



Studi Kasus *Burnout* Guru Dalam Menjaga Profesionalisme Di SD YPPGI Pugima

Kinurince Yikwa

Sekolah Tinggi Teologi Arastamar Wamena

kinurince94@gmail.com

Abstract

Burnout, or emotional and physical exhaustion, can lead to the loss of motivation, enthusiasm, and commitment among teachers serving as educators in the remote areas of the Papua Highlands, particularly in Jayawijaya Regency. This has become a distinctive phenomenon that affects teachers' professional careers, with varying levels of challenges depending on the conditions of their service. This study aims to examine the significance of burnout in relation to improving teacher professionalism in their place of service. The study employs a qualitative field research approach to subjectively describe the phenomenon, complemented by relevant literature and scholarly references to strengthen the analysis. Through this approach, several key issues are explored to provide practical insights for educators. These include respondents' profiles, geographical and topographical challenges, heavy workloads, teachers' psychological conditions, irregularities in salary and wage payments, the availability of accommodation facilities, the efficiency of school leadership, and strategies for overcoming burnout. The findings suggest that optimizing teacher performance in the Papua Highlands can be significantly enhanced through strengthening teacher discipline and implementing context-specific strategies that consider the unique social phenomena and working conditions experienced by educators in remote areas. Addressing burnout is therefore an essential step toward improving teacher professionalism and ensuring sustainable educational services in the region.

Keywords: *Burnout, Factors, Teacher Professionalism, Teachers, Discipline.*

Abstrak

*Bornout atau Kelelahan terhadap emosional, fisik yang mengakibatkan hilangnya motivasi dan semangat pengabdian bagi seorang Guru Sebagai Tenaga Pendidik di wilayah pedalam Papua Pegunungan umumnya dan khususnya di kabuten jayawijaya yang tentunya menjadi fenomena tersendiri dalam karir seorang pengajar dengan tingkat kesulitan yang berbeda. Analisis ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana pentingnya *burnout* terhadap peningkatan Profesionalisme Guru di tempat pengabdian. Maka, Hal ini dapat dideskripsikan melalui pendekatan kualitatif lapangan secara subjektif dan dilengkapi juga dengan sumber kepustakaan refrensi yang relevan, itulah yang menjadi jalan dalam proses pembahasan artikel. Melalui pendekatan ini dapat diuraikan beberapa pembahasan yang dapa dipecahkan sebagai rujukan bagi seorang Guru. Diantaranya adalah pendeskrskikan responden, Faktor geografis dan Topografi Guru, beban kerja yang tinggi, Faktor psikologi guru, Tidak profesionalisme dalam pembayaran gaji atau upa guru, fasilitas akomodasi guru, faktor Efisiensi Pimpinan Sekolah dan upaya mengatasi *burnout*. Dengan demikian dapat kami simpulkan bahwa optimalisasi kinerja guru di kawasan papua pegunungan dapat ditingkatkan secara siknifikan melalui upaya peningkatan Disiplin tenaga pengajar secara khusus berdasarkan tingkat fenomena social yang dialami oleh Pendidik.*

Kata Kunci : *Burnout ,Faktor, Profesionalisme, guru, Disiplin.*

PENDAHULUAN

Burnout (kejenuhan kerja) pertama kali di kemukan oleh psikolog Amerika Herbert Freudenberger pada tahun 1970-an. Kemudian tahun 1974 Herbert Freudenberger mempublikasikan istilah dan konsep *burnout* secara luas dalam jurnal psikologi dengan judul “Staf Burn-Out” (Lailani et al., 2005). Ia memperkenalkan istilah *burnout* untuk melukiskan sebagai kelelahan fisik, emosional, dan mental yang berkonsekuensi stres berat, cita-cita tinggi yang dialami oleh orang-orang yang bekerja dalam profesi pengasuhan atau pelayanan (termasuk guru, perawat, staf, dan tenaga medis),

yang disebabkan karena adanya keterlibatan kerja jangka panjang dalam situasi yang menuntut secara emosional. Pada konteks pembahasan kali ini adalah *bornout* yang dialami oleh Guru. *Burnout* memiliki peran penting dalam mempengaruhi emosional, fisik serta hilangnya motivasi kerja dalam melaksanakan tugasnya sebagai pendidik. seorang yang memiliki profesi apapun dituntut harus memiliki profesionalisme dalam mengerjakan tanggung jawab (Samosir & Toh, 2025). Seorang yang professional dalam bidang yang dia geluti harus mampu menguasai ilmu pengetahuannya secara mendalam. Seorang yang professional juga harus mampu melakukan kreativitas, inovasi atas bidang yang digelutinya. Saat mengembangkan tugasnya haruslah menjunjung tinggi etika dan integritas profesinya untuk menjadi pendidik yang professional. Profesionalisme guru, yang mencakup pengetahuan, keterampilan, dan sikap, sangat dipengaruhi oleh tingkat *burnout* yang dialami. *Burnout* guru, yang ditandai dengan kelelahan emosional, penurunan motivasi, dan berkurangnya efektivitas dalam mengajar, dapat melemahkan komitmen guru dalam menjalankan tugasnya secara optimal, sehingga berdampak pada integritas, dedikasi, dan tanggung jawab dalam profesinya.

Profesionalisme guru bertindak sebagai dasar moral dan kompetensi yang harus dipertahankan oleh setiap guru dalam menjalankan tugasnya. Profesionalisme ini menjadi acuan utama yang menunjukkan integritas, tanggung jawab, dan komitmen seorang guru. Namun, tingkat *burnout* yang tinggi bisa mengurangi kemampuan guru untuk tetap profesional secara terus-menerus, sehingga menyebabkan penurunan kualitas dalam proses belajar mengajar. *Burnout* memengaruhi cara seseorang berperilaku ketika berinteraksi dengan siswa, rekan guru, keluarga, dan masyarakat.

Dalam menjalankan tugas mengajarnya, guru sering menghadapi berbagai masalah yang dapat menyebabkan *burnout*. Masalah ini berasal dari faktor internal maupun eksternal. Faktor internal meliputi tuntutan kerja yang tinggi, pembayaran gaji yang tidak profesional, ketidaktersediaan fasilitas akomodasi untuk guru, tidak adanya pembagian tugas yang jelas dari kepala sekolah, serta rasa kewalahan dalam mengelola kelas karena ketiak hadirannya rekan guru lainnya. Ada juga faktor luar, seperti tidak adanya fasilitas transportasi, jarak tempuh dari rumah ke sekolah, masalah dalam keluarga, serta gangguan kesehatan mental (sakit). Kombinasi dari faktor tersebut secara langsung mempengaruhi kinerja guru.

Guru yang tidak memiliki cara efektif untuk mengelola stress akan lebih rentan mengalami kelelahan emosional dibandingkan mereka yang mampu menjaga keseimbangan diri. Hal ini menunjukkan bahwa penyebab *burnout* tidak hanya berasal dari satu sisi, melainkan hasil dari interaksi kompleks antara kondisi individu guru dengan sistem kerja yang mereka hadapi. Selain itu, aspek iman dan keyakinan kristiani juga sangat berperan, seperti kehidupan yang didasari ibadah kepada Tuhan dan tingkat pemahaman yang dalam tentang kebenaran. Kedua hal ini sangat mempengaruhi kondisi hati dan jiwa seorang guru dalam mencegah terjadinya *burnout*. Seperti yang tercatat dalam Amanat Firman Tuhan dalam Kitab Amsal 17:22 yang menyatakan, "Hati yang gembira adalah obat yang manjur. Artinya jelas sekali bahwa seseorang mungkin mengalami *burnout* jika tidak memiliki kehidupan rohani yang seimbang dan tidak memahami kebenaran secara mendalam. Tetapi justru sebaliknya, seseorang yang memahami kebenaran Firman akan menjadi perlindungan bagi hati dari pengaruh perubahan suasana hati yang berasal dari berbagai faktor. Dengan demikian, aspek religi menjadi salah satu strategi yang efektif dalam upaya mengatasi *burnout*.

Untuk meningkatkan bobot pengenalan akan iman dan kepercayaan, diperlukan kegiatan rohani yang praktis, seperti mengerjakan doa wajib sebelum dan sesudah proses mengajar dalam kelas. Juga, tentukan satu hari per minggu untuk ibadah bersama. Selain itu, dalam aspek pribadi, baca Alkitab dan

doa sebelum serta setelah bangun tidur. Ikut serta dalam pelayanan-pelayanan gerejawi. Hal ini akan membantu menjaga suasana hati tetap stabil, gembira, dan sangat minim risiko *burnout*. Tujuannya adalah menciptakan suasana pembelajaran yang kondusif dan penuh integritas dalam mengelola kelas serta sikap terhadap siswa.

Dalam era modern dan globalisasi, fenomena *burnout* kini semakin diperhatikan karena pengaruhnya yang besar terhadap kesejahteraan seseorang dan kelangsungan suatu organisasi (Hana Salwa et al., 2025). Penelitian tentang *burnout* guru dalam menjaga profesionalisme dalam situasi saat ini, Sangat penting mencari solusi yang tepat untuk mengatasi *burnout*. Dengan demikian, guru menjaga profesionalisme mereka, terutama dalam berinteraksi dengan siswa. Hal ini akan berdampak pada kualitas pendidikan yang diterima oleh siswa. Karena itu, sekolah memiliki tanggung jawab besar dalam mendukung kesehatan mental dan kesejahteraan guru, karena kondisi ini sangat menentukan terus tidaknya kualitas pendidikan.

Sekolah dapat melakukan beberapa upaya untuk mendukung keseimbangan antara kerja dan kehidupan : membuat kebijakan yang adil dalam pembagian tugas, memberi informasi yang jelas tentang pembayaran gaji atau upah, memberi usulan tambahan seperti tunjangan atau rumah bagi guru, menyediakan transportasi bersama atau subsidi, menyediakan rumah dinas, serta memberikan pelatihan tentang cara mengelola waktu dan berkomunikasi secara efektif. Selain itu, sekolah juga bisa melaksanakan program pelatihan ketahanan yang membantu guru meningkatkan kemampuan menghadapi tekanan kerja. Dukungan berupa konseling atau kelompok membantu melakukan evaluasi secara terstruktur untuk mendapatkan solusi, refleksi, serta bimbingan dari profesional, yang telah terbukti efektif dalam menjaga keseimbangan emosi guru (Sri Yuni et al., 2026). Dengan demikian, kesuksesan seorang guru dalam menjaga profesionalisme tidak hanya bergantung pada kemampuan pribadinya, tetapi juga didukung oleh sistem pendukung dari sekolah. Selain itu, ketahanan fisik dan mental juga penting dalam menjaga kesehatan, sehingga guru tetap bisa mengajar dengan penuh dedikasi. Yang paling penting adalah guru harus mampu memiliki kemampuan untuk menyembunyikan kelelahan yang dialaminya dengan cara berpikir : Tuhan memanggil saya untuk melayani, saya mendapatkan kekuatan untuk melayani, dan menganggap *burnout* sebagai alat yang digunakan Tuhan untuk memperkuat iman. Akhirnya, guru menemukan langkah strategis guna memastikan keterlibatan, kesejahteraan, dan profesionalisme tetap terjaga secara jangka panjang. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi para pendidik dalam mengembangkan profesionalismenya.

Penelitian ini akan membahas *burnout* guru dalam menjaga profesionalisme, serta bagaimana hal itu berdampak pada kualitas mengajar dan pengelolaan kelas. Dengan penelitian ini, penulis ingin memahami lebih dalam dampak *burnout* terhadap profesionalisme guru, terutama di lingkungan SD YPPGI Pugima. Sesuai dengan Undang-Undang Nomor 14 Tahun 2005 Pasal 1 ayat 1, "Guru adalah pendidik profesional yang memiliki tugas utama dalam mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai, dan memimpin (Cecep Darmawan, 2020). Dengan demikian, Guru memegang peran penting dalam menilai, mengevaluasi, serta mengarahkan diri sendiri dan rekan kerja lainnya untuk melatih ketahanan emosional dan menilai *burnout* bukanlah tanda kegagalan iman. Namun, sebagai guru yang ada di lingkungan YPPGI , justru *burnout* dianggap sebagai undangan Tuhan untuk kembali kepada-Nya dengan cara yang lebih sehat dan lebih mendalam. Sebagai Guru yang mengabdikan diri di yayasan pendidikan dan persekolahan gereja-gereja injili juga memiliki tanggung jawab sebagai pembimbing rohani yang berasal dari ajaran Alkitab . Selain itu, Guru juga harus

mematuhi kode etik psikologis seperti keadilan, tidak diskriminasi, hubungan profesional yang jelas, menghormati hak dan martabat seseorang, serta mengutamakan kesejahteraan psikologis dan tanggung jawab sosial.

Profesionalisme seorang guru juga sangat tergantung pada pemahaman mereka mengenai dampak *burnout* yang terjadi. Sehingga Guru SD YPPGI pugima diharapkan tidak hanya melaksanakan tugas mengajar, tetapi juga memperhatikan kesejahteraan diri secara menyeluruh agar tetap memiliki integritas yang baik. Dalam bidang pendidikan dan psikologi, kesejahteraan guru sangat berkaitan dengan kemampuan mengelola stres, menjaga keseimbangan antara kerja dan kehidupan pribadi, serta membangun kemampuan mengenali dan mengelola diri sendiri. Guru yang memiliki kesehatan mental yang baik bisa menciptakan suasana kelas yang nyaman, ramah, dan mendorong pertumbuhan emosional siswanya. Guru yang mengetahui perilaku standar tersebut akan menjadi contoh yang baik bagi siswa. Jika tidak memahami sesuatu dengan baik, maka kualitas pengajaran akan menurun dan guru akan kehilangan kepercayaan dimata siswa serta masyarakat.

METODE PENELITIAN

Penelitian dapat mendeskripsikan melalui pendekatan kualitatif ini merupakan studi kasus. Studi kasus sebagai sebuah strategi penelitian kualitatif kemudian didefinisikan sebagai sebuah strategi kualitatif dimana peneliti mengkaji sebuah program, kejadian, aktivitas, proses atau satu atau lebih individu dengan lebih mendalam (Assayakurrohim et al., 2023). Pendekatan ini dipilih karena penelitian bertujuan untuk menggali dan mendeskripsikan secara mendalam *burnout* guru dalam menjaga profesionalisme di SD YPPGI pugima berdasarkan kondisi nyata yang dialami oleh para guru di lapangan. Subjek penelitian ini adalah seluruh guru yang bertugas di SD YPPGI Pugima, berjumlah 11 orang guru yang berperan sebagai informan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi Responden Guru

Penelitian ini melibatkan 11 orang guru sebagai sumber informasi. Secara umum, hasil penelitian menunjukkan bahwa para informan memiliki latar belakang usia dan pengalaman mengajar yang beragam, dengan pengalaman mengajar berkisar antara kurang dari 5 tahun hingga 20 tahun. Sebagian besar responden berada dalam rentang usia 30 sampai 50 tahun dan memiliki pengalaman mengajar yang cukup lama, sehingga mereka memahami dengan baik kondisi kerja, tantangan, serta dinamika profesionalisme dalam menjalankan tugas sebagai guru. Berdasarkan hasil wawancara ada enam faktor dominan yang berkontribusi terhadap munculnya *burnout* pada guru di SD YPPGI Pugima, yaitu faktor geografis dan topografi, beban kerja yang tinggi, sistem pembayaran gaji/upah yang belum profesional, minimnya fasilitas akomodasi, efisiensi kepemimpinan sekolah, serta kondisi mental dan psikologis guru (Kaku Walilo & Lewi Payage, 2026). Secara ringkas, keterkaitan keenam faktor tersebut dapat dilihat pada Tabel 1 berikut, sebelum diuraikan secara lebih rinci pada bagian selanjutnya.

Faktor Penyebab	Bentuk Persoalan di Lapangan	Dimensi Burnout yang Terdampak
Geografis dan topografi	Akses Transportasi yang terbatas, jarak tempuh jauh dan berisiko.	• Kelelahan emosional dan fisik • Kondisi fisik yang kelelahan selama perjalanan secara signifikan menurunkan optimalisasi guru dalam melaksanakan tugas instruksional."
Beban kerja tinggi	Tugas administratif berlebihan	Kelelahan emosional; penurunan pencapaian diri
Pembayaran gaji/upah	pencairan tunjangan sering terlambat	Penurunan pencapaian diri
Fasilitas akomodasi	Belum tersedianya tempat tinggal atau rumah guru	Kelelahan emosional
Efisiensi pimpinan sekolah	• Tidak ada pembagian tugas yang jelas. • Supervisi dan pembinaan guru belum tersruktur.	Depersonalisasi; penurunan pencapaian diri
Mental dan psikologi guru	Kesehatan mental guru terganggu (sakit) sehingga tidak menjalankan prosesnya sebagai pengajar.	Kelelahan fisik, emosional dan hilangnya motivasi kerja

Faktor Topografi dan geografis Guru

Penelitian ini menemukan bahwa jarak tempuh dari rumah ke sekolah sekitar 8 hingga 9 kilometer. Kendala dalam transportasi membuat Guru SD YPPGI Pugima sering harus berjalan kaki selama beberapa jam, melewati sungai Baliem, dan mendaki bukit agar bisa sampai ke sekolah. Karena mengingat ada anak-anak di pedalaman terus belajar, semangat mereka tidak pernah pudar meskipun mereka menghadapi berbagai keterbatasan. Mereka biasanya harus berjalan kaki juga selama berjam-jam melewati jalanan yang sulit hanya untuk sampai ke sekolah yang paling dekat. Kegigihan itu menjadi tenaga utama bagi para guru untuk terus mencari solusi mengatasi masalah yang disebabkan oleh kondisi geografis (Sukmameti & Hidayat, 2026). Masalah geografis seperti kondisi alam yang sangat keras, akses yang terbatas terhadap layanan dasar seperti transportasi, fasilitas publik, dan infrastruktur, serta biaya hidup yang mahal, berdampak negatif terhadap optimalisasi performa mengajar guru di SD YPPGI Pugima.

Belum tersedianya fasilitas akomodasi

Dalam pasal 18 poin 3 undang-undang nomor 14 tahun 2005 tentang guru dan dosen, dijelaskan bahwa guru yang ditempatkan oleh pemerintah atau pemerintah daerah di daerah khusus berhak mendapatkan rumah dinas yang disediakan oleh pemerintah daerah sesuai dengan kewenangannya (UU Guru dan Dosen No.14 Tahun 2005, 2005). Hal ini juga sesuai dengan Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 11 Tahun 2020 Pasal 1 poin 27, yang menjelaskan bahwa Rumah Dinas Guru adalah bangunan yang digunakan sebagai tempat tinggal guru selama menjalankan tugas mengajar di sekolah tersebut (Kemendikbud RI, 2020). Namun, SD YPPGI Pugima saat ini masih mengalami keterbatasan sarana akomodasi bagi para guru. Kondisi ini memaksa sebagian besar guru mengalokasikan dana untuk kontrak rumah, kos di kota, atau menumpang di rumah kerabat. Secara psikologis, ketidakpastian finansial terkait tempat tinggal ini dapat menurunkan fokus dan konsentrasi kerja guru dalam menjalankan tupoksi (tugas pokok dan fungsi) mereka.

Beban kerja yang tinggi

Peneliti mengemukakan bahwa tingginya beban kerja (*workload*) merupakan salah satu faktor utama pemicu kelelahan emosional (*emotional exhaustion*), yang jamak terjadi pada tenaga pendidik. Fenomena kejenuhan kerja (*burnout*) di institusi sekolah dasar kini semakin eskalatif, khususnya pada guru-guru di SD YPPGI Pugima. Karakteristik determinan kemunculan *burnout* di lokasi tersebut diidentifikasi bersumber dari beban mengajar ganda (*multi-grade teaching*), di mana seorang guru memegang tanggung jawab manajerial atas satu hingga tiga ruang kelas sekaligus akibat rendahnya tingkat kehadiran rekan sejawat. Kondisi ini diperberat oleh kewajiban menyusun perangkat pembelajaran serta menguasai seluruh materi mata pelajaran untuk multi-kelas tersebut. Akibatnya, tingginya intensitas interaksi psikososial dengan kuantitas siswa yang besar secara simultan memicu terjadinya kelelahan emosional yang signifikan. Berbagai penelitian juga menunjukkan bahwa Beban kerja yang besar bagi guru, seperti mempersiapkan materi pelajaran, mengevaluasi siswa, dan menyelesaikan tugas administrasi, menjadi penyebab utama timbulnya stres dan kelelahan emosional (*burnout*). Tekanan yang terlalu banyak membuat pekerjaan menjadi bosan dan mengurangi kualitas mengajar di kelas (Paramita & Afandi, 2024).

Tidak profesionalisme dalam pembayaran gaji atau upa guru

Dalam kamus besar bahasa Indonesia, Gaji adalah uang yang diberikan sebagai pengganti atas jasa yang diberikan sebagai pembayar tenaga yang sudah dilakukan untuk mengerjakan sesuatu ("Kamus Besar Bhs. Indones.," 2009). Sistem insentif yang jelas. Kejelasan akan adanya imbalan yang sepadan dengan profesionalisme kerja sangat mempengaruhi kinerja karyawan (SETIAWAN, 2025). Di SD YPPGI Pugima, ada 11 orang guru yang tinggal jauh dari lingkungan sekolah. Mereka sering menghadapi masalah soal biaya transportasi, terutama bagi mereka yang tidak punya kendaraan pribadi. Selain itu, para guru yang memiliki kendaraan juga menghadapi kesulitan dalam biaya bahan bakar, yaitu bensin. Hal ini terjadi karena sering terjadi keterlambatan dalam pembayaran gaji kepada para guru. Faktor ini bisa menyebabkan *burnout* pada guru, sehingga memengaruhi profesionalisme mereka.

Faktor efisiensi pimpinan sekolah

Kepala sekolah memainkan dua peran utama dalam mengatasi *burnout*, yaitu memberi dukungan profesional dan dukungan emosional. Dukungan profesional meliputi pembagian tugas yang seimbang, pemberian semangat, serta pembentukan suasana kerja yang kolaboratif. Temuan ini menunjukkan bahwa gaya kepemimpinan kepala sekolah yang penuh kasih sayang bisa membuat suasana kerja lebih nyaman dan mengurangi tingkat stres para guru secara berarti (Mutiarra et al., 2026). Tetapi kasus yang peneliti temukan di SD YPPGI Pugima adalah: Lemahnya struktur supervisi dan pembinaan akademik yang jelas oleh kepala sekolah berdampak pada tidak jelasnya pembagian jam mengajar, minimnya pemahaman guru terhadap kurikulum baru. Eksplorasi tugas yang tidak merata terjadi ketika satu orang guru yang memahami kurikulum saja dibebankan tanggung jawab penuh untuk menyusun RPP seluruh mata pelajaran dan instrumen ujian akhir semester. Akumulasi beban kerja administratif dan instruksional yang monolitik ini secara signifikan meningkatkan kompromi psikologis berupa *burnout* pada guru tersebut.

Kesehatan Mental dan psikologi guru

Guru merupakan elemen kunci dalam sistem pendidikan. Mereka tidak hanya mendukung proses belajar, tetapi juga berperan sebagai panutan bagi siswa dalam membentuk sikap dan nilai-nilai yang positif. Maka itu, kondisi mental dan psikologis guru sangat penting dan harus diperhatikan secara baik. Kesehatan mental para guru sangat penting dalam dunia pendidikan, terutama di jenjang sekolah dasar. Untuk membantu guru menjaga kesehatan mental, kita bisa menerapkan konsep self care dan perawatan mental. Dengan memberikan cara-cara yang tepat, guru dapat menjaga kesehatan mental mereka sendiri. Selain itu, mereka juga bisa merasakan manfaat dari self care untuk meningkatkan kesehatan mental secara lebih baik (Fahrudin, 2025). Dalam bidang pendidikan, masalah kesehatan mental guru dapat berdampak langsung pada kualitas proses belajar mengajar. Guru yang mengalami masalah psikologis cenderung mengalami penurunan kinerja, lebih sering tidak datang ke sekolah, serta kesulitan berkomunikasi dengan siswa dan rekan sejawat secara efektif (Nofitasari et al., 2025). Guru SD YPPGI Pugima seringkali tidak menjalankan profesinya sebagai pengajar karena sedang mengalami masalah keluarga atau sedang menjalani perawatan biasanya mengalami penurunan kemampuan mengajar mereka.

Upaya mengatasi *Burnout*

Perlu disusun skema kesejahteraan guru, seperti penyediaan fasilitas akomodasi dasar seperti rumah dinas dan sarana transportasi yang diprioritaskan. Kepala sekolah perlu menjadi teladan dan diberi penguatan kapasitas dalam kepemimpinan instruksional serta kepemimpinan yang berkelanjutan agar mampu menjalankan visi sekolah, melakukan supervisi pembelajaran, dan pembinaan guru secara efektif. Selain itu, kepemimpinan tersebut juga harus fleksibel sesuai dengan kearifan lokal setempat. (Yusran et al., 2026). Lebih lanjut lagi sekolah harus memperhatikan keamanan bagi guru di tempat tugasnya. Selain itu, perlu dibuat program bantuan psikososial dan spiritual untuk guru secara rutin, termasuk pelatihan meningkatkan ketahanan mental, agar membantu guru mengatasi tekanan kerja dan menjaga kesehatan emosional secara berkelanjutan.

KESIMPULAN

Secara keseluruhan, *burnout* memiliki pengaruh negatif terhadap profesionalisme guru SD YPPGI Pugima. Namun, nilai-nilai spiritual dan komitmen yang dimiliki guru menjadi faktor penting dalam mempertahankan profesionalisme di tengah tekanan pekerjaan. Ini menunjukkan bahwa penting bagi pihak sekolah untuk memberikan dukungan psikologis dan spiritual, mengadakan pelatihan peningkatan profesionalisme dan selain itu guru juga perlu mengembangkan kemampuan manajemen stress agar dapat menjalankan tugas dengan optimal. Ada beberapa sarang yang dianjurkan yaitu:

- **Aspek Spritual** : Doa sebelum dan sesudah melaksanakan proses belajar mengajar di kelas. merenungkan Firman Tuhan, menetapkan satu hari dalam satu minggu untuk ibadah bersama.
- **Aspek Gaya dan Polah Hidup Guru** : Istirahat yang cukup, memiliki seorang hati hamba sehingga menanggapi pekerjaan bukan beban tapi panggilan pelayanan.
- **Kesejahteraan Guru** : menyediakan rumah guru, Pembagian tugas kerja secara merata, mengadakan bimbingan teknis guru, konseling/kelompok, mengadakan evaluasi berskala, menyediakan rumah guru, pembayaran gaji atau upah guru tepat waktu, menyiapkan kendaraan umum dan biaya transportasi serta menjaga keamanan dan kenyamanan bersama.

DAFTAR REFRENSI

- Assayakurrohim, D., Ikhrum, D., Sirodj, R. a, & Afgani, M. W. (2023). Jurnal pendidikan sains dan komputer metode studi kasus dalam penelitian kualitatif jurnal pendidikan sains dan komputer. *Jurnal Pendidikan Sains Dan Komputer*, 3(1), 3. <https://doi.org/https://doi.org/10.47709/jpsk.v3i01.1951>
- Cecep Darmawan. (2020). Implementasi Kebijakan Profesi Guru Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 14 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen dalam Perspektif Hukum Pendidikan. *Wacana Paramarta: Jurnal Ilmu Hukum*, 62. <https://doi.org/https://doi.org/10.32816/paramarta.v19i2.86>
- Fahrudin, F. (2025). Self Care dan Kesehatan Mental Guru. *Afeksi: Jurnal Penelitian Dan Evaluasi Pendidikan*, 6(2), 262–269. <https://doi.org/10.59698/afeksi.v6i2.416>
- Hana Salwa, Alya Saputri, Jenny Miranda, Tri Susiyani, & Tetra Hidayati. (2025). Pengaruh burnout dan self efficacy terhadap organizational citizenship behavior dan kinerja karyawan. *Transformasi Manageria*, 03(04), 1982–1985.
- Kaku Walilo, & Lewi Payage. (2026). *Faktor-faktor yang berpotensi burnout dalam menjaga profesionalisme guru SD YPPGI Pugima*.
- Kamus Besar Bahasa Indonesia,. (2009). In T. P. Phonix (Ed.), *Kamus Besar Bahasa Indonesia*,. PT. media pustaka phonix.
- Kemendikbud RI. (2020). Permendikbud No. 11 Tahun 2020. *Petunjuk Operasional Dan Kebudayaan Republik Indonesia*, (174), 6.
- Lailani, F., Purwo Saputro, E., & Nurdiana, F. (2005). Burnout Dan Pentingnya Manajemen Beban Kerja. *Benefit*, 9(1).
- Lembaga Alkitab Indonesia. (n.d.). *Alkitab Terjemahan Baru(TB)* (2013th ed.).
- Mutiara, I., Azzahra, A., Arifyana, D., Sakinah, N. U., Susanto, N. H., Islam, U., Abdurrahman, N. K. H., Pekalongan, W., & Pekalongan, K. (2026). *PERAN KEPALA SEKOLAH DALAM MENGATASI TEACHER BURNOUT GURU SD / MI MELALUI INTEGRASI PENDEKATAN PERAN KEPALA SEKOLAH DALAM MENGATASI TEACHER BURNOUT GURU SD / MI*

MELALUI INTEGRASI PENDEKATAN. 4(6), 15–16.

- Nofitasari, N., Sofiyah, S., Noviana, I., Silmia, A., Wibowo, R. D. A., Putri, D. E., & Ghufro, M. N. (2025). Kesehatan Mental Guru dalam Dinamika Lingkungan Kerja dan Manajemen Stres. *Dawuh Guru: Jurnal Pendidikan MI/SD*, 5(2), 227–238. <https://doi.org/10.35878/guru.v5i2.1685>
- Paramita, L., & Afandi, N. K. (2024). Strategi Guru PAI dalam Mengatasi Burnout di SDN 011 Sangatta Utara. *Jurnal AL-Muta Aliyah: Jurnal Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah*, 04(2), 5–6. <https://doi.org/10.51700/mutaalayah.v4i2.768>
- Samosir, V. D., & Toh, A. (2025). Profesi Guru Pendidikan Agama Kristen Disela Peluang Dan Ancaman Artificial Intelligence Technology. *EDULEAD: Journal of Christian Education and Leadership*, 6(1), 31. <https://doi.org/10.47530/edulead.v6i1.258>
- SETIAWAN, H. (2025). *PENGARUH GAJI DAN LINGKUNGAN KERJA TERHADAP PROFESIONALISME (Pada Pegawai BPKP Provinsi Bengkulu)*. 2, 296. <http://repository.uinfasbengkulu.ac.id/id/eprint/4500>
- Sri Yuni, M., Hanis Masfufah Al, W., Nurmaliza, D., & Korespondensi, P. (2026). KESEHATAN MENTAL SELF-CARE SEBAGAI UPAYA PENGEMBANGAN PROFESIONALISME KONSELOR UNTUK MENCEGAH BURNOUT Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. *Jurnal Sains Student Research (JSSR)*, 4(3), 986–989. <https://doi.org/10.61722/jssr.v4i3.10778>
- Sukmameti, & Hidayat. (2026). Menembus Batas Geografis: Tantangan dan Harapan Pemerataan Infrastruktur Pendidikan di Pedalaman Papua. *Journal of Community Development and Empowerment*, 2(3), 80. <https://doi.org/10.70716/jocdem.v2i3.574>
- UU Guru dan Dosen No.14 Tahun 2005. (2005). UU 14-2005 Guru dan Dosen. In *Produk Hukum* (p. 17). <https://jdih.usu.ac.id>
- Yusran, H., Makki, M., Jaelani, A. K., & ... (2026). ... Kepemimpinan Transformasional Kepala Sekolah, Profesionalisme Guru Dan Partisipasi Komite Sekolah Dalam Meningkatkan Mutu *... Pendidikan*, 11(2), 3067. <https://doi.org/10.34125/jmp.v11i2.2240>