

STRATEGI *COPING* DAN KELELAHAN EMOSIONAL GURU SEKOLAH LUAR BIASA (SLB)

Barmawi, Sriana Septiawati, Faraiga Mayanda

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh

Jl. Muhammadiyah No. 91 Batoh, Lueng Bata, Banda Aceh – 23245

sosial_psi@yahoo.com

Abstrak

Kelelahan emosional merupakan suatu perasaan di mana individu lelah secara emosional hingga tidak mampu lagi menggunakan sumber dayanya secara maksimal. Kelelahan dapat ditandai dengan rasa cemas yang berlebihan ketika melakukan aktivitas, bosan, tertekan, dan apatis sehingga menguras banyak sumber energi individu. Bekerja sebagai guru di Sekolah Luar Biasa memiliki masalah tersendiri, apalagi yang dihadapi adalah anak-anak berkebutuhan khusus. Sehingga dibutuhkan strategi untuk menghadapi kelelahan emosional yang dirasakan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara strategi *coping* dengan kelelahan emosional guru Sekolah Luar Biasa (SLB) Kota Banda Aceh. Metode yang digunakan pada penelitian yaitu metode kuantitatif. Subjek dari penelitian adalah seluruh guru SLB Kota Banda Aceh yang berjumlah 104 orang. Pengumpulan data dilakukan dengan cara menyebarkan skala Likert kepada sampel dan menggunakan teknik *probability* yaitu teknik *random sampling*. Penelitian menggunakan analisis data dengan analisis korelasi *product moment*. Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan adanya hubungan negatif signifikan antara strategi *coping* dengan kelelahan emosional guru SLB Kota Banda Aceh dengan nilai *pearson correlation* sebesar -0,639 dan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Semakin tinggi strategi *coping* guru, maka semakin rendah kelelahan emosional yang dirasakan.

Kata Kunci : *Strategi coping, kelelahan Emosional, guru sekolah luar biasa.*

Pendahuluan

Ilmu pendidikan selalu mengalami perubahan, perkembangan dan juga perbaikan di segala bidang. Upaya perubahan dan perbaikan tersebut bertujuan membawa kualitas pendidikan di Indonesia menjadi lebih baik. Dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, maka peningkatan mutu pendidikan adalah suatu hal yang sangat penting bagi pembangunan berkelanjutan di segala aspek kehidupan manusia. Sistem pendidikan nasional senantiasa harus dikembangkan sesuai dengan kebutuhan dan perkembangan yang terjadi baik di tingkat lokal, nasional, maupun global (Mulyasa, 2005). Fasilitas pendidikan di Indonesia telah menyentuh berbagai elemen tingkatan usia dan juga bervariasi memenuhi kebutuhan anak Indonesia. Salah satu bentuk fasilitas pendidikan di Indonesia adalah Pendidikan Sekolah Luar Biasa (SLB).

SLB merupakan lembaga pendidikan yang profesional, yang bertujuan membentuk peserta didik yang menyandang kelainan fisik atau mental agar mampu mengembangkan sikap, pengetahuan dan keterampilan sebagai pribadi maupun anggota masyarakat dalam mengadakan hubungan timbal balik dengan lingkungan sosial, budaya dan alam sekitar serta dapat mengembangkan kemampuan dalam dunia kerja atau mengikuti pendidikan lanjut (Hamalik, 2003). Terdapat lima jenis SLB yang ada saat ini di Indonesia, yaitu SLB A untuk anak-anak yang mengalami keterbatasan dalam indra penglihatan/tunanetra, SLB B untuk anak-anak yang mengalami keterbatasan dalam indra pendengaran/tunarungu, SLB C untuk anak-anak yang mengalami keterbelakangan mental/tunagrahita rendah, SLB D untuk anak-anak yang mengalami cacat tubuh/tuna daksa, dan SLB E untuk anak-anak yang mengalami kesulitan penyesuaian dengan lingkungan sosial/tuna laras. (Kemdikbud, 2015).

Bukan merupakan hal yang mudah dalam mengelola sebuah instansi pendidikan, terutama sekolah dengan anak-anak berkebutuhan khusus. Tidak hanya mengenai kesejahteraan peserta didik, tetapi juga menjadi sorotan dan bahasan umum mengenai kesejahteraan tenaga pendidiknya. Di Banda Aceh sendiri saat ini masih terdapat banyak masalah yang butuh penanganan segera untuk mendongkrak kualitas mutu pendidikan di sekolah-sekolah. Kondisi guru di Banda Aceh masih sangat memprihatinkan karena kurikulum yang tidak diperbaharui dengan perkembangan zaman. Kurikulum sangat penting untuk merumuskan arah pendidikan Aceh ini agar apa yang menjadi visi dan misi pendidikan Aceh bisa terlaksana dengan baik. Begitu juga dengan fasilitas/prasarana yang tidak mendukung, tidak bisa dipungkiri bahwa fasilitas memiliki peranan penting dalam pendidikan, serta menunjang guru dapat mengajar dengan nyaman. Banda Aceh masih kekurangan guru untuk menangani anak-anak yang berkebutuhan khusus.

Upaya meningkatkan profesionalitas guru SLB dari aspek pendidikan telah dilakukan pemerintah dengan dikeluarkannya PP RI No. 72 tahun 1991 tentang pendidikan luar biasa pasal 20 ayat (2), yaitu, tenaga kependidikan pada satuan pendidikan luar biasa merupakan tenaga kependidikan yang memiliki kualifikasi khusus sebagai guru pada satuan pendidikan luar biasa (Kemdikbud, 2015).

Guru SLB merupakan pekerjaan yang menimbulkan ketegangan dan frustrasi. Menjadi seorang guru SLB bukanlah pekerjaan yang mudah, butuh perjuangan lebih, selain harus memiliki pengetahuan tentang anak-anak berkebutuhan khusus, guru SLB dituntut untuk mempunyai kesabaran yang tinggi, kesehatan fisik dan juga mental yang baik dalam bekerja. Guru SLB tidak hanya dituntut untuk mampu mengajarkan sejumlah pengetahuan dan keterampilan yang sesuai dengan potensi dan karakteristik siswanya, melainkan juga harus mampu berperan sebagai terapis, pekerja sosial, paramedis dan administrasi (Amri, 2013).

Ditinjau dari peserta didik yang akan dihadapi oleh guru SLB maka guru tersebut harus mempersiapkan mental yang kuat untuk mengajar anak-anak berkebutuhan khusus, namun hal mutlak yang dihadapi guru-guru tersebut ialah kelelahan emosional. Survei internasional yang diselenggarakan oleh *Council for Exceptional Children* (CEC) kepada lebih dari 1000 guru pada pendidikan khusus menyatakan bahwa keadaan atau kondisi kerja guru yang buruk akan berdampak terhadap tingginya jumlah guru yang meninggalkan pekerjaannya, meningkatnya stres, dan kualitas pendidikan khusus yang tidak memenuhi

syarat (Fore dalam Asri, 2012). Kondisi yang menyebabkan stres tentu memberi kontribusi terhadap timbulnya kelelahan emosional dalam kehidupan sehari-hari.

Kondisi kelelahan emosional itu sendiri adalah di mana seseorang merasa lelah dan jenuh secara mental maupun fisik sebagai akibat tuntutan pekerjaan yang meningkat (Maslach dalam Wardhani, 2012). Kelelahan emosional muncul karena stres berlebih, dan sulit diatasi yang dapat mengantarkan individu pada keadaan yang lebih buruk di mana muncul apatisme, sinisme, dan frustrasi (Widiastuti & Kamsih, 2008). Dalam rangka mengurangi kelelahan emosional yang timbul saat bekerja terdapat strategi *coping* yang berfungsi untuk mengurangi berbagai *stressor* yang timbul pada diri individu.

Coping berasal dari kata "*cope*" yang artinya lawan. *Coping* adalah suatu kemampuan yang dikenal sebagai suatu proses di mana individu mencoba untuk mengelola stres yang ada dengan cara tertentu (Sarafino dalam Smet, 1994). *Coping* juga merupakan suatu proses di mana individu mencoba untuk mengelola jarak yang ada antara tuntutan-tuntutan (baik itu tuntutan yang berasal dari individu maupun tuntutan yang berasal dari lingkungan) dengan sumber daya-sumber daya yang digunakan untuk menghadapi keadaan yang menekan atau situasi yang membuat stres (Lazarus & Folkman dalam Smet, 1994).

Coping juga dapat diartikan sebagai perubahan pemikiran dan perilaku yang digunakan oleh seseorang dalam menghadapi tekanan dari luar maupun dalam yang disebabkan oleh seseorang dengan lingkungannya yang dinilai sebagai *stressor* (Folkman dalam Resick 2001). Salah satu penerapan strategi *coping* untuk mengurangi kelelahan emosional adalah dengan mengevaluasi proses kerja sebelumnya dan mendiskusikannya dengan orang lain agar permasalahan yang timbul bisa segera diselesaikan.

Berdasarkan latar belakang permasalahan di atas, perlu kiranya mengeksplorasi lebih jauh mengenai bagaimana hubungan strategi *coping* dengan kelelahan emosional yang dirasakan oleh guru SLB.

Tinjauan Pustaka

Kelelahan Emosional

Kelelahan emosional merupakan bagian dari tiga dimensi *burn out* yaitu kelelahan emosional, depersonalisasi, dan kepercayaan diri yang rendah (Maslach dan Caputo dalam Sujipto, 2001). Maslach & Jackson (1981) juga menyatakan kelelahan emosional adalah suatu perasaan emosional berlebihan dan sumber daya emosional seseorang yang telah habis yang dialirkan oleh interaksi seseorang dengan orang lain. Kelelahan emosional selalu ditandai dengan gejala umum, yaitu timbulnya rasa cemas saat melakukan aktivitas bekerja, serta rasa bosan, tertekan dan apatis secara terus menerus akan terakumulatif otomatis menguras sumber energi.

Baba (2009) mendefinisikan bahwa kelelahan emosional adalah suatu keadaan emosional yang terjadi secara terus-menerus serta mengakibatkan suatu ketegangan psikis

(jiwa) karena adanya tekanan dari pekerjaan. Keadaan ini menimbulkan suatu gejala kegelisahan, kepenatan, penolakan psikis, hingga depresi akibat pekerjaan yang dilakukan. Apabila keadaan ini terus dilanjutkan tanpa adanya sebuah solusi untuk mengatasinya akan berdampak pada efektivitas pekerjaan individu itu sendiri.

Churiyah (2011) mendefinisikan kelelahan emosional adalah perasaan individu yang ditandai dengan rasa tidak berdaya dan depresi. Hubungan yang tidak seimbang antara pekerjaan dan diri sendiri dapat menimbulkan ketegangan emosional yang berujung pada terkurasnya sumber-sumber emosi. Kelelahan emosional selalu didahului dengan suatu gejala umum yaitu timbulnya rasa cemas setiap ingin mulai kerja, yang kemudian mengarah pada perasaan tidak berdaya menghadapi tuntutan pekerjaan.

Kelelahan emosional dapat diukur melalui beberapa aspek sebagai berikut (Maslach, Schaufeli, & Leiter, 2001):

Fisik. Individu ditandai dengan meningkatnya detak jantung dan tekanan darah, gangguan lambung (gangguan gastrointestinal), mudah terluka, mudah lelah secara fisik, kematian, gangguan pernafasan, lebih sering berkeringat, kepala pusing (migrain), kanker, tegangan otot seperti masalah tidur yaitu sulit tidur atau terlalu banyak tidur.

Emosi. Terdapat di dalam komponen afektif manusia. Kelelahan di dalam hal emosi yaitu: mudah lupa, sulit konsentrasi, mudah menangis, mengalami kebosanan, tidak percaya diri, putus asa, mudah cemas, gelisah, sulit beradaptasi, mengurung diri, mudah marah, dan kesepian.

Mental. Mental merupakan kelelahan yang berupa kecemasan, ketegangan, bingung, sensitif, memendam perasaan, komunikasi tidak efektif, mengurung diri, kesepian, depresi, dan mengasingkan diri, ketidakpuasan kerja, lelah mental, menurunnya fungsi intelektual, kehilangan spontanitas, kreativitas, kehilangan semangat hidup, menurunnya harga diri serta rasa percaya diri.

Strategi Coping

Menurut Lazarus & Folkman (1984) strategi *coping* didefinisikan sebagai bentuk perilaku seseorang yang berubah dengan upaya kognitif dan perilaku untuk mengelola tuntutan eksternal atau internal yang dirasa berat atau melebihi sumber daya yang dimiliki. Davidson (2006) menambahkan bahwa strategi *coping* adalah bentuk bagaimana orang berupaya mengatasi suatu masalah atau menanggapi emosi negatif yang ditimbulkannya.

Berdasarkan sejumlah pendapat dari para ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa pengertian strategi *coping* yang dikemukakan oleh para ahli sangat bervariasi. Namun pada

intinya strategi *coping* merupakan aktivitas-aktivitas spesifik yang dilakukan oleh individu dalam bentuk kognitif dan perilaku, baik disadari maupun tidak oleh individu tersebut, yang bertujuan untuk menghilangkan atau mengurangi ancaman-ancaman yang ditimbulkan oleh masalah internal maupun eksternal dan menyesuaikan dengan kenyataan-kenyataan negatif, mempertahankan keseimbangan emosi dan *self image positive*, serta meneruskan hubungan dengan orang lain.

Strategi *coping* dapat dilihat dari aspek-aspek yang dikemukakan oleh Lazarus & Folkman (1984), yaitu: 1) *Confrontive coping*. Mengubah situasi secara agresif dan adanya keberanian mengambil risiko; 2) *Distancing*. Mengeluarkan upaya kognitif untuk melepaskan diri dari masalah atau membuat harapan positif; 3) *Self-control*. Mencoba untuk mengatur perasaan diri sendiri atau tindakan dalam hubungannya untuk menyelesaikan masalah; 4) *Seeking social support*. Mencoba untuk memperoleh informasi atau dukungan secara emosional; 5) *Accepting responsibility*. Menerima untuk menjalani masalah yang dihadapi sementara mencoba untuk memikirkan jalan keluarnya; 6) *Planful problem solving*. Memikirkan suatu rencana tindakan untuk mengubah dan memecahkan situasi; 7) *Positive reappraisal*. Mencoba untuk membuat suatu arti positif dari situasi dalam masa perkembangan kepribadian, kadang-kadang dengan sifat yang religius.

Guru Sekolah Luar Biasa (SLB)

Guru adalah suatu sebutan bagi jabatan, posisi, dan profesi bagi seseorang yang mengabdikan dirinya dalam bidang pendidikan melalui interaksi edukatif secara terpolo, formal, dan sistematis. Sebagai pengajar atau pendidik, guru merupakan salah satu faktor penentu keberhasilan setiap upaya pendidikan.

Dalam penelitian ini mengarah kepada guru yang khususnya mengajar di sekolah luar biasa yang berfokus untuk mengajar anak-anak berkebutuhan khusus, tentunya akan banyak permasalahan oleh guru-guru yang mengajar di sekolah luar biasa, serta lebih menguras tenaga.

Dalam mendidik anak berkebutuhan khusus dibutuhkan teknik khusus dari seorang guru sebagai penentu keberhasilan seorang guru dalam mendidik anak-anak berkebutuhan khusus. Hadirnya strategi *coping* sedikit banyaknya akan membantu guru-guru yang mendidik anak-anak berkebutuhan khusus dalam mengendalikan emosional dan berbagai *stressor* yang datang (Mulyani, 2017).

Metodelogi Penelitian

Pendekatan Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian yang menggunakan pendekatan kuantitatif.

Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini melibatkan sejumlah 140 Guru Sekolah Luar Biasa di Kota Banda Aceh dari 14 Sekolah Luar Biasa Banda Aceh yang dikumpulkan dengan menggunakan teknik *non-probability sampling* yaitu jenis *quota sampling*.

Metode Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan metode skala. Skala merupakan suatu alat ukur subjektif yang dibuat berskala. Skala cukup memberikan informasi tertentu tentang seseorang atau suatu program (Arikunto, 2006). Responden diminta untuk merespon sejumlah pernyataan yang sesuai dengan keadaan dirinya. Tujuannya adalah untuk mengungkap hal – hal yang sedang diteliti. Jenis skala dalam penelitian ini adalah skala *Likert (likert scale)* yang telah dimodifikasi menjadi empat alternatif jawaban, tanpa ada jawaban yang ragu-ragu. Azwar (2010) memaparkan skala ini disajikan dalam bentuk pernyataan *favorable* dan *unfavorable*. Skor skalanya adalah sebagai berikut, Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS). Pemberian nilai digunakan antara kelompok pernyataan mendukung *favorable* 4 untuk Sangat Setuju, 3 untuk Setuju, 2 untuk Tidak Setuju dan 1 untuk Sangat Tidak Setuju. Sedangkan kelompok pernyataan yang tidak mendukung *unfavorable* adalah 1 untuk Sangat Setuju, 2 untuk Setuju, 3 untuk Tidak Setuju dan 4 untuk Sangat Tidak Setuju.

Teknik Analisis Data

Analisis data dalam mencari hubungan antara strategi *coping* dengan kelelahan emosional guru Sekolah Luar Biasa (SLB) Kota Banda Aceh ini adalah menggunakan analisis korelasi *product moment* dari *Karl Pearson* yang dibantu fasilitas komputer yaitu program SPSS 32.00 *for windows*.

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Uji korelasi digunakan untuk melihat apakah ada hubungan antara strategi *coping* dan kelelahan emosional. Peneliti menjabarkan hasil uji korelasi dalam tabel berikut ini:

Tabel.1 Correlations Test

		Strategi Coping	Kelelahan Emosional
Strategi Coping	Pearson Correlation	1	-.639**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	104	104
Kelelahan Emosional	Pearson Correlation	-.639**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	104	104

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Sumber: Olah data SPSS 23,00 for Windows, tahun 2019

Berdasarkan tabel di atas, hasil uji korelasi menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara strategi *coping* dengan kelelahan emosional pada Guru Sekolah Luar Biasa (SLB) di Kota Banda Aceh. Hal ini dilihat dari nilai korelasinya $-0,639$ dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$. Semakin tinggi strategi *coping*, maka semakin rendah kelelahan emosional. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah kelelahan emosional maka semakin tinggi strategi *coping*.

Hasil yang telah dilakukan menunjukkan bahwa strategi *coping* memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan kelelahan emosional yang ditunjukkan dengan nilai korelasi sebesar $-0,639$ dan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$. Hal ini dapat dilihat pada hasil rentang frekuensi data guru berjumlah 104 orang yang memiliki strategi *coping* kategori rendah berkisar 8% atau sebanyak 17 orang, kategori sedang berkisar 37% atau sebanyak 35 orang dan kategori tinggi berkisar 55% atau 52 orang. Sedangkan untuk rentang frekuensi data guru mengalami kelelahan emosional untuk kategori rendah berkisar 65% atau 62 orang, sedang berkisar 29% atau 27 orang dan kepuasan tinggi berkisar 6% atau 15 orang.

Strategi *coping* yang baik pada guru dapat menyebabkan penurunan kelelahan emosional yang bersangkutan. Hal ini didukung oleh pendapat dari Miranda (2013) yang menyatakan bahwa setiap orang dapat menggunakan strategi *coping* yang baik maka akan dapat melakukan penyesuaian sosial yang baik pula. Akan tetapi setiap orang memberikan reaksi yang berbeda-beda dalam mengatasi masalah yang dihadapi, tergantung pada pengetahuan, pengalaman dan persepsi yang dimilikinya.

Strategi *coping* merupakan suatu cara atau metode yang dilakukan oleh tiap individu untuk mengatasi dan mengendalikan situasi atau masalah yang dialami dan dipandang sebagai hambatan, tantangan yang bersifat menyakitkan, serta yang merupakan ancaman yang bersifat merugikan (Aldwin & Revenson, 1997). Melalui strategi coping yang benar maka akan berdampak pada kurangnya kelelahan emosional.

Kesimpulan

Hubungan antara Strategi *Coping* dengan Kelelahan Emosional Guru Sekolah Luar Biasa (SLB) Kota Banda Aceh dapat disimpulkan bahwa ada hubungan negatif antara Strategi *Coping* dengan Kelelahan Emosional dengan nilai $r=0,639$ dan nilai $p 0,000 < 0,05$, yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara strategi coping dengan kelelahan emosional guru sekolah luar biasa (SLB) Kota banda aceh. Jika semakin tinggi strategi coping yang dimiliki oleh seorang guru sekolah luar biasa maka semakin rendah kelelahan emosional yang di rasakan oleh guru sekolah luar biasa, dan begitu juga sebaliknya jika semakin rendah strategi coping yang di miliki oleh guru sekolah luar biasa (SLB) Kota banda aceh maka semakin tinggi kelelahan emosional yang di rasakan oleh guru sekolah luar biasa (SLB) kota banda aceh.

Daftar Pustaka

- 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.
- Amri, S. (2013). *Pengembangan model pembelajaran dalam kurikulum*. Jakarta: Prestasi Pustakarya.
- Arikunto, S. (2006). *Manajemen penelitian*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Asri, B. (2012). *Belajar dan pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2010). *Reliabilitas dan validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan skala psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Baba, C. M. (2009). The role of emotional exhaustion in sales force attitude and behaviour relationship. *Journal Of The Academy Of Marketing Science*, 27(1).
- Churiyah, M. (2011). Pengaruh konflik peran kelelahan emosional terhadap kepuasan kerja dan komitmen organisasi.
- Hamalik, O. (2003). *Proses ngajar mengajar*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Kemdikbud. (2015). *Data pokok pendidikan dasar dan menengah kementerian pendidikan dan kebudayaan*. Diakses dari <http://dapo.dikdasmen.kemdikbud.go.id/progres-slb/2/066100> pada tanggal 25 Desember 2018
- Lazarus, L.A., & Folkman, S. (1984). *Stress appraisal and coping*. NewYork: Springer
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of organizational behavior*, 2(2), 99-113.
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job burnout. *Annual Review of Psychology*, 52, 397-422

- Miranda, K. T. (2013). Strategi coping dan kelelahan emosional (*emotional exhaustion*) pada ibu yang memiliki anak berkebutuhan khusus (skripsi tidak diterbitkan).
- Mulyani, F. (2017). Konsep kompetensi guru dalam undang-undang nomor 14 tahun 2005 tentang guru dan dosen (kajian ilmu pendidikan islam). *Jurnal Pendidikan UNIGA*, 3(1), 1-8.
- Mulyasa, E. (2005). *Kurikulum tingkat satuan pendidikan*. Bandung: Rosdakarya.
- Resick, P. A. (2001). *Stress and trauma*. Philadelphia: Taylor and Francis Group.
- Sutjipto. (2001). *Apakah anda mengalami burnout*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional Republik Indonesia.
- Smet, B. (1994). *Psikologi kesehatan*. Jakarta: Penerbit PT. Gramedia Widiasarana
- Wardhani, D. T. (2012). *Burnout* di kalangan guru pendidikan luar biasa di kota Bandung. *Jurnal Psikologi*, 11(1), 10.
- Widiastuti, D Z., & Kamsih A. (2008). Hubungan antara kepribadian hardiness dengan Burnout pada guru sekolah dasar. *Jurnal InSight*, 6(2).

FAKULTAS
PSIKOLOGI
UNMUHA