

BAB II

LANDASAN TEORI

A. *Peer Social Support* (Dukungan Sosial Teman Sebaya)

1. Pengertian

E Taylor menjelaskan bahwa dukungan sosial adalah “pertukaran antar pribadi yang dapat ditandai dengan kepedulian emosional, dukungan instrumental, penyediaan informasi, atau dukungan lainnya.¹ *Peer social support* dapat terjadi secara alami dalam jaringan dukungan keluarga, teman, dan juga tetangga dalam kelompok dan organisasi yang secara khusus dibentuk atau direncanakan untuk mencapai suatu tujuan tertentu.²

Menurut Sarafino, *peer social support* merujuk kepada kebahagiaan yang dialami, penghargaan atas perhatian atau bantuan yang diterima individu dari orang lain, dalam hal ini dapat diidentifikasi sebagai individu atau kelompok. Hal ini menunjukkan bahwa apakah hal-hal yang ada di lingkungan mendukung atau tidak tergantung pada sejauh mana individu memandang lingkungan tersebut.³

Gottlieb juga menjelaskan bahwa, *peer social support* terdiri dari informasi dan nasihat yang bersifat verbal atau non-verbal, bantuan nyata, atau tindakan yang diberikan karena adanya faktor sosial yang memberikan manfaat emosional pada sesama teman.⁴

¹ Sherllet E Taylor, *Psikologi Sosial Edisi Kedua Belas*, (Jakarta: Kencana Group, 2012), 621.

² Albert R Roberts, *Buku Pintar Pekerja Sosial*, (Jakarta: Gunung Mulia, 2009), 104.

³ E.P sarafino, *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*, (New York: John Wiley&Sons, 2011), 81.

⁴ Benjamin H.Gottlieb, *Social Support strategies*. (California: Sage publication, 1983), 28

Berdasarkan beberapa definisi diatas, maka dapat disimpulkan bahwa *peer social support* adalah dukungan atau bantuan dari orang lain atau sekelompok teman yang kurang lebih sama usia dan kedewasaan yang dapat memberikan manfaat emosional dan dapat mempengaruhi perilaku yang membuat penerimanya senang dan merasa diperhatikan.

2. Dimensi dan Indikator *Peer Social Support*

Sarafino mengelompokkan *peer social support* ini menjadi empat dimensi, yaitu:⁵

a. *Emotional support* (Dukungan emosional)

Dukungan sosial ini berupa penerimaan atau pengakuan atas kemampuan dan kualitas pribadi yang dimiliki seseorang, sehingga dukungan ini akan membuat seorang individu bisa merasa dihargai dan diterima.

Indikator *Emotional support* mencakup simpati, memberi perhatian, dan kepercayaan terhadap individu.

b. *Instrumental support* (Dukungan instrumental)

Dukungan sosial ini meyakinkan individu bahwa ada orang lain yang dapat dihubungi ketika mereka membutuhkan bantuan, dan bantuan tersebut bersifat segera dan nyata.

Indikator *Instrumental support* meliputi penyediaan bahan dan peralatan (Bantuan materi).

⁵Sarafino, *Health Psychology: Biopsychosocial interactions*. 98

c. *Esteem support* (Dukungan penghargaan)

Dukungan ini terjadi dari ekspresi rasa hormat, evaluasi positif terhadap individu, dorongan pengakuan terhadap pikiran dan perasaan individu dengan orang lain (misalnya mereka yang berkemampuan lebih rendah, mereka yang berbeda dan ada unsur yang hilang)

Indikator *Esteem support* mencakup memberi bimbingan, memberi dukungan moral, dan penghargaan.

d. *Informational support* (Dukungan informasi)

Dukungan ini termasuk dalam dukungan yang memberikan penjelasan, nasehat, ulasan dan juga saran. Dukungan ini juga bisa memberikan arahan tindakan dan inspirasi dalam memecahkan suatu permasalahan.

Indikator *Informational support* meliputi memberi informasi dan memberi usulan.⁶

3. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi *Peer Social Support*

Menurut Myers dalam Indarti, ada tiga faktor yang mendorong seseorang memberikan dukungan sosial kepada orang lain:⁷

a. Norma dan nilai sosial

Kedua faktor di atas sangat berguna dalam membimbing individu dalam menjalankan tugasnya dalam kehidupan sehari-hari.

⁶ Sarlito Wirawan Sarwono, *Psikologi Remaja*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 1994), 83-84.

⁷ Ikapurna Nuryani, *Faktor-Faktor Penentu Keberhasilan Pendidikan*, (Bandung: Widina Media Utama, 2024), 26.

b. Pertukaran sosial

Pertukaran sosial merupakan hubungan perilaku sosial timbal balik antara cinta, pelayanan, dan transfer informasi. Kelanjutan proses interaksi mengarah pada hasil interpersonal yang positif. Melalui pengalaman dan proses interaktif, masyarakat mengembangkan keyakinan bahwa orang lain dapat membantu mereka.

c. Empati

Empati adalah harapan emosional dan motivasi perilaku untuk berbagi masalah dan kesulitan orang lain, dan meningkatkan kesejahteraan mereka yang menghadapi masalah tersebut.

B. *School Climate* (Iklim Sekolah)

1. Pengertian

Hoy dan Miskell dalam buku Hadiyanto mengatakan bahwa *school climate* merupakan hasil interaksi antar siswa, guru, dan staf yang bertujuan untuk mencapai keseimbangan di dalam sekolah.⁸ Pada dasarnya *school climate* bisa dipahami sebagai kesatuan sekolah antara siswa, guru, dan lingkungan sekolah. Sebab, *school climate* merupakan titik puncak interaksi mengenai respon guru terhadap kinerjanya, tanggung jawab pengelolaan dan pelaksanaan kepemimpinan di sekolah.⁹

Cohen juga menjelaskan bahwa *school climate* adalah pola perilaku siswa di sekolah yang mencerminkan norma, tujuan, nilai, hubungan interpersonal, praktik belajar mengajar, dan struktur organisasi. *School*

⁸ Hadiyanto, *Teori dan Pengembangan Iklim Kelas dan Iklim Sekolah* (Jakarta: Kencana, 2016), 88.

⁹ Uhar Suharsaputra, *Administrasi Pendidikan* (Bandung: PT Refika Aditama, 2013), hlm 85-86

climate merupakan fenomena psikososial dan juga identik dengan lingkungan sekolah.¹⁰

Menurut Sorenson dan Goldsmith, mereka memandang *school climate* sebagai kepribadian kolektif sekolah.¹¹ Moss mengklasifikasikan lingkungan sosial menjadi tiga macam, yaitu: 1) Hubungan termasuk partisipasi, hubungan dengan orang lain di kelas, dan dukungan dari guru. 2) Pengembangan pribadi dalam konteks berorientasi pada tujuan, hal ini mencakup pengembangan pribadi dan perbaikan diri bagi seluruh anggota lingkungan. 3) Pemeliharaan sistem dan perubahan sistem, termasuk keterlibatan lingkungan, kejelasan aturan, dan keseriusan guru dalam menegakkan aturan.¹²

Faktanya, interaksi sosial di sekolah tidak hanya kepada guru dan kepala sekolah, tetapi juga interaksi antara guru dan staf, antara guru dan siswa, antara kepala sekolah dan siswa, dan interaksi antara sekolah dan masyarakat. *School climate* yang mendukung ditandai dengan adanya suasana belajar yang mendukung dengan terciptanya suasana belajar yang aman, nyaman dan tertib. Jimmerson menyatakan bahwa lingkungan belajar yang positif akan membuat siswa dan guru merasa nyaman di sekolah dan berinteraksi satu sama lain dan saling menunjukkan bakatnya.

Dari beberapa pengertian diatas, dapat disimpulkan bahwa *school climate* merupakan interaksi dua arah antara lingkungan sekolah dengan

¹⁰ Jonathan Cohen, et. al., "*School Climate: Research, Policy, Practice, and Teacher Education*", Teachers Collage Record, 111 (Januari, 2009), 180

¹¹ Sorenson dan Ricard D, Goldmith, Llyod M, *The Principal`s Guide to Managing School Personel*, (Corwin Press, 2008), 30.

¹² Moss, R.H, *Evaluating Educational Environments. Procedures, Measures, Findings, and Policy Implications*, (San Fransisco: Jossey-Bass, 1979), 81.

guru, kepala sekolah, staf, siswa, dan masyarakat. Interaksi ini memberikan dampak positif terhadap lingkungan sekolah, menciptakan suasana aman, nyaman, dan membina. *School climate* dapat berubah tergantung pada pola hubungan antara aspek sekolah dengan lingkungan. Setiap individu dipengaruhi oleh banyak perilaku seperti sistem pembelajaran, pengambilan keputusan, dan desain suasana kelas, yang pada akhirnya akan menentukan mutu sekolah.

2. Dimensi dan Indikator *School Climate*

Menurut Rukmana dan Suryana, menyebutkan bahwa *school climate* berpengaruh terhadap hasil belajar anak.¹³ Cohen juga menjelaskan bahwa *school climate* terdiri dari empat aspek penting, antara lain:

a. *Safety*

Safety adalah konsep tentang menjaga keamanan sekolah yang dapat meminimalisir siswa dari bahaya di sekolah.

Indikator *safety* mencakup peraturan sekolah yang ketat tanpa kekerasan.

b. *Relationships*

Relationships merupakan hubungan oleh dua orang atau lebih yang biasanya melibatkan interaksi dan komunikasi.

Indikator *Relationships* meliputi empati dan hubungan positif antara guru dan siswa di sekolah.

¹³ Hasan Basri, *Budaya Organisasi dan Kepemimpinan Kepala Sekolah Modern*, (Sukabumi: CV Jejak (Jejak Publisher, 2021), 56.

c. *Teaching and learning*

Teaching and learning adalah proses dimana seorang guru menyampaikan pengetahuan, keterampilan kepada siswa. Hubungan antara guru dan murid sangat penting dalam konteks pendidikan.

Indikator *teaching and learning* mencakup kualitas pembelajaran berdasarkan aspek sosio-emosional dan kualitas pembelajaran berdasarkan aspek akademik.

d. *Enviromental Structural*

Enviromental Structural mengacu pada faktor-faktor fisik, sosial yang dapat mempengaruhi perilaku siswa di lingkungan sekolah, dan memiliki peran penting dalam membentuk perilaku karena dapat membatasi atau mendorong pilihan tindakan mereka.

Indikator *enviromental structural* mencakup lingkungan sekolah yang bersih, fasilitas sekolah yang memadai.¹⁴

3. Faktor- Faktor Yang Mempengaruhi *School Climate*

Seperti yang dijelaskan sebelumnya, bahwa *school climate* merupakan salah satu hal yang dapat memicu suasana sekitar. Susanto menyebutkan bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi *school climate*, yaitu¹⁵:

a. Manager atau kepemimpinan

¹⁴Jonathan Cohen, et. al., "*School Climate: Research, Policy, Practice, and Teacher Education*", Teachers Collage Record, 111 (Januari, 2009), 184

¹⁵ Dr. Yuyun Nuriah, *Iklim Organisasi Pendidikan Terbentuk Melalui Mutu*, (Padang:Global Eksekusi Teknologi,2023), 48.

Setiap tindakan seorang pemimpin, seperti kebijakan, peraturan, prosedur, keuangan, urusan kepegawaian, alokasi imbalan, gaya komunikasi, metode yang digunakan pemimpin untuk memotivasi bawahan, tindakan disipliner, interaksi antar manajemen dan perhatian terhadap bawahan dari waktu ke waktu dan kebahagiaan pegawai sangat mempengaruhi *school climate* yang baik.

b. Perilaku Karyawan

Perilaku pegawai atau orang-orang dalam organisasi atau sekolah untuk memenuhi kebutuhan yang berbeda-beda mempunyai pengaruh yang besar terhadap lingkungan sekolah. Cara orang berinteraksi atau berkomunikasi antar anggota suatu organisasi sangat mempengaruhi tercipta atau tidaknya lingkungan sekolah. Menurut Ekotama “Setiap pegawai mempunyai permasalahannya masing-masing. Sayangnya permasalahan tersebut seringkali mengganggu konsentrasi karyawan di tempat kerja sehingga kurang produktif.”

c. Faktor Organisasi Eksternal

Beberapa faktor eksternal organisasi, seperti faktor ekonomi, memiliki pengaruh yang lebih besar terhadap *school climate*. Misalnya, dalam perekonomian dengan investasi tinggi, organisasi berada dibawah tekanan untuk memenuhi kebutuhan dasar. Mungkin juga karyawan lain menghabiskan sebagian waktunya diluar tugas utamanya untuk memenuhi kebutuhannya. Faktor eksternal organisasi atau faktor diluar

organisasi terkadang lebih dominan, terutama bagi bawahan yang berlatar belakang sosial ekonomi kurang mampu.¹⁶

d. Sikap Guru Terhadap Proses dalam Penentu *School Climate*

Dalam persoalan ini, secara keseluruhannya sikap guru terhadap penentu *school climate* berada pada tahap tinggi dan berpedoman dengan jadwal pelajaran. Ini menunjukkan bahwa guru-guru di sekolah tersebut mempunyai sikap yang positif terhadap penentu *school climate*.¹⁷

4. Jenis-Jenis *School Climate*

Setiap sekolah pasti memiliki *school climate* yang berbeda-beda, perbedaan muncul ketika seseorang bersekolah disekolah yang berbeda, perbedaan yang terasa dangkal dan mendalam akan dirasakan jika mereka tinggal lebih lama di sekolah tersebut. Uhar Suharputra mengutip Hoy, Tarter, Ornstein, dan Lunenberg dengan instrument OHI (*Organization Health Inventory*), yang mengkaji kesehatan antara siswa, guru, staf, dan anggota masyarakat di sekolah. Menurutnya, ada dua jenis lingkungan, yaitu:

a. *Healthy School*

Sekolah yang sehat mempunyai tiga tingkatan dalam sekolah (kelembagaan, peraturan, dan pendidik) yang dapat menyeimbangkan permasalahan yang timbul dengan cara mengatur dan mengarahkan tenaga untuk mencapai tujuan sekolah.

¹⁶ Yulius Mataputun, Kepemimpinan Kepala Sekolah Berbasis Kecerdasan Intelektual, Emosional, dan Spiritual Terhadap Iklim Sekolah, (Ponorogo: Uwais Inspirasi Indonesia, 2023), 150-15.

¹⁷ Dr. Hendrik A. E. Lao, M.pd., Manajemen Pendidikan (Klaten: Lakeisha, 2021), 34-35.

b. *Sick School*

Penyebab sekolah yang sakit adalah ketiga jenjang tersebut tidak selaras satu sama lain, sekolah yang mudah terganggu oleh pengaruh-pengaruh negatif dari luar, seperti guru, pegawai, kepala sekolah, siswa, dan orang tua, sehingga dapat dikatakan sebagai *sick school*. Maka sebaiknya ada kerja sama yang dilakukan untuk menciptakan *school climate* yang mendukung dan produktif.¹⁸

C. *Burnout Academic* (Kejenuhan Belajar)

1. Pengertian

Secara harfiah, “jenuh” berarti begitu padat atau penuh, sehingga tidak dapat menampung apapun lagi. Selain itu jenuh juga memiliki arti bosan, siapapun yang merasa bosan akan berusaha semaksimal mungkin untuk menghilangkan tekanan ini.¹⁹ *Burnout academic* atau kejenuhan adalah metafora yang biasa digunakan untuk menggambarkan keadaan atau kelelahan dalam proses mental, yang diibaratkan seperti nyala api.²⁰ *Burnout academic* ini timbul karena mengharuskan siswa untuk selalu mengikuti aturan tugas yang diberikan.

Seperti halnya dalam buku yang berjudul “*Burnout The Secret to Unlocking the Stress Life*” yang ditulis oleh Emily Nagoski dan Amelia Nagoski menjelaskan bahwa *burnout* merupakan suatu kondisi pada tubuh maupun emosi seseorang mengalami kehancuran.²¹

¹⁸ Ibid, 89-91

¹⁹ Muhibbin Syah, *Psikologi Pendidikan: Suatu Pendekatan Baru* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 1995), 165.

²⁰ Marc J. Schabracq, Jacques A.M. Winnubst, Cary L. Cooper, *The Handbook Of Work and Health Psychology*, (England: John Wiley & Sons Ltd, 2003), 383.

²¹ Emily Nagoski, Amelia Nagoski, *Burnout The Secret To Unlocking*. hlm 2

Pines dan Aronson dalam Schaufeli mengatakan bahwa *burnout academic* adalah tahapan kelelahan fisik, emosional, dan mental yang disebabkan keterlibatan belajar dalam jangka waktu yang lama dalam situasi yang penuh tuntutan secara emosional.²² Schaufeli & Enzmann dalam Felix menyatakan bahwa burnout ialah keadaan pikiran negatif dan terjadi secara terus-menerus, pekerjaan yang berhubungan dengan keadaan pikiran individu 'normal' yang ditandai oleh kelelahan dan juga stres, penurunan kompetensi dan motivasi, disfungsi perilaku di tempat kerja.²³

Menurut Hidayat *burnout academic* ini akan berdampak besar bagi siswa dalam melanjutkan belajarnya. Perilaku orang yang mengalami *burnout academic* ini biasanya akan mudah merasa tersinggung, mudah terluka dan mudah frustrasi.²⁴ Desler juga menjelaskan sebagaimana dalam bukunya Asih, Widhiastuti, Dewi menjelaskan bahwa burnout merupakan suatu kondisi yang ditandai dengan terkurasnya sumber daya secara fisik maupun mental yang disebabkan oleh usaha-usaha yang dikerjakan individu secara berlebihan dalam mencapai tujuan yang hendak dicapainya.²⁵ *Burnout academic* merupakan suatu keadaan mental dimana seseorang merasa sangat bosan dan lelah, sehingga menimbulkan perasaan lesu, bosan, kurang semangat dalam melaksanakan proses belajar. *Burnout academic* ini bisa dirasakan oleh semua orang, terutama mereka yang sudah lama duduk di bangku sekolah dan sangat rajin belajar.²⁶

Kesimpulan dari beberapa pengertian diatas yaitu, *burnout academic* merupakan suatu keadaan mental dimana seorang siswa yang merasa malas,

²²Wilmar Schaufeli, Dirk Enzmann, *The Burnout Companion to Study and Practice: a critical analysis*, (London: Taylor and Francis, 1998), 31-32

²³ Felix Ladstatter, *Prediction of Burnout*, (Jerman; Diplomica Verlag GmbH, 2008), 352.

²⁴ Fandi Rosi, *Asesmen Dan Intervensi Psikososial*, (Yogyakarta, Jejak Pustaka, 2021), 47.

²⁵ Gusti Yuli Asih, Hardani Widhiastuti, Rusmalia Dewi, *Stress Kerja*, (Semarang : Semarang University Press, 2018), hlm 46

²⁶ Thursen Hakim, *Belajar Secara Efektif*, (Jakarta: Puspa Swara, 2004), 62.

bosan, lesu, dan tidak bersemangat dalam menyelesaikan kegiatan belajar dalam jangka waktu tertentu.

2. Dimensi dan Indikator *Burnout Academic*

Pines dan Aronson mengelompokkan tiga aspek kelelahan, yaitu:²⁷

a. Kelelahan Fisik

Kelelahan fisik biasanya ditandai dengan pusing, demam, sakit punggung, nyeri badan, mudah terserang penyakit, sering masuk angin dan susah tidur.

Dengan mencakup indikator merasa lelah dengan kegiatan belajar.

b. Kelelahan Emosional

Suatu kelelahan khususnya kelelahan pada individu yang berkaitan dengan emosi pribadi, ditandai dengan perasaan tidak berdaya dan depresi. Kelelahan emosional biasanya ditandai dengan mudah merasa bosan dan mudah tersinggung.

Dengan mencakup indikator merasa gagal dalam belajar, sensitif dalam belajar.

c. Kelelahan Mental

Kelelahan ini berkaitan dengan rendahnya harga diri dan depersonalisasi. Kelelahan mental ditandai dengan perasaan tidak

²⁷ Najamuddin Muhammad, *Teach Like Fun Teacher* (Yogyakarta: Araska publisher, 2020), 18

berharga, kebencian, perasaan gagal, kurang simpati terhadap diri sendiri dan orang lain.

Dengan mencakup indikator berkurangnya motivasi dalam belajar, merasa tidak percaya diri dalam belajar.

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi *Burnout Academic*

Menurut Slivar sebagaimana dalam penelitian yang dilakukan oleh Vitasari terdapat beberapa faktor yang menjadi penyebab burnout akademik adalah sebagai berikut:

- 1) Tuntutan prestasi yang tinggi dari sekolah maupun dari orang tua yang harus diraih oleh siswa sehingga hal tersebut dapat membebani siswa.
- 2) Kurangnya penghargaan yang diberikan kepada siswa sehingga siswa merasa tidak ada pendorong dalam melakukan suatu pekerjaan karena apabila penghargaan yang diberikan kepada siswa itu tinggi baik berupa pujian maupun pemberian sesuatu yang sifatnya materi, akan membuat siswa lebih bersemangat dalam belajar .
- 3) Harapan orang tua yang terlalu besar yang menginginkan anaknya mencapai prestasi yang tinggi sehingga dari besarnya harapan inilah membuat anak seringkali merasa takut dalam mengerjakan sesuatu.
- 4) Seringnya kritikan-kritikan yang sifatnya negatif yang diberikan kepada anak seperti menyalahkan anak ketika mendapatkan prestasi atau nilai ujian yang belum memuaskan sehingga anak menjadi tidak bersemangat dan bahkan dapat membuat mental anak merasa down.

- 5) Beban akademik yang berlebihan yang didapatkan oleh siswa karena beban akademik ini berkaitan dengan proses pemahaman siswa terhadap pembelajaran.²⁸

4. Cara mengatasi *Burnout Academic*

Ketika kita merasa bosan saat sedang belajar, itu karena beberapa tubuh kita merasa lelah, seperti: kaki, jari tangan, lengan, ketegangan tangan, dll. Masalah *burnout academic* dapat diselesaikan dengan mudah, yaitu dengan cara:

- 1) Istirahat yang cukup.

Hindari aktivitas berat di malam hari agar tidak memaksa tubuh untuk bergadang.

- 2) Mengonsumsi makanan yang bergizi.

Seimbangkan sirkulasi darah dengan memijat kelenjar yang lelah atau menggunakan beberapa obat yang efektif untuk mengencerkan aliran darah.²⁹

Namun ada juga yang disebabkan karena lelahnya mental, sehingga cepat merasa jenuh saat belajar, *burnout academic* tersebut dapat di atasi dengan cara:

- a. Istirahat dan makan minuman yang berkhasiat dengan takaran yang ideal.

²⁸ Ita Vitasari, "Kejenuhan (Burnout) Belajar Ditinjau Dari Tingkat Kesepian Dan Kontrol Diri Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 9 Yogyakarta", Skripsi Universitas Negeri Yogyakarta, (2016), hlm 12

²⁹ Sri Rumini, Psikologi Umum, (Yogyakarta: Fakultas Ilmu Pendiidkan IKIP Yogyakarta, 1998), 131.

- b. Atur ulang hari dan waktu kelas yang seharusnya lebih mungkin untuk membantu siswa belajar lebih aktif.
- c. Penataan ulang lingkungan, dibandingkan dengan pembangunan kembali lingkungan belajar siswa.
- d. Memotivasi dan merangsang siswa agar mempunyai motivasi lebih giat belajar dari sebelumnya.
- e. Siswa memiliki niat yang sungguh-sungguh dan tidak menyerah untuk selalu mencoba belajar terus.³⁰

D. Hubungan Antar Variabel

1. Hubungan Antara variabel *Peer Social Support* dan *Burnout Academic*

Sebagaimana yang telah dijelaskan oleh Sarafino, bahwa *peer social support* merujuk kepada kebahagiaan yang dialami, penghargaan atas perhatian dan dukungan yang diterima seseorang dari orang lain, dalam hal ini, mereka dapat diidentifikasi sebagai individu atau kelompok. Hal ini menunjukkan bahwa mendukung atau tidaknya segala sesuatu di lingkungan tergantung pada seberapa baik seseorang mempersepsikan lingkungan tersebut.

Dalam hal ini *peer social support* bisa menjadi pengaruh adanya *burnout academic* pada siswa. Dimana ketika seseorang yang mendapat dukungan aktif dari teman, mendapat perhatian dan penghargaan bila berhasil menyelesaikan tugasnya, dan mendapat pertolongan bila menemui kesulitan, hal ini nantinya akan menimbulkan rasa aman dan penerimaan

³⁰ Muhibbin Syah, Psikologi Belajar, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2023), 69.

sehingga siswa lebih mudah menerima permasalahannya, dan siswa dapat mengambil langkah dan solusi yang tepat selanjutnya.

Jadi, bila seorang siswa mengalami kesulitan dan dia mendapatkan dukungan dari temannya seperti, adanya teman yang memberi semangat dan motivasi, mampu mendengarkan keluh kesah dengan baik, memberikan informasi yang diperlukan dan mendorong melakukan diskusi, yang pada akhirnya membantu remaja merasa lebih nyaman dan dihargai, sehingga dia mampu mengembangkan kemampuannya untuk memecahkan masalah dengan baik terutama dalam proses penurunan tingkat *burnout academic* pada dirinya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nur Ainiah dengan judul “Pengaruh Tingkat *Peer Social Support* terhadap *Academic Burnout* Santri Madrasah Diniyah Darut Taqwa Pondok Pesantren (Ngalah) Pasuruan”. Hasil dengan uji regresi menunjukkan bahwa terdapat nilai korelasi antar variabel sebesar 12,0% dengan signifikansi $0,001 < 0,05$ yang artinya terdapat pengaruh antara variabel (X) dan variabel (Y) sehingga, hipotesis penelitian ini dinyatakan diterima dan terdapat pengaruh negatif yang signifikan dimana semakin tinggi tingkat *peer social support* akan menjadikan semakin rendah tingkat *Academic burnout*.³¹

Penelitian yang dilakukan oleh Yisril Srivaniati dengan judul “*The Relationship of Self-Efficacy and Social Support with Academic Burnout in Guidance and Counseling Students at Makassar State University Who are*

³¹ Nur Ainiah “Pengaruh Tingkat *Peer Social Support* Terhadap *Academic Burnout* Santri Madrasah Diniyah Darut Taqwa Pondok Pesantren (Ngalah) Pasuruan”. Skripsi Universitas Islam Negeri Malang, Fakultas Psikologi 2021.

Conducting Online Lectures". Dengan mendapatkan nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0,435 dengan taraf signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$ dan secara bersama-sama memberikan kontribusi terhadap kejenuhan akademik sebesar 18,9%. Hal ini berarti bila mahasiswa memiliki efikasi diri dan dukungan sosial yang tinggi maka kejenuhan akademik akan turun.³²

Jurnal penelitian oleh Muhammad Rayyan dan Rinaldi pada tahun 2022 dengan judul "Hubungan antara dukungan teman sebaya dengan *burnout akademik* pada siswa Madrasah Aliyah Islamic Boarding School Ar-risalah" dengan mendapati hasil analisis korelasi Pearson menunjukkan nilai $r = -0.252$ ($p < 0.05$). Artinya dukungan teman sebaya memiliki hubungan negatif yang signifikan terhadap *burnout akademik*. Dari 99 siswa terdapat 41.4% subjek dengan tingkat *burnout akademik* pada kategori rendah dan 42.4% dengan tingkat dukungan teman sebaya pada kategori sedang.³³

Merujuk pada penelitian yang dilakukan oleh Deni, dkk dengan judul "Hubungan Interaksi Teman Sebaya Dengan Kejenuhan Belajar Pada Santri Aliyah Pondok Pesantren Al Falah Putra Banjarbaru". Dengan mendapatkan hasil nilai korelasi $-0,552$, taraf signifikansi sebesar $0,000$ dan secara bersama-sama memberikan kontribusi terhadap kejenuhan belajar sebesar 30,5 %.³⁴

³² Yisril Srivaniwati, "The Relationship of Self-Efficacy and Social Support with Academic Burnout in Guidance and Counseling Students at Makassar State University Who are Conducting Online Lectures", *PINISI JOURNAL OF EDUCATION*, Universitas Negeri Makasar.

³³ Muhammad Rayyan dan Rinaldi. "Hubungan antara dukungan teman sebaya dengan *burnout akademik* pada siswa Madrasah Aliyah Islamic Boarding School Ar-risalah". *Jurnal Riset Psikologi*", Universitas Negeri Padang, Vol. 5 No.03, 2022.

³⁴ Deni, dkk, "Hubungan Interaksi Teman Sebaya Dengan Kejenuhan Belajar Pada Santri Aliyah Pondok Pesantren Al Falah Putra Banjarbaru". *Jurnal Kognisia*, Universitas Lambung Mangkurat. Vol. 1 No.1, 2019

Penelitian lain yang dilakukan oleh Fathful Firdha dengan judul “Pengaruh Konsep Diri Dan Dukungan Sosial Terhadap Kejenuhan Belajar Pada Siswa Di Sma Negeri Se-Wilayah Semarang Barat Tahun Pelajaran 2018/2019”. Didapatkan hasil penelitian nilai ($R^2 = 0,201$, $F = 79,09$, $p < 0,05$), dan hasil analisis regresi ganda juga menunjukkan adanya pengaruh negatif signifikan antara konsep diri dan dukungan sosial terhadap kejenuhan belajar ($R^2 = 0,268$, $F = 55,128$, $p < 0,05$).³⁵

Berdasarkan teori dan beberapa penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa *peer social support* memiliki pengaruh negatif terhadap *burnout academic*, yang artinya semakin tinggi *peer social support* maka semakin rendah *burnout academic* yang dirasakan siswa. Sebaliknya, semakin rendah *peer social support* maka semakin tinggi *learning plateau* yang dirasakan siswa.

2. Hubungan Antara *School Climate* dan *Burnout Academic*

Litwin dan Stringer mendefinisikan *school climate* dalam kaitannya dengan persepsi para ahli terhadap sistem formal, gaya informal kepala sekolah, dan faktor lingkungan penting lainnya yang mempengaruhi sikap, keyakinan, nilai-nilai, dan motivasi individu di sekolah

Cohen juga menjelaskan bahwa *school climate* adalah pola perilaku siswa di sekolah yang mencerminkan norma, tujuan, nilai, hubungan interpersonal, praktik belajar mengajar, dan struktur organisasi. *School climate* merupakan fenomena psikososial dan juga identik dengan lingkungan sekolah.

³⁵ Fathful Firdha, “Pengaruh Konsep Diri Dan Dukungan Sosial Terhadap Kejenuhan Belajar Pada Siswa Di Sma Negeri Se-Wilayah Semarang Barat Tahun Pelajaran 2018/2019”. Universitas Negeri Semarang, Fakultas Ilmu Pendidikan, 2021.

Aspek penting yang mendukung keberhasilan belajar siswa adalah *school climate*. Sehingga disini iklim sekolah atau *school climate* memiliki pengaruh terhadap adanya *burnout academic* pada siswa, suasana sekolah yang ramah merupakan salah satu hal yang sangat mendukung kelancaran dan kesinambungan pembelajaran, hubungan positif antara siswa dan guru dapat meningkatkan motivasi belajar siswa. Guru yang penuh perhatian dan empati terhadap kebutuhan siswa dapat mengurangi *burnout academic* pada siswa, fasilitas sekolah yang nyaman, bersih, dan aman dapat menciptakan lingkungan yang mendukung pembelajaran. Sebaliknya, fasilitas yang kurang memadai dapat menciptakan ketidaknyamanan dan mengganggu fokus siswa dalam belajar, membentuk program-program ekstrakurikuler yang menarik dan beragam dapat membantu siswa merasa lebih terlibat dengan sekolah dan mengurangi kejenuhan, dan kebijakan sekolah, seperti aturan dan tata tertib, juga dapat memengaruhi tingkat *burnout academic*. Kebijakan yang adil dan konsisten dapat membantu menciptakan *school climate* yang positif.

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa *school climate* yang positif, inklusif, dan mendukung dapat membantu mengurangi *burnout academic* siswa, sementara iklim yang tidak kondusif dapat meningkatkan risiko kejenuhan. Faktor-faktor ini dapat bekerja bersama untuk menciptakan pengalaman belajar yang lebih positif atau negatif bagi siswa.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Novia, Edi, dan Iis pada tahun 2023 dengan judul “Pengaruh

Lingkungan Sekolah terhadap Kejenuhan Belajar serta Implikasinya pada Hasil Belajar Siswa Mata Pelajaran Ekonomi”. Hasil perhitungan menunjukkan bahwa berada di lingkungan sekolah berpengaruh negatif terhadap kejenuhan belajar sebesar -0,269. Dimana lingkungan sekolah yang baik dan mendukung maka tingkat kejenuhan belajar siswa akan menurun.³⁶

Penelitian lain yang dilakukan oleh Nursakdiyah, Khairinal, dkk pada tahun 2023 dengan judul “Pengaruh Lingkungan Sekolah dan Efikasi Diri Terhadap Kejenuhan Belajar dan Dampaknya Terhadap Motivasi Belajar pada Mata Pelajaran Akuntansi Siswa Kelas XI SMK Negeri di Kabupaten Sarolangun” dengan mendapati hasil pengujian sobel test yang dilakukan diperoleh nilai t statistik pengaruh mediasi yaitu sebesar 2,341. Oleh karena nilai t hitung = 2,341 lebih besar dari nilai t tabel dengan tingkat signifikan 0,05 yaitu 1,983, maka dapat disimpulkan bahwa koefisien mediasi 0,14982 signifikan negatif yang berarti bahwa kejenuhan belajar mampu memediasi lingkungan sekolah terhadap motivasi belajar. Artinya lingkungan sekolah yang kondusif akan mampu menurunkan kejenuhan belajar, serta dapat meningkatkan motivasi belajar peserta didik.³⁷

Merujuk pada penelitian yang dilakukan oleh Hadyan dan Lucia pada tahun 2022 dengan judul “Hubungan Antara Lingkungan Belajar Dengan Kelelahan Siswa SMA Di Kota Surabaya”. Mendapatkan hasil bahwa

³⁶ Novia, dkk, “Pengaruh Lingkungan Sekolah terhadap Kejenuhan Belajar serta Implikasinya pada Hasil Belajar Siswa Mata Pelajaran Ekonomi”. *Global Education Jurnal*, Universitas Siliwangi Indonesia, Vol. 01 No.03, 2023.

³⁷ Nursakdiyah, dkk. “Pengaruh Lingkungan Sekolah dan Efikasi Diri Terhadap Kejenuhan Belajar dan Dampaknya Terhadap Motivasi Belajar pada Mata Pelajaran Akuntansi Siswa Kelas XI SMK Negeri di Kabupaten Sarolangun”. *Jurnal Manajemen Pendidikan dan Ilmu Sosial*, Universitas Jambi, Vol. 4 No.02, 2023.

terdapat hubungan antara lingkungan belajar dengan kelelahan siswa, dengan nilai signifikansi sebesar 0,039 dengan α 0,05.³⁸

Seperti halnya penelitian yang dilakukan oleh Dewi Firda Azka dengan judul “Pengaruh Lingkungan Belajar Terhadap Kejenuhan Belajar Mahasiswa Jurusan Pendidikan Ekonomi Masa Pandemi Covid 19 Di Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau”. Mendapatkan hasil nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ pada taraf signifikan 5% ($0,659 > 0,502$) dan 1% ($0,363 > 0,181$), ini berarti terdapat pengaruh yang signifikan antara lingkungan belajar terhadap kejenuhan belajar mahasiswa jurusan Pendidikan Ekonomi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Besar presentase pengaruh lingkungan belajar terhadap kejenuhan belajar mahasiswa sebesar 75,96%.³⁹

Berdasarkan teori dan beberapa penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa *school climate* memiliki pengaruh negatif terhadap *burnout academic*, yang artinya semakin tinggi *school climate* maka semakin rendah *burnout academic* yang dirasakan siswa. Sebaliknya, semakin rendah *school climate* maka semakin tinggi *burnout academic* yang dirasakan siswa.

³⁸ Hadyan, Lucia, “Hubungan Antara Lingkungan Belajar Dengan Kelelahan Siswa SMA Di Kota Surabaya”. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, Universitas Airlangga Surabaya Indonesia, Vol.13 No.1, 2022.

³⁹ Dewi Firda Azka, “Pengaruh Lingkungan Belajar Terhadap Kejenuhan Belajar Mahasiswa Jurusan Pendidikan Ekonomi Masa Pandemi Covid 19 Di Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau”. Skripsi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, Fakultas Tarbiyah dan Keguruan, 2022.

3. Hubungan Antara *Peer Social Support*, *School Climate*, dan *Burnout Academic*.

Siswa memiliki berbagai peranan yang harus diemban. Selain sebagai insan akademis yang harus menyesuaikan diri dengan tuntutan sistem pembelajaran, sehubungan dengan kondisi sulit ini siswa dituntut untuk mampu memahami, mengenali, dan mengelola kesulitan menjadi sesuatu yang positif. Seperti yang di jelaskan oleh Sarafino, bahwa *peer social support* merujuk kepada kebahagiaan yang dialami, penghargaan atas perhatian atau bantuan yang diterima individu dari orang lain, sehingga dapat diidentifikasi sebagai individu atau kelompok. Hal ini menunjukkan bahwa apakah hal-hal yang ada di lingkungan mendukung atau tidak tergantung pada sejauh mana individu memandang lingkungan tersebut yang nantinya akan menimbulkan rasa aman dan penerimaan sehingga remaja lebih mudah menerima permasalahannya, dan remaja dapat mengambil langkah serta solusi yang tepat selanjutnya.

Peer social support dan *school climate*, keduanya memiliki pengaruh yang kuat terhadap *burnout academic* siswa. Dimana *peer social support* yang baik adalah ketika seorang siswa mengalami kesulitan dan dia mendapatkan dukungan dari temannya seperti adanya teman yang memberi semangat dan motivasi, mampu mendengarkan keluh kesah dengan baik, memberikan informasi yang diperlukan dan mendorong melakukan diskusi, yang pada akhirnya membantu remaja merasa lebih nyaman dan dihargai, sehingga dia mampu mengembangkan kemampuannya untuk memecahkan

masalah dengan baik terutama dalam proses penurunan tingkat *burnout academic* pada dirinya.

Dan *school climate* yang positif dan mendukung dapat menciptakan lingkungan yang merangsang minat belajar dan motivasi belajar siswa yang mencakup hubungan positif antara siswa dan guru, lingkungan fisik yang kondusif untuk belajar, serta budaya yang mendorong eksplorasi dan kreativitas. Sebaliknya, *school climate* yang negatif, seperti ketidaknyamanan sosial, ketidakamanan, atau kurangnya sumber daya yang memadai, dapat menyebabkan *burnout academic*.

Ketika *peer social support* yang baik dipasangkan dengan *school climate* yang mendukung, siswa cenderung lebih termotivasi, merasa terhubung dengan proses pembelajaran, dan kurang mengalami kejenuhan. Oleh karena itu, penting bagi sekolah dan siswa untuk bekerja sama dalam membangun *peer social support* yang positif dan menciptakan *school climate* yang mendukung pengalaman belajar agar lebih bermakna.

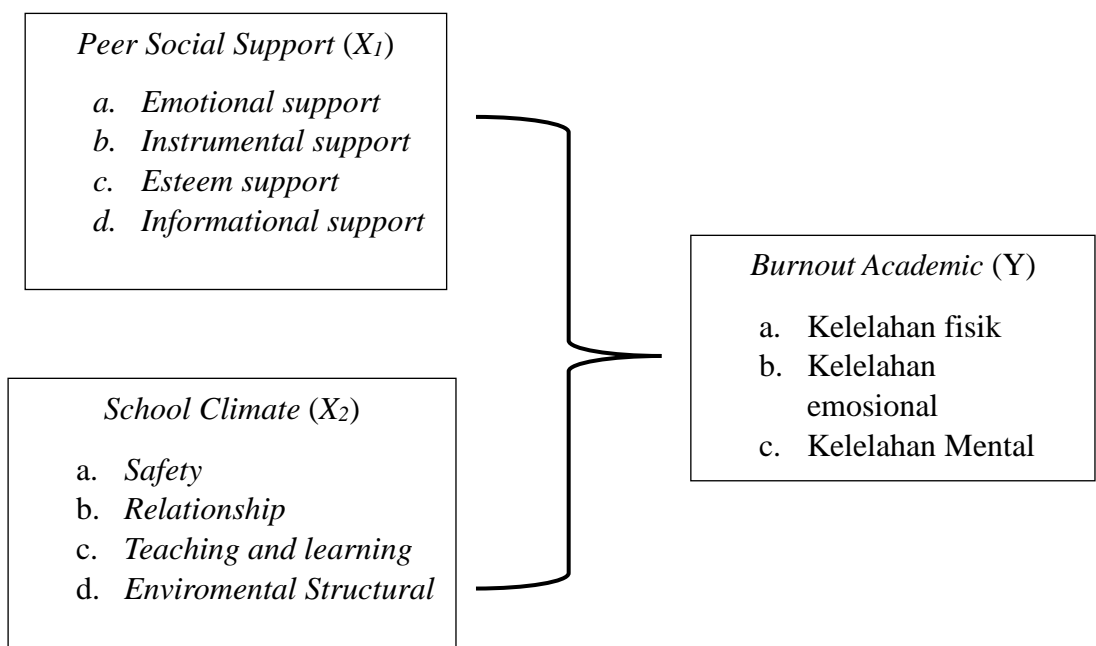
Hal ini diperkuat dengan adanya penelitian yang dilakukan oleh Silvia Angreani pada tahun 2020 dengan judul “Pengaruh Lingkungan Kerja dan Dukungan Sosial Terhadap Kejenuhan”. Dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa lingkungan kerja dan dukungan sosial memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kejenuhan kerja dengan nilai signifikansi $F = 13,286$, $R^2 = 0,284$, dan $P = 0,000$.⁴⁰

⁴⁰ Silvia Angreani, “Pengaruh Lingkungan Kerja dan Dukungan Sosial Terhadap Kejenuhan”, *Psikoborneo Jurnal Ilmiah Psikologi*, Vol 8 No 3, Universitas Mulawarman.

E. Kerangka Teoritis

Dari penjelasan diatas, dapat diketahui bahwa *peer social support* dan *school climate* memiliki peran penting dan pengaruh terhadap terjadinya *burnout academic* pada siswa dan dapat dibuat sebuah kerangka teori dalam penelitian ini yang menerangkan pengaruh dari variabel bebas yaitu *peer social support* (X1), *school climate* (X2) yang mempengaruhi terhadap variabel terikat yaitu *burnout academic* (Y).

Berikut kerangka teori dari *Peer social support* dan *School climate* terhadap *Burnout Academic* pada siswa MTS Hidayatus Salam Desa Lowayu Kec. Dukun Kab. Gresik.



Berdasarkan kerangka diatas, dapat diketahui bahwa *peer social support* sebagai X1 dan *school climate* sebagai X2 digambarkan dengan anak panah yang menuju ke kanan pada *burnout academic* sebagai Y. Hal ini dapat diartikan bahwa *peer social support* dan *school climate* memiliki pengaruh

terhadap *burnout academic*. Dimana semakin tinggi *peer social support* dan *school climate*, maka semakin rendah peluang terjadinya *burnout academic*, dan sebaliknya, semakin rendah *peer social support* dan *school climate*, semakin tinggi pula peluang terjadinya *burnout academic*.