

BAB II KAJIAN PUSTAKA

2.1 *Academic Burnout*

2.1.1 *Pengertian Academic Burnout*

Schaufeli, dkk (2002) mendefinisikan *academic burnout* sebagai: “*Burnout among students refers to feeling exhausted because of study demands, having a cynical and detached attitude toward ones study, and feeling incompetent as a student*” Schaufeli, dkk (2002) mengungkapkan bahwa *academic burnout* berpacu pada perasaan letih dikarenakan tuntutan proses belajar, mempunyai sikap sinis terhadap tugas perkuliahan, serta perasaan tidak berkompeten sebagai seorang mahasiswa.

Istilah *burnout* (kejenuhan) erat kaitanya dengan istilah-istilah seperti keterasingan, acuh tak acuh, apatis, sinis, pesimis, keletihan fisik dan mental, serta ketegangan yang amat sangat (Suharto, 2009). Menurut Khairani, & Ifdil (2015) yang mengemukakan bahwa *academic burnout* adalah kelelahan kronis yang dialami siswa yang disebabkan oleh bekerja lebih dalam mengerjakan tugas sekolah. Selain itu adanya perasaan pesimis dan ketidakpedulian terhadap tugas-tugas sekolah dan memiliki perasaan kompetensi yang tidak memadai, serta hilangnya keberhasilan dalam tugas-tugas akademik.

Maslach & Leter (Muna, 2013) mengemukakan bahwa *burnout* merupakan reaksi emosi negatif terhadap tekanan pekerjaan yang berkepanjangan karena emosi positif telah mengikis sampai pada titik dimana tidak lagi memiliki kekuatan untuk mengimbangi emosi negatif, sinisme menjadi lebih besar, segala sesuatu dinilai secara negatif dengan ketidakpercayaan dan permusuhan.

Menurut Primita & Wulandari (2014) *burnout* adalah suatu keadaan yang dipenuhi oleh rasa lelah fisik, mental, maupun emosional serta rendahnya penghargaan diri sehingga mengakibatkan banyak energi dan tenaga terbuang sia – sia serta sesuatu motivasi pada diri individu. Khairani & Ifdil (2015) mengemukakan bahwa *burnout* merupakan suatu kondisi dimana seseorang merasa lelah dan jenuh secara fisik maupun emosional karena intensitas pekerjaan yang terlalu keras namun kaku dan menuntut pencapaian hasil yang sesuai dengan harapan. *Burnout* dalam bidang akademik atau *academic burnout* didefinisikan sebagai perasaan letih akibat dari berbagai tuntutan proses belajar (*exhaustion*), mempunyai perilaku sinis terhadap tugas akademik (*cynicism*) dan perasaan tidak berkompeten (*reduced efficacy*) sebagai siswa (Schaufeli, 2002).

Academic burnout diartikan sebagai sindrom tiga dimensi yang meliputi kelelahan emosional, depersonalisasi, serta berkurangnya prestasi pribadi (Maslach & Jackson dalam Charkhabi dkk, 2013). *Academic burnout* merupakan perasaan lelah dengan tugas sekolah dan apapun yang terkait dengan belajar, perilaku yang buruk terhadap topik pelajaran di kelas yang pada akhirnya mengarah pada tidak adanya partisipasi dalam kegiatan sekolah maupun pendidikan, serta menciptakan perasaan ketidakmampuan untuk mempelajari pelajaran (Hoseinabadi-farahani, dkk, 2016).

Berdasarkan beberapa pengertian di atas, peneliti menggunakan teori *academic burnout* yang dikemukakan oleh Schaufeli dkk (2002) yang menyatakan bahwa *academic burnout* adalah kondisi dimana individu merasakan kelelahan yang diakibatkan tuntutan akademis, memiliki perasaan pesimis, dan kurangnya ketertarikan terhadap studi serta merasa tidak berkompeten sebagai mahasiswa. Dengan alasan karena teori tersebut sesuai dengan tujuan penelitian yang mana melihat pada kondisi lapangan tidak jarang mahasiswa mengalami *academic burnout* yang menjadikan proses perkuliahan terhambat.

2.1.2 Aspek Academic Burnout

Schaufeli, dkk (2002) mengungkapkan bahwa terdapat tiga dimensi *academic burnout*, yaitu

1. Exhaustion.

Item - item pada dimensi ini berpacu pada perasaan letih tetapi tidak mengacu secara langsung kepada orang lain sebagai sumber umum. Leiter & Maslach (2000) menyatakan bahwa dimensi ini mengarah pada perasaan emosional yang berlebihan dan perasaan terkurasnya sumber daya emosional. Individu merasa kekurangan energi untuk melalui hari lain atau orang lain. Pada fase ini biasanya individu merasakan ketegangan yang berlebihan yang disebabkan oleh tugas atau pekerjaan yang berlebihan.

2. Cynisim.

Dimensi ini ditandai dengan ketidakpedulian atau perilaku mengelak terhadap proses perkuliahan yang dilakukan, tidak butuh dengan orang lain, menjadi individu yang tidak peduli terhadap perkuliahan secara keseluruhan, hilangnya minat dalam suatu pekerjaan atau perkuliahan, dan melihat suatu perkuliahan menjadi tidak bermakna.

3. Personal Inadequancy

Dimensi ini meliputi aspek sosial dan nonsosial dalam perolehan akademik. Leiter & Maslach (2000) menyatakan bahwa individu akan merasa tidak berdaya, merasa semua tugas yang diberikan berat. Ketika merasakan tidak konstruktif maka mereka condong mengembangkan rasa tidak sanggup. Pada masa ini individu akan merasakan hilangnya keinginan untuk berprestasi, kurangnya keinginan untuk berkompetensi, dan menurunnya keinginan untuk menjadi sukses.

2.2.2. Faktor Yang Mempengaruhi *Academic Burnout*

Menurut Maslach, dkk., (2001) burnout terdiri dari 2 faktor, yaitu:

- A. Faktor situasional. Pada faktor ini terdapat kekhasan pekerjaan, kekhasan jabatan, dan kekhasan organisasi.
 - 1) Karakteristik pekerjaan yaitu meliputi
 - a) Keanekaragaman keterampilan yaitu banyaknya keterampilan yang diperlukan untuk melakukan pekerjaan.
 - b) Identitas tugas adalah identitas tugas yang memungkinkan individu untuk melaksanakan tugas seutuhnya.
 - c) Arti tugas yaitu tugas penting yang mengacu pada seberapa besar dampak pekerjaan terhadap orang lain.
 - d) Otonomi yaitu kekhasan pekerjaan yang pemberian kebijakan untuk individu terhadap keputusan yang berkesinambungan dengan pekerjaan tersebut.
 - e) Umpan balik mengacu pada informasi yang memberi tahu individu tentang seberapa baik prestasi kerja yang telah dicapai selama bekerja.
 - 2) Karakteristik jabatan merupakan unsur dari jabatan yang dapat dilihat dan ditinjau dari hasil kerja, bahan kerja dan perangkat yang digunakan.
 - 3) Karakteristik organisasi adalah suatu sikap dan tingkah laku suatu departemen terhadap suasana yang ada di luar departemen ataupun di dalam departemen itu sendiri.
- B. Faktor individual. Faktor ini meliputi karakteristik demografik, karakteristik kepribadian, dan sikap kerja.
 1. Karakteristik demografik terdiri dari gender, golongan etnis, umur, status perkawinan, golongan pendidikan.
 2. Karakteristik kepribadian terdiri dari

- a) Konsep diri rendah yaitu individu yang tidak percaya diri dan memiliki penghargaan terhadap diri sendiri yang rendah (Salama, 2014)
- b) Keinginan diri yang terlalu besar adalah aktualisasi diri, aktualisasi diri merupakan keinginan yang dimiliki individu untuk menjadi diri sepenuhnya, dan mengaktualisasikan potensi yang dimiliki (Maslow, 1970)
- c) Kesanggupan yang rendah dalam pengendalian emosi, kemampuan mengendalikan dan mengolah emosi baik dari dalam diri ataupun orang lain merupakan pengertian dari kecerdasan emosi. Kecerdasan emosi adalah kesanggupan guna mengatur diri kita sendiri serta orang lain dengan efektif (Goleman, 2003),
- d) *Locus of control* eksternal adalah suatu kepercayaan terhadap fenomena yang terjadi dikarenakan alasan yang tidak memiliki hubungan dengan sikap seseorang sehingga di luar usaha untuk mengontrolnya,
- e) *Introvert* merupakan kepribadian individu yang tertutup sehingga individu cenderung memilih sendiri atau bertemu sedikit orang (Nursyahrurahmah, 2017),
- f) Kepercayaan akan kapabilitas diri oleh Bandura bisa disebut sebagai *self efficacy* (Rustika, 2016).

2.2. Dukungan Sosial

2.2.1. Pengertian Dukungan Sosial

Menurut Sarafino dukungan sosial merupakan derajat dukungan yang diberikan kepada seseorang khususnya sewaktu dibutuhkan oleh orang yang mempunyai interaksi emosional yang dekat dengan orang tersebut, dukungan sosial dapat merujuk pada ketentraman, kepedulian, harga diri atau segala bentuk bantuan yang diterima seseorang dari orang lain atau kelompok.

Menurut Gonollen dan Bloney, dukungan sosial merupakan derajat dukungan yang dialokasikan kepada individu khususnya sewaktu dibutuhkan oleh orang yang mempunyai interaksi emosional yang dekat dengan orang tersebut (As'ar, 2008). Dukungan sosial adalah kesepakatan interpersonal yang meliputi afeksi positif, penegasan, dan bantuan berdasarkan argumen lain. Dukungan sosial pada umumnya mendefinisikan mengenai kontribusi atau

pengaruh yang dapat disebabkan oleh orang lain yang berarti seperti keluarga, teman, saudara, serta rekan kerja.

Menurut Brownel dan Shumaker adanya pengaruh tidak langsung dari dukungan sosial mengartikan dukungan sosial mengindikasikan kesejahteraan seseorang dengan meminimalisir tingkatan keparahan stress dari suatu kejadian (Sulistiyawati, 2010; Rima & Raudatussalamah, 2012). Dukungan sosial melibatkan interaksi sosial yang berarti, sehingga dapat menyebabkan pengaruh positif bagi si penerimanya. Menurut Ganster dan Victor menuliskan bahwa dukungan sosial dapat meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan psikologis. Sejumlah penelitian juga mendapatkan bahwa dukungan sosial turut mengakibatkan kesehatan fisik (Rustiana, dalam Rima & Raudatussalamah, 2012).

Berdasarkan beberapa pengertian di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa dukungan sosial merupakan ketentraman, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang dirasakan seseorang dari orang lain atau kelompok. Peneliti menggunakan teori dukungan sosial yang dipaparkan oleh Sarafino dengan pertimbangan bahwa teori tersebut sesuai dengan tujuan dari penelitian yang dilakukan peneliti yaitu ingin mengetahui pengaruh dari dukungan sosial terhadap *academic burnout*.

2.2.2 Aspek Dukungan Sosial

Sarafino & Smith (2011) mengemukakan dukungan sosial meliputi empat aspek, yaitu:

a. Emotional support (Dukungan emosional)

Aspek dukungan emosi ini meliputi pemberian ungkapan rasa empati, rasa perhatian, dan kepedulian terhadap individu yang mengalami permasalahan. Dukungan ini bisa berasal dari keluarga, teman, sahabat, dan pasangan seperti mendengarkan keluhannya, memberikan dukungan dalam bentuk semangat, dan memberi pengertian terhadap masalah yang sedang dihadapi. Adanya dukungan ini akan memberikan rasa nyaman, kepastian, tentram, merasa dimiliki, hingga merasa dicintai.

b. Esteem support (Dukungan penghargaan)

Aspek dukungan penghargaan merupakan bentuk dukungan berupa ungkapan hormat atau pemberian penghargaan dari individu kepada individu lain yang sedang merasa tertekan pada situasi tertentu, dorongan maju atau persetujuan positif dari individu, serta melakukan perbandingan positif antara individu dengan orang lain. Adanya pemberian

dukungan ini akan membantu individu untuk melihat sisi positif yang ada dalam dirinya

sendiri yang nantinya berdampak pada rasa penghargaan diri, percaya diri, dan merasa dirinya bernilai. Tidak hanya itu, dukungan ini juga membantu individu mengalihkan rasa kekhawatirannya terhadap masalah yang dihadapinya dengan cara meningkatkan suasana hati yang lebih positif.

c. *Tangible or Instrumental support* (Dukungan nyata atau instrumental)

Aspek dukungan instrumen ini meliputi pemberian bantuan secara langsung atau penyediaan sumber seperti materi dan pelayanan dari orang lain yang dapat membantu individu. Biasanya dukungan instrumen ini lebih sering diberikan oleh teman atau rekan kerja seperti bantuan dalam mengerjakan tugas, bantuan dari segi materi (uang) dan bantuan lainnya yang sifatnya membantu individu. Adanya dukungan ini dapat membantu individu dalam menyelesaikan masalah yang dihadapinya dan memudahkan individu dalam memenuhi tanggung jawabnya di kehidupan sehari-hari.

d. *Informational support* (Dukungan informasi)

Aspek dukungan informasi ini meliputi pemberian saran, arahan, nasehat, dan pertimbangan kepada individu. Dukungan ini biasanya diperoleh dari teman, sahabat, atau individu yang dianggap ahli dan profesional misalnya dosen, dokter, psikolog, dll. Adanya dukungan dalam bentuk informasi ini akan membantu individu dalam melihat dan memahami situasi dari permasalahan yang dihadapinya serta menemukan solusi atau alternatif pemecahan masalah sehingga individu dapat mengambil suatu keputusan berdasarkan pertimbangan yang diterimanya.

2.2.3. Faktor Yang Mempengaruhi Dukungan Sosial

Menurut (Sarafino & Smith, 2011) tidak semua seseorang mendapatkan dukungan sosial dari orang sekitarnya. Ada beberapa faktor yang menentukan seseorang memperoleh dukungan sosial, berikut merupakan faktor-faktor yang mempengaruhi dukungan sosial yang diperoleh seseorang :

a. *Recipients* (Penerima dukungan)

Seseorang akan mendapatkan dukungan sosial jika dia juga melakukan hal-hal yang dapat menyebabkan orang lain untuk memberikan dukungan terhadap dirinya. Yang dimaksud dalam hal tersebut merupakan individu harus mempunyai proses sosialisasi yang

baik dengan lingkungannya, termasuk didalamnya membantu orang lain yang memerlukan

pertolongan atau dukungan, dan membiarkan orang lain mengetahui bahwa dirinya memerlukan dukungan atau pertolongan jika memang memerlukan. Seseorang tidak mungkin menerima dukungan sosial jika dia tidak ramah, tidak pernah menolong orang lain, dan tidak asertif atau tidak terbuka kepada orang lain jika dia memerlukan dukungan atau pertolongan. Hal ini terjadi karena adanya hubungan timbal balik antara individu dan orang-orang sekitarnya, begitu pula sebaliknya.

b. *Providers* (Penyedia dukungan)

Providers yang dimaksud berpacu pada orang terdekat seseorang yang dapat diinginkan menjadi sumber dukungan sosial. Ketika individu tidak mendapatkan dukungan sosial, bisa saja orang yang sebaiknya memberikan dukungan sedang dalam kondisi yang kurang baik seperti tidak mempunyai jenis bantuan yang diperlukan oleh *recipients*, sedang menghadapi stress, atau kondisi tertentu yang membentuknya tidak mengerti bahwa ada orang yang membutuhkan bantuannya.

c. Komposisi dan struktur jaringan sosial

Maksud dari komposisi serta struktur jaringan sosial merupakan interaksi yang dimiliki individu dengan orang dalam keluarga dan lingkungannya. Hubungan ini dapat dilihat dalam tingkatan (jumlah orang yang sering berinteraksi dengan individu), frekuensi interaksi (seberapa sering individu berinteraksi dengan orang tersebut), komposisi (apakah orang tersebut adalah anggota keluarga, teman, rekan kerja dan sebagainya) dan intimasi (kedekatan hubungan individu dan kepercayaan satu sama lain).

2.3. Mahasiswa

2.3.3 Pengertian Mahasiswa

Menurut Santoso (2012). Mahasiswa merupakan seorang yang melakukan proses studi belajar di perguruan tinggi, baik universitas, institut atau akademi. Mereka yang tercantum sebagai siswa di perguruan tinggi dapat dikatakan sebagai mahasiswa. Makna dari mahasiswa pada dasarnya tidak sesingkat itu. Tercantum sebagai mahasiswa di sebuah Perguruan Tinggi atau Universitas hanyalah sebagai syarat administratif menjadi seorang mahasiswa, tetapi menjadi mahasiswa mengandung pengertian lebih luas dari sekedar masalah administratif itu sendiri.

Secara etimologis, mahasiswa terdiri dari dua kata, yaitu “maha” dan “siswa”. Maha berarti sangat, amat dan besar, sedangkan siswa berarti murid ataupun pelajar. Mahasiswa merupakan generasi penerus bangsa yang diyakini dapat bersaing dan membawa nama baik nama bangsa, juga mampu menyatukan serta menyampaikan pikiran dan hati nurani guna memajukan bangsa. Mahasiswa juga dianggap sebagai kaum intelektual oleh masyarakat. Gabungan antara kesadaran akan amanah dari rakyat untuk Indonesia yang lebih baik dan kesempatan menjadi generasi intelektual yang bisa menjadi kekuatan hebat untuk membuat Indonesia hebat. Selain itu mahasiswa merupakan aset yang sangat berharga. Harapan tinggi suatu bangsa terhadap mahasiswa merupakan menjadikan penerus yang mempunyai dedikasi tinggi terhadap kemajuan bangsa terutama dalam bidang pendidikan.

2.3.2 Peranan Mahasiswa

Menurut Faruq (2012) menyebutkan terdapat 5 peranan mahasiswa, yaitu sebagai berikut:

1. Iron Stock

Mahasiswa mampu menjadi *Iron Stock*, merupakan mahasiswa yang diharapkan menjadi manusia yang mempunyai keahlian dan akhlak mulia yang nantinya dapat menggantikan generasi sebelumnya. Inti dari peranan mahasiswa sebagai *Iron Stock* itu adalah aset, cadangan, harapan bangsa guna masa depan yang lebih baik.

2. Guardian of Value

Mahasiswa sebagai *Guardian of Value* merupakan mahasiswa berperan sebagai penjaga nilai di masyarakat. Artinya mahasiswa sebagai insan akademis yang selalu berpola pikir ilmiah dalam mencari kesahihan dari setiap problematika yang ada.

3. Agent of Change

Mahasiswa sebagai *Agent of Change* merupakan mahasiswa sebagai agen dari suatu perubahan. Dikarenakan mahasiswa itu sebagai langkah terakhir kita untuk para pelajar dalam menjalani pendidikan yang lebih tinggi, agar dapat mengaplikasikan gelar sebagai agen perubahan perubahan suatu yang lebih baik. Maksudnya peranan mahasiswa sebagai *Agent of Change* merupakan mahasiswa diharapkan dapat mengalokasikan perubahan yang positif terhadap bangsa dan Negara.

4. Moral Force

Mahasiswa sebagai *Moral Force*, kita sebagai mahasiswa berperan sebagai kekuatan moral untuk negeri. Maksudnya mahasiswa harus memiliki acuan dasar dalam bereperilaku terhadap tata cara berpakaian, sikap, tingkah laku dan perkataan yang baik.

5. *Social Control*

Mahasiswa sebagai *Social Control* merupakan kita wajib berproses sebagai pengendalian kehidupan sosial. Dalam hal ini adalah pengendalian kehidupan masyarakat, dengan menjadikan diri kita sebagai alat penghubung antara masyarakat dengan pemerintah.

2.3.3 Pengertian Mahasiswa Bekerja

Mahasiswa yang bekerja adalah mahasiswa yang mengambil peran sebagai orang yang mempersiapkan diri dalam keahlian tertentu dalam tingkat pendidikan tinggi sambil melakukan suatu aktivitas yang dilakukan untuk orang lain dengan memberikan talenta mereka kepada majikan untuk mendapatkan imbalan. Mahasiswa yang sudah bekerja tetapi baru lulus SLTA yang ingin meningkatkan ilmu pengetahuan ke jenjang perguruan tinggi dengan gelar S1 maka selain bekerja juga dia menuntut ilmu di perguruan tinggi. Pengertian bekerja dalam arti luas diartikan sesuatu kegiatan, dalam arti sempit yaitu melakukan suatu kegiatan untuk menghasilkan sesuatu berupa uang. Banyak sekali yang mendorong manusia untuk bekerja salah satunya adalah untuk memenuhi kebutuhan hidup, orang yang giat bekerja karena ada hal yang ingin mereka peroleh salah satunya yang sangat penting adalah uang. Dimana di zaman yang serba sulit sekarang ini orang berlomba-lomba bekerja keras untuk mendapatkan uang untuk memenuhi kebutuhan hidup. Jika perlu memperoleh uang lebih untuk bisa menabung untuk masa depan, karena dalam makna pekerjaan terkandung tiga aspek yang harus dipenuhinya secara nalar, yaitu:

- a) Aktifitas yang dilakukan karena ada dorongan tanggung jawab
- b) Apa yang dilakukan karena kesengajaan dan terencana oleh karena itu terkandung didalamnya suatu gabungan antara rasa dan rasio.
- c) Yang dilakukan karena ada tujuan yang luhur yang memberi makna bagi dirinya bukan hanya sekedar kepuasan biologis akan tetapi untuk mewujudkan yang diinginkannya agar dirinya mempunyai arti. (Tri Utami, 2020)

2.4. Hubungan Antar Variabel

Hubungan dukungan sosial dengan *academic burnout* dari semua teori di atas peneliti dapat menyimpulkan bahwa *academic burnout* dipengaruhi oleh dukungan sosial, mahasiswa dengan dukungan sosial yang tinggi akan meminimalisir adanya *academic burnout* yang terjadi pada dirinya, begitu sebaliknya dukungan sosial yang rendah akan meningkatkan *academic burnout* yang terjadi pada mahasiswa.

Mahasiswa sudah dinilai sebagai manusia yang mulai memasuki dunia orang dewasa, dimana tanggungjawab, kemandirian, kreativitas sudah dinilai mampu untuk dipikul sehingga banyak mahasiswa yang mulai sadar memanfaatkan waktu luang untuk bekerja. Mahasiswa memutuskan untuk bekerja karena terkadang memiliki tuntutan untuk memenuhi kebutuhan yang lebih besar daripada pemasukan yang diperoleh. Beberapa kasus yang terjadi adalah seperti mahasiswa yang secara ekonomi kurang mampu, mahasiswa perantau yang tidak mendapat uang saku dari orangtuanya, dan ada juga mahasiswa yang sudah tidak memiliki orangtua dan keluarga. Di sisi lain, seorang mahasiswa memiliki kebutuhan yang harus dipenuhi seperti membeli buku, makan sehari-hari, membayar uang kos /kontrakan, membayar tagihan air dan listrik, membeli pulsa untuk biaya komunikasi, biaya mengerjakan tugas dan lain sebagainya. Sehingga dengan permasalahan – permasalahan yang terjadi akhirnya mahasiswa melakukan perkuliahan dengan bekerja. Maka dari itu yang terjadi mahasiswa tidak jarang mereka mengalami hambatan – hambatan dalam menjalani perkuliahan. Hambatan tersebut terkadang menjadikan mahasiswa mengalami *academic burnout*. Maslach dan Leiter (2016) juga menyatakan enam area *worklife* yang berpotensi menimbulkan *burnout* pada individu, salah satunya adalah komunitas, hal ini berkaitan dengan bagaimana hubungan yang terjalin antar sesama individu yang terlibat dalam suatu lingkungan yang sama.

Burnout ditandai dengan tiga aspek yang penting, yaitu kelelahan secara emosional atau *emotional exhaustion* karena tuntutan studi, sikap sinis atau depersonalisasi dalam mengikuti perkuliahan dan perasaan tidak kompeten atau *lack of personal accomplishment* dalam menilai diri sendiri (Schaufelli, 2002). Mahasiswa mengalami kebosanan yang kuat dalam mengikuti proses belajar, motivasi belajar menurun sampai akhirnya memunculkan penghayatan bahwa dirinya tidak akan mampu menyelesaikan proses studi. Kebosanan ini muncul dalam bentuk melakukan penundaan tugas, kualitas belajar tidak optimal, serta tidak konsentrasi dalam menyelesaikan tugas yang berakibat Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap *Academic Burnout* Pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gresik Yang Aktif Bekerja Dengan Kuliah, Alifaiza Fidria Agustina 2023

pada prestasi akademik menurun dan waktu kelulusan bertambah panjang. *Burnout* yang dialami pelajar dikenal dengan istilah *academic burnout* yang berdampak pada menurunnya *academic performance*, memunculkan sikap negatif terhadap universitas, dan munculnya perasaan tidak efisien (Schaufeli dkk., 2002).

Menurut Sarafino dukungan sosial merupakan derajat dukungan yang diberikan kepada seseorang khususnya sewaktu dibutuhkan oleh orang yang mempunyai interaksi emosional yang dekat dengan orang tersebut, dukungan sosial dapat merujuk pada ketentraman, kepedulian, harga diri atau segala bentuk bantuan yang diterima seseorang dari orang lain atau kelompok. Dukungan sosial adalah ketentraman, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang dirasakan seseorang dari orang lain atau kelompok

Menurut Arlinkasari & Akmal, 2017 mengungkapkan bahwa apabila mahasiswa tidak dapat mengatasi problematika di perkuliahan dan pekerjaan secara koefisien maka akan menjadikan mahasiswa rentang terhadap berbagai problematika yang mampu memberikan dampak buruk. Salah satu problematika yaitu *burnout*. *Burnout* dalam bidang akademik disebut *academic burnout* (Schaufeli, Martínez, Pinto, Salanova, & Barker, 2002).

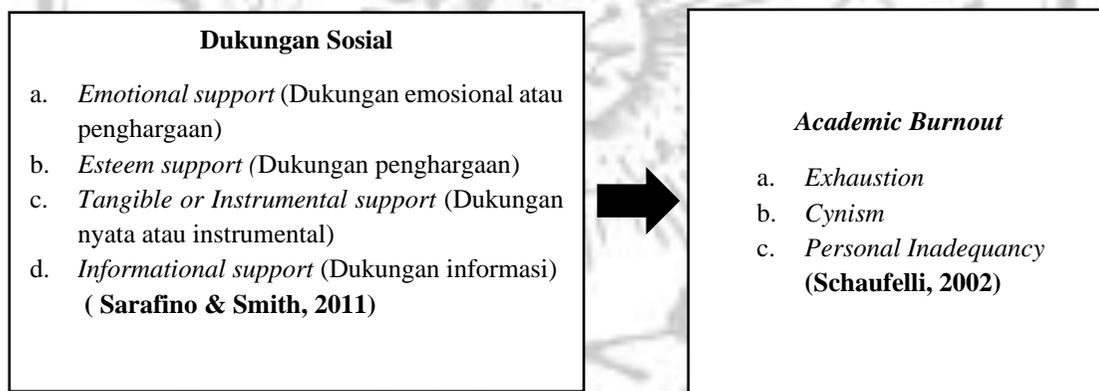
Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Fun dkk., 2021) terbukti bahwa dukungan sosial sangat penting dalam menurunkan *academic burnout* terutama dukungan sosial dalam bentuk *appraisal support* dan *belonging support*. Penting bagi mahasiswa untuk mendapatkan dukungan sosial agar proses perkuliahan yang dijalani tidak terkendala oleh berbagai macam tekanan. Selain itu, mahasiswa harus proaktif dalam mencari dukungan sosial sesuai kebutuhan.

Hasil uji hipotesis antara variabel dukungan sosial dan *burnout* akademik pada penelitian yang dilakukan oleh (Muflihah & Savira, 2021), diketahui nilai signifikansi sebesar 0.000 lebih kecil dari 0.05, dengan nilai koefisien korelasi sebesar -0.395. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh negatif antara persepsi dukungan sosial dan *burnout* akademik selama pandemi. Hal tersebut berarti persepsi dukungan sosial terbukti mampu memprediksikan kondisi *burnout* akademik pada mahasiswa. Bentuk pengaruh yang negatif menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang dirasakan oleh mahasiswa, maka semakin rendah kemungkinan mahasiswa mengalami *burnout* akademik selama pandemi. Begitupun sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial

yang dirasakan oleh mahasiswa, maka semakin tinggi kecenderungan mahasiswa mengalami *burnout* akademik selama pandemi. Nilai koefisien regresi menunjukkan besarnya pengurangan kondisi *burnout* akademik selama pandemi apabila terjadi peningkatan pada persepsi dukungan sosial mahasiswa.

Berdasarkan hasil analisis data oleh penelitian (Puspitaningrum, 2018) diketahui bahwa ada pengaruh dukungan sosial orangtua terhadap *burnout* pada mahasiswa dalam mengerjakan skripsi. Hal ini ditunjukkan dari nilai signifikansi sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05 ($0,000 < 0,05$) dan koefisien korelasi mempunyai nilai sebesar -0,819. Hal ini dapat diartikan bahwa semakin tinggi dukungan sosial orang tua maka akan semakin rendah *burnout* pada mahasiswa dalam mengerjakan skripsi.

2.5. Kerangka Konseptual



Gambar 2 1 Kerangka Konseptual

2.6. Hipotesis

Adapun hipotesis dalam penelitian ini adalah :

Ha : Terdapat Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap *Academic Burnout* Pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gresik Yang Aktif Bekerja Dengan Kuliah.

H0 : Tidak Terdapat Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap *Academic Burnout* Pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gresik Yang Aktif Bekerja Dengan Kuliah.