



Islamika Granada

Available online <https://penelitimuda.com/index.php/IG/index>

Pengaruh Dukungan Sosial dengan *Burnout* Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir

The Influence of Social Support with Academic Burnout in Final Year Students

Dwilandira Qur'ani⁽¹⁾ & Muhammad Erwan Syah^(2*)
Program Studi Psikologi, Fakultas Ekonomi dan Sosial,
Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, Indonesia

Disubmit: 09 Agustus 2024; Diproses: 17 Agustus 2024; Diaccept: 30 Agustus 2024; Dipublish: 03 September 2024

*Corresponding author: muhammaderwansyach14@gmail.com

Abstrak

Banyak sekali faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya *burnout* akademik, salah satunya adalah faktor dukungan sosial. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh antara dukungan sosial dengan dimensi dari *burnout* akademik yaitu *exhaustion*, *cynicism*, dan *professional efficacy* pada mahasiswa tingkat akhir. Metode yang digunakan dalam penelitian adalah kuantitatif. Instrumen yang digunakan adalah dengan modifikasi alat ukur dukungan sosial dari House (Liling & Sarajar, 2023), dengan menyesuaikan ruang lingkup dalam penelitian dan *burnout* akademik dari penelitian Arlinkasari dan Rauf (2020) yang mengacu pada teori dari Schaufeli dkk. (2002) yaitu *Maslach Burnout Inventory-Student Survey* (MBI-SS). Pengambilan sampel menggunakan teknik *non probability* yaitu *purposive sampling*. Subjek yang digunakan adalah mahasiswa tingkat akhir, program strata 1 dari universitas dengan rentang usia 20 sampai dengan 25 tahun, dengan total 422 responden. Data dianalisis dengan uji regresi linear berganda dengan menggunakan bantuan dari IBM SPSS Statistics 24. Hasil penelitian menunjukkan bahwa uji hipotesis yang dilakukan dengan uji F, didapatkan bahwa $\text{sig} = 0,001$, $\text{sig} = 0,000$ dan $\text{sig} = 0,000$, sehingga dari hasil tersebut maka hipotesis yang diajukan sebelumnya diterima, bahwa terdapat pengaruh dari dukungan sosial terhadap dimensi dari *burnout* akademik pada mahasiswa tingkat akhir.

Kata Kunci: *Burnout Akademik; Dukungan Sosial; Mahasiswa Tingkat Akhir.*

Abstract

There are many factors that can influence the occurrence of academic burnout, one of which is the social support factor. The purpose of this study was to determine whether there is an influence between social support and the dimensions of academic burnout, namely exhaustion, cynicism, and professional efficacy in final year students. The method used in the research is quantitative. The instrument used was the modified social support measuring instrument from House (Liling & Sarajar, 2023), by adjusting the scope of the research and academic burnout from Arlinkasari and Rauf's (2020) research which refers to the theory of Schaufeli et al. (2002), namely the Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS). Sampling using non-probability techniques, namely purposive sampling. The subjects used were final year students, undergraduate programs from universities with an age range of 20 to 25 years, with a total of 422 respondents. Data were analyzed with multiple linear regression tests using the help of IBM SPSS Statistics 24. The results showed that the hypothesis test conducted with the F test, found that $\text{sig} = 0.001$, $\text{sig} = 0.000$ and $\text{sig} = 0.000$, so that from these results the previously proposed hypothesis is accepted, that there is an influence of social support on the dimensions of academic burnout in final year students.

Keywords: *Academic Burnout; Social Support; Final Year Students.*

How to Cite: Qur'ani, D. & Syah, M. E. (2024), Pengaruh Dukungan Sosial dengan *Burnout* Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir, *Islamika Granada*, 5 (1): 18-25.

PENDAHULUAN

Wajib bagi mahasiswa yang akan menyelesaikan pendidikan untuk mengerjakan tugas akhir sesuai dengan yang telah diatur dalam Permendikbud nomor 49 tahun 2014, dimana mahasiswa pada pendidikan program sarjana wajib melakukan penelitian atau tugas akhir sebagai bentuk pembelajaran. Permendikbud No 3 Tahun 2020, menyatakan bahwa tugas akhir tersebut merupakan skripsi.

Selama kurang lebih tiga sampai dengan empat tahun, mahasiswa akan mengampu masa perkuliahan disuatu perguruan tinggi, kemudian akan menyudahi masa perkuliahan tersebut dengan menyusun tugas akhir atau skripsi untuk persyaratan kelulusan. Banyak tuntutan yang seringkali diterima oleh mahasiswa tingkat akhir, seperti tuntutan lulus tepat waktu, tuntutan akan tugas akhir yang wajib dikerjakan serta tuntutan-tuntutan baik itu dari dalam ataupun dari luar diri.

Mahasiswa tingkat akhir dapat mengalami kelelahan fisik seperti kekurangan energi, dan mudah merasa lelah, serta kelelahan mental yaitu sulit untuk berkonsentrasi, dan merasa cemas, sebab energi yang dimiliki menjadi terkuras karena selalu menghadapi keadaan stres berkepanjangan. Mahasiswa tingkat akhir yang mengalami stres berkepanjangan serta tingginya intensitas stres yang terjadi dan ketika mahasiswa tingkat akhir yang mengalami stres tidak mampu untuk mengendalikan stres yang dimiliki, maka hal tersebut dapat menyebabkan *burnout* (Adnyaswari & Adnyani, 2017)

Smith dan Segal (Anggara, Sari, Dwiputra, Yanti & Widarnandana, 2020) bahwa terdapat perbedaan antara stres dan *burnout*. Seseorang ketika dalam kondisi stres, maka akan merasakan keadaan mendesak sehingga membuat respon yang berlebihan. Berbeda dengan seseorang yang mengalami *burnout*, timbul perasaan yang membuat seseorang merasa tidak berdaya serta perasaan putus asa. Seseorang yang mengalami stres akan memiliki gangguan kecemasan serta energi yang dimiliki hilang, namun untuk seseorang yang mengalami *burnout* dapat dilihat dengan munculnya tanda-tanda dari paranoid seperti perasaan tidak percaya terhadap dirinya, serta memiliki rasa curiga yang berlebihan dengan alasan yang tidak jelas, selanjutnya memiliki sikap tidak peduli, depresi, hilangnya motivasi dan harapan.

Burnout merupakan keadaan kelelahan yang pertama kali dideskripsikan oleh Bradley saat tahun 1969 sebagai fenomena dalam psikologis yang terjadi pada profesi pembantu, akan tetapi Herbert Freudenberger dianggap sebagai tokoh penemu serta penggagas dari *burnout* sebab Herbert Freudenberger menulis artikel yang berkaitan dengan fenomena *burnout* pada tahun 1974 (Schaufeli & Enzmann, 2020).

Wardani dan Syah mengatakan bahwa *burnout* merupakan proses yang berkembang seiring dengan berkembangnya zaman, tekanan dan stres menyebabkan pekerjaan yang berlarut-larut dapat membuat munculnya perubahan perilaku yang negatif (Syah & Zahara, 2023).

Burnout ini diperluas kedalam semua jenis profesi dan kelompok pekerjaan, padahal awalnya hanya terbatas pada layanan kemanusiaan contohnya kesehatan, pendidikan, dan pekerja sosial. Banyak asumsi yang mengatakan bahwa *burnout* hanya terjadi pada karyawan yang melakukan pekerjaan, sehingga Schaufeli dkk. (2002) melakukan penelitian yang dapat membuktikan bahwa asumsi tersebut tidak valid sebab

burnout juga dapat terjadi pada ruang lingkup pendidikan, maka terciptalah *burnout* akademik.

Schaufeli dkk. (Khaekal, Zubair, & Minarni, 2022) mengatakan bahwa *burnout* akademik merupakan perasaan lelah yang timbul karena adanya tuntutan dari akademik, bersikap sinis kepada pekerjaan yang berhubungan dengan akademik, dan merasa tidak mampu dalam mengerjakan tugas-tugas akademiknya.

Burnout akademik adalah hal yang lebih serius jika diibaratkan dengan kondisi stres seseorang dalam menghadapi pendidikan, *burnout* akademik adalah sebuah keadaan dari perilaku yang sulit, tidak tentu, dan berbeda (Lisyanti, 2023). Sejalan dengan hal tersebut, penelitian yang dilakukan oleh Na'imah dan Mudjahid (Lisyanti, 2023) didapatkan 2.28% mahasiswa dengan tingkat *burnout* akademik yang sangat tinggi kemudian 54 mahasiswa atau 24.66% mahasiswa memiliki tingkat *burnout* akademik dalam kategori tinggi.

Schaufeli dkk. (2002) mengatakan bahwa seseorang yang mengalami *burnout* akademik akan memiliki beberapa gejala yang digambarkan pada dimensi, yaitu *exhaustion*, *cynicism*, dan *professional efficacy*, sehingga semakin banyak dimensi yang ada pada diri mahasiswa tingkat akhir, maka semakin tinggi pula tingkat *burnout* akademik yang dimiliki. Gold dan Roth (Muflihah & Savira, 2021) mengatakan terdapat faktor yang mampu memicu terjadinya kondisi *burnout* akademik, antara lain adalah, *lack of social support*, *demographic factors*, *self-concept*, *role conflict* & *role ambiguity* dan *isolation*. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya *burnout* akademik pada seseorang adalah faktor dukungan sosial.

House (Liling & Sarajar, 2023) mengatakan bahwa salah satu sumber daya yang dianggap sangat penting adalah dukungan sosial, dukungan tersebut bisa didapatkan dari orang lain seperti dukungan secara emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi hingga dukungan untuk dihargai oleh orang lain. Semakin banyak aspek yang dimiliki oleh mahasiswa tingkat akhir, maka dukungan sosial yang dimiliki juga akan semakin tinggi. Syah (2020) mengatakan bahwa jenis hubungan sosial yang dimiliki seseorang yaitu termasuk hubungan dengan keluarga, komunitas, sekolah, teman sebaya, dan masyarakat.

Mahasiswa tingkat akhir bisa mendapatkan dukungan sosial dari teman sebaya, keluarganya, dan orang-orang yang ada di kehidupannya, sehingga ketika mahasiswa tingkat akhir merasa bahwa dukungan sosial yang dimiliki tidak sesuai, maka hal tersebutlah yang dapat mengakibatkan terjadinya gejala *burnout* akademik. Sejalan dengan hal tersebut, dari data lapangan menggunakan proses wawancara (Februari, 2024) yang telah dilakukan oleh penulis pada salah satu mahasiswa program strata 1 dari Universitas Mataram program studi Ergonomi dan salah satu mahasiswa program strata 1 dari Universitas Pembangunan Nasional Veteran Yogyakarta program studi Metalurgi, didapatkan bahwa menurut subjek, dukungan sosial sangat penting dalam proses mengerjakan skripsi sebab banyak sekali tuntutan dan beban yang harus diterima sehingga dukungan sosial sangat berperan penting selama proses mengerjakan skripsi.

Buunk (Puspitaningrum, 2018) mengatakan bahwa dukungan sosial adalah faktor penting yang harus dimiliki agar dapat mengatasi stres dan mampu menurunkan

kemungkinan untuk terjadinya *burnout akademik*. Sejalan dengan hal tersebut, Kim (Muflihah & Savira, 2021) menjelaskan bahwa alasan mengapa mahasiswa berada pada kondisi *burnout* akademik sebab kurangnya dari mereka yang merasakan dukungan sosial dari orang terdekat, karena hal tersebut adanya dukungan sosial maka *burnout* akademik cenderung berkurang.

Mahasiswa tingkat akhir seharusnya menjaga kesehatan fisik dan mental mereka agar dapat menyelesaikan studi dengan baik dan tetap kuat serta produktif. Mahasiswa tingkat akhir berada di titik penting dalam kehidupannya, mereka harus mulai memikirkan masa depan dan mempersiapkan diri untuk menghadapi tantangan baru, melakukan perencanaan yang matang serta kerja keras, agar mahasiswa tingkat akhir dapat mencapai tujuan dan meraih kesuksesan.

Berdasarkan dengan apa yang telah dijelaskan di atas, karena banyaknya tuntutan yang diterima oleh mahasiswa tingkat akhir dalam proses akademik, maka hal tersebut dapat berdampak pada kondisi psikis dan fisik, sehingga memiliki kemungkinan untuk mahasiswa mengalami *burnout* akademik. Banyak sekali faktor yang dapat memicu terjadinya *burnout* akademik, salah satunya merupakan faktor dukungan sosial, dengan demikian tujuan penulis pada penelitian ini yaitu untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh penting antara variabel bebas (dukungan sosial) dengan variabel terikat (*burnout* akademik) pada mahasiswa tingkat akhir. Hipotesis dari penelitian ini adalah terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap *burnout* akademik pada mahasiswa tingkat akhir.

METODE

Penelitian ini memilih metode kuantitatif. Peneliti melakukan modifikasi pada aitem-aitem yang ada pada alat ukur MBI-SS yang dimodifikasi dari penelitian Arlinkasari dan Rauf (2020) dan mengacu pada teori dari Schaufeli dkk. (2002), dan alat ukur dukungan sosial yang dimodifikasi dari penelitian Liling dan Sarajar (2023) dan mengacu pada teori dari House (1981). Modifikasi dilakukan pada kedua alat ukur tersebut, aitem-aitem yang sudah ada sebelumnya dimodifikasi sehingga sesuai dengan penyesuaian konteks ruang lingkup dalam penelitian yaitu mahasiswa pada tingkatan akhir.

Total yang didapatkan setelah data disebar, yaitu berjumlah 422 responden. Metode yang digunakan pada saat proses pengambilan sampel adalah teknik *non probability*, dimana teknik ini adalah teknik penentuan sehingga sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebelumnya telah ditentukan kriterianya oleh peneliti berdasarkan hasil pertimbangan tertentu. kriteria subjek dalam penelitian, yaitu mahasiswa tingkat akhir, program strata 1 dari universitas yang berada di Indonesia, dan memiliki rentang usia dari 20 tahun sampai dengan 25 tahun. Data dikumpulkan melalui distribusi kuesioner, di mana responden memilih pernyataan dari daftar opsi. Penelitian ini menggunakan metode analisis regresi linier berganda, dan data diolah dengan bantuan dari IBM SPSS *Statistics* 24.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari penyebaran data, didapatkan jumlah subjek yang ikut berpartisipasi dalam penelitian ini yaitu 422 subjek, meliputi 362 total subjek Perempuan, dan 60 total subjek laki-laki. Jumlah subjek paling banyak ikut berpartisipasi dalam penelitian ini yaitu memiliki usia 22 tahun, kemudian banyak berasal dari Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta dan lebih dominan berada pada Provinsi Nusa Tenggara Barat.

Peneliti menggunakan bantuan IBM SPSS *Statistics* 24 untuk mengetahui hasil dari uji normalitas terhadap alat ukur yang digunakan dalam penelitian. Hasil dari uji normalitas yang telah diolah, maka diperoleh nilai Sig. 0,445 dari variabel dukungan sosial selanjutnya nilai Sig. 0,053 dari variabel *burnout* akademik pada dimensi *exhaustion*. Nilai Sig. 0,767 dari variabel *burnout* akademik pada dimensi *cynicism*, dan diperoleh nilai Sig. 0,136 dari variabel *burnout* akademik pada dimensi *professional efficacy*, sehingga dapat dikatakan bahwa sebaran data pada penelitian ini adalah terdistribusi dengan normal. Rivani dan Irsan (2024) menjelaskan bahwa data dapat dikatakan terdistribusi dengan normal ketika data yang didapatkan mempunyai nilai $L_{hitung} < L_{tabel}$ dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$, namun apabila $L_{hitung} > L_{tabel}$ maka data yang didapatkan terdistribusi tidak normal.

Peneliti menggunakan bantuan IBM SPSS *Statistics* 24 untuk mengetahui hasil dari uji linearitas terhadap alat ukur yang digunakan dalam penelitian. Hasil dari uji linearitas yang telah dilakukan, maka diperoleh $linearity = 0,001$ dan $deviation\ from\ linearity = 0,054$ pada variabel dukungan sosial dan variabel *burnout* akademik pada dimensi *exhaustion*, maka data atau variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah linear. $Linearity = 0,000$ dan $deviation\ from\ linearity = 0,415$ pada variabel dukungan sosial dan variabel *burnout* akademik pada dimensi *cynicism*, sehingga data atau variabel dalam penelitian linear. $Linearity = 0,000$ dan $deviation\ from\ linearity = 0,022$ pada variabel dukungan sosial dan variabel *burnout* akademik pada dimensi *professional efficacy*, artinya data atau variabel dalam penelitian ini linear akan tetapi tidak ideal sebab dilihat dari nilai *deviation from linearity*.

Uji multikolinearitas juga dilakukan dalam penelitian ini, dimana kriteria yang digunakan yaitu tidak terdapat masalah multikolinearitas dalam model regresi, jika nilai $VIF < 10$ atau memiliki $tolerance > 0,1$, selanjutnya tidak terdapat masalah multikolinearitas, ketika koefisien korelasi antar variabel bebas kurang dari 0,5. Hasil didapatkan bahwa, dari variabel dukungan sosial terhadap variabel *burnout* akademik pada dimensi *exhaustion* memiliki nilai $tolerance$ sebesar 1,000 dan VIF yaitu 1,000, selanjutnya variabel dukungan sosial terhadap variabel *burnout* akademik pada dimensi *cynicism* memiliki nilai $tolerance$ sebesar 1,000 dan VIF yaitu 1,000. Terakhir adalah variabel dukungan sosial terhadap variabel *burnout* akademik pada dimensi *professional efficacy* memiliki nilai $tolerance$ sebesar 1,000 dan VIF yaitu 1,000. Penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa, dilihat dari nilai VIF (variance inflation factor) yaitu $1,000 < 10$, serta nilai dari $tolerance$ sebesar $1,000 > 0,10$, sehingga dapat dikatakan bahwa model ini tidak terjadi multikolinearitas.

Hasil dari uji autokorelasi didapatkan bahwa variabel dukungan sosial dengan variabel *burnout* akademik pada dimensi *exhaustion* memiliki nilai *durbin-watson* yaitu

1,818, selanjutnya adalah variabel dukungan sosial terhadap variabel *burnout* akademik pada dimensi *cynicism* memiliki nilai durbin-watson sebesar 1,653, dan variabel dukungan sosial terhadap variabel *burnout* akademik pada dimensi *professional efficacy* memiliki nilai durbin-watson yaitu 1,907. Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa variabel yang digunakan dalam penelitian ini tidak mengalami gejala autokorelasi, sebab dilihat dari masing-masing nilai durbin-watson yang diperoleh yaitu ($> 0,05$).

Suatu model dikatakan memiliki problem heteroskedastisitas itu berarti ada atau terdapat varian variabel dalam model yang tidak sama. Data setelah diuji, sehingga didapatkan bahwa taraf signifikansi atau probabilitas dari masing-masing variabel yaitu bernilai 1,000 sehingga dapat dikatakan bahwa model tersebut tidak memiliki gejala heteroskedastisitas atau berarti korelasi dari masing-masing variabel dengan nilai residunya berjumlah lebih besar dari alpanya.

Hasil dari data yang telah didapatkan dan diolah oleh peneliti, dapat dikatakan bahwa hipotesis yang diajukan sebelumnya diterima. Terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap dimensi *exhaustion*, *cynicism*, dan *professional efficacy* pada mahasiswa tingkat akhir. Hal tersebut dibuktikan dari hasil uji hipotesis, dimana antara variabel dukungan sosial dengan dimensi *exhaustion* dengan menggunakan uji F, sehingga didapatkan nilai F hitung sebesar 11,207, sedangkan hasil Sig. = 0,001 yaitu $p < 0,05$, maka dapat dikatakan bahwa terdapat pengaruh antara variabel dukungan sosial dengan dimensi *exhaustion*. Variabel dukungan sosial dengan dimensi *cynicism* dengan menggunakan uji F, sehingga didapatkan nilai F hitung sebesar 52,401, sedangkan hasil Sig. = 0,000 yaitu $p < 0,05$, maka dapat dikatakan bahwa terdapat pengaruh antara variabel dukungan sosial dengan dimensi *cynicism*. Terakhir adalah antara variabel dukungan sosial dengan dimensi *professional efficacy* dengan menggunakan uji F, sehingga didapatkan nilai F hitung sebesar 59,571, sedangkan hasil Sig. = 0,000 yaitu $p < 0,05$, maka dapat dikatakan bahwa terdapat pengaruh antara variabel dukungan sosial dengan dimensi *professional efficacy*. Hasil yang didapatkan bahwa, terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan *burnout* akademik pada mahasiswa tingkat akhir.

Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Hanimah dan Kelly (2024) bahwa *burnout* akademik yang dimiliki oleh seseorang akan berkurang ketika seseorang tersebut memiliki dukungan sosial yang baik. Kim, Jee, Lee, An, dan Lee (Purnamasari, Fitriana, & Ismah, 2024) mengatakan bahwa salah satu faktor dari *burnout* akademik adalah dukungan sosial, yang diketahui bahwa dukungan sosial memberikan partisipasi kepada *burnout* akademik, sebab dukungan sosial bisa membuat mahasiswa beradaptasi dengan tekanan akademik yang dimiliki, sehingga hal tersebut dapat mencegah terjadinya gejala dari *burnout* akademik. Hartono (2024) juga mengatakan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima oleh seseorang, maka kemungkinan seseorang akan mengalami *burnout* akademik semakin rendah.

Aspek dari dukungan sosial dengan *burnout* akademik pada dimensi 1 yaitu *exhaustion*, didapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh yang negatif. Seseorang yang mendapatkan dukungan sosial yang tinggi, maka dapat menurunkan tingkat *exhaustion* atau kelelahan yang dimiliki oleh seseorang. Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hamzah (2019) didapatkan hasil bahwa ada pengaruh yang negatif dan

signifikan dari dukungan sosial kepada kelelahan. Bahwa semakin tinggi tingkat dukungan sosial yang didapatkan, maka semakin rendah tingkat kelelahan yang dialami oleh seseorang.

Aspek dari dukungan sosial dengan *burnout* akademik pada dimensi 2 yaitu *cynicism*, didapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh yang negatif. Seseorang yang menerima dukungan sosial yang tinggi, maka dapat menurunkan tingkat sinisme atau sikap menarik diri dari lingkungan akademik yang dimiliki oleh seseorang. Sinisme memiliki hubungan yang kompleks dan saling berkaitan dengan dukungan sosial. Dukungan sosial dapat membantu seseorang yang memiliki sikap sinis agar dapat merasa bahwa dirinya lebih berharga dan diterima oleh orang lain, sehingga hal tersebut dapat mengurangi sikap sinis yang ada dalam diri seseorang. Sejalan dengan penelitian Melania dkk. (2022) dimana seseorang yang kurang mendapatkan dukungan sosial dapat berpengaruh terhadap keadaan mental ataupun psikisnya, sebab seseorang akan merasa bahwa orang lain kurang menghargai dirinya sehingga ia akan merasa tidak percaya kepada dirinya sendiri dan atas usaha yang sudah dilakukannya, sehingga seseorang akan menarik diri dari lingkungannya.

Terakhir adalah aspek dari dukungan sosial dengan *burnout* akademik pada dimensi 3 yaitu *professional efficacy*. Hasil penelitian dan pengolahan data didapatkan bahwa ada pengaruh yang negatif antara dukungan social dengan *professional efficacy*, di mana ketika seseorang memiliki dukungan sosial yang tinggi, maka hal tersebut dapat mengurangi tingkat *professional efficacy* atau penurunan kepercayaan akademik yang dimiliki oleh seseorang. Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian dari Hartono, dan Duryati (2024) bahwa dukungan sosial sangat efektif untuk dapat meningkatkan kepercayaan akademik yang dimiliki oleh seseorang.

Hasil kategorisasi dari variabel dukungan sosial menunjukkan bahwa terdapat 158 responden berada pada kategori sedang. Hal tersebut menunjukkan bahwa dominan subjek pada penelitian ini memiliki tingkat dukungan sosial yang sedang. 119 responden dengan kategori tinggi, dan 23 responden dengan kategori sangat tinggi. Dukungan sosial yang dimiliki oleh subjek sudah cukup baik, hal tersebut dibuktikan dari hasil kategorisasi yang telah dijelaskan sebelumnya.

Variabel selanjutnya adalah *burnout* akademik, di mana terdapat 159 responden berada pada kategori sedang. Hal tersebut menunjukkan bahwa dominan subjek pada penelitian ini memiliki tingkat *burnout* akademik yang sedang. 106 responden dengan kategori tinggi, dan 26 responden dengan kategori sangat tinggi.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat dikatakan bahwa terdapat pengaruh antara dukungan sosial dengan *burnout* akademik pada mahasiswa tingkat akhir. Hal tersebut terjadi, apabila mahasiswa tingkat akhir menerima dukungan sosial yang baik, maka kemungkinan terjadinya *burnout* akademik akan menurun. Dukungan sosial sangat penting dan dibutuhkan oleh mahasiswa tingkat akhir, apalagi pada saat proses menyusun skripsi agar mahasiswa tingkat akhir tidak mengalami *burnout* akademik.

SIMPULAN

Penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh antara dukungan sosial dengan dimensi dari *burnout* akademik pada mahasiswa tingkat akhir yang ada di Indonesia. Semakin tinggi tingkat dukungan sosial yang diterima oleh mahasiswa tingkat akhir, maka tingkat *exhaustion*, *cynicism*, dan *professional efficacy* pada dimensi *burnout* akademik yang dimiliki semakin rendah. Sebaliknya, apabila semakin rendah tingkat dukungan sosial yang diterima, maka tingkat *burnout* akademik yang dimiliki oleh mahasiswa tingkat akhir akan semakin tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

- Adnyaswari, N. A., & Adnyani, I. G. A. D. (2017). Pengaruh dukungan sosial dan *burnout* terhadap kinerja perawat rawat inap RSUP Sanglah (Doctoral dissertation, Udayana University).
- Anadita, D. (2021). Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Stres Akademik pada Siswa yang Mengikuti Pembelajaran Daring. *Borobudur Psychology Review*, 1(1), 38-45. DOI: <https://doi.org/10.31603/bpsr.4867>
- Anggara, I. M. F., Sari, N. L. W. S., Dwiputra, F., Yanti, K. I., & Widarnandana, I. G. D. (2020). Instrumen Pengukuran *Burnout* Pada Pekerja Industri Pariwisata di Badung. *Jurnal Psikologi MANDALA*, 4(1).
- Arlinkasari, F. (2020). Alat Ukur Academic Burnout. *ResearchGate*
- Hamzah, W. (2019). Pengaruh Beban Kerja dan Dukungan Sosial Terhadap Kelelahan Kerja. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(2), 336-343.
- Hanimah, S. N., & Kelly, E. (2024). Efek Moderasi Dukungan Sosial Pada Hubungan Burnout Akademik Dan Prokrastinasi Akademik. *Jurnal Psikologi: Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 11(1), 55-68. Doi: <https://doi.org/10.35891/jip.V11i1.4213>
- Hartono, F. R., & Duryati. (2024). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Burnout Akademik Pada Mahasiswa Yang Melaksanakan Pembelajaran Jarak Jauh Di Masa Pandemi Covid-19. *Causalita: Journal Of Psychology*, 2(1), 10-19. Doi: <https://doi.org/10.62260/Causalita.V2i1.111>
- House, J. S. (1981). *Work stress and social support*. Reading, MA: Addison-Wesley.
- Khaekal, M. F. K., Zubair, A. G. H., & Minarni (2022). *Resilience Academic* sebagai Prediktor terhadap *Burnout Academic* pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Kota Makassar. *Jurnal Psikologi Karakter*, 2(2), 126-134. DOI: <https://doi.org/10.56326/jpk.v2i2.1875>
- Liling, N., & Sarajar, D. K. (2023). Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Rantau Asal Toraja Di Salatiga. *Jurnal Mirai Management*, 8(1), 257-265. DOI: <https://doi.org/10.37531/mirai.v8i1.4701>
- Lisyanti, V. M. (2023). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap *Academic Burnout* Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi (Doctoral dissertation, Universitas Airlangga).
- Melania, A. N., Jafriati., & Zainuddin, A. (2022). Hubungan Dukungan Sosial dan Konflik Peran Dengan *Burnout* Pada Perawat di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Sulawesi Tenggara Tahun 2021. *Endemis Journal*, 2(4), 14-21.
- Muflihah, L., & Savira, S. I. (2021). Pengaruh persepsi dukungan sosial terhadap *Burnout* akademik selama pandemi. *Jurnal Penelitian Psikologi Mahasiswa*, 8(02), 201-2011.
- Purnamasari, D., Fitriana, S., & Ismah, I. (2024). Faktor Penyebab Akademik Burnout Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Psikoedukasia*, 1(3), 545-561.
- Rivani, W. L., & Irsan, I. (2024). Pengaruh Model Pembelajaran Problem Based Learning Berbantuan Media Video Terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas Ii Tema Ii Sdn 117867 Belongkut. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 8(1), 1830-1840. Doi: <https://doi.org/10.31004/jptam.V8i1.12659>
- Schaufeli, W. B., Martinez, I. M., Pinto, A. M., Salanova, M., & Bakker, A. B. (2002). Burnout and engagement in university students: A cross-national study. *Journal of cross-cultural psychology*, 33(5), 464-481.
- Schaufeli, W., & Enzmann, D. (2020). The Burnout companion to study and practice: A critical analysis. *CRC press*.
- Syah, M. E. (2020). Pengaruh Permainan Tradisional Kelompok Terhadap Penyesuaian Sosial Anak. *Jurnal Diversita*, 6(1), 103-113.
- Syah, M. E., & Zahara, I. (2023). Analisis Burnout Syndrom pada Guru dengan Siswa Berkebutuhan Khusus di Yogyakarta Melalui Emotional Self Control Program. *Jurnal Social Library*, 3(3), 174-182. DOI: <https://doi.org/10.51849/sl.v3i3.162>