

Original Article

## Efek *Perceived Classroom Activities* Terhadap *Academic Burnout* Pada Siswa SMA

Gundah Noor Cahyo1\*), Candra Prasiska Rahmat2, Hendry Sugara3, Susi Handayani Br. Lubis4

Universitas Indraprasta PGRI

\*) Alamat korespondensi: Jl. Aneka Warga No. 26, Tangerang Selatan 15411, Indonesia; E-mail: [gundah.noorcahyo@unindra.ac.id](mailto:gundah.noorcahyo@unindra.ac.id)

### Article History:

Received: 23/08/2024;  
Revised: 08/09/2024;  
Accepted: 19/09/2024;  
Published: 05/10/2024.

### How to cite:

Cahyo, G. N 1., Rahmat, C. P 2., Sugara, H 3., & Lubis, S. H. B 4. (2024). Pengaruh *Perceived Classroom Activities* Terhadap *Academic Burnout* Pada Siswa SMA. *Teraputik: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(2), pp. 80–87. DOI: 10.26539/teraputik.823211



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. © 2024, Cahyo, G. N., Rahmat, C. P., Sugara, H., & Lubis, S. H. B. (s).

**Abstract:** *Academic burnout is experienced by students and college students, characterized by exhaustion, cynicism, and an inability to complete tasks. This condition can be influenced by internal factors, such as how students perceive their learning experiences in the classroom. This study aims to determine the impact of perceived classroom activity dimensions on academic burnout among high school students. The sample for this research consists of 197 high school students. Sampling was done using the convenience sampling technique. The method used in this research is quantitative. Validity testing of the academic burnout and perceived classroom activities measurement tools was conducted using confirmatory factor analysis, and the data analysis technique used was multiple regression. The study's results indicate a significant influence of perceived classroom activity variables on academic burnout, specifically interest and enjoyment.*

**Keywords:** *Academic burnout, Perceived classroom activities*

**Abstrak:** *Academic burnout* merupakan hal yang dialami oleh para siswa maupun mahasiswa ditandai dengan perasaan lelah, sinis dan tidak mampu dalam menyelesaikan tugas. Kondisi tersebut dapat dipengaruhi melalui faktor internal yaitu bagaimana siswa memiliki persepsi ketika belajar dikelas. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh dari dimensi *perceived classroom activities* terhadap *academic burnout* pada siswa SMA. Sampel pada penelitian ini terdiri dari 197 siswa SMA. Pengambilan sampel menggunakan Teknik *convenience sampling*. Metode yang dilakukan menggunakan metode kuantitatif. Uji validitas alat ukur *academic burnout* dan *perceived classroom activities* menggunakan uji *confirmatory factor analysis* dan teknik analisa data yang digunakan adalah regresi berganda. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan dari variabel *perceived classroom activities* terhadap *academic burnout* yaitu *interest* dan *enjoyment*.

**Kata Kunci:** *Academic burnout, Perceived classroom activities*

## Pendahuluan

*Burnout* merupakan keadaan kelelahan pada seseorang, di mana seseorang menjadi sinis mengenai nilai pekerjaannya dan meragukan kemampuannya untuk melakukan pekerjaan (Schaufeli, Leiter, & Maslach, 2008). Secara umum *burnout* dialami oleh para pekerja karena mereka merasa terbebani oleh pekerjaannya. *Burnout* merupakan masalah sosial (Schaufeli et al., 2008) yang ternyata tidak hanya dialami oleh para pekerja saja, didalam dunia Pendidikan pun juga kerap dialami oleh siswa dan dikenal dengan istilah *academic burnout*. Siswa merasa stres sehingga akan mengakibatkan rasa lelah secara fisik dan emosional, sikap ragu, serta rasa tidak yakin dalam belajar (Schaufeli, Martinez, Pinto, Salanova & Bakker, 2002).

Studi lebih lanjut tentang *academic burnout* dilakukan pada kalangan siswa dan mahasiswa (Schaufeli, dalam Walburg, 2014; Saviz & Naeini, 2014; Stoliker & Lafreniere, 2015; Grau, Tejedor, Garcia, & Kuzmicay, 2015; Ocal & Tek, 2015; Jahedizadeh, Ghanizadeh, & Ghonsooly, 2016; Molinari & Grazia, 2021; Güler, 2022). Hasil penelitian tentang *academic*

*burnout* menunjukkan ada beberapa faktor seperti banyaknya tugas, ketidakmampuan siswa dalam menyelesaikan tugas yang sulit dan juga stres (Neumann, Neumann, & Reichel, 1990; Jacobs & Dodd, 2003; Lin & Huang, 2014) sehingga mereka mengalami rasa kelelahan, sikap yang ragu, serta rasa tidak yakin dalam belajar.

Beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa *academic burnout* dapat mempengaruhi hasil belajar (Saviz & Naeini, 2014; Ocal & Tek, 2015; Jahedizadeh, Ghanizadeh, & Ghonsooly, 2016). Menurut Jahedizadeh, Ghanizadeh, & Ghonsooly, (2016) *burnout* pada siswa mempunyai efek negatif yang signifikan pada prestasi belajar, dengan kata lain jika siswa mengalami *academic burnout* maka prestasi siswa akan menjadi rendah. Hasil penelitian menunjukkan *academic burnout* juga memiliki dampak negatif kepada performa akademis (Stoliker & Lafreniere, 2015) dan dampak yang utama pada siswa ialah akan kehilangan komitmen dalam belajarnya (Neumann et al., 1990). Secara tidak langsung hal tersebut berkaitan dengan masa depan siswa dalam ranah pendidikan, jika dalam masa sekolah menengah atas siswa sudah cenderung mengalami situasi *academic burnout* maka dikhawatirkan ketika di perguruan tinggi nanti kemampuan akademis siswa akan terhambat (Neumann et al., 1990).

Penelitian tentang *academic burnout* pada siswa dan mahasiswa juga sudah cukup menjadi perhatian dan diteliti di Indonesia (Orpina & Prahara, 2019; Supriyanto, Imtinan, Arikunto & Hartini, 2022; Putri, Masitoh, & Khalid, 2023; Andriani, 2023), hal ini menunjukkan bahwa ada indikasi siswa akan mengalami dampak negatif dari *academic burnout*.

*Academic burnout* dapat dipengaruhi oleh faktor internal maupun eksternal. Beberapa faktor internal yang mempengaruhi *academic burnout* seperti *self-regulated learning* (Ashkzari & Piryaee, 2015), persepsi, *self-efficacy* (Jahedizadeh, Ghanizadeh, & Ghonsooly, 2016) juga kepribadian siswa (Jacobs & Dodd, 2003). Sedangkan faktor eksternal yang mempengaruhinya ialah faktor lingkungan siswa seperti iklim kelas dan juga dukungan sosial (Jacobs & Dodd, 2003; Li, Ruan & Yuan, 2015; Jahedizadeh, Ghanizadeh, & Ghonsooly, 2016).

Siswa yang mengalami *academic burnout* akan merasa terbebani dengan banyaknya tugas sekolah. Mereka juga kesulitan dalam menyelesaikan tugas-tugas yang sulit. Namun bila siswa memiliki persepsi yang positif baik di sekolah maupun di lingkungan belajarnya akan dapat mencegah terjadinya *academic burnout*. Dengan demikian bahwa sangat penting bagi seorang siswa untuk dapat persepsi positif dalam belajar di sekolah.

Siswa yang memiliki persepsi positif terhadap aktivitas di kelasnya akan memiliki kecenderungan agar terhindar dari *academic burnout*. Siswa yang memiliki persepsi bahwa belajar di kelas itu menyenangkan, maka tugas-tugas yang diberikan oleh guru tidak dianggap sebagai suatu beban. Persepsi siswa terhadap aktivitas di kelas dalam beberapa artikel penelitian disebut *perceived classroom activities* (Pereira, Peters, & Gentry, 2010; Ilhan & Cetin, 2014). Hasil penelitian yang dilakukan Ilhan dan Cetin (2014) menjelaskan bahwa *perceived classroom activities* mempunyai dampak yang negatif terhadap *academic burnout*. Hal tersebut terjadi karena selain beban tugas dan tingkat stres siswa, lingkungan di sekolah juga mempengaruhi pandangan siswa.

*Perceived classroom activities* merujuk pada persepsi siswa dalam aktivitas pembelajaran di kelas (Pereira et al., 2010), seperti *enjoyment*, *challenge*, *choice*, dan *interest*. *Enjoyment* di dalam kelas menjadi hal yang penting bagi siswa. Frenzel, Goetz, Ludtke, Pekrun, dan Sutton (2009) menyatakan bahwa meningkatkan perasaan senang dan nyaman di dalam kelas seharusnya menjadi hal yang penting bagi pembelajaran dan prestasi siswa karena merupakan tujuan pendidikan yang penting bagi diri mereka. Dengan perasaan senang di dalam kelas tersebut akan mengurangi rasa lelah saat belajar sehingga akan mengurangi terjadinya *academic burnout* siswa.

*Challenge* merupakan salah satu strategi untuk meningkatkan pembelajaran yang digunakan pada suatu posisi tertentu dan program pencarian anak berbakat (Pereira et al., 2010). Seperti penelitian tentang *engagement* dan *burnout* (Schaufeli et al., 2002; Ugwu, Onyishi, & Tyoyima, 2013; Cazan, 2015) bahwa *engagement* memiliki korelasi negatif dengan *burnout*. Seperti yang diketahui bahwa *challenge* merupakan salah satu karakteristik dari *engagement*. *Challenge* yang dihadapi di dalam kelas oleh siswa berkaitan dengan efikasi pada siswa. Jika mereka memiliki efikasi diri yang bagus maka akan semakin senang dalam menyelesaikan

permasalahan yang ada didalam kelas. Sedangkan *choice* berkaitan dengan kendali yang siswa miliki dalam belajar di kelas. Biasanya *choice* dialami siswa yang berada dalam program pengayaan anak cerdas berbakat (Pereira et al., 2010). Dapat diartikan juga bahwa siswa yang memiliki *choice* berkesempatan mengetahui pelajaran mana yang harus ia tekuni dan pelajari. Dengan pandangan siswa terhadap *challenge* dan *choice* pada pembelajarannya, kecil kemungkinan untuk mengalami *academic burnout*. Karena keyakinan mereka akan kemampuan dan pengendalian diri dapat mengatasi permasalahan dalam belajar. *Interest* dalam belajar juga turut mempengaruhi pembelajaran siswa (Bergin, 1999). Anak yang memiliki *interest* dalam belajar akan meningkat pembelajarannya, dengan begitu siswa cenderung tidak mengalami *academic burnout*.

Berdasarkan uraian data-data diatas maka penulis tertarik dan merasa penting untuk meneliti bagaimana dimensi dari *perceived classroom activities* akan memberikan pengaruh pada *academic burnout* siswa SMA. Mengingat masih terbatasnya penelitian tentang *perceived classroom activities* dan *academic burnout* siswa SMA, khususnya di Indonesia serta nanti dapat diketahui hasil dari penelitian dan dapat digunakan sebagai tambahan referensi bagi para pihak terkait terhadap proses belajar siswa disekolah.

## Metode

Metode penelitian ini adalah kuantitatif. Subjek pada penelitian ini adalah siswa SMA Negeri di daerah Tangerang Selatan sebanyak 197 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *convenience sampling*. Instrumen pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Maslach Burnout Inventory-Student Survey* (MBI-SS) yang dikembangkan Schaufeli et al. (2002) dengan mengadaptasi 15 item untuk mengukur *academic burnout* dan *My Class Activities* (MCA) yang dikembangkan oleh Gentry et al. (2002) dengan mengadaptasi 31 item untuk mengukur setiap dimensi dari *perceived classroom activities* yaitu *interest*, *choice*, *challenge* dan *enjoyment*. Analisis data menggunakan Uji *Confirmatory Factor Analysis* (CFA) dan uji statistik dengan teknik analisa regresi berganda.

## Hasil dan Diskusi

Berdasarkan hasil uji CFA menggunakan Software LISREL 8.7, alat ukur *academic burnout* dan *perceived classroom activity* maka didapatkan hasil berikut:

Tabel 1. Muatan faktor item *academic burnout first order*

| Variabel                | No. Item | t-value | Keterangan  |
|-------------------------|----------|---------|-------------|
| <i>Academic Burnout</i> | 1        | 11.95   | Valid       |
|                         | 2        | 10.30   | Valid       |
|                         | 3        | 11.98   | Valid       |
|                         | 4        | 12.38   | Valid       |
|                         | 5        | 15.26   | Valid       |
|                         | 6        | 9.83    | Valid       |
|                         | 7        | 11.99   | Valid       |
|                         | 8        | 8.88    | Valid       |
|                         | 9        | 7.34    | Valid       |
|                         | 10       | 0.28    | Tidak Valid |
|                         | 11       | 4.04    | Valid       |
|                         | 12       | 3.26    | Valid       |
|                         | 13       | 2.60    | Valid       |
|                         | 14       | 8.26    | Valid       |
|                         | 15       | 6.01    | Valid       |

Dari tabel 1, hasilnya menunjukkan nilai t bagi koefisien muatan faktor 15 item tersebut ada item yang nilainya < 1,96 yaitu item no 10, maka selain item no 10 semuanya signifikan artinya

item-item tersebut mengukur faktor yang hendak diukur, yaitu *academic burnout*. Selanjutnya bila dilihat muatan faktor dari item, diketahui tidak terdapat item yang muatan faktornya negatif.

Tabel 2. Muatan faktor item *Interest* dan *Choice first order*

| Dimensi  | No. Item | t-value | Keterangan | Dimensi | No item | t-value | Keterangan  |
|----------|----------|---------|------------|---------|---------|---------|-------------|
| Interest | 1        | 8.18    | Valid      | Choice  | 1       | 1.42    | Tidak valid |
|          | 2        | 8.84    | Valid      |         | 2       | -5.01   | Tidak valid |
|          | 3        | 10.46   | Valid      |         | 3       | -4.54   | Tidak valid |
|          | 4        | 7.56    | Valid      |         | 4       | -8.25   | Tidak valid |
|          | 5        | 8.65    | Valid      |         | 5       | -7.00   | Tidak valid |
|          | 6        | 11.78   | Valid      |         | 6       | -7.61   | Tidak valid |
|          | 7        | 11.06   | Valid      |         | 7       | -4.76   | Tidak valid |
|          | 8        | 10.00   | Valid      |         |         |         |             |

Tabel 3. Muatan faktor item *Challenge* dan *Enjoyment first order*

| Dimensi   | No.Item | t-value | Keterangan | Dimensi   | No.item | t-value | Keterangan |
|-----------|---------|---------|------------|-----------|---------|---------|------------|
| Challenge | 1       | 6.14    | Valid      | Enjoyment | 1       | 9.10    | Valid      |
|           | 2       | 6.64    | Valid      |           | 2       | 10.87   | Valid      |
|           | 3       | 5.97    | Valid      |           | 3       | 11.05   | Valid      |
|           | 4       | 8.58    | Valid      |           | 4       | 10.37   | Valid      |
|           | 5       | 7.87    | Valid      |           | 5       | 9.21    | Valid      |
|           | 6       | 3.25    | Valid      |           | 6       | 9.66    | Valid      |
|           | 7       | 9.98    | Valid      |           | 7       | 7.17    | Valid      |
|           | 8       | 8.00    | Valid      |           |         |         |            |
|           | 9       | 3.84    | Valid      |           |         |         |            |

Dari tabel 2 dan 3 diatas, hasilnya menunjukan nilai t bagi koefisien muatan faktor tersebut ada item yang nilainya < 1,96 dan bermuatan negatif yaitu pada dimensi *choice* dengan item no 1 hingga 7, maka selain dimensi *choice* semuanya signifikan artinya item-item tersebut mengukur faktor yang hendak diukur. Pada analisis data selanjutnya maka dimensi *choice* tidak ikut dianalisis.

Tabel 4. Deskripsi Statistik dan Kategori Skor Variabel Penelitian (N=197)

| Variabel                | Minimum | Maksimum | Std. Deviation | Skor Rendah | Skor Tinggi |
|-------------------------|---------|----------|----------------|-------------|-------------|
|                         |         |          |                | n (%)       | n (%)       |
| <i>Academic Burnout</i> | 27.43   | 78.60    | 9.40573        | 102 (51.8)  | 95 (48.2)   |
| <i>Interest</i>         | 13.89   | 71.87    | 9.04955        | 95 (48.2)   | 102 (51.8)  |
| <i>Challenge</i>        | 22.99   | 71.81    | 8.74568        | 94 (47.7)   | 103 (52.3)  |
| <i>Enjoyment</i>        | 21.40   | 70.39    | 9.10854        | 93 (47.2)   | 104 (52.8)  |

Berdasarkan tabel 4 diatas dapat diketahui nilai *academic burnout* memiliki rentang nilai dari 27.43 hingga 78.60 dengan sebagian responden (48.2%) memiliki skor *academic burnout* yang tinggi. Kemudian nilai *interest* siswa memiliki rentang nilai dari 13.89 hingga 71.87 dengan sebagian responden (48.2%) memiliki skor *interest* yang rendah. Begitu juga dengan nilai *challenge* dan *enjoyment* memiliki rentang nilai dari 22.99 hingga 71.81 dan 21.40 hingga 70.39 dengan sebagian responden memiliki skor *challenge* dan *enjoyment* rendah (47.7% dan 47.2%).

Langkah kedua adalah menganalisis dampak dari seluruh variabel independen terhadap *academic burnout*. Jika dilihat dari nilai signifikan dari tabel 6 diketahui nilai Sig. sebesar 0.000 atau *Sig f change* < 0.05 yang artinya ada pengaruh yang signifikan dari *interest*, *challenge*, dan *enjoyment* terhadap *academic burnout*.

Tabel 6. ANOVA<sup>a</sup>

| Model      | Sum of Squares | Df  | Mean Square | F      | Sig.              |
|------------|----------------|-----|-------------|--------|-------------------|
| Regression | 4579.687       | 3   | 1526.562    | 23.090 | .000 <sup>b</sup> |
| Residual   | 12759.979      | 193 | 66.114      |        |                   |
| Total      | 17339.665      | 196 |             |        |                   |

Langkah terakhir melihat koefisien regresi (*estimate*) tiap variabel independen. jika nilai *p-value* < 0.05 maka koefisien regresi tersebut signifikan yang berarti *independent variable* tersebut memiliki dampak yang signifikan terhadap *academic burnout*. Tabel 7. akan menjelaskan analisisnya sebagai berikut:

Tabel 7. Koefisien regresi

|                  | Unstandardized Coefficients |            | Standardized Coefficients |        |       |
|------------------|-----------------------------|------------|---------------------------|--------|-------|
| Variabel         | B                           | Std. Error | Beta                      | t      | Sig.  |
| (Constant)       | 79.791                      | 3.873      |                           | 20.604 | .000  |
| <i>Interest</i>  | -.259                       | .084       | -.249                     | -3.065 | .002* |
| <i>Challenge</i> | -.014                       | .085       | -.013                     | -.162  | .872  |
| <i>Enjoyment</i> | -.323                       | .088       | -.313                     | -3.674 | .000* |

\*signifikan

Dari tabel 7 untuk melihat signifikan atau tidaknya koefisien regresi yang dihasilkan oleh setiap variabel, cukup melihat nilai signifikan pada kolom paling kanan, jika nilainya < 0.05, maka koefisien regresi yang dihasilkan signifikan pengaruhnya terhadap *academic burnout* dan sebaliknya. Dari hasil di atas hanya koefisien regresi *interest* dan *enjoyment* yang signifikan, sedangkan variabel lainnya tidak.

Diperoleh nilai koefisien regresi *interest* sebesar 0.084 dengan signifikansi 0.002 ( $p < 0.05$ ) yang berarti bahwa variabel *interest* secara negatif memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *academic burnout* pada siswa SMA. Jadi, semakin tinggi *interest* siswa maka semakin rendah juga *academic burnout*nya.

Diperoleh nilai koefisien regresi *enjoyment* sebesar 0.088 dengan signifikansi 0.000 ( $p < 0.05$ ) yang berarti bahwa variabel *enjoyment* secara negatif memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *academic burnout* pada siswa SMA. Jadi, semakin tinggi *enjoyment* siswa maka semakin rendah juga *academic burnout*nya.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *academic burnout* pada penelitian ini dipengaruhi *perceived classroom activities*. Ditemukan bahwa *interest* dan *enjoyment* mempengaruhi *academic burnout* secara signifikan.

*Interest* dari *perceived classroom activities* memiliki pengaruh negatif yang signifikan terhadap *academic burnout*. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyebutkan siswa yang memiliki *interest* yang tinggi dalam belajar akan cenderung terhindar dari *academic burnout* (Ilhan & Cetin, 2014; Bekker, Rothman & Kloppers, 2023). Hal ini menunjukkan bahwa semakin rendah *interest* siswa maka akan semakin tinggi *academic burnout* yang dialami oleh siswa. Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian dari Molinari dan Grazia (2021) bahwa siswa yang tinggi keterlibatannya dalam aktivitas sekolah akan semakin rendah untuk mengalami *academic burnout*, yang mana diketahui bahwa siswa yang tinggi keterlibatannya dalam aktivitas sekolah memiliki *interest* yang tinggi.

*Enjoyment* memiliki pengaruh negatif yang signifikan terhadap *academic burnout*. Hal ini menunjukkan bahwa semakin rendah *enjoyment* siswa maka akan semakin tinggi *academic burnout* yang dialami. Hasil ini juga serupa dengan penelitian dari Jahedizadeh, Ghanizadeh, &

Ghonsooly (2016), bahwa meningkatkan perasaan senang dan nyaman siswa didalam kelas menjadi hal yang penting bagi pembelajaran dan prestasi siswa sehingga akan kecil kecenderungan untuk mengalami *academic burnout*. Jiang dan Dewaele (2019) juga menyatakan hal serupa melalui hasil penelitiannya bahwa siswa yang memiliki nilai *enjoyment* tinggi dalam belajar akan memiliki rendah nilai kecemasannya, yang mana dalam hal ini dapat diketahui bahwa kecemasan akan mengarah kepada *academic burnout*. *Academic burnout* juga memiliki hubungan negatif dengan *enjoyment*, hal tersebut menunjukkan bahwa siswa yang tidak nyaman dalam belajar akan cenderung mengalami *academic burnout* (Basri, Hawaldar, Nayak, & Rahiman, 2022). Oleh karena itu siswa yang memiliki *enjoyment* terhadap kelasnya akan terhindar dari *academic burnout*. Siswa dengan perasaan senang dan nyaman dalam belajar akan berkurang juga beban pelajaran dan tugas yang dianggap sulit.

## Simpulan

Pada penelitian ini sebagian siswa SMA diketahui mengalami *academic burnout*. Hal demikian menandakan bahwa sebagian siswa SMA dalam penelitian ini mengalami kelelahan dalam belajar, yang ditandai mengalami *exhaustion* dengan gejala seperti lelah secara emosional terhadap pelajaran di sekolah, lelah saat bangun pagi hari kemudian berangkat ke sekolah dan lelah dengan tugas yang diberikan di sekolah. Siswa juga cenderung mengalami *inefficacy* dengan gejala seperti merasa tidak yakin dalam menyelesaikan tugas secara efektif.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dipergunakan oleh berbagai kalangan, khususnya bagi para peneliti selanjutnya maupun para praktisi di bidang pendidikan dan juga pada penelitian selanjutnya bisa mengaitkan *academic burnout* dengan variabel lainnya yang turut mempengaruhi *academic burnout* pada siswa SMA.

## Ucapan Terima Kasih

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada seluruh peserta penelitian dan seluruh pihak yang mendukung peneliti dalam menyelesaikan penelitian ini.

## Daftar Rujukan

- Andriani, R. (2023). Academic burnout siswa pada masa pandemi covid-19 ditinjau dari tingkat pendidikan SMP dan SMA. *Teraputik: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 7(2), 108-112. DOI: 10.26539/teraputik.722139
- Ashkzari, M. K., & Piryaee, S. (2015). The relationship of self-regulated learning strategies and motivational beliefs with academic burnout among college students. *International Journal of Review in Life Sciences*, 5(2), 1164-1168.
- Basri, S., Hawaldar, I. T., Nayak, R., & Rahiman, H. U. (2022). Do Academic Stress, Burnout and Problematic Internet Use Affect Perceived Learning? Evidence from India during the COVID-19 Pandemic. *Sustainability*, 14(3), 1409. <https://doi.org/10.3390/su14031409>
- Bekker, C. I., Rothmann, S., & Kloppeers, M. M. (2023). The happy learner: Effects of academic boredom, burnout, and engagement. *Front. Psychol.* 13:974486. doi: 10.3389/fpsyg.2022.974486
- Bergin, D. (1999). Influences on Classroom Interest. *Educational Psychologist*, 34(2), 87-98.
- Cazan, A. (2015). Learning motivation, engagement and burnout among university. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 187, 413 – 417.
- Frenzel, A. C., Goetz, t., Ludtke, O., Pekrun, R., & Sutton, R. E. (2009). Emotional transmission in the classroom: Exploring the relationship between teacher and student enjoyment. *Journal of Educational Psychology*, 101(3), 705–716 DOI: 10.1037/a0014695705.
- Gentry, M., Gable, R. K., & Rizza, M. G. (2002). Students' perceptions of classroom activities: Are there grade-level and gender differences?. *Journal of Educational Psychology*, 94(3), 539-544.

- Goetz, T., Nett, U. E., & Hall, N. C. (2013). *Emotion, motivation, and self-regulation : A handbook for teachers* / Nathan C. Hall and Thomas Goetz (eds.). - Bradford : Emerald Group, 2013. - S. 123-166. - ISBN 978-1-78190-710-8
- Grau, J. B., Tejedor, E. M., Garcia, J. C. S., & Kuzmicay, A.J.P. (2015). Adaptation and psychometric properties of the SBI-U scale for Academic Burnout in university students. *Anales de psicología*, 31(1), 290 - 297. <http://dx.doi.org/10.6018/analesps.31.1.168581>.
- Güler, G. (2022). School Burnout in Middle School Students: Role of Problem Solving Skills, Peer Relations and Perceived School Experiences. *International Journal of Psychology and Educational Studies*, 9(2), 340–352. <https://doi.org/10.52380/ijpes.2022.9.2.529>
- Jacobs, S. R., & Dodd, D. K. (2003). Student burnout as a function of personality, social support, and workload. *Journal of College Student Development*, 44 (3), 291-303. DOI: 10.1353/csd.2003.0028
- Jahedizadeh, S., Ghanizadeh, A., & Ghonsooly, B. (2016). The role of EFL learners' demotivation, perceptions of classroom activities, and mastery goal in predicting their language achievement and burnout. *Asian-Pacific Journal of Second and Foreign Language Education*, 1(1). <https://doi.org/10.1186/s40862-016-0021-8>
- Jiang, Y & Dewaele, J. M. (2019) How unique is the Foreign Language Classroom Enjoyment and Anxiety of Chinese EFL Learners?. *System*, 82, 13-25. Doi: /10.1016/j.system.2019.02.017
- Ilhan, M., & Cetin, B. (2014). An analysis of the relationship between academic burnout and classroom assessment environment. *Education & Science*, 39(176), 51-68.
- Lin, S. H., & Huang, Y. C. (2014). Life stress and academic burnout. *Active Learning in Higher Education*, 15(1), 77–90. DOI: 10.1177/1469787413514651.
- Li, L., Ruan, H., & Yuan, W. J. (2015). The relationship between social support and burnout among icu nurses in shanghai: A cross-sectional study. *Chinese Nursing Research*, 2, 45-50. <http://dx.doi.org/10.1016/j.cnre.2015.04.003>.
- Masitoh, Z., Putri, T. H., & Fahdi, F. K. (2022). Hubungan Self-Efficacy dengan Academic Burnout saat Pandemi COVID-19 pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Tanjungpura Pontianak. *Malahayati Nursing Journal*, 4(12), 3243–3257. <https://doi.org/10.33024/mnj.v4i12.7469>
- Molinari, L., & Grazia, V. (2021). Students' school climate perceptions: do engagement and burnout matter? *Learning Environments Research*. <https://doi.org/10.1007/s10984-021-09384-9>
- Neumann, Y., Neumann, E. F., & Reichel, A. (1990). Determinants and consequences of students' burnout in universities. *The Journal of Higher Education*, 61(1), 20-31.
- Ocal, K., & Tek, T. (2015). Academic performance: The effects of burnout and time management skills. Diunduh tanggal 9 Juni 2024 dari <http://www.eera-ecer.de/ecer-programmes/conference/20/contribution/35918/>
- Orpina, S., & Prahara, S. A. (2019). Self-Efficacy dan Burnout Akademik pada Mahasiswa yang Bekerja. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 3(2), 119-130 DOI: [10.30653/001.201932.93](https://doi.org/10.30653/001.201932.93)
- Pereira, N., Peters, S. J., & Gentry, M. (2010). My class activities instrument as used in saturday enrichment program evaluation. *Journal of advance academics*, 21(4), 568–593.
- Saviz, M., & Naeini, A. Z. (2014). The examination of the relationship between perfectionism and academic burnout as well as academic achievement of college students. *Interdisciplinary journal of contemporary research in business*, 6(1), 148-164.
- Schaufeli, W. B., Leiter, M. P., & Maslach, C. (2008). Burnout: 35 years of research and practice. *Career Development International*, 14(3), 204-220. DOI 10.1108/13620430910966406
- 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.
- Stoliker, B. E., & Lafreniere, K. D. (2015). The influence of perceived stress, loneliness, and learning burnout on university students' educational experience. *College Student Journal*, 49(1), 146-160.

- Supriyanto, A., Imtinan, S., Arikunto, S., & Hartini, S. (2022). Kondisi Burnout Akademik Pada Siswa Indonesia: Fisik, Mental, Dan Emosional. *Advice: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 4(1), 32–38. <https://doi.org/10.32585/advice.v4i1.2367>
- Ugwu, F. O., Onyishi, I. E., & Tyoyima, W. (2013). Exploring the relationships between academic burnout, self-efficacy and academic engagement among nigerian college students. *Journal of African Educational Reseach Network*, 13(2), 37-45.
- Walburg, V. (2014). Burnout among high school students: A literature review. *Children and Youth Services Review*, 42, 28–33. <http://dx.doi.org/10.1016/j.childyouth.2014.03.020>

---

**Competing interests:**

The authors declare that they have no significant competing financial, professional or personal interests that might have influenced the performance or presentation of the work described in this manuscript.

---