

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Pendidikan adalah kunci utama individu untuk mempersiapkan diri agar dapat bersaing dengan orang lain baik di lingkungan sekolah, masyarakat, negara bahkan bangsa (Khansa & Djamhoer, 2020). Pendidikan tinggi membuat perubahan status siswa menjadi mahasiswa dan status baru tersebut juga menjadi faktor utama yang mendorong individu untuk memperoleh kesuksesan sehingga akan lebih banyak tuntutan dan tanggung jawab yang semakin besar (Nugroho, 2020). Nugroho juga menjelaskan bahwa dalam dunia perkuliahan identik dengan mahasiswa dan tugas-tugas dengan berbagai macam bentuk seperti makalah, penelitian, presentasi, analisa kasus, magang, laporan, skripsi, dan lain sebagainya. Menurut Biremanoe (2016) kemajuan bangsa ditentukan oleh tingkat keberhasilan dari segi pendidikan dan mahasiswa memiliki tanggung jawab yang harus mereka lakukan pada saat kuliah yaitu menyelesaikan kuliahnya baik itu secara akademik maupun non akademik.

Mahasiswa yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi diharapkan untuk mampu menyelesaikan tanggung jawabnya agar nanti dapat membantu mereka beradaptasi dengan lingkungan kerja yang sesungguhnya, selain itu mahasiswa juga dituntut untuk mengasah *soft skill* dalam berkomunikasi dan bersosialisasi bahkan juga diupayakan untuk bisa berkontribusi secara nyata (Alimah dkk., 2016). Sebagai mahasiswa mereka memiliki peran tanggung jawab sebagai seorang pelajar yang duduk dibangku perkuliahan dan menjalani suatu

proses pembelajaran dengan baik untuk kedepannya. Mereka juga diwajibkan untuk memenuhi tuntutannya sebagai mahasiswa seperti menyelesaikan tugas perkuliahan, kemampuan menyesuaikan diri dengan materi perkuliahan yang semakin sulit dari tahun ke tahun, melakukan penyesuaian dengan lingkungan kampus, dan memenuhi harapan dalam meraih pencapaian akademik (Biremanoe, 2021). Menjalani proses perkuliahan tentunya terdapat berbagai macam tuntutan dan tantangan salah satunya pada mahasiswa keperawatan.

Menurut Oharella (dalam Suha dkk., 2020) mahasiswa keperawatan merupakan individu yang dipersiapkan untuk menjadi seorang perawat handal di masa yang akan datang, sehingga sebagai seorang mahasiswa mereka mempunyai tanggung jawab dan kewajiban untuk menyelesaikan studinya dengan baik secara akademik maupun non-akademiknya. Sedangkan pada realitanya seorang mahasiswa keperawatan memiliki banyak stressor dan tekanan yaitu tuntutan akademik, sulit menyesuaikan diri dengan area klinik tempat magang, percaya diri yang rendah, merasa tidak kompeten, dan merasa khawatir melakukan kesalahan saat hendak melakukan tindakan keperawatan. Menurut Putri dkk (2023) dari segi lingkungan juga dapat menjadi stressor dan tekanan mahasiswa seperti kondisi rumah yang tidak kondusif, tugas yang diberikan dosen terlalu banyak dan tidak sesuai dengan materi serta waktu pengumpulan.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan mahasiswa Keperawatan Universitas Muhammadiyah Jember, menunjukkan bahwa beberapa diantaranya mengatakan bahwa mereka masuk di keperawatan bukan pilihan mereka sendiri, melainkan mereka masuk dengan adanya keterpaksaan dari orang

lain dan ikut-ikutan teman. Sehingga selama kuliah mereka merasa mengalami kejenuhan belajar serta kelelahan dengan tugas-tugas akademik, seperti banyaknya mata kuliah menghafal, penjelasan dosen susah dipahami, kesulitan dalam mencari referensi, dan tugas yang banyak dengan *deadline* yang berdekatan dengan tugas yang lainnya sehingga untuk menyelesaikan tugasnya mereka mengorbankan waktu tidurnya hingga larut malam sehingga membuat mereka sering mengeluhkan pusing, merasa kurang bersemangat saat jam kuliah, mudah marah, bahkan sampai stres. Mereka juga menyatakan tidak siap dan khawatir dengan hari berikutnya karena takut menghadapi kesulitan dan menyelesaikan tugas akademik, sering menunda tugas dari dosen bahkan sampai bolos di waktu jam kuliah berlangsung. Selain itu, mereka yang memiliki ketidakyakinan dengan kemampuan yang mereka miliki, sering merasa putus asa dan merasa salah jurusan.

Kurikulum pada jurusan keperawatan menurut Alimah dkk (2016) ditetapkan dengan berbagai metode pengajaran yaitu pengembangan kognitif, pengembangan *skills*, pengembangan attitude, serta kegiatan non akademik seperti mengikuti Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM). Menurut Yusriyyah (2020) dari banyaknya tuntutan yang dirasakan oleh mahasiswa dapat menyebabkan munculnya perilaku menunda pekerjaan kuliah, sering bolos, mudah marah, secara fisik akan mudah sakit dan hasil yang diperoleh kurang optimal, sehingga kondisi tersebut akan menyebabkan mahasiswa mengalami stress. Stress merupakan suatu tuntutan yang mendorong seseorang untuk menyesuaikan diri (Nevid dkk., 2005). Menurut Slamet (2003) stress merupakan kondisi ketegangan yang dapat mempengaruhi keadaan emosional, proses berpikir, dan kondisi fisik seseorang

ketika menghadapi tekanan. Kondisi yang menekan pada mahasiswa apabila dibiarkan secara terus menerus dalam jangka waktu yang lama maka akan menyebabkan prestasi akademik menurun dan akan mengganggu kesehatan mental mahasiswa seperti munculnya *academic burnout* (Putri dkk., 2023).

Secara umum *burnout* merupakan suatu keadaan lelah secara fisik, mental, serta emosional yang disebabkan karena stress yang berkepanjangan dan tidak teratasi sehingga menyebabkan individu kehilangan motivasi dan minat yang dapat mengurangi produktivitas dan menguras energi sehingga akan mudah putus asa, sinis, dan mudah kesal (Jannah dkk., 2019). Seorang individu yang sedang mengalami *burnout* akan merasakan beberapa gejala yang secara fisik akan merasa mudah lelah dan tidak bertenaga, mudah sakit baik sakit kepala ataupun sakit otot, perubahan pola makan dan tidur; dari segi emosional individu lebih sensitive, merasa kehilangan motivasi dalam melakukan apapun, merasa dirinya gagal dan tidak berdaya; sedangkan dari segi perilaku individu akan menghindari tanggung jawab dan menunda pekerjaan (Lesmana, 2022). *Burnout* bisa terjadi pada siapa saja, salah satunya pada mahasiswa yang memiliki rutinitas akademik dan non akademik yang padat di kampus sehingga akan lebih mudah beresiko untuk mengalami *academic burnout*.

*Academic burnout* merupakan kondisi dimana mahasiswa mengalami kelelahan akan tuntutan atau tugas akademik sehingga muncul suatu sikap yang pesimis dengan menurunnya minat dalam menjalankan proses pendidikan. Menurut Schaufeli dkk., (2001) *academic burnout* merupakan perasaan lelah karena tuntutan belajar sehingga individu memiliki sikap bermalas-malasan terhadap tugas

perkuliahan dan merasa tidak kompeten sebagai mahasiswa. Menurut Smith (dalam Srivaniwati, 2019) *academic burnout* dapat disebabkan karena kelelahan fisik, emosional dan mental sehingga menyebabkan prestasi akademik dan minat belajar menurun. Schaufeli (dalam Fun dkk., 2021) mengungkapkan bahwa *academic burnout* ditandai dengan tiga aspek. Pertama, kelelahan atau *exhaustion* yang disebabkan karena tuntutan studi yang dirasakan mahasiswa sehingga merasa dirinya mudah menyerah, merasa lelah dan lesu dengan diikuti rasa kurang berenergi atau bergairah untuk menjalani perkuliahan, dan ditambah rasa putus asa serta frustrasi. Kedua, ketidakpedulian atau *cynicism* dimana kondisi seseorang yang tidak peduli terhadap proses perkuliahan, merasa tidak membutuhkan orang lain, dan hilangnya minat belajar. Ketiga, menurunnya keyakinan akademik atau *reduce personal accomplishment* sehingga individu merasa dirinya tidak kompeten dan tidak puas dalam menilai pencapaiannya sendiri. Menurut Freudenberger (dalam Fadilah, 2022) individu yang mengalami *academic burnout* akan menunjukkan gejala seperti kelelahan yang diikuti dengan keletihan, lari dari kenyataan, bosan dan sinis terhadap tugas, sensitif seperti mudah emosi, mudah tersinggung dan marah, merasa tidak dihargai, memiliki disorientasi dengan lingkungan, adanya gejala psikomatis seperti sakit kepala, mual, dan gangguan fisik lainnya, cenderung curiga tanpa alasan, dan stres.

*Academic burnout* masih banyak terjadi di fakultas yang memiliki banyak kegiatan akademik yang padat seperti dalam penelitian yang di lakukan oleh Redityani & Susilawati, (2021) pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana yang menyatakan bahwa mahasiswa menjalani aktivitasnya dengan

keterpaksaan sehingga mereka merasa tertekan dengan tuntutan yang diterima, dengan demikian menunjukkan hasil sebesar 46,34% berisiko mengalami *academic burnout*, sebesar 21,95% sudah memasuki kondisi awal *burnout*, bahkan ada yang sudah pada tahap membutuhkan tindakan untuk mengatasi *academic burnout* yaitu sebesar 2,43%. Didukung dengan penelitian Khansa & Djamhoer (2020) pada mahasiswa di Kota Bandung yang merasa tidak sanggup dan stres menghadapi tuntutan dan persaingan di kampus, merasakan ketidakpercayaan untuk menyelesaikan tugas perkuliahan, sering mengalami perubahan mood, merasa salah jurusan sehingga tidak ada motivasi dalam belajar dan mudah terpengaruh orang lain, bahkan merasa kelelahan karena sulit mengatur waktu. Berdasarkan pernyataan tersebut dapat ditunjukkan dengan hasil yang menyatakan bahwa sebanyak 60,5% mahasiswa di Kota Bandung mengalami *academic burnout*.

Menariknya, dari hasil wawancara yang telah dilakukan sebelumnya menunjukkan bahwa tidak semua mahasiswa mengalami *academic burnout* pada tingkat yang sama. Ditemukan bahwa sebagian mahasiswa mampu mengatasi *academic burnout* dengan baik. Salah satu faktor yang berperan dalam mengurangi tingkat *burnout* yang dialami mahasiswa yaitu dukungan sosial. Dukungan sosial yang di terima mahasiswa dapat berupa dukungan dalam bentuk bantuan, baik emosional, informasi, maupun praktis, yang mereka terima dari lingkungan sekitar, seperti teman sebaya, keluarga, maupun dosen. Namun, kenyataannya tidak semua mahasiswa mendapatkan dukungan dalam bentuk atau dari sumber yang lengkap. Banyak mahasiswa yang hanya memperoleh sebagian bentuk dukungan dan dari satu atau dua sumber saja. Namun dari didapatkannya dukungan sosial yang

diterima mahasiswa menunjukkan pengaruh yang efektif dalam membantu mereka menghadapi tekanan akademik.

Menurut Maslach dkk (2001) mahasiswa mengalami *academic burnout* karena beberapa faktor yang menyebabkan yaitu faktor situasional yang meliputi *reward* (penghargaan), *community* (komunitas), *workload* (beban kerja), *control* (pengawasan), *value* (nilai), dan *fairness* (keadilan); sedangkan dari faktor individu mencakup faktor demografi, faktor kepribadian (*personality*), dan perilaku individu terhadap kewajiban atau pekerjaan yang sedang ditekuninya; dari beragam faktor penyebab terjadinya *academic burnout* baik dari segi internal maupun eksternal akan mengakibatkan mahasiswa mengalami penurunan motivasi belajar, timbul rasa malas yang berat dan berkepanjangan, dan penurunan prestasi akademik. Menurut Gold & Roth, 1993 (dalam Muflihah & Savira, 2020) faktor yang menyebabkan terjadinya *academic burnout* yaitu *lack social support* (kurangnya dukungan sosial), *demographic factors* (faktor demografi); *self-concept* (konsep diri), *role conflict & role ambiguity* (konflik peran & ambiguitas peran), dan *isolation* (isolasi); dari lima faktor yang disampaikan, Gold & Roth mengungkapkan bahwa salah satu faktor yang dapat memberikan pengaruh terhadap *academic burnout* adalah dukungan sosial. Dimana penyebab mahasiswa mengalami *academic burnout* karena kurangnya mendapat dukungan sosial dari orang terdekatnya, jika dukungan sosial yang diterima mahasiswa lebih banyak maka kecenderungan mengalami *academic burnout* akan berkurang (Muflihah & Savira, 2021).

Menurut Christina (dalam Fadilah, 2022) kurangnya dukungan sosial menjadi salah satu faktor penyebab terjadinya *academic burnout* pada mahasiswa dalam menghadapi masalah atau beban, mahasiswa membutuhkan orang lain yang dapat memberikannya dukungan sosial maupun dukungan secara emosional agar mahasiswa dapat terhindar dari *academic burnout*. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ye dkk., (2021) menunjukkan bahwa dukungan sosial sangat penting bagi mahasiswa dan nantinya juga dapat mempengaruhi motivasi belajar, sehingga mahasiswa yang menerima dukungan sosial lebih banyak maka *academic burnout* yang dialami akan cenderung lebih sedikit.

Dukungan sosial merupakan salah satu faktor situasional yang dapat mengurangi penyebab mahasiswa mengalami *academic burnout*. Dimana dukungan sosial itu sendiri merupakan pemberian informasi, bantuan tingkah laku, ataupun materi yang didapat dari hubungan sosial yang akrab sehingga dapat membuat individu merasa diperhatikan, bernilai, dan dicintai (Srivaniwati, 2019). Menurut Ye dkk (2021) dukungan sosial adalah perasaan diperhatikan, bantuan dari orang lain atau orang terdekat yang dapat memberikan jalan keluar dan mengatasi *academic burnout*. Menurut Sarafino & Smith (dalam Trimulatsih & Appulembang, 2022) dukungan sosial merupakan tindakan yang dilakukan oleh orang lain berupa perhatian, kepedulian, penghargaan atau pertolongan yang diterima dari orang lain atau suatu kelompok saat dibutuhkan. Sedangkan dukungan sosial menurut Zimet dkk (1988) adalah bantuan dari orang lain yang kemudian dipersepsikan sebagai dukungan yang dapat memberikan motivasi dan keyakinan kepada individu yang bersangkutan bahwa dirinya diperhatikan, dicintai, dan dihargai. Selain itu Zimet

dkk (dalam Muflihah & Savira, 2020) mengkonsep bahwa dukungan sosial merupakan salah satu faktor positif yang berdampak pada kesehatan, yang mana individu memiliki hubungan yang suportif dengan orang lain maka akan mendorong individu pada perilaku sehat. Dukungan sosial mampu memberikan dampak positif bagi mahasiswa yang berupa kepuasan hidup, motivasi, prestasi akademik, penyesuaian dan konsep diri yang baik, serta memiliki kemampuan beradaptasi dan bersosialisasi dalam lingkungan.

Menurut Zimet dkk (1988) dukungan sosial berasal dari tiga sumber dukungan yaitu, dukungan keluarga (*family support*), dukungan teman (*friend support*), dan dukungan orang sekitar (*significant other support*) seperti kekasih, dosen, serta orang-orang yang berpotensi untuk memberikan dukungan terhadap individu agar merasa nyaman dan diperhatikan. Sedangkan bentuk dukungan sosial yang dapat di berikan kepada individu menurut Sarafino & Smith (2011) ada beberapa macam; 1) dukungan emosional merupakan dukungan dalam bentuk empati, perhatian, dan memberikan kepedulian pada individu agar merasa nyaman dan diterima; 2) dukungan instrumental merupakan bentuk dukungan fisik dan praktis berupa bantuan secara langsung dalam aktivitas sehari-hari; 3) dukungan informasi merupakan bantuan dalam bentuk saran atau nasihat yang dapat membantu individu dalam mengatasi permasalahannya; 4) dukungan kebersamaan yaitu dukungan dalam bentuk kesediaan orang lain untuk menemani dan menghabiskan waktu bersama.

Berdasarkan penjelasan fenomena, pertimbangan, hasil penelitian terdahulu, serta peneliti merasa adanya fenomena *academic burnout* pada lokasi

penelitian sehingga penelitian ini perlu di eksplor lebih dalam terkait dukungan sosial dengan *academic burnout*. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa mahasiswa yang merasa didukung secara sosial cenderung memiliki ketahanan psikologis yang lebih baik dan mampu mengelola stress akademik lebih efektif seperti penelitian yang dilakukan oleh Fadilah (2022) pada mahasiswa rantau, menunjukkan adanya pengaruh yang negatif dan signifikan pada skala dukungan sosial dan *academic burnout*. Dukungan sosial dalam penelitian ini mencakup berbagai bentuk bantuan, baik emosional, informasional, maupun instrumental, sehingga mahasiswa memiliki daya tahan psikologis yang lebih baik seperti mampu beradaptasi dengan stres akademik, tidak mudah merasa lelah secara fisik, mental maupun emosional akibat tekanan studi. Penelitian Syafrizal & Primanita (2023) pada mahasiswa tingkat akhir yang menunjukkan hasil bahwa mereka memperoleh pemecahan masalah melalui keluarga, memperoleh bantuan dan dukungan emosional dari keluarga, berbagi suka dan duka dengan orang yang special, memiliki seseorang yang selalu ada saat dibutuhkan, memiliki seseorang yang membuat mahasiswa merasa nyaman dan diperhatikan, mendapatkan bantuan dari teman dan dapat berbagi suka duka dengan teman, sehingga *academic burnout* yang dialami tergolong rendah.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Trimulatsih & Appulembang (2022) yaitu pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi saat pandemi yang menunjukkan hasil bahwa dukungan sosial membuat mahasiswa memiliki kontak sosial yang sangat positif dengan orang disekitarnya sehingga mampu menyeimbangkan kondisi emosi individu serta dapat mengurangi terjadinya

*burnout* akademik. Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Andini dkk (2024) yang menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat dukungan sosial dengan *academic burnout* pada mahasiswa akhir yang bekerja, artinya tinggi rendahnya dukungan sosial tidak mempengaruhi *academic burnout*. Namun, sejauh mana pengaruh dukungan sosial terhadap tingkat *academic burnout* pada mahasiswa tergantung pada konteks budaya, lingkungan kampus, dan kondisi sosial mahasiswa, sehingga penelitian ini perlu untuk digali lebih dalam terkait fenomena dan pengaruh dukungan sosial terhadap mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember. Sehingga peneliti memutuskan untuk melakukan penelitian dengan judul “*Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Academic Burnout pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember*”.

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu:

1. Bagaimana tingkat *academic burnout* yang dialami oleh mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember?
2. Bagaimana tingkat dukungan sosial yang diterima oleh mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember?
3. Apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat *academic burnout* pada mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember?

### C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini yaitu:

1. Mengetahui tingkat *academic burnout* yang dialami oleh mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember
2. Mengetahui tingkat dukungan sosial yang diterima oleh mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember
3. Menganalisis hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat *academic burnout* pada mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.

### D. Manfaat Penelitian

#### 1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan pada bidang psikologi pendidikan terutama permasalahan yang berkaitan dengan *academic burnout* pada mahasiswa. Selain itu dapat dijadikan sebagai bahan rujukan untuk peneliti selanjutnya dengan topik yang sama tetapi dalam lingkup yang lebih luas dan mendalam.

#### 2. Manfaat Praktis

##### a. Bagi Dosen

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan gambaran dan pemahaman kepada dosen atau tenaga pendidik lainnya untuk lebih memperhatikan bentuk dukungan sosial yang berkaitan dengan *academic*

*burnout* agar dapat merumuskan upaya penanganan yang tepat dan sesuai dengan kebutuhan mahasiswa.

b. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih luas mengenai dukungan sosial dengan *academic burnout* pada mahasiswa dalam menghadapi berbagai tuntutan dalam bangku perkuliahan, sehingga mahasiswa dapat belajar terkait bagaimana solusi yang dapat dilakukan untuk mempersiapkan diri dalam menghadapi perkuliahan agar dapat mencegah terjadinya *academic burnout* saat perkuliahan.

### **E. Keaslian Penelitian**

Keaslian penelitian ini berdasarkan pada beberapa penelitian terdahulu yang memiliki tema kajian yang sama, yaitu terkait dengan dukungan sosial dan *academic burnout*. Adapun penelitian terdahulu yang digunakan diantaranya sebagai berikut:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Syafrizal & Primanita (2023) tentang *social support* dan *academic burnout*. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat hubungan *social support* terhadap *academic burnout* pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Negeri Padang (UNP). Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain kuantitatif korelasional dengan populasi mahasiswa tingkat akhir UNP dengan jumlah 230 dengan menggunakan teknik *accidental sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah

skala *social support* berdasarkan aspek Zimet dkk (1988) dan skala *academic burnout* berdasarkan *Maslach Burnout Inventory – Student Survey* (MBI – SS). Hasil dari penelitian ini adalah menunjukkan adanya hubungan *social support* terhadap *academic burnout* pada mahasiswa tingkat akhir UNP dengan koefisien korelasi  $r=0,312$  dengan signifikansi  $p=0,00$  ( $p<0,05$ ). Terdapat persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu terletak pada aspek dan skala yang digunakan serta metode penelitian. Sedangkan perbedaannya terletak pada populasi dan teknik sampling yang digunakan.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Trimulatsih & Appulembang (2022) tentang dukungan sosial dan *burnout* akademik. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui peran dukungan sosial terhadap *burnout* akademik. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang sedang menyusun skripsi saat pandemi dengan jumlah 200 subjek menggunakan teknik *sampling incidental*. Alat ukur yang digunakan adalah skala dukungan sosial berdasarkan jenis dukungan sosial yang dikembangkan oleh Sarafino & Smith (2011) dan skala *burnout* akademik mengacu pada komponen *burnout* akademik oleh Schaufeli, Martinez, Pinto, Salanoca, & Barker (2002). Hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki peran terhadap *burnout* akademik dengan nilai *R Square*=0,159 dan  $p=0,00$  ( $p<0,05$ ). Perbedaan yang didapatkan dengan penelitian ini adalah pada teknik pengambilan sampling, aspek dan skala pada variabel X.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Nadira dkk (2024) tentang *social support* dan *academic burnout*. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan *social support* dengan *academic burnout* pada mahasiswa tingkat akhir. Metode yang digunakan kuantitatif dengan analisis deskriptif *cross sectional*. Sampel penelitian ini adalah mahasiswa akhir S1 Kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang dengan banyak subjek 125 menggunakan total sampling. Penelitian ini menggunakan skala *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) untuk menilai *social support* dan *Maslach Burnout Inventory* (MBI-SS) untuk menilai *academic burnout*. Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan antara *social support* dengan *academic burnout* yang ditunjukkan nilai  $p=0,000$  ( $p<0,05$ ) dan  $r=-0,036$  yang berarti semakin tinggi *social support* yang diterima mahasiswa maka akan semakin rendah *academic burnout* yang dialami.
4. Penelitian yang dilakukan oleh Lisyanti & Fajrianti (2023) tentang dukungan sosial terhadap *academic burnout* pada mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh antara dukungan sosial dengan *burnout* pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Airlangga dan rentan usia 20-26 tahun sehingga menghasilkan subjek sebesar 65 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan *nonprobability sampling* dengan cara *convenience sampling*. Pengukuran dalam penelitian ini menggunakan kuesioner yang disusun berdasarkan alat ukur

dukungan sosial yang dikembangkan oleh Zimet dkk (1988) yaitu *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) sedangkan alat ukur *academic burnout* yaitu menggunakan *Maslach Burnout Inventory – Student Survey* (MBI-SS) yang dikembangkan oleh Schaufeli dan Salanova (2007). Hasil penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh dukungan sosial terhadap *academic burnout* pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dengan nilai signifikansi sebesar 0,004, nilai *R Square* sebesar 0,122 dan nilai koefisien regresi -0,266.

5. Penelitian yang dilakukan oleh Andini dkk (2024) tentang efikasi diri, dukungan sosial, *academic burnout*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan kecenderungan *academic burnout* pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang bekerja. Metode yang digunakan adalah kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Subjek yang digunakan sebanyak 270 mahasiswa akhir yang sedang bekerja untuk menentukan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Penelitian ini menggunakan tiga skala yaitu skala efikasi diri, skala dukungan sosial, skala *academic burnout*. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya korelasi yang signifikan antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan *academic burnout* pada mahasiswa akhir yang bekerja dengan nilai *r square*=0.025 dan  $p=0.033$  ( $p<0.05$ ). Secara persial terdapat hubungan negatif antara efikasi diri dengan *academic burnout* dengan skor  $t=-2,633$  dan  $p=0,009$  ( $p<0,05$ ), artinya semakin tinggi efikasi diri maka semakin rendah kecenderungan mengalami *academic burnout* dan sebaliknya. Secara persial

tidak ada pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial dengan *academic burnout* ditunjukkan dengan skor  $t=-0,068$  dan  $p=0.946$  ( $p>0,05$ ). Artinya tinggi rendahnya dukungan sosial tidak mempengaruhi *academic burnout*.

