

Peran Efikasi Guru Sebagai Mediator dalam Hubungan *Conscientiousness* dan *Teacher Burnout*

Gabriella K. Lesmana^{1*}, Eva Septiana², dan Ali Nina Liche Seniati³

^{1, 2, 3}Fakultas Psikologi Universitas Indonesia Depok

E-mail korespondensi: ^{1*}gabriella.k.lesmana@gmail.com

Keywords: *conscientiousness*,
teacher burnout, *teacher*
efficacy, *teacher*

Abstract

Teaching is a profession that is prone to burnout. The impact of teacher burnout also affects institutions and students. Several factors that influence teacher burnout are conscientiousness and teacher efficacy. This study aims to see whether conscientiousness can affect teacher burnout through mediation of teacher efficacy. The participants of this study were teachers from all levels of formal education in Indonesia who taught for a minimum of six months (N=303). The results showed that conscientiousness significantly predicted teacher burnout through teacher efficacy, $F(2, 301) = 80.290$, $p < 0.001$, $R^2 = 0.2106$. In recruiting teachers, personality can be one of the considerations. Interventions related to teacher efficacy can also further reduce teacher burnout rates.

Kata kunci:
conscientiousness, *efikasi*
guru, *guru*, *teacher burnout*

Abstrak

Guru adalah profesi yang rentan burnout. Dampak dari *teacher burnout* juga berpengaruh terhadap institusi dan peserta didik. Beberapa faktor yang berpengaruh terhadap *teacher burnout* adalah *conscientiousness* serta efikasi guru. Penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah *conscientiousness* dapat memengaruhi *teacher burnout* lewat mediasi efikasi guru. Partisipan penelitian ini adalah guru dari seluruh jenjang pendidikan formal di Indonesia yang mengajar selama minimal enam bulan (N=303). Hasil penelitian menunjukkan bahwa *conscientiousness* memprediksi *teacher burnout* melalui efikasi guru secara signifikan, $F(2, 301) = 80,290$, $p < 0,001$, $R^2 = 0,2106$. Dalam melakukan rekrutmen guru, kepribadian dapat menjadi salah satu pertimbangan. Intervensi terkait dengan efikasi guru juga dapat semakin menurunkan angka *teacher burnout*.

Sitasi: Lesmana, Gabriella K., Septiana, E., & Seniati, Ali N. L. (2023). Peran Efikasi Guru Sebagai Mediator dalam Hubungan *Conscientiousness* dan *Teacher Burnout*. *Jurnal Psikologi : Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 10(2), 265-279. <https://doi.org/10.35891/jip.v10i2.3761>

Pendahuluan

Berdasarkan Permendikbud Nomor 15 Tahun 2018 tentang Pemenuhan Beban Kerja Guru, Kepala Sekolah, dan Pengawas Sekolah, tugas guru di Indonesia secara umum adalah untuk merencanakan, melaksanakan, serta menilai pembelajaran peserta didik, serta membimbing dan melatih peserta didik. Dalam memenuhi tanggung jawab atas profesinya para guru harus mampu memenuhi berbagai ekspektasi, baik dari pihak orang tua maupun sekolah (Bektaş, 2013). Di sisi lain, guru menghadapi berbagai kesulitan yang dapat berakhir sebagai kelelahan terhadap beban kerja bagi para guru (Ekawanti & Mulyana, 2016). Hal ini bisa menyebabkan berkurangnya efektivitas kinerja guru sehingga minat kepada peserta didik menurun.

Anthony (2019) melakukan penelitian terhadap 9.053 guru di dunia dan menemukan bahwa sebanyak 68% guru mengatakan sulit berkonsentrasi ketika mengajar apabila sedang kelelahan. Kenyataannya, para guru tetap harus mengajar walaupun sedang merasa kelelahan dan berujung dengan stres kronis. Hal ini dapat mempengaruhi rendahnya kualitas pengajaran, menurunnya kesejahteraan dan kesehatan guru, serta guru pada akhirnya akan mengalami masalah mental yaitu *burnout* (Alarcon, 2011; Clunies-Ross, dkk., 2008; Harmsen, dkk., 2018, & Maslach, dkk., 1997). *Burnout* dapat diartikan sebagai sebuah sindrom psikologis yang merupakan dampak dari stress interpersonal yang berkepanjangan di tempat kerja (Maslach & Leiter, 2016).

Sejak awal tahun 2020, pandemi Covid-19 menyebar di Indonesia. Hal ini menyebabkan proses belajar mengajar mengalami perubahan dari tatap muka menjadi pembelajaran dalam jaringan (daring atau *online*) dan dilakukan dari jarak jauh. Hadsell & Geller; Hislop & Ellis; serta Horvitz, dkk. (dalam Shlenskaya dkk., 2020) juga menyebutkan bahwa pembelajaran daring dipersepsikan lebih sulit dan memakan waktu apabila dibandingkan pembelajaran biasa. Hal ini menjadi *stressor* baru pada masa pandemi ini dan bisa jadi meningkatkan terjadinya *teacher burnout*. Tidak hanya terkait kesiapan guru, lingkungan pembelajaran daring juga memiliki lebih banyak kerumitan dibandingkan pembelajaran biasa, berbagai kerumitan ini berpotensi pada munculnya *burnout* pada pengajar (Hadsell & Geller; & McCann & Holt, dalam

Shlenskaya, dkk., 2020). Maka dari itu pada masa pandemi ini, terdapat kemungkinan guru lebih rentan terhadap stress dikarenakan adanya beban kerja ditambah ketidakpastian yang muncul. Penelitian terkait *teacher burnout* dengan sistem pembelajaran daring menjadi penting dilakukan karena pada masa mendatang keterlibatan guru dalam teknologi jarak jauh nantinya akan semakin meningkat (Shlenskaya, dkk, 2020).

Burnout bisa menyebabkan berbagai masalah, tidak hanya bagi para guru, namun juga bagi peserta didik serta institusi (García-Carmona dkk., 2019). Oleh karena itu, masalah terkait *burnout*, terutama *teacher burnout* merupakan masalah yang penting untuk dibahas karena berpengaruh pada seluruh pihak di institusi pendidikan. Berdasarkan penelitian Capel (1991) ditemukan bahwa *burnout* bersifat sangat personal, setiap individu menunjukkan pola perubahan yang berbeda selama satu tahun ajaran.

Berbagai penelitian telah menemukan hasil bahwa tipe teori kepribadian lima besar (*big five personality*) secara signifikan berkorelasi negatif dengan *teacher burnout* (Khalil dkk, 2017; Shakeel dkk, 2021). Colomeischi (2015) juga menemukan bahwa *extroversion*, *agreeableness*, *conscientiousness*, dan stabilitas emosi memiliki korelasi negatif dengan *teacher burnout*. Zawadzka (2018) menemukan bahwa terdapat korelasi negatif antara *extraversion*, *agreeableness*, dan *conscientiousness* dengan *teacher burnout*. Alarcon dkk (dalam Zawadzka, 2018) menyebutkan secara lebih spesifik bahwa *conscientiousness* berkorelasi dengan *burnout*.

Penelitian yang dilakukan oleh Djigić dkk., (2014) menyebutkan bahwa secara spesifik *conscientiousness* dan *openness* ditemukan sebagai tipe kepribadian yang paling kuat dalam memprediksi efikasi guru. Penelitian lain yaitu oleh Zawadzka dkk (2018) menemukan bahwa efikasi diri berkorelasi positif dengan kepribadian *conscientiousness*. Alarcon dkk. (dalam Shakeel dkk., 2021) menyebutkan bahwa individu dengan *conscientiousness* yang tinggi lebih produktif dan mampu memecahkan masalah sehingga lebih tidak mungkin mengalami *burnout*. *Conscientiousness* juga membantu individu meningkatkan komitmen dan keterlibatan kerja mereka yang pada akhirnya bisa meningkatkan kepercayaan individu pada

kemampuan mereka (Brown dkk., 2011). Berbagai penelitian mengenai hubungan efikasi diri dengan *burnout*, menunjukkan adanya korelasi negatif antar kedua variabel tersebut (Skaalvik & Skaalvik, 2010; Aloe, dkk., dalam Kim & Burić, 2019). Cherniss (dalam Kim & Burić, 2019) menemukan bahwa efikasi diri, secara lebih spesifik efikasi guru merupakan penyebab dari *burnout*.

Skaalvik & Skaalvik (2010) mendefinisikan efikasi guru sebagai kepercayaan diri para guru akan kemampuan mereka untuk merancang, mengorganisir, dan melaksanakan kegiatan yang diperlukan untuk mencapai tujuan pendidikan yang sudah ada. Tschannen dkk (dalam Sokal dkk, 2020) menjelaskan bahwa efikasi guru adalah sebuah variabel yang bersifat spesifik. Hal ini berarti guru bisa memiliki efikasi mengajar yang tinggi pada satu kondisi namun bisa juga memiliki efikasi guru yang rendah pada situasi dan waktu tertentu. Berbagai perubahan yang dialami oleh para guru dalam memberikan pengajaran bisa menurunkan keyakinan diri mereka dalam mengajar (Sokal dkk., 2020).

Dari hasil studi literatur yang dilakukan, ditemukan penelitian yang menunjukkan hubungan antara tipe kepribadian dengan *teacher burnout*. Pada penelitian ini secara lebih spesifik akan berfokus pada tipe kepribadian *conscientiousness* dan hubungannya dengan *teacher burnout*. Hal ini didasarkan dari hipotesis bahwa guru dengan *conscientiousness* yang tinggi adalah guru yang cenderung teratur, fokus pada pencapaian dan memiliki kedisiplinan diri yang baik lebih mampu mengelola diri mereka hingga tidak mengalami *teacher burnout*. Ditemukan juga berbagai penelitian yang menjelaskan hubungan antara tipe kepribadian dengan efikasi guru (Zawadzka dkk, 2018; Djigić dkk., 2014; & Brown dkk, 2011) serta efikasi guru dengan *teacher burnout* (Skaalvik & Skaalvik, 2010; Aloe, dkk., dalam Kim & Burić, 2019).

Penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah efikasi guru mampu memediasi hubungan antara *conscientiousness* dan *teacher burnout*. Guru dengan efikasi yang tinggi akan memiliki *teacher burnout* yang lebih rendah karena mereka lebih yakin terhadap kemampuan mengajar mereka (Yost dkk., 2019; Zhang dan Lu dalam Shakeel dkk., 2021). Selanjutnya penelitian ini memilih ketiga variabel tersebut karena berdasarkan

studi literatur yang dilakukan ditemukan penelitian yang melihat hubungan *conscientiousness* dengan *teacher burnout*, *conscientiousness* dengan efikasi guru, serta efikasi guru dengan *teacher burnout*. Walaupun demikian, hanya ditemukan penelitian oleh Shakeel dkk. (2021) yang dilakukan pada guru-guru di Pakistan yang melihat hubungan antara *conscientiousness* dan *teacher burnout* dengan mempertimbangkan efikasi guru sebagai mediator. Penelitian yang akan dilakukan sedikit berbeda dengan penelitian Shakeel dkk (2021) karena penelitian ini mempertimbangkan konteks guru di Indonesia. Peneliti ingin mengambil data dari tingkat pendidikan SD hingga SMA atau sederajat agar mendapatkan gambaran menyeluruh terlebih dahulu mengenai hubungan antara ketiga variabel ini pada guru dengan berbagai jenjang pendidikan.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran hubungan antara *conscientiousness* dan *teacher burnout* dengan mempertimbangkan efikasi guru sebagai mediator. *Teacher burnout* dapat terjadi dalam kehidupan guru sehari-hari, terlebih dalam situasi pandemi karena pembelajaran daring lebih menantang. Pembelajaran daring pun masih mungkin berkelanjutan hingga masa mendatang. Maka dari itu hasil penelitian ini pun bisa dilihat dalam konteks guru secara umum.

Metode

Desain

Penelitian ini menggunakan pendekatan non eksperimental kuantitatif. Variabel yang akan digunakan adalah *teacher burnout* sebagai variabel dependen, *conscientiousness* sebagai variabel independen pertama dan efikasi guru sebagai variabel mediator.

Variabel Penelitian

Teacher Burnout

Teacher burnout didefinisikan sebagai sebuah pola negatif dalam menanggapi peristiwa pengajaran yang penuh dengan tekanan, menanggapi murid, dan menanggapi karir sebagai guru, serta persepsi kurang adanya dukungan administratif (Seidman & Zager, 1987). *Teacher burnout* terbagi ke dalam empat dimensi, yaitu *career*

satisfaction, perceived administrative support, coping with job-related stress, dan attitudes towards student. Keempat dimensi ini dikembangkan lebih lanjut dari teori *burnout* yang sebelumnya dikemukakan oleh Maslach dan Jackson pada tahun 1981. Secara umum, faktor yang berpengaruh terhadap *teacher burnout* dapat dibagi ke dalam dua kelompok, yaitu faktor individual dan faktor situasional (Maslach dkk, 2001).

Conscientiousness

Costa dan McCrae (1992) mengartikan kepribadian *conscientiousness* sebagai kepribadian yang menggambarkan individu dengan tujuan, ketekunan, hati-hati, serta tepat waktu. McCrae dan Costa (dalam John & Srivastava, 1999) menjelaskan bahwa dalam *conscientiousness* terdapat enam sub dimensi atau disebut juga facet, yaitu *competence, order, dutifulness, achievement striving, self-discipline, dan deliberation*. Pervin dan John (2001) membagi faktor yang memengaruhi kepribadian ke dalam dua kelompok, yaitu faktor genetik dan faktor lingkungan.

Efikasi Guru

Efikasi guru adalah suatu penilaian guru mengenai keyakinan atas kemampuannya untuk menghasilkan tingkat keterlibatan dan prestasi belajar siswa sesuai yang diharapkan (Tschannen & Hoy, 2001). Efikasi guru terbagi ke dalam tiga dimensi (Tschannen & Hoy, 2001), yaitu *efficacy for instructional strategies, efficacy for classroom management, dan efficacy for student engagement*. Beberapa faktor yang berpengaruh terhadap efikasi guru adalah faktor kepribadian, lamanya guru mengajar, jenis kelamin, pendidikan guru, mata pelajaran atau jenjang pendidikan yang diajar (Djigić dkk., 2014; Tschannen & Hoy, 2007; Andersen, 2011; Burket, 2011).

Partisipan

Partisipan penelitian ini adalah guru pada tingkat pendidikan dasar dan menengah, yang mengajar di sekolah swasta dan negeri. Guru yang menjadi partisipan juga harus memiliki pengalaman mengajar selama minimal enam bulan. Pengambilan sampel pada penelitian ini adalah *convenience sampling* yaitu didasarkan pada

ketersediaan dan kesediaan individu yang memenuhi karakteristik partisipan penelitian. Seluruh pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan secara daring. Pengambilan data dilakukan pada tanggal 29 Mei 2021 sampai dengan 14 Juli 2021.

Prosedur

Proses pencarian alat ukur dilakukan dengan mencari alat ukur yang sudah sesuai dengan kriteria penelitian. Setelah mendapatkan alat ukur dan lolos kaji etik, peneliti menyebarkan kuesioner hingga partisipan terkumpul sesuai dengan target. Data ini kemudian diolah kembali validitas dan reliabilitasnya sebelum digunakan untuk menguji model penelitian.

Instrumen

Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini untuk mengukur *teacher burnout* adalah Skala *Burnout* Guru Indonesia (SBGI) yang dikembangkan oleh Chairina, dkk (2019). Semakin besar skor yang didapat, maka semakin besar pula tingkat *teacher burnout* partisipan. Nilai α untuk alat ukur SBGI adalah 0,923 dengan jumlah item 24. Validitas untuk alat ukur SBGI dilihat dari nilai *corrected item-total correlation* yang berkisar dari 0,410 - 0,706. Alat ukur berikutnya adalah *Teachers' Sense of Efficacy Scale short form* yang dikembangkan oleh Tschannen, dkk (2001) dan telah diadaptasi oleh Normasari (2020) untuk para guru di Indonesia. Semakin tinggi skor pada alat ukur ini, semakin tinggi pula tingkat efikasi guru tersebut. Nilai α alat ukur ini adalah 0,921 dengan jumlah item 12. Alat ukur efikasi guru juga mendapatkan nilai *corrected item-total correlation* yang berkisar dari 0,532 - 0,780. Alat ukur terakhir yaitu Neo-4 versi pendek, digunakan untuk mengukur *conscientiousness*. Alat ukur ini dikembangkan oleh Costa dan McCrae (1998) dan diadaptasi oleh Veronika (2019). Semakin tinggi skor total pada skala menandakan semakin tinggi trait *conscientiousness* guru. Nilai α untuk alat ukur *conscientiousness* adalah 0,936. Validitasnya dilihat dari nilai *corrected item-total correlation* untuk 16 item yang berkisar dari 0,505 - 0,754

Teknik Analisis

Pengolahan data dilakukan dengan beberapa metode statistik melalui program PROCESS v3.5 pada SPSS Statistics 25 model 4. Teknik statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah statistik deskriptif, korelasional, dan mediasi. Pada penelitian ini, analisis deskriptif digunakan untuk menganalisa gambaran umum mengenai karakteristik demografis partisipan serta variabel penelitian. Uji korelasional digunakan untuk melihat apakah seluruh variabel penelitian terlalu linear atau tidak. Analisis mediasi digunakan untuk menguji hipotesis dari penelitian ini yaitu peran efikasi guru sebagai mediator pada hubungan antara *conscientiousness* dan *teacher burnout*.

Hasil

Penelitian dilakukan terhadap 303 guru dari seluruh jenjang pendidikan di Indonesia, guru SD ($n=134$, 44.2%), SMP ($n=73$, 24.1%), dan SMA ($n=96$, 31.7%). Sebagian besar partisipan pada penelitian adalah perempuan ($n=213$, 70.3%). Apabila dilihat berdasarkan domisilinya, mayoritas partisipan berdomisili di pulau Jawa ($n=253$, 83.5%). Partisipan lainnya berasal dari pulau Sumatera ($n=23$, 7.6%), pulau Kalimantan ($n=7$, 2.3%), pulau Sulawesi ($n=6$, 2%), dan lain-lain ($n=14$, 4.6%).

Para partisipan paling banyak mengajar di sekolah sekolah swasta ($n=201$, 66.3%). Dari pengalaman mengajar mayoritas partisipan merupakan guru yang memiliki pengalaman belajar 1 hingga 5 tahun ($n=168$, 55.4%).

Peneliti melakukan uji korelasi terlebih dahulu antar variabel penelitian. Uji korelasi dilakukan untuk menghindari adanya kemungkinan variabel pada penelitian ini adalah variabel yang terlalu mirip satu dengan yang lain. Uji korelasi juga merupakan salah satu syarat untuk dilakukannya uji mediasi. Pada Tabel 1, diketahui bahwa *conscientiousness* berkorelasi secara signifikan dengan efikasi guru ($r=0,705$) dan *teacher burnout* ($r=-0,459$).

Tabel 1.
Korelasi Antar Variabel Penelitian

Variabel	<i>Conscientiousness</i>	Efikasi Guru	<i>Teacher Burnout</i>
1. <i>Conscientiousness</i>	-		
2. Efikasi Guru	0,705**	-	
3. <i>Teacher Burnout</i>	-0,459**	-0,412**	-

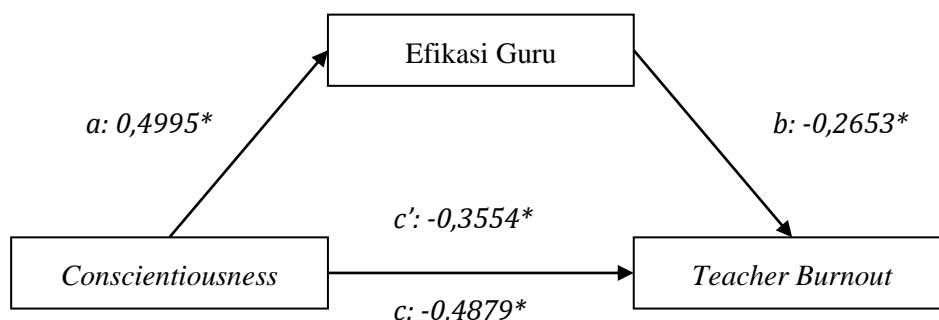
** Korelasi signifikan pada LoS 0,01 (two-tailed).

Berdasarkan pengolahan data penelitian, ditemukan bahwa *conscientiousness* secara signifikan memprediksi efikasi guru (jalur a), $F(1, 301)=297,627$, $p<0,001$, $R^2 =0,4972$. Dengan demikian dapat dikatakan sebanyak 49% varians dari *conscientiousness* secara signifikan dapat menjelaskan efikasi guru.

Berikutnya, efikasi guru secara signifikan mampu memprediksi *teacher burnout* (jalur b), $F(2, 300)= 43, 868$, $p<0,001$, $R^2 =0,2263$. Berdasarkan hasil tersebut dapat dikatakan bahwa sebanyak 22% varians dari efikasi guru secara signifikan dapat menjelaskan *teacher burnout*.

Tabel 2.
Hasil Uji Hipotesis Penelitian

	<i>r</i>	R^2	<i>b</i>	SE	<i>p</i>	LLCI	ULCI
<i>Total Effect</i>	0,45	0,21	-0,4879	0,0545	0,00	-0,5951	-0,3803
<i>Direct Effect</i>	---	---	-0,3554	0,762	0,00	-0,5053	-0,2056
<i>Indirect Effect</i>	---	---	-0,1325	0,0635	0,00	-0,2558	-0,0111



Gambar 1. Hasil Analisis Model Penelitian

Model mediasi secara keseluruhan menunjukkan bahwa *conscientiousness* memprediksi *teacher burnout* melalui efikasi guru secara signifikan, $F(2, 301) = 80,290$,

$p < 0,001$, $R^2 = 0,2106$. Berdasarkan hasil penelitian, 21% varians pada *teacher burnout* dapat dijelaskan oleh *conscientiousness* dan efikasi guru.

Diskusi

Berdasarkan hasil penelitian, diskusi yang dilakukan dibagi menjadi dua. Pertama terkait dengan metodologi dan kedua terkait dengan hasil penelitian ini. Terkait metodologi dalam penelitian ini, ditemukan angka reliabilitas yang tinggi pada semua alat ukur ketika dilakukan uji reliabilitas. Nilai *alpha* yang biasanya dianggap baik adalah nilai *alpha* yang lebih besar dari 0,70 (Nunnally, 1978). Koefisien reliabilitas untuk setiap alat ukur pada penelitian ini lebih besar dari 0,90. Angka ini tergolong tinggi untuk uji reliabilitas. Tavakol dan Dennick (2011) menjelaskan bahwa salah satu alasan yang memungkinkan tingginya angka reliabilitas suatu alat ukur adalah terdapat beberapa item yang berulang, karena sebenarnya inti dari item tersebut sama namun kalimat yang digunakan berbeda. Hal ini berpengaruh pada angka reliabilitas alat ukur karena secara tidak langsung terdapat beberapa item yang sama.

Diskusi lain dari metodologi adalah terkait data demografis yang didapatkan pada penelitian ini. Data demografis ini hanya digunakan untuk memberikan gambaran mengenai penyebaran dari partisipan penelitian. Berdasarkan data demografis ditemukan bahwa meskipun partisipan penelitian tersebut ke seluruh Indonesia, mayoritas partisipan ada di Pulau Jawa. Maka dari itu mungkin hasil penelitian ini tidak bisa terlalu digeneralisasi ke seluruh Indonesia. Selain itu, data demografis tidak digunakan untuk kepentingan penelitian secara lebih jauh.

Terkait hasil penelitian, penelitian yang dilakukan memiliki hasil yang sejalan dengan penelitian terdahulu (Shakeel dkk, 2021). Pada penelitian ini ditemukan bahwa efikasi guru memiliki efek mediasi parsial yang signifikan terhadap hubungan antara *conscientiousness* dan *teacher burnout*. Temuan ini menunjukkan bahwa pengaruh *conscientiousness* terhadap *teacher burnout* tidak hanya terjadi melalui efikasi guru, namun juga terjadi secara langsung. Dalam melakukan tugasnya ketika mengajar, guru dengan kepribadian *conscientiousness* yang tinggi cenderung memiliki *teacher burnout* yang lebih rendah. Hal ini karena guru kepribadian *conscientiousness* yang tinggi

mampu mengelola dirinya sendiri dengan baik, berhati-hati dalam pekerjaannya, serta akan bekerja keras untuk mencapai sebuah prestasi. Berbagai hal ini membuat guru tersebut lebih puas terhadap karirnya serta lebih mampu mengelola stres yang ia hadapi terkait dengan pekerjaannya. Rollof dkk (2022) juga menjelaskan bahwa individu dengan kepribadian *conscientiousness* yang tinggi juga lebih mampu memenuhi tuntutan pekerjaan yang tinggi. Pada akhirnya berbagai hal ini membuat guru tersebut akan memiliki *teacher burnout* yang lebih rendah.

Guru dengan kepribadian *conscientiousness* yang tinggi adalah guru yang teratur, memiliki jadwal yang jelas, hati-hati, dan lebih teliti dalam mengerjakan tugasnya. Segala hal tersebut membuat guru merasa semuanya lebih berada dalam kendali mereka hingga yakin dalam melakukan sesuatu hal. Guru dengan kepribadian *conscientiousness* yang tinggi akan merasa dirinya lebih mampu menggunakan strategi mengajar dengan tepat, mengelola kelas, serta melibatkan siswa dalam pembelajaran di kelas. Pada akhirnya para guru ini akan memiliki efikasi diri yang tinggi. Adanya efikasi diri ini bisa menurunkan *burnout* karena guru tersebut juga akan lebih mampu dalam mengelola stressor yang diterima. Maka dari itu *teacher burnout* diharapkan bisa semakin menurun apabila para guru tersebut diberikan intervensi terkait efikasi guru.

Peran efikasi guru yang memiliki mediasi parsial mungkin disebabkan karena banyak faktor-faktor lain yang juga berpengaruh terhadap *teacher burnout*. Penelitian ini hanya berfokus pada efikasi guru. Hal ini menyebabkan adanya kemungkinan pengaruh dari faktor lain yang lebih signifikan namun tidak dipertimbangkan. Noreña (dalam Garcia, 2019) menyebutkan bahwa resiliensi, ketahanan terhadap rasa frustrasi, ekspektasi, dan sebagainya sangat memengaruhi bagaimana individu mengevaluasi situasi yang menekan. Berbagai faktor ini dapat dipertimbangkan pada berbagai penelitian selanjutnya terkait dengan *conscientiousness* dan juga *teacher burnout*.

Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa efikasi guru berperan sebagai mediator dalam hubungan antara *conscientiousness* dan *teacher burnout* pada guru dari seluruh jenjang pendidikan formal di Indonesia. Terdapat beberapa hal yang perlu

diperhatikan dalam penelitian ini. Pertama, pada penelitian ini faktor demografis hanyalah digunakan untuk memberikan gambaran mengenai partisipan penelitian. Terkait dengan faktor-faktor ini, dapat dilakukan penelitian lanjutan terkait faktor-faktor sosial atau lingkungan yang berpengaruh terhadap *teacher burnout*. Hal ini diharapkan dapat memberi gambaran faktor apa yang lebih bisa dikontrol dari situasi yang dimiliki para guru saat ini. Kedua, penelitian berikutnya juga bisa melibatkan faktor-faktor lain yang diduga berpengaruh terhadap *teacher burnout*. Pada penelitian ini, faktor yang dilihat secara spesifik adalah *conscientiousness* dan efikasi guru.

Ketiga, pada penelitian ini, terdapat beberapa data partisipan yang harus dibuang. Hal ini terjadi karena ada partisipan yang tidak mengajar di sekolah formal, mengisi dua kali, serta tidak jelas data terkait lama mengajar. Penelitian berikutnya bisa mengantisipasi hal tersebut dengan cara membuat informasi yang lebih jelas terkait dengan karakteristik partisipan penelitian.

Berdasarkan hasil penelitian, salah satu hal yang bisa dilakukan untuk menurunkan *teacher burnout* adalah para guru bisa diberikan pelatihan efikasi guru. Pelatihan ini bisa membahas mengenai cara-cara untuk meningkatkan efikasi guru, mengenal potensi guru, dan sebagainya. Pelatihan ini diharapkan dapat meningkatkan keyakinan diri para guru dalam mengajar dan membantu mereka dalam menurunkan tingkat *teacher burnout*. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa guru dengan kepribadian *conscientiousness* yang tinggi cenderung memiliki *teacher burnout* yang rendah. Maka dari itu, ketika melakukan rekrutmen guru, kepribadian bisa jadi salah satu faktor yang dipertimbangkan. Harapannya guru-guru dengan *conscientiousness* yang tinggi ini bisa lebih kuat dalam menghadapi *teacher burnout* di sekolah.

Referensi

- Alarcon, G. M. (2011). A meta-analysis of burnout with job demands, resources, and attitudes. *Journal of Vocational Behavior, 79*(2), 549–562. 10.1016/j.jvb.2011.03.007.
- Anthony, J. (2019). 7 conclusions from the world's largest teacher burnout survey. Retrieved from <https://notwaitingforsuperman.org/teacher-burnout-statistics/>

- Bektaş, M. (2013). An Examination of the Elementary School Teachers' Preferred Teaching Methods and Instructional Technologies in Terms of Various Variables in Life Study Lesson. *International Online Journal of Educational Sciences*, 5(3).
- Brown, S. D., Lent, R. W., Telander, K., & Tramayne, S. (2011). Social cognitive career theory, conscientiousness, and work performance: A meta-analytic path analysis. *Journal of Vocational Behavior*, 79(1), 81-90.
- Capel, S. A. (1991). A longitudinal study of burnout in teachers. *British Journal of Educational Psychology*, 61(1), 36-45.
- Chairina, A., Lesmana, G. K., Mustika, N. P., & Putri, Y. B. A. (2019). Konstruksi Alat Ukur Psikologi "Skala Burnout Guru Indonesia". (tidak dipublikasikan). Universitas Indonesia.
- Clunies-Ross, P., Little, E., & Kienhuis, M. (2008). Self-reported and actual use of proactive and reactive classroom management strategies and their relationship with teacher stress and student behaviour. *Educational Psychology*, 28(6), 693-710. 10.1080/01443410802206700
- Colomeischi, A. A. (2015). Teachers burnout in relation with their emotional intelligence and personality traits. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 180, 1067-1073
- Costa, P. T., Jr., & McCrae, R. R. (1998). Manual supplement for the NEO-4. Odessa, FL: *Psychological Assessment Resources*.
- Djigić, G., Stojiljković, S., & Dosković, M. (2014). Basic personality dimensions and teachers' self-efficacy. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 112, 593-602.
- Ekawanti, S., & Mulyana, O. P. (2016). Regulasi diri dengan burnout pada guru. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 6(2), 113-118.
- García, M. (2019). Relationships Between the Dimensions of Resilience and Burnout in Primary School Teachers. *International Electronic Journal Of Elementary Education*, 12(2), 189-196. doi: 10.26822/iejee.2019257666
- García-Carmona, M., Marín, M. D., & Aguayo, R. (2019). Burnout syndrome in secondary school teachers: a systematic review and meta-analysis. *Social Psychology of Education*, 22(1), 189-208.
- Gravetter, F. J. & Forzano, L. B. (2012). *Research methods for the behavioral sciences (4th ed.)*. Belmont, CA: Wadsworth Cengage Learning.
- Harmsen, R., Helms-Lorenz, M., Maulana, R., & van Veen, K. (2018). The relationship between beginning teachers' stress causes, stress responses, teaching behaviour

and attrition. *Teachers and Teaching*, 24(6), 626–643.
10.1080/13540602.2018.1465404.

John, O. P., & Srivastava, S. (1999). The Big-Five trait taxonomy: History, measurement, and theoretical perspectives. In *L. Handbook of Personality: Theory and Research*, 2, 102- 138.

Khalil, A., Khan, M. M., Raza, M. A., & Mujtaba, B. G. (2017). Personality Traits, Burnout, and Emotional Labor Correlation among Teachers in Pakistan. *Journal of Service Science and Management*, 10(6), 482-496.

Kim, L. E., & Burić, I. (2019). Teacher self-efficacy and burnout: Determining the directions of prediction through an autoregressive cross-lagged panel model. *Journal of Educational Psychology*.

Maslach, C., Jackson, S. E., & Leiter, M. P. (1997). Maslach Burnout Inventory. (3rd ed.). *Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press*.

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., Leiter, M. P., & Schaufeli, W. B. (2001). Job burnout. *Annual Review Psychology*, 52, 397-422.

Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). Understanding the burnout experience: recent research and its implications for psychiatry. *World psychiatry*, 15(2), 103-111.

McCrae, R. R., Costa, P. T. (2006). *Personality in Adulthood, A Five Factor Theory Perspective*. New York: The Guilford Press.

Normasari, P. S. D. (2020). Peran Kepercayaan Interpersonal Sebagai Moderator Antara Efikasi Guru dan Perilaku Berbagi Pengetahuan Pada Guru Sekolah Menengah Atas. Tesis. Program Studi S2 Ilmu Psikologi Universitas Indonesia. Depok.

Pervin, L. A & John, O. P. (2001). *Personality: Theory and Research 8th ed*. New York: John Wiley dan Sons, Inc.

Republik Indonesia. (2018) Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia No 15 Tahun 2018 tentang Pemenuhan Beban Kerja Guru, Kepala Sekolah, dan Pengawas Sekolah. Jakarta: Sekretariat Negara.

Republik Indonesia. (2018) Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia No 15 Tahun 2018 tentang Penerimaan Peserta Didik Baru pada Taman Kanak-Kanak, Sekolah Dasar, Sekolah Menengah Pertama, Sekolah Menengah Atas, Sekolah Menengah Kejuruan, atau Bentuk Lain yang Sederajat.

- Roloff, J., Kirstges, J., Grund, S., & Klusmann, U. (2022). How strongly is personality associated with burnout among teachers? A meta-analysis. *Educational Psychology Review*, 34(3), 1613-1650.
- Seidman, S. A., & Zager, J. (1987). The teacher burnout scale. *Educational Research Quarterly*, 11 (1), 26-33.
- Shakeel, S., Khan, M. M., Khan, R. A. A., & Mujtaba, B. G. (2021). Linking Personality Traits, Self-Efficacy and Burnout of Teachers in Public Schools: Does School Climate Play a Moderating Role?. *Public Organization Review*, 1-21.
- Shlenskaya, N., Karnaukhova, A., Son, L., & Lapteva, E. (2020, July). Teachers' Burnout in Online University Courses in the Time of Pandemic. In *2020 The 4th International Conference on Education and Multimedia Technology* (pp. 95-99).
- Skaalvik, E. M., & Skaalvik, S. (2010). Teacher self-efficacy and teacher burnout: A study of relations. *Teaching and teacher education*, 26(4), 1059-1069.
- Sokal, L., Trudel, L., & Babb, J. (2020a). Canadian teachers' attitudes toward change, efficacy, and burnout during the COVID-19 pandemic. *International Journal Of Educational Research Open*, 100016. doi: 10.1016/j.ijedro.2020.100016
- Tschannen-Moran, M., & Woolfolk Hoy, A. (2001). Teacher efficacy: Capturing and elusive construct. *Teaching and Teacher Education*, 17, 783-805.
- Tschannen-Moran, M., & Woolfolk-Hoy, A. (2007). The differential antecedents of self efficacy beliefs of novice and experienced teachers. *Teaching and Teacher Education: An International Journal of Research and Studies*, 23(6), 944-956. doi:10.1016/j.tate.2006.05.003
- Veronika, T. (2019). Peran Leader-Member Exchange Sebagai Moderator Antara Trait *Conscientiousness* dan Perilaku Berbagi Pengetahuan pada Guru Sekolah Menengah Atas. Tesis. Program Studi S2 Ilmu Psikologi Universitas Indonesia. Depok.
- Yost, D. M., Conrad, M., Watkins, L., Parr, K., & Gordon, H. R. D. (2019). A pilot survey of a self-efficacy tool for career and technical education administrators. *Journal of Leadership Education*, 18(3), 70-81.
- Zawadzka, A. S., Kościelniak, M., & Zalewska, A. M. (2018). The Big Five and burnout among teachers: The moderating and mediating role of self-Efficacy. *Polish Psychological Bulletin*.