

DIMENSI BURNOUT DALAM KALANGAN PENSYARAH MUSLIM SEMASA PANDEMIK: ANALISIS DAN IMPLIKASI PASCA-PANDEMIK

DIMENSIONS OF BURNOUT AMONG MUSLIM ACADEMICIAN DURING THE PANDEMIC: AN ANALYSIS AND POST-PANDEMIC IMPLICATIONS

Ainuddin Kamaruddin¹
Raja Nurul Hafizah Raja Ismail ^{1*}
Nur Yani Che Hussin ¹
Wan Nur Ainna Waheda Rozali¹

¹ Fakulti Pengajian Islam, Universiti Islam Pahang Sultan Ahmad Shah, Kuantan, Pahang, Malaysia.

*Corresponding author: hafizah@unipsas.edu.my

Article history

Received date : 12-11-2025

Revised date : 13-11-2025

Accepted date : 22-12-2025

Published date : 29-12-2025

To cite this document:

Kamaruddin, A., Raja Ismail, R. N. H., Che Hussin, N. Y., & Rozali, W. N. A. W. (2025). Dimensi burnout dalam kalangan pensyarah Muslim semasa pandemik: Analisis dan implikasi pasca-pandemik. *Journal of Islamic, Social, Economics and Development (JISED)*, 10 (79), 336 – 343.

Abstrak: Perubahan yang drastic dalam pengajaran dan pembelajaran sewaktu pandemik telah memberi kesan iaitu kelesuan emosi atau burnout pada semua sektor termasuklah sektor pendidikan tinggi iaitu dalam kalangan pensyarah. Tujuan kajian ini dijalankan adalah untuk meninjau tahap burnout dalam kalangan pensyarah Muslim di Malaysia. Kajian ini menggunakan soal selidik iaitu Inventori Burnout Maslach dalam versi Bahasa Melayu dan dijalankan secara talian terhadap golongan pensyarah Muslim. Seramai 303 orang responden (N=303) daripada kalangan pensyarah Muslim di IPTA dan IPTS seluruh negara telah mengambil bahagian dalam kajian tinjauan ini. Hasil tinjauan mendapati 49% pensyarah mengalami tahap kelesuan emosi sederhana, 32% mengalami tahap rendah manakala 19% mengalami tahap kelesuan emosi tinggi. Bagi aspek depersonalisasi, 52% pensyarah di tahap sederhana, 14% di tahap rendah dan 34% berada di tahap tinggi. Dari aspek penurunan pencapaian diri, hasil kajian mendapati 79% daripada kalangan pensyarah merasakan penurunan pencapaian diri semasa PDPDT ketika musim penularan pandemik COVID-19. Selain itu, 22 % pensyarah lelaki dan 19% pensyarah perempuan mengalami kelesuan emosi pada tahap tinggi, 39% pensyarah lelaki dan 32% pensyarah perempuan mengalami depersonalisasi pada tahap tinggi serta 71% pensyarah lelaki dan 83% pensyarah perempuan merasakan pencapaian sendiri yang rendah sepanjang pandemik. Hasil analisis inferensi juga menunjukkan bahawa terdapat perbezaan signifikan pada konstruk kelesuan emosi dan pencapaian sendiri ($p < 0.05$). Kesimpulannya, para pensyarah mengalami kelesuan emosi dan depersonalisasi di tahap sederhana, manakala kajian ini mendapati bahawa para pensyarah majoritinya mengalami penurunan dalam pencapaian diri. Oleh itu, kajian ini diharapkan dapat membantu pihak berwajib untuk merancang intervensi bagi mengatasi burnout dalam kalangan pensyarah.

Kata Kunci: *Pandemik, pensyarah Muslim, kelesuan emosi.*

Abstract: *The drastic changes in teaching and learning during the pandemic have led to emotional exhaustion or burnout across all sectors, including higher education among lecturers. The purpose of this study was to examine the level of burnout among Muslim lecturers in Malaysia. This study employed the Maslach Burnout Inventory in its Malay version and was conducted online among Muslim lecturers. A total of 303 respondents (N=303) from both public and private higher education institutions across the country participated in this survey. The findings revealed that 49% of lecturers experienced a moderate level of emotional exhaustion, 32% a low level, and 19% a high level. In terms of depersonalization, 52% were at a moderate level, 14% at a low level, and 34% at a high level. Regarding reduced personal accomplishment, 79% of lecturers reported a decline in their sense of achievement during online teaching and learning throughout the COVID-19 pandemic. Additionally, 22% of male lecturers and 19% of female lecturers experienced high emotional exhaustion; 39% of male lecturers and 32% of female lecturers experienced high depersonalization; and 71% of male lecturers and 83% of female lecturers felt a low level of personal accomplishment during the pandemic. Inferential analysis also showed significant differences in emotional exhaustion and personal accomplishment constructs ($p < 0.05$). In conclusion, the study found that lecturers experienced moderate levels of emotional exhaustion and depersonalization, while the majority reported a decline in personal accomplishment. Therefore, this study is expected to assist relevant authorities in planning interventions to address burnout among lecturers.*

Keywords: *Pandemic, burnout, Muslim academician.*

Pengenalan

Kehadiran wabak Covid-19 di serata dunia termasuk Malaysia telah membataskan pergerakan dan aktiviti normal manusia. Antara yang terkesan adalah proses pembelajaran dan pengajaran di institusi-institusi pengajian yang sebelum ini rata-ratanya dijalankan secara bersemuka. Sekitar Jun 2020, Kerajaan Malaysia telah mula mengarahkan sekolah dan institusi pengajian tinggi supaya melaksanakan pengajaran dan pembelajaran secara maya atau dalam talian. Arahan yang telah dikeluarkan oleh pihak kerajaan itu sekali gus menjadikan sistem pengajaran dan pembelajaran secara maya atau dalam talian sangat penting dan perlu dikuasai sepenuhnya oleh semua pihak yang berkaitan dalam sektor pendidikan di negara ini iaitu pihak guru, pensyarah serta pelajar (Mallow, M.S., 2020).

Burnout dalam kalangan pekerja sektor pendidikan seperti guru dan pensyarah mula menjadi satu subjek yang agak popular dalam kalangan pengkaji. Terdapat pelbagai kajian di serata dunia yang mengukur tahap burnout dalam kalangan guru dan pensyarah. Alat ukur yang digunakan adalah Maslach Burnout Inventory (MBI) yang diasaskan oleh Profesor Dr. Christina Maslach pada tahun 1995 yang dibina selari dengan definisi burnout yang dikeluarkan oleh Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO) dalam 11th Revision of the International Classification of Diseases (ICD-11). Burnout menurut WHO (World Health Organization, 2019) bukanlah suatu keadaan kesihatan, sebaliknya, ia merupakan suatu fenomena pekerjaan yang ditakrifkan sebagai sindrom yang terhasil daripada stres yang kronik di tempat kerja yang mana stres tersebut tidak diuruskan dengan berkesan. Ia merangkumi tiga dimensi iaitu perasaan kehabisan tenaga atau keletihan; peningkatan jarak mental daripada pekerjaan seseorang, atau perasaan negativisme atau sinis yang berkaitan dengan pekerjaan seseorang; dan menurunnya keberkesanan profesional. Burnout difahami sebagai tindak balas negatif

terhadap tekanan kerja jangka panjang, dicirikan oleh tahap keletihan emosi yang tinggi dan depersonalisasi serta tahap pencapaian peribadi yang rendah di tempat kerja. (Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, 2001)

Berdasarkan kajian-kajian lepas, kajian tentang burnout terutama pada musim penularan wabak COVID-19 lebih banyak memfokus kepada burnout dalam kalangan pekerja-pekerja barisan hadapan terutamanya dalam bidang perubatan atau medik. Menurut Mohd Beta & Ali (2017), tidak banyak kajian pernah dijalankan berkaitan burnout dalam kalangan pensyarah Muslim. Terdapat hanya beberapa kajian yang mengkaji faktor-faktor yang menyumbang kepada burnout kerja ahli akademik dan agama Islam bertindak sebagai moderator (Stoffers et al., 2014). Menurut kajian yang dilakukan oleh Mohamed et al., (2020), ahli akademik menunjukkan tahap burnout dan tekanan psikologi yang lebih tinggi berbanding bukan ahli akademik. Namun, terdapat kajian baru yang dilakukan oleh Sharliana Che Ani et al., ((2025) terhadap guru-guru sekolah yang menunjukkan bahawa guru-guru sekolah mengalami kelesuan emosi disebabkan oleh beban kerja yang banyak. Hasil analisis dalam kajian yang dijalankan disalah sebut kolej komuniti di Selangor menunjukkan bahawa pensyarah mengalami tahap kelesuan emosi dan depersonalisasi adalah rendah dan tahap kepuasan kerja pada tahap sederhana (Saraswathy Dhanalingam et. al., 2023).

Burnout atau kelesuan emosi adalah satu sindrom yang berlaku sebagai tindak balas kepada tekanan kerja yang kronik dan mengandungi 3 dimensi yang saling berkaitan iaitu lesu emosi, depersonalisasi dan penurunan pencapaian diri (Maslach, 1995). Kajian yang dilakukan terhadap pensyarah di sebuah universiti di Iran ketika pandemik COVID-19 menunjukkan bahawa para pensyarah mengalami burnout daripada aspek mental disebabkan oleh perubahan yang berlaku di tempat kerja (PdP) dan isu keluarga (Ghasemi et al. 2021). Objektif kajian ini adalah untuk:

- a) Mengenal pasti tahap kelesuan emosi, depersonalisasi dan pencapaian sendiri dalam kalangan pensyarah muslim di Malaysia.
- b) Mengenal pasti tahap kelesuan emosi, depersonalisasi dan pencapaian sendiri dalam kalangan pensyarah muslim berdasarkan jantina.
- c) Mengukur tahap kelesuan emosi, depersonalisasi dan pencapaian sendiri dalam kalangan pensyarah Muslim di Malaysia.

Metodologi

Satu kajian tinjauan menggunakan instrumen soal selidik telah dijalankan ke atas 303 orang responden terdiri daripada kalangan para pensyarah Muslim yang berkhidmat di institusi-institusi pengajian tinggi di seluruh Malaysia. Tinjauan ini dijalankan secara dalam talian menggunakan Google Form yang terdiri daripada dua bahagian, Bahagian A dan Bahagian B. Bahagian A mengandungi data demografi peserta kajian dan bahagian B mengandungi Inventori Burnout Maslach yang terdiri daripada 22 item yang dipecahkan kepada 3 sub bahagian iaitu (i) kelesuan emosi, (ii) depersonalisasi dan (iii) penurunan pencapaian diri. Proses pengumpulan data memakan masa selama kira-kira dua bulan.

Untuk menilai kadar kelesuan emosi, depersonalisasi dan penurunan pencapaian diri dalam kalangan responden, data telah dikategorikan kepada tiga tahap iaitu rendah, sederhana dan tinggi berdasarkan kepada bacaan skor seperti mana yang dinyatakan oleh Maslach (1996) dalam jadual berikut:

Tahap	Rendah	Sederhana	Tinggi
Kelesuan Emosi	0 hingga 16	17 hingga 26	27 ke atas
Depersonalisasi	0 hingga 8	9 hingga 13	14 ke atas
Penurunan Pencapaian Diri	37 ke atas	31 hingga 36	0 hingga 30

Bagi analisis deskriptif, data dikira dengan melihat kepada min, sisihan piawai dan peratusan. Sementara itu, bagi analisis inferensi, ujian t-test digunakan untuk meneliti tahap signifikan antara aspek-aspek tersebut dengan menggunakan Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versi 23.

Dapatan

Jadual 1 menunjukkan peratus kelesuan emosi, depersonalisasi dan pencapaian sendiri dalam kalangan ahli akademik Muslim semasa musim pandemik COVID-19 di Malaysia. Pertama, analisis menunjukkan bahawa 32% daripada keseluruhan responden mengalami kadar kelesuan emosi yang tinggi. Majoriti iaitu seramai 49% daripada mereka mengalami kelesuan emosi pada kadar sederhana dan selebihnya iaitu hanya 19% daripada responden mengalami kelesuan emosi pada kadar yang rendah berdasarkan skor subskala burnout Maslach (1996). Dari segi depersonalisasi, 14% daripada pensyarah Muslim mengalami depersonalisasi di tahap tinggi, paling ramai iaitu 52% di tahap sederhana dan 34% daripada responden berada di tahap yang rendah. Bagi subskala pencapaian sendiri pula, hanya 1% responden berada dalam kelompok pencapaian sendiri yang tinggi, sekitar 20% berada di tahap sederhana dan majoritinya iaitu 79% responden daripada kalangan pensyarah Muslim berada di tahap rendah

Jadual 1: Peratus Kelesuan Emosi, Depersonalisasi dan Pencapaian Kendiri dalam kalangan ahli akademik Muslim semasa musim pandemik COVID-19 di Malaysia

	Kelesuan Emosi	Depersonalisasi	Pencapaian Kendiri
Tinggi	19	34	1
Sederhana	49	52	20
Rendah	32	14	79

Jadual 2 di bawah menunjukkan peratus kelesuan emosi, depersonalisasi dan pencapaian sendiri dalam kalangan ahli akademik Muslim semasa musim pandemik COVID-19 di Malaysia berdasarkan jantina. Data-data daripada tinjauan yang dibuat mendapati bahawa, dari segi kelesuan emosi, 22% daripada pensyarah lelaki berada di tahap tinggi berbanding hanya 19% pensyarah perempuan berada di tahap yang sama. Sementara itu, 40% pensyarah Muslim lelaki berada di tahap sederhana berbanding 53% pensyarah perempuan berada di tahap tersebut. Selebihnya, 38% pensyarah lelaki berada di tahap rendah berbanding 28% pensyarah wanita di tahap tersebut.

Dalam subskala depersonalisasi, 39% pensyarah lelaki berada di tahap tinggi, manakala 32% pensyarah perempuan berada di tahap tersebut. Majoriti pensyarah lelaki iaitu sekitar 48% berada di tahap sederhana. Begitu juga dalam kalangan pensyarah perempuan, majoritinya iaitu 53% berada di tahap sederhana. Sementara itu, hanya seramai 13% pensyarah lelaki dan 15% pensyarah perempuan berada di tahap rendah.

Bagi subskala ketiga dalam Inventori Burnout Maslach iaitu subskala pencapaian sendiri, data menunjukkan hanya 1% pensyarah lelaki dan 1% pensyarah perempuan merekodkan pencapaian sendiri di tahap tinggi. Seramai 28% pensyarah lelaki dan 16% pensyarah perempuan mencatatkan pencapaian sendiri di tahap sederhana. Manakala, majoriti pensyarah

lelaki iaitu seramai 71%, begitu juga majoriti pensyarah perempuan iaitu 83% didapati berada di tahap rendah dalam aspek pencapaian sendiri.

Jadual 2: Peratus Kelesuan Emosi, Depersonalisasi dan Pencapaian Kendiri dalam kalangan ahli akademik Muslim semasa musim pandemik COVID-19 di Malaysia Berdasarkan Jantina

Jantina	Tahap	Kelesuan Emosi	Depersonalisasi	Pencapaian Kendiri
Lelaki	Tinggi	22	39	1
	Sederhana	40	48	28
	Rendah	38	13	71
Perempuan	Tinggi	19	32	1
	Sederhana	53	53	16
	Rendah	28	15	83

Jadual 3: Min dan sisihan piawai kelesuan emosi, depersonalisasi dan pencapaian sendiri dalam kalangan ahli akademik Muslim semasa musim pandemik covid-19 di Malaysia antara institusi pengajian tinggi awam dan swasta

Group Statistics					
Institut Pengajian (Institution)		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Lesu emosi	Awam	207	1.8019	.71353	.04959
	Swasta	96	2.0104	.65686	.06704
Depersonalisasi	Awam	207	2.1498	.69099	.04803
	Swasta	96	2.3125	.60372	.06162
Pencapaian kendiri	Awam	207	1.2415	.44023	.03060
	Swasta	96	1.1667	.42715	.04360

Berdasarkan Jadual 3 di atas, data menunjukkan min dan sisihan piawai dalam kalangan ahli akademik Muslim semasa pandemic melanda. Dalam kajian ini, terdapat 207 orang responden bekerja di institut pengajian tinggi awam manakala 96 orang lain bekerja di sektor swasta.

Jadual 4: Ujian t-test kelesuan emosi, depersonalisasi dan pencapaian sendiri dalam kalangan ahli akademik Muslim semasa musim pandemik di Malaysia.

		Levene's Test for Equality of Variances					
		F	Sig.	df	Mean Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
						Lower	Upper
Lesu emosi	Equal variances assumed	9.757	.002	301	-.20848	-.37764	-.03932
	Equal variances not assumed			199.827	-.20848	-.37292	-.04405
Depersonalisasi	Equal variances assumed	.191	.663	301	-.16274	-.32426	-.00123

	Equal variances not assumed			209.788	-.16274	-.31675	-.00874
Pencapaian sendiri	Equal variances assumed	6.533	.011	301	.07488	-.03110	.18086
	Equal variances not assumed			190.346	.07488	-.03018	.17994

Jadual 4 menunjukkan ujian t-Test yang dijalankan untuk mengukur kelesuan emosi, depersonalisasi dan pencapaian sendiri. Keputusan menunjukkan terdapat perbezaan signifikan antara kelesuan emosi iaitu $p < 0.05$, level $p = 0.02$ dan pencapaian sendiri iaitu $p < 0.05$ level $p = 0.11$.

Perbincangan dan Kesimpulan

Berdasarkan hasil kajian menerusi analisis deskriptif menunjukkan bahawa sindrom burnout dalam kalangan pensyarah Muslim di Malaysia dari subskala kelesuan emosi semasa musim pandemik COVID-19 adalah 32% responden mengalami kadar kelesuan emosi yang tinggi. Seterusnya dari subskala depersonalisasi pula, peratusan para pensyarah Muslim mengalami tahap depersonalisasi yang tinggi adalah sebanyak 13%. Manakala subskala pencapaian sendiri, sebanyak 79% responden daripada kalangan pensyarah Muslim didapati berada di tahap rendah. Dari aspek jantina, peratusan pensyarah lelaki mengalami kelesuan emosi serta depersonalisasi adalah tinggi berbanding pensyarah perempuan dan pada subskala pencapaian sendiri didapati peratusan pensyarah perempuan lebih tinggi berbanding pensyarah lelaki dalam mengalami pencapaian sendiri yang rendah sepanjang COVID-19 melanda.

Kajian ini juga menunjukkan terdapat perbezaan signifikan antara kelesuan emosi dan pencapaian sendiri dalam kalangan pensyarah Muslim di institusi pengajian tinggi. Data ini menunjukkan bahawa para pensyarah Muslim tidak kira di institusi pengajian tinggi awam atau swasta mengalami kelesuan emosi sewaktu pandemik melanda negara. Hal ini adalah disebabkan berlakunya perubahan yang drastik daripada aspek pembelajaran dan pengajaran (PdP) yang selama ini berlaku secara bersemuka kepada atas talian menyukarkan para pensyarah untuk mengadaptasi dengan perubahan yang berlaku. Selain itu, kelesuan emosi dalam kalangan para akademik bukanlah sesuatu yang asing walaupun dalam era pasca pandemik. Kajian tentang kelesuan emosi juga semakin banyak dijalankan yang mengambil kira faktor-faktor lain selain daripada perubahan dalam PdP iaitu beban tugas dan kerja-kerja pentadbiran yang perlu dilaksanakan setiap hari. Terdapat dapatan yang diperoleh daripada pengkaji lepas menunjukkan bahawa secara amnya, maqam taubat, syukur, tawakkal dan reda menawarkan pendekatan yang menyeluruh untuk menangani masalah kesihatan mental terutamanya kebimbangan sosial (Nurul Nafisah Mohamad Nazim, Nur Yani Che Hussin & Safiah Abd Razak, 2025). Oleh itu, cara yang dicadangkan oleh pengkaji ini boleh diaplikasikan dalam menangani masalah kelesuan emosi dalam kalangan pensyarah Muslim.

Penghargaan

Kajian ini telah dijalankan dengan sokongan dana daripada Universiti Islam Pahang Sultan Ahmad Shah (RUG-KUIPSAS-2021-03). Penulis mengucapkan terima kasih kepada Fakulti Pengajian Islam atas bantuan dan sokongan sepanjang tempoh kajian ini dijalankan.

Rujukan

- Christian, M., Purwanto, E., & Suryo, W. (2020). Technostress Creators on Teaching Performance of Private Universities in Jakarta During Covid-19 Pandemic Article in Technology Reports of Kansai University · July 2020 CITATIONS 19 READS 1. Technology Reports of Kansai University, 586(6). <https://www.researchgate.net/publication/343230929>
- Jose, S. A., & Mohd Matore, M. E. @ E. (2021). Tinjauan Literatur Bersistematik: Faktor Burnout dalam kalangan Guru. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)*, 6(1), 168–186. <https://doi.org/10.47405/mjssh.v6i1.628>
- Ghasemi, F., Zarei, M., Heidarimoghadam, R., & Hosseini, S. M. (2021). Exploring unprecedented problems of academicians during the COVID 19 pandemic and their relationships with fatigue and mental health. *Gene Reports*, 23(January), 101098. <https://doi.org/10.1016/j.genrep.2021.101098>
- Mallow, M.S. (2020). Tinta Minda Pengajaran dan Pembelajaran Dalam Talian. Retrived from <https://www.bernama.com/bm/tintaminda/news.php?id=1853908>
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job Burnout. *Annual Review of Psychology*, 397–422. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397>
- Mohamad Nazim, N. N., Che Hussin, N. Y., & Abd Razak, S. (2025). MAQAMAT DALAM PSIKOSPIRITUAL ISLAM: TEKNIK INTERVENSI UNTUK KEBIMBANGAN SOSIAL. *Jurnal Al-Sirat*, 25(1), 68-81. <https://doi.org/10.64398/alsirat.v25i1.408>
- Mohamed, S., Nikmat, A., Hashim, N. A., Shuib, N., & Raduan, N. J. N. (2020). Burnout and its relationship to psychological distress and job satisfaction among academicians and non-academicians in Malaysia. *International Journal of Higher Education*, 10(1), 85–92. <https://doi.org/10.5430/ijhe.v10n1p85>
- Mohd Beta, R. M. D., & Ali, K. (2017). the Influence of Job Burnout, Perceived Organizational Support and Islamic Religiosity Towards Innovative Work Behavior Among Academics in Malaysian Research Universities, Klang Valley. *Humanities & Social Sciences Reviews*, 5(2), 71–81. <https://doi.org/10.18510/hssr.2017.522>
- Nor Asikin, A. N. A., Abdol Raop, N., & Haji Aripin, S. N. (2019). Burnout: hubungannya dengan tekanan kerja dalam kalangan kakitangan jabatan ketua menteri, melaka. *Jurnal Sains Sosial*, 4(1), 1–8.
- Sane, M. A., Devin, H. F., Jafari, R., & Zohoorian, Z. (2012). Relationship Between Physical Activity and It's Components with Burnout in Academic Members of Daregaz Universities. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 46, 4291–4294. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.06.242>
- Saraswathu Dhanalingam, Jamunarani Muthusamy, Rashidah Abu, & Umawathy Techanamurthy. (2023). Tahap burnout dan kepuasan kerja dalam kalangan pensyarah Kolej Komuniti Kuala Langat. *Jurnal Kejuruteraan SI*, 6(2), 93-106.
- Sharliana Che Ani, Nurul Atifah Mohd Zake, Nurul Amanina Ali Akbar, Nurul Ain Nabilah Ramzi, & Nurul Azira Mohd Zamziba. (2025). Teaching on the edge: How workload drives burnout among Malaysian Educators. *International Journal of Academic Reasearch in Business & Social Sciences*, 15 (5), 71-83.
- Stoffers, J. M., Van der Heijden, B. I. J. M., & Notelaers, G. L. A. (2014). Towards a moderated mediation model of innovative work behaviour enhancement. *Journal of Organizational Change Management*, 27(4), 642–659. <https://doi.org/10.1108/JOCM-05-2014-0105/FULL/XML>

World Health Organization. (2022) Burn-out an "occupational phenomenon": International Classification of Diseases <https://www.who.int/news/item/28-05-2019-burn-out-an-occupational-phenomenon-international-classification-of-diseases>