

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN *BURNOUT* PADA GURU
HONORER SMA NEGERI DI KABUPATEN HULU SUNGAI TENGAH**

Skripsi

Diajukan guna memenuhi sebagian syarat

Untuk memperoleh derajat Sarjana Psikologi

Universitas Lambung Mangkurat



Oleh

Muhammad Luqman

2210914310031

JURUSAN PSIKOLOGI

FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT

Juni, 2026

Skripsi

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN *BURNOUT* PADA GURU
HONORER SMA NEGERI DI KABUPATEN HULU SUNGAI TENGAH**

dipersiapkan dan disusun oleh

Muhammad Luqman

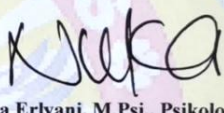
telah dipertahankan di depan dewan penguji
pada tanggal 17 Juni 2026

Susunan Dewan Penguji

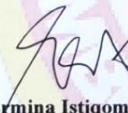
Pembimbing Utama

Anggota Dewan Penguji Lain


Firdha Yuserina, M.Psi., Psikolog.
NIP. 199204192019032019


Dr. Neka Erlvani, M.Psi., Psikolog.
NIP. 198312262008122001

Pembimbing Pendamping


Dr. Ermina Istiqomah, M.Si., Psikolog.
NIP. 197009192005012002


Thaifah Ratna Hidavati, M.Psi., Psikolog
NIPPPK. 199108092023212043

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
Untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi


Dr. Silvia Kristanti Tri Febriana, M.Psi., Psikolog
NIP. 198302172008122001
Ketua Jurusan Psikologi

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam Skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Banjarbaru, 17 Juni 2026



Muhammad Luqman

NIM. 2210914310031

ABSTRAK

HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN *BURNOUT* PADA GURU HONORER SMA NEGERI DI KABUPATEN HULU SUNGAI TENGAH

Muhammad Luqman

Beban kerja berlebih dan ketidakpastian status menempatkan guru honorer pada risiko tinggi mengalami *burnout*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan *burnout* pada guru honorer SMA Negeri di Kabupaten Hulu Sungai Tengah. Penelitian ini menggunakan rancangan korelasional kuantitatif. Partisipan penelitian terdiri dari 56 guru honorer aktif yang direkrut menggunakan teknik sampel jenuh (total sampling). Pengumpulan data dilakukan menggunakan adaptasi skala Maslach-Trisni *Burnout Inventory* (M-TBI) untuk mengukur burnout dan *Revised-Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (R-MSPSS) untuk mengukur dukungan sosial. Hasil uji hipotesis menggunakan teknik korelasi *Pearson Product Moment* menunjukkan adanya hubungan negatif yang kuat dan signifikan secara statistik antara dukungan sosial dengan burnout ($r = -0,791$, $p < 0,001$). Kesimpulannya, semakin tinggi tingkat dukungan sosial yang diterima oleh guru honorer, maka akan semakin rendah tingkat burnout yang dialami. Secara teoretis, temuan ini mengonfirmasi *Stress and Coping Theory* bahwa dukungan sosial efektif sebagai penyangga stres kerja. Secara praktis, penelitian ini merekomendasikan pihak sekolah dan Dinas Pendidikan untuk memfasilitasi iklim kerja suportif dan memperjelas status kepegawaian guna melindungi kesejahteraan psikologis guru.

Kata Kunci: Dukungan sosial, *burnout*, guru honorer, kesejahteraan psikologis.

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN SOCIAL SUPPORT AND BURNOUT AMONG PUBLIC SENIOR HIGH SCHOOL CONTRACT TEACHERS IN HULU SUNGAI TENGAH REGENCY

Muhammad Luqman

Excessive workload and employment uncertainty have placed contract teachers at a high risk of experiencing burnout. This study examined the relationship between social support and burnout among public senior high school contract teachers in Hulu Sungai Tengah Regency. A quantitative correlational design was employed in the study. The participants consisted of 56 active contract teachers who were selected using total sampling. Data were collected using the adapted Maslach–Trisni Burnout Inventory (M-TBI) to measure burnout and the Revised Multidimensional Scale of Perceived Social Support (R-MSPSS) to measure social support. The results of the Pearson Product-Moment correlation analysis revealed a strong and statistically significant negative relationship between social support and burnout ($r = -0.791$, $p < 0.001$). These findings indicate that higher levels of social support are associated with lower levels of burnout among contract teachers. Theoretically, the findings support the Stress and Coping Theory by demonstrating that social support functions as an effective buffer against work-related stress. Practically, this study recommends that schools and local education authorities foster a supportive work environment and provide greater employment status clarity to protect teachers' psychological well-being.

Keywords: social support, burnout, contract teachers, psychological well-being

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT karena atas segala rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Hubungan Dukungan Sosial dengan Burnout pada Guru Honorer SMA Negeri di Kabupaten Hulu Sungai Tengah".

Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Lambung Mangkurat. Penulis menyadari bahwa proses penyelesaian skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan, dukungan, serta doa dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan penuh rasa syukur dan hormat, penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. dr. Syamsul Arifin, M.Pd., FISPH., FISCN., selaku Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Lambung Mangkurat, yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas dalam pelaksanaan penelitian.
2. Ibu Dr. Silvia Kristanti Tri Febriana, M.Psi., Psikolog., selaku Koordinator Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Lambung Mangkurat, yang telah memberikan fasilitas dan izin dilaksanakannya penelitian ini.
3. Ibu Firdha Yuserina, M.Psi., Psikolog., selaku Dosen Pembimbing Utama, dan Ibu Dr. Ermina Istiqomah, M.Si., Psikolog., selaku Dosen Pembimbing

Pendamping. Terima kasih atas waktu, kesabaran, tenaga, saran dan ilmu yang telah diberikan untuk mengarahkan serta membimbing penulis dari awal penyusunan proposal hingga selesainya skripsi ini.

4. Ibu Dr. Neka Erlyani, M.Psi., Psikolog., selaku Dosen Penguji Utama, dan Ibu Thaifah Ratna Hidayati, M.Psi., Psikolog., selaku Dosen Penguji Pendamping. Terima kasih atas segala saran, masukan, dan perbaikan yang sangat berharga agar penulisan skripsi ini menjadi lebih baik, terarah, dan sempurna.
5. Ibu Dr. Neka Erlyani, M.Psi., Psikolog., selaku Dosen Pembimbing Akademik, terima kasih atas segala dukungan, nasihat, serta arahan yang selalu diberikan kepada penulis selama masa perkuliahan.
6. Kedua orang tua dan adik penulis. Terima kasih yang tak terhingga atas setiap doa yang selalu dipanjatkan, kasih sayang yang tulus, serta dukungan semangat maupun materiel yang tidak pernah putus mengiringi langkah penulis selama masa perkuliahan hingga selesainya skripsi ini.
7. Seluruh Kepala Sekolah dan Guru Honorer SMA Negeri di Kabupaten Hulu Sungai Tengah yang telah meluangkan waktu, dan bersedia menjadi partisipan sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan baik.
8. Seluruh Bapak/Ibu Dosen serta Staf Tenaga Kependidikan Program Studi Psikologi Universitas Lambung Mangkurat yang telah memberikan ilmu pengetahuan, bimbingan, dan bantuan administratif selama penulis menempuh pendidikan.

9. Teman-teman seperjuangan mahasiswa Psikologi Angkatan 2022 RHUMSZEN dan Sungud. Terima kasih atas segala kebersamaan, bantuan, cerita suka dan duka, serta saling menguatkan yang selalu diberikan selama masa perkuliahan hingga tahap penyelesaian skripsi ini.

10. Untuk diri sendiri, Muhammad Luqman. Terima kasih karena sudah bertahan, terus berjuang, dan tidak menyerah dalam menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih telah bertanggung jawab untuk menyelesaikan apa yang sudah dimulai dan terus melangkah maju hingga berhasil mencapai titik ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki kekurangan karena keterbatasan pengetahuan dan pengalaman penulis. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan saran dan masukan dari semua pihak. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat yang berarti bagi perkembangan ilmu pengetahuan, serta menjadi referensi yang berguna bagi penelitian selanjutnya.

Banjarbaru, 29 Juni 2026

Muhammad Luqman

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	iv
<i>ABSTRACT</i>	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.4.1 Manfaat Teoritis	5
1.4.2 Manfaat Praktis	6
1.5 Signifikansi dan Keunikan Penelitian	6

BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1 <i>Burnout</i>	8
2.1.1 Definisi <i>Burnout</i>	8
2.1.2 Aspek-aspek <i>Burnout</i>	9
2.1.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Burnout</i>	10
2.2 Dukungan Sosial	10
2.2.1 Definisi Dukungan Sosial	10
2.2.2 Aspek-aspek Dukungan Sosial.....	11
2.2.3 Sumber-sumber Dukungan Sosial.....	12
2.3 Guru Honorer	13
2.4 Hubungan antara Dukungan Sosial dengan <i>Burnout</i>	14
2.5 Landasan Teori	15
2.6 Hipotesis Penelitian.....	18
BAB III METODE PENELITIAN.....	19
3.1 Rancangan Penelitian	19
3.2 Identifikasi, Konseptualisasi, dan Operasionalisasi Variabel Penelitian	19
3.2.1 Identifikasi Variabel Penelitian	19
3.2.2 Definisi Konseptual dan Operasional Variabel Penelitian	20
3.2.2.1 <i>Burnout</i>	20
3.2.2.2 Dukungan Sosial	20

3.3	Subjek dan Tempat Penelitian	21
3.4	Teknik Pengumpulan Data	22
3.4.1	Skala <i>Burnout</i>	22
3.4.2	Skala Dukungan Sosial	24
3.4.3	Pelaksanaan Uji Coba	26
3.4.4	Seleksi Aitem, Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur.....	27
3.4.4.1	Seleksi Aitem	27
3.4.4.1.1	Hasil Seleksi Aitem Skala <i>Burnout</i>	28
3.4.4.1.2	Hasil Seleksi Aitem Skala Dukungan Sosial.....	29
3.4.4.2	Validitas Alat Ukur	29
3.4.4.3	Reliabilitas Alat Ukur.....	30
3.5	Analisis Data	32
3.5.1	Uji Asumsi.....	32
3.5.1.1	Uji Normalitas	32
3.5.1.2	Uji linieritas.....	32
3.5.2	Uji Hipotesis	33
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		34
4.1	Gambaran Subjek Penelitian	34
4.2	Pelaksanaan Penelitian	35
4.3	Hasil Penelitian	38

4.3.1	Deskripsi Data Penelitian.....	38
4.3.2	Hasil Analisis Data Penelitian.....	42
4.3.2.1	Uji Normalitas.....	43
4.3.2.2	Uji Linearitas.....	44
4.3.2.3	Uji Hipotesis	45
4.4	Pembahasan.....	46
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....		51
5.1	Kesimpulan	51
5.2	Saran.....	51
5.2.1	Bagi Guru Honorer.....	51
5.2.2	Bagi Sekolah	52
5.2.3	Bagi Dinas Pendidikan.....	52
5.2.4	Bagi Penelitian Selanjutnya	52
DAFTAR PUSTAKA.....		54
LAMPIRAN		61

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Blueprint Skala <i>Burnout</i>	23
Tabel 3.2 Blueprint Skala <i>Revised-Multidimensional Scale of Perceived Social Support</i> (R-MSPSS)	25
Tabel 4.1 Demografi Gambaran Subjek Penelitian	34
Tabel 4.2 Rumus Skor Hipotetik Penelitian	39
Tabel 4.3 Perbandingan Skor Hipotetik dan Skor Empirik Variabel Penelitian....	39
Tabel 4.4 Rumus Norma Kategorisasi	40
Tabel 4.5 Kategorisasi Data Variabel <i>Burnout</i>	41
Tabel 4.6 Kategorisasi Data Variabel Dukungan Sosial.....	42
Tabel 4.7 Hasil Uji Normalitas.....	43
Tabel 4.8 Hasil Uji Linieritas	44
Tabel 4.9 Hasil Uji Korelasi <i>Pearson Product Moment</i>	45

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Bukti Perizinan Penggunaan Alat Ukur.....	62
Lampiran 2 Lembar Informasi Penelitian	63
Lampiran 3 Lembar Persetujuan Partisipan	64
Lampiran 4 Kuesioner Penelitian.....	65
Lampiran 5 Surat Pernyataan Kesiadaan Membimbing	73
Lampiran 6 Kartu Bimbingan Skripsi.....	76
Lampiran 7 Form Skrining Etik Penelitian	78
Lampiran 8 Surat Izin Penelitian.....	84
Lampiran 9 Formulir Cek Referensi	85
Lampiran 10 Hasil CVI.....	86
Lampiran 11 Hasil Uji Coba Skala <i>Burnout</i>	87
Lampiran 12 Hasil Uji Coba Skala Dukungan Sosial.....	92
Lampiran 13 Uji Normalitas	96
Lampiran 14 Uji Linearitas	102
Lampiran 15 Uji <i>Pearson Product Moment</i>	103
Lampiran 16 Sertifikat Uji Plagiasi.....	104
Lampiran 17 Uji Format.....	105