

Perbedaan Strategi *Coping* Terhadap *Burnout* Guru Honorer Sekolah Luar Biasa di Kota Makassar

Muhammad Akmal Ramli¹, Muhammad Jufri², Novita Maulidya Djalal³

^{1,2,3}Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar

Email: akmalrmls@gmail.com¹, m.jufri@unm.ac.id², novitamaulidyadjalal@unm.ac.id³

Article History:

Received: 30 Maret 2022

Revised: 07 April 2022

Accepted: 14 April 2022

Keywords: *Burnout, Guru Honorer Sekolah Luar Biasa, Strategi Coping.*

Abstract: *Guru honorer sekolah luar biasa memiliki berbagai permasalahan baik psikis maupun fisik yang berdampak pada munculnya burnout di lingkungan pekerjaan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan strategi coping terhadap burnout pada guru honorer sekolah luar biasa di kota Makassar. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah Simple Random Sampling, dengan jumlah subjek sebanyak 123 responden dari usia 23-57 tahun dari 20 sekolah luar biasa di kota Makassar (n=123, 29 Laki-laki 94 Perempuan). Penelitian ini menggunakan skala strategi coping dan skala Maslach Burnout Inventory yang berbentuk skala Likert. Data penelitian ini dianalisis menggunakan Uji Mann Whitney U Test, yang didapatkan nilai signifikansi 0,012 ($p > 0,05$). Hasil analisis tersebut menunjukkan bahwa ada perbedaan strategi coping terhadap burnout pada guru honorer sekolah luar biasa di kota Makassar. Penelitian ini menggambarkan bahwa guru honorer sekolah luar biasa yang memiliki burnout tinggi cenderung menggunakan strategi coping emotional focused coping sedangkan dengan tingkat burnout rendah menggunakan problem focused coping.*

PENDAHULUAN

Kesehatan Pendidikan memiliki peran yang penting dalam kehidupan manusia. Undang-Undang Republik Indonesia menyatakan bahwa pendidikan merupakan hak bagi segala warga Negara ini berarti pendidikan tidak boleh memandang suku, agama, ras, tingkat sosial, ekonomi, maupun fisik seseorang. Individu normal maupun yang memiliki keterbatasan fisik, mental, emosional, dan intelektual wajib untuk mendapatkan pendidikan yang layak. Di Indonesia terdapat salah satu sarana untuk anak yang memiliki keterbatasan agar tetap mendapatkan pendidikan yang layak.

Sekolah untuk anak berkebutuhan khusus ada beberapa macam, ada Sekolah Luar Biasa (SLB), ada Sekolah Dasar Luar Biasa dan Sekolah Inklusi. Sekolah Dasar Luar Biasa merupakan sarana pendidikan untuk mendidik anak yang memiliki kebutuhan khusus pada tingkat sekolah dasar, Sekolah Inklusi sarana pendidikan gabungan untuk mendidik anak yang memiliki kebutuhan khusus dan anak normal sedangkan Sekolah Luar Biasa merupakan sarana pendidikan yang khusus dibuat untuk mendidik individu yang memiliki kebutuhan khusus atau yang biasa disebut dengan

Anak Berkebutuhan Khusus (ABK).

SLB di Indonesia dibagi menjadi berbagai macam bagian, yaitu bagian A khusus untuk anak Tunanetra, SLB bagian B khusus anak Tunarungu, SLB C khusus anak Tunagahita, SLB D khusus anak Tunadaksa, SLB E khusus anak Tunalaras dan terakhir SLB G khusus anak Tunaganda. Satu unit SLB biasanya terdapat berbagai jenjang pendidikan, mulai dari SD, SMP hingga SMA pada satu sekolah yang sama untuk anak ABK. Anak berkebutuhan khusus menurut Heward (Hernani, Sowiyah & Sumadi 2015) adalah anak dengan karakteristik khusus yang berbeda dengan anak pada umumnya yang menunjukkan pada ketidakmampuan mental, emosi atau fisik. Anak berkebutuhan khusus sering kali dianggap sosok yang tidak berdaya hingga tidak berguna. Pandangan ini sangat merugikan anak berkebutuhan khusus secara realistis, dengan melihat dalam setiap anak yang lahir memiliki kemampuannya tersendiri. Oleh karena itu dalam memandang anak berkebutuhan khusus harus dilihat dari segi kemampuan sekaligus ketidakmampuannya secara bersamaan.

Wardhani (2012) mengemukakan bahwa Guru SLB bertugas untuk mengajari anak berkebutuhan khusus agar potensi yang dimiliki berkembang optimal. Guru memiliki peran yang sangat penting yaitu tanggung jawab utama untuk mendidik dan mengembangkan potensi peserta didik. Di samping itu guru juga dituntut untuk memenuhi berbagai standar dan target baik dari wali murid, institusi tempatnya bekerja hingga pemerintah. Bruke (Evers, Tomic & Brouwers, 2004) mengemukakan bahwa dari sekian banyak pekerjaan yang menuntut jasa pada individu, guru merupakan pekerjaan yang paling berat. Istiqomah (2015) mengemukakan bahwa terdapat perbedaan antara tugas guru SLB dengan guru pada anak normal dimana guru SLB memiliki beban yang harus ditempuh lebih berat. Guru SLB dituntut untuk tidak hanya mengajar, tetapi juga harus sabar untuk mengasuh dan membimbing para peserta didiknya dengan penanganan yang khusus/berbeda.

Rosdiana (Firmansyah & Widuri, 2014) mengemukakan bahwa menjadi guru SLB harus menganggap anak didiknya sebagai anak sendiri dan ketika sedang mengajar harus mampu membaca dan mengerti apa yang diinginkan oleh anak didiknya. Menurut Dewi (2018) mengemukakan bahwa menjadi guru SLB harus memberikan materi sekitar 60% tentang keterampilan secara tidak langsung guru SLB banyak melakukan aktifitas fisik saat mengajar. Prestiana dan Putri (2013) mengemukakan bahwa profesi pada guru terbagi menjadi dua yaitu, guru Pegawai Negeri Sipil (PNS) dan guru honorer. Guru PNS adalah guru yang memiliki hak untuk mendapatkan cuti, tunjangan (kejadian/kecelakaan yang dialami hingga pensiun) dan mendapat gaji yang sesuai dengan pekerjaan dan tanggungjawabnya Sedangkan guru honorer adalah guru yang memperoleh gaji dari dana biaya operasional siswa (BOS) dengan mempertimbangkan rasio jumlah siswa dan guru sesuai dengan ketentuan pemerintah yang ada dalam Peraturan Menteri Pendidikan Nasional No. 15 Tahun 2010.

Data dari Dinas Pendidikan Provinsi Sulawesi Selatan terkait jumlah guru sekolah luar biasa di kota Makassar sebanyak 20 sekolah di kota Makassar sebanyak 364 guru yang terbagi atas guru 173 PNS dan 191 guru Honorer. Hasil data tersebut menunjukkan bahwa populasi jumlah guru honorer yang lebih banyak atau setengah dari populasi dibandingkan dengan guru PNS di Kota Makassar. Upah kerja merupakan alasan yang sangat krusial mengingat bahwa tujuan utama individu bekerja untuk mendapatkan upah yang sesuai dengan apa yang dikerjakan.

Firmansyah dan Widuri (2014) mengatakan bahwa pandangan masyarakat terhadap guru SLB sebagai pekerjaan berat dan dari segi penghasilan yang belum setara dengan apa yang di kerjakan. Hal ini sejalan dengan apa yang menjadi keresahan guru honorer. Adapun permasalahan lain guru honorer menurut Darmaningtyas (Surya, 2013) mengemukakan beberapa beban kerja yang tidak setara dengan upah gaji yang diberikan, pemberhentian tanpa tunjangan beserta nasib guru honorer tergantung pada kebijaksanaan kepala sekolah, kesejahteraan guru honorer belum

sepenuhnya menjadi perhatian pemerintah karena tidak ada undang undang yang mengatur, perubahan dalam pendidikan yang tidak terencana dengan sistematis seperti perubahan kurikulum menyebabkan beban tugas guru semakin berat hingga harapan orang tua murid terhadap guru semakin tinggi dan sarana dan prasarana proses pembelajaran tidak disiapkan dengan sempurna untuk menghadapi perubahan.

Hasil penelitian dari Rahman (Avionela & Fauziah, 2016) mengatakan bahwa pekerjaan yang mencakup bidang pelayanan seperti perawat, sales, polisi, guru, dan pekerjaan lain yang menuntut kepuasan dalam dalam jangka panjang dan cenderung menetap rentan mengalami *burnout* (kejujahan kerja). Stres yang berkepanjangan diakibatkan oleh beban kerja dengan rentang waktu yang lama dapat membuat individu mengalami gangguan fisik maupun mental. Maslach, Schaufeli, dan Leiter (2001) mengemukakan bahwa *burnout* merupakan respon terhadap stres emosional dan stres interpersonal terhadap pekerjaan yang terjadi secara berkepanjangan. Tiga aspek *burnout* menurut Maslach, Schaufeli, dan Leiter (2001), yaitu:

1. Kelelahan (*Exhaustion*) merupakan aspek yang diakibatkan karena lelah yang berkepanjangan secara fisik, mental dan emosional. Individu yang kelelahan ini akan merasa kesulitan atau tidak mampu mengatasi tuntutan dan masalah dalam pekerjaan karena kehilangan semangat dan minatnya dalam berkerja.
2. Depersonalisasi (*Depersonalization*) merupakan aspek yang ditandai dengan keengganan untuk melakukan hubungan sosial dengan orang lain. Individu cenderung ingin menjaga jarak dengan orang lain akan tetapi dituntut untuk tetap bersosialisasi maka keluarlah perilaku bersikap acuh, dingin, hingga terlihat kurang fokus dalam lingkungan kerja.
3. Berkurangnya Penghargaan Diri Sendiri (*Reduced Personal Accomplishment*), merupakan aspek yang ditandai dengan menurunnya *self-efficacy* pada individu membuat rendahnya motivasi dan penurunan rasa percaya diri karena merasa dirinya tidak memiliki kompetensi dan merasa tidak berhasil dalam pekerjaannya.

Berdasarkan hasil penelitian Wardhani (2012) yang terdiri dari 229 guru sekolah luar biasa yang berdomisili di kota Bandung menunjukkan bahwa terdapat 58 responden (25%) dengan tingkat *burnout* rendah dan 171 responden (74%) dengan tingkat *burnout* tinggi. Adapun hasil faktor penyebab yang ditemukan adalah kemonotonan kerja, kepuasan dalam bekerja (reward) dan lingkungan yang tidak kondusif. Berdasarkan hasil studi awal yang dilakukan oleh peneliti pada 30 guru (25 perempuan dan 5 laki-laki) terbagi dari 15 guru PNS dan 15 guru honorer sekolah luar biasa di 2 sekolah, yaitu SLB Negeri 2 Makassar dan SLB YPAC Makassar di kota Makassar bahwa dari keseluruhan aspek *burnout* pada kuisioner ditemukan guru honorer SLB (78%) dengan tingkat *burnout* tinggi dan (22%) dengan tingkat *burnout* rendah sedangkan pada guru PNS (27%) dengan tingkat *burnout* tinggi dan (73%) dengan tingkat *burnout* rendah. Berdasarkan hasil data awal, maka dapat disimpulkan bahwa guru honorer sekolah luar biasa di kota Makassar mengalami *burnout* lebih tinggi dibandingkan dengan guru PNS.

Adapun hasil wawancara kepada beberapa responded guru honorer SLB ditemukan bahwa terdapat faktor penyebab munculnya kondisi psikologis *burnout*, yaitu: (1) Penghasilan/gaji yang didapatkan tidak sesuai dengan beban kerja (2) Kenaikan jabatan/masa depan karir yang tidak tetap dan jelas (3) Jabatan honorer dipandang lebih rendah jika dibandingkan dengan guru PNS dilingkungan pekerjaannya sehingga seringkali beban tugas menjadi bertambah akibat kerap menjadi guru pengganti (4) Tuntutan orang tua murid yang berekspektasi tinggi (5) Lingkungan kerja dari sarana dan lokasi yang tidak mendukung pembelajaran. Berdasarkan hasil wawancara dan pertimbangan beban tugas utama guru SLB ditambah permasalahan yang hanya dialami oleh guru honorer membuat peneliti tertarik untuk meneliti cara apa yang digunakan untuk menekan

.....

burnout yang dialami.

Berdasarkan penelitian menurut Nugroho, Andrian dan Marselius (2012) mengemukakan bahwa strategi coping dapat membantu individu dalam menghadapi situasi *burnout*. Penggunaan strategi coping yang efektif sesuai dengan permasalahan yang sedang dihadapi dapat meminimalkan terjadinya *burnout* di tempat kerja. Lazarus dan Folkman (1984) menggolongkan dua strategi coping yang biasanya digunakan oleh individu, yaitu: *problem focus coping*, dimana individu secara aktif mencari penyelesaian dari masalah untuk menghilangkan kondisi atau situasi yang menimbulkan stres dan *emotional focus coping*, dimana individu melibatkan usaha-usaha untuk mengatur emosinya dalam rangka menyesuaikan diri dengan dampak yang akan ditimbulkan oleh suatu kondisi atau situasi yang penuh tekanan yang dialami. Adapun aspek-aspek *problem focus coping* menurut Lazarus dan Folkman (1984) adalah sebagai berikut:

1. Mencari informasi dari orang lain yaitu mencoba untuk memperoleh informasi dari orang lain, seperti dokter, psikolog, atau guru.
2. Konfrontasi yaitu melakukan penyelesaian masalah secara konkret pada apa yang harus dilakukan.
3. Perencanaan pemecahan masalah yaitu menganalisis setiap situasi yang menimbulkan masalah serta berusaha mencari solusi secara langsung terhadap masalah yang dihadapi

Adapun aspek *emotional focus coping* yang dikemukakan Lazarus dan Folkman (1984) sebagai berikut:

1. Dukungan secara emosional maupun sosial yaitu mencoba untuk mendapatkan dukungan emosional maupun sosial pada orang lain di lingkungan.
2. Upaya kognitif untuk melepaskan diri dari masalah (membuat jarak) yaitu proses mengupayakan kognitif untuk melepaskan diri dari masalah dengan membuat sebuah harapan positif.
3. Fantasi lari atau penghindaran dari masalah yaitu individu mencoba untuk tidak memikirkan mengenai masalah dengan tidur. Menghayalkan situasi atau melakukan tindakan untuk menghibur dari situasi yang tidak menyenangkan.
4. Kontrol diri yaitu mencoba untuk mengatur perasaan diri sendiri atau tindakannya dalam hubungannya untuk menyelesaikan masalah.
5. Menerima untuk melanjutkan masalah yaitu bertanggung jawab untuk menghadapi masalah sementara mencoba untuk memikirkan jalan keluarnya.
6. Membuat suatu arti positif, kadang kadang dengan sifat yang religius yaitu mencoba untuk membuat suatu arti positif dari situasi dalam masa perkembangan kepribadian, kadang-kadang dengan sifat yang religious.

Rahayu (2017) mengemukakan bahwa *problem focus coping* lebih kepada perencanaan dalam menyelesaikan permasalahan langsung kepada tindakan yang terarah sedangkan *emotional focus coping* membantu untuk dapat memberikan makna yang positif dari peristiwa yang dialami. Pada dua langkah tersebut diharapkan dengan tingginya coping semakin rendah pula *burnout* pada guru sekolah luar biasa. Hasil penelitian Wardhani (2012) mengemukakan bahwa strategi coping berhubungan secara negatif dan signifikan dengan *burnout* artinya perilaku coping membantu untuk menurunkan *burnout* jika dilakukan dengan baik.

Pada penelitian mengenai *burnout* sebelumnya hanya melihat signifikansi tinggi rendahnya *burnout* pada guru SLB. Sebagai kebaruan dari penelitian, peneliti menjadikan guru honorer subjek penelitian dilihat berdasarkan studi awal, tingkat *burnout* pada guru honorer lebih tinggi. Menurut Endler dan Parker (Smith, Saklofske, Keefer & Tremblay, 2016) strategi coping yang sesuai pada individu terbukti positif dalam menangani masalah sedangkan jika coping yang digunakan tidak sesuai terbukti akan memperburuk keadaan. Berdasarkan pernyataan dan hasil penelitian terdahulu,

maka peneliti tertarik untuk melihat perbedaan strategi coping (*problem focus coping* dan *emotional focus coping*) yang digunakan oleh guru honorer SLB di kota Makassar dalam mengatasi *burnout* sebagai tujuan yang berbeda dan melanjutkan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya. Adapun hipotesis dalam penelitian ini adalah ada perbedaan strategi coping bentuk *problem focus coping* dan *emotional focus coping* terhadap *burnout* guru honorer sekolah luar biasa di kota Makassar.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Partisipan dalam penelitian ini adalah 123 (29 (24%) guru laki-laki dan 94 (76%) guru perempuan.) di guru honorer sekolah luar biasa di kota Makassar dengan teknik *simple random sampling*. Sugiyono (2012) mengemukakan bahwa *simple random sampling* merupakan teknik pengambilan sampel yang dapat dilakukan secara acak. Penelitian ini Teknik pengumpulan data yang digunakan peneliti adalah skala Skala yang digunakan peneliti dilihat dari Lazarus dan Folkman (1984) terdapat enam aspek *emotional focus coping*, yaitu: *Seeking social emotion support*, *distancing*, *escape avoidance*, *self-control*, *accepting responsibility* dan *positive reappraisal* serta tiga aspek *problem focus coping* yaitu: *Seeking informasional support*, *confrontive coping* dan *planful problem solving* yang dibuat oleh peneliti dan skala *Maslach Burnout Inventory* yang dimodifikasi oleh rancangan Cahyani (2019) dilihat dari tiga aspek *burnout* menurut Maslach, Schaufeli dan Leiter (2001), yaitu: Kelelahan emosional, *depersonalisasi* dan berkurangnya penghargaan diri sendiri. Kedua skala tersebut berbentuk skala Likert.

Validitas skala Strategi Coping dianalisis menggunakan validitas isi dan kontrak sedangkan *Maslach Burnout Inventory* (MBI) yang dimodifikasi tidak melalui proses validitas. Validitas isi dilakukan menggunakan perhitungan nilai Aiken's V berdasarkan penilaian validator ahli sebanyak 3 orang terdapat 3 aitem pada skala Strategi coping yang dianggap tidak relevan dengan nilai $>0,5$ yaitu aitem nomor 8, 20, 51. Hasil perhitungan Aiken's V pada skala strategi coping memperoleh koefisien validitas isi mencapai 0,05 sampai 0,83.

Validitas kontrak dilakukan menggunakan *confirmatory factor analysis* (CFA) melalui aplikasi JASP. Hasil nilai CFA skala *burnout* adalah coba skala menunjukkan bahwa dari 22 aitem terdapat 3 aitem yang dinyatakan gugur karena memiliki koefisien korelasi di bawah 0,30. Aitem yang dinyatakan gugur yaitu aitem nomor 4, 17, 20. Aitem yang dapat digunakan dalam skala *Burnout* sebanyak 19 aitem dengan koefisien korelasi 0,35 sampai 0,88. Hasil nilai CFA skala strategi coping dari 51 aitem terdapat 17 aitem yang dinyatakan gugur karena memiliki koefisien korelasi di bawah 0,30. Aitem yang dinyatakan gugur yaitu aitem nomor 2, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 29, 33, 43, 44, 45, 46. Aitem yang dapat digunakan dalam skala strategi coping sebanyak 34 aitem dengan koefisien korelasi 0,36 sampai 0,69. Hasil CFA yang diperoleh menunjukkan bahwa model skala *burnout* dan skala strategi coping fit dan valid karena memperoleh nilai CFA di atas standar yang telah ditetapkan.

Reliabilitas ketiga skala di atas dianalisis menggunakan bantuan aplikasi JASP. Skala *burnout* memiliki nilai koefisien reliabilitas McDonald's (ω) sebesar 0,857. Skala strategi coping dengan memiliki nilai koefisien reliabilitas McDonald's (ω) sebesar 0,891. Nilai koefisien tersebut menunjukkan bahwa kedua skala dinyatakan reliabel dengan termasuk dalam kategori nilai reliabilitas yang bagus. Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan aplikasi SPSS Statistics 25 for windows. Teknik analisis data yang digunakan adalah *Mann Whitney U Test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Pendeskripsian subjek penelitian menunjukkan terdapat 123 subjek yang terdiri dari 29

(24%) guru Laki-laki dan 94 (76%) guru Perempuan. Berdasarkan usia dari rentan umur 23 sampai 57 tahun, Berdasarkan lama mengajar dari rentan 1 tahun hingga 20 tahun yang terlama. 123 subjek yang terdiri dari SLBN 1 Makassar 25 (20%), SLBN 2 Makassar 20 (16%), SLB Autis Bunda 5 (4%), SLB C YPPLB 2 Makassar 5 (4%), SLB Resekiani 5 (4%), SLB Laniang 6 (5%), SLB Al-Alaq 4 (3%), SLB-A YPKCNI 4 (3%), SLB-B YPPLB 1 (1%), SLB-C YPPLB 1 (1%), SLB Amadya 4 (3%), SLB Rajawali 5 (4%), SLB Prima Karya 5 (4%), SLB Pelita Mandiri 5 (4%), SLB-D YPAC 5 (4%), SLB-A YAPTI 4 (3%), SLB Yukartuni 5 (4%), SLB YAPALB 4 (3%), SLB YP3LB 5 (4%), SLB Taruna Bunga Bangsa 5 (4%).

Tabel 1. Data empirik skala Burnout

Variabel	Empirik			Standar Deviasi
	Min	Max	Mean	
<i>Burnout</i>	47	140	109	18,501

Data deskriptif pada tabel di atas diperoleh dari nilai respon aitem skala dengan melakukan perhitungan uji *z score* menggunakan program aplikasi SPSS v.25. Berdasarkan table 9 diketahui bahwa data *burnout* memiliki skor minimal adalah 47 dan maksimal 140, *mean* skala 47 dan Standar deviasi 18,501.

Tabel 2. Kategori skor skala Burnout

Kategorisasi	Interval	F	%	Ket
$x < (\mu - 1,0\sigma)$	$110 \geq x$	64	54	Tinggi
$(\mu + 1,0\sigma) \leq x$	$x < 110$	59	46	Rendah
Total		123	100%	

Data pada tabel diatas menunjukkan bahwa terdapat 64 subjek yang berada pada kategori tinggi dengan persentase 54%, dan sebanyak 59 subjek yang berada pada kategori rendah dengan persentase 46%. Hasil persentase menunjukkan bahwa guru honorer sekolah luar biasa dikota Makassar yang menjadi sampel penelitian memiliki burnout pada kategori tinggi.

Tabel 3. Data empirik skala Strategi Coping

Variabel				Standar Deviasi
	Min	Max	Mean	
<i>Problem Focused Coping</i>	23	37	31,032	2,9446
<i>Emotional Focused Coping</i>	64	87	77,024	5,1652

Data deskriptif pada tabel di atas diperoleh dari nilai respon aitem skala dengan melakukan perhitungan uji *z score* menggunakan program aplikasi SPSS v.25. Berdasarkan tabel 12 diketahui bahwa data strategi coping bentuk problem focused coping, memiliki skor minimal adalah 23 dan maksimal 37, mean 31,032 dan Standar deviasi 2,9446. Skor minimal skala emotional focused coping adalah 64 dan maksimal 87, mean 77,024 dan standar deviasi 5,1652.

Tabel 4. Hasil Uji Hipotesis Man Whitney

	<i>Burnout</i>
Mann-Whitney U	1116,000
Wilcoxon W	1896,000
Z	-0,110
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,012

Berdasarkan tabel diatas hasil analisis Uji Hipotesis *Mann Whitney* menunjukkan bahwa nilai probability sebesar 0,012 dengan taraf signifikansi 0,05 yang berarti bahwa $0,012 > 0,05$. Hasil pengolahan data tersebut menunjukkan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak, sehingga disimpulkan

ada perbedaan penggunaan strategi *coping* ditinjau dari *Burnout* guru honorer sekolah luar biasa dikota Makassar.

Tabel 5. Hasil Uji Chi-Square Crosstabulation

		<i>Burnout</i>		
		Tinggi	Rendah	
Strategi coping	<i>Problem Focused Coping</i>	19	28	47
	<i>Emotional Focused Coping</i>	45	31	76
	Total	64	59	123

Berdasarkan data tabel di atas hasil *Crosstabulation* tersebut menunjukkan bahwa subjek pada penelitian menggunakan kedua jenis strategi coping karena memiliki skor tinggi yang sama. Namun jika ditinjau dari kategorisasi tinggi dan rendah *burnout* yang dialami maka semakin tinggi *burnout* guru maka guru cenderung menggunakan strategi coping bentuk *emotional focused coping* namun jika semakin rendah maka guru cenderung menggunakan strategi coping bentuk *problem focused coping*.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa sebagian besar guru honorer sekolah luar biasa di kota Makassar yang menjadi subjek penelitian memiliki *burnout* yang tergolong tinggi. Terdapat 64 subjek yang berada pada kategori tinggi dengan persentase 54%, dan sebanyak 59 subjek yang berada pada kategori rendah dengan persentase 49%. Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian (Cahyani, 2019) menemukan bahwa tingkat *burnout* pada guru honorer pada sekolah umum di kota Makassar berada pada kategori tinggi sebanyak 58 orang (80%) dan kategori rendah sebanyak 51 orang (20%). Dapat dilihat bahwa sebagian besar responden tergolong memiliki tingkat *burnout* yang tinggi.

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa *burnout* dengan kategori tinggi rentan dialami oleh guru honorer. Berdasarkan hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa guru honorer sekolah luar biasa di kota Makassar memiliki rata-rata tinggi. Hal tersebut menunjukkan bahwa guru menunjukkan perilaku kelelahan secara emotional dalam bekerja. Berdasarkan hasil observasi peneliti di lapangan rata-rata guru honorer lebih dibebankan pekerjaan yang lebih namun dengan gaji yang tidak sesuai.

Berdasarkan hasil deskriptif yang dilakukan dengan hasil analisis Z-Score menunjukkan kecenderungan subjek penelitian pada strategi coping bentuk *emotional focused coping*. Lazarus dan folkman (1984) mengatakan bahwa *emotional focused coping* lebih sering digunakan oleh individu yang merasa yakin bahwa permasalahan yang dialami dapat diselesaikan dengan membutuhkan waktu yang lama. Hal ini sejalan dengan guru honorer yang memiliki keyakinan bahwa dengan berjalannya waktu yang tidak menentu permasalahan pokok terkait upah dan jabatan akan bias terselesaikan pada waktunya. Strategi coping yang berfokus pada masalah EFC merupakan cara yang efektif dalam membantu individu untuk mengatasi masalah yang berjangka panjang dan waktu tidak jelas dimana individu dapat mengelola emosi negative yang dirasakan untuk bertahan. *Emotional focused coping* merupakan coping yang fokus untuk mengendalikan emotional pada individu di situasi yang menekan (stresor permasalahan).

Weiten (Picken, 2012) mengemukakan bahwa hal pada individu yang membedakan dalam menyikapi suatu tekanan merupakan bagaimana cara mereka dalam menyikapi dan melakukan *coping* yang sesuai. Teori tersebut sejalan dengan hasil penelitian dan observasi peneliti bahwa strategi coping yang digunakan bahwa ketidakjelasan permasalahan yang dialami guru honorer membuat *emotional focused coping* menjadi coping yang sesuai untuk digunakan. Permasalahan yang dialami individu tidak hanya didapatkan pada lingkungan kerja saja namun dari berbagai lingkup. Kegiatan guru yang memiliki banyak tuntutan dan masalah dalam lingkup sekolah ataupun

di luar sekolah, karena banyaknya harapan yang tidak mampu diwujudkan. Sarafino (1998) mengemukakan bahwa *emotional focused coping* merupakan sebuah proses yang dilakukan individu untuk mencoba mengelola perasaan yang berbeda, antara tuntutan dan kemampuan individu saat berada dalam tekanan. Permasalahan yang dialami individu memiliki tingkatan yang berbeda maka individu harus dapat menentukan coping yang secara tidak sadar digunakan agar dapat menekan stressor yang diterima dari lingkungan. Hal ini sejalan dengan penelitian Villanesia, Chairilisyah, Risma (2016) mengemukakan bahwa strategi coping *Emotional focused coping* efektif digunakan oleh guru honorer pada sekolah umum dalam menekan *burnout* yang dialami.

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hipotesis mengenai perbedaan strategi coping ditinjau dari *burnout* guru honorer sekolah luar biasa di kota Makassar. Berdasarkan hasil analisis Uji Hipotesis Mann Whitney menunjukkan bahwa nilai probability sebesar 0,012 dengan taraf signifikansi 0,05 yang berarti bahwa $0,012 > 0,05$. Hasil pengolahan data tersebut menunjukkan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak, sehingga disimpulkan ada perbedaan penggunaan strategi coping ditinjau dari *Burnout* guru honorer sekolah luar biasa di kota Makassar.

Hasil uji chi-square crosstabulation menunjukkan bahwa guru honorer sekolah luar biasa di kota Makassar yang memiliki *burnout* tinggi akan cenderung menggunakan *emotional focused coping* sedangkan guru dengan tingkat *burnout* rendah akan cenderung menggunakan *problem focused coping*. Pada hasil penelitian Nugroho dan Kahsan (2016) mengemukakan bahwa guru atau pengajar cenderung menggunakan strategi coping *Emotional focused coping* dalam mengatasi stres dilihat dari aspek *coping* yang digunakan lebih banyak dari aspek pada *Problem focused coping*.

Lazarus dan Folkman (1984) mengatakan bahwa mengatakan bahwa *Emotional Focused Coping* adalah bentuk strategi untuk meredakan emosi individu yang muncul akibat pengaruh dari sumber permasalahan atau kondisi yang menimbulkan pengaruh negatif, tanpa harus mengubah kondisi yang menjadi sumber permasalahan individu secara langsung. Teknik *Emotional Focused Coping* juga memberikan dukungan pada diri individu untuk menilai suatu kondisi permasalahan atau permasalahan dari sudut pandang yang bersifat positif dalam setiap pengaruh yang ditimbulkan. *Emotional focused coping* merupakan coping dengan mencoba menemukan cara positif untuk mengubah secara secepat respon negatif atau stresor dan menghindarinya terulang di kemudian hari.

Weiten (Picken, 2012) mengemukakan bahwa strategi *coping* merujuk pada upaya yang dilakukan individu dalam menguasai, mengurangi atau mentolerir tuntutan yang membuat individu *burnout* dalam pekerjaan. Strategi yang digunakan individu untuk tetap biasa bertahan dalam suatu permasalahan atau keadaan yang menekan. Strategi coping yang efektif dapat mengurangi stresor yang didapatkan di lingkungan dengan baik. Aldwin dan Revenson (1987) mengemukakan bahwa strategi coping merupakan suatu cara dan usaha yang dilakukan individu untuk mengatasi dan mengendalikan masalah yang dialami serta dianggap sebagai hambatan dan ancaman yang bersifat merugikan. Individu secara tidak langsung akan menggunakan strategi *coping* jika berada dalam suatu keadaan yang menekan. Hal ini terjadi tanpa disadari karena pada dasarnya setiap manusia akan menentukan *coping* yang nyaman untuk mereka gunakan dalam mengatasi stresor dari lingkungannya.

Strategi yang digunakan guru honorer mampu memberikan pengaruh dalam menekan *burnout* (tinggi dan rendah) yang dialami. Hasil ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Wardhani (2012) mengemukakan bahwa strategi *coping* yang digunakan dapat membantu menekan *burnout* yang dialami agar dapat terus bertahan dalam stresor pada lingkungan kerja. Berdasarkan hasil artinya perilaku coping membantu untuk menurunkan *burnout* dilihat dari lama bekerja guru honorer dilapangan yang dapat bertahan hingga bertahun-tahun.

Kelemahan dalam penelitian ini adalah tidak adanya penggambaran fenomena *burnout* yang terjadi secara lebih mendalam agar membuat individu khususnya guru honorer sekolah luar biasa untuk memilih strategi yang efektif berdasarkan permasalahan masing-masing, Maka perlu menggali lebih dalam lagi fenomena *burnout* yang dialami untuk mencocokkan strategi bukan hanya berdasarkan tinggi dan rendahnya *burnout* yang dialami.

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan penggunaan strategi *coping* bentuk *problem focused coping* dan *emotional focused coping* ditinjau dari *burnout* guru honorer sekolah luar biasa di kota Makassar. Tingkat *burnout* pada guru honorer sekolah luar biasa di kota Makassar pada tingkat yang tinggi. Guru honorer sekolah luar biasa yang memiliki *burnout* tinggi cenderung menggunakan *emotional focused coping* sedangkan yang memiliki *burnout* rendah cenderung menggunakan *problem focused coping*. Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti mengajukan beberapa saran berikut:

1. Bagi guru honorer
 Peneliti menyarankan untuk guru honorer agar mempertahankan dan mengembangkan penggunaan strategi *coping* yang efektif secara positif saat berhadapan dengan lingkungan pekerjaan yang memberikan tekanan agar dapat terhindar dari simptom *burnout*.
2. Bagi Sekolah
 Bagi pihak sekolah disarankan untuk lebih memperhatikan kondisi psikis guru agar meminimalisir teradinya *burnout* pada guru.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya
 - a. Bagi peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian serupa disarankan mengeksplor variabel lain untuk dihubungkan atau melihat pengaruh pencegahan *burnout* yang lain.
 - b. Bagi peneliti lain yang akan melakukan penelitian serupa, disarankan untuk mengubah metode penelitian menjadi kualitatif untuk mendalami lagi fenomena *burnout* yang terjadi.

DAFTAR REFERENSI

- Aldwin, C. M., & Revenson, T. A. (1987). Does coping help? A reexamination of the relation between coping and mental health. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53(2), 337-348.
- Avionela, F., & Fauziah, N. (2016). Hubungan antara kecerdasan emosi dengan *burnout* pada guru bersertifikasi di SMA Negeri Kecamatan Bojonegoro. *Jurnal Empati*, 5(4), 687-693
- Cahyani, D. R. (2019). Kejenuhan kerja (*burnout*) pada guru honorer di kota Makassar. (*Skripsi*). Fakultas Psikologi. Universitas Negeri Makassar
- Data Sekolah luar Biasa di Kota Makassar <http://sekolah.data.kemdikbud.go.id/>. Dikases pada tanggal 3 Maret 2020.
- Dewi, I. S. A. (2018). Kesejahteraan subjektif pada guru sekolah luar biasa (SLB) b-c (*Skripsi*). Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Evers, W. J. G., Tomic, W., & Brouwers, A. (2004). *Burnout* among teachers: Students' and teachers' perceptions compared. *School Psychology International*, 25(2), 131-148. <https://doi.org/10.1177/0143034304043670>
- Firmansyah, I., & Widuri, E. L. (2014). Subjective Well Being Pada Guru Sekolah Luar Biasa (SLB). *Jurnal Empati Fakultas Psikologi*. ISSN : 2303-114X
- Hernani, Sowiyah, Sumadi. (2015). Manajemen pendidikan anak berkebutuhan khusus (ABK)
-

- (Studi Multi Situs Di SMPN 9 dan SMPN 10 Metro). *Jurnal Pendidikan*, 3(2), 9414-6040.
- Istiqomah, D. P. (2015). Dinamika Empati Guru Anak Berkebutuhan Khusus (ABK) di SDLB Putra Jaya Malang. (*Skripsi*). Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
- Lazarus & Folkman. (1984). *Stress appraisal & coping*. New York: Spinger Publishing Co.
- Maslach, C. (1993). Burnout: A multidimensional perspective. In W. B. Schaufeli, C. Maslach & T. Marek (Eds.). *Professional burnout: Recent developments in theory and research*. (pp 19–32), Washington, DC: Taylor & Francis.
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Organizational Behavior*, 2(2), 99–113. <https://doi.org/10.1002/job.4030020205>.
- Maslach, C., Schaufeli W.B., & Leiter M.P. (2001). Job burnout. *Annual Review of Psychology*, 52(-), 42-397.
- Nugroho, A, S., Andrian & Marselius. (2012). Studi Deskriptif Burnout dan Coping Stres pada Perawat di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Jiwa Menur Surabaya. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 1(1).
- Nugroho, Y, J & Kahsan, M. (2016). Coping stress strategy pada guru anak berkebutuhan khusus. *Jurnal Psikologi*. ISSN No. 1979-0341.
- Picken., J.(2012). The coping strategies, adjusment and well being of male inmates in the prison environment, *Journal of Crimonology*, 1-29. ISSN 20145-6743.
- Prestiana, N. D. I., & Putri, T. X A. (2013). Internal locus of control dan job insecurity terhadap burnout pada guru honorer Sekolah Dasar Negeri di Bekasi Selatan. *Jurnal Soul*, 6(1), 57-76.
- Rahayu, T. (2017). Burnout dan coping stress pada guru pendamping (shadow teacher) anak berkebutuhan khusus yang sedang mengerjakan skripsi. *Jurnal Psikologi*, 5(2), 290-300. ISSN 2477-2666.
- Rahman, U. (2007). Mengenal burnout pada guru. *Lentera Pendidikan*, 2, 216-227
- Sarafino. E. P. (1998). *Health psychology: Biopsychosocial interaction*. USA: John Willey and Sons.
- Sari, E. (2014). Hubungan antara persepsi kondisi lingkungan kerja dan persepsi beban kerja dengan burnout. (*Skripsi*). Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel. Surabaya.
- Schaufeli, W. B., Leiter, M. P., & Maslach, C. (2009). Burnout: 35 years of research and practice. *Career Development International*, 14(3), 204–220. <https://doi.org/10.1108/13620430910966406>.
- Smith, M. M., Saklofske, D. H., Keefer, K. V, & Tremblay, P. F. (2016). Coping strategies and psychological outcomes: The moderating effects of personal resiliency coping strategies and psychological outcomes: The moderating effects of personal resiliency. *Journal of Psychology*, 150(3), 318–332. <https://doi.org/10.1080/00223980.2015.1036828>
- Sugiyono. (2012). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Surya, M. (2013). *Psikologi guru konsep dan aplikasi*. Bandung: AlfabetaVillanesia, N., Chairilisyah., D & Risma, D. (2016). Hubungan antara strategi coping dengan burnout pada guru TK se-kecamatan tampan kota Pekanbaru. *Jurnal Pendidikan*. ISSN: 8890-2323.
- Wardhani, D, T. (2012). Burnout di kalangan guru pendidikan luar biasa di kota Bandung. *Jurnal Psikologi*, 11(1).
-