

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang**

Pendidikan adalah usaha yang dilakukan secara sadar untuk mempersiapkan peserta didik melalui kegiatan pembimbingan, pengajaran, dan pelatihan agar di masa depan peserta mampu berperan sebagai mana mestinya (Undang Undang Republik Indonesia, 1989). Pendidikan bertujuan untuk perubahan sikap dan perilaku dalam usaha mendewasakan individu dengan upaya pengajaran, pelatihan, dan proses perbuatan mendidik (Rahman dkk., 2022). Pendidikan adalah kunci dalam pembangunan secara nasional suatu negara dan guru merupakan ujung tombak dari pendidikan, karena guru memiliki peran yang sangat krusial (Mansir, 2020).s

Guru di dalam sekolah bertugas untuk melakukan pengajaran secara pedagogis yaitu membimbing dan memimpin yang meliputi mendidik serta memberikan pelatihan, kemudian memiliki tugas-tugas berupa tugas administrasi (Sanjani, 2020). Profesi guru merupakan salah satu bidang pelayanan sumber daya manusia yang menantang dimana sejalan dengan sistem pendidikan dunia, maka karir guru pun semakin menantang beban kerja yang dihadapi pun semakin meningkat sehingga hal tersebut memunculkan kecenderungan kelelahan yang berlebihan akan tuntutan yang dialami oleh guru (Basri & Maat, 2021).

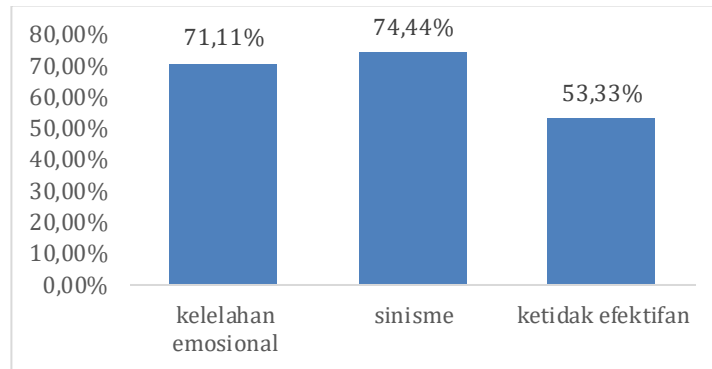
Guru memiliki beban kerja yang besar terkait dengan pelaksanaan profesinya sebagai guru, namun demikian terdapat sisi ironi, dimana dari penjabaran beban kerja mengumumkan bahwa penghasilan dan tingkat kesejahteraan yang diperoleh guru tidak sesuai dengan beban kerjanya (Wahyudi, 2020).

Menurut Yulianti (2023) terdapat beberapa guru MTsN yang merasa tidak puas dengan yang sedang di kerjakannya, merasa kurang sejahtera, mengeluhkan banyak hal tentang pekerjaannya, dan gaji yang mereka terima nominalnya rendah. Guru memang yang tidak selalu dihadapkan oleh kondisi positif, beban pekerjaan yang berlebihan, konflik peran maka guru memiliki kecenderungan untuk mengalami *Burnout* (Hayati dkk, 2015).

*Burnout* adalah kondisi terakhir dari stress yang dapat berbentuk kelelahan fisik, kelelahan mental, kelelahan emosional, kemudian berkurangnya penghargaan terhadap dirinya sendiri akibat dari keterlibatan jangka panjang pada situasi yang memiliki banyak tuntutan (Rahman, 2007). *Burnout* memiliki dampak negatif terhadap pekerjaan yaitu menurunnya motivasi untuk bekerja, kurangnya tanggung jawab pribadi terhadap apa yang sedang dikerjakan, melakukan pekerjaan yang tidak sesuai dengan rencana awal, bersikap apatis dan tidak percaya diri ragu dalam mengambil keputusan dan tidak memiliki semangat dalam bekerja (Wirati dkk., 2020).

Maka berdasarkan hal tersebut peneliti juga melakukan survei awal terhadap 30 guru MTsN di Aceh Utara dengan cara menyebarkan skala secara langsung untuk melihat variabel *Burnout*, hasil survei awal dapat dilihat sebagai berikut:

Gambar 1.1

Hasil Survei Awal *Burnout*

Dari hasil survei diatas dapat dilihat, pada aspek kelelahan berada pada persentase 71,11% hal ini menunjukkan bahwa responden mengalami kelelahan emosional sehingga responden merasakan lelah saat bangun tidur dan mulai kehilangan semangat, pada aspek sinisme dengan persentase 74,44% hal ini menunjukkan bahwa responden merasa melakukan kegiatan yang berulang setiap hari, ketidak efektifan dengan persentase 53,33% dimana hal ini mengartikan bahwa terdapat perasaan ketidakmampuan, kehilangan kepercayaan diri yang mengakibatkan orang lain pun tidak mempercayai dirinya sehingga hal ini mengakibatkan turunnya motivasi dalam menjalani rutinas pekerjaan. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya terkait *burnout* yang menyebabkan kurangnya konsentrasi, mudah terserang sakit, merasa lelah, tertekan, dan mudah tersinggung (Girlyana dkk., 2025).

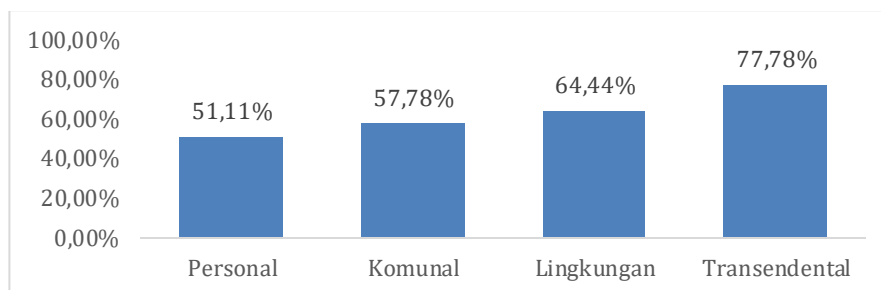
Menurut Alifiya dkk (2023) hal yang mempengaruhi *Burnout* terhadap individu dalam bekerja adalah adalah *Spiritual Well-Being* dimana kekosongan *Spiritual Well-Being* akan mengakibatkan individu mengalami berbagai emosi negatif seperti kehampaan dalam hidup, mudah putus asa, dan sering mengeluh

saat mengalami masalah. *Spiritual Well-Being* adalah cara berada dan mengalami sesuatu yang datang dengan kesadaran transendental yang berkontribusi terhadap perkembangan positif kehidupan manusia (Tumanggor, 2019). Peran guru sangat krusial terhadap perkembangan bangsa maka menjadi sangat penting untuk memberikan penghargaan kepada guru atau pendidik, namun faktanya yang sering terjadi di Indonesia adalah cerminan kesejahteraan guru masih dianggap kurang (Mansir, 2020).

Maka berdasarkan survey awal yang dilakukan oleh peneliti pada 30 guru MTsN yang berada di Aceh Utara terkait variabel *Spiritual Well-Being* dengan cara menyebarkan skala secara langsung, maka di peroleh sebagai berikut:

**Gambar 1.2**

*Hasil survei awal Spiritual Well-Being*



Berdasarkan hasil survei awal di atas, dapat dilihat bahwa pada aspek personal berada pada persentase 51,11% yang mengartikan bagaimana seseorang memahami dirinya sendiri dengan mengetahui makna, tujuan, dan nilai-nilai hidupnya secara mendalam sehingga memberikan kesadaran bahwa setiap proses dalam hidupnya memberikan pelajaran yang membentuk identitas, kemudian pada aspek komunal berada pada persentase 57,78% yang menunjukkan bahwa responden tidak sepenuhnya percaya dengan orang di sekitarnya sehingga

interaksi yang dilakukan tidak memiliki intensitas yang tinggi, kemudian pada aspek lingkungan dengan persentase 64,44% yang menunjukkan perilaku saling membantu yang dilakukan oleh responden dengan rekan kerjanya, dan pada aspek transendental dengan persentase 77,78% yang menunjukkan bahwa responden memiliki pengelolaan emosi yang baik serta keyakinan bahwa setiap kesulitan akan mendapatkan bantuan dari Sang Maha Kuasa.

Berdasarkan survei awal yang dilakukan peneliti, ditemukan bahwa responden mengalami burnout yang tinggi dan *Spiritual Well-Being* yang tinggi. Namun menurut Chirico dkk. (2023) melalui tinjauan literatur, belum ada bukti yang kuat mengenai kaitan antara *Spiritual Well-Being* dan burnout, sementara penelitian lain oleh Pong (2022) pada guru sekolah menengah di Hong Kong menemukan adanya korelasi negatif antara *Spiritual Well-Being* dan burnout, dan penelitian Apriningrum & Utami (2021) di Indonesia juga menunjukkan pengaruh *Spiritual Well-Being* terhadap burnout pada guru TK, serta penelitian Latifatul Laili dkk. (2023) menemukan bahwa domain *Spiritual Well-Being* berperan dalam burnout pada mahasiswa kedokteran, sehingga dapat disimpulkan bahwa meskipun beberapa penelitian telah menunjukkan adanya kaitan antara *Spiritual Well-Being* dan burnout, namun penelitian tersebut umumnya dilakukan pada tenaga kesehatan, mahasiswa, atau guru pada jenjang tertentu, dan belum banyak penelitian yang secara khusus menelaah hubungan kedua variabel ini pada guru MTsN dengan konteks budaya, spiritualitas, serta tuntutan kerja yang khas, khususnya di Aceh Utara. Berdasarkan kesenjangan penelitian tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan *Spiritual Well-Being*

dengan Burnout pada Guru MTsN Aceh Utara” dengan menggunakan metode kuantitatif korelasional, dan populasi penelitian adalah guru MTsN yang berada di Kabupaten Aceh Utara.

## 1.2 Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian ini didukung berdasarkan penelitian dari (Apriningrum & Utami, 2021) dengan judul “Peran *Spiritual Well-Being* Dan Self-Efficacy Terhadap *Burnout* Pada Guru Tk”. Penelitian tersebut menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasi dengan 94 responden guru. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *Spiritual Well-Being* dan self-efficacy berpengaruh terhadap *Burnout* pada guru TK. Hal tersebut mengatakan bahwa guru yang memiliki self-efficacy dan *Spiritual Well-Being* yang baik memiliki kemungkinan yang lebih kecil untuk dapat mengalami *Burnout*. Penelitian tersebut berbeda dengan penelitian yang dilakukan peneliti dimana perbedaannya adalah pada variabel penelitian dimana penelitian tersebut menggunakan tiga variabel yaitu self-efficacy, *Spiritual Well-Being*, dan *Burnout* sementara penelitian ini menggunakan dua variabel yaitu *Spiritual Well-Being* dan *Burnout*. Kemudian perbedaan selanjutnya adalah pada subjek penelitian dimana penelitian tersebut menggunakan subjek penelitian guru TK sementara penelitian ini menggunakan subjek penelitian guru Mts.

Penelitian yang dilakukan oleh (Alifiya dkk., 2023) dengan judul “Hubungan *Spiritual Well-Being* dengan *Burnout* pada Perawat”. Penelitian tersebut menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasi dengan 121 responden perawat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas perawat memiliki

*Spiritual Well-Being* pada kategorisasi tinggi dengan 98,3% serta mengalami *Burnout* yang rendah dengan 95,%. Kemudian, berdasarkan analisis korelasi yang dilakukan ditemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *Spiritual Well-Being* dengan *Burnout* pada perawat yang artinya semakin tinggi *Spiritual Well-Being* semakin rendah tingkat *Burnout* yang dialami oleh perawat. Penelitian tersebut berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti dimana perbedaannya adalah pada subjek penelitian dimana penelitian tersebut dilakukan terhadap perawat di RSUD Dr. R. Goeteng sementara penelitian ini dilakukan pada guru Mts di Aceh Utara.

Penelitian yang dilakukan oleh (Pertiwi dkk., 2021) dengan judul “Hubungan Antara *Subjective Well Being* dengan *Burnout* pada Tenaga Medis di Masa Pandemi Covid 19”. Penelitian tersebut menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasi dengan subjek penelitian 127 tenaga medis. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa *subjective well-being* memiliki korelasi negatif terhadap *Burnout* dimana hal tersebut berarti bahwa semakin tinggi *subjective well-being* tenaga medis yang bekerja di masa pandemi maka akan semakin rendah tingkat *Burnout* tenaga medis tersebut. Penelitian tersebut berbeda dengan penelitian yang dilakukan peneliti dimana perbedaannya adalah pada variabel penelitian tersebut menggunakan variabel *subjective well-being* dengan *Burnout* sementara penelitian ini menggunakan variabel *Spiritual Well-Being* dan *Burnout*. Kemudian, perbedaan selanjutnya adalah pada subjek penelitian dimana penelitian tersebut dilakukan terhadap tenaga medis sementara penelitian ini dilakukan terhadap guru Mts di Aceh Utara. Perbedaan terakhir adalah penelitian tersebut

dilakukan ketika pandemi covid-19 sementara penelitian ini dilakukan setelah pandemi.

Penelitian yang dilakukan (Laili & Ni'mah Suseno, 2016) dengan judul “Kesejahteraan Spiritual dan *Burnout* pada Mahasiswa Pendidikan Dokter”. Penelitian tersebut menggunakan metode penelitian kuantitatif correlation dengan 117 responden mahasiswa pendidikan dokter. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh keempat domain kesejahteraan spiritual terhadap setiap dimensi dari *Burnout*. Domain yang paling signifikan berpengaruh terhadap setiap dimensi *Burnout* adalah domain transendental. Penelitian tersebut berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti perbedaannya adalah pada subjek penelitian dimana penelitian tersebut dilakukan terhadap mahasiswa pendidikan dokter sementara penelitian ini dilakukan terhadap guru Mts di Aceh Utara.

Penelitian yang dilakukan oleh (Sarkowi, 2022) dengan judul “Pengaruh *Spiritual Well-Being* Terhadap Pendampingan Belajar Daring bagi Ayah Single Parent”. Penelitian tersebut menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasi dengan 150 responden. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa semakin kuat pendampingan belajar maka resiliensi ayah single parent akan semakin kuat dengan pengaruh sebesar 48,0% hal tersebut menunjukkan bahwa semakin baik *Spiritual Well-Being* dengan keyakinan bahwa hidup memiliki beberapa tujuan , maka pendampingan belajar secara daring ayah single parent juga akan semakin baik. Penelitian tersebut berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti dimana perbedaannya adalah pada variabel penelitian dimana penelitian tersebut melihat hubungan antara *Spiritual Well-Being* dengan pendampingan belajar



daring bayi ayah single parent sementara penelitian ini menggunakan dua variabel penelitian yaitu *Spiritual Well-Being* dan *Burnout* dan perbedaan selanjutnya adalah pada subjek penelitian dimana penelitian tersebut dilakukan terhadap ayah single parent sementara penelitian ini dilakukan terhadap guru Mts di Aceh Utara.

### **1.3 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang sebelumnya maka dapat dirumuskan pertanyaan yang menjadi permasalahan penelitian, yaitu bagaimana hubungan *Spiritual Well-Being* dengan *Burnout* pada guru MTsN di Aceh Utara?

### **1.4 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *Spiritual Well-Being* dan *Burnout* pada guru MTsN di Aceh Utara.

### **1.5 Manfaat Penelitian**

#### **1.5.1 Manfaat Secara Teoritis**

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah memberikan kontribusi pada pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang psikologi pendidikan, psikologi kesehatan mental, psikologi industri dan organisasi, serta psikologi Islam, dengan memperkaya literatur mengenai hubungan antara *Spiritual Well-Being* dan *Burnout* pada guru. Penelitian ini juga dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya serta memperluas pemahaman tentang peran kesejahteraan spiritual dalam menjaga keseimbangan emosional dan mencegah *burnout* pada tenaga pendidik

### 1.5.2 Manfaat Praktis

#### 1. Guru

- a. Guru mendapat pemahaman mengenai pentingnya *Spiritual Well-Being* untuk mencegah *burnout*.
- b. Difasilitasi dalam kegiatan praktik *mindfulness* sederhana (misalnya latihan pernapasan sadar, relaksasi, atau journaling syukur).
- c. Mengikuti kelompok diskusi atau sharing session terkait pengalaman spiritual dalam menghadapi tekanan kerja.

#### 2. Sekolah

- a. Pedoman penyelenggaraan seminar atau edukasi tentang pentingnya *Spiritual Well-Being* dalam menunjang kinerja guru.
- b. Memfasilitasi kegiatan keagamaan rutin (doa bersama, kajian keagamaan, atau refleksi spiritual mingguan).
- c. Menyediakan program well-being corner atau ruang tenang bagi guru untuk menenangkan diri dan beristirahat sejenak.

#### 3. Dinas Pendidikan

- a. Menjadikan hasil penelitian sebagai dasar untuk merancang program pengembangan keterampilan guru yang berfokus pada kesejahteraan spiritual.

- b. Menyelenggarakan lokakarya/pelatihan spiritual yang melibatkan praktisi psikologi, tokoh agama, atau mentor mindfulness.
- c. Mengintegrasikan modul *Spiritual Well-Being* dalam pelatihan peningkatan kompetensi guru agar mereka dapat mengajar dengan lebih seimbang secara emosional dan spiritual.