

BURNOUT DITINJAU DARI *SELF-REGULATION* PADA GURU DI SEKOLAH MEDAN MULIA

Hendryo Koesuma¹, Vivian Carolin², Putri Anggriani³

¹hendryokho2603@gmail.com, ²viviancrln65@gmail.com, ³putrianggriani2003@gmail.com

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

INTISARI

Penelitian ini meneliti tentang *Burnout* ditinjau dari *Self-Regulation* pada guru di Sekolah Medan Mulia. Sampel pada penelitian ini adalah 119 orang guru atau tenaga pengajar di salah satu sekolah swasta yang terletak di Kecamatan Medan Sunggal, Kota Medan. Sampel ditetapkan secara acak menggunakan teknik *Simple Random Sampling*. Adapun dalam penelitian kami, skala *Burnout* dan skala *Self-Regulation* masing-masing terbagi menjadi 22 butir aitem. Metode yang digunakan dalam mencari korelasi antara variabel adalah teknik statistik korelasional *Pearson Product Moment*. Dari analisis data penelitian, ditemukan bahwa terdapat hubungan negatif sebesar -0,514 ($p < 0,05$) pada kedua variabel sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan sedang antara variabel *Self-Regulation* dengan variabel *Burnout*, di mana semakin tinggi *Self-Regulation* pada guru maka intensitas *Burnout* akan semakin rendah dan sebaliknya, apabila semakin rendah *Self-Regulation* pada guru maka intensitas *Burnout* akan semakin tinggi.

Kata kunci: *Self-Regulation*, *Burnout*, guru

**BURNOUT REVIEWED FROM SELF-REGULATION ON TEACHERS
AT MEDAN MULIA SCHOOL**

Hendryo Koesuma¹, Vivian Carolin², Putri Anggriani³

¹hendryokho2603@gmail.com, ²viviancrln65@gmail.com, ³putrianggriani2003@gmail.com

^{1,2,3}*Faculty of Psychology, Universitas Prima Indonesia*

ABSTRACT

This study examines about Burnout based on the Self-Regulation on teachers at Medan Mulia School. The samples of the study are the 119 teachers located in one of the private schools in Kecamatan Medan Sunggal, Medan. The samples are chosen using the Simple Random Sampling method. Based on our study, both the Burnout and the Self-Regulation scale are divided onto 22 items. The method that is used to analyze the correlation between the two variables is the Pearson Product Moment correlation test. Based on the analyzation of the collected data, we found that there is a negative correlation of -0.514 ($p < 0.05$) between the two variables, which indicates a moderate correlation between Self-Regulation and the intensity of Burnout, which means that the better the Self-Regulation on a teacher, the lower the Burnout will be, and vice versa, where the lower the Self-Regulation on a teacher, the higher the Burnout will be.

Keywords: *Self-Regulation, Burnout, teachers*