

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI ILMIAH .....	vi
ABSTRAK.....	vii
ABSTRACK.....	viii
DAFTAR ISI .....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan dan Manfaat Penelitian .....	5
1.3.1 Tujuan Penelitian.....	5
1.3.2 Manfaat Penelitian.....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>6</b>
2.1 <i>Burnout</i> .....	6
2.1.1 Pengertian <i>Burnout</i> .....	6
2.1.2 Dimensi <i>burnout</i> .....	6
2.1.3 Faktor-faktor burnout .....	7
2.2 Regulasi Emosi .....	8
2.2.1 Pengertian Regulasi Emosi .....	8
2.2.2 Aspek-aspek Regulasi Emosi.....	8
2.2.3 Faktor-Faktor Regulasi Emosi .....	9
2.3 <i>Work Engagement</i> .....	10
2.3.1 Pengertian <i>Work Engagement</i> .....	10
2.3.2 Aspek <i>Work Engagement</i> .....	10
2.4 Kerangka Berpikir.....	10
2.5. Hipotesis .....	12
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>13</b>

3.1 Rancangan Penelitian .....	13
3.2 Populasi dan Sampel .....	13
3.2.1 Populasi .....	13
3.2.2 Sampel .....	13
3.2.3 Teknik Sampling .....	14
3.3 Definisi Variabel .....	14
3.3.1 Definisi Konseptual <i>Burnout</i> .....	14
3.3.2 Definisi Operasional <i>Burnout</i> .....	14
3.3.3 Definisi Konseptual Regulasi Emosi.....	14
3.3.4. Definisi Operasional Regulasi Emosi.....	14
3.4 Instrumen Penelitian .....	15
3.4.1 Skala Alat Ukur.....	15
3.4.2 Teknik Skoring.....	15
3.5 Kisi-kisi Alat Ukur .....	15
3.5.1 Skala <i>Burnout</i> .....	15
3.5.2 Skala Regulasi Emosi.....	17
3.6 Uji Validitas dan Realibilitas .....	19
3.6.1 Uji Validitas .....	19
3.6.2 Uji Realibilitas.....	20
3.7 Teknik analisis data .....	20
3.7.1 Frekuensi.....	20
3.7.2 Uji Normalitas.....	20
3.7.3 Uji Linearitas.....	21
3.8 Kategorisasi.....	21
3.9 Waktu dan Tempat Penelitian .....	22
4.0 Prosedur Penelitian.....	22
4.1 Gambaran Responden Penelitian .....	23
4.1.1 Status Pekerjaan .....	23
4.2 Analisis Data.....	23
4.2.1 Hasil Uji Reliabilitas dan Validitas .....	23
4.2.2 Hasil Uji Normalitas.....	23
4.2.3 Hasil Uji Linearitas.....	24
4.2.4 Hasil Uji Regresi Linear Sederhana .....	24

4.2.5 Kategorisasi.....	26
<b>BAB V PEMBAHASAN .....</b>	<b>28</b>
5.1 Gambaran Subjek.....	28
5.2 Pembahasan .....	28
<b>BAB VI SIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>32</b>
6.1 Simpulan.....	32
6.2 Saran.....	32
6.2.1 Saran Teoritis .....	32
6.2.2 Saran Praktis .....	32
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>33</b>
<b>LAMPIRAN A.....</b>	<b>36</b>
<b>LAMPIRAN B.....</b>	<b>48</b>
<b>LAMPIRAN C.....</b>	<b>59</b>
<b>LAMPIRAN D.....</b>	<b>61</b>
<b>LAMPIRAN E.....</b>	<b>62</b>
<b>LAMPIRAN F.....</b>	<b>63</b>

**DAFTAR TABEL**

Tabel 3. 1 Respon Jawaban Pada Kuesioner .....	15
Tabel 3. 2 Blue Print Skala Burnout Sebelum Uji Coba .....	16
Tabel 3. 3 Blue Print Skala Burnout Sesudah Uji Coba .....	17
Tabel 3. 4 Blue Print Skala Regulasi Emosi Sebelum Uji Coba .....	18
Tabel 3. 5 Blue Print Skala Regulasi Emosi Setelah Uji Coba.....	19
Tabel 3.6 Tabel Kategorisasi Variabel Regulasi Emosi dan <i>Burnout</i> .....	30
Tabel 4. 1 .....	23
Tabel 4. 2 .....	23
Tabel 4. 3 .....	24
Tabel 4. 4 .....	24
Tabel 4. 5 .....	25
Tabel 4. 6 .....	25
Tabel 4. 7 .....	26
Tabel 4. 8 .....	26
Tabel 4. 9 .....	26
Tabel 4. 10 .....	27

Universitas  
**Esa Unggul**

**DAFTAR GAMBAR**

Gambar 2. 1 Skema Kerangka Berpikir.....11

Universitas  
**Esa Unggul**

LAMPIRAN A  
SKALA ALAT UKUR REGULASI EMOSI DAN *BURNOUT*

PENGANTAR PENGISIAN KUESIONER

Selamat Pagi/Siang/Malam,

Saya Avnezia Verel Navaro, mahasiswa semester akhir Fakultas Psikologi Universitas Esa Unggul. Saat ini saya sedang menempuh tugas akhir saya, yakni skripsi dengan topik “Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap *Burnout* Pada Ibu Yang Berprofesi Guru”.

Sehubungan dengan hal tersebut, saya meminta kesediaan saudara/I untuk menjawab beberapa pernyataan yang sesuai dengan kondisi saudara saat ini. Dalam kuisisioner ini tidak ada pernyataan yang benar maupun salah, semua jawaban adalah benar sepanjang memang menggambarkan kondisi saudara yang sebenarnya.

Saya sebagai peneliti menjamin kerahasiaan identitas saudara/I dan segala informasi berupa hasil pengisian kuisisioner hanya akan digunakan untuk kepentingan penelitian dan publikasi ilmiah.

Demikian saya sampaikan, atas kerjasama dan kesediaan saudara saya ucapkan terimakasih.

Hormat Saya,

Avnezia Verel Navaro

PERNYATAAN PERSETUJUAN PARTISIPAN DALAM PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama/Inisial :

Menyatakan bersedia untuk menjadi responden/partisipan pada penelitian ini

Tanda Tangan Responden

---

(Nama)

**LEMBAR RESPONDEN**

**A. Petunjuk Pengisian Kuesioner**

1. Kepada saudar/i akan diberikan beberapa lembar pernyataan kuisisioner. Lembar kuisisioner terbagi mbenjadi 3 bagian, bagian A , B dan C.
2. Berilah tanda centang (X) pada kolom yang saudara/i pilih sesuai dengan keadaan sebenarnya.
3. Pada lembaran kedua, akan ada empat alternatif jawaban, yaitu :
  - SS : Sangat Sesuai
  - S : Sesuai
  - TS : Tidak Sesuai
  - STS : Sangat Tidak Sesuai

**B. Identitas Responden**

1. Nama/Inisial :
2. Status pekerjaan :  
 Guru tetap  Guru Honorer

**C. Kriteria responden :**

- Mengajar dijenjang SMA
- Wanita sudah menikah dan memiliki anak

**D. Petunjuk pengisian kuesioner**

- 2.4.1.2.1 Isilah data anda dengan lengkap.
- 2.4.1.2.2 Pilihlah salah satu dari keempat jawaban yang ada dan paling sesuai dengan keadaan anda, kemudian beri tanda (X) pada kolom jawaban yang tersedia, yaitu:  
 SS : Sangat Sesuai  
 S : Sesuai  
 TS : Tidak Sesuai  
 STS : Sangat Tidak Sesuai

Contoh :

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya merasa lelah ketika bangun pagi dan harus bekerja		X		

**BAGIAN A**  
**LAMPIRAN ALAT UKUR**  
**Kuesioner 1 *Burnout***

Keterangan :

**SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), TS (Tidak Sesuai), STS (Sangat Tidak Sesuai)**  
**Sebelum Uji Coba**

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya merasa lelah ketika bangun pagi dan harus pergi ke sekolah				
2	Saya mampu menjelaskan materi dengan tepat meskipun sudah terlalu lelah mengajar				
3	Mengajar setiap hari merupakan suatu beban bagi saya				
4	Saya mulai mengajar setelah suasana kelas tenang				
5	Saya merasa bukan seorang guru yang baik bagi siswa-siswa saya				
6	Saya tetap tersenyum dan menyapa rekan guru lain walaupun sedang lelah mengajar				
7	Saya merasa kecewa dengan pekerjaan yang sebagai guru				
8	Saya merasa bersemangat setiap akan pergi bekerja				
9	Mengajar merupakan kegiatan yang menguras emosi				
10	Terlalu lelah mengajar menyebabkan saya sakit				
11	Saya selalu fokus mengajalakan tugas saya sebagai guru				
12	Saya merasa frustrasi karena pekerjaan saya sebagai guru				
13	Saya akan bertanya pada siswa apakah mereka paham dengan materi yang saya jelaskan				
14	Saya merasa tidak kompeten melaksanakan tugas sebagai guru				



15	Saya suka berinteraksi dengan siswa-siswa saya				
16	Saya lebih suka meninggalkan tugas untuk siswa daripada mengajar				
17	Bila saya diberi kesempatan untuk memilih profesi lain, saya tetap akan menjadi seorang guru				
18	Ketika saya merasa penat setelah mengajar, saya cenderung menarik diri				
19	Saya merasa berhasil mendidik para siswa saya				
20	Saya menyindir rekan guru yang berbuat salah dalam menjalankan tugasnya				
21	Saya merasa kemampuan saya sebagai guru setara dengan rekan guru lainnya				
22	Terlalu lama mengajar membuat saya salah dalam menjelaskan materi				
23	Walaupun lelah, saya tetap membalas sapaan dari siswa saya dengan senyuman				
24	Saya merasa kemampuan saya sebagai guru lebih rendah dibandingkan dengan rekan guru lain				
25	Sesibuk apapun saya menjalankan tugas sebagai guru, saya tidak merasa lelah				
26	Akhir-akhir ini saya merasa tidak memiliki gairah dalam mengajar				
27	Saya melakukan tugas-tugas yang harus saya kerjakan meskipun dalam keadaan lelah				
28	Saya menyinggung perasaan orang lain secara sengaja ketika sedang penat menjalankan tugas dan tanggung jawab di sekolah				

29	Saya akan menjelaskan secara personal apabila terdapat satu siswa yang belum paham tentang materi yang saya terangkan				
30	Saat lelah, saya tidak menghiraukan guru-guru yang sedang berbagi keluh kesah mereka				
31	Saya menikmati waktu saya saat mengajar				
32	Saya menjaga jarak dengan siswa saya				
33	Saya akan mendengarkan dan memberikan nasihat ketika ada rekan guru yang berkeluh kesah				
34	Saya sulit memfokuskan diri dengan pekerjaan saya sebagai guru				
35	Saya lebih suka membuat siswa paham dengan materi yang saya ajarkan dengan berbagai metode				
36	Saya merasa pegal setelah seharian mengajar				
37	Saya menikmati pekerjaan saya sebagai guru setiap harinya				
38	Saya lebih suka mengerjakan tugas saya sendiri daripada harus bekerja sama dengan rekan guru lainnya				
39	Saya merasa puas menjalankan peran saya sebagai guru				
40	Sikap saya sebagai seorang guru layak untuk dijadikan panutan bagi siswa				

**Sesudah Uji Coba**

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya merasa lelah ketika bangun pagi dan harus pergi ke sekolah				
2	Mengajar setiap hari merupakan suatu beban bagi saya				
3	Saya merasa bukan seorang guru yang baik bagi siswa-siswa saya				
4	Saya merasa kecewa dengan pekerjaan yang sebagai guru				
5	Mengajar merupakan kegiatan yang menguras emosi				
6	Terlalu lelah mengajar menyebabkan saya sakit				
7	Saya selalu fokus menjalankan tugas saya sebagai guru				
8	Saya merasa frustrasi karena pekerjaan saya sebagai guru				
9	Saya merasa tidak kompeten melaksanakan tugas sebagai guru				
10	Saya suka berinteraksi dengan siswa-siswa saya				
11	Saya lebih suka meninggalkan tugas untuk siswa daripada mengajar				
12	Ketika saya merasa penat setelah mengajar, saya cenderung menarik diri				
13	Saya menyindir rekan guru yang berbuat salah dalam menjalankan tugasnya				
14	Terlalu lama mengajar membuat saya salah dalam menjelaskan materi				
15	Saya merasa kemampuan saya sebagai guru lebih rendah dibandingkan dengan rekan guru lain				
16	Akhir-akhir ini saya merasa tidak memiliki gairah dalam mengajar				

17	Saya menyinggung perasaan orang lain secara sengaja ketika sedang penat menjalankan tugas dan tanggung jawab di sekolah				
18	Saat lelah, saya tidak menghiraukan guru-guru yang sedang berbagi keluh kesah mereka				
19	Saya menjaga jarak dengan siswa saya				
20	Saya sulit memfokuskan diri dengan pekerjaan saya sebagai guru				
21	Saya merasa pegal setelah seharian mengajar				
22	Saya lebih suka mengerjakan tugas saya sendiri daripada harus bekerja sama dengan rekan guru lainnya				
23	Saya merasa puas menjalankan peran saya sebagai guru				

**BAGIAN B**

**LAMPIRAN ALAT UKUR**  
**Kuesioner 2 Regulasi Emosi**

Keterangan :

**SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), TS (Tidak Sesuai), STS (Sangat Tidak Sesuai)**  
**Sebelum Uji Coba**

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya mampu menyadari dengan baik perasaan yang saya rasakan.				
2	Saya dapat mengendalikan kemarahan yang saya rasakan.				
3	Saya melakukan kegiatan lain untuk menghilangkan rasa cemas				
4	Saya mengetahui apa yang membuat saya senang.				
5	Selalu ada pelajaran yang bisa saya ambil setiap kali salah dalam melakukan sebuah tindakan				
6	Saya sulit berfikir rasional ketika sedang marah.				
7	Saya sulit menahan kesedihan yang saya rasakan.				
8	Saya tidak percaya diri ketika menghadapi masalah.				
9	Tidak ada yang bisa mengurangi rasa cemas saya ketika menghadapi masalah.				
10	Saya sulit mengerti perubahan perasaan yang saya rasakan.				
11	Saat saya berlarut dalam kesedihan membuat saya tidak bisa berpikir rasional.				
12	Saya tidak percaya diri ketika tindakan yang saya ambil salah				
13	Ketika sedang marah, saya memerlukan waktu yang lama untuk menenangkan diri				

14	Jika sedang cemas saya tidak menyadari tindakan yang saya ambil.				
15	Saya mampu memahami perasaan yang saya alami				
16	Ketika sedang cemas, saya tidak dapat berpikir rasional.				
17	Saya tidak berlarut-larut dalam kesedihan yang saya rasakan				
18	Ketika saya gagal, saya berpikir meninggalkan kegiatan tersebut.				
19	Saya tidak mengerti mengenai perasaan saya				
20	Saya tidak menyadari tindakan saya ketika sedang cemas.				
21	Saat sedang marah saya tidak bisa mengatasi permasalahan dengan baik				
22	Saya yakin setiap rintangan yang sulit bisa saya lewati dengan baik.				
23	Saya tidak mampu berpikir dengan baik saat keadaan cemas.				
24	Saya mampu berpikir dengan baik walaupun dalam keadaan takut.				
25	Jika melewati rintangan yang sulit saya yakin bisa melewati rintangan tersebut.				
26	Saya merasa bingung saat sedang cemas.				
27	Saya sulit berpikir rasional ketika sedang takut.				
28	Saya tidak mampu mengatasi kesedihan yang saya rasakan.				
29	Kesedihan yang saya rasakan dapat dengan cepat hilang.				
30	Saya sulit tidur ketika sedang ada masalah.				
31	Saya sulit mengerti perasaan orang lain.				

32	Saya tetap bisa tenang menghadapi situasi apapun dalam keadaan marah.				
33	Ketika sedang marah, saya sulit mengatasinya.				
34	Saya dapat mengendalikan kemarahan yang saya rasakan.				
35	Saya mengetahui apa yang saya pikirkan.				
36	Saat sedang melakukan tindakan saya mengerti mengapa saya melakukan itu.				
37	Saya menyadari apa yang membuat saya senang.				
38	Saya sadar dengan tindakan yang saya lakukan.				
39	Saya sulit mengerti apa yang ada dipikiran saya				
40	Saat sedang melakukan tindakan saya tidak mengerti mengapa saya melakukan itu.				
41	Saya tetap fokus walaupun sedang dalam permasalahan				

**Sebelum Uji Coba**

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya mampu menyadari dengan baik perasaan yang saya rasakan.				
2	Saya mengetahui apa yang membuat saya senang.				
3	Selalu ada pelajaran yang bisa saya ambil setiap kali salah dalam melakukan sebuah tindakan				
4	Saya sulit berfikir rasional ketika sedang marah.				
5	Saya sulit menahan kesedihan yang saya rasakan.				
6	Saya tidak percaya diri ketika menghadapi masalah.				
7	Tidak ada yang bisa mengurangi rasa cemas saya ketika menghadapi masalah.				
8	Saya sulit mengerti perubahan perasaan yang saya rasakan.				
9	Saat saya berlarut dalam kesedihan membuat saya tidak bisa berpikir rasional.				
10	Saya tidak percaya diri ketika tindakan yang saya ambil salah				
11	Ketika sedang marah, saya memerlukan waktu yang lama untuk menenangkan diri				
12	Jika sedang cemas saya tidak menyadari tindakan yang saya ambil.				
13	Ketika sedang cemas, saya tidak dapat berpikir rasional.				
14	Ketika saya gagal, saya berpikir meninggalkan kegiatan tersebut.				
15	Saya tidak mengerti mengenai perasaan saya				
16	Saya tidak menyadari tindakan saya ketika sedang cemas.				



17	Saat sedang marah saya tidak bisa mengatasi permasalahan dengan baik				
18	Saya tidak mampu berpikir dengan baik saat keadaan cemas.				
19	Saya merasa bingung saat sedang cemas.				
20	Saya sulit berpikir rasional ketika sedang takut.				
21	Saya tidak mampu mengatasi kesedihan yang saya rasakan.				
22	Saya sulit tidur ketika sedang ada masalah.				
23	Saya sulit mengerti perasaan orang lain.				
24	Ketika sedang marah, saya sulit mengatasinya.				
25	Saya mengetahui apa yang saya pikirkan.				
26	Saya sulit mengerti apa yang ada dipikiran saya				
27	Saat sedang melakukan tindakan saya tidak mengerti mengapa saya melakukan itu.				

LAMPIRAN B  
UJI RELIABILITAS DAN VALIDITAS

A. Uji Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur *Burnout*  
Putaran pertama

B1.

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	30	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

B2.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.892	40

B3.

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y1	74.37	181.620	.672	.885
Y2	75.13	200.878	-.026	.895
Y3	74.70	182.355	.688	.885
Y4	75.17	199.454	.078	.893
Y5	74.63	185.689	.513	.888
Y6	75.57	198.047	.226	.892
Y7	75.10	184.783	.705	.885
Y8	75.07	192.271	.338	.891
Y9	74.00	187.448	.467	.889
Y10	74.57	182.875	.628	.886
Y11	75.17	190.144	.508	.888
Y12	74.97	184.171	.659	.885
Y13	75.37	196.447	.256	.892

Y14	75.03	183.068	.689	.885
Y15	75.53	195.430	.432	.890
Y16	75.10	183.817	.676	.885
Y17	75.03	192.171	.327	.891
Y18	73.93	186.547	.494	.888
Y19	74.93	201.375	-.055	.895
Y20	74.93	181.995	.671	.885
Y21	74.90	205.679	-.273	.899
Y22	74.53	185.085	.517	.888
Y23	75.37	198.447	.100	.894
Y24	74.73	179.651	.678	.884
Y25	74.77	196.530	.135	.894
Y26	74.50	184.397	.605	.886
Y27	74.93	201.375	-.055	.895
Y28	74.80	181.269	.664	.885
Y29	75.23	199.495	.073	.894
Y30	74.57	186.254	.543	.887
Y31	75.40	197.834	.198	.892
Y32	74.77	185.771	.470	.889
Y33	75.13	199.430	.082	.893
Y34	74.83	181.040	.743	.884
Y35	75.37	197.826	.195	.892
Y36	73.73	193.099	.391	.890
Y37	73.33	209.333	-.492	.900
Y38	74.27	191.168	.323	.891
Y39	75.23	193.564	.495	.889
Y40	75.20	198.855	.102	.893

***Burnout***  
**Putaran Kedua**

**B4.**

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	30	100.0

**B5.**

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.935	25

**B6.**

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y1	48.67	184.092	.651	.931
Y3	49.00	185.517	.638	.931
Y5	48.93	186.064	.572	.932
Y7	49.40	185.076	.784	.930
Y8	49.37	196.171	.254	.937
Y9	48.30	189.114	.478	.934
Y10	48.87	186.671	.557	.933
Y11	49.47	192.740	.476	.934
Y12	49.27	185.444	.687	.931
Y14	49.33	184.782	.698	.931
Y15	49.83	197.730	.406	.935
Y16	49.40	183.903	.756	.930
Y17	49.33	196.920	.211	.937
Y18	48.23	186.461	.572	.932
Y20	49.23	183.289	.696	.931
Y22	48.83	183.868	.634	.932
Y24	49.03	180.309	.723	.930
Y26	48.80	183.959	.702	.930
Y28	49.10	179.817	.792	.929
Y30	48.87	185.844	.640	.931
Y32	49.07	185.582	.545	.933
Y34	49.13	181.775	.791	.929
Y36	48.03	192.999	.505	.933
Y38	48.57	190.323	.430	.935
Y39	49.53	197.292	.370	.935

**Burnout  
Putaran Ketiga**

**B7.**

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	30	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**B8.**

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.935	23

**B9.**

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y1	45.23	173.082	.633	.937
Y3	45.57	174.599	.613	.937
Y5	45.50	173.776	.602	.937
Y7	45.97	173.620	.782	.935
Y9	44.87	178.120	.452	.939
Y10	45.43	175.633	.536	.938
Y11	46.03	181.482	.450	.939
Y12	45.83	174.075	.681	.936
Y14	45.90	172.990	.712	.935
Y15	46.40	185.903	.401	.940
Y16	45.97	172.033	.775	.934
Y18	44.80	175.062	.566	.938
Y20	45.80	171.407	.714	.935
Y22	45.40	172.248	.640	.936

Y24	45.60	169.076	.718	.935
Y26	45.37	172.861	.686	.936
Y28	45.67	168.299	.799	.934
Y30	45.43	174.323	.639	.936
Y32	45.63	173.068	.581	.938
Y34	45.70	169.872	.814	.934
Y36	44.60	181.145	.511	.938
Y38	45.13	177.568	.473	.939
Y39	46.10	185.748	.346	.940

**B. Uji Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur Regulasi Emosi Putaran Perama**

**B10.**

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	30	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**B11.**

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.937	41

**B12.**

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X1	114.5000	332.190	.381	.937
X2	114.8333	337.454	.111	.938
X3	115.0000	340.138	-.010	.939
X4	114.5000	330.948	.502	.936

X5	114.5333	331.430	.416	.936
X6	115.6667	316.644	.690	.934
X7	115.6000	325.283	.422	.937
X8	115.3667	314.309	.778	.933
X9	115.3000	321.941	.548	.935
X10	115.3000	314.769	.716	.934
X11	115.7333	313.306	.715	.934
X12	115.7000	322.700	.556	.935
X13	115.7333	323.099	.457	.936
X14	115.4333	316.668	.639	.934
X15	114.5667	333.013	.338	.937
X16	115.7000	312.355	.692	.934
X17	115.1333	330.602	.272	.938
X18	115.3333	314.575	.689	.934
X19	114.9667	322.861	.527	.936
X20	115.2000	315.269	.762	.933
X21	115.2667	319.513	.634	.935
X22	114.7333	331.582	.383	.937
X23	115.5000	316.741	.632	.935
X24	114.9667	332.792	.254	.938
X25	114.8000	333.476	.279	.937
X26	116.0000	320.138	.628	.935
X27	115.6000	317.352	.638	.935
X28	115.2000	315.959	.775	.933
X29	115.3000	329.597	.307	.937
X30	115.8667	316.947	.610	.935
X31	115.2000	316.786	.630	.935
X32	115.2000	331.338	.266	.938
X33	115.2667	319.306	.711	.934
X34	115.0333	337.413	.116	.938
X35	114.5667	333.702	.347	.937
X36	114.7667	332.668	.340	.937
X37	114.6000	334.731	.292	.937
X38	114.6333	338.033	.114	.938
X39	115.5000	312.879	.719	.934
X40	115.4000	314.731	.675	.934
X41	115.1667	329.868	.320	.937

**Regulasi Emosi  
Putaran Kedua**

**B13.**

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	30	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**B14.**

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.947	32

**B15.**

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X1	86.1000	291.679	.331	.947
X4	86.1000	290.231	.463	.946
X5	86.1333	290.051	.414	.946
X6	87.2667	275.720	.706	.944
X7	87.2000	284.234	.422	.946
X8	86.9667	274.930	.747	.943
X9	86.9000	279.610	.600	.945
X10	86.9000	273.403	.750	.943
X11	87.3333	271.816	.754	.943
X12	87.3000	282.079	.547	.945
X13	87.3333	281.678	.473	.946
X14	87.0333	276.102	.642	.944
X15	86.1667	292.075	.308	.947
X16	87.3000	270.493	.740	.943



X18	86.9333	274.616	.678	.944
X19	86.5667	279.909	.599	.945
X20	86.8000	274.441	.778	.943
X21	86.8667	279.223	.622	.945
X22	86.3333	292.023	.292	.947
X23	87.1000	276.024	.640	.944
X26	87.6000	279.007	.644	.944
X27	87.2000	274.648	.708	.944
X28	86.8000	274.579	.811	.943
X29	86.9000	291.128	.212	.948
X30	87.4667	275.430	.642	.944
X31	86.8000	274.372	.690	.944
X33	86.8667	278.947	.701	.944
X35	86.1667	292.213	.343	.947
X36	86.3667	292.033	.297	.947
X39	87.1000	271.817	.745	.943
X40	87.0000	272.552	.731	.943
X41	86.7667	290.806	.240	.948

**Regulasi Emosi  
Putaran Ketiga**

**B16.**

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	30	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**B17.**

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.951	28

B18.

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X1	73.8000	266.441	.321	.952
X4	73.8000	265.269	.439	.951
X5	73.8333	264.764	.410	.951
X6	74.9667	251.206	.699	.949
X7	74.9000	258.576	.440	.952
X8	74.6667	250.713	.730	.949
X9	74.6000	253.766	.635	.950
X10	74.6000	248.041	.776	.948
X11	75.0333	247.413	.750	.948
X12	75.0000	257.379	.536	.950
X13	75.0333	256.516	.478	.951
X14	74.7333	251.789	.629	.950
X15	73.8667	267.085	.284	.952
X16	75.0000	245.724	.749	.948
X18	74.6333	250.378	.664	.949
X19	74.2667	253.651	.649	.949
X20	74.5000	249.845	.776	.948
X21	74.5667	254.530	.615	.950
X23	74.8000	251.821	.623	.950
X26	75.3000	254.355	.636	.950
X27	74.9000	249.472	.725	.949
X28	74.5000	249.569	.825	.948
X30	75.1667	250.489	.649	.949
X31	74.5000	248.741	.722	.949
X33	74.5667	254.599	.680	.949
X35	73.8667	266.947	.332	.952
X39	74.8000	247.200	.747	.948
X40	74.7000	247.045	.762	.948

**Regulasi Emosi  
Putaran Keempat**

**B19.**

**Case Processing Summary**

		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded <sup>a</sup>	0	.0
	Total	30	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

**B20.**

**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.952	27

**B21.**

**Item-Total Statistics**

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X1	70.3000	260.976	.315	.953
X4	70.3000	259.803	.433	.952
X5	70.3333	259.402	.400	.952
X6	71.4667	245.913	.694	.950
X7	71.4000	253.007	.443	.952
X8	71.1667	245.178	.735	.949
X9	71.1000	248.162	.641	.950
X10	71.1000	242.507	.781	.949
X11	71.5333	242.120	.747	.949
X12	71.5000	251.845	.538	.951
X13	71.5333	250.809	.485	.952
X14	71.2333	246.737	.616	.951
X16	71.5000	240.328	.751	.949
X18	71.1333	244.809	.669	.950

X19	70.7667	248.254	.647	.950
X20	71.0000	244.483	.775	.949
X21	71.0667	248.823	.625	.951
X23	71.3000	246.424	.622	.951
X26	71.8000	248.717	.643	.950
X27	71.4000	244.179	.722	.949
X28	71.0000	244.069	.829	.949
X30	71.6667	245.057	.650	.950
X31	71.0000	243.448	.719	.950
X33	71.0667	249.168	.679	.950
X35	70.3667	261.620	.317	.953
X39	71.3000	241.872	.746	.949
X40	71.2000	241.614	.764	.949

LAMPIRAN C  
UJI NORMALITAS

Skala Regulasi Emosi  
C1.

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Regulasi Emosi	
N		264	
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	68.0227	
	Std. Deviation	13.59152	
Most Extreme Differences	Absolute	.045	
	Positive	.034	
	Negative	-.045	
Test Statistic		.045	
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 <sup>c,d</sup>	
Monte Carlo Sig. (2-tailed)	Sig.	.651 <sup>e</sup>	
	99% Confidence Interval	Lower Bound	.639
		Upper Bound	.663
		Bound	

Skala Burnout

C2.

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

			burnout
N			260
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	49.4885	
	Std. Deviation	11.26222	
Most Extreme Differences	Absolute		.074
	Positive		.074
	Negative		-.041
Test Statistic			.074
Asymp. Sig. (2-tailed)			.001 <sup>c</sup>
Monte Carlo Sig. (2-tailed)	Sig.	.112 <sup>d</sup>	
	99% Confidence Interval	Lower Bound	.104
		Upper Bound	.120

LAMPIRAN D  
UJI LINEARITAS

D1.

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
burnout regulasi emosi	Between Groups	(Combined)	17855.189	58	307.848	4.126	.000
		Linearity	12817.254	1	12817.254	171.800	.000
		Deviation from Linearity	5037.935	57	88.385	1.185	.198
	Within Groups		14995.776	201	74.606		
	Total		32850.965	259			

LAMPIRAN E  
UJI REGRESI REGRESI LINEAR SEDERHANA

E1.

**Model Summary**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.625 <sup>a</sup>	.390	.388	8.81193

a. Predictors: (Constant), regulasi emosi

**ANOVA<sup>a</sup>**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	12817.254	1	12817.254	165.064	.000 <sup>b</sup>
	Residual	20033.712	258	77.650		
	Total	32850.965	259			

a. Dependent Variable: burnout

b. Predictors: (Constant), regulasi emosi

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	13.609	2.846		4.782	.000
	regulasi emosi	.531	.041	.625	12.848	.000

a. Dependent Variable: burnout



LAMPIRAN F  
HASIL KATEGORISASI

F1. Uji Kategorisasi

Descriptive Statistic						
	N	Minimum	Maximum	Sum	Mean	Std. Deviation
Regulasi Emosi	264	31.00	98.00	17958.00	68.0227	13.59152
Burnout	264	25.00	83.00	13196.00	49.9848	11.87481

F2. Variabel Regulasi Emosi

Tinggi :  $X \geq \mu$   
:  $X \geq 68,02$   
Rendah :  $X < \mu$   
:  $X < 68,02$

REGULASI EMOSI

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi	129	48.9	48.9	48.9
	Rendah	135	51.1	51.1	100.0
	Total	264	100.0	100.0	

F3. Variabel Burnout

Tinggi :  $X \geq \mu$   
:  $X \geq 49,98$   
Rendah :  $X < \mu$   
:  $X < 49,98$

Burnout

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi	21	8.0	8.0	8.0
	Rendah	243	92.0	92.0	100.0
	Total	264	100.0	100.0	