

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Seorang pelajar harus dituntut untuk melakukan proses belajar dalam menempuh suatu pendidikan. Dimana belajar dalam buku yang berjudul “Belajar dan Pembelajaran Berbasis *Cooperative Learning*” yang ditulis oleh Sri Hayati merupakan suatu proses perubahan tingkah laku dalam diri seseorang yang berdasarkan pada pengalaman baru yang telah didapatkan.<sup>1</sup> Dalam proses belajar tentunya akan menghasilkan dampak bagi seseorang dimana ketika seseorang belajar maka akan meningkatkan prestasi maupun pengalaman yang diterima. Namun sebaliknya bisa saja dampak negatif dari belajar mampu memberikan rasa lelah, bosan, stress, maupun sikap negatif lainnya.

Di Indonesia saat ini menerapkan sistem pembelajaran secara *online* hal ini disebabkan oleh adanya virus *Covid-19* sehingga sistem pembelajaran harus berubah. Terdapat berbagai cara dalam menjalankan sistem pembelajaran secara daring yaitu salah satunya adalah pemberian tugas. Hal ini sebagai upaya pendidik untuk mengukur keaktifan siswa dalam mengikuti proses belajar mengajar dan mampu menilai perkembangan proses belajar siswa. Tentunya tugas yang diberikan ini tidak jauh dari materi-materi pembelajaran yang sudah diberikan. Akan tetapi terkadang kebanyakan siswa masih kurang memahami materi yang diberikan oleh guru sebab minimnya penjelasan mengenai materi

---

<sup>1</sup> Sri Hayati, “*Belajar Dan Pembelajaran Berbasis Cooperative Learning*”, (Magelang : Graha Cendekia, 2017), hlm 1

pembelajaran. Sehingga ketika siswa mengerjakan tugas, mereka akan kebingungan untuk menyelesaikan tugas sekolahnya dan akan berakibat pada terhambatnya penyelesaian tugas bahkan sampai tidak mengumpulkan tugas akibat ketidakmampuan dalam mengerjakan tugas sekolah.

Ketika seorang siswa menunda atau bahkan tidak mengerjakan tugas sesuai dengan waktunya, maka tugas-tugas tersebut akan menumpuk dan ketika akan dikumpulkan sesuai dengan jadwalnya, maka siswa tersebut akan menguras sumber daya emosionalnya untuk menyelesaikan tugasnya tersebut. Sehingga, ketika siswa mendapatkan atau mengerjakan tugas yang banyak akibat dari penundaan penyelesaian tugas dengan tepat waktu maka hal tersebut menunjukkan sikap tidak kompeten sebagai pelajar, maka hal ini akan membuat siswa mengalami *burnout* secara akademik.

*Burnout* menurut Maslach dan Jackson sebagaimana dikutip oleh Kristianti Puspitaningrum merupakan sebuah bentuk sindrom kelelahan secara emosional, depersonalisasi dan terdapat aspek pengurangan atas penghargaan terhadap diri sendiri dimana sindrom ini dikaitkan dengan stress yang dialami individu secara terus menerus yang ditandai dengan adanya kelelahan secara fisik maupun psikis.<sup>2</sup> 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.<sup>3</sup>

---

<sup>2</sup> Kristianti Puspitaningrum, "Pengaruh Dukungan Sosial Orang Tua Terhadap *Burnout* Pada Mahasiswa Dalam Mengerjakan Skripsi", *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, Vol. 4, No. 10, (2018), hlm 2

<sup>3</sup> Emily Nagoski, Amelia Nagoski, *Burnout The Secret To Unlocking The Stress Life*, (New York : Ballantine Books, 2019) hlm 2

*Burnout* dalam artikel yang ditulis oleh Elisabeth Cristiana menjelaskan bahwa tentunya dalam kegiatan belajar, seorang pelajar seringkali merasa stress yang disebabkan oleh pelajaran yang diterima saat di sekolah ataupun banyaknya tuntutan tugas yang harus diselesaikan tepat waktu, yang mana apabila stress ini dirasakan oleh pelajar secara terus menerus akan menimbulkan kelelahan baik secara fisik maupun psikis.<sup>4</sup> Terdapat berbagai aspek-aspek dalam *burnout* yakni *emotional exhaustion*, *cynicism*, dan *reduce of professional efficacy* dimana apabila aspek-aspek ini dirasakan oleh individu secara berlebihan, maka kecenderungan individu mengalami *burnout* juga akan sangat tinggi.<sup>5</sup>

*Burnout* yang dialami oleh siswa dapat menyebabkan usaha belajar yang kurang maksimal akibat adanya kinerja otak yang terganggu dalam menerima informasi. Hal inilah dapat membuat siswa dapat kehilangan motivasi maupun keyakinan diri untuk mampu menghasilkan prestasi belajar yang tinggi. Dampak lain dari adanya *burnout* yang dirasakan oleh siswa bisa berupa kesusahan untuk tidur, malas belajar, tidak memperdulikan tugas-tugas yang telah diberikan, mudah bosan saat kegiatan belajar daring atau saat mengerjakan tugas yang diberikan guru, suka marah-marah saat dalam proses penyelesaian tugas, mudah sakit dikarenakan seringnya siswa memikirkan jalan keluar untuk menyelesaikan tugas-tugas sekolah, kesulitan untuk menyesuaikan diri dalam menghadapi berbagai tugas sehingga dari dampak inilah dapat menyebabkan penurunan prestasi belajar pada siswa.

---

<sup>4</sup> Elisabeth Christiana, “*Burnout Akademik Selama Pandemi Covid 19*”, Universitas Negeri Surabaya, hlm 4

<sup>5</sup> Emily Nagoski, Amelia Nagoski, *Burnout The Secret To Unlocking.*, hlm 3

Peristiwa yang terjadi di lokasi penelitian menjelaskan bahwa siswa mengalami *burnout* disebabkan oleh banyaknya tugas yang didapatkan dalam setiap hari dan ketidakmampuan untuk mengumpulkan tugas dengan tepat waktu dirasakan siswa secara terus menerus. Hal ini sesuai dengan pernyataan Lin dan Huang dalam jurnal yang ditulis oleh Asrowi, Susilo, dan Hartanto yang menjelaskan bahwa pemberian tugas yang banyak akan berpotensi siswa merasa stress, dimana stress ini berhubungan dengan *burnout* akademik dan terbukti berdampak negatif pada proses pembelajaran.<sup>6</sup> Dapat diartikan bahwa apabila kecenderungan *burnout* ini terus dialami oleh siswa akan berdampak pada prestasi belajar siswa, yang mana apabila semakin tinggi *burnout* yang dialami oleh siswa maka akan semakin tinggi pula penurunan prestasi belajar siswa yang kemungkinan hal ini juga dapat mengakibatkan siswa tidak lulus atau tidak naik kelas.

Berdasarkan hasil observasi pada beberapa siswa di salah satu lokasi penelitian, menjelaskan bahwa 28% dari total siswa kelas V mengalami kecenderungan *burnout* yang cukup tinggi hal ini dibuktikan dengan adanya keterlambatan mereka dalam mengerjakan tugas, kurangnya minat untuk belajar secara daring, tidak atau belum mempunyai alat yang memadai untuk mendukung proses belajar secara daring, dan belum maksimalnya keterlibatan orang tua maupun keluarga untuk mendukung maupun membantu untuk penyelesaian tugas sekolah mereka. Dimana siswa kelas V ini menurut teori psikologi kognitif dalam bukunya Santrock menjelaskan bahwa siswa kelas V berada pada usia 10 – 11 tahun yang berada pada tahap operasional konkrit

---

<sup>6</sup> Asrowi, Agus Tri Susilo, Agit Purwo Hartanto, “*Academic Burnout* Pada Peserta Didik Terdampak Pandemi Covid – 19”, *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, No. 1, Vol. 5, (Desember 2020), hlm 2

artinya anak usia ini mampu berfikir secara operasional dan mampu menalar secara logis akan tetapi masih belum bisa mandiri.<sup>7</sup> Dapat diartikan bahwa anak sudah mampu berfikir akan tetapi masih membutuhkan pendampingan dari orang lain.

Penjelasan tersebut didukung oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Ayse Aypay menjelaskan bahwa *burnout* bisa diteliti pada lingkungan organisasi, pekerjaan, maupun individu. Dan siswa sekolah dasar bisa saja mengalami *burnout* karena pada usia sekolah dasar, mereka dituntut untuk belajar, memecahkan masalah yang ada di sekolah sedangkan orang tua dan guru mengharapkan mereka mampu mencapai harapan yang tinggi sesuai dengan keinginan. Hasil penelitian tersebut menjelaskan bahwa siswa sekolah dasar di Turki mengalami *burnout* yang disebabkan oleh proses belajar, tuntutan untuk mengerjakan tugas, dan juga mengerjakan pekerjaan rumah. Maka dapat diketahui bahwa bisa saja anak usia sekolah dasar yang mendekati tingkat sekolah menengah mengalami *burnout* dari sekolah.<sup>8</sup>

Akan tetapi kebanyakan siswa dari 28% yang mengalami *burnout* akademik ini disebabkan oleh rasa stress akibat banyaknya tugas yang harus diselesaikan sesuai dengan jadwal pengumpulan yang sudah ditetapkan oleh guru mereka dan keterlibatan orang tua atau keluarga untuk bisa membantu anak dalam mengerjakan tugas sangat minim sehingga menimbulkan sikap ketidakpedulian terhadap tugas sekolah yang mereka dapatkan. Sedangkan materi pembelajaran dalam madrasah ibtidaiyah lebih banyak daripada di

---

<sup>7</sup> John W. Santrock, *Psikologi Pendidikan*, (Jakarta : Salemba Humanika, 2014), hlm 49

<sup>8</sup> Ayse Aypay, "Elementary School Student Burnout Scale for Grade 6-8 : A Study of Validity and Reliability", *Jurnal Educational Sciences : Theory & Practice*, No. 11, Vol. 2, (2011), hlm 2

sekolah dasar dan juga siswa dituntut untuk mampu menghafal serta menerapkan praktikum agama yang ada di sekolah seperti menghafalkan beberapa surat dalam Al-Qur'an, melaksanakan praktik ibadah seperti sholat sunnah, dan lain sebagainya. Sehingga siswa akan mendapatkan lebih banyak tugas dari sekolah.

Minimnya dukungan sosial dari keluarga menjadi salah satu faktor yang menyebabkan siswa mengalami *burnout* hal ini terjadi ketika siswa mendapatkan tugas dari sekolah ini dikarenakan ada orang tua yang sibuk bekerja sejak pagi seperti petani, pedagang di pasar maupun yang lainnya, ada pula yang tinggal bersama kakek maupun neneknya sehingga mereka belum memahami kegunaan teknologi saat ini, ada pula yang tidak peduli dengan proses belajar daring anak sebab ketidakpahaman sistem pembelajaran secara daring, ada pula yang ketika orang tuanya bekerja lalu tinggal bersama kakak atau saudara namun mereka juga mempunyai kesibukan sehingga kurang maksimal untuk mendampingi adik atau saudaranya saat menyelesaikan tugas sekolah. Hal inilah menyebabkan siswa mengalami kecenderungan *burnout* yang cukup tinggi.

Dari hasil observasi di lokasi penelitian didapatkan bahwa faktor-faktor yang menyebabkan siswa mengalami *burnout* akademik ialah tuntutan atau beban tugas, dukungan sosial, dan minat belajar. Salah satu penyebab *burnout* akademik siswa adalah kurangnya dukungan sosial dari lingkungan sekitar terutama keluarga. Dukungan sosial menurut Cobb sebagaimana dikutip oleh Kristianti Puspitaningrum merupakan sebuah usaha yang merujuk pada penerimaan akan rasa aman, perhatian, sebuah penghargaan, dan berupa

bantuan yang diterima individu dari orang lain.<sup>9</sup> Sedangkan menurut House dalam jurnal yang ditulis oleh Nani Nurhidayati dan Duta Nurdibyanandaru dukungan sosial merupakan suatu kadar keberfungsian dari sebuah hubungan yang dapat dikelompokkan dalam empat hal yakni dukungan emosional, dukungan informasi, dukungan instrumental, dan dukungan penghargaan.<sup>10</sup>

Pentingnya dukungan sosial dari keluarga mampu memberikan pengaruh terhadap sikap dan perilaku individu saat mendapatkan berbagai tuntutan tugas yang banyak. Sehingga peran dukungan sosial dari keluarga ini nanti mampu menjadi penghambat siswa untuk mengalami kecenderungan *burnout* yang tinggi, sehingga anak akan mempunyai semangat dalam mengerjakan berbagai tugas yang telah diberikan guru kelasnya dan anak mampu terhindar dari kecenderungan *burnout* dalam tingkat yang tinggi.

Berdasarkan pada hasil observasi di lokasi penelitian, hal ini juga didukung dengan penelitian sebelumnya yang ditulis oleh Kristianti Puspitaningrum yang menjelaskan bahwa dukungan sosial mempunyai pengaruh terhadap tinggi rendahnya kecenderungan *burnout* yang dialami oleh siswa. Dalam penelitiannya menjelaskan bahwa, terdapat hubungan antara dukungan sosial orang tua terhadap *burnout* pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Hubungan ini memiliki pengaruh yang negatif artinya semakin tinggi dukungan sosial yang diterima oleh siswa, maka kecenderungan siswa mengalami *burnout* akan semakin rendah.<sup>11</sup>

---

<sup>9</sup> Kristianti Puspitaningrum, "Pengaruh Dukungan Sosial Orang Tua., hlm 3

<sup>10</sup> Nani Nurhidayati, Duta Nurdibyanandaru, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga Dengan *Self Esteem* Pada Penyalahguna Narkoba Yang Direhabilitasi", *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, Vol. 03, No. 03, (2014), hlm 55

<sup>11</sup> Kristianti Puspitaningrum, "Pengaruh Dukungan Sosial Orang Tua., hlm 8

Dari penjelasan di atas, diketahui bahwa dukungan sosial yang didapatkan individu dari keluarganya akan sangat berpengaruh terhadap tindakan atau perilaku individu dalam proses belajar. Dimana keluarga merupakan lingkungan yang sangat dekat dengan seseorang dan mampu memberikan pengaruh terhadap kehidupan seseorang yang mana apabila semakin tinggi dukungan sosial yang diberikan keluarga, maka individu akan bersemangat dan mempunyai motivasi untuk mengerjakan tugas-tugas yang diberikan oleh sekolah.

Begitupun sebaliknya, jika dukungan sosial yang diberikan oleh keluarga berada pada tingkat yang rendah maka dorongan seorang siswa akan rendah dalam mengerjakan tugas-tugas sekolah yang telah diberikan. Maka apabila dorongan siswa untuk mengerjakan tugas berada pada tingkat yang rendah, akan besar kemungkinan siswa mengalami kecenderungan *burnout* secara akademik yang diakibatkan oleh tidak adanya semangat dalam diri siswa untuk mengerjakan tugas sehingga nantinya tugas-tugas tersebut akan menumpuk dan membuat siswa harus berpikir keras untuk dapat menyelesaikan tugas yang selalu datang dalam setiap harinya.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti ingin meneliti tentang pengaruh dukungan sosial terhadap *burnout* akademik. Maka dari uraian diatas, peneliti mengambil judul tentang **“Pengaruh Dukungan Sosial Keluarga Terhadap *Burnout* Akademik Siswa Kelas V MI Di Kecamatan Purwoasri”**



## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan pada latar belakang di atas, rumusan masalah yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah “apakah terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara dukungan sosial keluarga terhadap *burnout* akademik siswa kelas V MI di Kecamatan Purwoasri?”

## **C. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara dukungan sosial keluarga terhadap *burnout* akademik pada siswa kelas V MI di Kecamatan Purwoasri.

## **D. Kegunaan Penelitian**

Peneliti sangat berharap dalam penelitian ini mempunyai kegunaan baik secara teoritis maupun praktis:

1. Secara teoritis
  - a. Ditinjau dari segi akademik yakni penelitian ini mampu dijadikan referensi oleh pembaca maupun peneliti selanjutnya
  - b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan ilmu pengetahuan mengenai hubungan dukungan sosial keluarga terhadap *burnout* akademik siswa
  - c. Dari hasil penelitian ini mampu dijadikan sebagai pelengkap dari penelitian-penelitian sebelumnya mengenai masalah pengaruh dukungan sosial keluarga terhadap *burnout* akademik siswa kelas V MI di Kecamatan Purwoasri

## 2. Secara praktis

Dari segi praktis, penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat bagi keluarga agar bisa mengetahui dan memahami pentingnya dukungan sosial keluarga terhadap *burnout* akademik. Sehingga keluarga maupun pihak sekolah mampu membantu siswa dalam menyelesaikan permasalahan yang berkaitan dengan akademik siswa. Dan juga penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi secara keilmuan bagi tempat penelitian dan juga bagi perkembangan ilmu Psikologi pada bidang pendidikan.

### E. Hipotesis Penelitian

Hipotesis penelitian adalah suatu dugaan atau jawaban sementara terhadap permasalahan dalam penelitian yang diteliti oleh peneliti hingga terbukti data itu sudah terkumpul.<sup>12</sup>

Ha : Ada pengaruh negatif yang signifikan antara dukungan sosial keluarga terhadap *burnout* akademik siswa kelas V MI di Kecamatan Purwoasri.

H<sub>0</sub> : Tidak ada pengaruh negatif yang signifikan antara dukungan sosial keluarga terhadap *burnout* akademik siswa kelas V MI di Kecamatan Purwoasri.

### F. Telaah Pustaka

1. Jurnal penelitian oleh Kristianti Puspitaningrum yang berjudul “Pengaruh Dukungan Sosial Orang Tua Terhadap Burnout Pada Mahasiswa Dalam Mengerjakan Skripsi” menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif

---

<sup>12</sup> Suharmi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, (Jakarta : Rineka Cipta, 1996), hlm. 62.

dengan teknik analisis data regresi sederhana yang menggunakan dua skala penelitian yakni dukungan sosial orang tua dengan skala *burnout*. Dimana tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui dukungan sosial orang tua pada mahasiswa dalam mengerjakan skripsi, *burnout* pada mahasiswa dalam mengerjakan skripsi, dan pengaruh dukungan sosial orang tua terhadap *burnout* pada mahasiswa dalam mengerjakan skripsi. Dimana dalam penelitian ini menggunakan sampel penelitian sebanyak 80 mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Yogyakarta dengan menunjukkan hasil penelitian yakni dukungan sosial orang tua pada mahasiswa dalam mengerjakan skripsi berada pada kategori sedang, *burnout* mahasiswa dalam mengerjakan skripsi berada pada tingkat yang sedang, dan terdapat pengaruh antara dukungan sosial orang tua terhadap *burnout* pada mahasiswa dalam mengerjakan skripsi yang dapat diartikan bahwa semakin tinggi dukungan sosial orang tua maka akan semakin rendah *burnout* pada mahasiswa dalam mengerjakan skripsi.<sup>13</sup>

Perbedaan penelitian di atas dengan penelitian yang akan diajukan oleh peneliti adalah terletak pada sampel penelitian dimana penelitian diatas menggunakan sampel penelitian yakni mahasiswa yang mengerjakan skripsi sedangkan pada penelitian yang akan diajukan oleh peneliti menggunakan sampel penelitian siswa kelas V MI dimana semua orang mungkin mengalami kecenderungan *burnout*, dan variabel yang

---

<sup>13</sup> Kristianti Puspitaningrum, "Pengaruh Dukungan Sosial Orang Tua Terhadap *Burnout* Pada Mahasiswa Dalam Mengerjakan Skripsi", *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, Vol. 4, No. 10, (2018)

akan diteliti peneliti yakni tentang dukungan sosial keluarga yang bisa didapatkan oleh saudara kandung, orang tua, maupun saudara lainnya. Dimana penelitian ini mengambil objek lokasi penelitian di Madrasah Ibtidaiyah. Persamaan penelitian diatas ialah menggunakan variabel dukungan sosial sebagai variabel X dan *burnout* sebagai variabel Y dengan menggunakan pendekatan kuantitatif.

2. Jurnal oleh Dwi Purwati dan Yusqi Mahfud dengan judul “Pengaruh Dukungan Sosial, Kepribadian Hardiness dan Efikasi Diri Terhadap *Burnout* (Studi Pada Guru SMP Negeri 1 Sigaluh Banjarnegara)” yang menggunakan pendekatan penelitian jenis kuantitatif dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap *burnout*, pengaruh hardiness terhadap *burnout*, dan pengaruh efikasi diri terhadap *burnout* dengan menggunakan sampel penelitian sebanyak 32 responden dimana hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial mempunyai pengaruh yang negatif terhadap *burnout* yang artinya semakin baik dukungan sosial maka semakin turun *burnout* yang dirasakan.<sup>14</sup>

Perbedaan penelitian diatas dengan penelitian yang akan diajukan oleh peneliti yakni terletak pada variabel penelitian dimana penelitian diatas menggunakan tiga variabel yang dapat mempengaruhi satu variabel yakni dukungan sosial, hardiness dan efikasi diri terhadap *burnout* sedangkan pada penelitian yang akan diajukan oleh peneliti menggunakan satu variabel saja yakni dukungan sosial khususnya dukungan sosial keluarga terhadap

---

<sup>14</sup> Dwi Purwati, Yusqi Mahfud, “Pengaruh Dukungan Sosial, Kepribadian *Hardiness* dan Efikasi Diri Terhadap *Burnout* (Studi Pada Guru SMP Negeri 1 Sigaluh Banjarnegara)”, *Journal of Economic, Business, and Engineering*, Vol. 1, No. 1, (2019)

*burnout*, perbedaan lainnya yakni terletak pada sampel penelitian yakni pada penelitian diatas menggunakan sampel penelitian guru SMP sedangkan penelitian yang akan diajukan peneliti menggunakan sampel penelitian siswa kelas V MI dimana kajian mengenai *burnout* bisa diteliti pada ruang lingkup sekolah yang merupakan tempat kerja bagi siswa. Persamaan antara penelitian diatas dengan penelitian yang akan diajukan adalah terletak pada variabel penelitian dimana variabel dukungan sosial sebagai variabel X dan variabel *burnout* sebagai variabel Y dengan menggunakan pendekatan penelitian dengan jenis kuantitatif.

3. Skripsi yang ditulis oleh Isnia Prijayanti dengan judul “Pengaruh Beban Kerja dan Dukungan Sosial Terhadap *Burnout* Pada Karyawan PT. X” dengan menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif dengan jumlah responden sebanyak 166 responden dengan teknik pengumpulan data berupa angket dengan menggunakan instrumen pengumpulan data berupa skala penelitian yang mencakup variabel-variabel yang diteliti yakni variabel beban kerja, dukungan sosial, dan *burnout* dimana hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial terhadap *burnout* pada karyawan dengan persentase sebesar 15.8%.<sup>15</sup>

Perbedaan antara penelitian diatas dengan penelitian yang akan diajukan oleh peneliti terletak pada sampel penelitian yakni penelitian diatas menggunakan sampel penelitian karyawan yang bekerja sedangkan penelitian yang akan diajukan oleh peneliti menggunakan sampel siswa kelas V MI yang mana seorang siswa memungkinkan untuk mengalami

---

<sup>15</sup> Isnia Prijayanti, “Pengaruh Beban Kerja Dan Dukungan Sosial Terhadap *Burnout* Pada Karyawan Di PT X”, Skripsi UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 2015

*burnout* dan variabel penelitian lebih merujuk pada variabel dukungan sosial keluarga. Sedangkan persamaan penelitian diatas dengan penelitian yang akan diajukan oleh peneliti yakni terletak pada variabel penelitian dimana variabel dukungan sosial sebagai variabel X dan *burnout* sebagai variabel Y dengan menggunakan jenis pendekatan kuantitatif.

4. Jurnal dengan judul “Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap *Burnout* Pada Guru” yang ditulis oleh Johanan Purab, Aries Yulianto, dan Ervy Widyanti dengan menggunakan jenis penelitian kuantitatif non eksperimental bertujuan untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap *burnout* pada guru berdasarkan pada teori yang dipakai yakni dukungan sosial menurut Sarafino dan teori *burnout* menurut Maslach dengan menghasilkan hasil penelitian bahwa terdapat hubungan yang negatif antara dukungan sosial terhadap *burnout* pada guru yang artinya semakin tinggi dukungan sosial yang diperoleh maka akan semakin rendah *burnout* yang dialami oleh guru. Sumbangsih persentase dukungan sosial terhadap *burnout* sebesar 58%.<sup>16</sup>

Perbedaan penelitian diatas dengan penelitian yang akan diajukan oleh peneliti yakni terletak pada sampel penelitian dimana pada penelitian diatas menggunakan sampel penelitian guru sedangkan penelitian yang akan diajukan oleh peneliti menggunakan sampel penelitian siswa kelas V MI dan mengacu pada *burnout* secara akademik yang mana *burnout* bisa juga dialami oleh seorang siswa dan menggunakan variabel dukungan sosial keluarga. Sedangkan persamaan penelitian diatas dengan penelitian yang

---

<sup>16</sup> Johana Purba, Aries Yulianto, Ervy Widyanti, “Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap *Burnout* Pada Guru”, *Jurnal Psikologi*, Vol. 5, No. 1, (Juni 2007)

akan diajukan oleh peneliti yakni terletak pada variabel penelitian dimana variabel dukungan sosial sebagai variabel bebas dan variabel burnout sebagai variabel terikat dengan menggunakan jenis penelitian kuantitatif.

5. Skripsi yang ditulis oleh Fathful Firdha Kurniawan dengan judul “Pengaruh Konsep Diri Dan Dukungan Sosial Terhadap Kejenuhan Belajar Pada Siswa di SMA Negeri Se-Wilayah Semarang Barat Tahun Pelajaran 2018/2019” dimana penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan dua jenis variabel yang terdiri atas independent variabel meliputi variabel konsep diri dan dukungan sosial sedangkan dependent variabel menggunakan variabel kejenuhan belajar yang dikaitkan dengan teori *burnout* dimana hasil penelitian ini menjelaskan bahwa dukungan sosial mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap kejenuhan belajar siswa SMA dimana semakin tinggi dukungan sosial yang didapatkan siswa, maka kecenderungan siswa mengalami kejenuhan belajar akan semakin rendah.<sup>17</sup>

Perbedaan antara penelitian diatas dengan penelitian yang akan dilakukan peneliti adalah variabel yang digunakan dimana dalam penelitian diatas menggunakan dua variabel bebas yakni variabel konsep diri dengan variabel dukungan sosial dengan satu variabel terikat yakni kejenuhan belajar, sedangkan peneliti hanya akan menggunakan dua variabel saja yang terdiri atas variabel bebas yakni variabel dukungan sosial keluarga dengan variabel terikat yakni *burnout* akademik. Subjek penelitian yang

---

<sup>17</sup> Fathful Firdha Kurniawan, “Pengaruh Konsep Diri Dan Dukungan Sosial Terhadap Kejenuhan Belajar Pada Siswa Di SMA Negeri Se – Wilayah Semarang Barat Tahun Pelajaran 2018/2019”, Skripsi UIN Semarang, 2019

digunakan dalam penelitian diatas adalah siswa SMA se-wilayah Semarang Barat sedangkan penelitian yang akan diajukan peneliti menggunakan subjek penelitian yakni siswa kelas V MI dimana seorang siswa sekolah dasar memungkinkan untuk bisa mengalami kecenderungan *burnout* secara akademik di sekolah mereka dan mata pelajaran dalam MI lebih banyak daripada sekolah dasar. Sedangkan persamaannya adalah sama-sama menggunakan penelitian jenis kuantitatif dan sama-sama menggunakan variabel dukungan sosial sebagai variabel X dan kejenuhan belajar (*burnout*) sebagai variabel Y.

### G. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah suatu definisi maupun petunjuk tentang variabel-variabel yang akan diteliti dan diukur.<sup>18</sup> Definisi operasional pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

#### 1. Dukungan sosial keluarga

Dukungan sosial keluarga merupakan suatu dorongan positif yang didapatkan seseorang dari keluarga untuk membantu proses pencapaian prestasi yang diharapkan. Dukungan sosial ini didapatkan individu bisa dari ayah, ibu, kakak, adek, nenek, atau lainnya yang masih dalam ikatan keluarga.

#### 2. *Burnout* akademik

*Burnout* akademik merupakan suatu kondisi dimana individu merasakan kelelahan dalam menyelesaikan tugas tertentu yang berkaitan dengan tugas sekolah (akademik) baik yang sifatnya kelelahan secara fisik

---

<sup>18</sup> Sandu Siyoto, M. Ali Sodik, *Dasar Metodologi Penelitian*, (Sleman : Literasi Media Publishing, 2015), hlm 16



maupun kelelahan secara psikis. Kelelahan fisik seperti mudah mengantuk, mudah lelah, mudah sakit saat menyelesaikan tugas. Sedangkan kelelahan secara psikis seperti mudah marah, merasa stress, depresi, atau lain sebagainya yang sifatnya psikis.