

VALIDASI INSTRUMEN *BURNOUT* UNTUK GURU SEKOLAH DASAR

Dinda Lestari¹, Resa Respati², Rifqy Muhammad Hamzah³

^{1,2,3} PGSD Universitas Pendidikan Indonesia

[1dindalestari2812@upi.edu](mailto:dindalestari2812@upi.edu), [2respatri@upi.edu](mailto:respatri@upi.edu), [3rifqyhamzah@upi.edu](mailto:rifqyhamzah@upi.edu)

ABSTRACT

Teacher burnout has become an important concern in elementary education due to increasing workloads, administrative demands, and emotional involvement in teaching activities. Therefore, a valid and reliable instrument is needed to accurately measure burnout among elementary school teachers. This study aimed to examine the psychometric properties of the Maslach Burnout Inventory (MBI) for elementary school teachers using the Rasch Model approach. The research employed a quantitative method with a survey design using a questionnaire consisting of 22 items adapted from the MBI dimensions, namely Emotional Exhaustion, Depersonalization, and Personal Accomplishment. Data were collected from 42 elementary school teachers and analyzed using Winsteps software based on the Rasch Model. Instrument quality was evaluated through item validity and reliability analysis, including Person Reliability, Item Reliability, and Cronbach's Alpha. The results showed that 18 out of 22 items met the validity criteria and were retained, while four items were excluded due to misfit statistics. Reliability analysis indicated that the instrument demonstrated satisfactory reliability and consistency in measuring teacher burnout. The findings suggest that the modified Maslach Burnout Inventory is a valid and reliable instrument for assessing burnout among elementary school teachers. This instrument can be utilized in educational research and practice to identify burnout levels and support teacher well-being and professional performance.

Keywords: *Validation, Burnout, Elementary School Teachers*

A. Pendahuluan

Burnout merupakan salah satu permasalahan psikologis yang banyak ditemukan pada profesi yang menuntut interaksi intensif dengan individu lain, termasuk profesi guru. Guru sekolah dasar memiliki tanggung jawab yang kompleks tidak hanya dalam menyampaikan materi pembelajaran, tetapi juga dalam membimbing, mendidik, dan membentuk karakter peserta didik

(Afifah et al., 2024). Tuntutan pekerjaan yang tinggi, beban administrasi yang terus meningkat, serta kebutuhan untuk memberikan pelayanan pendidikan yang optimal sering kali menimbulkan tekanan fisik dan emosional bagi guru. Kondisi tersebut dapat menyebabkan burnout yang ditandai dengan kelelahan emosional *emotional exhaustion*, sikap negatif atau depersonalisasi *depersonalization*, serta menurunnya

penghargaan terhadap diri sendiri dalam pekerjaan *reduced personal accomplishment* (Maslach et al., 2016). Menurut Christina Maslach dan rekan-rekannya, *burnout* merupakan sindrom psikologis yang muncul sebagai respons terhadap stres kerja kronis yang tidak berhasil diatasi dan dapat berdampak pada kualitas kinerja individu maupun organisasi (Maslach et al., 2001).

Fenomena *burnout* pada guru menjadi isu penting dalam dunia pendidikan karena berpotensi memengaruhi efektivitas pembelajaran, hubungan guru dengan peserta didik, serta kualitas layanan pendidikan secara keseluruhan (Thomas & Reyes, 2024). Berbagai penelitian menunjukkan bahwa guru yang mengalami *burnout* cenderung memiliki motivasi kerja yang rendah, kepuasan kerja yang menurun, dan kesulitan dalam menjalankan tugas profesionalnya secara optimal (Iskandar & Priyana, 2024). Kondisi ini semakin relevan pada guru sekolah dasar yang berinteraksi secara langsung dengan peserta didik dalam waktu yang relatif panjang setiap harinya (Elvita et al, 2025). Selain tuntutan mengajar, guru juga

dihadapkan pada berbagai tugas administratif, penyusunan perangkat pembelajaran, penilaian hasil belajar, serta tuntutan adaptasi terhadap perkembangan teknologi dan kebijakan pendidikan yang terus berubah (Satria et al., 2025). Apabila kondisi tersebut berlangsung dalam jangka waktu yang lama tanpa adanya dukungan yang memadai, maka risiko terjadinya *burnout* akan semakin tinggi.

Dalam upaya mengidentifikasi tingkat *burnout* secara akurat, diperlukan instrumen pengukuran yang memiliki validitas dan reliabilitas yang baik. Salah satu instrumen yang paling banyak digunakan untuk mengukur *burnout* adalah *Maslach Burnout Inventory (MBI)* yang dikembangkan oleh Christina Maslach (Widhianingtanti et al, 2022). Instrumen ini telah digunakan secara luas dalam berbagai penelitian dan mencakup tiga dimensi utama *burnout*, yaitu *Emotional Exhaustion*, *Depersonalization*, dan *Personal Accomplishment* (Maslach & Jackson, 1981b). Meskipun demikian, penggunaan suatu instrumen pada konteks dan karakteristik responden yang berbeda memerlukan pengujian

kembali terhadap kualitas psikometrianya (Subhaktiyasa, n.d.). Oleh karena itu, diperlukan proses validasi untuk memastikan bahwa setiap butir instrumen mampu mengukur konstruk burnout secara tepat sesuai dengan karakteristik guru sekolah dasar.

Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian ini dilakukan untuk menguji kualitas instrumen burnout yang diadaptasi dari *Maslach Burnout Inventory* pada guru sekolah dasar (Hasyiyati & Widyasari, 2023). Instrumen yang digunakan terdiri atas 22 butir pernyataan yang diberikan kepada 42 guru sekolah dasar sebagai responden penelitian. Pengujian instrumen dilakukan menggunakan pendekatan kuantitatif melalui penyebaran kuesioner dan dianalisis menggunakan Model Rasch dengan bantuan perangkat lunak Winsteps (Sumintono, n.d.). Analisis ini digunakan untuk mengevaluasi validitas butir dan reliabilitas instrumen melalui indikator kesesuaian butir *item fit*, *reliabilitas responden* *person reliability*, reliabilitas butir item *reliability*, serta koefisien konsistensi internal

Cronbach's Alpha (Salsabila et al., 2023).

Penelitian ini berfokus pada pengujian validitas dan reliabilitas instrumen burnout bagi guru sekolah dasar sehingga dapat diperoleh instrumen yang memenuhi standar pengukuran yang baik. Tujuan penelitian adalah untuk menganalisis karakteristik psikometrik instrumen *burnout* berdasarkan *Maslach Burnout Inventory* serta menentukan kelayakan penggunaannya dalam mengukur tingkat burnout guru sekolah dasar. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan manfaat teoritis berupa penguatan kajian mengenai pengukuran burnout dalam konteks pendidikan dasar, serta manfaat praktis sebagai acuan bagi peneliti, sekolah, dan pemangku kebijakan pendidikan dalam melakukan identifikasi dini terhadap burnout guru sehingga dapat dirancang program intervensi dan pengembangan profesional yang lebih tepat sasaran (Hasyiyati & Widyasari, 2023).

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif deskriptif

dengan desain penelitian survei untuk menguji kualitas psikometrik instrumen burnout yang diadaptasi dari *Maslach Burnout Inventory (MBI)* pada guru sekolah dasar (Yulianto Heri, 2020). Pendekatan kuantitatif dipilih karena penelitian berfokus pada pengukuran, pengujian, dan analisis karakteristik instrumen berdasarkan data numerik yang diperoleh dari responden. Instrumen penelitian berupa kuesioner burnout yang terdiri atas 22 butir pernyataan yang disusun berdasarkan tiga dimensi *burnout*, yaitu *Emotional Exhaustion*, *Depersonalization*, dan *Personal Accomplishment* (Enzmann et al., 1998).

Subjek penelitian adalah 42 guru sekolah dasar yang dipilih sebagai responden penelitian. Pengumpulan data dilakukan melalui penyebaran angket menggunakan skala likert yang memungkinkan responden memberikan penilaian terhadap setiap pernyataan sesuai dengan kondisi yang dialami. Sebelum dilakukan analisis, data yang terkumpul diperiksa kelengkapannya untuk memastikan seluruh respons dapat digunakan dalam proses pengolahan data.

Analisis instrumen dilakukan menggunakan pendekatan Rasch Model dengan bantuan perangkat lunak Winsteps. Model Rasch dipilih karena mampu mengevaluasi kualitas instrumen secara lebih komprehensif dibandingkan analisis klasik, baik dari sisi karakteristik butir maupun kemampuan responden. Analisis meliputi pengujian validitas butir berdasarkan nilai Outfit Mean Square (MNSQ), Outfit Z-Standard (ZSTD), dan Point Measure Correlation (Pt-Mea Corr). Butir yang tidak memenuhi kriteria kesesuaian (misfit) dipertimbangkan untuk direvisi atau dihapus dari instrumen. Selain itu, reliabilitas instrumen dianalisis melalui nilai Person Reliability, Item Reliability, dan Cronbach's Alpha untuk mengetahui tingkat konsistensi instrumen dalam mengukur konstruk burnout.

Hasil analisis *Rasch* digunakan untuk menentukan kelayakan instrumen burnout yang diadaptasi dari *Maslach Burnout Inventory*. Instrumen dinyatakan layak apabila menunjukkan tingkat validitas dan reliabilitas yang memadai serta mampu mengukur konstruk burnout secara konsisten pada guru sekolah

dasar. Temuan penelitian selanjutnya digunakan sebagai dasar dalam merekomendasikan instrumen burnout yang valid dan reliabel untuk digunakan dalam penelitian maupun praktik pendidikan.

C.Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menguji validitas dan reliabilitas instrumen burnout yang diadaptasi dari *Maslach Burnout Inventory* (MBI) pada guru sekolah dasar menggunakan pendekatan *Rasch Model* (Widhianingtanti et al, 2022). Instrumen yang diuji terdiri atas 22 butir pernyataan dan diberikan kepada 42 guru sekolah dasar sebagai responden, pernyataan 22 butir sebagai berikut (Maslach & Jackson, 1981a).

1. Saya merasa kelelahan secara emosional karena pekerjaan.
2. Saya merasa energi saya habis setelah bekerja.
3. Saya merasa lelah saat bangun di pagi hari.
4. Bekerja dengan orang lain sepanjang hari terasa melelahkan.
5. Saya merasa kelelahan karena pekerjaan saya.
6. Saya merasa frustrasi dengan pekerjaan saya.
7. Saya merasa bekerja terlalu keras.
8. Bekerja secara langsung dengan orang lain membuat saya terlalu stress.
9. Saya merasa berada di batas kemampuan saya.
10. Saya mampu memahami perasaan orang lain dengan baik.
11. Saya mampu menangani masalah orang lain secara efektif.
12. Saya merasa memberikan dampak positif bagi orang lain.
13. Saya merasa sangat bersemangat dalam bekerja.
14. Saya mampu menciptakan suasana yang nyaman dengan orang lain.
15. Saya merasa sangat bersemangat setelah bekerja secara intens dengan orang lain.
16. Saya merasa telah mencapai banyak hal yang berarti dalam pekerjaan ini.
17. Saya mampu menghadapi masalah dengan tenang.
18. Saya memperlakukan orang lain secara kurang personal.

19. Saya menjadi lebih tidak peduli terhadap orang lain.
20. Saya khawatir pekerjaan ini membuat saya lebih keras secara emosional.
21. Saya tidak terlalu peduli dengan apa yang terjadi pada orang lain.
22. Saya merasa orang lain menyalahkan saya atas beberapa masalah yang mereka hadapi.

Analisis validitas dilakukan menggunakan kriteria *item fit* pada Model Rasch yang meliputi nilai *Outfit Mean Square* (MNSQ), *Outfit Z-Standard* (ZSTD), dan *Point Measure Correlation* (Pt-Mea Corr). Suatu butir dinyatakan valid apabila memenuhi rentang nilai Outfit MNSQ 0,5–1,5, Outfit ZSTD -2,0 hingga +2,0, dan Pt-Mea Corr 0,40–0,85.

Berdasarkan hasil analisis menggunakan Winsteps, diperoleh 18 butir yang memenuhi kriteria validitas dan 4 butir yang tidak memenuhi kriteria. Butir yang tidak valid terdiri atas P10, P11, P14, dan P15. Keempat butir tersebut menunjukkan nilai Outfit MNSQ di atas batas yang direkomendasikan, yaitu berkisar antara 1,66 hingga 1,87, serta nilai Outfit ZSTD berada di atas +2,0. Selain itu, nilai Point Measure

Correlation pada keempat butir tersebut berada di bawah 0,40 sehingga menunjukkan bahwa butir kurang mampu merepresentasikan konstruk burnout yang diukur.

Sementara itu, 18 butir lainnya memenuhi seluruh kriteria *fit* dan dinyatakan valid untuk mengukur burnout pada guru sekolah dasar. Dengan demikian, instrumen burnout hasil adaptasi Maslach Burnout Inventory yang digunakan dalam penelitian ini memiliki tingkat validitas yang baik setelah mengeliminasi empat butir yang tidak sesuai dengan model pengukuran Rasch.

Reliabilitas instrumen dianalisis melalui nilai Person Reliability dan Cronbach's Alpha. Hasil analisis menunjukkan bahwa nilai Person Reliability sebesar 0,78 pada estimasi *real model* dan 0,84 pada estimasi *model reliability*. Nilai tersebut menunjukkan bahwa instrumen memiliki kemampuan yang baik dalam membedakan tingkat burnout antarresponden.

Selain itu, nilai Cronbach's Alpha (KR-20) diperoleh sebesar 0,79. Menurut kriteria reliabilitas, nilai tersebut termasuk dalam kategori baik karena berada di atas batas minimum

0,70. Hasil ini menunjukkan bahwa instrumen memiliki konsistensi internal yang memadai dalam mengukur konstruk burnout pada guru sekolah dasar.

Nilai separation sebesar 1,91 pada *real model* dan 2,25 pada *model reliability* menunjukkan bahwa instrumen mampu mengelompokkan responden ke dalam beberapa tingkat burnout yang berbeda. Dengan demikian, instrumen memiliki kualitas pengukuran yang cukup baik untuk digunakan dalam penelitian maupun evaluasi burnout guru sekolah dasar.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar butir dalam instrumen burnout yang diadaptasi dari Maslach Burnout Inventory memiliki karakteristik psikometrik yang baik berdasarkan analisis Rasch. Dari total 22 butir yang diuji, sebanyak 18 butir dinyatakan valid dan mampu merepresentasikan konstruk burnout secara konsisten. Temuan ini mengindikasikan bahwa instrumen yang digunakan telah sesuai untuk mengukur kondisi burnout pada guru sekolah dasar.

Empat butir yang tidak valid, yaitu P10, P11, P14, dan P15, menunjukkan ketidaksesuaian dengan model Rasch. Ketidaksesuaian tersebut dapat disebabkan oleh beberapa faktor, seperti redaksi pernyataan yang kurang jelas, interpretasi yang berbeda oleh responden, atau karakteristik butir yang tidak sepenuhnya mencerminkan pengalaman burnout guru sekolah dasar. Menurut teori pengukuran Rasch, butir yang memiliki nilai Outfit MNSQ dan ZSTD di luar rentang yang direkomendasikan menunjukkan adanya respons yang tidak konsisten sehingga perlu direvisi atau dihapus agar instrumen menjadi lebih akurat.

Nilai Person Reliability sebesar 0,78 menunjukkan bahwa instrumen mampu membedakan responden berdasarkan tingkat burnout yang dimiliki (Angeline et al., 2025). Hasil ini sejalan dengan pendapat Bond dan Fox bahwa nilai reliabilitas di atas 0,70 menunjukkan kualitas pengukuran yang memadai dalam penelitian sosial dan Pendidikan (Romdlon & Adi, 2025). Selain itu, nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,79 mengindikasikan bahwa butir-butir yang dipertahankan

memiliki konsistensi internal yang baik dalam mengukur konstruk burnout (Sahanaya et al., 2025).

Tabel 1 Hasil Ringkasan Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Aspek	Hasil
Jumlah responden	42 guru
Jumlah item awal	22
Item valid	18
Item tidak valid	4 (P10, P11, P14, P15)
Person Reliability	0,78
Model Person Reliability	0,84
Cronbach's Alpha	0,79
Separation	1,91
Kesimpulan	Instrumen valid dan reliabel

Temuan penelitian ini mendukung teori burnout yang dikemukakan oleh Maslach, yang menyatakan bahwa burnout merupakan konstruk multidimensional yang terdiri atas kelelahan emosional (*emotional exhaustion*), depersonalisasi (*depersonalization*), dan penurunan pencapaian diri (*personal accomplishment*) (Hakanen et al., 2006). Mayoritas butir dalam instrumen mampu mengukur ketiga dimensi tersebut secara konsisten sehingga instrumen layak digunakan dalam konteks pendidikan dasar.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa instrumen burnout berbasis Maslach Burnout Inventory yang telah melalui

pengujian Rasch memiliki validitas dan reliabilitas yang baik. Dengan mempertahankan 18 butir yang valid, instrumen ini dapat digunakan sebagai alat ukur untuk mengidentifikasi tingkat burnout pada guru sekolah dasar. Penggunaan instrumen yang valid dan reliabel diharapkan dapat membantu peneliti, sekolah, maupun pemangku kebijakan dalam melakukan deteksi dini terhadap burnout sehingga dapat dirancang program intervensi yang tepat untuk meningkatkan kesejahteraan dan kinerja guru.

D. Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk menguji validitas dan reliabilitas instrumen burnout yang diadaptasi dari *Maslach Burnout Inventory* (MBI) pada guru sekolah dasar menggunakan pendekatan *Rasch Model* dengan bantuan perangkat lunak Winsteps. Hasil analisis terhadap 22 butir pernyataan yang diberikan kepada 42 guru sekolah dasar menunjukkan bahwa sebanyak 18 butir memenuhi kriteria validitas, sedangkan 4 butir, yaitu P10, P11, P14, dan P15, dinyatakan tidak valid karena tidak memenuhi kriteria *item fit*

yang ditetapkan. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar butir instrumen mampu mengukur konstruk burnout secara tepat sesuai dengan model pengukuran Rasch.

Hasil uji reliabilitas menunjukkan nilai *Person Reliability* sebesar 0,78 yang termasuk dalam kategori reliabel, sedangkan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,79 menunjukkan konsistensi internal instrumen yang baik. Selain itu, nilai *separation* sebesar 1,91 mengindikasikan bahwa instrumen mampu membedakan responden berdasarkan tingkat burnout yang dimiliki. Dengan demikian, instrumen burnout hasil adaptasi Maslach Burnout Inventory yang terdiri atas 18 butir valid dapat dinyatakan layak digunakan untuk mengukur tingkat burnout pada guru sekolah dasar.

Berdasarkan hasil penelitian, disarankan agar empat butir yang dinyatakan tidak valid direvisi atau dikaji kembali dari aspek redaksi, kejelasan makna, dan kesesuaiannya dengan karakteristik guru sekolah dasar sebelum digunakan pada penelitian berikutnya. Selain itu, penelitian ini masih terbatas pada jumlah responden yang relatif kecil,

yaitu 42 guru sekolah dasar, sehingga penelitian lanjutan disarankan melibatkan jumlah sampel yang lebih besar dan berasal dari wilayah atau jenjang pendidikan yang lebih beragam untuk memperoleh tingkat generalisasi yang lebih luas.

Penelitian selanjutnya juga dapat melakukan pengujian instrumen menggunakan pendekatan psikometrik lainnya, seperti *Confirmatory Factor Analysis* (CFA) atau mengombinasikan analisis klasik dan modern untuk memperkuat bukti validitas konstruk. Dengan demikian, instrumen burnout yang dikembangkan dapat memiliki kualitas pengukuran yang semakin baik dan dapat digunakan secara lebih luas dalam penelitian maupun praktik pendidikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, H., Nugraha, M. S., Bandung, K., & Barat, J. (2024). *Strategi Efektif Dalam Mengatasi Stres Dan Burnout Pada Pendidik Dan Staf Di Lingkungan Sekolah*. November, 137–149.
- Angeline, G., Putri, N., & Yudiarso, A. (2025). *Penerapan Rasch Model Untuk Validasi Copenhagen Burnout Inventory (CBI) Versi Indonesia*. 10(6), 5695–5708.
- Elvita et al. (2025). *Hubungan Hardiness Dengan Burnout Pada*

- Guru Sekolah Dasar*. 9, 4249–4254.
- Enzmann, D., Schaufeli, W. B., Janssen, P., & Rozeman, A. (1998). Dimensionality and validity of the Burnout Measure. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 71(4), 331–351. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8325.1998.tb00680.x>
- Hakanen, J. J., Bakker, A. B., & Schaufeli, W. B. (2006). Burnout and work engagement among teachers. *Journal of School Psychology*, 43(6), 495–513. <https://doi.org/10.1016/j.jsp.2005.11.001>
- Hasyyati, B. M., & Widyasari, P. (2023). *Hubungan antara Self-Compassion dengan Burnout pada Guru Sekolah Dasar Inklusif* *Correlation between Self-Compassion and Burnout among Inclusive Elementary School Teachers*. 19(1), 29–42.
- Iskandar, Y., & Priyana, Y. (2024). *Relationship Between Teacher Burnout , Job Satisfaction , And Student Achievement In Middle Schools : A Case Study In Cianjur , Indonesia*. 5(2), 71–85. <https://doi.org/10.38156/psikowipa.v5i2.119>
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981a). *The measurement of experienced burnout**. 2, 99–113.
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981b). The measurement of experienced burnout. *Journal of Organizational Behavior*, 2(2), 99–113. <https://doi.org/10.1002/job>.
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). *Ob urnout*. 397–422.
- Maslach et al. (2016). Understanding the burnout experience: Recent research and its implications for psychiatry. *World Psychiatry*, 15(2), 103–111. <https://doi.org/10.1002/wps.20311>
- Romdlon, N., & Adi, M. (2025). *Analisis Kualitas Instrumen Literasi Media : Validitas dan Reliabilitas Menggunakan Model Rasch*. 10(2), 323–336.
- Sahanaya, D. D., Ramadhan, Y. A., & Purwaningrum, E. K. (2025). *Penyusunan Skala*. 1008–1017.
- Salsabila, F., Nurihsan, J., Sunarya, Y., & Indonesia, U. P. (2023). *Jurnal Bimbingan dan Konseling Terapan*. 07, 15–25.
- Satria, R., Fauzan, F., & Muhammad, A. F. (2025). Faktor Penyebab Stres Kerja dan Dampaknya Terhadap Kinerja Guru: Tinjauan Literatur Komprehensif. *Jurnal Riset Dan Inovasi Pembelajaran*, 5(1), 249–263. <https://etdci.org/journal/jrip/article/view/2889>
- Subhaktiyasa, P. G. (n.d.). *Evaluasi Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian Kuantitatif: Sebuah Studi Pustaka*. 5(4), 5599–5609.
- Sumintono, B. (n.d.). *RaschH RaschH*.
- Thomas, J., & Reyes, M. E. S. (2024). *Makara Human Behavior Studies in Asia Understanding the New Stress Factors Affecting Teachers ' Burnout: A Scoping Review Understanding the New Stress Factors that Affect Teachers ' Burnout: A Scoping Review Memahami Faktor Baru dari Stres yang Berdampak pada Burnout Guru : Sebuah Scoping Review*. 28(1), 1–18.
- Widhianingtanti et al. (2022). *The Maslach-Trisni Burnout Inventory: Adaptation for Indonesia*. 1–21.
- Yulianto Heri. (2020). *Maslach Burnout Inventory-Human Services Survey (MBI-HSS) Versi Bahasa Indonesia : 9(1), 19–29*.