

**ANALISIS *BURNOUT* GURU DALAM PEMBENTUKAN KARAKTER SISWA
DI SDN SETIA DARMA 04**

Aliera azzahra putri, Yohamintin Yohamintin
Universitas bhayangkara Jakarta raya
20221061563@mhs.ubharajaya.ac.id yohamintin@dsn.ubharajaya.ac.id

ABSTRACT

This study aims to analyze the burnout conditions experienced by teachers and their impact on the formation of student character at SDN Setia Darma 04. Using a qualitative approach with case study methods, data was collected through observation, interviews, and documentation. Research results show that burnout in teachers negatively affects students' attitudes and character formation, such as decreased discipline, responsibility, and confidence. Teachers who experience emotional exhaustion, cynicism, and decreased self-performance tend to be less than optimal in providing exemplary and character guidance. This shows the importance of emotional support and coping strategies for teachers in order to effectively perform the role of character coaching. This study is expected to be a reference in improving character development policies in primary schools

Keywords: burnout teacher, character student, character education, elementary school, case study

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis kondisi burnout yang dialami guru serta dampaknya terhadap pembentukan karakter siswa di SDN Setia Darma 04. Menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus, data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa burnout pada guru berdampak negatif terhadap sikap dan pembentukan karakter siswa, seperti menurunnya disiplin, tanggung jawab, dan kepercayaan diri. Guru yang mengalami kelelahan emosional, sikap sinis, dan penurunan prestasi diri cenderung kurang optimal dalam memberikan keteladanan dan bimbingan karakter. Hal ini menunjukkan pentingnya dukungan emosional dan strategi koping bagi guru agar dapat menjalankan peran sebagai pembina karakter secara efektif. Penelitian

ini diharapkan menjadi referensi dalam perbaikan kebijakan pembinaan karakter di sekolah dasar

Kata Kunci: *burnout* guru, siswa berkarakter, pendidikan karakter, sekolah dasar, studi kasus

A. Pendahuluan

Pendidikan karakter merupakan bagian penting dalam sistem pendidikan nasional, sebagaimana tercantum dalam Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 dan Permendikbud No. 20 Tahun 2018. Tujuannya adalah membentuk siswa yang tidak hanya cerdas secara intelektual, tetapi juga berkarakter baik seperti jujur, bertanggung jawab, dan mampu menjalin hubungan sosial yang sehat. Di tingkat sekolah dasar, guru menjadi aktor utama dalam proses ini karena perannya sebagai teladan dan pembimbing nilai-nilai moral

Namun, dalam praktiknya, pembentukan karakter siswa dapat terhambat oleh fenomena *burnout* yang dialami guru. *Burnout* adalah kondisi kelelahan emosional, depersonalisasi, dan penurunan prestasi diri akibat tekanan kerja berkepanjangan. Hal ini berdampak langsung pada kualitas interaksi guru

dengan siswa dan efektivitas pendidikan karakter yang mereka terapkan. Guru yang *burnout* cenderung kehilangan kesabaran, menjadi apatis, atau menunjukkan sikap negatif, sehingga siswa tidak mendapatkan keteladanan yang baik.

Beberapa studi menguatkan adanya hubungan antara *burnout* guru dengan menurunnya prestasi belajar dan sikap siswa. *burnout* pada siswa maupun guru berdampak pada motivasi dan hasil belajar. Namun, masih minim penelitian yang mengkaji secara khusus hubungan antara *burnout* guru dan pembentukan karakter siswa. Padahal, karakter seperti tanggung jawab dan kedisiplinan sangat penting dalam pembentukan kepribadian anak sejak usia dini.

Selain faktor internal, *burnout* juga dipengaruhi oleh faktor eksternal seperti kurangnya dukungan sosial dan strategi koping yang buruk. Guru SD menghadapi banyak tekanan:

beban kerja berat, tuntutan administrasi, tekanan orang tua, hingga kurangnya apresiasi atas kerja mereka. Kondisi ini memicu kelelahan yang bukan sekadar fisik, melainkan juga mental dan emosional

Melihat pentingnya peran guru dalam pembentukan karakter siswa, serta dampak serius burnout terhadap proses tersebut, maka penelitian ini perlu dilakukan di SDN Setia Darma 04, dipilih sebagai lokasi penelitian karena peneliti menemukan gejala burnout di kalangan guru yang potensial berdampak pada karakter siswa. Oleh karena itu, penelitian ini berjudul: **“Analisis *Burnout* Guru dalam Pembentukan Karakter Siswa di SDN Setia Darma 04.”**

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

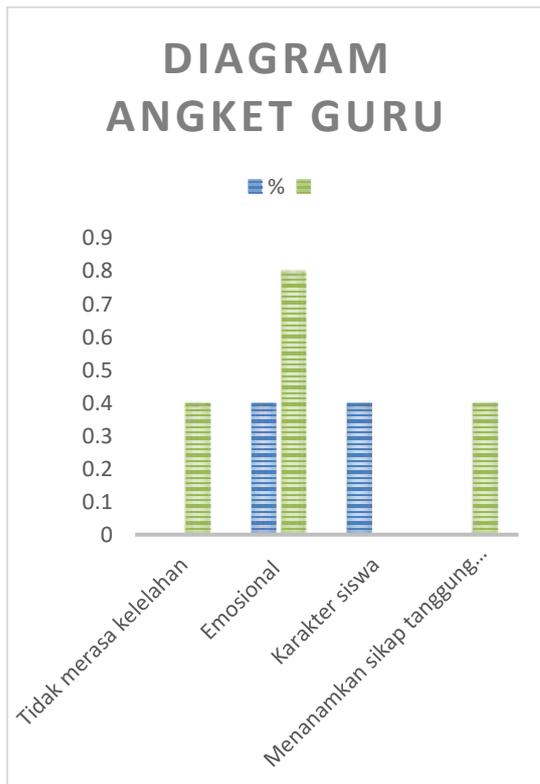
hasil analisis data yang diperoleh melalui penyebaran angket kepada guru-guru sekolah dasar yang menjadi responden dalam penelitian ini. Angket terdiri dari beberapa pernyataan tertutup berbasis skala Likert, yang mencakup indikator kelelahan emosional, strategi coding guru, serta peran guru dalam pembentukan karakter siswa, seperti

tanggung jawab, disiplin, dan kepedulian sosial.

Analisis dilakukan dengan menghitung persentase guru yang memilih skor 3 atau 4 (tidak pernah dan sangat pernah), yang merepresentasikan tingkat penghayatan atau kesepakatan terhadap pernyataan yang diajukan. Tujuannya adalah untuk mengetahui sejauh mana guru mengalami *burnout* sekaligus bagaimana mereka tetap menjalankan fungsi pedagogis dan

| Pernyataan | % | | |
|---------------------------------|-------|-------|-------|
| Tidak merasa kelelahan | 66,7% | 53,3% | 40% |
| Emosional | 40% | 46,7% | 80% |
| Karakter siswa | 40% | 60% | 66,7% |
| Menanamkan sikap tanggung jawab | 26,7% | 80% | 40% |

pembinaan karakter siswa.



Pada pernyataan nomor **53.3%**, terlihat bahwa guru **tidak merasa kelelahan dalam** menjalankan tugas mengajar. Hal ini menunjukkan bahwa guru masih memiliki semangat dan energi positif saat melaksanakan proses pembelajaran

Kemudian, pada pernyataan nomor 55.5%, guru menyatakan bahwa mereka berusaha menjaga emosi dengan baik agar tidak memengaruhi proses pembelajaran secara negatif. Ini menunjukkan bahwa guru memiliki kontrol diri yang baik dalam menghadapi berbagai situasi selama mengajar

Selanjutnya, pernyataan nomor 55.5% membahas tentang karakter siswa. Dari jawaban guru, terlihat bahwa mereka aktif dalam membentuk karakter positif siswa, seperti kejujuran, disiplin, dan sikap saling menghargai

Terakhir, pada pernyataan nomor 48,5% guru menyatakan bahwa mereka masih terus mengajarkan dan menanamkan sikap tanggung jawab kepada siswa dalam kegiatan belajar. Hal ini menunjukkan adanya kepedulian guru terhadap perkembangan sikap dan perilaku siswa, bukan hanya pada aspek akademik

E. Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa *burnout* pada guru di SDN Setia Darma 04 tidak terjadi secara signifikan dan cenderung dikelola dengan baik. Meskipun terdapat kelelahan fisik akibat kondisi lingkungan kerja, guru tidak menunjukkan kelelahan emosional yang parah maupun sikap sinis terhadap siswa. Guru tetap menjaga hubungan harmonis dan menunjukkan keteladanan dalam pembentukan karakter siswa. Dampak *burnout*

terhadap pembentukan karakter siswa pun tidak terlihat signifikan karena guru memiliki strategi coping yang baik, seperti menjaga mood, beristirahat, serta menerapkan pendekatan dialogis dan reflektif. Nilai-nilai karakter seperti tanggung jawab, disiplin, dan kepercayaan diri tetap diajarkan melalui pembiasaan dan keteladanan. Implikasi dari penelitian ini menekankan pentingnya dukungan emosional, pengelolaan beban kerja, dan kebijakan sekolah yang mendukung kesejahteraan guru agar pembinaan karakter siswa dapat berjalan optimal. Penelitian lanjutan disarankan untuk mengeksplorasi aspek burnout secara lebih luas dengan melibatkan lebih banyak informan dan sekolah, serta melihat peran manajemen sekolah dalam mitigasi *burnout* guru.

DAFTAR PUSTAKA

Jurnal :

- (Syakarofath, 2019) Abner Eleazar Castro Olivas, T. M. L. S. (2018). International Journal of Machine Tools and Manufacture. *International Journal of Machine Tools and Manufacture*, 5(1), 86–96.
- <https://doi.org/10.1016/j.mfglet.2017.12.003><http://dx.doi.org/10.1016/j.cirpj.2011.06.007><http://dx.doi.org/10.1016/j.procir.2016.02.316><http://dx.doi.org/10.1016/j.procir.2016.02.310><https://doi.org/10.1016/j.jmapro.2018.03.033><http://dx.doi.org/10.1016/j.jmapro.2018.03.033>
- Haryanto, S. (n.d.). *Mindset Sarjana Perguruan Tinggi Pesantren*.
- Putri, S. A. F. P., & Wiranata, I. H. (2025). Peran Strategis Pendidikan Karakter dalam Pembentukan Moral Pelajar. *Seminar*, 563–576.
- Syakarofath, N. A. (2019). Burnout dan Dimensi Kepribadian Conscientiousness terhadap Performansi Kerja Karyawan. *Psychopolytan : Jurnal Psikologi*, 3(1), 1–8. <https://doi.org/10.36341/psi.v3i1.934>
- (Abner Eleazar Castro Olivas, 2018) Abner Eleazar Castro Olivas, T. M. L. S. (2018). International Journal of Machine Tools and Manufacture. *International Journal of Machine Tools and Manufacture*, 5(1), 86–96. <https://doi.org/10.1016/j.mfglet.2017.12.003><http://dx.doi.org/10.1016/j.cirpj.2011.06.007><http://dx.doi.org/10.1016/j.procir.2016.02.316><http://dx.doi.org/10.1016/j.procir.2016.02.310><https://doi.org/10.1016/j.jmapro.2018.03.033>

[/dx.doi.org/10.1016/j.procir.2016.02.310](https://doi.org/10.1016/j.procir.2016.02.310)
<https://doi.org/10.1016/j.jmapro.2018.03.033>
<http://dx.doi.org/10.1016/j.jmapro.2018.03.033>

Haryanto, S. (n.d.). *Mindset Sarjana Perguruan Tinggi Pesantren*.

Putri, S. A. F. P., & Wiranata, I. H. (2025). Peran Strategis Pendidikan Karakter dalam Pembentukan Moral Pelajar. *Seminar*, 563–576.

Syakarofath, N. A. (2019). Burnout dan Dimensi Kepribadian Conscientiousness terhadap Performansi Kerja Karyawan. *Psychopolytan : Jurnal Psikologi*, 3(1), 1–8. <https://doi.org/10.36341/psi.v3i1.934>