

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Burnout merupakan fenomena psikologis yang kompleks yang terjadi ketika energi seseorang terkuras habis hingga ia kehilangan kemampuan untuk berkontribusi secara optimal. Kondisi ini ditandai dengan kelelahan emosional, penurunan motivasi, dan kesulitan beradaptasi dengan tuntutan lingkungan. Konsep *burnout* yang awalnya dikaitkan dengan konteks pekerjaan, kini telah meluas ke berbagai setting kehidupan, termasuk program-program pemberdayaan dan rehabilitasi sosial. Sebagaimana diungkapkan oleh psikiater Ahn Juyeon, generasi milenial, pelajar, dan pekerja sosial merupakan kelompok yang rentan mengalami *burnout*¹. Fenomena ini menjadi paradoks ketika program yang dirancang untuk memberdayakan justru dapat memicu kondisi yang melemahkan psikologis peserta.

Dinamika *burnout* dalam konteks program pemberdayaan menunjukkan pola yang menarik. Gejala *burnout* cenderung muncul pada fase adaptasi, di mana individu menghadapi tekanan psikososial akibat perubahan lingkungan, aturan yang ketat, dan tuntutan beradaptasi secara cepat. Fenomena ini sejalan dengan model fase "*honeymoon to crisis*" dari Cherniss, yang menggambarkan bagaimana individu awalnya memasuki situasi baru dengan antusiasme tinggi "*honeymoon*", tetapi ke-

¹ Ahn Juyeon, *Mengapa Aku Mengalami Burnout?*, Cetakan I (Korea by Changbi Publishers, Inc., 2021).

mudian mengalami krisis ketika harapan idealis berbenturan dengan realitas organisasi yang kaku dan kurang mendukung². Pada fase krisis ini, peserta dapat mengalami kelelahan emosional, frustrasi, dan penurunan motivasi sebagai tanda-tanda klasik *burnout* yang tidak hanya berdampak pada kesejahteraan individu, tetapi juga pada efektivitas program secara keseluruhan.

Temuan empiris menunjukkan bahwa kerentanan terhadap *burnout* tidak merata di antara individu, melainkan dipengaruhi oleh karakteristik individual tertentu. Studi Schaufeli & Taris menunjukkan bahwa rendahnya tingkat pendidikan membatasi kemampuan individu dalam mengelola stres melalui strategi coping adaptif seperti *problem-solving* atau mencari dukungan sosial, sehingga memperburuk kerentanan terhadap *burnout*³. Pergeseran ekonomi dari berbasis industri ke jasa yang menuntut keterampilan baru dan adaptasi teknologi digital juga menciptakan kesenjangan antara keterampilan yang dimiliki dengan kebutuhan pasar kerja aktual, yang dapat menimbulkan frustrasi dan tekanan psikologis tambahan⁴.

Tingkat pendidikan sebagai karakteristik individual memiliki peran yang sangat signifikan dalam menentukan kerentanan *burnout*. Studi oleh Yuniardi et al tentang *psychological distress* pada siswa SMA di Malang

² Michael Leiter, "The Dream Denied: Professional Burnout and the Constraints of Human Service Organizations.," *Canadian Psychology / Psychologie Canadienne* 32, no. 4 (1991): 547–58, <https://doi.org/10.1037/h0079040>.

³ Wilmar B. Schaufeli, Michael P. Leiter, and Christina Maslach, "Burnout: 35 Years of Research and Practice," *Career Development International* 14, no. 3 (2009): 204–20, <https://doi.org/10.1108/13620430910966406>.

⁴ Schaufeli, Leiter, and Maslach.

mengidentifikasi bahwa rendahnya tingkat pendidikan (*educational attainment*) berkorelasi dengan peningkatan kerentanan terhadap stres psikologis, terutama pada perempuan dan peserta dari sekolah berbasis agama⁵. Temuan ini menunjukkan bahwa keterbatasan literasi dan keterampilan kognitif yang sering terkait dengan latar belakang pendidikan rendah menghambat kemampuan adaptasi terhadap tuntutan akademik dan sosial, termasuk beban kurikulum ganda.

Rendahnya tingkat pendidikan memperburuk ketidakseimbangan antara tuntutan program dan kapasitas individu, terutama ketika mereka harus menjalani peran ganda. Hal ini selaras dengan teori Lazarus & Folkman yang menjelaskan bahwa rendahnya tingkat pendidikan berkorelasi dengan keterbatasan sumber daya kognitif, sehingga individu cenderung mengadopsi strategi coping berfokus pada emosi (misalnya, *denial* atau *escape-avoidance*) alih-alih strategi *problem-focused* (seperti *planful problem solving* atau *seeking social support*)⁶. Kurangnya kemampuan literasi dan pengalaman dalam menghadapi tuntutan dapat memperparah ketidakseimbangan antara tuntutan program dan kapasitas adaptasi individu.

Berdasarkan teori perkembangan Erik Erikson, individu yang berusia 18-50 tahun menghadapi tantangan unik sesuai tahap perkembangannya. Pada fase *young adulthood* (19-29 tahun), konflik

⁵ M Salis Yuniardi, Dian Caesaria Widyasari, and Aransha K N Putri, "The Demographic Factors ' Contribution to the High School Student ' s Level of Psychological Distress in Malang , East Java," *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi* 25, no. 2 (2023): 67–78, <https://doi.org/https://doi.org/10.26486/psikologi.v25i2.3277>.

⁶ Siti Maryam, "*Strategi Coping: Teori Dan Sumberdayanya*," *JURKAM: Jurnal Konseling Andi Matappa* 1, no. 2 (2017): 101, <https://doi.org/10.31100/jurkam.v1i2.12>.

intimacy vs isolation dapat memperburuk kerentanan terhadap *burnout* akibat tekanan membangun kemandirian sambil menghadapi berbagai tuntutan eksternal⁷. Namun kerentanan ini tidak merata, individu dengan tingkat pendidikan rendah lebih rentan karena keterbatasan literasi emosional dan strategi coping, sehingga kesulitan menyeimbangkan tuntutan dengan tanggung jawab lainnya.

Teori *ecological systems* Bronfenbrenner memperjelas bahwa adaptasi individu dipengaruhi oleh interaksi antara kapasitas personal (*microsystem*) dan lingkungan sosial (*mesosystem*). Individu dari daerah terpencil dengan pendidikan rendah mengalami *double burden: cultural shock* akibat transisi ke lingkungan baru dan ketiadaan keterampilan kognitif untuk memproses stres⁸. Sebaliknya, individu berpendidikan tinggi meski berasal dari lokasi terpencil cenderung lebih adaptif berkat kemampuan *problem-solving* dan akses ke sumber daya sosial yang lebih baik.

Dalam konteks program pemberdayaan perempuan, fenomena *burnout* menjadi sangat relevan mengingat kompleksitas tantangan yang dihadapi. Populasi perempuan rawan sosial dan ekonomi termasuk korban perdagangan orang, tindak asusila dan tuna susila terus meningkat dari tahun ke tahun. Peningkatan ini dipicu oleh faktor-faktor kompleks seperti kemiskinan, minimnya akses pendidikan, terbatasnya lapangan kerja,

⁷ By Saul Mcleod, "Erik Erikson 's Stages Of Psychosocial Development Stage 1 . Trust Vs . Mistrust," SimplyPsychology, no. April 2008 (2023): 1–16, <https://doi.org/10.5281/zenodo.15241647>.

⁸ Dede Paquette and John Ryan, "Bronfenbrenner 's Ecological Systems Theory," no. August (2001): 1–4, <http://people.usd.edu/~mremund/bronfa.pdf>.

kurangnya keterampilan, serta pengaruh sosial-budaya⁹. Dalam merespons kondisi ini, diperlukan penanganan komprehensif yang melibatkan sektor terkait, lembaga sosial, dunia usaha, dan masyarakat melalui program pelayanan dan rehabilitasi sosial.

Sebagai institusi pemerintah yang bertanggung jawab atas kebijakan sosial, Dinas Sosial Provinsi Jawa Timur (Dinsos Jatim) memegang peran kunci dalam mengatur upaya tersebut. Sebagaimana tercermin dalam Indikator Kinerja Utama (IKU) fokus utama Dinsos Jatim adalah meningkatkan kesejahteraan masyarakat, khususnya Penyandang Masalah Kesejahteraan Sosial (PMKS) agar dapat menjalankan fungsi sosialnya secara mandiri¹⁰. Pemberdayaan perempuan sebagai kelompok rentan merupakan salah satu strategi penting bagi Dinsos Jatim dalam meningkatkan kesejahteraan sosial masyarakat, yang diwujudkan melalui implementasi kebijakan perlindungan dan pemberdayaan perempuan sebagaimana diatur dalam Peraturan Daerah No. 16 Tahun 2012 tentang Penyelenggaraan Perlindungan Perempuan dan Anak Korban Kekerasan¹¹.

Perempuan sebagai kelompok sasaran program pemberdayaan memiliki karakteristik yang beragam dan kompleks. Perempuan merupakan sumber daya manusia yang sangat berharga dan memiliki peran penting dalam pembangunan¹². Pemberdayaan perempuan bertujuan untuk

⁹ Surabaya Dinas Sosial Provinsi Jawa Timur, "*Indikator Kinerja Utama Dinas Sosial Provinsi Jawa Timur*," 2021.

¹⁰ Dinas Sosial Provinsi Jawa Timur.

¹¹ Pemerintah Provinsi Jawa Timur, "*Peraturan Daerah Provinsi Jawa Timur Nomor 16 Tahun 2012 Tentang Penyelenggaraan Perlindungan Perempuan Dan Anak Korban Kekerasan*," Pemerintah Provinsi Jawa Timur, vol. 1950 (Surabaya, 2012).

¹² Rakhmadsyah Putra Rangkuty, *Modal Sosial Dan Pemberdayaan Perempuan: Kajian Modal Sosial Dalam Pemberdayaan Perempuan Melalui Kegiatan PNPM Mandiri Pedesaan* (Unimal Press, Lhokseumawe, 2018).

meningkatkan kesadaran mereka tentang kesetaraan gender dan potensi diri agar mampu berkontribusi dalam pembangunan sosial dan ekonomi. Namun, di tengah peran penting ini, perempuan seringkali menghadapi berbagai kerentanan, termasuk risiko kekerasan dan diskriminasi. Oleh karena itu, kebijakan perlindungan dan pemberdayaan perempuan menjadi sangat penting.

Sebagai perwujudan konkret dari upaya perlindungan dan pemberdayaan perempuan, Unit Pelaksana Teknis (UPT) merupakan satuan kerja pemerintah yang dibentuk untuk melaksanakan tugas teknis operasional dalam memberikan layanan langsung kepada masyarakat, khususnya dalam perlindungan perempuan dan anak, sebagaimana diatur dalam Peraturan Menteri PPPA Nomor 4 Tahun 2018¹³. Dalam mengatasi permasalahan tersebut, Dinas Sosial Provinsi Jawa Timur memiliki UPT RSBKW Kediri yang berfungsi sebagai bagian operasional dinas dalam menjalankan program-program teknis dan kegiatan pendukung yang ditujukan untuk perempuan dalam kondisi rentan.

UPT RSBKW Kediri memiliki tugas melaksanakan sebagian tugas dinas dalam rehabilitasi sosial bagi klien wanita rawan sosial ekonomi, wanita korban perdagangan, wanita korban tindak asusila, orang dan wanita tuna susila berusia 18 (delapan belas) tahun sampai dengan 50 (lima puluh) tahun¹⁴. Program rehabilitasi sosial di UPT RSBKW Kediri dimulai dengan tahapan pendekatan yang meliputi orientasi, konsultasi, identifikasi

¹³ Rafiqi Zul Hilmi, Ratih Hurriyati, and Lisnawati, “*Perlindungan Anak Republik INDONESIA Nomor 4 Tahun 2018*” 3, no. 2 (2018): 91–102.

¹⁴ Dinsosjatim, “*Profil UPT Dinsos Jatim*,” n.d., <https://dinsos.jatimprov.go.id/profil/upt/show/28>.

masalah, motivasi, dan seleksi calon peserta. Setelah itu, peserta yang memenuhi syarat masuk ke tahapan penerimaan, kemudian memasuki tahapan asesmen, pembinaan dan bimbingan yang mencakup bimbingan mental, spiritual, sosial, hidup disiplin, serta pelatihan keterampilan seperti tata boga, tata rias, tata rambut, dan tata busana¹⁵.

Meskipun program ini dirancang secara sistematis untuk memulihkan keberfungsian sosial peserta, implementasinya dalam praktik menghadapi berbagai tantangan psikologis yang tidak terduga. Salah satu tantangan psikologis yang signifikan dalam program pemberdayaan ini adalah munculnya fenomena *burnout* pada peserta. Data awal dari observasi peneliti pada Oktober 2024 menunjukkan gejala seperti gangguan tidur, kecemasan, dan penurunan produktivitas pada peserta, terutama selama fase adaptasi di lingkungan asrama¹⁶. Hal ini mengindikasikan bahwa tekanan psikologis dalam program seperti beban pelatihan intensif, ekspektasi tinggi untuk berubah, dan isolasi sosial dapat memicu ketidakseimbangan antara kapasitas individu dan tuntutan lingkungan, yang menjadi akar *burnout*.

Analisis lebih mendalam terhadap fenomena *burnout* ini menunjukkan pola yang menarik. Gejala *burnout* pada peserta program pemberdayaan cenderung muncul pada fase adaptasi (tahap penerimaan dan asesmen), di mana mereka menghadapi tekanan psikososial akibat perubahan lingkungan, aturan yang ketat, dan tuntutan beradaptasi secara

¹⁵ Dinas Sosial Provinsi Jawa Timur, “Unit Pelaksana Teknis Rehabilitasi Sosial Bina Karya Wanita Kediri” (Kediri, n.d.).

¹⁶ Ina Bagus, Ella, “Wawancara Pribadi Dengan Staf Pelayanan Sosial” (Kediri, 2025).

cepat¹⁷. Temuan awal menunjukkan bahwa kerentanan terhadap *burnout* tidak merata di antara peserta, melainkan dipengaruhi oleh karakteristik individual tertentu. Hal ini sejalan dengan bukti empiris dari studi-studi sebelumnya yang menunjukkan bahwa tingkat pendidikan berkorelasi dengan tingkat *burnout*¹⁸.

Dalam konteks program pemberdayaan di UPT RSBKW Kediri, peserta dengan tingkat pendidikan rendah (SD/SMP) menghadapi tantangan ganda. Di satu sisi, mereka harus menguasai keterampilan teknis (seperti tata boga atau menjahit) yang membutuhkan pemahaman instruksi kompleks. Di sisi lain, mereka juga menjalani pembinaan mental-spiritual intensif (pengajian, shalat berjamaah, dan kultum). Kombinasi ini menciptakan *overload* kognitif-emosional, mirip dengan beban kurikulum ganda pada siswa MAN dalam penelitian Yuniardi¹⁹. Observasi awal menunjukkan gejala *burnout* seperti kelelahan emosional dan penurunan motivasi lebih sering terjadi pada peserta berpendidikan dasar yang kurang memiliki strategi coping adaptif.

Program pemberdayaan yang masih berfokus pada keterampilan tradisional seperti tata boga, tata rias, dan tata busana menghadapi tantangan relevansi di era digital. Kurangnya integrasi dengan platform digital dapat menimbulkan frustrasi pada peserta ketika menyadari bahwa peluang kerja menuntut kemampuan teknologi yang memadai. Hal ini terutama

¹⁷ Leiter, “*The Dream Denied: Professional Burnout and the Constraints of Human Service Organizations.*”

¹⁸ Schaufeli, Leiter, and Maslach, “*Burnout: 35 Years of Research and Practice.*”

¹⁹ Yuniardi, Widyasari, and Putri, “*The Demographic Factors ’ Contribution to the High School Student ’ s Level of Psychological Distress in Malang , East Java.*” *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi* 25, no. 2 (Agustus 2023): 67–78, <https://doi.org/10.26486/psikologi.v25i2.3277>.

berdampak pada peserta dengan tingkat pendidikan rendah yang memiliki keterbatasan dalam mengakses dan memahami teknologi digital.

Memahami hubungan antara *burnout* dan tingkat pendidikan memiliki implikasi strategis bagi program pemberdayaan. Tingkat pendidikan berperan sebagai prediktor kunci dalam menentukan keberhasilan adaptasi peserta program. Temuan tentang signifikansi tingkat pendidikan ini mempertegas pentingnya pendekatan kontekstual dalam program pemberdayaan. UPT RSBKW Kediri dipilih sebagai fokus penelitian karena pertimbangan strategis: pertama, lembaga ini merupakan salah satu pusat pemberdayaan perempuan tertua di Jawa Timur dengan program yang terstruktur dan komprehensif; kedua, peserta program memiliki latar belakang tingkat pendidikan yang beragam yang memungkinkan analisis *burnout* secara lebih mendalam; ketiga, adanya sistem monitoring dan evaluasi yang baik mendukung kelancaran pengumpulan data yang akurat dan sistematis²⁰.

Oleh karena itu, kesenjangan antara pengamatan lapangan dan minimnya penelitian sistematis tentang *burnout* dalam konteks program pemberdayaan, khususnya terkait dengan tingkat pendidikan sebagai faktor prediktor, mendorong perlunya studi lebih lanjut untuk menganalisis perbedaan tingkat *burnout* pada peserta program pemberdayaan berdasarkan tingkat pendidikan mereka.

²⁰ Bagus, Ella, "Wawancara Pribadi Dengan Staf Pelayanan Sosial."

B. RUMUSAN MASALAH

1. Apakah terdapat perbedaan tingkat *burnout* pada peserta program pemberdayaan Unit Pelaksana Teknis Rehabilitasi Sosial Bina Karya Wanita (UPT RSBKW) Kediri ditinjau dari tingkat pendidikan?
2. Apakah terdapat perbedaan signifikan pada setiap dimensi *burnout* (kelelahan, sinisme, dan ketidakefektifan) berdasarkan tingkat pendidikan peserta program pemberdayaan UPT RSBKW Kediri?

C. TUJUAN PENELITIAN

1. Untuk menganalisis perbedaan tingkat burnout pada peserta program pemberdayaan Unit Pelaksana Teknis Rehabilitasi Sosial Bina Karya Wanita (UPT RSBKW) Kediri berdasarkan tingkat pendidikan.
2. Untuk menganalisis perbedaan signifikan pada setiap dimensi *burnout* (kelelahan, sinisme, dan ketidakefektifan) berdasarkan tingkat pendidikan peserta program pemberdayaan Unit Pelaksana Teknis Rehabilitasi Sosial Bina Karya Wanita (UPT RSBKW) Kediri.

D. MANFAAT PENELITIAN

1. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam memperkaya kajian teoritis bidang psikologi dan berfungsi sebagai bahan rujukan untuk penelitian masa depan, serta menjadi

pembandingan ketika melakukan studi lanjutan dengan menggunakan variabel yang berbeda.

2. Secara praktis

1) Bagi Subjek Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan mampu meningkatkan pemahaman perempuan peserta program pemberdayaan mengenai *burnout* dan faktor faktor yang mempengaruhi *burnout* mereka, kemudian membantu peserta mengidentifikasi strategi untuk mengatasi *burnout* program pemberdayaan. Dengan penelitian ini dapat mendukung peserta program pemberdayaan untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka selama program berlangsung.

2) Bagi Akademik

Penelitian ini memberikan kontribusi penting bagi pengembangan ilmu psikologi sosial dan studi pemberdayaan perempuan dengan mengkaji hubungan antara tingkat pendidikan dan *burnout* dalam konteks nontradisional program rehabilitasi sosial. Temuan penelitian akan memperkaya literatur psikologi yang selama ini lebih banyak membahas burnout di lingkungan kerja formal, sekaligus menawarkan perspektif baru tentang bagaimana tingkat pendidikan memengaruhi kerentanan psikologis peserta program pemberdayaan.

3) Bagi Masyarakat

Peneliti berharap dapat meningkatkan kesadaran masyarakat betapa pentingnya dukungan sosial bagi perempuan dalam program pemberdayaan. Serta memberikan masukan bagi kebijakan publik terkait pemberdayaan perempuan yang lebih responsif terhadap kebutuhan psikologis peserta.

4) Bagi Penyelenggara Program

Penelitian ini memberikan panduan konkret untuk meningkatkan efektivitas program melalui pemahaman mendalam tentang pengaruh tingkat pendidikan terhadap *burnout* peserta. Dengan mengetahui kelompok peserta berpendidikan rendah yang lebih rentan mengalami *burnout*, penyelenggara dapat merancang intervensi yang lebih personal, seperti modifikasi beban pelatihan, penambahan pendampingan psikologis, atau pengembangan materi yang lebih sesuai dengan literasi peserta. Temuan penelitian juga dapat dijadikan acuan untuk Menyusun system monitoring yang lebih sensitif dalam mendeteksi gejala *burnout* sejak dini, sehingga upaya pencegahan bisa dilakukan sebelum kondisi tersebut mengganggu proses rehabilitasi. Pada akhirnya, implementasi rekomendasi dari penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan keberhasilan program sekaligus kesejahteraan psikologis peserta selama mengikuti proses pemberdayaan.

E. PENELITIAN TERDAHULU

Setiap penelitian memerlukan landasan referensi yang memungkinkan peneliti untuk memperkaya teori-teori yang relevan dalam menganalisis studi yang sedang dijalankan, dimana hal ini dapat diperkuat melalui hasil-hasil penelitian sebelumnya., berikut beberapa penelitian sebelumnya:

1. Penelitian pertama yang relevan dilakukan oleh Ratih et al. dengan judul "*Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Burnout Pekerja Sosial Pada Pelayanan Anak Korban Tindak Kekerasan Seksual*" yang membuktikan peran signifikan dukungan sosial dalam mengurangi *burnout* pada pekerja sosial profesional²¹. Meskipun sama-sama mengkaji *burnout* dalam konteks pelayanan sosial, penelitian tersebut memiliki perbedaan fundamental dengan penelitian ini. Ratih berfokus pada pekerja sosial profesional yang berperan sebagai pemberi layanan dan telah terlatih dalam menangani tekanan kerja, sedangkan penelitian ini mengeksplorasi *burnout* pada peserta program pemberdayaan yang berperan sebagai penerima layanan dengan latar belakang tingkat pendidikan yang beragam dan terbatas. Lebih lanjut, penelitian Ratih menganalisis dukungan sosial sebagai prediktor *burnout*, sementara penelitian ini secara spesifik mengkaji tingkat pendidikan sebagai faktor yang memengaruhi kerentanan *burnout*. Gap yang teridentifikasi adalah bahwa

²¹ Andita Ratih, Binahayati Rusyidi, and Sri Sulastrri, "*Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Burnout Pekerja Sosial Pada Pelayanan Anak Korban Tindak Kekerasan Seksual*," Share : Social Work Journal 13, no. 1 (2023): 42, <https://doi.org/10.24198/share.v13i1.45057>.

penelitian terdahulu fokus pada profesional yang sudah memiliki *coping mechanism* yang terlatih, sedangkan penelitian ini mengeksplorasi *burnout* pada kelompok non-profesional yang justru sedang dalam proses pemberdayaan dan mengalami dua tekanan sekaligus berupa tekanan adaptasi program ditambah keterbatasan sumber daya personal.

2. Penelitian kedua oleh Mahmud et al berjudul "*Pengaruh Pemberdayaan Terhadap Kelelahan Kerja Dan Kecerdasan Emosional Perawat Di RSUD Haji Kota Makassar*" menemukan bahwa program pemberdayaan efektif mengurangi *burnout* pada perawat melalui peningkatan kepercayaan diri dan akuntabilitas²². Penelitian ini memiliki kesamaan dalam mengkaji hubungan antara program pemberdayaan dan *burnout*, namun terdapat perbedaan krusial dalam hal arah kausalitas dan karakteristik subjek. Mahmud meneliti pemberdayaan sebagai intervensi untuk mengurangi *burnout* pada perawat profesional yang sudah terlatih dalam *workplace empowerment setting*, sedangkan penelitian ini mengeksplorasi bagaimana proses pemberdayaan itu sendiri dapat memicu *burnout* dalam *rehabilitative empowerment setting*, terutama pada peserta dengan keterbatasan tingkat pendidikan. Research gap yang muncul adalah fenomena paradoks dimana program yang dirancang untuk memberdayakan justru dapat

²² Muhdar Mahmud, Reza Aril Ahri, and Sitti Patimah, "*Pengaruh Pemberdayaan Terhadap Kelelahan Kerja Dan Kecerdasan Emosional Perawat Di RSUD Haji Kota Makassar*," *Journal of Aafiyah Health Research (JAHR)* 2024 5, no. 1 (2024): 51–59, <http://pascaumi.ac.id/index.php/jahr/index>.

memicu *burnout*, khususnya pada individu dengan tingkat pendidikan terbatas yang belum memiliki *adequate coping strategies*. Fenomena ini belum banyak dieksplorasi dalam *literature existing* dan menjadi *unique contribution* dari penelitian ini.

3. Penelitian ketiga yang dilakukan oleh Liu et al. dengan judul "*Factors associated with academic burnout and its prevalence among university students: a cross-sectional study*" menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan *burnout* akademik pada mahasiswa universitas, dengan temuan bahwa 55,16% mahasiswa mengalami tingkat *burnout* tertentu, 3,55% mengalami *burnout* yang relatif parah, dan 1,28% mengalami *burnout* yang sangat parah. Studi ini mengidentifikasi bahwa faktor demografis termasuk tingkat pendidikan dan latar belakang akademik mempengaruhi kerentanan terhadap *burnout* akademik²³. Meskipun sama-sama mengkaji *burnout* dalam konteks pendidikan/pembelajaran, menganalisis faktor demografis sebagai prediktor *burnout*, dan menggunakan pendekatan kuantitatif cross-sectional, penelitian tersebut memiliki perbedaan fundamental dengan penelitian ini. Liu et al. fokus pada *burnout* akademik mahasiswa dalam lingkungan universitas yang stabil, sedangkan penelitian ini mengeksplorasi *burnout* pada peserta program pemberdayaan dalam lingkungan rehabilitasi sosial. Lebih lanjut, Liu meneliti mahasiswa yang sudah

²³ Zheng Liu et al., "*Factors Associated with Academic Burnout and Its Prevalence among University Students: A Cross-Sectional Study*," *BMC Medical Education* 23, no. 1 (2023): 1–13, <https://doi.org/10.1186/s12909-023-04316-y>.

memiliki akses pendidikan tinggi, sementara penelitian ini mengkaji individu dengan tingkat pendidikan beragam (SMp hingga PT) yang sedang dalam proses rehabilitasi sosial. Research gap yang teridentifikasi adalah bahwa penelitian Liu dilakukan dalam konteks akademik formal dengan subjek yang sudah memiliki privilege akses pendidikan tinggi, sedangkan penelitian ini mengeksplorasi *burnout* pada kelompok marginal dengan keterbatasan pendidikan yang sedang mengalami transisi hidup melalui program pemberdayaan. Gap ini menunjukkan perlunya penelitian khusus pada populasi rentan yang belum banyak mendapat perhatian dalam literatur *burnout*.

4. Penelitian keempat oleh Tesfaye et al berjudul "*Work-related burnout and its associated factors among kindergarten teachers: a multi-center cross-sectional study in Ethiopia*" yang dipublikasikan di *Frontiers in Public Health* membuktikan bahwa faktor demografis termasuk tingkat pendidikan secara signifikan memengaruhi tingkat *burnout* pada guru taman kanak-kanak, dengan temuan bahwa 45,9% guru berpendidikan diploma dan 21,7% berpendidikan sertifikat mengalami tingkat *burnout* yang berbeda-beda berdasarkan latar belakang pendidikan mereka²⁴. Penelitian ini memiliki kesamaan dalam menganalisis tingkat pendidikan sebagai

²⁴ Anmut Endalkachew Bezie, Girum Tareke Zewude, and Amensisa Tesfaye Asmare Asrat Yirdaw Alebachew Bitew Abie Giziew Abere Hailu, "*Work-Related Burnout and Its Associated Factors among Kindergarten Teachers : A Multi-Center Cross-Sectional Study in Ethiopia*," *Frontiers in Public Health* 12, no. January (2024): 1453504, <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1453504>.

prediktor *burnout* dan menggunakan pendekatan cross-sectional pada populasi dengan beragam tingkat pendidikan. Namun, terdapat perbedaan strategis yang cukup signifikan. Tesfaye et al. meneliti guru taman kanak-kanak dalam konteks profesi pendidikan formal dengan fokus pada tingkat pendidikan dari sertifikat hingga diploma, sedangkan penelitian ini mengkaji perempuan dalam program rehabilitasi sosial yang sedang berada pada fase transisi dari kondisi kerentanan menuju kemandirian, dengan fokus pada tingkat pendidikan dasar hingga menengah.

5. Penelitian kelima oleh Phongsavan et al. berjudul "*Burnout and well-being among higher education teachers: Influencing factors of burnout*" mengkaji prevalensi *burnout* pada dosen pendidikan tinggi di Thailand dan menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi setiap dimensi *burnout*, dengan temuan bahwa faktor demografis termasuk tingkat pendidikan dan pengalaman mengajar secara signifikan mempengaruhi tingkat *burnout* pada pendidik²⁵. Meskipun sama-sama menganalisis faktor demografis sebagai prediktor *burnout*, menggunakan Maslach *Burnout Inventory* sebagai instrumen pengukuran, dan fokus pada populasi yang berperan dalam konteks pendidikan/pembelajaran, penelitian tersebut memiliki perbedaan mendasar dengan penelitian ini. Phongsavan meneliti dosen sebagai penyedia layanan pendidikan

²⁵ Sirinthip Pakdee et al., "Burnout and Well-Being among Higher Education Teachers: Influencing Factors of Burnout," *BMC Public Health* 25, no. 1 (2025), <https://doi.org/10.1186/s12889-025-22602-w>.

dalam konteks formal dan stabil dengan subjek profesional berpendidikan tinggi, sedangkan penelitian ini mengkaji peserta sebagai penerima layanan dalam program pemberdayaan yang tidak stabil dengan fokus pada individu berlatar belakang pendidikan terbatas yang sedang dalam proses rehabilitasi. Research gap yang teridentifikasi adalah penelitian sebelumnya mengkaji *burnout* pada profesional pendidikan yang sudah mapan, sedangkan penelitian ini mengeksplorasi *burnout* pada kelompok yang justru sedang berjuang untuk meningkatkan kapasitas diri melalui program pemberdayaan, menunjukkan perlunya pemahaman khusus tentang dinamika *burnout* pada populasi yang sedang dalam proses transformasi sosial.

F. DEFINISI OPERASIONAL

1. *Burnout*

Definisi operasional *burnout* dalam penelitian ini merujuk pada aspek *burnout* menurut Christina Maslach²⁶. Antara lain:

- 1) Kelelahan yang menyebabkan individu kehilangan energi dan kesulitan menjalani aktivitas sehari-hari.
- 2) Sinisme dan negatif terhadap kegiatan dan lingkungan yang ditunjukkan dengan menurunnya empati dan kepedulian terhadap tugas atau lingkungan sosial.

²⁶ Christina Maslach dan Michael P. Leiter, *The Truth about Burnout: How Organizations Cause Personal Stress and What to Do About It* (San Francisco: Jossey-Bass, 1997).

- 3) Ketidakefektifan, yaitu perasaan tidak mampu atau tidak berdaya dalam menyelesaikan tugas-tugasnya.

2. Tingkat Pendidikan

Tingkat pendidikan dalam penelitian ini merujuk pada tingkat pendidikan formal terakhir yang telah diselesaikan oleh peserta program pemberdayaan di Unit Pelaksana Teknis Rehabilitasi Sosial Bina Karya Kediri, yang diklasifikasikan dalam tiga kategori:

- 1) Pendidikan Menengah Pertama: Tamatan SMP/MTs/ sederajat
- 2) Pendidikan Menengah Atas: Tamatan SMA/MA/SMK/ sederajat
- 3) Pendidikan tinggi: Tamatan (PT)