

**DUKUNGAN ORANG TUA, EFIKASI DIRI BELAJAR SECARA DARING, DAN  
BURNOUT AKADEMIK PADA SISWA SMA SELAMA COVID-19  
PARENTAL SUPPORT, ONLINE LEARNING SELF-EFFICACY, AND ACADEMIC  
BURNOUT AMONG HIGH SCHOOL STUDENTS DURING COVID-19**

**Yang D. Azkarisa<sup>(1)</sup>, Sumedi P. Nugraha<sup>(2)</sup>**

Fakultas Psikologi dan Ilmu Budaya, Universitas Islam Indonesia  
19915048@students.uui.ac.id<sup>(1)</sup>, 083200502@uui.ac.id<sup>(2)</sup>

**Abstrak:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peranan efikasi diri dan dukungan orang tua dalam menjelaskan *burnout* akademik pada siswa SMA selama pandemi COVID-19. Penelitian ini melibatkan 227 siswa SMA N 1 Lingga yang menjalani pembelajaran daring. Data dikumpulkan secara *online* dengan menggunakan tiga skala pengukuran yaitu Maslach Burnout Inventory-Students Scale (MBI-SS), General Self Efficacy (GSE) dan Social Support Questionnaire for Children (SSQC). Teknik analisis menggunakan analisis regresi ganda. Hasilnya menunjukkan bahwa efikasi belajar secara daring dan dukungan orang tua mampu memprediksi *burnout* akademik pada siswa SMA N 1 Lingga selama pembelajaran daring ( $F= 27.523$ ,  $p < 0.001$ ).

**Kata kunci:** burnout akademik, efikasi diri, dukungan orang tua, siswa SMA.

**Abstract:** The purpose of this study is to determine the role of self-efficacy and parental support in explaining academic burnout in high school students during the COVID-19 pandemic. This research involved 227 students of SMA N 1 Lingga who underwent online learning. Data was collected online using three measurement scales, namely the Maslach Burnout Inventory-Students Scale (MBI-SS), General Self-Efficacy (GSE) and Social Support Questionnaire for Children (SSQC). The analysis technique uses multiple regression. The results showed that online learning efficacy and parental support were able to predict academic burnout in SMA N 1 Lingga students during online learning ( $F= 27.523$ ,  $p < 0.001$ ).

**Keywords:** *academic burnout, self-efficacy, parental support, Senior High School Students*

## PENDAHULUAN

Penyebaran COVID-19 telah merata di seluruh dunia sehingga World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa COVID-19 merupakan pandemi internasional (Sebayang, 2020). Di Indonesia, dampak pandemi pada sektor pendidikan adalah proses belajar dilakukan secara daring dari tingkat prasekolah hingga tingkat pascasarjana. Pembelajaran secara daring ini akan terus diperpanjang dengan melihat kondisi penularan virus COVID-19 (Kemendikbud, 2020).

Hasil survei Komisi Perlindungan Anak Indonesia [KPAI] (2020) pada 1700 siswa SD, SMP, dan SMA di 20 provinsi menggambarkan bahwa ada 76,7% siswa yang merasa tidak senang dengan pembelajaran secara daring. Mereka menceritakan bahwa tugas yang diterima lebih berat daripada pembelajaran secara tatap muka sehingga mereka mengalami kelelahan dan kejenuhan. Mereka merasakan bahwa seakan-akan waktu yang mereka habiskan untuk belajar tidak mendatangkan hasil. Selain itu, mereka merasa bahwa pengetahuan dan kecakapan yang dipelajari secara daring tidak ada kemajuan. Dengan demikian, para siswa itu menjadi kehilangan motivasi, tidak bersemangat untuk meningkatkan pemahaman terhadap pembelajaran tersebut (Rokhyani, 2020).

Hidayat (2020) mewawancarai dua siswa SMAN 2 Nganjuk, Jawa Timur, yang menyatakan bahwa pemberian tugas yang banyak yang tidak disertai dengan penjelasannya menyebabkan hilang motivasi, hilangnya kontrol diri, mudah melampiaskan emosi, dan menyalahkan diri sendiri. Selain berdampak secara psikologis, situasi ini juga berdampak pada kondisi fisik siswa mengaku mudah jatuh sakit. Situasi belajar secara daring dengan tugas yang banyak dan tanpa penjelasan yang lengkap dari guru, ditambah dengan frustrasi dengan sambungan Internet yang buruk.

*Burnout* dalam arti yang luas adalah sebagai beratnya tuntutan dan pekerjaan dimana seseorang mengalami kelelahan secara emosional dan fisik, yang menyebabkan munculnya sikap tidak peduli atau sinis dan berdampak pada lemahnya keinginan berprestasi (Maslach, 2003). Menurut Baron dan Greenberg (1990) *burnout* adalah situasi stres yang intens dan berkepanjangan sehingga

menyebabkan sindrom kelelahan fisik, emosional, dan mental. Sedangkan *burnout* akademik adalah tuntutan yang berat dalam konteks pendidikan, disebabkan oleh banyaknya aktivitas dan kegiatan di lingkungan akademik, serta tuntutan-tuntutan dalam tugas akademik (Jafari & Khazaei, 2014). Siswa yang mengalami *burnout* akademik akan merasakan kelelahan yang terwujud dalam perilaku mudah tersinggung, frustrasi, dan merasa sinis dengan tugas-tugas akademik (Adhiambo et al, 2016; & Ghadampour et al, 2016).

Penelitian tentang *burnout* akademik ini penting karena dapat menghambat performa akademik. Siswa yang mengalami *burnout* akademik menunjukkan tanda-tanda seperti: motivasi menghadiri kelas yang rendah, atau enggan memulai mengerjakan tugas, tidak mampu memenuhi tenggat waktu (*deadline*) tugas, dan tidak mampu berkonsentrasi pada tugas sekolah (University of the People, 2020). Neuman (1990) berpendapat bahwa *burnout* akademik dapat mempengaruhi hubungan antara siswa dan sekolah serta mempengaruhi antusiasme siswa dalam mengikuti pembelajaran. Berkurang antusiasme ini akan berpengaruh pada prestasi akademik siswa. Penelitian Oyoo dkk. (2020) pada 714 siswa sekolah menengah (*secondary school*) di Kenya menunjukkan bahwa ketika siswa mengalami *burnout* maka dedikasi terhadap tugas akademik menurun. Dedikasi terhadap tugas akademik yang menurun ini akan mempengaruhi kinerja dan prestasi akademik pada siswa.

Beberapa simptom yang muncul ketika mengalami *burnout* akademik, antara lain, adalah: kelelahan tidak peduli seberapa lama waktu tidur, kurangnya motivasi untuk menghadiri kelas atau memulai mengerjakan tugas, mudah marah dan frustrasi, hilangnya kepercayaan diri pada kemampuan akademik, tidak mampu memenuhi tenggat waktu tugas, meningkatnya rasa sakit dan ketegangan pada tubuh, mudah sakit karena stres, tidak mampu berkonsentrasi, dan terakhir merasakan kecemasan dan depresi (University of the People, 2020).

Simptom-simptom *burnout* tersebut juga dialami oleh siswa SMA X, Kabupaten Lingga, Kepri. Siswa kelas X mengeluhkan merasa frustrasi dengan banyaknya tugas, beban tugas yang tidak ada habisnya, tidak mampu berkonsentrasi selama belajar daring,

merasa cemas, dan tidak mampu untuk mengerjakan tugas (karena kurangnya penjelasan dari guru), ditambah sulitnya mencari bahan referensi akibat jaringan internet yang buruk. Siswa kelas XI mengatakan merasa malas untuk mengerjakan tugas, bingung dengan tugas mana yang harus dikerjakan karena terlalu banyak, merasa beban tugas belajar daring lebih berat dan turunya motivasi selama mengikuti pembelajaran daring. Selain itu, mereka mengatakan tidak ada kemajuan dan manfaat yang didapatkan selama pelajaran secara daring. Banyaknya beban tugas yang diberikan membuat siswa merasa cemas dan seringkali memilih tidak mengerjakan tugas. Siswa kelas XII mengatakan merasa sangat terbebani dan frustrasi dengan banyaknya tugas dan kesulitan dalam pengerjaannya, hilangnya motivasi selama mengikuti pembelajaran daring, dan merasa tidak mendapatkan manfaat atau kemajuan selama pembelajaran daring, ditambah masing-masing guru menuntut pengumpulan tugas pada waktu berdekatan dan sulitnya akses internet untuk mengumpulkan bahan referensi. Siswa merasakan ketakutan karena beberapa guru menyebutkan akan memanggil orang tua saat tidak mengerjakan tugas. Para siswa SMAN X Lingga karena pandemi COVID-19 mempengaruhi perekonomian, mereka juga harus membantu orangtua untuk mencari nafkah dengan pergi melaut, bekerja di toko atau bengkel dan bekerja di pabrik pengolahan keping. Pekerjaan membantu keluarga ini membuat pembelajaran secara daring ini semakin menekan karena waktu terbagi dua antara membantu orang tua dan belajar.

Hasil wawancara pada lima orang guru SMAN X Lingga menyebutkan bahwa selama pembelajaran secara daring, siswa kehilangan motivasi dan menurunnya minat belajar. Siswa sering tidak mengumpulkan tugas, atau mengerjakan secara sembarangan. Guru juga menyebutkan bahwa siswa kelihatan seperti kebingungan dan stres dengan banyaknya tugas yang berbeda setiap harinya, serta mengeluhkan beberapa guru yang hanya memberikan tugas tanpa penjelasan atau menyertai bahan referensi.

Keluhan juga datang dari orang tua yang menyebutkan bahwa siswa menjadi: lebih pendiam, kehilangan nafsu makan, dan mudah sakit. Hasil wawancara menunjukkan bahwa simptom-simptom yang muncul

menunjukkan bahwa saat ini siswa SMAN X Lingga mengalami *burnout* akademik.

Siswa SMAN X Lingga harus menghadapi hambatan-hambatan dalam pembelajaran daring yaitu mereka kesulitan mendapatkan sinyal Internet, dan faktor ekonomi dimana tidak semua keluarga mampu memiliki telpon pintar (*smartphone*) dan membeli kuota Internet yang merupakan kebutuhan utama dalam mengikuti pembelajaran secara daring.

Menurut Badan Pusat Statistik [BPS] (2017), kabupaten Lingga adalah kabupaten termiskin di provinsi Kepulauan Riau dengan pendapatan rata-rata per kapitanya adalah Rp. 387.244,00/tahun. Kabupaten Lingga terdiri dari banyak daerah terpencil yang sulit diakses. Sulitnya akses menyebabkan tidak meratanya jaringan Internet di setiap daerahnya. Kondisi ini menyulitkan siswa (SD, SMP, dan SMA) di kabupaten Lingga untuk mengikuti pembelajaran secara daring (Ramandani, 2020). Hasil wawancara dengan Siswa SMAN X Lingga, yang berlokasi di desa Senempek Rasyid, menyatakan bahwa untuk mendapatkan akses Internet yang baik mereka harus pergi ke lokasi saluran sanitasi. Hasil observasi di desa Pena'ah dan di desa Mamut (tanggal 21 Juni dan 18 Juli) menunjukkan bahwa siswa harus pergi ke daerah bakau dan pelabuhan desa ketika mengikuti pembelajaran secara daring untuk mendapatkan akses Internet dan perjalanan ini cukup jauh.

Beberapa hasil penelitian (Lee et al., 2017; Aunola et al., 2018; Ziari et al., 2017) menunjukkan bahwa dukungan orang tua berkorelasi negatif dengan *burnout* pada siswa. Kemudian penelitian Puspitaningrum (2018) pada 103 mahasiswa Universitas Negeri Yogyakarta (UNY) menunjukkan bahwa dukungan orang tua berpengaruh kepada *burnout* akademik mahasiswa. Demikian juga hasil Penelitian Gungor (2019) pada 378 siswa sekolah menengah di Turki menunjukkan bahwa dukungan orang tua memiliki hubungan langsung dengan *burnout* akademik. Kemudian, hasil meta analisis oleh Kim dan Lee (2017) pada 19 penelitian yang relevan dengan 95.434 partisipan menunjukkan bahwa dukungan sosial berkorelasi negatif dengan *burnout* akademik. Kemudian, KPAI (2020) menyatakan bahwa selama pembelajaran secara daring peran orangtua adalah penting. Orang tua bisa menjadi sosok yang siap membantu anaknya dalam menyiapkan atau

mengerjakan tugas-tugas yang diberikan. Saat ini, siswa sedang mengalami ketidakstabilan atau perubahan perasaan seperti kejenuhan, kecemasan, ketakutan, dan kelelahan dalam membuat tugas (Wiramarta, 2020).

Dalam situasi *burnout* akademik ini, siswa SMA membutuhkan dukungan orang tua (Mediana, 2020). Sarafino (2008) menyatakan bahwa individu yang merasa memperoleh dukungan sosial meyakini bahwa ia dicintai, dirawat, dihargai, dan merupakan bagian dari lingkungan sosialnya. Dukungan orang tua mempengaruhi kesehatan siswa dengan memberi perlindungan dalam melawan stres negatif tingkat tinggi. Ketika siswa mengalami *burnout*, dukungan orang tua akan mengembangkan *buffers* yang berguna untuk menghadapi stres. Dukungan orang tua ini dapat mengurangi tekanan akibat aktivitas yang menimbulkan *burnout* pada siswa. Penelitian Charkhabi (2013) dan Rahmati (2015) pada 233 mahasiswa di Iran dan 120 mahasiswa universitas Alame Tabatabaee menunjukkan bahwa ada korelasi antara efikasi diri dan *burnout* akademik. Hasil penelitian ini menyebutkan bahwa siswa yang memiliki efikasi diri yang tinggi ketika menghadapi masalah akademik tidak akan mudah menyerah dan mencoba menemukan solusi yang tepat untuk menyelesaikan masalahnya (Charkhabi et al. 2013). Sebaliknya, siswa dengan efikasi diri yang rendah cenderung menilai masalah lebih sulit daripada yang sebenarnya, lebih rentan terhadap stres, depresi dan memiliki kemampuan pemecahan masalah yang buruk. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa efikasi diri berperan dalam menurunkan *burnout* akademik pada siswa. Siswa dengan efikasi diri dalam belajar yang tinggi memiliki kinerja yang baik dalam menghadapi permasalahan akademik, memberikan ketenangan saat menghadapi tugas dan aktivitas yang berat, dan mempertimbangkan tugas-tugas yang sulit sebagai peluang untuk berkembang daripada menganggapnya sebagai suatu ancaman. Pemikiran ini dapat menurunkan *burnout* akademik dan depresi pada siswa ketika menghadapi suatu permasalahan akademik yang sulit (Rahmati, 2015). Efikasi diri adalah salah satu faktor penting dalam mengatur tingkat *burnout* akademik (Cazan, 2015; Rahmati, 2015). Efikasi diri dalam belajar merupakan keyakinan siswa akan kemampuannya untuk

menyelesaikan tugas belajar. Efikasi diri merupakan penentu bagaimana orang merasa berpikir, memotivasi diri, dan berperilaku (Bandura, 1994).

Dukungan orang tua dan efikasi diri mempengaruhi *burnout* akademik pada siswa. Orang tua bisa memberikan dukungan dengan membimbing anak selama pembelajaran secara daring, meluangkan waktu untuk membantu proses belajar anak di rumah, memberikan motivasi dan semangat pada anak, serta menyediakan fasilitas yang diperlukan dalam pembelajaran daring (Winingsih, 2020). Siswa yang memiliki efikasi diri yang tinggi memandang kesulitan yang dihadapi selama pembelajaran secara daring sebagai tantangan bukan ancaman, mampu menentukan sendiri tujuan yang menantang dan meningkatkan komitmen yang kuat terhadap dirinya, meningkatkan usaha saat menghadapi kegagalan, berfokus pada tugas dan memikirkan strategi dalam menghadapi kesulitan, cepat memulihkan rasa mampu setelah mengalami kegagalan, dan menghadapi stresor atau ancaman dengan keyakinan bahwa mereka mampu mengontrolnya (Bandura, 1997).

Ketika siswa mendapatkan dukungan orang tua yang baik seperti orang tua memberikan saran dan motivasi serta memberikan perhatian kepada kebutuhan anak terbukti dapat menurunkan *burnout* akademik (Lee et al., 2017; Aunola et al., 2018; Ziari et al., 2017). Siswa yang memiliki efikasi diri yang tinggi ketika menghadapi permasalahan akademik tidak mudah menyerah dan mencoba menemukan solusi dari permasalahannya dan sebaliknya jika memiliki efikasi diri yang rendah siswa akan rentan terhadap stress, depresi, dan kemampuan pemecahan masalah yang kurang baik (Arlinkasari & Akmal, 2017).

Berdasarkan uraian di atas maka hipotesis dalam penelitian ini adalah: **Hipotesis 1**= Dukungan orang tua dan efikasi diri dalam belajar sama-sama memprediksi *burnout* akademik, **Hipotesis 2** = Dukungan orang tua mampu memprediksi *burnout* akademik pada siswa SMA N 01 Lingga selama pembelajaran secara daring, **Hipotesis 3**: Efikasi diri mampu memprediksi *burnout* akademik pada siswa SMAN X Lingga selama pembelajaran secara daring.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji bagaimana kemampuan prediksi dukungan orang tua dan efikasi diri dalam

belajar terhadap *burnout* akademik pada siswa SMAN X, Kabupaten Lingga, Kepulauan Riau.

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah untuk memberikan sumbangan mengenai dukungan orang tua dan efikasi diri terhadap *burnout* akademik di Kabupaten Lingga. Penelitian ini diharapkan dapat memberi informasi dan literatur penunjang bagi aktivitas akademik dalam penelitian-penelitian sejenis. Manfaat praktis dari penelitian ini adalah (a) agar siswa mampu menghadapi permasalahan dari pembelajaran secara daring dan (b) memberikan gambaran kepada orang tua bahwa dengan memberikan dukungan kepada anak selama pembelajaran secara daring dapat mencegah anak mengalami stres. Untuk sekolah agar mampu membuat sistem pembelajaran yang efektif selama pembelajaran daring dan untuk masyarakat luas memberikan gambaran bagaimana pembelajaran secara daring pada daerah-daerah terpencil.

### **Burnout**

Yang (2004) menjelaskan bahwa *burnout* akademik mengacu pada keadaan yang menekan yang menyebabkan stres, beban atau faktor psikologis lainnya karena proses pembelajaran yang diikuti siswa sehingga menunjukkan keadaan kelelahan emosional, kecenderungan untuk depersonalisasi, dan perasaan prestasi pribadi yang rendah. Kemudian menurut Schaufeli (2002) *burnout* akademik mengacu pada perasaan lelah karena tuntutan studi, memiliki sikap sinis terhadap tugas-tugas sekolah, dan perasaan tidak kompeten pada siswa. *Burnout* akademik adalah kelelahan kronis yang dialami siswa yang disebabkan oleh bekerja lebih ketika 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 (Jafari & Khazaei, 2014).

Schaufeli et. al. (2002) membagi *burnout* akademik menjadi tiga dimensi, yaitu *exhaustion*, *cynicism*, dan *reduced*. a) *Exhaustion* (kelelahan), adanya perasaan lelah akibat tuntutan studi. Ketika siswa merasa lelah, mereka akan merasakan hal-hal secara berlebihan, baik secara fisik, mental, maupun emosional. Kelelahan fisik ditunjukkan dengan sakit kepala, diare, tegang pada punggung, flu, mual-mual dan insomnia. Kelelahan mental ditunjukkan dengan adanya perasaan tidak

bahagia, tidak berharga, rasa gagal, dan sebagainya. Sementara kelelahan emosional ditunjukkan dengan adanya perasaan bosan, merasa terbebani oleh aktivitas akademik dan sebagainya; b) *Cynicism* (sinisme), adanya perasaan sinis dan berjarak pada studi. Ketika siswa merasa sinis, mereka mengambil sikap dingin dan menjauh dari pekerjaan serta orang-orang di sekitarnya sehingga meminimalkan keterlibatan mereka di lingkungan. Sinisme siswa seringkali ditunjukkan dengan sikap acuh tak acuh, enggan, dan malas untuk belajar; c) *Reduced* (penurunan), menurunnya keyakinan akademik akibat menurunnya kompetensi, akademik, dan produktivitas. Siswa yang mengalami penurunan keyakinan akademik akan merasa tidak kompeten sehingga menyebabkan mereka merasa tidak puas pada diri sendiri, pekerjaan, bahkan kehidupan. Dari uraian di atas siswa yang mengalami *burnout* akademik mengalami kelelahan secara fisik, mental, dan emosional. Selain itu, siswa juga menunjukkan perilaku menghindar atau acuh tak acuh terhadap pelajaran, dan merasa tidak kompeten dalam mengikuti pelajaran.

Menurut Gold dan Roth (2015) *burnout* disebabkan oleh beberapa faktor yaitu *lack of social support*, *demographic factors*, *self-concept*, *role conflict*, and *role ambiguity*, dan *isolation*. a) *lack of social support* ditandai oleh kurangnya dukungan sosial dari orang di sekitar; b) *demographic factors*, *burnout* lebih mungkin terjadi pada pria daripada wanita dan individu yang masih lajang. Laki-laki lebih membutuhkan dukungan dan bantuan sosial. Kurangnya dukungan sosial pada kelompok laki-laki dapat menyebabkan perasaan terasing dan kekecewaan, yang mengarah ke *burnout*; c) *Self-Concept*, siswa dengan konsep diri yang tinggi lebih mudah melawan stres dan lebih mungkin untuk mempertahankan rasa prestasi pribadi saat belajar di bawah tekanan. Seseorang sering merasa bahwa rasa harga diri dan rasa memiliki terpengaruh ketika bahwa menjadi kecewa dan putus asa; d) *Role Conflict and Role Ambiguity*, and *role conflict* muncul ketika individu dihadapkan pada tuntutan yang tidak konsisten atau tidak sesuai sedangkan *role ambiguity* ketidakpastian tentang tugas dan tanggung jawab mana yang merupakan bagian dari perannya serta tidak memiliki informasi yang konsisten mengenai tujuan mereka, tanggung jawab, hak, dan kewajiban dan bagaimana mereka dapat



melaksanakannya dengan baik; e) *Isolation*, individu pemula pada suatu profesi yang memiliki keyakinan mereka adalah bagian dari kelompok tertentu. Namun kondisi tersebut membuat individu rentan mendapatkan kritik. Sehingga kurangnya dukungan sosial akan memunculkan perasaan kesepian dan terisolasi. Dimana individu merasa perasaan tidak ditangani dan merasa kecewa yang akhirnya mengarah ke *burnout*.

Rokhyani (2020) menyatakan bahwa faktor yang menyebabkan *burnout* selama pembelajaran secara daring adalah: 1) stres dan banyaknya tekanan psikologis; 2) Terlalu lama waktu untuk belajar tanpa atau kurang istirahat; 3) lingkungan belajar yang buruk atau tidak mendukung; atau 4) Tidak adanya umpan balik positif terhadap belajar.

### **Dukungan Orang Tua**

Dukungan orang tua adalah bentuk hubungan interpersonal antara orang tua dan anak dengan tujuan melindungi anak itu dari efek stres yang buruk (Kaplan & Sadock, 2002). Gordon (2011) mendefinisikan dukungan orang tua adalah bantuan yang diberikan kepada anak dalam bentuk kasih sayang, pemberian materi, dorongan atau nasehat, serta bantuan dalam memecahkan masalah yang bersumber dari orang tua. Sedangkan menurut Sarafino (2008), dukungan orang tua adalah bentuk penilaian anak mengenai dukungan sosial yang diterima dari orang tua berupa perhatian, kenyamanan dan kesediaan memberikan bantuan.

Keluarga (terutama ayah dan ibu) merupakan lingkungan pertama dan utama yang memberikan banyak pengaruh terhadap berbagai aspek perkembangan sosial emosi anak, terutama dalam kaitannya dengan proses pembelajaran. Sikap orang tua yang terlalu mengekang dan membatasi pergaulan anak akan berpengaruh terhadap perkembangan dan proses pembelajarannya. Sebaliknya sikap orang tua yang terlalu bebas terhadap anaknya akan menyebabkan anak tidak terkendali. Hal ini dikuatkan dengan pendapat Fatimah (2010) bahwa interaksi sosial/hubungan sosial anak pada tahun pertama sangat terbatas, terutama hanya dengan ibu dan ayahnya. Pendapat tersebut menguatkan bahwa kepuasan psikis yang diperoleh anak dalam keluarga akan sangat ditentukan oleh faktor keluarga terutama ayah dan ibu yang sekaligus menentukan bagaimana anak akan bereaksi terhadap lingkungannya terutama lingkungan

belajarnya

Gordon (2011) membedakan tiga dimensi dukungan orang tua, yaitu: a) Dukungan Emosional: dukungan yang melibatkan empati, cinta, kepedulian, dan kehangatan. anak dapat merasakan bahwa orang tua memberikan perhatian pada dirinya, mendengarkan, dan berempati terhadap masalah pribadi maupun pekerjaan. b) Dukungan Informasi: menyediakan informasi yang berguna bagi seseorang untuk mengatasi persoalan pribadi maupun pekerjaan. Informasi ini dapat berupa nasehat, pengarahan, dan informasi lain yang sesuai dengan kebutuhan. c) Dukungan Instrumental: dukungan instrument juga disebut dukungan nyata atau dukungan secara materi, seperti bantuan barang dan jasa (uang), transportasi dari orang tua.

Schaufeli dan Buunk (2003) menyatakan bahwa dukungan orang tua merupakan salah satu faktor yang penting dalam upaya coping terhadap stres dan dapat menetralkan *burnout*. Dukungan orang tua dapat mengurangi kadar stres. Ada dua aspek dukungan dari orang tua, yaitu: (a) dukungan fisik, seperti, misalnya: menyediakan keperluan sekolah seperti buku, seragam dan perlengkapan tulis, dan (b) dukungan psikologis yang berupa kasih sayang, nasehat, rasa diterima, dan pemberian informasi (Puspitaningrum, 2018). Bentuk dukungan yang bisa diberikan orang tua terhadap pendidikan anak bisa berupa menyediakan fasilitas belajar yang dibutuhkan anak, menemani anak belajar, dan memberikan bimbingan secara intensif pada pelajaran anak (Sinaga, 2018).

### **Efikasi Diri**

Jerusalem dan Schwarzer (1979) mendefinisikan efikasi diri sebagai keyakinan bahwa seseorang dapat melakukan tugas yang sulit atau mengatasi kesulitan dengan kemampuan yang dimilikinya. Bandura (1986) menambahkan efikasi diri mengacu pada keyakinan yang berkaitan dengan kemampuan dan kesanggupan seorang pelajar untuk mencapai dan menyelesaikan tugas-tugas belajar dengan target hasil dan waktu yang telah ditentukan. Efikasi diri mengacu pada pertimbangan seberapa besar keyakinan seseorang tentang kemampuannya melakukan sejumlah aktivitas belajar dan kemampuannya menyelesaikan tugas-tugas belajar.

Jerusalem dan Schwarzer (1979) menjelaskan ada tiga aspek untuk menjelaskan

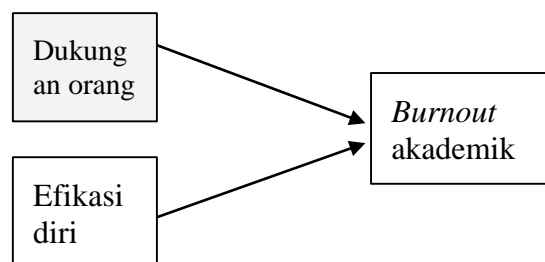
efikasi diri yaitu: a) *Magnitude* (tingkat kesulitan tugas), yaitu masalah yang berkaitan dengan derajat kesulitan tugas individu. Komponen ini berimplikasi pada pemilihan perilaku yang akan dicoba individu berdasarkan ekspektasi efikasi pada tingkat kesulitan tugas. b) *Strength* (kekuatan keyakinan), yaitu aspek yang berkaitan dengan kekuatan keyakinan individu atas kemampuannya, pengharapan yang kuat dan mantap pada individu akan mendorong untuk gigih dalam berupaya mencapai tujuan walaupun mungkin belum memiliki pengalaman-pengalaman yang menunjang. c) *Generality* (generalisasi) yaitu hal yang berkaitan dengan luas cakupan tingkah laku diyakini oleh individu mampu dilaksanakan.

Menurut Bandura (1997) karakteristik individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi adalah ketika individu tersebut merasa yakin bahwa mereka mampu menangani secara efektif peristiwa dan situasi yang mereka hadapi, tekun dalam menyelesaikan tugas-tugas, percaya pada kemampuan diri yang mereka miliki, memandang kesulitan sebagai tantangan bukan ancaman dan suka mencari situasi baru, menetapkan sendiri tujuan yang menantang dan meningkatkan komitmen yang kuat terhadap dirinya, menanamkan usaha yang kuat dalam apa yang dilakukannya dan meningkatkan usaha saat menghadapi kegagalan, berfokus pada tugas dan memikirkan strategi dalam menghadapi kesulitan, cepat memulihkan rasa mampu setelah mengalami kegagalan, dan menghadapi stressor atau ancaman dengan keyakinan bahwa mereka mampu mengontrolnya.

Menurut Gold dan Roth (2015) salah satu faktor yang mempengaruhi *burnout* adalah kurangnya dukungan sosial. Dukungan sosial dapat berasal dari orang terdekat seperti orang tua, teman, guru, dan individu lain yang berpengaruh bagi siswa (Sarafino, 2008). Selama pembelajaran daring, dukungan orang tua dinilai sebagai faktor penting dalam keberlangsungan pembelajaran siswa (Katrina, 2020). Orang tua berperan sebagai guru, fasilitator, motivator dan pengarah bagi siswa di rumah (Winingsih, 2020). Orang tua bisa memberikan saran atau motivasi serta memperhatikan kebutuhan siswa selama pembelajaran secara daring. Sejumlah penelitian di Amerika, Australia, Finlandia, dan Korea pada siswa SMA menunjukkan bahwa dukungan orang tua mampu

mengurangi *burnout* akademik pada siswa (Lee et al., 2017; Aunola et al., 2018; Ziari et al., 2017).

Faktor utama lainnya yang mempengaruhi *burnout* akademik adalah efikasi diri (Orpina, 2019). Bandura (1997) mengatakan bahwa efikasi diri adalah sebagai keyakinan akan kemampuan diri. dengan segala hambatan dan permasalahan yang dihadapi selama pembelajaran daring siswa diharapkan memiliki efikasi diri yang tinggi. Siswa yang memiliki efikasi diri yang tinggi ketika menghadapi permasalahan akademik tidak akan mudah menyerah dan akan terus mencoba menemukan solusi yang tepat untuk menyelesaikan masalah yang saat ini dihadapinya (Charkhabi et al, 2013). Beberapa hasil penelitian yang dilakukan pada siswa SMA di Korea dan Iran menunjukkan bahwa efikasi diri yang tinggi dapat mengurangi *burnout* akademik pada siswa (Yu et al, 2015; Naderi, 2018). **Hipotesis 1** dalam penelitian ini adalah : “Ada pengaruh antara dukungan orang tua dan efikasi diri terhadap *burnout* akademik”. Model penelitiannya adalah sebagai berikut.



Gambar 1. Model Teoritis

## METODE

Penelitian ini menggunakan desain korelasional. Variabel kriteria [Y] dalam penelitian ini adalah *burnout* akademik. Kemudian variabel prediktor dalam penelitian ini adalah dukungan orang tua [X1] dan efikasi diri [X2]. Partisipan dalam penelitian ini terdiri dari 227 siswa SMA (74 laki-laki dan 153 Perempuan) dengan rentang usia 15-18 tahun didominasi oleh siswa berusia 16 tahun sebanyak 86 orang (37,88%) diikuti siswa berusia 17 tahun sebanyak 67 orang (29,51%), 15 tahun 49 orang (21,58%), 18 tahun 25 orang (11,01%). Peneliti menggunakan tiga skala pengukuran: *Maslach Burnout Inventory-Student Scale* (MBI-SS), *General Self-efficacy* (GSE), dan *Social*

*Support Questionnaire for Children (SSQC)*. Peneliti melakukan prosedur *Exploratory Factor Analysis (EFA)* dengan *IBM SPSS Statistics 2021*.

MBI-SS dikembangkan oleh Schaufeli, Martinez, Marquez-Pinto, Salanova dan Bakker (2002) terdiri atas 15 aitem dan terdiri dari tiga dimensi yaitu: 1) *Exhaustion*, mengacu pada kelelahan akibat tuntutan studi, 2) *Cynicism*, mengacu pada sikap sinis atau berjarak terhadap studi, dan 3) *Reduced academic efficacy*, mengacu pada menurunnya keyakinan akademik. MBI-SS kemudian diadaptasi oleh Arlinkasari (2017) ke dalam bahasa Indonesia dan dimodifikasi oleh peneliti dengan menggunakan validitas isi dari *expert judgement*. Analisis faktor dengan menggunakan *exploratory factor analysis (EFA)* menunjukkan nilai KMO sebesar 0.866 (>0.5 atau 0.6) artinya kecukupan partisipan dalam penelitian ini bagus. Nilai faktor loading yang digunakan dalam penelitian ini adalah 0.5 karena masih ada beberapa item yang mengalami *cross loading*. Dari 15 aitem terdapat 2 item yang nilai faktor loadingnya di bawah 0.5 sehingga dipertimbangkan untuk dihilangkan yaitu aitem 4 dan 14. Hasil analisa dengan EFA menghasilkan tiga dimensi *burnout* akademik dengan 13 aitem, yaitu: keyakinan akademik (6 aitem) dengan nilai *eigenvalue* sebesar 5.691, kelelahan/frustrasi akademik (3 aitem) dengan nilai *eigenvalue* 1.975, dan menurunnya motivasi akademik (3 aitem) dengan nilai *eigenvalue* sebesar 1.059. *Total explained* skala sebesar 48.517%. Dimensi keyakinan akademik menyumbang 34.753%, kelelahan/frustrasi akademik 9.511% dan menurunnya motivasi akademik 4.253%. Nilai total 48.517% menunjukkan skala MBI-SS mampu menjelaskan 48.517% dari konstruk teoritisnya. Selain itu, diketahui bahwa tidak ada item yang nilai faktor loading nya < 0,3, keseluruhan item memiliki nilai faktor loading berkisar antara 0,521-0,764.

Untuk mengukur efikasi diri, peneliti menggunakan skala *General self-efficacy*. Skala ini pada mulanya dikembangkan oleh Jerusalem dan Schwarzer pada tahun 1979 yang terdiri dari 20 aitem (Scholz et al., 2002). Pada tahun 1995 skala ini dimodifikasi menjadi 10 aitem (Teo & Kam, 2014). Penelitian ini mengadaptasi skala GSE dari Novrianto, Maretih, & Wahyudi (2019). Skala GSE ini terdiri dari 10 aitem dan

menggunakan skala model Likert dengan empat pilihan jawaban, yaitu: “sangat tidak sesuai” hingga “sangat sesuai”.

Scholz et al. (2002) mengemukakan bahwa instrumen ini memiliki konsistensi internal pada berbagai sampel di banyak negara dengan nilai Cronbach's alpha yang berkisar antara 0.75 hingga 0.91. Hasil EFA menunjukkan nilai KMO sebesar 0.897 (> 0.5 atau 0.6) menunjukkan bahwa kecukupan partisipan dalam penelitian ini bagus dan nilai Bartlett's signifikan (0.000). Hasil analisa dengan EFA menghasilkan satu dimensi *burnout* akademik dengan 10 aitem, yaitu: keyakinan individu terhadap kemampuannya dengan nilai *eigenvalue* sebesar 4.445. *Total explained* skala sebesar 38.357% skala efikasi diri mampu menjelaskan 38.357% dari konstruk teoritisnya. Keseluruhan item memiliki nilai *factor loading* berkisar antara 0,565-0,693.

Peneliti menggunakan *Social Support Questionnaire for Children (SSQC)* yang dikembangkan oleh Gordon (2011) dan diadaptasi oleh Indrawati dan Alfiasari (2016). Instrumen ini terdiri dari lima sub skala (orang tua, saudara, orang dewasa, saudara kandung, dan teman sebaya) yang masing-masing terdapat tiga tipe dukungan sosial (emosional, instrumental, dan informasional). Dalam penelitian ini penulis hanya menggunakan subskala orang tua yang berjumlah 10 aitem dan menggunakan skala model Likert dengan empat pilihan jawaban, yaitu: 1= Hampir tidak pernah; 2=jarang; 3=sering dan 4=selalu. Nilai reliabilitas dari SSQC pada orang tua sebesar 0.94.

SSQC pertama kali diterjemahkan dalam bahasa Indonesia oleh Indrawati dan Alfiasari (2016) dengan koefisien reliabilitasnya sebesar .904. Diketahui nilai Cronbach alpha sebesar .902 dan nilai uji coba validitas item .857 sehingga dapat dikatakan SSQC reliabel dan valid. Hasil EFA menunjukkan nilai KMO sebesar 0.874 (> 0.5 atau 0.6) yang artinya kecukupan partisipan dalam penelitian ini sudah bagus dan nilai Bartlett's signifikan (0.000). Hasil analisa dengan EFA menghasilkan dua dimensi dukungan orang tua akan tetapi, salah satu faktor hanya memiliki 2 aitem dan salah satu itemnya mengalami *cross loading* sehingga diputuskan untuk dihapus, sehingga membentuk 1 dimensi dengan 6 aitem, dengan nilai *eigenvalue* sebesar 3.531. *Total explained* skala sebesar 37.753%



menunjukkan skala efikasi diri mampu menjelaskan 37.753% dari konstruk teoritisnya. Selain itu, diketahui bahwa tidak ada item yang nilai *factor loading* nya  $< 0,3$ , keseluruhan item memiliki nilai *factor loading* berkisar antara 0,525-0,840.

Instrumen yang diisi oleh partisipan penelitian telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia sehingga peneliti tidak perlu melakukan adaptasi ulang. Untuk instrumen MBI-SS ini peneliti melakukan modifikasi kemudian di-review oleh *expert judgement*. Selanjutnya, peneliti mengajukan kaji etik pada komite etik penelitian Universitas Islam Indonesia. Hasil uji etik menyatakan bahwa proposal penelitian ini dinyatakan layak secara etika dengan nomor 117/DEK/70/Sekdek/I/2021. Setelah komite etik menyetujui proposal ini, peneliti mengumpulkan data pada tanggal 21-30 Januari 2021. Teknis pengambilan data adalah melalui survei secara daring (Google Form) yang didistribusikan melalui pesan dan media sosial (WhatsApp). Survei secara daring dapat diakses melalui link <http://forms.gle/tBCcoZxPUGaFJNdm9>. Pengenalan singkat terlebih dahulu diberikan oleh peneliti kepada calon partisipan penelitian melalui poster untuk mengundang mereka berpartisipasi dalam penelitian ini. Selanjutnya, pada bagian pertama survei secara daring, peneliti menjelaskan identitas peneliti, tujuan penelitian, prosedur penelitian, dan kerahasiaan. Selanjutnya terdapat bagian persetujuan tertulis (*informed consent*). Partisipasi sepenuhnya adalah bersifat sukarela.

## HASIL

Pada bagian ini peneliti melaporkan hasil penelitian yang terdiri dari deskriptif partisipan penelitian berdasarkan data demografi, deskriptif dari variabel penelitian, korelasi demografi partisipan penelitian dan dimensi variabel penelitian terhadap variabel penelitian, hasil uji asumsi, dan hasil uji hipotesis penelitian. Untuk korelasi demografi partisipan penelitian dan uji beda peneliti dibantu dengan aplikasi *IBM SPSS Statistics 21*. Hasil uji asumsi dan uji hipotesis dibantu dengan aplikasi *JASP 0.14.1.0*.

## Gambaran Demografis Partisipan Penelitian

**Tabel 2**  
*Sebaran Demografi Partisipan (N=227)*

Profil	Kelompok	Frekuensi	Presentasi
Usia	15 tahun	49	21,58%
	16 tahun	86	37,88%
	17 tahun	67	29,51%
	18 tahun	25	10,13%
Jenis Kelamin	Laki-laki	74	32,45%
	Perempuan	153	67,4%
Kelas	X (sepuluh)	89	39,2%
	XI (sebelas)	76	33,48%
	XII (duabelas)	62	27,31%
Penjurusan	IPA	67	29,51%
	IPS	160	70,48%

Tabel 2 menggambarkan partisipan dalam penelitian ini siswa berusia 15-19 tahun yang didominasi oleh siswa berusia 16 tahun sebanyak 86 orang (37,88%) dan berjenis kelamin perempuan sebanyak 153 orang (67,4%), dan dari jurusan IPS sebanyak 160 orang (70,48%).

## Deskripsi Variabel Penelitian

Deskripsi data penelitian terdiri dari data hipotetik dan data empirik. Hasil analisis deskriptif adalah sebagai berikut.

**Tabel 3**  
*Deskriptif Variabel Penelitian*

Variabel	Min	Max	Mean	SD
<i>Hipotetik</i>				
Burnout Akademik	13	65	39	8.7
Efikasi Diri	10	40	25	5
Dukungan Orangtua	6	24	15	3
<i>Empirik</i>				
Burnout Akademik	14	61	36.55	8.593
Efikasi Diri	10	40	29.96	4.358
Dukungan Orangtua	7	24	19.61	3.821

Setelah mengetahui deskripsi variabel penelitian pada tabel 3, data tersebut digunakan untuk kategorisasi setiap variabel penelitian. Kategorisasi dalam penelitian ini dibagi menjadi tiga bagian yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Tujuan dari kategorisasi ini untuk menempatkan partisipan ke dalam kelompok-kelompok yang posisinya berjenjang menurut suatu norma kategori yang telah ada dan agar data akan lebih mudah dipahami (Azwar, 2013). Pengkategorisasian dilakukan pada masing-masing variabel penelitian.

**Tabel 4**  
*Kategorisasi Burnout Akademik Belajar daring*

	Skor	Kategori	Freq	%
$X < M - 1SD$	$X < 28$	Rendah	33	14.5%
$M - 1SD < X < M + 1SD$	$28 \leq X < 46$	Sedang	161	71%
$M + 1SD < X$	$46 \leq X$	Tinggi	33	14.5%

Tabel 4 menunjukkan bahwa sebagian besar siswa dalam penelitian ini memiliki tingkat *burnout* akademik belajar daring pada kategori sedang yaitu sebanyak 161 partisipan (71%). Selebihnya *burnout* akademik siswa dalam penelitian ini berada pada kategori tinggi yaitu sebanyak 33 partisipan (14,5%) partisipan dengan *burnout* akademik kategori rendah juga sebanyak 33 partisipan (14.5%).

**Tabel 5**  
*Kategorisasi Efikasi Diri*

	Skor	Kategori	Freq	%
X < M - 1SD	X<26	Rendah	30	13.2%
M - 1SD < X < M + 1SD	26≤X<34	Sedang	150	66.1%
M + 1SD < X	34≤X	Tinggi	47	20.7%

Tabel 5 menunjukkan bahwa sebagian besar siswa dalam penelitian ini memiliki efikasi diri pada kategori sedang yaitu sebanyak 150 partisipan (66.1%). Selebihnya efikasi diri siswa dalam penelitian ini berada pada kategori tinggi yaitu sebanyak 47 partisipan (20,7%) dan sisanya partisipan dengan efikasi diri pada kategori rendah juga sebanyak 30 partisipan (13.2%).

**Tabel 6**  
*Kategorisasi Dukungan Orangtua*

	Skor	Kategori	Freq	%
X < M - 1SD	X<16	Rendah	30	13.2%
M - 1SD < X < M + 1SD	16≤X<24	Sedang	161	71%
M + 1SD < X	24≤X	Tinggi	36	15.8%

Tabel 6 menunjukkan bahwa sebagian besar dukungan orang tua pada siswa dalam penelitian ini berada pada kategori sedang yaitu sebanyak 161 partisipan (71%). Selebihnya dukungan orangtua dalam penelitian ini berada pada kategori tinggi yaitu sebanyak 36 partisipan (15,8%) dan sisanya partisipan dengan dukungan orangtua pada kategori rendah juga sebanyak 30 partisipan (13.2%).

### Hasil Statistik Deskriptif dan Korelasi Variabel Penelitian

Tabel 9 menjelaskan bahwa nilai korelasi demografis partisipan penelitian terhadap variabel penelitian. Jenis kelamin usia, kelas dan jurusan tidak berkorelasi dengan *burnout* akademik. Akan tetapi, ditemukan bahwa *burnout* akademik berkorelasi dengan efikasi diri ( $r=-.385$ ;  $p=.001$ ) dan dukungan orang tua ( $r=-.327$ ;  $p=.001$ ). Selanjutnya, diketahui efikasi diri

berkorelasi dengan dukungan orangtua ( $r=.302$ ;  $p=.001$ ).

Hasil perhitungan korelasi antara terikat (*burnout* akademik) dengan variabel bebas (efikasi diri dan dukungan orang tua) menunjukkan antara *burnout* akademik dengan efikasi diri diperoleh nilai sebesar  $r=-.385$ . Nilai ini menunjukkan hubungan yang lemah tapi pasti dan memiliki hubungan yang negatif. Artinya jika nilai efikasi diri tinggi maka nilai *burnout* akademik rendah dan sebaliknya. Selanjutnya antara *burnout* akademik dengan dukungan orang tua diperoleh nilai sebesar  $r=.327$ . Nilai ini menunjukkan hubungan yang lemah tapi pasti dan memiliki hubungan yang negatif. Artinya jika nilai dukungan orangtua tinggi maka nilai *burnout* akademik rendah dan sebaliknya.

**Tabel 9**  
*Korelasi antar variabel*

Variabel	<i>Burnout</i> Akademik	Efikasi Diri
<i>Burnout</i> Akademik	-	
Efikasi Diri	-.385**	-
Dukungan Orang tua	-.327**	.302**

**Table 10**  
Korelasi Demografis dan Variabel penelitian (N=227)

Var	M	SD	1	2	3	4	5	6
1. Usia	2,31	0,951	-					
2. <i>Burnout</i> akademik	36,55	8,593	-0,19	-0,45	0,86	-0,14	-	
3. Efikasi Diri	29,96	4,358	-0,014	-0,11	-	0,021	-0,385**	-
4. Dukungan orangtua	19,61	3,821	0,002	-	-	0,045	-0,327**	0,302**

\*korelasi signifikan .05. \*\*korelasi signifikan 0.0

Tabel 10 menggambarkan bagaimana hubungan variabel penelitian dengan data demografi. Diketahui *burnout* akademik pada siswa SMA X Lingga tidak memiliki korelasi dengan usia, jenis kelamin, kelas, dan jurusan. Efikasi diri dan dukungan orang tua juga tidak memiliki korelasi dengan usia, jenis kelamin dan jurusan pada SMA X Lingga.

### Hasil Uji Asumsi

Sebelum melakukan analisis regresi berganda, data penelitian harus memenuhi persyaratan asumsi yaitu data terdistribusi

secara normal dan linear, tidak terjadi multikolinearitas, tidak terjadi autokorelasi, dan data tidak terjadi heteroskedastisitas. Data penelitian dapat dikatakan terdistribusi secara normal dan linear ditunjukkan dengan plot Q-Q yang menunjukkan nilai residual terstandar berada di sepanjang garis diagonal. Kemudian pada uji multikolinearitas dijelaskan bahwa apabila nilai VIF > 10 dan Tolerance < 0,1 asumsi telah sangat dilanggar atau tidak dipenuhi namun apabila nilai VIF > 1 dan Tolerance < 0,2 model ini memiliki kemungkinan bias. Selanjutnya tidak terjadi autokorelasi ditunjukkan dengan nilai Durbin-Watson berkisar antara > 1 dan < 3. Lebih lanjut dijelaskan bahwa distribusi residual yang seimbang di sekitar garis baseline (yang ditunjukkan oleh garis merah) pada plot Residual vs predicted menunjukkan bahwa asumsi heteroskedastisitas telah terpenuhi dan tidak dilanggar (Goss-Sampson, 2020).

Pada penelitian ini, data penelitian telah memenuhi persyaratan uji asumsi, yaitu (a) data terdistribusi secara normal dan linear ditunjukkan dengan Plot Q-Q yang menunjukkan nilai residual terstandar berada di sepanjang garis diagonal. (b) tidak terjadi multikolinearitas ditunjukkan dengan diperolehnya nilai VIF sebesar 1,100 dan nilai Tolerance 0,909. (c) tidak terjadi autokorelasi ditunjukkan dengan nilai Durbin-Watson berkisar antara 1,844. (d) tidak terjadi heteroskedastisitas ditunjukkan dengan distribusi residual yang seimbang di sekitar garis baseline.

## Hasil Uji Hipotesis

**Tabel 11**

*Hasil Nilai F*

Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	p
H <sub>1</sub>	Regression	3291.956	2	1645.978	27.523	< .001
	Residual	13396.211	224	59.805		
	Total	16688.167	226			

Pada Tabel 11 dijelaskan bahwa diperoleh nilai F sebesar 27.523 dengan nilai p < .001 Maka dapat disimpulkan dalam pengujian ini hipotesis 1 diterima yaitu efikasi diri belajar daring dan dukungan orang tua secara bersama-sama mampu memprediksi *burnout* akademik pada siswa SMA N 1 Lingga selama pembelajaran daring.

**Tabel 12**

*Hasil Nilai R<sup>2</sup>*

Model	R	R <sup>2</sup>	Adjust R <sup>2</sup>	RMSEA
H <sub>0</sub>	0.000	0.000	0.000	8.593
H <sub>1</sub>	0.444	0.197	0.197	7.733

Tabel 12 menunjukkan nilai R<sup>2</sup> sebesar 0.197. Hal ini menunjukkan bahwa persentase sumbangan pengaruh variabel independen (efikasi diri dan dukungan orang tua) terhadap variabel dependen (*burnout* akademik) adalah sebesar 19.7% dengan sumbangan efektif efikasi diri terhadap *burnout* akademik sebesar 12.7% dan sumbangan efektif dukungan orang tua terhadap *burnout* akademik sebesar 7%. Sedangkan sisanya (80.3%) dipengaruhi atau dijelaskan oleh variabel lain.

Selanjutnya, tabel 13 menunjukkan hasil pengujian hipotesis 2 dan hipotesis 3. Berdasarkan hasil analisis diketahui variabel dukungan orangtua memperoleh nilai p < .001 artinya hipotesis 2 diterima. Maka dapat disimpulkan dukungan orangtua mampu memprediksi *burnout* akademik pada siswa SMAN 1 Lingga selama pembelajaran daring. Lebih lanjut, hasil uji hipotesis pada tabel 12 menunjukkan bahwa pada variabel efikasi diri, diperoleh nilai p < .001 artinya hipotesis 3 diterima. Maka dapat disimpulkan bahwa efikasi diri mampu memprediksi *burnout* akademik pada siswa SMAN 1 Lingga selama pembelajaran daring

**Tabel 13**

*Hasil Uji Hipotesis 2 & 3*

Model		Unstandardized	Standard	Standardize	t	p
1		d	d Error	d		
H <sub>0</sub>	(Intercept)	36.551	0.570		64.08	<.001
					5	1
H <sub>1</sub>	(Intercept)	65.398	3.936		16.61	<.001
					6	1
	Efikasi Diri	-0.621	0.124	-0.315	-5.020	<.001
					1	
	Dukungan orangtua	-0.522	0.141	-0.232	-3.694	<.001
					1	

## PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah efikasi diri pembelajaran daring dan dukungan orang tua secara bersama-sama mampu memprediksi *burnout* akademik pada siswa SMAN 1 Lingga selama pembelajaran daring. Hasil uji hipotesis 1 menunjukkan bahwa efikasi diri pembelajaran daring dan dukungan orang tua secara bersama-sama mampu memprediksi *burnout* akademik pada siswa SMAN 1 Lingga selama pembelajaran daring. Efikasi diri pembelajaran daring dan dukungan orang tua ini

memberikan sumbangan efektif sebesar 19,7% terhadap *burnout* akademik, dan memiliki korelasi yang negatif artinya tingginya skor variabel independen (efikasi diri dan dukungan orang tua) diikuti dengan rendahnya variabel dependen (*burnout* akademik) dan sebaliknya.

Hasil penelitian ini menjadi temuan yang menarik karena sebelumnya tidak ada penelitian yang melihat dua variabel independen (efikasi diri dan dukungan orang tua) yang secara bersama-sama memprediksi variabel dependen (*burnout* akademik) pada siswa SMA. Penelitian yang telah ada menyelidiki hubungan dari masing-masing variabel terhadap *burnout* akademik, diantaranya adalah penelitian yang dilakukan oleh Devi, Nursalam dan Hidayati (2013) yang menyelidiki hubungan antara *stressor* ( $p = .016$ ,  $\beta = 0,344$ ), *relational meaning* ( $p = .005$ ,  $\beta = .460$ ) dan *coping strategy* ( $p = .035$ ,  $\beta = 0,298$ ) terhadap *burnout* akademik. Selanjutnya adalah penelitian yang dilakukan Sharrifard et al (2020) menyelidiki hubungan antara *motivation* ( $r = -.58$ ;  $p = 0,005$ ) dan stres ( $r = -.220$ ;  $p = .005$ ) terhadap *burnout* akademik. Dengan demikian, penelitian ini menambahkan referensi tentang fenomena *burnout* akademik khususnya terkait efikasi diri dan dukungan orang tua terhadap *burnout* akademik pada siswa SMA N 1 Lingga selama pembelajaran daring.

Selain belum adanya penelitian mengenai pengaruh efikasi diri dan dukungan orang tua terhadap *burnout* akademik, hal menarik lainnya adalah adanya kesamaan hasil *burnout* pada siswa sebelum pembelajaran daring dan *burnout* setelah pembelajaran daring. Ini menjadi menarik karena diketahui beban pembelajaran daring dan pembelajaran sebelum daring tentu berbeda. Peneliti beranggapan walaupun beban belajar yang berbeda tetapi memiliki intensitas dan kekhasan tersendiri, antara beban belajar tatap muka dan pembelajaran daring. Saat belajar tatap muka mengikuti kurikulum 2013 beban belajar siswa SMA/MA terjadi penambahan jam pelajaran dari 38 jam seminggu menjadi 42-44 jam dalam seminggu di sekolah. Siswa harus melakukan tatap muka langsung dengan guru, mengikuti ulangan, dan mengikuti kegiatan-kegiatan yang ada di sekolah seperti ekstrakurikuler. Sedangkan selama pembelajaran daring tantangannya pada sarana

dan prasarana mengikuti pembelajaran daring, seperti kuota internet, jaringan yang memadai dan ketersediaan *smartphone* khususnya pada siswa di SMA Negeri 1 Lingga. Tantangan lainnya ialah bagaimana siswa mampu mengerjakan banyaknya tugas yang diberikan dengan minimnya penjelasan dan referensi yang diberikan oleh guru.

Peneliti kemudian melakukan uji beda untuk melihat tingkat *burnout* pada tiap-tiap tingkatan kelas dan jurusan. Diketahui diantara kelas sepuluh, sebelas, dan dua belas tingkat *burnout* yang paling tinggi dimiliki oleh siswa dari kelas duabelas. Tingginya tingkat *burnout* akademik pada siswa kelas duabelas bisa disebabkan materi pembelajaran pada siswa kelas duabelas sudah pasti lebih sulit dibandingkan tingkatan kelas lainnya, materi yang lebih sulit dan minimnya penjelasan dari guru tentu menjadi tantangan tersendiri bagi siswa kelas duabelas selama pembelajaran daring. Selain itu, siswa kelas duabelas harus mengikuti berbagai macam ujian dan mempersiapkan diri untuk ke jenjang selanjutnya yaitu perguruan tinggi. Hasil uji beda selanjutnya adalah jurusan IPA memiliki tingkat *burnout* akademik lebih tinggi dibandingkan jurusan IPS. Tingginya tingkat *burnout* pada siswa jurusan IPA bisa disebabkan tuntutan dalam akademik, dimana siswa jurusan IPA dituntut untuk mampu berpikir logika hitungan, dan berpikir ilmiah, melakukan berbagai penelitian dan menganalisa aksi reaksi, tekanan, berat, dan zat. Ditambah dengan pelajaran andalan Matematika, Fisika, Kimia, dan Biologi yang secara keseluruhan membutuhkan pemahaman yang tinggi dan hafalan yang baik. Seperti menghafal rumus-rumus, zat-zat pada reaksi kimia, dan menghafal nama-nama latin dari makhluk hidup dan strukturnya dalam biologi. Karena IPA merupakan ilmu pasti, siswa tidak bisa mengarang jawaban dan sangat dituntut memiliki pemahaman dan hafalan yang baik (Vero, 2019).

Lebih lanjut peneliti melakukan pengujian hipotesis 2 dan 3 untuk menyelidiki hubungan dari masing-masing variabel penelitian. Hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa pada variabel dukungan orangtua didapatkan nilai  $p$  sebesar  $<0,001$  yang artinya bahwa hipotesis 2 diterima, yaitu dukungan orangtua selama pembelajaran daring mampu



memprediksi *burnout* akademik pada siswa SMAN 1 Lingga selama pembelajaran secara daring. Dukungan orang tua memprediksi *burnout* akademik secara negatif, hal ini ditunjukkan dengan nilai  $t$  sebesar  $-3.694$ , artinya semakin tinggi dukungan orang tua pada siswa SMAN 1 Lingga maka semakin rendah pula *burnout* akademik pada siswa SMAN 1 Lingga selama pembelajaran daring. Artinya *burnout* akademik pada siswa selama pembelajaran daring bisa diminimalisir dengan dukungan orang tua yang baik. Hasil penelitian ini serupa dengan penelitian sebelumnya bahwa dukungan orang tua berpengaruh signifikan terhadap *burnout* akademik (Lee et al., 2017; Ziari et al., 2017; Aunola et al, 2018; Puspitaningrum, 2018; dan Gungor et al., 2019).

Hipotesis 3 yang diajukan dalam penelitian ini adalah efikasi diri mampu memprediksi *burnout* akademik pada siswa SMAN 1 Lingga juga diterima dimana didapatkan nilai  $p < 0,001$ . Efikasi diri pembelajaran daring memprediksi *burnout* akademik, hal ini ditunjukkan dengan nilai  $t$  sebesar  $-5.020$ , artinya semakin tinggi efikasi diri pembelajaran daring yang dimiliki siswa SMAN 1 Lingga maka akan semakin rendah pula *burnout* akademik pada siswa SMAN 1 Lingga selama pembelajaran daring. Tekanan akademik selama pembelajaran daring yang didapatkan siswa SMAN 1 Lingga dapat diturunkan atau diminimalisir dengan kemampuan siswa dalam efikasi dirinya. Hasil penelitian ini serupa dengan penelitian sebelumnya bahwa efikasi diri berpengaruh terhadap *burnout* akademik (Charkabi et al, 2013; Cazan, 2015; dan Rahmati, 2015)

Berdasarkan hasil analisis korelasi bivariat menunjukkan data demografi siswa yaitu usia, jenis kelamin, kelas, dan penjurusan tidak memiliki hubungan dengan *burnout* akademik. Artinya pada siswa SMA N 1 Lingga usia, jenis kelamin, kelas, dan penjurusan tidak mempengaruhi tingkat *burnout* akademik. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang Sharififard et al (2014), Charkabi et al (2013), Akansel et al (2012), Kamalpour (2017), dan Sylvester et al (2019), yang menyebutkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan *burnout* akademik. Akan tetapi penelitian yang dilakukan oleh Uludag (2010) menyatakan bahwa siswa laki-

laki memiliki tingkat *burnout* yang lebih tinggi dibandingkan perempuan dan sebaliknya penelitian oleh Duran et al (2016) menunjukkan bahwa wanita memiliki tingkat *burnout* yang lebih tinggi daripada laki-laki. Tidak konsistennya hasil penelitian bisa disebabkan proporsi yang berbeda antara laki-laki dan perempuan. Seperti dalam penelitian ini jumlah partisipan didominasi oleh perempuan sebanyak 153 partisipan (67,4%) dan laki-laki hanya 74 partisipan (32.6%).

Usia dalam penelitian ini juga tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan *burnout* akademik. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian oleh Sharififard et al (2014), Kamalpour et al (2017), dan Duran et al (2016). Mayoritas rentang usia dalam penelitian ini adalah 15-18 tahun dimana dikategorikan berada pada fase remaja madya (Steinberg, 2002). Fase remaja merupakan fase dengan level perkembangan kognitif paling tinggi yaitu fase operasional formal (Papalia, Olds, & Feldman, 2008) pada fase ini individu mengintegrasikan hal yang dipelajari dengan tantangan di masa depan dan membuat rencana untuk kedepannya serta memiliki pemikiran yang fleksibel. Tidak adanya hubungan antara usia dengan *burnout* akademik bisa dikarenakan siswa berada pada fase yang sama dan rentang usia partisipan penelitian yang kecil. Orang dengan usia muda lebih rentan mengalami *burnout* daripada orang dengan usia yang lebih tua.

Selanjutnya adalah tingkatan kelas, kelas juga tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan *burnout* akademik. Pada beberapa penelitian menyebutkan semakin tinggi tingkatan kelas maka akan semakin tinggi pula *burnout* akademik pada siswa. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Sharififard et al (2014) tidak ada hubungan antara tingkatan kelas dan *burnout* akademik pada siswa bisa disebabkan karena hanya berfokus pada satu tingkatan pendidikan. Penjurusan dalam penelitian ini juga tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan *burnout* akademik. Tidak adanya hubungan antara penjurusan dan *burnout* akademik bisa dikarenakan variasi penjurusan yang terbatas dan penjurusan didominasi jurusan IPS sebanyak 160 partisipan (70,48%).

Keterbatasan dari penelitian ini adalah mengenai pengumpulan data penelitian. Pada penelitian ini pengumpulan data dilakukan secara *online* sehingga kuesionernya tidak

dapat diberikan secara langsung kepada responden penelitian dan peneliti tidak dapat mengamati proses pengisiannya. Peneliti mengantisipasi hal tersebut dengan menuliskan di lembar informasi dan kesediaan untuk mengerjakan secara sukarela, kerahasiaan, memberikan *reward* agar mengerjakan dengan sungguh-sungguh.

Keterbatasan lainnya adalah tidak seimbang antara jurusan IPA dan IPS dalam penelitian ini. Mayoritas partisipan penelitian adalah siswa dengan jurusan IPS. Selain jurusan jumlah partisipan yang mengisi instrumen didominasi oleh siswa perempuan dibandingkan siswa laki-laki.

### KESIMPULAN

Pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa efikasi diri belajar daring dan dukungan orang tua secara bersama-sama mampu memprediksi *burnout* akademik siswa SMAN 1 Lingga selama pembelajaran daring. Efikasi diri belajar daring dan dukungan orang tua memberikan kontribusi yang cukup kecil dalam mempengaruhi *burnout* akademik. *Burnout* akademik selama pembelajaran daring merupakan fenomena yang terjadi saat ini dikarenakan siswa merasakan kejenuhan dan frustrasi dengan banyaknya tugas yang diberikan selama pembelajaran daring, ditambah dengan penjelasan yang tidak lengkap dan sistem mengajar yang monoton. Efikasi diri belajar daring dan dukungan orang tua dibutuhkan agar siswa mampu menghindari *burnout* akademik dan mengoptimalkan hasil belajarnya selama pembelajaran daring.

Secara teoritis, hasil penelitian ini memberikan model untuk memahami hubungan antara efikasi diri belajar daring, dukungan orang tua, dan *burnout* akademik pada siswa SMA selama pembelajaran daring. Penelitian ini dapat dijadikan sebagai perbandingan untuk memperkaya referensi serta bukti empiris dari fenomena *burnout* akademik pada siswa SMA selama pembelajaran daring. Penelitian ini juga diharapkan mampu memberikan gambaran fenomena yang terjadi pada siswa SMA selama pembelajaran daring.

Hasil penelitian ini diharapkan diharapkan dapat memberikan informasi dan dijadikan sebagai bahan evaluasi bagi

penyelenggara atau lembaga pendidikan terkait sistem mengajar selama pembelajaran daring dan dapat mengantisipasi langkah-langkah strategis agar pembelajaran secara daring dapat efektif dan efisien. Langkah yang bisa diambil dari pihak sekolah bisa mempersiapkan sistem pengajaran yang mampu menstimulasi siswa untuk tertarik dan tidak jenuh selama pembelajaran daring. Sekolah juga bisa melakukan pelatihan untuk meningkatkan efikasi diri pada siswa dan melakukan pertemuan dengan orang tua dan memberikan pemahaman bagaimana mendampingi dan memberikan dukungan pada anak selama mengikuti pembelajaran daring. Saran untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti pengaruh dukungan orang tua dan efikasi diri terhadap *burnout* akademik pada siswa pada responden/kancah yang berbeda. Agar mendapatkan variasi hasil penelitian dengan variabel tersebut.

### DAFTAR PUSTAKA

- Adhiambo, W.M., Odwar, A.J., & Mildred, A.A. (2016). The relationship between school burnout, gender and academic achievement amongst secondary school students in Kisumu East sub county, Kenya. *Journal of Emerging Trends in Educational Research and Policy Studies*, 7(5), 326-331. <https://repository.maseno.ac.ke/handle/123456789/287>
- Arlinkasari, F.M & Akmal, S.Z. (2017). Hubungan antara school engagement, academic efikasi diri dan academic burnout pada mahasiswa. *Jurnal Humanitas*, 1(2), 81-102. <https://doi.org/10.28932/humanitas.v1i2.418>.
- Aunola, K., Sorkkila, M., Viljaranta, J., & Tolvanen, A. (2018). The role of parental affection and psychological control in adolescent athletes' symptoms of school and sport burnout during the transition to upper secondary school. *Journal of Adolescence*, 69, 140-149. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2018.10.001>
- Bandura, A., (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Prentice Hall

- Bandura, A. (1994). Self Efficacy. In V. S. Ramachaudran (Ed.), *Encyclopedia of human behavior*, 7, pp 77-81. Academic Press
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy - The exercise of control*. Freeman and Company
- Baron, R.A., & Greenberg, J. (1990). *Behavior in organizations: Understanding and managing the human side of work (3rd ed.)*. Allyn & Bacon
- Capri, B., Ozkendir, O.M., Ozkurt, B., & Karakus, F. (2012). General self-efficacy beliefs, life satisfaction and burnout of university students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 47, 968-973.  
<https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.06.765/>
- Cazan, A., (2015). Learning motivation, engagement and burnout among university students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences* 187, 413-417.  
<https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.03.077>.
- Charkhabi, M., Abarghuei, M., & Hayati, D. (2013). The association of academic burnout with self-efficacy and quality of learning experience among Iranian students. *Springer Open Journal*, 2(67), 1-5. <https://doi.org/10.1186/2193-1801-2-677>
- Cooper & Schindler. (2011). *Business research methods. 11th edition*. McGraw Hill
- Costello, A.B & Osborne, J.W. (2005). Best practices in exploratory factor analysis: Four recommendations for getting the most from your analysis. *Practical Assessment, Research & Evaluation*. 10(7), 1-9. <https://doi.org/10.7275/jyj1-4868>
- Duran A, E, N, Rey L, Fernandez-Berrocal P, Manuel M, F. (2016). Predicting academic burnout and engagement in educational settings: Assessing the incremental validity of perceived emotional intelligence beyond perceived stress and general self-efficacy. *Psicothema*.18(1):118-26.  
<https://doi.org/10.1037/t01392-000>
- Fatimah. (2010). *Psikologi perkembangan. cetakan ke III*. Pustaka Setia
- Ghadampour, A. Farhadi, & Naghibeiranvand, F. (2016). Relationship among academic burnout, academic engagement and performance of students of Lorestan University of Medical Sciences. *Research in Medical Education*, 8(2), 60-68. <https://doi.org/10.18869/acadpub.rme.8.2.60>
- Ghozali, I. (2016). *Aplikasi analisis multivariate dengan program. IBM SPSS 23 (Edisi 8)*. Badan Penerbit Universitas Diponegoro
- Gold, Y., & Roth, R. (2015). *Teachers managing stress and preventing burnout: The professional health solution*. Falmer Press.
- Gordon, A.T. (2011). Assessing social support in children: Development and initial validation of the social support questionnaire for children. *Louisiana State University LSU Digital Commons*, 1-83.  
[https://digitalcommons.lsu.edu/gradschol\\_dissertations](https://digitalcommons.lsu.edu/gradschol_dissertations).
- Goss-Sampson, M. A. (2020). *Statistical analysis in JASP 0.14: A guide for students*.
- Graziano, F., Bonino, S., & Cattellino, E. (2009). Links between maternal and paternal support, depressive feelings and social and academic self-efficacy in adolescence. *European Journal of Development Mental Psychology*, 6 (2), 241-257. <https://doi.org/10.1080/17405620701252066>
- Gungor, A. (2019). Investigating the relationship between social support and school burnout in Turkish middle school students: The mediating role of hope. *Jurnal School Psychology International*, 40(6), 581-597.  
<https://doi.org/10.1177/014303431986649>
- Indrawati, A.R., & Alfiasari (2016). Dukungan informasional orang tua: Penentu keberhasilan prestasi akademik anak di pedesaan. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 9(3), 159-170.  
<https://doi.org/>

- 10.24156/jikk.2016.9.3.159.
- Jafari, M. P., dan Khazaei, K. (2014). The Structural model of academic burnout based on the components of philosophical mindedness in female high school students of Chalous city. *International Journal of Basic Sciences & Applied Research*, 3(3), 165-172
- Kaplan & Sadock. (2002). *Sinopsis psikiatri jilid2. (Edisi 7)*. Binarupa Aksara.
- Kamalpour S, Azizzadeh-Forouzi M, Tirgary B (2017). A study of the relationship between resilience and academic burnout in nursing students. *Strides in Development of Medical Education*, 13(5):476-87.
- Kim, B., Jee, S., Lee, J., An, S., & Lee, S.M. (2017). Relationships between social support and student burnout: A meta-analytic approach. *Journal Stress and Health*, 34, 127-134. <https://doi.org/10-1002/smi.2771>.
- Liu, Y., Sang, B., Liu, J., Gong, S., & Ding, X. (2019). Parental support and homework emotions in Chinese children: mediating roles of homework self-efficacy and emotion regulation strategies. *An International Journal of Experimental Educational Psychology*, 1-19. <https://doi.org/10.1080/01443410.2018.1540769>
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2003). Job burnout. *Annual Review Of Psychology*, 52, 397–422. <https://doi.org/10.1146/annurev.psy.ch.52.1.397>
- Mediana (2020). *Siswa alami dampak psikologis pembelajaran jarak jauh paling nyata*. <https://bebas.kompas.id/baca/bebas-akses/2020/07/13/siswa-alami-dampak-psikologis-pembelajaran-jarak-jauh-paling-nyata/>.
- Muna, N. R. 2013. Efektivitas teknik self regulation learning dalam mereduksi tingkat kejenuhan belajar siswa di SMA Insan Cendekia Sekar Kemuning Cirebon. *Jurnal Holistik*, 14(2), 57-78. <http://www.syekh Nurjati.ac.id/jurnal/index.php/holistik/article/download/450/395>
- Naderi, Z., Bakhtiar, S., Momennasab, M., Abootaleb M., & Mirzaei, T. (2018). Prediction of academic burnout and academic performance based on the need for cognition and general self-efficacy: A cross-sectional analytical study. *Journal Revista Latinoamericana de Hipertensión*, 13(6), 1-8. <https://www.researchgate.net/publication/332902109>
- Neuman, Y. (1990). Determinant and consequences of student burnout in universities. *The Journal of Higher Education*, 61(1), 20-31. <https://doi.org/10.2307/1982032>
- Orpina, S., Prahara, S.A. (2019). Efikasi diri dan burnout akademik pada mahasiswa yang bekerja. *Indonesian Journal of Education Counseling*, 3(2), 119-130. <http://ijec.ejournal.id/index.php/counseling/article/view/93>
- Osborne, J. W. (2014). *Best practices in exploratory factor analysis*. Scotts Valley
- Oyoo, S., Mwaura, P., Kinai, T., & Mutua, J. (2020). Academic burnout and academic achievement among secondary school students in Kenya. *Journal Hindawi Education Research International*, 20(20), 1-6. <https://doi.org/10.1155/2020/5347828>
- Palia, D. E., Old, S. W., Feldman, & R. D. (2008). *Human development (terjemahan A. K. Anwar)*. Prenada Media Group
- Puspitaningrum, K. (2018). Pengaruh dukungan orang tua terhadap burnout pada mahasiswa dalam mengerjakan skripsi. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, 4(10), 615-625. <http://journal.student.uny.ac.id/ojs/index.php/fipbk/article/download/12599/12145>
- 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), 311-318. <https://doi.org/10.1515/afmnai-2017-0035>



- Rahmati, Z. (2015). The study of academic burnout in students with high and low levels of self-efficacy. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 171, 49 – 55. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.01.087>
- Ramandani, D. (2020). *Warga di Lingga butuh jaringan*. *Internet*. <https://konfirmasiatimes.com/2020/07/18/warga-di-lingga-butuh-jaringan-internet>.
- Rehian, S. (2020). *WHO Menyatakan Wabah COVID-19 jadi Pandemi, Apa Maksudnya?*. <https://www.cnbcindonesia.com/news/20200312075307-4-144247/who-nyatakan-wabah-covid-19-jadi-pandemi-apa-maksudnya>
- Ruholt, R., Gore, J.S., & Dukes, K. (2015). Is parental support or parental involvement more important for adolescents?. *Undergraduate Journal of Psychology*, 28 (1), 1-8. <https://journals.uncc.edu/ujop/article/view/292>.
- Santrock, J.W. (2009). *Perkembangan anak. Jilid I Edisi kesebelas*. Erlangga
- Sarafino, E. P. (2006). *Health psychology: Biopsychosocial interactions. Fifth Edition*. John Wiley & Sons.
- Sarafino, E. P. (2008). *Health psychology: Biopsychosocial interactions (6th ed)*. The College of New Jersey
- Schaufeli, W.B., & Buunk, B.P. (2003). *An overview of 25 years of research and theorizing burnout*. John-Wiley.
- Schaufeli, W., Salanova, M., González-Roma, V., & Bakker, A. (2002). The measurement of burnout and engagement: A confirmatory factor analytic approach. *Journal of Happiness Studies*, 3, 71-92. <https://www.wilmarshaufeli.nl/publications/Schaufeli/178.pdf>
- Scholz, U., Gutiérrez-Doña, B., Sud., S., & Schwarzer, R. (2002). Is general self-efficacy a universal construct? Psychometric findings from 25 countries. *European Journal of Psychological Assessment* 18(3), 242-251. <https://doi.org/10.1027//1015-5759.18.3.242>
- Sharififard F, Nourozi K, Hosseini MA, Asayesh H, Nourozi M (2014). Related Factors with Academic Burnout in Nursing and Paramedics Students of Qom University of Medical Sciences in 2014. *Journal of Nursing Education*, 3(9):56-68.
- Sinaga, D.J. (2018). Tingkat dukungan orangtua terhadap belajar siswa. *Indonesia Journal of Education Counseling*, 2(1), 43-54. <https://doi.org/10.30653/001.201821.19>.
- Steinberg, L. (2002). *Adolescence. Sixth edition*. McGraw Hill Inc.
- Suryabrata, S. (2000). *Metode Penelitian*. Raja Grafindo Persada
- Teo, T., & Kam, C. (2014). A measurement invariance analysis of the general self-efficacy scale on two different cultures. *Journal of Psychoeducational Assessment* 32(8),762-767. <https://doi.org/10.1177/0734282914531707>
- Winingsih, E. (2020). *Peran orang tua selama pembelajaran jarak jauh*. <https://poskita.co/2020/04/02/peran-orangtua-dalam-pembelajaran-jarak-jauh/>
- Yang, H.J. (2004). Factors affecting student burnout and academic achievement in multiple enrolment programs in Taiwan's technical-vocational colleges. *International Journal of Educational Development*, 24, 283-301. <https://doi.org/10.1016/j.ijedudev.2003.12.001>
- Ziari, A., Mir Mohammad Khani, M., Vafae, M.A., Moonesa, M., Soltani, M., & Babakhanian, M. (2017). Parental bonding and academic burnout on addiction potential among students. *Middle East Journal of Rehabilitation and Health Studies*, In press: 1-7. <https://doi.org/10.5812/mejrh.1232>