologi*. 10(14), 40- 54
- Sanjaya, F. (2012). Peran Moderasi Kecerdasan Emosi pada Stres Kerja. *Jurnal Dinamika Manajemen*, 3(2),155-163.
- Santoso, Singgih, (2002). Mengatasi Berbagai Masalah Statistik Dengan SPSS Versi 11,5. Elex Media Komputindo, Jakarta.
- Sarafino, E.P, (2002) “*Health Psychology Biopsychosocial Interactions*”, (4th ed.) John Wiley & Sons, Inc, United State.
- Sarafino, E. P. (2011). *Health psycology: biopsychososial interactions*. Seven edition. New York: John Wiley and Sons.
- Sihotang, I. N. (2004). Burnout Pada Karyawan Ditinjau Dari Persepsi Terhadap Lingkungan Kerja Psikologis Dan Jenis Kelamin. *Jurnal Psyche*.1.(1) 1-13
- Spector, P. E., (1996) *Industrial and Organizational Psychology: Research and Practice*, John Wiley & Sons, Inc.: United State of America
- Sugiyono, 2001. Metode Penelitian, Bandung: CV Alfa Beta.
- Sugiyono, (2009), Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D, Bandung : Alfabeta.
- Suniatul. (2010). Hubungan antara Dukungan Sosial dan Kepercayaan Diri Remaja Tunanetra. *Jurnal Anima*. 1.(1) 40-47.
- Tarmidi, Ade Riza Rahma Rambe. (2010). Korelasi Antara Dukungan Sosial Orang Tua dan Self-Directed Learning pada Siswa SMA. *Jurnal Psikologi*. 37(2) 217-311.

- Tarmidi, Ade Riza Rahma Rambe. (2010). Korelasi Antara Dukungan Sosial Orang Tua dan Self-Directed Learning pada Siswa SMA. *Jurnal Psikologi*, 37(2) 217-311.
- Tridhoranto, A. & Berada, A. (2014). Mengembangkan Pola Asuh Demokratis. Jakarta: Elex Mediakomputindo.
- Valero, (2019). Influence of emotional intelligence and burnout syndrome on teachers well-being: A systematic review. *Journal Social Sciences*, 8(6). 01-12
- Widjaja, M. S., Sitorus, K. S., & Himawan, K. K. (2016). Kecenderungan Burnout Pada Karyawan Bagian Pemasaran. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 3(1), 18–33.
- Wulandari, Sandi Ay,. (2013). Persepsi Dukungan Sosial Rekan Kerja dengan Burnout pada Teller BANK. *Jurnal Online Psikologi*.01(02) 12-21.
- Yandri, H., & Juliawati, D. (2017). Burnout pada Guru Bk / Konselor Sekolah. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 1(1), 128–133.
- Zuraida. (2019). Hubungan Kecerdasan Emosional Dan Dukungan Sosial Keluarga Dengan *Burnout* Pada Perawat Di Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr. Muhammad Ildrem Provsu. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.