

## Dukungan Sosial Terhadap *Burnout* Akademik Pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi Saat Pandemi

Putri Diyah Trimulatsih<sup>1</sup>, Yeni Anna Appulembang<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Program Studi Psikologi Universitas Sriwijaya

e-mail : <sup>1</sup>putrimulat131@gmail.com, <sup>2</sup>yenianna@fk.unsri.ac.id

**Abstrak.** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran dukungan sosial terhadap *burnout* akademik. Penelitian ini menggunakan partisipan sebanyak 200 mahasiswa yang sedang menyusun skripsi saat pandemi serta menggunakan 30 mahasiswa yang sedang menyusun skripsi saat pandemi sebagai partisipan uji coba. Teknik *sampling* yang digunakan adalah *sampling insidental*. Alat ukur yang digunakan adalah skala dukungan sosial yang mengacu pada jenis dukungan sosial oleh Sarafino dan Smith (2011) dan skala *burnout* akademik yang mengacu pada komponen *burnout* akademik oleh Schaufeli, Martinez, Pinto, Salanova, & Barker (2002). Analisis data menggunakan regresi linier sederhana. Hasil analisis regresi menunjukkan nilai  $R\ square = 0,125$ ,  $F = 28,370$  dan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki peran terhadap *burnout* akademik. Dengan demikian, hipotesis penelitian dapat diterima dimana kontribusi dukungansosial terhadap *burnout* akademik adalah sebesar 12,5%.

**Kata Kunci:** *Burnout* Akademik, Dukungan Sosial

**Abstract.** *The aim of the study is determining role of social support toward academic burnout.. This study used 200 student in doing thesis during the pandemic as partisipants and 30 student in doing thesis during the pandemic as a try out partisipants. The sampling technique was accidental sampling. The measuring instrument that used is social support scale which refers to social support type by Sarafino and Smith (2011) and academic burnout scale that refers to academic burnout components by Schaufeli, Martinez, Pinto, Salanova, & Barker (2002). Data analysis used simple regression. The result of simple regression shows  $R\ square = 0,125$ ,  $F = 28,370$  and  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). This means that social support has a role toward academic burnout. Thus, the hypothesis could be accepted and social support contribution toward academic burnout 12,5%.*

**Keywords:** *Academic Burnout, Social Support*

## PENDAHULUAN

Pendidikan sangatlah penting bagi semua orang yang bertujuan untuk mencerdaskan dan mengembangkan potensi dalam diri. Berdasarkan Undang-Undang RI Nomor 20 Tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional, pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. Tirtarahardja dan La Sulo (2012) mengatakan bahwa ada tiga jenjang pendidikan yang terdiri atas pendidikan dasar, pendidikan menengah, dan jenjang pendidikan tinggi.

Berdasarkan Undang-Undang RI Nomor 12 Tahun 2012 tentang pendidikan tinggi, peserta didik pada jenjang pendidikan tinggi biasa disebut dengan mahasiswa. Mahasiswa adalah insan yang berpengetahuan dan bermoral tinggi (Kemendikbud, 2021). Berdasarkan Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), mahasiswa adalah orang yang belajar di Perguruan Tinggi.

Mahasiswa untuk menyelesaikan pendidikannya maka diwajibkan untuk menyelesaikan tugas akhir seperti yang diatur dalam Permendikbud, nomor 49 tahun 2014 mewajibkan mahasiswa pendidikan program sarjana untuk melakukan penelitian atau tugas akhir sebagai bentuk pembelajaran yang wajib dilakukan. Sesuai dengan Permendikbud No 3 Tahun 2020 tugas akhir tersebut adalah skripsi. Skripsi merupakan kegiatan yang memenuhi kaidah dan metode ilmiah secara sistematis sesuai dengan otonomi keilmuan dan budaya akademik.

Ketika mengerjakan skripsi biasanya mahasiswa mengalami suatu hambatan dalam pengerjaan (Pratiwi, 2018). Pengerjaan skripsi yang dilakukan mahasiswa akan semakin terhambat ketika dilakukan secara daring (daring) (Damayanti, 2020). Beberapa mahasiswa dari salah satu kampus di Indonesia, menyampaikan bahwa di masa pandemi ini kesulitan yang dialami adalah bimbingan *online* dan *lockdown* seperti laboratorium yang ditutup yang mengakibatkan terhambatnya pengerjaan skripsi sehingga membuat mahasiswa mengalami rasa mual setiap kali memikirkan skripsi, sakit kepala dan gangguan tidur (Cnnindonesia.com, 2020)

Penelitian yang dilakukan oleh Kintama, Diyas dan Leni (2021) menunjukkan bahwa dimasa pademi COVID-19 ini mahasiswa mengalami beberapa kendala seperti mahasiswa kurang faham dalam menelaah penjelasan dari dosen pembimbing dikarenakan mahasiswa konsultasi melalui *online*/daring dan terkendala akses jaringan internet yang sulit terjangkau bagi beberapa tempat.

Albertus (Kompas.com, 2021) juga mengemukakan bahwa mahasiswa yang sedang menyusun skripsi secara daring dapat mengalami kejenuhan. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Anggraini dan Nono (2021) juga menunjukkan bahwa mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dapat mengalami *burnout* akademik. Arlinkasari & Akmal (2017) juga mengemukakan bahwa apabila mahasiswa tidak mampu memenuhi tuntutan di Perguruan tinggi secara efisien maka mahasiswa juga akan rentan terhadap *burnout* akademik.

Schaufeli, Martinez, Pinto, Salanova, & Barker (2002) menyatakan bahwa *burnout* akademik lebih mengacu pada perasaan lelah karena tuntutan studi, memiliki sikap sinis terhadap tugas perkuliahan dan perasaan tidak kompeten sebagai seorang mahasiswa. Yang (2004) mengatakan bahwa *burnout* akademik mengacu pada beban, stres atau faktor psikologis lainnya yang disebabkan oleh kegiatan pembelajaran yang diikuti mahasiswa sehingga

menunjukkan keadaan kelelahan emosional, kecenderungan untuk depersonalisasi dan prestasi yang rendah.

Puspitaningrum (2018) menyampaikan bahwa mahasiswa yang sedang menyusun skripsi cenderung akan menimbulkan perasaan tegang, khawatir, kejenuhan, rendah diri dan kehilangan motivasi. Untuk dapat menghadapi hambatan atau masalah yang ada, mahasiswa perlu adanya dukungan dari orang-orang terdekat dalam dirinya (Christina, 2020). Astuti dan Sri (2013) membuktikan bahwa tekanan yang dirasakan dari pengerjaan skripsi akan berkurang apabila ada dukungan dari orang-orang penting di sekitar mereka.

Fun, Ida, Lisa, dan Fransiska (2021) mengemukakan salah satu penyebab *burnout* akademik adalah kurangnya dukungan sosial. Yang (2004) juga menemukan bahwa *burnout* akademik dipengaruhi oleh dukungan sosial. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yuqiao, Xiuyu, dan Yang (2021) menunjukkan bahwa dukungan sosial sangat penting bagi mahasiswa dan mempengaruhi motivasi mahasiswa, yaitu bahwa seorang mahasiswa yang menerima lebih banyak dukungan sosial cenderung akan lebih sedikit mengalami *burnout* akademik.

Dukungan sosial menurut Dalton, Elias, dan Wadersman (dalam Chaerani & Rahayu, 2019) adalah suatu proses sosial, emosional, kognitif dan perilaku yang terjadi dalam hubungan pribadi, yaitu dimana individu merasa mendapat bantuan dalam melakukan penyesuaian atas masalah yang dihadapi. Menurut Ediati dan Raisa (2016), dukungan sosial yang sesuai akan membantu seseorang memenuhi kebutuhan saat mengalami kondisi yang sulit, dapat membantu menemukan cara efektif untuk keluar dari masalah, membuat individu merasa dicintai dan dihargai sehingga meningkatkan kepercayaan pada dirinya untuk mampu menjalani kehidupan yang lebih baik.

Dukungan sosial adalah suatu tindakan yang benar-benar dilakukan oleh orang lain atau seseorang yang menerima dukungan dan mengacu pada suatu kesenangan yang dirasakan sebagai perhatian, penghargaan atau pertolongan yang diterima dari orang lain atau suatu kelompok saat dibutuhkan (Sarafino & Smith, 2011).

Berdasarkan latar belakang diatas, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah adanya peran dukungan sosial terhadap *burnout* akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi saat pandemi.

## METODE

Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini adalah skala *burnout* akademik dan skala dukungan sosial. Skala *burnout* akademik yang dikembangkan sendiri oleh peneliti yang mengacu pada dimensi-dimensi *burnout* akademik yang dikemukakan oleh Schaufeli, Martinez, Pinto, Salanova, & Barker (2002) yang meliputi: *exhaustion*, *cynicism*, *reduced academic efficacy*. Skala ini dibuat dengan menggunakan skala *likert* dengan jumlah 48 aitem yang terdiri dari 24 aitem *favorable* dan 24 aitem *unfavorable*. Setelah melakukan uji coba alat ukur dan uji validitas, didapatkan skala penelitian berjumlah 24 aitem.

Skala dukungan sosial yang dikembangkan oleh peneliti mengacu pada jenis-jenis dukungan sosial dari Sarafino dan Smith (2011) yaitu: dukungan emosional, dukungan

instrumental, dukungan informatif, dan dukungan persahabatan. Skala ini dibuat dengan menggunakan skala *likert* dengan jumlah 48 aitem yang terdiri dari 24 aitem *favorable* dan 24 aitem *unfavorable*. Setelah melakukan uji coba alat ukur untuk menguji validitas dan reliabilitasnya, didapatkan jumlah aitem untuk skala penelitian berjumlah 23 aitem.

### **Validitas dan Reliabilitas**

Suatu pengukuran validitas yang digunakan untuk mengetahui apakah skala mampu menghasilkan data yang akurat sesuai dengan tujuan ukurannya (Azwar, 2012). Korelasi aitem digunakan untuk memperoleh korelasi jumlah skor faktor dengan skor total, bila koefisien korelasi  $\geq 0,30$  maka instrument dinyatakan valid (Sugiyono, 2016). Uji reliabilitas menggunakan *alpha Cronbach* dengan bantuan program SPSS. Koefisien reliabilitas ( $\alpha$ ), berada pada rentang angka 0 sampai 1,00, jika koefisien reliabilitas alat ukur semakin mendekati 1,00 maka hasil pengukuran semakin reliabel (Azwar, 2012).

### **Metode Analisis Data**

Metode analisis data yang digunakan adalah uji normalitas, linearitas dan hipotesis dengan menggunakan SPSS versi 16.0. Uji normalitas menggunakan teknik *Kolmogorov-Smirnov* yang dinyatakan normal apabila signifikansi  $p > 0,05$ , uji linearitas menggunakan *test for linearity* yang dinyatakan linear apabila signifikansi  $p < 0,05$ . Uji hipotesis menggunakan teknik analisis regresi linear sederhana yaitu untuk menguji hipotesis peran variabel independen terhadap variabel dependen dengan melihat signifikansi. Jika  $p < 0,05$  artinya variabel bebas berperan terhadap variabel terikat dan jika signifikansi  $p > 0,05$  artinya variabel bebas tidak berperan terhadap variabel terikat.

### **Populasi dan Sampel Penelitian**

Populasi penelitian ini adalah mahasiswa di Indonesia yang sedang menyusun skripsi dengan jumlah populasi yang tidak diketahui. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *nonprobability sampling* yaitu *incidental sampling*. Adapun karakteristik responden pada sampel dalam penelitian ini yaitu mahasiswa aktif di seluruh perguruan tinggi di Indonesia yang sedang dalam tahap pengerjaan skripsi di saat pandemi.

Penentuan jumlah sampel penelitian ini mengacu pada teori Roscoe (Sugiyono, 2016) bahwa ukuran sampel yang layak dalam penelitian adalah antara 30 sampai dengan 500 sehingga sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah 200 orang serta melakukan uji coba (*try out*) kepada 30 orang.

## **HASIL**

### **Deskripsi Data Penelitian**

Penelitian ini juga dianalisis secara deskriptif terhadap setiap variabel. Berikut ini adalah deskripsi dari kedua variabel

Tabel 1.

Deskripsi Data Hipotetik dan Data Empirik Variabel Penelitian

Variabel	Data Hipotetik					Data Empirik				
	Max	Min	Mean	SD	Med	Max	Min	Mean	SD	Med
<i>Burnout Akademik</i>	96	24	60	12	49	84	24	45,06	11,70	43
Dukungan Sosial	92	23	57,2	11,5	65	90	27	66,23	11,29	67

Keterangan :

Max : Skor total maksimal

Min : Skor total minimal

Mean : Rata-rata

SD : Standar Deviasi

Kategorisasi subjek menjadi dua kategori, tinggi dan rendah sebagai berikut:

Tabel 2

Tabel Formulasi Kategorisasi

Kategori	Formulasi
Rendah	$X < \text{Median}$
Tinggi	$X \geq \text{Median}$

Keterangan :

X : Skor mentah variabel

Median : Median Hipotetik

Berdasarkan formulasi tersebut, kategorisasi pada tiap variabel adalah sebagai berikut:

#### a. *Burnout Akademik*

Kategorisasi *burnout* akademik dihitung berdasarkan median dari skor *burnout* akademik subjek penelitian yakni sebesar 49. Berdasarkan data tersebut dapat ditentukan kategorisasi untuk variabel *burnout* akademik yaitu:

Tabel 3.

Deskripsi kategorisasi *Burnout Akademik*

Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X < 49$	Rendah	128	64%
$49 \geq X$	Tinggi	72	36%
<b>Jumlah</b>		<b>200</b>	<b>100%</b>

Tabel diatas menunjukkan bahwa lebih banyak subjek memiliki *burnout* akademik yang rendah, yaitu sebanyak 128 orang (64%).

## b. Dukungan Sosial

Kategorisasi dukungan sosial dihitung berdasarkan median dari subjek penelitian yaitu sebesar 65. Berdasarkan data tersebut dapat ditentukan kategorisasi untuk variabel dukungan sosial yaitu:

Tabel 4.

Deskripsi Kategorisasi Dukungan Sosial

Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X < 65$	Rendah	87	43,5%
$65 \geq X$	Tinggi	113	56,5%
<b>Jumlah</b>		<b>200</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan hasil analisis diatas menunjukkan bahwa lebih banyak subjek memiliki dukungan sosial yang tinggi, yaitu sebanyak 113 orang (56,5%).

## Hasil Analisis Data Penelitian

Dari hasil uji normalitas variabel *burnout* akademik diperoleh signifikansi sebesar 0,103 ( $p > 0,05$ ), sedangkan variabel dukungan sosial diperoleh nilai signifikansi yaitu sebesar 0,651 ( $p < 0,05$ ) sehingga dapat disimpulkan data kedua variabel terdistribusi normal.

Hasil uji linearitas menunjukkan nilai signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ) pada variabel *burnout* akademik dengan dukungan sosial sehingga dapat disimpulkan bahwa data yang diperoleh memiliki hubungan yang linear.

Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa variabel *burnout* akademik dan dukungan sosial nilai signifikansinya adalah 0,000 ( $p < 0,05$ ). Hasil lebih lanjut menunjukkan nilai R square sebesar 0,159 yang berarti bahwa adanya peran dukungan sosial terhadap *burnout* akademik yaitu sekitar 15,9%. Lebih lanjut, pada sumbangan efektif variabel dukungan sosial menunjukkan bahwa jenis dukungan emosional memiliki persentase yang tinggi, yaitu sebesar 13,6%.

## DISKUSI

Pada penelitian ini, peneliti telah melakukan uji hipotesis dengan menggunakan analisis regresi linier sederhana yaitu untuk melihat peran dukungan sosial terhadap *burnout* akademik. Hasil analisis regresi linier sederhana menunjukkan dukungan sosial memiliki peranan terhadap *burnout* akademik, sehingga hipotesis yang diajukan pada penelitian ini dapat diterima yaitu adanya peran dukungan sosial terhadap *burnout* akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi saat pandemi.

Hal ini dapat terjadi karena variabel dukungan sosial berpengaruh secara negatif terhadap *burnout* akademik mahasiswa (Yusuf Andi, 2020). Ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial maka akan menyebabkan *burnout* akademik mahasiswa semakin berkurang, sehingga dapat diketahui jika variabel dukungan sosial mampu mengurangi *burnout* akademik. Juga penelitian yang dilakukan oleh Lailatul Muflifah dan Siti Ina Safira (2021)

yang menunjukkan bahwa secara signifikan terdapat pengaruh yang negatif antara dukungan sosial dengan *burnout* akademik. Dimana semakin tinggi dukungan sosial yang dimiliki mahasiswa maka akan semakin rendah *burnout* akademik.

Hasil dari penelitian ini sesuai dengan penelitian terdahulu, yakni penelitian yang telah dilakukan oleh Yuqiao, Xiuyu, dan Yang (2021) memiliki hasil penelitian bahwa dukungan sosial berperan terhadap *burnout* akademik, ketika mahasiswa menghadapi kesulitan terkait pengerjaan skripsi, dukungan sosial dari orang sekitar akan membantu meminimalkan tekanan terjadinya *burnout* akademik. Menurut Boren (2014) dukungan sosial dapat membuat individu memiliki kontak sosial yang sangat positif dengan orang di sekitarnya. Hal inilah yang berperan dalam menyeimbangkan kondisi emosi individu serta dapat mengurangi terjadinya *burnout* akademik. Besar kontribusi dukungan sosial sebagai variabel bebas terhadap *burnout* akademik sebagai variabel terikat (*R square*) adalah sebesar 0,159. Hal ini menunjukkan bahwa kontribusi dukungan sosial terhadap *burnout* akademik adalah sebesar 15,9% dan sisanya dipengaruhi oleh faktor atau variabel lain yang didalam penelitian ini tidak diteliti.

Peneliti juga melakukan analisis uji sumbangan efektif dukungan sosial terhadap *burnout* akademik. Hasil analisis dari sumbangan efektif variabel dukungan sosial menunjukkan bahwa jenis dukungan emosional memiliki persentase yang tinggi, yaitu sebesar 13,6%. Menurut Friedman (2010) dukungan emosional adalah suatu hal yang penting karena ketersediaan orang lain dalam memberikan perasaan nyaman, perasaan dicintai yaitu dalam bentuk semangat dan juga empati yang didapatkan melalui interaksi individu dengan orang lain dalam lingkungan sosialnya. Penjelasan lebih lanjut, bahwa dukungan emosional ini dapat berasal dari siapa saja, keluarga bahkan teman.

Saragih, Silitonga, Sinaga dan Mislika (2021) menemukan bahwa dukungan keluarga mampu dalam meningkatkan motivasi bagi mahasiswa selama pandemi, dimana peran penting dimiliki oleh keluarga dalam membantu mahasiswa memberikan masukan dan nasehat serta membantu mahasiswa dalam memecahkan masalah selama pandemi ini. Keluarga memiliki akses lebih besar untuk mengetahui kesulitan dan masalah yang dihadapi oleh mahasiswa. Oleh karena itu, keluarga diharapkan dapat memberikan dukungan sosial yang sesuai dengan kebutuhan mahasiswa. Bukan hanya dukungan instrumental saja namun juga perlu memberikan dukungan emosional berupa perhatian, empati, dan kepedulian supaya mahasiswa tidak mengalami *burnout* akademik (Ye, Yang, Zeng, Li, Wang, Shen, & Lin, 2020).

Peneliti juga melakukan kategorisasi terhadap dukungan sosial dan *burnout* akademik. Hasil ketegorisasi menunjukan bahwa sebagian besar subjek penelitian memiliki *burnout* akademik yang rendah, yaitu sebanyak 128 mahasiswa (64%) dan sebanyak 113 mahasiswa (56,5%) memiliki dukungan sosial yang tinggi. Hasil kategorisasi untuk *burnout* akademik dan dukungan sosial ini bertolak belakang dengan dugaan awal peneliti.

Ada beberapa alasan dalam pengambilan data penelitian dapat terjadi kondisi-kondisi di mana responden penelitian lebih bertindak “*satisficing*” yaitu sekadar untuk memenuhi “tugas” dalam merespons pengukuran dari pada “*optimizing*” yaitu berupaya sebaik mungkin dalam merespons pengukuran sesuai dengan keadaan dirinya (Podsakoff, MacKenzie, dan Podsakoff, 2012). Peneliti banyak menghubungi responden yang juga sedang melakukan penelitian, sehingga ada kemungkinan skala tersebut diisi oleh responden dengan tergesa-gesa agar cepat terselesaikan dikarenakan responden yang juga sedang mencari responden penelitian. Oleh karena itu, peneliti menduga bahwa sebagian besar responden tidak benar-benar mengisi skala penelitian dengan sungguh-sungguh dan tidak sesuai dengan keadaan sebenarnya yang dialami responden.

Menurut Guilford (dalam Juneman, 2013) responden penelitian bisa saja melakukan *Leniency* yaitu menilai orang-orang yang dikenal baik dengan penilaian yang lebih tinggi atau lebih baik dari yang ada. Pada variabel *burnout* akademik, pernyataan-pernyataan aitem

membahas mengenai bagaimana *burnout* akademik yang responden rasakan ketika mengerjakan skripsi *online* yang mana responden pernah mengalami penghindaran terhadap dosen pembimbing dan skripsinya, namun karena ingin dikenal baik-baik saja sehingga ada kemungkinan responden cenderung memberikan penilaian yang lebih baik dari yang seharusnya.

Peneliti menduga juga adanya *social desirability* pada responden penelitian. *Social desirability* sendiri adalah kecenderungan beberapa responden untuk memberikan jawaban dengan cara yang mereka anggap lebih dapat diterima secara sosial dari pada jawaban mereka yang sebenarnya (Lavarkas, 2008). Pembahasan mengenai *burnout* akademik ini memberikan konsekuensi, sehingga ada kemungkinan responden penelitian cenderung memberikan jawaban-jawaban aman dalam setiap pernyataannya.

### **KESIMPULAN DAN IMPLIKASI**

Berdasarkan pada hasil analisis data menunjukkan adanya peran dukungan sosial terhadap *burnout* akademik. Korelasi bersifat negatif yang artinya bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diberikan, maka akan semakin rendah terjadinya *burnout* akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi saat pandemi. Oleh karena itu, hipotesis pada penelitian ini dapat diterima, yaitu ada peran dukungan sosial terhadap *burnout* akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi saat pandemi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Albertus, A. (2021). Pandemi Berkepanjangan, Dosen dan Mahasiswa Mulai Jenuh Kuliah Daring. *Kompas*, 2(1). Retrieved from <https://www.kompas.com/edu/read/2021/07/15/125350571/pandemi-berkepanjangan-dosen-dan-mahasiswa-mulai-jenuh-kuliah-daring?page=all> 25 Agustus 2021.
- Andarini, S.R. dan Fatma, A. (2013). Hubungan antara Distress dan Dukungan Sosial dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi. *Talenta Psikologi*, 2(2), 159-180.
- Anggraini, A.W., & Nono, H.Y. (2021) Pengaruh Academic Self-efficacy terhadap Academic Burnout Pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, Vol. 1(1), 112-119
- Arlinkasari, F., & Akmal, S. Z. (2017). Hubungan antara school engagement, academic self-efficacy dan academic burnout pada mahasiswa, *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 1(2), 81-102.
- Astuti, T.P., & Sri, H. (2013). Dukungan Sosial Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi. *Jurnal Psikologi Undip*, Vol.12 No.1 April 2013.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologis*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Badan Pusat Pengembangan dan Pembinaan Bahasa (n.d). Mahasiswa (Def. 1). Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) *Online*. Retrieved from <https://kbbi.web.id/18> April 2021.
- Boren, J. P. (2014). *Management Communication Quarterly*. *Management Communication Quarterly*, 28(1), 3-25. <https://doi.org/10.1177/0893318913509283>
- Chaerani, R.F., Anizar, R. (2019). Penerimaan Diri Dan Dukungan Sosial Hubungannya Dengan Penyesuaian Diri Wanita Yang Menghadapi Masa Menopause. *Ikraith-Humaniora*, Vol 3, No 2.
- Christiana, E. (2020). Burnout akademik selama pandemi covid-19. Seminar Bimbingan dan Konseling Mengukuhkan Eksistensi Peran BK Pasca Pandemi Covid-19 di Berbagai Setting Pendidikan. <http://conference.um.ac.id/index.php/bk2/article/view/74>
- CNN Indonesia.(2020). Skripsi Pun Mandek Saat Pandemi Corona. Retrieved from <https://www.cnnindonesia.com/nasional/20200415091918-20-493654/skripsi-pun-mandek-saat-pandemi-corona> 25 Agustus 2021.
- Damayanti, R. (2020). *Analisis kesulitan mahasiswa menyelesaikan skripsi pada situasi pandemi covid 19*. Skripsi. Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara: Medan.
- Departemen Pendidikan Nasional.(2003). *Undang-Undang Republik Indonesia, Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional*. Depdiknas RI: Jakarta.
- Departemen Pendidikan Nasional.(2012). *Undang-Undang Republik Indonesia, Nomor 12 Tahun 2012 Tentang Pendidikan Tinggi*. Depdiknas RI: Jakarta.
- Dwiandini, R. P., & Indriana, Y. (2018). Hubungan antara Dukungan Sosial *Significant Others* dengan Prestasi Akademik pada Mahasiswa Rantau Anggota Himpunan-Himpunan Daerah Sumatera Di Universitas Diponegoro Semarang. *Jurnal Empati, Januari 2018*, Volume 7 (Nomor 1), Halaman 84-91.
- Ediati, A., & Raisa.(2016). Hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi pada narapidana di lembaga permasyarakatan kelas IIA wanita Semarang. *Jurnal Empati*, 5(3).
- Friedman, M.M., Bowden, O., & Jones, M. (2010). *Buku ajar keperawatan keluarga*. Jakarta: EGC.

- Freudenberger, H.J. (1974). "Staff burnout" *Journal of Social Issues*, Vol. 30, pp.159-65.<https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.1974.tb00706.x>
- Fun, L.F., Ida, A.N.K., Lisa, I., Fransiska, S.(2021) Peran bentuk social support terhadap academic burnout pada mahasiswa Psikologi di Universitas "X" Bandung . *MEDIAPSI*, Vol. 7, No. 1, 17-26.
- Gold, Y & Roth, R. A. (1993).*Teachers Managing Stress and Preventing Burnout: the Professional Health Solution*. London: The Flamer Pres.
- Gunduz, Bulent. (2012). Self Efficacy and Burnout in Professional School Counselors.*Educational Sciences: Theory & Practice*, 12(3) 1761-1767.
- Hederich, C.M., &Caballero, C.C.D. (2016).Validation of Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS) in Colombian academic context.*Revista CES Psicología*, Volume9, No. 1
- House, J.S. (1981). *Work stress and social support*. United States of America: Wesley.
- Itjen Kemendikbud. *Pengertian Mahasiswa*. Retrived from <https://itjen.kemdikbud.go.id> 22 Juni 2021.
- Johnson, D. W., & Johnson, F. P. (1991).*Joining together group theory andgroup skills 4th edition*. New Jersey: Prentice Hall.
- Juneman. (2013). *Common method variance & bias dalam penelitian psikologis*. *Jurnal Pengukuran Psikologi dan Pendidikan Indonesia*, 2(5), 364-381.
- Karimi, Y., Bashirpur, M., Khabbaz, M., Hedayati, A.A. (2014).Comparison between Perfectionism and Social Support Dimensions and Academic Burnout in Students.*Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 159 ( 2014 ) 57 – 63.
- Kemendikbud.(2014). *Permendikbud Nomor 49 tahun 2014 Tentang Standar Nasional Pendidikan Tinggi*.Jakarta: Kemendikbud.  
<https://www.kemdikbud.go.id/main/blog/2020/01/salinan-permendikbud-nomor-45-tahun-2019-tentang-organisasi-dan-tata-kerja-kemdikbud>
- Kemendikbud.(2020). *Permendikbud Nomor 3 Tahun 2020 Tentang Standar Nasional Pendidikan Tinggi*.Jakarta: Kemendikbud  
<https://jdih.kemdikbud.go.id/arsip/Salinan%20PERMENDIKBUD%203%20TAHUN%202020%20FIX%20GAB.pdf>
- Kim, B., Jee, S., Lee, J., An, S., Lee, S. M. (2018). Relationships between social support and student burnout: a meta-analytic approach. *Stress Health*, 34(1):127–134. doi:10.1002/smi.2771.
- King, A. L. (2010). *Psikologi Umum*. Jakarta: Salemba Humanika
- Kintama, A.Y., Diyas, A.L., Leni, Y. (2021). Bimbingan Skripsi Daring Selama Pandemi COVID-19 pada Mahasiswa PGSD UWKS : Hambatan dan Solusi. Trapsila: *Jurnal Pendidikan Dasar*, Vol.3 No.1 Juli 2021.
- Lavarkas, P. J. (2008). *Encyclopedia of survey research methods*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications. doi: 10.4135/9781412963947
- Macdonald, G. (1998). Development of a social support scale: An evaluation of psychometric properties. *Research on Social Work Practice*, 8 (5), 564-576. Doi: 10.1177/104973159800800505.
- Maslach, C., & Leiter, M,P. (1997). *The truth about burnout*. San Francisco: jossey Bas.
- Mufidah, A.C. (2017). Hubungan antara Dukungan Sosial dan Resiliensi dengan Locus of Control sebagai moderator pada mahasiswa Bidikmisi. 16(2)
- Muflihah, L., & Safira, I.S. (2021).Pengaruh Persepsi Dukungan Sosial Terhadap Burnout Akademik Selama Pandemi.*Jurnal Penelitian Psikologi*, Vol. 08, No. 02

- Muna, N. R. (2013). Efektivitas Teknik Self Regulation Learning dalam Mereduksi Tingkat Kejenuhan Belajar Siswa di SMA Insan Cendekia Sekarkemuning Cirebon. *Jurnal Holistik*, 14, (2), 57-78
- Myers G. D. (2012). *Psikologi sosial edisi 10*. Jakarta: Salemba Humanik: Jakarta.
- Myers, D.G. (2013). *Psychology (Eds. 10)*. United States of America: Worth Publisher.
- Orpina, S., & Prahara, A. S. (2019). Self-efficacy dan Burnout Akademik pada Mahasiswa yang Bekerja. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 2019, Vol. 3 No. 2, Page: 119-130.
- Pines, A.M., & Aronson, E. (1981). *Burnout: From tedium to personal growth*. New York: Free Press.
- Podsakoff, P.M., MacKenzie, S.B., & Podsakoff, N.P. (2012). Sources of method bias in social science research and recommendations on how to control it. *Annu. Rev. Psychol.* 63, 539–69
- Pratiwi, E.K. (2013). Analisis faktor penghambat skripsi mahasiswa jurusan pendidikan guru sekolah dasar universitas wijaya kusuma surabaya. P-ISSN 2086-7433 E-ISSN 2549-5801
- Puspitaningrum, Kristianti. (2018). Pengaruh Dukungan Sosial Orang Tua Terhadap Burnout Pada Mahasiswa Dalam Mengerjakan Skripsi. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, Vol.4, No.10. Oktober 2018.
- Putra, A. C. M., & Muttaqin, D. (2020). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Burnout Pada Perawat di Rumah Sakit X. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, Vol 9, No 2, Juli 2020, hlm. 82-87.
- Rad, M., Shomoossi, N., Rakhshani, M. H., & Sabzevari, M. T. (2017). Psychological capital and academic burnout in students of clinical majors in Iran. *Acta Facultatis Medicae Naissensis*, 34(4), 311-319. Doi: 10.1515/afmnai-2017-0035.
- Rahmatia, Z. (2015). The Study of Academic Burnout in Students with High and Low Level Of Self-Efficacy. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 171 (2015) 49-55.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence : Psikologi Remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J.W. (2006). *Adolescence (perkembangan remaja)*. Terjemahan. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Sari, T.T. (2020). Self-efficacy dan dukungan keluarga dalam keberhasilan belajar dari rumah di masa pandemi Covid-19. *Education Journal: Journal Education Research and Development*, 4(2). <https://doi.org/10.31537/ej.v4i2.346>
- Sarafino, E. P. (2006). *Healthy Psychology: Biopsychosocial Interactions 5th ed.* New York: John Wiley & Sons.
- Sarafino, E.P., & Smit, T.W. (2011). *Health Psychology Biopsychosocial interaction. Seventh Edition. US: John Wiley & Sons. Inc*
- Saragih, M., Silitonga, E., Sinaga, T. R., & Mislika, M. (2021). Hubungan dukungan keluarga dengan motivasi belajar mahasiswa selama pandemi Covid-19 di program studi Ners Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan Universitas Sari Mutiara Indonesia. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 7(1). <http://jurnal.uimedan.ac.id/index.php/JURNALKEPERAWATAN>
- Schaufeli, W. B., Martinez, I. M., Pinto, A. M., Salanova, M., & Barker, A. B. (2002). Burnout And Engagement In University Students A Cross – Nation Study. *Journal of Cross – Cultural Psychology*, 33(5), 464-481. <https://doi.org/10.1177/0022022102033005003>.
- Schwarzer, R., Knoll, N., & Rieckman. (2003). Social Support. In A. Kaptein & J. Weinnab (eds). *Health psychology*, 22, 685-706.

- Sibua, R.U.R., & Silaen, S.M.J. (2020). Dukungan sosial dan kecerdasan emosional dengan stress ditengah pandemi covid-19 pada masyarakat cempaka putih barat, Jakarta pusat. *Jurnal IKRA-Humanior*.4(3)
- Smet, B. (1994). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: PT. Grasindo
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabet.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Syah, Muhibbin. (2015). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: PT.Raja Grafindo Persada.
- Taylor, S., Peplau, L. & Sears, D. (2000). *Social Psychology 10th Edition*. USA: Prentice Hall.
- Taylor, S.E. (2015). *Health psychology* (Eds. 9). United States of America: McGraw-Hill Education.
- Tirtarahardja dan La Sulo. (2012). *Pengantar Pendidikan*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Ugwu, F. O., Onyishi, I. E., & Tyoyima, W. A. (2013), Exploring The Relationships Between Academic Burnout, Self-Efficacy and Academic Engagement Among Nigerian College Students. *The African Symposium*, Volume 13, 37-45.
- Wahyuni, N. S. (2016). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Kemampuan Bersosialisasi Pada Siswa SMK Negeri 3 Medan. *Jurnal Diversita*, Volume 2, No. 2, Desember 2016.
- Yang, H. J. (2004). Factors affecting student burnout and academic achievement in multiple enrollment programs in Taiwan's technical-vocational colleges. *International Journal of Educational Development*, 24(3), 283–301. <https://doi.org/10.1016/j.ijedudev.2003.12.001>
- Yuqiao, Y., Xiuyu, H., Yang, L. (2021). Social Support and Academic Burnout Among University Students: A Moderated Mediation Model, *Psychology Research and Behavior Management* 2021:14 335-34
- Zhang, Y., Gan, Y., & Cham, H. (2007). Perfectionism, Academic Burnout and Engagement among Chinese College Students: A Structural Equation Modeling Analysis. *Personality and Individual Differences*, Volume 43, hlm.1529-1540.