

Article

ANALISIS KORELASIONAL *SELF EFFICACY* DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN *BURNOUT AKADEMIK* PADA MAHASISWA KEPERAWATAN DI STIKES NGUDIA HUSADA MADURA

Solih¹, Rila Rindi Antina², Nor Indah Handayani³, Sofi Yulianto⁴

^{1,4}Program Studi Keperawatan, STIKES Ngudia Husada Madura, Bangkalan, Indonesia

^{2,3}Program Studi D4 Kebidanan, STIKES Ngudia Husada Madura, Bangkalan, Indonesia

SUBMISSION TRACK

Received: March 28, 2023
Final Revision: May 22, 2023
Available Online: May 30, 2023

KEYWORDS

Self Efficacy, Dukungan Sosial, *Burnout akademik*

CORRESPONDENCE

Phone: 081231123403
E-mail: leaelamoor@gmail.com

A B S T R A C T

Mahasiswa adalah sekelompok orang yang melaksanakan proses Pendidikan, dalam pelaksanaannya mahasiswa di tuntut untuk menyelesaikan seluruh tugas akademik serta mampu memberikan hasil terbaik dalam evaluasi pembelajaran. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis hubungan antara *Self Efficacy* dan dukungan social dengan *Burnout Akademik*. Penelitian ini merupakan penelitian analitik yang mencari hubungan antar variabel. Sampel dalam penelitian merupakan mahasiswa tingkat akhir di STIKes Ngudia Husada Madura sejumlah 87 mahasiswa yang terdiri dari 3 kelas. Variabel independent yaitu *Self Efficacy* dan dukungan Sosial, serta variabel dependen yaitu *Burnout akademik*. Instrument penelitian dengan menggunakan kuesioner. Analisa data dengan uji *Spearman Rank*. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara self efficacy dan burnout akademik dengan p value = 0.015. serta ada hubungan antara dukungan social dengan burnout akademik dengan p value= 0.000. Disarankan bagi peneliti selanjutnya agar memberikan intervensi untuk meningkatkan motivasi belajar sehingga mampu menurunkan *Burnout akademik* bagi mahasiswa khususnya tingkat akhir.

I. INTRODUCTION

Mahasiswa merupakan sekelompok manusia dengan intelektual yang menjalani proses Pendidikan pada perguruan tinggi yang nantinya diharapkan akan mampu bertindak

menjadi seorang pemimpin masyarakat, negara maupun di dunia tnpat kerja (Wijaya, 2016). Proses Pendidikan yang harus di jalankan oleh mahasiswa, menuntut mereka untuk melakukan berbagai proses perkuliahan dan harus

mampu menyelesaikan tugas akademik serta mendapatkan penilaian performa seperti evaluasi dan kenaikan tingkat dalam pembelajaran (Laupold. Et.al., 2019). Beberapa hal tersebut di atas akan membuat mahasiswa tertekan, stress, dan cemas. Namun, mahasiswa harus tetap mengikuti proses pembelajaran yang berlangsung, dengan memandang apapun yang terjadi pembelajaran tetap dilaksanakan, dan di tunjang dengan adanya tugas yang dibebankan kepada mahasiswa, mahasiswa di tuntut agar tetap mengerjakan segala penugasan secara maksimal. Beban tugas dan beban pikiran yang di alami oleh mahasiswa serta berbagai tuntutan yang dihadapi, hal ini sering kali menyebabkan munculnya stress terhadap mahasiswa (Vizoso et.al., 2019). Stress yang dihadapi oleh mahasiswa dalam proses pembelajaran di sebut dengan istilah *Burnout* akademik. Menurut Muflihah & Savira tahun 2021, *Burnout* akademik merupakan suatu keadaan ketika seseorang mengalami kelelahan baik secara biologis, psikologis yang diikuti oleh perasaan sinis atau menghindari dari lingkungan, serta penilaian diri yang rendah.

Hasil penelitian oleh (J. Lee et al., 2012; Rad et al., 2017) menunjukkan bahwa, di negara China terdapat 86,6% mahasiswa dengan stress akademik yang tinggi, di Iran sebanyak 76,8% mahasiswa kedokteran mengalami *burnout* akademik. Sedangkan di Eropa mahasiswa yang mengalami *burnout* akademik sebanyak 1.702 mahasiswa keperawatan. Penelitian yang dilakukan oleh Jimenez-Ortiz tahun 2019, di dapatkan bahwa 52% mahasiswa mengalami *burnout* dalam menjalankan proses pembelajaran. Studi di Depok oleh Musabaiq dan Karimah tahun 2018 menjelaskan dampak stress yang dialami mahasiswa yaitu aspek fisik sebanyak 32% dengan gejala yakni kelelahan dan

lemas sebanyak 21,1%. Hal ini di dukung oleh penelitian Lee et al tahun 2013 bahwa *emotional exhaustion* merupakan gejala awal munculnya *burnout*. Hasil survey yang dilakukan pada mahasiswa program studi keperawatan tingkat akhir di stikes ngudia husada madura menunjukkan 60% mahasiswa mengalami *burnout* akademik tinggi dan 40% dengan *burnout* sedang.

Burnout akademik pada masiswa dapat terjadi karena beberapa faktor. Salah satu factor yaitu factor situasional yang terdiri dari factor eksternal dan factor internal (Maslach, Schaufeli & Leiter, 2001). Dukungan social yakni salah satu factor internal yang dapat mempengaruhi terjadinya *burnout* akademik pada mahasiswa. Dukungan social merupakan salah bentuk bantuan yang diberikan oleh orang lain ketika dibutuhkan (Sarafino dan Smith, 2014). Menurut Maslach & Leiter (2016) didapatkan bahwa hubungan yang sertai dengan kurangnya dukungan akan dapat meningkatkan resiko tinggi terjadinya *burnout* pada mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh dukungan social terhadap *burnout* akademik. *Self efficacy* merupakan salah satu factor eksternal yang mempengaruhi *burnout* akademik. Adalah *self efficacy*. Menurut Bandura (1997), *Self efficacy* merupakan keyakinan seseorang tentang kemampuan dirinya dalam melaksanakan tugas ataupun tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu. Mahasiswa dengan keyakinan yang tinggi akan yakin bahwa dirinya akan mampu beradaptasi dengan situasi yang menekan sehingga ia akan dapat mengatasi berbagai macam kondisi perkuliahan yang membuat *stressfull*. *Self efficacy* yang baik pula akan meningkatkan motivasi belajar mahasiswa untuk mampu menguasai materi dalam perkuliahan. Dengan *self efficacy* yang tinggi diharapkan

mahasiswa mampu memenuhi beban selama proses pembelajaran dan mampu meningkatkan kemampuan dirinya dalam menguasai segala materi perkuliahan yang semakin sulit (Victoriana, 2012). Dampak dari burnout akademik akan menyebabkan ketidakhadiran mahasiswa dalam perkuliahan, tidak mengerjakan tugas kuliah dengan baik, kurangnya motivasi untuk melaksanakan tugas kuliah yang diberikan, dan mendapatkan hasil yang tidak memuaskan, sehingga mahasiswa berpotensi untuk dikeluarkan dari perguruan tinggi (Bai et al, 2019). Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa self efficacy dan dukungan social dapat menjadi penghambat munculnya burnout akademik pada mahasiswa. Beberapa penjelasan di atas menjadi dasar peneliti untuk menyusun penelitian yang berjudul pengaruh self efficacy dan dukungan social terhadap Burnout Akademik pada mahasiswa keperawatan.

II. METHODS

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif jenis *survey analitik korelasi*, dengan pendekatan yang digunakan adalah *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa tingkat akhir program studi keperawatan yang terdiri dari 3 kelas. Jumlah sampel yaitu sebanyak 87 responden, *teknik sampling* yang digunakan adalah *stratified random sampling*. Variable dalam penelitian ada 2 yaitu variable independent adalah *self efficacy* dan dukungan social, sedangkan variable dependent adalah *burnout* akademik. Instrument penelitian dengan menggunakan kuesioner yang terdiri dari 3 kuesioner yaitu kuesioner *self efficacy/kepercayaan diri*, dukungan social dan *burnout* akademik dari *Maslach Burnout Inventory - Student*

survey (MBI-SS). Analisis uji bivariat yang digunakan oleh peneliti adalah Spearman Rank dengan $\alpha=0.05$. Penelitian ini dilakukan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Ngudia Husada Madura.

III. RESULT

Penelitian ini membahas tentang pengaruh self efficacy/kepercayaan diri dan dukungan social dengan burnout akademik pada mahasiswa keperawatan tingkat akhir di STIKES Ngudia Husada Madura dengan responden sebanyak 87 mahasiswa keperawatan.

1. Data Umum

Tabel 1 Karakteristik Responden

Item	Frekuensi	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	32	36.8
Perempuan	55	63.2
Total	87	100
Usia		
22 Tahun	42	48.3
23 Tahun	40	46.0
24 Tahun	4	4.6
25 Tahun	1	1.1
Total	87	100
Tempat Tinggal		
Total		
Kos	64	73.6
Rumah Sendiri	18	20.7
Saudara	5	5.7
Total	87	100

2. Data Khusus

Table 2. Tabulasi Silang Self Efficacy dengan Burnout Akademik

Self Efficacy	Burnout Akademik						Total	
	Rendah		Sedang		Tinggi		F	%
	F	%	F	%	F	%		
Baik	4	13.8	4	13.8	21	72.4	29	100
Cukup	8	17.4	16	34.8	22	47.8	46	100

Kurang	3	25	4	33,3	5	8	12	
								41.7
Tota	15	100	24	100	48	100	87	

Uji-statistik : Uji Spearman's rho

$p\text{-value}=0,015$

$\alpha=0,05$

Berdasarkan table di atas menunjukkan bahwa mahasiswa dengan motivasi belajar yang cukup memiliki burnout akademik yang sedang.

Table 3. Tabulasi Silang Dukungan Sosial dengan Burnout Akademik

Dukungan Sosial	Burnout Akademik						Total
	Rendah		Sedang		Tinggi		
	F	%	F	%	F	%	

IV. DISCUSSION

Pengaruh Self Efficacy Terhadap Burnout Akademik

Hasil uji statistic dengan *Spearman Rank* diperoleh nilai $p = 0,015$ berarti nilai $p = \leq \alpha (0,05)$. Hal ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti Ada pengaruh *Self Efficacy* terhadap burnout akademik.

Self efficacy tersebut merupakan salah satu factor eksternal yang mempengaruhi *burnout* akademik. Dengan *self efficacy* yang tinggi diharapkan mahasiswa mampu memenuhi beban perkuliahan selama proses pembelajaran dan mampu meningkatkan kemampuan belajarnya

Rendah	1	2.1	9	19.1	37	78.8	47	100
Sedang	5	18.5	12	44.4	10	37.1	27	100
Tinggi	9	69.2	3	23.1	1	7.7	13	100

Uji-statistik : Uji Spearman's rho

$p\text{-value}=0,000$

$\alpha=0,05$

Berdasarkan table di atas menunjukkan bahwa mahasiswa dengan dukungan social yang rendah memiliki burnout akademik yang tinggi.

dalam menguasai materi perkuliahan yang semakin sulit (Victoriana, 2012).

Penelitian ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan (Tiaranissa, D. Dan Rosiana, D., 2022) dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa *academic self-efficacy* tersebut memberikan pengaruh yang signifikan terhadap *academic burnout* pada mahasiswa Kota Bandung di masa pandemi covid-19

Hal ini sesuai dengan pendapat yang disampaikan oleh (Permatasari et al., 2021) bahwa mahasiswa dengan *academic self-efficacy* yang tidak memadai akan menjadi rentan terhadap terjadinya *academic burnout* dan

berkurangnya kemampuan untuk beradaptasi dengan kondisi yang ada. Mahasiswa dengan *academic self-efficacy* yang baik dapat menghasilkan dan mampu menguji berbagai alternatif tindakan ketika mahasiswa tidak mencapai keberhasilan pada awalnya. Mahasiswa dengan tingkat *academic self-efficacy* yang tinggi ketika menghadapi masalah akademik tidak akan mudah menyerah dan terus mencoba untuk menemukan/mendapatkan solusi yang tepat untuk memecahkan masalah mahasiswa.

Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Burnout Akademik

Hasil uji statistic *Spearman Rank* diperoleh nilai $p = 0,000$ berarti nilai $p = \leq \alpha (0,05)$. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti Ada pengaruh dukungan sosial terhadap burnout akademik.

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 (Ediati dan Raisa, 2016 dalam Trimulatsih, P.D dan Appulembang, Y.A., 2022).

Penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan (Trimulatsih, P.D dan Appulembang, Y.A., 2022) dengan hasil penelitian menunjukkan 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.

Hal ini sesuai dengan pendapat yang disampaikan oleh (Jannah dan Rohmatun, 2020 dalam Putri et al., 2023). bahwa dengan adanya dukungan sosial, mahasiswa akan merasa tenang, dicintai, diperhatikan dan membuatnya percaya diri untuk melewati kesulitan yang ada. Pengaruh dukungan sosial terhadap resiliensi dari individu yang bersangkutan sepertinya menjadi pertimbangan yang penting. Individu yang mendapat dukungan sosial dari berbagai pihak akan lebih mampu melewati kesulitan dibandingkan individu yang kurang mendapatkan dukungan.

V. CONCLUSION

1. Ada pengaruh self efficacy dengan burnout akademik pada mahasiswa keperawatan tingkat akhir di STIKES Ngudia Husada

Madura

2. Ada pengaruh Dukungan sosial dengan burnout akademik pada mahasiswa keperawatan tingkat akhir di STIKES Ngudia Husada Madura

REFERENCES

- A. Maslach, C., Schaufeli, W.B., & Leiter, M.P. (2001). Job Burnout. *Annual Review of Psychology*. 52, 397-442.
- B. Lee, J., Puig, A., & Lee, S.M. (2012). The effect of the demand control and effort reward imbalance model on the academic burnout of Korean adolescents. *Asia Pasific Journal of Education*, 32 (1), 113-123.
<https://doi.org/10.1080/02188791.2012.655373>
- C. 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.
<https://doi.org/10.1515/afmnai-2017-0035>.
- D. Muflihah, L & Safira, S. I. (2021). Pengaruh Persepsi dukungan Sosial Terhadap Burnout Akademik selama Pandemi. *Jurnal Penelitian Psikologi Mahasiswa*, 08 (02), 201-211
- E. Wijaya, R, S. (2016). Perbandingan penyesuaian diri mahasiswa berkepribadian ekstrovert dan introvert. *Jurnal Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling*, 2 (2), 1-6
- F. Bandura, A. (1997). *Self Efficacy (The Exercise Of Control)*. New York : W.H.Freeman
- G. Bai, Q., Bai, S., dan, Q., Lei, L., & Wang, P. (2019). Mother Phubbing and adolescent academic burnout : The Mediating role of mental health and the moderating role of agreeableness and neuroticism. *Personality and Individual Differences*, 109622. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.109622>
- H. Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health Psychology : Biopsychosocial interactions (7th ed)*. United States of America : John Willey & Sons Inc.
- I. Tiaranissa, D. Dan Rosiana, D. (2022). Pengaruh *Academic Self-Efficacy* terhadap *Academic Burnout* pada Mahasiswa di Masa Pandemi Covid-19. *Psychology Science. Vol. 2 No. 2 (2022), Hal: 335-341*
- J. Permatasari, D., Latifah, L., dan Pambudi, P., R. (2021). Studi *Academic Burnout* dan *Self-Efficacy* Mahasiswa. *Jurnal Prakarsa Paedagogia*. 4(2) 373-384
- K. Trimulatsih, P.D dan Appulembang, Y.A., (2022). Dukungan Sosial Terhadap Burnout Akademik Pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi Saat Pandemi. *Psychology Journal of Mental Health* 4(1).
- L. Putri, A. E., Parimita, W., dan Wolor, C.W. (2023). Pengaruh Dukungan Sosial Dan Efikasi Diri Terhadap Resiliensi Akademik Mahasiswa Fakultas Ekonomi Unj. *Berajah Journal* 3(2).