

Academic Burnout Siswa Pada Masa Pandemi Covid-19 Ditinjau Dari Jenis Kelamin

Maria Oktasari¹), Riska Andriani², Hayu Stevani³
Universitas Indraprasta PGRI Jakarta

*) Alamat korespondensi: Jl. Raya Tengah No. 80, Kel. Gedong, Kec. Pasar Rebo, Jakarta Timur 13760, Indonesia
oktasari maria@gmail.com, riskaandriani366@gmail.com, hayustevani@gmail.com

Article History:

Received: 28/01/2022;
Revised: 09/02/2022;
Accepted: 09/02/2022;
Published: 22/02/2022.

How to cite:

Oktasari, M., Andriani, R., & Stevani, H. (2022). Academic Burnout Siswa Pada Masa Pandemi Covid-19 Ditinjau Dari Jenis Kelamin. *Teraputik: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 5(3), pp. 333-337. DOI: 10.26539/teraputik.53903



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. © Year, Author(s).

Abstract: Academic burnout is the saturation experienced by individuals in participating in learning / academic activities. High levels of academic burnout can lead to low achievement of student learning outcomes. The study aims to describe the difference between the academic burnout of male and female students in school. The sample in the study was 281 middle and high school students. Sampling techniques use accidental sampling. The method used is quantitative method. Data collection using academic burnout scale. The analysis technique used is an independent sample t test with the help of JASP software. The results of the analysis showed that there was no significant difference between the academic burnout of male and female students. The results of this study can also be used as material for teachers to determine learning methods so as to reduce the level of academic burnout in students.

Keywords: Academic burnout, Gender, JASP

Abstrak: *Academic burnout* merupakan kejenuhan yang dialami individu dalam mengikuti kegiatan pembelajaran/akademik. Tingginya tingkat *academic burnout* dapat menyebabkan rendahnya pencapaian hasil belajar siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan perbedaan *academic burnout* siswa laki-laki dan perempuan di sekolah. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa Sekolah Menengah Pertama dan Sekolah Menengah Atas yang berjumlah 281 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *accidental sampling*. Metode yang digunakan adalah metode kuantitatif. Pengumpulan data menggunakan instrumen skala *academic burnout*. Teknik analisis yang digunakan adalah *independent sample t test* dengan bantuan software JASP. Hasil analisis menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara *academic burnout* siswa laki-laki dan perempuan. Hasil penelitian ini juga dapat dijadikan bahan bagi guru untuk menentukan metode pembelajaran sehingga dapat mengurangi tingkat *academic burnout* pada siswa.

Kata Kunci: *Academic burnout*, Jenis Kelamin, JASP

Pendahuluan

Salah satu dampak pandemic covid 19 adalah pembelajaran tatap muka berubah menjadi pembelajaran *online* (Kemendikbud, 2020). Pembelajaran *online* membuat aktivitas belajar siswa dirumah menjadi lebih padat, hal ini dikarenakan hampir setiap guru memberikan tugas pada pembelajaran *online* (Chaterine, 2020). Kemudian ruang gerak siswa menjadi terbatas dan lebih banyak menghabiskan waktu di rumah. Hal ini menimbulkan tekanan secara psikologis terhadap siswa sehingga hal tersebut menyebabkan terjadinya kejenuhan dalam belajar.

Kejenuhan belajar dalam istilah psikologi disebut *burnout*. Fenomena *burnout* lazimnya diteliti dalam setting pekerjaan. Namun beberapa hasil penelitian menyatakan bahwa fenomena tersebut juga dapat terjadi dalam konteks akademik (Salmela-Aro et al., 2008). *Burnout* merupakan suatu keadaan stres secara psikologis yang sangat ekstrem dan dapat membuat individu mengalami kelelahan emosional dan motivasi yang rendah untuk bekerja.

Selain itu, *burnout* juga sangat berpengaruh terhadap kehidupan individu, antara lain: dapat menurunkan produktivitas individu, mempengaruhi kesehatan fisik dan mental, menyebabkan gangguan tidur dan kelelahan, dll (Dewa et al., 2014; Mohammadyfar et al., 2009;

Norez, 2017; Rosen et al., 2006). Selanjutnya, secara spesifik dalam konteks akademik, *burnout* dikenal dengan istilah *academic burnout*. Fenomena *academic burnout* merupakan suatu keadaan kelelahan yang kronis diakibatkan oleh intensitas mengerjakan tugas sekolah dengan sangat intens (Khairani & Ildil, 2015; Rahman et al., 2020).

Beberapa hasil penelitian terkait *academic burnout* menunjukkan bahwa *academic burnout* berkorelasi dengan kecenderungan *drop-out* siswa (Bask & Salmela-Aro, 2013), berkorelasi negatif dengan prestasi akademik mahasiswa (Duru et al., 2014; Uludag & Yaratan, 2013), juga berkorelasi negatif dengan keterlibatan dan performansi akademik (Schaufeli et al., 2002). Dengan kata lain, *academic burnout* merupakan salah satu variabel yang bisa menghambat kesuksesan belajar peserta didik (Rahman et al., 2020).

Sejalan dengan pendapat sebelumnya, bahwa *academic burnout* terjadi disebabkan oleh tekanan akademik, tugas rumah yang berlebihan, atau faktor psikologis individu lainnya seperti kelelahan emosional, sikap negatif, dan fenomena pencapaian pribadi yang rendah (Lin & Huang, 2012). Selain itu, faktor penyebab lainnya berfokus pada faktor-faktor pribadi ditinjau dari variabel demografis, seperti usia, jenis kelamin, budaya, tingkat pendidikan, jenis pekerjaan, penghasilan, status kepegawaian, dll (Backović et al., 2012; Maslach & Schaufeli, 1993; Ramdan & Fadly, 2016; Salmela-Aro et al., 2018). Namun demikian, masih diperlukan penelitian lebih lanjut apakah faktor-faktor demografis tertentu berpengaruh pada terjadinya *academic burnout*.

Berdasarkan penjelasan di atas maka kajian dalam penelitian difokuskan hanya salah satu dari faktor demografis yaitu jenis kelamin. Oleh karena itu, adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji apakah terdapat perbedaan *academic burnout* ditinjau dari jenis kelamin.

Metode

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan desain komparatif. Responden penelitian ini adalah siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) dan Sekolah Menengah Atas (SMA) yang berjumlah 281 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *accidental sampling*. Penjelasan data demografi responden penelitian secara rinci lihat di tabel 1.

Tabel 1. Demografi Responden Penelitian

Jenis Kelamin	Σ
Perempuan	114
Laki-laki	167
Total	281

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan secara kuantitatif dengan menggunakan instrumen *academic burnout* yang disusun oleh peneliti sendiri. Adapun aspek-aspek yang diukur adalah : Kelelahan Emosional, Sinisme, Penurunan Pencapaian Personal (Salmela-Aro et al., 2008). Pengumpulan data dilakukan secara *online* melalui *google form* mengingat saat ini sistem pembelajaran masih jarak jauh/ daring.

Tabel 2 Hasil Uji Konstruk Skala *Academic burnout*

Item-Person Summary Measured			
Item-Person Reliability	0.89	-- Cronbach Alpha (KR-20) Person Raw Score "Test" Reliability	
Items		Person	
Mean	0.00	Mean	0.70
SD	1.26	SD	0.88
Reliability	0.94	Reliability	0.90
INFIT MNSQ	1.07	INFIT MNSQ	0.99
OUTFIT MNSQ	1.13	OUTFIT MNSQ	1.13

INFIT ZSTD	0.0	INFIT ZSTD	-0.1
OUTFIT ZSTD	0.0	OUTFIT ZSTD	0.3
Separation Index	3.80	Separation Index	2.95
S.E Item Mean	0.26		

Berdasarkan tabel 2 di atas, didapatkan hasil untuk skor reliabilitas person adalah 0.90. Sementara skor reliabilitas berdasarkan nilai alpha Cronbach (KR-20) adalah 0.89. Hal tersebut berarti bahwa interaksi antara person dan item bagus. Disamping itu nilai sensitifitas pola jawaban person +0.99 logit (INFIT MNSQ) dan nilai sensitifitas pola jawaban person secara keseluruhan +1.13 logit (OUTFIT MNSQ) menunjukkan bahwa masih berada pada rentang ideal (+0.5 > MNSQ < +1.5) (Bond et al., 2015; Sumintono & Widhiarso, 2014). Hal ini menandakan bahwa seluruh person (responden) saat dilakukan pengukuran berada dalam kondisi terbaik untuk menjawab item-item instrumen. Lebih lanjut, analisis pemodelan RASCH ini juga menemukan bahwa skor reliabilitas item adalah 0.94. Hal ini menunjukkan bahwa kualitas item-item yang digunakan dalam pengukuran adalah sangat bagus. Selanjutnya, untuk menjawab pertanyaan penelitian, teknik analisis data yang digunakan adalah *independent sample t test* dengan bantuan software *JASP*.

Hasil dan Diskusi

Untuk melihat nilai mean untuk masing-masing *academic burnout* siswa laki-laki dan perempuan, dijabarkan dalam tabel 3 di bawah ini.

Tabel 3. Hasil Analisis Deskriptif

	Group	N	Mean	SD	SE
Academic burnout	Laki-laki	114	52.193	10.366	0.971
	Perempuan	167	51.665	10.520	0.814

Tabel 3 di atas dapat dimaknai *academic burnout* siswa laki-laki lebih tinggi dibandingkan siswa perempuan. Namun selilih nilai mean *academic burnout* laki-laki dan perempuan hanya sedikit. Untuk melihat apakah terdapat perbedaan yang signifikan atau tidak selanjutnya akan dilakukan uji independen samples t tes.

Berdasarkan hasil pengolahan data untuk perbedaan *academic burnout* ditinjau dari jenis kelamin didapatkan hasil bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara *academic burnout* laki-laki dan perempuan. Hasil pengujian dijelaskan pada Tabel 4

Tabel 4. Hasil Uji Independent T tes

Nilai	Lavene Test		T-Test
	F	Sig	Sig (2-tailed)
Academic burnout	0.016	0.899	0.678

Pada Tabel 4 di atas, menunjukkan nilai *academic burnout* (sig=0.678), hal ini menyatakan bahwa p-value > 0.05, yang menandakan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara *academic burnout* siswa laki-laki dan perempuan. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Ulfa & Aprianti (2021) yang menyatakan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan *academic burnout* ditinjau dari jenis kelamin. Lebih lanjut, penelitian Backović et al (2012) juga menunjukkan hasil bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara kecenderungan *burnout* laki-laki dan perempuan.

Namun, hasil penelitian Salmela-Aro et al (2018) menyatakan bahwa terdapat perbedaan gender dalam *burnout*, di mana perempuan memiliki kecenderungan lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Hal ini berarti *academic burnout* siswa tidak sepenuhnya dipengaruhi oleh jenis kelamin saja namun ada faktor lainnya seperti kepribadian individu, kondisi

lingkungan, dukungan sosial, usia, budaya, tingkat pendidikan, jenis pekerjaan, penghasilan, status kepegawaian, dan lain-lain (Backović et al., 2012; Maslach & Schaufeli, 1993; Ramdan & Fadly, 2016; Salmela-Aro et al., 2018; Ulfa & Aprianti, 2021).

Banyaknya faktor lain yang belum dikaji dalam penelitian diharapkan dapat menjadi kajian untuk peneliti selanjutnya dengan memperbanyak responden penelitian mengingat responden dalam penelitian ini masih terbatas. Hasil penelitian ini juga dapat dijadikan bahan bagi guru untuk menentukan metode pembelajaran sehingga dapat mengurangi tingkat *academic burnout* pada siswa.

Simpulan

Adapun simpulan dalam penelitian ini adalah tingkat *academic burnout* siswa laki-laki lebih tinggi dibandingkan siswa perempuan. Namun, tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara *academic burnout* siswa laki-laki dan perempuan. Artinya walaupun terdapat perbedaan nilai mean namun tidak secara signifikan membedakan *academic burnout* siswa laki-laki dan perempuan. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan guru bimbingan dan konseling untuk melakukan konseling dan keterbatasan penelitian ini terkait variabel penelitian hanya pada gender dan untuk peneliti selanjutnya dapat mengembangkan variabel penelitian dengan faktor yang lainnya.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua responden penelitian, LPPM Unindra serta semua pihak yang telah membantu peneliti menyelesaikan penelitian dan artikel ini.

Daftar Rujukan

- Backović, D. V., Ilić Živojinović, J., Maksimović, J., & Maksimović, M. (2012). Gender differences in academic stress and *burnout* among medical students in final years of education. *Psychiatria Danubina*, 24(2.), 175–181.
- Bask, M., & Salmela-Aro, K. (2013). Burned out to drop out: Exploring the relationship between school *burnout* and school dropout. *European Journal of Psychology of Education*, 28(2), 511–528.
- Bond, T., Yan, Z., & Heene, M. (2015). *Applying the Rasch model: Fundamental measurement in the human sciences*. Routledge.
- Chaterine, R. N. (2020). *Siswa Belajar dari Rumah, KPAI: Anak-anak Stres Dikasih Banyak Tugas*. <https://news.detik.com/berita/d-4944071/siswa-belajar-dari-rumah-kpai-anak-anak-stres-dikasih-banyak-tugas>
- Dewa, C. S., Loong, D., Bonato, S., Thanh, N. X., & Jacobs, P. (2014). How does *burnout* affect physician productivity? A systematic literature review. *BMC Health Services Research*, 14(1), 1–10.
- Duru, E., Duru, S., & Balkis, M. (2014). *Analysis of Relationships among Burnout , Academic Achievement, and*.
- Kemendikbud. (2020). *Surat Edaran Nomor 3 Tahun 2020 Tentang Pencegahan Corona Virus Disase (COVID-19) Pada Satuan Pendidikan*.
- Khairani, Y., & Ildil, I. (2015). Konsep *Burnout* Pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling. *Konselor*, 4(4), 208–214.
- Maslach, C., & Schaufeli, W. B. (1993). Historical and conceptual development of *burnout* . *Professional Burnout : Recent Developments in Theory and Research*, 12, 1–16.
- Mohammadyfar, M. A., Khan, M. S., & Tamini, B. K. (2009). The effect of emotional intelligence and job *burnout* on mental and physical health. *Journal of the Indian Academy of Applied Psychology*, 35(2), 219–226.

- Norez, D. (2017). *Academic burnout In College Students: The Impact of Personality Characteristics and Academic Term on Burnout*.
- Rahman, D. H., Simon, I. M., & Multisari, W. (2020). *Burnout Akademik Guru Peserta Pendidikan Profesi. Jurnal Konseling Andi Mattapa*, 4(1), 10–17.
- Ramdan, I. M., & Fadly, O. N. (2016). Analisis faktor yang berhubungan dengan *burnout* pada perawat kesehatan jiwa. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, 4(2).
- Rosen, I. M., Gimotty, P. A., Shea, J. A., & Bellini, L. M. (2006). Evolution of sleep quantity, sleep deprivation, mood disturbances, empathy, and *burnout* among interns. *Academic Medicine*, 81(1), 82–85.
- Salmela-Aro, K., Kiuru, N., Pietikäinen, M., & Jokela, J. (2008). Does school matter? The role of school context in adolescents' school-related *burnout*. *European Psychologist*, 13(1), 12.
- Salmela-Aro, K., Read, S., Minkkinen, J., Kinnunen, J. M., & Rimpelä, A. (2018). Immigrant status, gender, and school *burnout* in Finnish lower secondary school students: A longitudinal study. *International Journal of Behavioral Development*, 42(2), 225–236.
- 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.
- Sumintono, B., & Widhiarso, W. (2014). *Aplikasi model Rasch untuk penelitian ilmu-ilmu sosial (edisi revisi)*. Trim Komunikata Publishing House.
- Ulfa, S., & Aprianti, M. (2021). Pengaruh Efikasi Diri Terhadap *Burnout* Dan Perbedaannya Berdasarkan Gender. *Psychosophia: Journal of Psychology, Religion, and Humanity*, 3(1), 24–35.
- Uludag, O., & Yaratana, H. (2013). The effects of justice and *burnout* on achievement: An empirical investigation of university students. *Croatian Journal of Education: Hrvatski Časopis Za Odgoj i Obrazovanje*, 15(Sp. Ed. 2), 97–116.

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.
