

**PERANAN *GRIT* TERHADAP *BURNOUT* PADA GURU SEKOLAH LUAR
BIASA DI KABUPATEN HULU SUNGAI TENGAH**

Skripsi

**Diajukan guna memenuhi sebagian syarat
Untuk memperoleh derajat Sarjana Psikologi
Universitas Lambung Mangkurat**



Oleh

Syahrida Norkhalifah

2010914220025

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT**

Februari, 2025

Skripsi

**PERANAN GRIT TERHADAP BURNOUT PADA GURU SEKOLAH LUAR
BIASA DI KABUPATEN HULU SUNGAI TENGAH**

dipersiapkan dan disusun oleh

Syahrida Norkhalifah

telah dipertahankan di depan dewan penguji

pada tanggal 28 Februari 2025

Susunan Dewan Penguji

Pembimbing Utama



Jehan Safitri, M.Psi., Psikolog
NIP. 198506092014042001

Anggota Dewan Penguji Lain

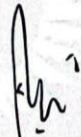


Dr. Rusdi Rusli, M.Psi., Psikolog
NIP. 198711242014041001

Pembimbing Pendamping



Rooswita Santia Dewi, M.Si., Psikolog
NIP. 197409082008122001



Dr. Emma Yuniarrahmah, S.Psi., M.A
NIP. 197706042005012002

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



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

Koordinator Program Studi 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, 10 Februari 2025



Syahrída Norkhalifah
NIM. 2010914220025

ABSTRAK

PERANAN *GRIT* TERHADAP *BURNOUT* PADA GURU SEKOLAH LUAR BIASA DI KABUPATEN HULU SUNGAI TENGAH

Syahrída Norkhalifah

Guru Sekolah Luar Biasa (SLB) menghadapi tantangan emosional dan psikologis yang tinggi dalam menjalankan tugas, mulai dari penyesuaian pembelajaran hingga kebutuhan peserta didik yang beragam. Tekanan ini berpotensi menimbulkan *burnout* yang dapat berdampak pada kualitas pengajaran. Salah satu faktor psikologis yang diyakini berperan dalam mengatasi *burnout* adalah *grit*, yaitu kegigihan dan ketekunan individu dalam mencapai tujuan jangka panjang meskipun menghadapi tantangan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *grit* terhadap tingkat *burnout* pada guru SLB di Kabupaten Hulu Sungai Tengah. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei. Subjek penelitian melibatkan seluruh guru SLB di Kabupaten Hulu Sungai Tengah yang dipilih menggunakan teknik *total sampling*. Instrumen yang digunakan adalah *Teacher's Grit Scale* (TGS) untuk mengukur tingkat *grit* dan *Maslach-Tiatri Burnout Inventory* (M-TBI) untuk mengukur tingkat *burnout*. Analisis data dilakukan dengan menggunakan regresi linier sederhana. Hasil analisis menunjukkan bahwa *grit* berpengaruh signifikan terhadap *burnout* secara negatif ($\beta = -0,776$, $p < 0,05$). Hal tersebut berarti semakin tinggi *grit* yang dimiliki guru, semakin rendah tingkat *burnout* yang dialami. Kesimpulan dari penelitian ini menegaskan bahwa penguatan karakter *grit* penting dalam upaya menurunkan risiko *burnout* pada guru SLB.

Kata kunci: *grit*, *burnout*, guru SLB, pendidikan khusus, kesehatan mental guru

ABSTRACT

THE ROLE OF GRIT IN BURNOUT AMONG SPECIAL EDUCATION TEACHERS IN HULU SUNGAI TENGAH REGENCY

Syahrída Norkhalifah

Special education teachers (SLB) face high emotional and psychological challenges in carrying out their duties, ranging from adapting instructional methods to addressing the diverse needs of students. These pressures have the potential to cause burnout, which can negatively impact teaching quality. One psychological factor believed to play a role in mitigating burnout is grit, defined as an individual's perseverance and consistency in pursuing long-term goals despite facing challenges. This study aims to examine the influence of grit on the level of burnout among SLB teachers in Hulu Sungai Tengah Regency. This research employed a quantitative approach with a survey method. The study involved all SLB teachers in Hulu Sungai Tengah, selected using the total sampling technique. The instruments used were the Teacher's Grit Scale (TGS) to measure grit levels and the Maslach-Tiatri Burnout Inventory (M-TBI) to assess burnout levels. Data analysis was conducted using simple linear regression. The results showed that grit had a significant negative influence on burnout ($\beta = -0.776, p < 0.05$), indicating that the higher the level of grit possessed by teachers, the lower their level of burnout. The conclusion of this study emphasizes the importance of strengthening the grit character as an effort to reduce the risk of burnout among special education teachers.

Keyword: grit, burnout, special education teachers, special needs education, teacher's mental health

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya ucapkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat, hidayah, dan pertolongan-Nya sehingga penulisan skripsi dengan judul “Peranan *Grit* terhadap *Burnout* pada Guru Sekolah Luar Biasa di Kabupaten Hulu Sungai Tengah” ini dapat selesai pada waktunya. Disusunnya skripsi ini dilakukan guna memenuhi sebagian syarat dalam memperoleh gelar sarjana Psikologi di Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat. Penulis menyadari bahwa tersusunnya skripsi ini tidak lepas dari bantuan, dukungan, dan kerja sama berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. dr. Syamsul Arifin, M.Pd, FISPH, FISCM selaku Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan atas kesempatan dan fasilitas dalam pelaksanaan penelitian ini.
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 Jehan Safitri, M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing utama dan Ibu Rooswita Santia Dewi, M.Si., Psikolog selaku dosen pembimbing pendamping yang telah membimbing dan membantu dalam pelaksanaan penelitian ini.

4. Bapak Dr. Rusdi Rusli, M.Psi., Psikolog dan Ibu Dr. Emma Yuniarramah, S.Psi., M.A selaku dosen penguji yang telah memberikan saran dan masukan dalam pelaksanaan penelitian ini.
5. Ibu Rahmi Fauzia, S.Psi., M.A., Psikolog selaku dosen pembimbing akademik yang telah memberikan banyak bantuan dan dukungan sejak awal perkuliahan hingga saat ini.
6. Seluruh dosen di Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat yang telah memberikan ilmu pengetahuan selama masa perkuliahan.
7. Seluruh staf Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat yang senantiasa memberikan bantuan selama masa perkuliahan dan pelaksanaan penelitian ini.
8. Pihak instansi yang telah memberikan izin dan kesempatan kepada penulis untuk melakukan penelitian serta membantu menyediakan data dan informasi yang dibutuhkan.
9. Seluruh partisipan dalam penelitian ini yang telah bersedia meluangkan waktu dan memberikan data yang sangat penting bagi kelangsungan penelitian ini.
10. Kedua orang tua yang senantiasa memberikan dukungan moril, material, dan doa yang tiada henti sepanjang perjalanan pendidikan ini.
11. Teman-teman dan semua pihak lain yang turut serta memberikan dukungan dan kontribusi dalam penulisan skripsi ini, yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu.

12. Tidak lupa, penulis juga ingin menyampaikan terima kasih kepada diri sendiri atas ketekunan, kesabaran, dan usaha yang telah dilakukan untuk terus berproses, belajar dari setiap tantangan, serta tidak menyerah dan berkembang selama proses pendidikan sampai pada titik ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan dan penulis memohon maaf apabila terdapatnya kesalahan yang ditemui dalam skripsi ini. Karena itulah kritik dan saran yang membangun sangat diperlukan untuk dapat menghadirkan penulisan yang lebih baik kedepannya. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat dan kontribusi positif serta menjadi referensi yang bermanfaat bagi pembaca yang berminat.

Banjarbaru, 10 Februari 2025

Syahrida Norkhalifah

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	1
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN_PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	iv
<i>ABSTRACT</i>	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah.....	9
1.3 Tujuan Penelitian	9
1.4 Manfaat Penelitian	9
1.5 Signifikansi dan Keunikan Penelitian.....	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	18
2.1 <i>Burnout</i>	18
2.1.1 Definisi <i>Burnout</i>	18
2.1.2 Aspek <i>Burnout</i>	19
2.1.3 Faktor yang Mempengaruhi <i>Burnout</i>	21
2.2 <i>Grit</i>	24
2.2.1 Definisi <i>Grit</i>	24
2.2.2 Aspek <i>Grit</i>	25
2.2.3 Faktor yang Mempengaruhi <i>Grit</i>	27
2.3 Peranan <i>Grit</i> terhadap <i>Burnout</i> pada Guru Sekolah Luar Biasa	30
2.4 Landasan Teori.....	32
2.5 Hipotesis	35

BAB III METODE PENELITIAN.....	36
3.1 Rancangan Penelitian.....	36
3.2 Identifikasi, Konseptualisasi, dan Operasionalisasi Variabel Penelitian.....	37
3.2.1 Identifikasi Variabel Penelitian	37
3.2.2 Definisi Konseptual dan Operasional Variabel Penelitian	37
3.3 Subjek dan Tempat Penelitian	38
3.4 Teknik Pengumpulan Data.....	41
3.4.1 Instrumen Penelitian	41
3.4.2 Pelaksanaan Uji Coba	44
3.4.3 Seleksi Aitem, Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	45
3.5 Analisis Data.....	49
3.5.1 Uji Asumsi	49
3.5.2 Uji Hipotesis	50
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	51
4.1 Gambaran Subjek Penelitian.....	51
4.2 Pelaksanaan Penelitian.....	52
4.3 Hasil Penelitian	53
4.3.2 Hasil Analisis Data	57
4.4 Pembahasan.....	61
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	67
5.1 Kesimpulan	67
5.2 Saran	67
DAFTAR PUSTAKA	69
LAMPIRAN.....	77

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Data guru SLB Negeri Barabai	40
Tabel 3.2 <i>Blueprint</i> Skala <i>Burnout</i>	42
Tabel 3.3 <i>Blueprint</i> Skala <i>Grit</i>	43
Tabel 3.4 <i>Blueprint</i> Skala <i>Burnout</i> Setelah Uji Coba	46
Tabel 3.5 <i>Blueprint</i> Skala <i>Grit</i> Setelah Uji Coba.....	47
Tabel 3.6 Kategorisasi Reliabilitas	49
Tabel 4.1 Demografi Gambaran Subjek Penelitian.....	51
Tabel 4.2 Skor Hipotetik dan Skor Empirik.....	54
Tabel 4.3 Rumus Norma Kategorisasi	55
Tabel 4.4 Kategorisasi Data Variabel <i>Grit</i>	56
Tabel 4.5 Kategorisasi Data Variabel <i>Burnout</i>	57
Tabel 4.6 Hasil Uji Normalitas	58
Tabel 4.7 Hasil Uji Linieritas	58
Tabel 4.8 Hasil Uji Regresi Linier Sederhana	60
Tabel 4.9 Hasil Koefisien Determinasi	61

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
A. Alat Ukur <i>Teacher's Grit Scale</i> (TGS)	78
B. Alat Ukur <i>Maslach-Trisni Burnout Inventory</i> (M-TBI).....	79
C. Permohonan Izin Penggunaan Alat Ukur.....	81
D. Kartu Bimbingan Skripsi	82
E. Surat Pernyataan Kesiapan Membimbing	83
F. <i>Form Skringing</i> Awal Penilaian Etika Penelitian	85
G. Surat Izin Studi Pendahuluan	87
H. Surat Izin Uji Coba.....	88
I. Surat Izin Penelitian	89
J. Kuesioner Penelitian	90
K. Data Mentah Uji Coba Alat Ukur	96
L. Hasil Analisis Uji Coba Skala Grit	100
M. Hasil Analisis Uji Coba Skala Burnout.....	102
N. Skala Penelitian Setelah Seleksi Aitem.....	105
O. Data Mentah Penelitian	109
P. Hasil Analisis Penelitian	113
Q. Formulir Cek Referensi.....	115
R. Sertifikat Uji Plagiasi	116