



Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia is licensed under
A Creative Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License.

PENGARUH *BURNOUT* AKADEMIK TERHADAP HASIL BELAJAR SISWA

Slamat Fitriyadi¹⁾, Kamaruddin²⁾, Insan Suwanto³⁾, Sanu⁴⁾

¹⁾ STKIP Singkawang, Singkawang, Indonesia
E-mail: ahmadfitriyadi521@gmail.com

²⁾ STKIP Singkawang, Singkawang, Indonesia
E-mail: kamaruddinoke@yahoo.com

³⁾ STKIP Singkawang, Singkawang, Indonesia
E-mail: insansuwanto@gmail.com

⁴⁾ STKIP Singkawang, Singkawang, Indonesia
E-mail: sanubkskw@gmail.com

Abstrak. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh *burnout* akademik terhadap hasil belajar siswa yang berada di SMA Negeri 2 Selakau khususnya kelas XI. Penelitian ini merupakan penelitian Jenis kuantitatif dengan model desain *One Shot Case Study*. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 60 siswa, sedangkan untuk menentukan sampel menggunakan teknik *Simple Random Sampling* yang berjumlah 30 siswa Teknik dan instrument pengumpul data dalam penelitian ini menggunakan panduan angket dan dokumentasi. Sedangkan Teknik analisis yang digunakan menggunakan analisis regresi linier sederhana. Data penelitian ini adalah hasil skor angket *burnout* akademik dan nilai hasil belajar siswa. Hasil uji hipotesis regresi linier sederhana diperoleh nilai koefisien determinasi *R Square* adalah sebesar 0,05. nilai *f* hitung adalah sebesar 1,488 dengan taraf tingkat signifikan $0,233 > 0,05$. serta Koefisien regresi X (*Burnout* akademik) sebesar -0,223. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengaruh variabel X (*burnout* akademik) terhadap variabel Y (hasil belajar siswa) sangat kecil dilihat dari koefisien determinasi *R Square* yaitu sebesar 0,05 atau 5%. Pengaruh variabel X terhadap variabel Y tidak signifikan dilihat dari taraf signifikansi yaitu 0,233 yang lebih besar dari 0,05. Serta arah pengaruh variabel X terhadap variabel Y ke arah negatif dilihat dari koefisien regresi yaitu sebesar -0,233. Berdasarkan hasil analisis data dapat disimpulkan terdapat pengaruh *burnout* akademik terhadap hasil belajar siswa berpengaruh sangat kecil yaitu hanya sekitar 5%, sedangkan 95% hasil belajar siswa dipengaruhi oleh factor atau variabel lain.

Kata Kunci: *Burnout* Akademik; Hasil Belajar; Siswa SMA

I. PENDAHULUAN

Belajar merupakan suatu proses yang dilakukan untuk meningkatkan kualitas dan kemampuan yang dimiliki oleh individu. Belajar dilakukan oleh individu untuk memperoleh perubahan tingkah laku yang baru sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungan. Mutu pendidikan juga menjadi acuan penting dalam menciptakan generasi yang bermutu (Nopita, dkk., 2021). Belajar selalu

menekankan pada proses sehingga individu dapat merasakan adanya perubahan perilaku. Proses belajar juga merupakan faktor yang paling berpengaruh terhadap hasil belajar.

Hasil belajar merupakan titik puncak dari proses pelaksanaan pembelajaran untuk menunjukkan perkembangan atau peningkatan kemampuan yang dimiliki. Sudjana (2012) hasil belajar merupakan kemampuan yang dimiliki individu setelah menerima pengalaman belajar.

Hasil belajar akan menunjukkan tingkat keberhasilan yang dicapai oleh individu selama menjalani proses pembelajaran.

Hasil belajar adalah perubahan yang terjadi pada diri siswa, baik yang berkaitan dengan aspek kognitif, afektif, dan psikomotor sebagai hasil dari proses belajar (Prillany & Rusdiyanto, 2021). Kemampuan kognitif merupakan kemampuan berpikir secara hirarki yang terdiri dari pengetahuan, pemahaman, aplikasi, analisis, sintesis dan evaluasi. Kemampuan psikomotor berkaitan dengan kemampuan gerak dan banyak terdapat dalam pelajaran praktik. Sedangkan kemampuan afektif siswa meliputi perilaku sosial, sikap, minat disiplin dan sejenisnya.

Pencapaian dari proses belajar yang dilakukan oleh siswa dapat dilihat dari hasil belajar yang ditunjukkan. Nasution (2000; 34) mengemukakan bahwa hasil belajar merupakan indikator kualitas dan pengetahuan yang dimiliki oleh siswa. Pernyataan ini menunjukkan bahwa kompetensi yang dimiliki oleh siswa secara langsung dapat dilihat melalui hasil belajar ranah kognitifnya.

Dalam proses pembelajaran disekolah tentunya terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar. Slameto (2010) mengemukakan faktor-faktor yang mempengaruhi belajar secara umum dikelompokkan menjadi faktor intern dan faktor ekstern. Faktor internal yang dimaksud adalah faktor-faktor yang berasal dari dalam diri peserta didik yang meliputi faktor fisiologis dan faktor psikologis, sedangkan faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari lingkungan sekolah, lingkungan keluarga, dan lingkungan masyarakat.

Salah satu faktor yang mempengaruhi hasil belajar siswa adalah *burnout* akademik. Sebagaimana pendapat Schaufeli, dkk. (2009) *burnout* yang terjadi dikalangan siswa merujuk pada rasa lelah secara emosional yang disebabkan oleh tuntutan belajar, memiliki perilaku sinis dan meninggalkan pelajaran, serta merasa sebagai pelajar yang tidak kompeten. Maslach (2001) mengemukakan tiga dimensi *burnout* yaitu kelelahan emosional, depersonalisasi, dan penurunan pencapaian personal. Individu yang

tidak siap untuk beradaptasi dengan beban tugas yang dihadapinya dapat mengalami stress dan kelelahan emosional yang berkelanjutan. *Burnout* lebih sering terjadi pada pada perempuan, beberapa pada laki-laki, dan beberapa tidak ada perbedaannya (Garner, dkk., 2007). Hasil studi mengenai tingkat *burnout* pada jenis kelamin cenderung tidak konsisten dan bervariasi. Sehingga, diperlukan studi lebih lanjut pada hal-hal yang memengaruhi *burnout* pekerja (Rubino, dkk., 2013).

Selanjutnya *Burnout* juga merupakan keadaan dimana pikiran negatif dan terus-menerus yang berkaitan dengan pekerjaan, hal ini ditandai dengan kelelahan fisik, berkurangnya rasa kompetensi, penurunan motivasi, dan sikap disfungsi di tempat kerja (Gumbau & Marisa, 2014). Penyebab terjadinya *burnout* pada seseorang adalah karena kelebihan beban kerja, tidak adanya penghargaan, ada gangguan dalam kelompok kerja, tidak diberlakukan secara adil, dan terdapat tugas yang tidak sesuai dengan nilai-nilai (Maslach & Michael, 1997).

Burnout yang terjadi dikalangan siswa juga merupakan dampak yang timbul akibat adanya pengharapan dan tuntutan belajar yang tinggi dari suatu lembaga, kurangnya kompetensi yang dimiliki siswa, dan sikap apatis siswa terhadap pembelajaran (Bakker, 2002). Kecenderungan individu untuk mengalami *burnout* dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya: Faktor internal meliputi kepribadian individu, resiliensi, efikasi diri serta faktor eksternal meliputi lingkungan belajar yang kondusif diantaranya lingkungan keluarga, sekolah, dan sosial (Dun, Iglewicz, & Moutier, 2008; Jacobs & Dodd, 2003). Selain itu *burnout* juga dapat terjadi karena kurangnya dukungan sosial dari lingkungan (Suwanto & Fitriyadi, 2019).

Reber (Syah, 2016) mengatakan bahwa kejenuhan belajar merupakan proses belajar yang dilakukan dalam kurun tertentu, namun tidak menghasilkan apa-apa dan lebih pada hasil yang sia-sia. *Burnout* akademik yang dialami oleh siswa secara berkelanjutan akan mengakibatkan kelelahan fisik dan mental sehingga akan

berdampak kepada menurunnya hasil belajar siswa. dalam konteks akademik, *burnout* merupakan kondisi saat pelajar mengalami penurunan keaktifannya untuk berkontribusi dikelas yang diakibatkan oleh perasaan tertekan akibat tuntutan studi (Jacobs & Dodd, 2003). Penurunan kontribusi tersebut dapat berupa membolos sekolah, kurangnya partisipasi dalam diskusi, dan penurunan prestasi akademik yang dapat mengancam kelanjutan pendidikan individu bersangkutan.

Burnout akademik merupakan sebuah dampak dari kejenuhan berkepanjangan yang dialami oleh siswa didalam proses belajar. (Gumbau & Marisa, 2014) menyatakan *burnout* merupakan keadaan dimana pikiran negatif dan terus-menerus yang berkaitan dengan pekerjaan, hal ini ditandai dengan kelelahan fisik, berkurangnya rasa kompetensi, penurunan motivasi, dan sikap disfungsional dalam lingkungan pekerjaan. (Yang, 2004) juga menjelaskan *burnout* akademik sebagai kondisi yang dialami pelajar akibat stress atau faktor psikologis lainnya yang menyebabkan kelelahan emosional, depersonalisasi, dan perasaan tidak percaya diri.

Penelitian ini berfokus dalam untuk mengungkap informasi mengenai *Burnout* Akademik yang dialami oleh para siswa disalah satu SMA Negeri di Kecamatan Selakau, Kabupaten Sambas. Hal yang membedakan dengan penelitian lainnya adalah fokus pada mengungkap dampak *burnout* terhadap hasil belajar ranak kognitifnya. Hal ini sejalan dengan informasi dari BBC News Indonesia, tidak sedikit siswa mengalami gangguan secara mental selama mengikuti proses pembelajaran jarak jauh dan gangguan tersebut ditandai dengan keadaan siswa yang sudah mulai bosan, jenuh, dan mengalami stres (Wijaya, 2021). Jika siswa sudah mulai merasa bosan, jenuh, sangat lelah, dan tertekan, hal ini dapat diartikan bahwa siswa memunculkan gejala *burnout* (Maharani, 2019:17).

Pada saat siswa mengalami *burnout*, hasil belajar siswa akan menjadi terpengaruh (Anggraini, 2017:22). Berdasarkan informasi yang diperoleh dari hasil prariset dengan

melakukan wawancara kepada sebian siswa yang dilakukan pada tanggal 11 Agustus 2020 dengan tiga perwakilan orang siswa kelas XI yaitu RG, WW, dan EG hasilnya mereka mengalami permasalahan berupa perasaan terbebani dengan tugas yang diberikan oleh guru, pusing dan sakit kepala karena merasa tertekan oleh banyaknya tugas dan deadline yang berdekatan, kesulitan dalam memahami materi ketika belajar sendiri sehingga membuat siswa merasa jenuh dan merasa tidak mampu untuk menyelesaikan tugas yang dimiliki. Hal ini menandakan bahwa siswa-siswa tersebut menunjukkan gejala mengalami *burnout* akademik. Pernyataan ini sejalan dengan dokumen laporan hasil belajar akademik siswa yang didapat dari wali kelas bahwa terjadi penurunan nilai akademik yang dialami oleh sebagian besar atau 60% dari jumlah siswa di kelas tersebut.

Berdasarkan penjelasan diatas peneliti tertarik untuk mengungkap lebih jauh tentang“ Pengaruh *Burnout* Akademik Terhadap Hasil Belajar Siswa. Peneliti membatasi objeknya hanya kepada siswa-siswa kelas IX yang mengalami penurunan hasil belajar akademiknya.

II. METODE

Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan jenis kuantitatif dengan model desain *One Shot Case Study* yang bertujuan untuk melihat pengaruh dari variabel X (*Burnout Akademik*) terhadap variabel Y (*Hasil Belajar*). Berlandaskan defenisi tersebut maka tujuan untuk menguji sejauh mana hubungan sebab akibat antar variabel faktor (x) terhadap variabel yaitu pengaruh *burnout* akademik terhadap hasil belajar siswa kelas IX di salah satu SMA Negeri di Kabupaten Sambas.

Populasi dalam penelitian ini berjumlah 60 orang siswa kelas IX di salah satu SMA Negeri di kabupaten Sambas. (Fraenkel dan Wallen, 2003) menjelaskan bahwa tugas peneliti dalam pemilihan sampel adalah menegaskan batasan populasi yang hendak diselidikinya. Teknik pengambilan *simple random sampling*. Menurut

Sugiyono, 2014:122) *simple random sampling* adalah pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu. Adapun sampel dalam penelitian ini berjumlah 30 siswa yang homogen atau mempunyai peluang yang sama dan independent untuk dipilih menjadi sampel. Hal ini sejalan dengan pendapat (Purwanto, 2011) *Simple random sampling* merupakan sampel yang dalam prosedur pengambilannya setiap anggota populasi memiliki peluang yang sama dan independent untuk dipilih menjadi anggota populasi.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini berupa angket dan dokumentasi. *Questionnaires are form used in a survey design that participant in a study complete and return to the researcher.* (Creswell, 2012). Kuesioner merupakan instrument pengumpul data dimana partisipan mengisi pertanyaan atau pernyataan yang diberikan oleh peneliti. (Ram Ahuja, 2009). Panduan angket ini mengukur indikator bormout akademik dan hasil belajar siswa. Adapun indikator *burnout* akademik berdasarkan pendapat (Yang, 2004) yaitu: Kelelahan emosional, keengganan untuk studi atau sinisme, mengurangnya keinginan untuk berprestasi.

Sedangkan indikator hasil belajar kognitif merujuk pada pendapat (Benjamin S. Bloom, 2011) yang terdiri dari ingatan (*Knowledge*), Pemahaman (*Comprehension*), Penerapan (*Application*), dan Analisis (*Analysis*), Menciptakan (*Synthesis*), Evaluasi (*Evaluation*). Adapun skala pengukuran menggunakan skala likert yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau kelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2014). Skala likert dalam penelitian ini menggunakan pilihan jawaban yaitu: Selalu, Sering, Kadang-kadang, Tidak Pernah yang bertujuan untuk mengungkap data tentang pengaruh *burnout* terhadap hasil belajar siswa kelas IX di salah satu sekolah menengah negeri (SMA) yang ada di kabupaten Sambas. Dokumentasi dalam penelitian ini berupa data pendukung hasil belajar

kognitif setiap siswa yang menjadi subyek penelitian.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan analisis Deskriptif dan teknik Regresi Linier Sederhana. Analisis deskriptif adalah statistik yang berfungsi untuk mendeskripsikan atau memberi gambaran obyek yang diteliti melalui data sampel atau populasi sebagaimana adanya tanpa melakukan analisis dan membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum (Sugiyono, 2014). Analisis deskriptif dalam penelitian ini digunakan untuk mengetahui gambaran tentang *burnout* akademik dan hasil belajar siswa. Menurut (Sugiyono, 2014) regresi sederhana adalah model probalistik yang menyatakan hubungan linear antara dua variabel dimana salah satu variabel dianggap mempengaruhi variabel yang lain. Dalam penelitian ini analisis regresi linier digunakan untuk mengukur besarnya pengaruh bornuot akademik akademik terhadap hasil belajar siswa.

Langkah pertama yang dilakukan peneliti dalam penelitian ini adalah menentukan arah dan tujuan penelitian yang jelas untuk mengungkap hubungan sebab akibat variabel x (pengaruh *burnout*) dan y (hasil belajar), langkah kedua peneliti mengidentifikasi berbagai kemungkinan faktor penyebab dan variabel akibat atau respon yang terjadi, Langkah ketiga peneliti mengumpulkan berbagai macam data yang berhubungan dengan perilaku *burnout* dan hasil belajar siswa kelas IX, langkah keempat adalah melihat besaran pengaruh yang terjadi dari perilaku *burnout* siswa terhadap hasil belajarnya.

III.HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Deskripsi Hasil Penelitian Burnout Akademik

Angket *burnout* akademik yang telah diberikan kepada siswa terdiri dari 50 item pernyataan yang hasilnya langsung dipersentasikan dengan pengkategorian hasil sebagai berikut:

TABEL 1
 KATEGORISASI *BURNOUT* AKADEMIK SISWA

No	Nama	Kelas	Skor	Presentase	Kategori
----	------	-------	------	------------	----------

		Total		
1	AP	120	60%	sedang
2	ADK	112	56%	sedang
3	HN	138	69%	tinggi
4	KM	129	65%	tinggi
5	KV	135	68%	tinggi
6	LD	101	51%	sedang
7	MP	129	65%	tinggi
8	NN	129	65%	tinggi
9	NMA	131	66%	tinggi
10	YS	128	64%	tinggi
11	AHH	152	76%	tinggi
12	AY	111	56%	sedang
13	CC	107	54%	sedang
14	DK	133	67%	tinggi
15	JS	115	58%	sedang
16	JP	131	66%	tinggi
17	JWD	129	65%	tinggi
18	KRD	167	84%	sangat tinggi
19	LN	127	64%	tinggi
20	TM	142	71%	tinggi
21	ASM	122	61%	tinggi
22	DY	125	63%	tinggi
23	FT	124	62%	tinggi
24	HR	122	61%	tinggi
25	KSW	121	61%	tinggi
26	NA	131	66%	tinggi
27	NV	118	59%	sedang
28	RP	126	63%	tinggi
29	SD	120	60%	sedang
30	ZF	142	71%	tinggi

2	ADK	61,18	61%	cukup
3	HN	62,11	62%	cukup
4	KM	79,28	79%	baik
5	KV	67,78	68%	baik
6	LD	76,86	77%	baik
7	MP	70,57	71%	baik
8	NN	68,32	68%	baik
9	NMA	78,36	78%	baik
10	YS	64	64%	cukup
1	AHH	63,89	64%	cukup
2	AY	80,43	80%	baik sekali
3	CC	80,46	80%	baik sekali
4	DK	63,39	63%	cukup
5	JS	60,78	61%	cukup
6	JP	70,71	71%	baik
7	JWD	73,93	74%	baik
8	KRD	65,85	66%	baik
9	LN	75,85	76%	baik
10	TM	74,1	74%	baik
1	ASM	62,25	62%	cukup
2	DY	77,11	77%	baik
3	FT	76,89	77%	baik
4	HR	65,57	66%	baik
5	KSW	76,78	77%	baik
6	NA	77,42	77%	baik
7	NV	74,64	75%	baik
8	RP	76,43	76%	baik
9	SD	64,96	65%	cukup
10	ZF	77,46	77%	baik

Berdasarkan hasil perhitungan angket dapat dijabarkan bahwa tingkat *burnout* siswa yang berada pada kategori level rendah atau tidak ada 0%. Untuk tingkat *burnout* akademik level sedang sebesar 26,6% atau 8 siswa dari jumlah total 30 siswa. Untuk tingkat *burnout* akademik level tinggi sebesar 70% atau 21 siswa dari jumlah total 30 siswa. Untuk tingkat *burnout* akademik level sangat tinggi sebesar 3,3% atau 1 siswa dari jumlah total 30 siswa. Dari data diatas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar atau 70% siswa di salah satu SMAN Negeri di kabupaten Sambas khususnya kelas IX mengalami tingkat *burnout* yang tinggi.

Deskripsi Hasil Penelitian Hasil Belajar

Dari analisis hasil rapor siswa semester ganjil tahun ajaran 2021/2022, diperoleh hasil sebagai berikut:

TABEL 2
 KATEGORISASI HASIL BELAJAR SISWA

No	Nama	Kelas	Skor Total	Persentase	Kategori
1	AP	XI MIPA	73,71	74%	baik

Kategori hasil nilai siswa berdasarkan tabel diatas berada pada kategori cukup, baik dan baik sekali. Berdasarkan data hasil analisis rapor siswa kelas XI MIPA dapat dijabarkan bahwa 20% siswa atau 2 dari 10 siswa yang dijadikan sampel dikelas tersebut mendapatkan nilai dengan kategori cukup sedangkan 80% atau 8 dari 10 siswa mendapatkan nilai dengan kategori baik. Untuk Kelas XI IPS I dapat dijabarkan siswa yang berada pada kategori nilai cukup sebesar 30% atau 3 orang, kategori nilai baik sebesar 50% atau 5 orang sedangkan pada kategori baik sekali sebesar 20% atau 2 orang. Untuk kelas XI IPS 2 dapat dijabarkan siswa yang berada pada nilai cukup sebesar 20% atau 2 dari 10 orang, kategori baik sebesar 80% atau 8 dari 10 orang siswa.

Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dilakukan untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat. Secara substansial

hipotesis penelitian merupakan sintesis dari hasil kajian Pustaka terkait permasalahan penelitian yang diajukan oleh seorang peneliti. (Azwar,S, 2001). Adapun tujuan dari pengujian hipotesis adalah untuk menentukan probabilitas bahwa hipotesis didukung oleh fakta atau data empiris. Data penelitian yang dikumpulkan dianalisis dengan Teknik statistik tertentu yang daripadanya akan ditarik kesimpulan atau dibuat interpretasi. (Creswell, John W, 2009). Dalam penelitian ini pengujian hipotesis dilakukan dengan teknik regresi linier sederhana dan dibantu oleh aplikasi pengolah data SPSS versi 23.

Selanjutnya analisis yang digunakan adalah Koefisien determinasi (R Square) yang bertujuan untuk mengetahui seberapa besar kemampuan variabel independent (*burnout* akademik) mampu menjelaskan variabel dependent (hasil belajar). Berikut hasil uji determinasi (R Square).

TABEL 3
MODEL SUMMARY

R	R Square	Adjusted R Square	Std Error Of the Estimate
225 ^a	0,50	017	6.402

Berdasarkan tabel 3 diatas diketahui nilai koefisien determinasi R Square sebesar 0,05, yang memiliki arti bahwa pengaruh variabel X (*Burnout* akademik) terhadap Y (hasil belajar) adalah sebesar 0,05. Hal ini membuktikan bahwa pengaruh *Burnout* akademik terhadap hasil belajar siswa kelas XI disalah satu SMA Negeri di Kabupaten Sambas hanya sebesar 5% saja sedangkan sisanya 95% dipengaruhi oleh faktor atau variabel lain yang tidak termasuk didalam analisis regresi ini.

TABEL 4
HASIL UJI ANOVA

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig
Regression	61.003	1	61.003	1.488	233
Residual	1147.664	28	40.988		
Total	1208.667	29			

Pada tabel uji signifikan diatas digunakan untuk menentukan taraf signifikan atau linieritas dari regresi. Kriteria dapat ditentukan berdasarkan uji nilai (Sig), dengan ketentuan:

- 1) Jika nilai sig < 0,05, maka rata- rata berbeda (signifikan).

- 2) Jika nilai sig >0,05, maka rata- rata sama (tidak signifikan).

Berdasarkan pada tabel 4 diatas menjelaskan bahwa nilai f hitung adalah sebesar 1,488 dengan taraf tingkat signifikan 0,233 > 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa pengaruh antara variabel X terhadap variabel Y tidak signifikan.

Selanjutnya metode analisis yang digunakan adalah regresi linier sederhana. Berikut hasil uji regresi linier sederhana yang telah dilakukan:

TABEL 5
HASIL UJI REGRESI LINIER SEDERHANA

Model	B	Std error	Beta	t	Sig
(Constant)	85.560	11.720		7.300	000
Burnout Akademik	223	182	225	1.220	233

Berdasarkan hasil perhitungan dari tabel 5 di atas diketahui nilai Constant (a) adalah 85.560, sedangkan nilai *burnout* akademik (b/koefisien regresi) adalah 0,223 sehingga persamaan regresinya diatas dapat diterjemahkan:

- 1) Konstanta sebesar 85,560, memiliki arti bahwa nilai konsisten variabel Y (hasil belajar) adalah sebesar 85,560. Artinya *burnout* akademik berpengaruh terhadap hasil belajar
- 2) Koefisien regresi X (*Burnout* akademik) sebesar -0,223 menyatakan bahwa setiap penambahan 1% nilai *burnout* akademik, maka nilai hasil belajar akan berkurang 0,223, Begitu pun sebaliknya jika setiap pengurangan 1% *burnout* akademik, maka nilai variabel Y (hasil belajar) akan bertambah 0,223.

Pembahasan

Analisis Data *Burnout* Akademik Siswa

Analisis yang digunakan untuk menggambarkan *burnout* akademik siswa yaitu analisis deskriptif presentase. Berdasarkan hasil analisis deskriptif didapat hasil bahwa dari 30 siswa hasilnya dapat diklasifikasikan sebagai berikut : siswa dengan kategori *burnout* sangat tinggi berjumlah 1 orang yaitu atas nama KR D

dari kelas XI IPS 1 dengan skor 167 dan presentase sebesar 84%. kemudian sebanyak 21 siswa dengan kategori *burnout* tinggi yang terdiri atas 7 siswa dari kelas XI MIPA yaitu HN, KM, KV, MP, NN, NMA, dan YS. 6 siswa dari kelas XI IPS 1 yaitu AHH, DK, JP, JWD, LN, dan TM. 8 orang dari kelas XI IPS 2 yaitu ASM, DY, FT, HR, KSW, NA, RP, dan ZF. Selanjutnya sebanyak 8 siswa dengan kategori *burnout* sedang yang terdiri atas 3 siswa dari kelas XI MIPA yaitu AP, ADK, dan LD. 3 orang dari kelas XI IPS 1 yaitu AY, CC, dan JS. Serta 2 siswa dari kelas XI IPS 2 yaitu NV dan SD.

Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat jabarkan bahwa *burnout* akademik siswa kelas XI yang berada disalah satu sekolah menengah negeri yang ada di kabupaten Sambas berada pada kategori tinggi. Hal ini disebabkan banyak faktor diantaranya (1) Kejenuhan dengan situasi belajar yang monoton yang dilakukan guru (2) Beban tugas sekolah yang banyak, (3) Tuntutan nilai yang tinggi dari orang tua, (4) Beban materi pelajaran yang sulit dan banyak, (5) Kurang mampu berkonsentrasi. Hal tersebut menjadi pemicu atau penyebab siswa mengalami *burnout*. Bila dipersentasikan maka 70% atau 21 orang siswa yang mengalami hal tersebut.

Hal ini sejalan dengan kajian penelitian sebelumnya dari (Sabrina Babul Fakhah dkk, 2022) tentang *Pengaruh Academic Burnout Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa* yang mengatakan bahwa penelitian ini menganalisis data yang didapat dari sampel sebanyak 46 orang. Alat ukur yang digunakan adalah Skala *Academic Burnout* dan Skala *Prokrastinasi Akademik*. Metode analisis statistik yang digunakan yaitu analisis regresi linier sederhana. Hasil Uji parsial menghasilkan $t_{hitung} = 12,902$ lebih dari $t_{tabel} = 2,015$ dengan signifikansi (p) = 0,000 kurang dari 0,05 yang berarti adanya pengaruh signifikan *academic burnout* terhadap prokrastinasi akademik dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gresik dengan pengaruh *academic burnout* terhadap prokrastinasi akademik sebesar 79,1%. Hasil kategorisasi

penelitian ini menunjukkan bahwa subjek memiliki kategori sedang pada prokrastinasi akademik dan kategori sedang pada *academic burnout*.

Analisis Data Hasil Belajar Siswa

Pada variabel hasil belajar siswa, peneliti melakukan pengumpulan data dengan menganalisis hasil rapor siswa kelas XI IPS dan MIPA pada semester ganjil tahun ajaran 2020/2021. Adapun hasil interpretasi hasil belajar siswa sebagai berikut : Hasil belajar siswa yang berada di kategori hasil belajar *baik sekali* berjumlah 2 orang yaitu atas nama AY dengan skor 80,43 dan CC dengan skor 80,46 dari kelas XI IPS 1 yang mana keduanya memiliki skor presentase sebesar 80%. Kemudian terdapat 20 siswa dengan kategori hasil belajar *baik* yang terdiri dari 7 siswa dari kelas XI MIPA yaitu AP, KM, KV, LD, MP, NN, dan NMA. 5 siswa dari kelas XI IPS 1 yaitu JP, JWD, KRD, LN, dan TM. Serta 8 siswa dari kelas XI IPS 2 yaitu DY, FT, HR, KSW, NA, NV, RP, dan ZF.

Sedangkan hasil belajar siswa yang berada pada kategori *cukup* berjumlah 8 orang yang terdiri dari 3 orang dikelas MIPA yaitu ADK, HN, YS, Kemudian XI IPS 1 berjumlah 3 orang yaitu AHH, DK dan JS dan kelas IX IPS 2 berjumlah 2 orang yaitu ASM dan SD. Berdasarkan penjelasan diatas dapat dijabarkan bahwa Sebagian besar hasil belajar siswa berada pada kategori baik dengan persentase sebesar 80%. Hal ini sejalan dengan pendapat hasil penelitian sebelumnya oleh (Siti Afifah, 2019) yang berjudul “Pengaruh Kejenuhan Belajar Dan Interaksi Sosial Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa Dengan Sistem Pesantren Modern”. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara *burnout* studi dan interaksi sosial dengan jumlah pengaruh sebesar 26,7%.

Analisis Hasil Penelitian dan Pengajuan Hipotesis

Dari hasil analisis data dengan metode regresi linier sederhana diperoleh nilai koefisien determinasi R Square adalah sebesar 0,05. Hasil

pengolahan data tersebut menunjukkan bahwa pengaruh variabel X (*burnout* akademik) terhadap variabel Y (hasil belajar) adalah sebesar 5%. nilai f hitung adalah sebesar 1,488 dengan taraf tingkat signifikan $0,233 > 0,05$, menunjukkan bahwa pengaruh antara variabel X terhadap variabel Y tidak signifikan. Koefisien regresi X (*Burnout* akademik) sebesar 0,223 menyatakan bahwa setiap penambahan 1% nilai *burnout* akademik, maka nilai hasil belajar akan berkurang -0,223, Begitu pun sebaliknya jika setiap pengurangan 1% nilai *burnout* akademik, maka nilai variabel Y (hasil belajar) akan bertambah 0,223.

IV. Kesimpulan

Merujuk pada hasil penelitian dan pembahasan tentang Pengaruh *Burnout* Akademik Terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas XI di salah satu SMA Negeri yang ada di Kabupaten Sambas” tingkat *burnout* siswa kelas IX pada kategori tinggi sebesar 70% atau 21 siswa dari jumlah total 30 siswa.

Sedangkan hasil belajar siswa berdasarkan data hasil analisis rapor dikelas XI MIPA dapat dijabarkan bahwa 20% siswa atau 2 dari 10 siswa yang dijadikan sampel dikelas tersebut mendapatkan nilai dengan kategori cukup sedangkan 80% atau 8 dari 10 siswa mendapatkan nilai dengan kategori baik.

Untuk Kelas XI IPS I dapat dijabarkan siswa yang berada pada kategori nilai cukup sebesar 30% atau 3 orang, kategori nilai baik sebesar 50% atau 5 orang kemudian pada kategori baik sekali sebesar 20% atau 2 orang. Untuk kelas XI IPS 2 dapat dijabarkan siswa yang berada pada nilai cukup sebesar 20% atau 2 dari 10 orang, kategori baik sebesar 80% atau 8 dari 10 orang siswa.

Berdasarkan uji statistik menunjukkan bahwa pengaruh variabel X (*burnout* akademik) terhadap variabel Y (hasil belajar siswa) sangat kecil dilihat dari koefisien determinasi R Square yaitu sebesar 0,05 atau 5%. Pengaruh variabel X terhadap variabel Y tidak signifikan dilihat dari taraf signifikansi yaitu 0,233 yang lebih besar dari 0,05. Serta arah pengaruh variabel X

terhadap variabel Y ke arah negatif dilihat dari koefisien regresi yaitu sebesar 0,233 Berdasarkan hasil analisis data dapat disimpulkan terdapat pengaruh *burnout* akademik terhadap hasil belajar siswa berpengaruh sangat kecil yaitu hanya sekitar 5%, sedangkan 95% hasil belajar siswa dipengaruhi oleh factor atau variabel lain.

V. DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, S. (2019). Pengaruh Kejenuhan Belajar dan Interaksi Sosial Terhadap Konsentrasi Belajar Siswa dengan Sistem Pesantren Modern di Samarinda. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(4), 527-532.
- Ahuja, R. (2009). *Research Methods*. Rawat Publication; News Delhi
- Angraini, D. (2017). *Studi Komparasi Kejenuhan Belajar antara Siswa Agama Tahfidz (AGT) dan Agama Reguler (AGR) Kelas X Madrasah Aliyah Negeri (MAN) Nganjuk* (Doctoral dissertation, IAIN Kediri).
- Azwar, S. (2001). *Metode Penelitian*, Yogyakarta; Pustaka Pelajar.
- Bahrer-Kohler, S. (2012). *Burnout for Expert: Prevention in the context of living and working*. London: Springer Science & Business Media
- Cheung, J. M. Y., Bartlett, D. J., Armour, C. L., Laba, T. L., & Saini, B. (2018). To drug or not to drug: A qualitative study of patients' decision-making processes for managing insomnia. *Behavioral Sleep Medicine*, 16(1), 1-26.
- Creswell, J. W (2009). *Research Design; Qualitative, Quantitative and Mixed Methods Approaches*, Sage, Los Angeles
- Dunn, L., Iglewicz, A., & Moutier, C. (2008). A conceptual model of medical student well-being: promoting resilience and preventing burnout. *Academy Psychiatry*, 32(1), 43-53.
- Farkhah, S. B., Hasanah, M., & Amelasasih, P. (2022). Pengaruh Academic Burnout Terhadap Prokrastinasi Akademik Dalam Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa. *Conseils: Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 2(1), 47-54.
- Fraenkel, J.R & Wallen, N.E. (2003). *How To Design And Evaluate Research In Education*. New York; Pearson Education, Inc.
- Garner, B. R., Knight, K., & Simpson, D. D. (2007). Burnout among corrections-based drug treatment staff. *Journal Comparative Criminology*, 51(5)
- Gumbau, S. L., & Marisa, S. S. (2014). Loss and Gain Cycles? A Longitudinal Study about Burnout, Engagement, and Self-Efficacy. *Journal Burnout Research*, 1(1)
- Jacob, S. & Dodd, D. (2003). Student burnout as a function of personality, social support, and workload. *Journal of College Student Development*, 44(3), 290-303.

- Maslach, C., & Michael, P. L. (1997). *The Truth About Burnout*. San Francisco: Jossey Bass.
- Nasution, S. (2010). *Didaktik asas-asas mengajar*. Jakarta: Pustaka Belajar
- Nopita, N., Mayasari, D., & Suwanto, I. (2021). Analisis Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa SMPS Abdi Agape Singkawang. *JBKI (Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia)*, 6(1), 13-19.
- Prillany, T. E., & Rusdiyanto, R. M. (2021). Pengaruh Pembelajaran Berbasis Permainan Terhadap Hasil Belajar Lompat Jauh di Sekolah Dasar Negeri Kalibanteng. *Research Physical Education and Sports*, 3(1), 81–86.
- Purwanto, E. (2012). *Metode Kuantitatif*. Semarang: UNNES Press
- Ridwan (2013). *Dasar-Dasar Statistik*. Bandung: Alfabeta.
- Rubino, C., Volpone, S. D., & Avery, D. (2013). Burnout on mars and venus: exploring gender differences in emotional exhaustion. *Journal Gender in Management*, 28(2).
- Schaufeli, W. B., Leiter, M. P., & Maslach, C. (2009). Burnout: 35 years of research and practice. *Career development international*, 14(3), 204-220. <https://doi.org/10.1108/13620430910966406>
- Slameto, (2015). *Belajar dan faktor-faktor yang mempengaruhinya*. Jakarta: Rineka Cipta
- Sudjana, N. (2012). *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung: PT.Remaja Rosdakarya
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif dan Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. (2018) *Metode Penelitian Pendidikan (R&D)*. Bandung: Alfabeta
- Suwanto, I., & Fitriyadi, S. (2019). Burnout Guru BK di Kota Singkawang. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 9(2), 127-136.
- Syah, Muhibbin. (2016). *Psikologi Pendidikan*. Bandung : PT. Remaja Rosdakarya
- Tulasi, D. (2010). Meruntut Pemahaman Taksonomi Bloom: Suatu Kontemplasi Filosofis. *Jurnal Humaniora*, 1(2).
- Wijaya, C. (2021). COVID-19: 'Stres, mudah marah, hingga dugaan bunuh diri', persoalan mental murid selama sekolah dari rumah. Retrieved online from BBC News Indonesia.
- Yang, H. (2004). Factors affecting student burnout and academic achievement in multiple enrollment programs in Taiwan's technical–vocational colleges. *International Journal of Educational Development*, 24, 283 – 301.