

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL ORANGTUA
DENGAN *BURNOUT* PADA SISWA DI MASA
PANDEMI COVID-19**

SKRIPSI

*untuk memenuhi sebagai persyaratan memperoleh
gelar Sarjana Pendidikan Bimbingan dan Konseling*



**Oleh,
NADIA HILALLIA LIZAR
17006021/2017**

**JURUSAN BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2022**

PERSETUJUAN SKRIPSI

HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL ORANGTUA DENGAN *BURNOUT*
PADA SISWA DI MASA PANDEMI COVID-19

Nama : Nadia Hilallia Lizar
NIM/BP : 17006021/2017
Jurusan : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

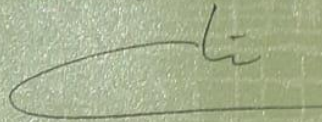
Padang, 18 Februari 2022

Ketua Jurusan/Prodi



Prof. Dr. Firman, M.S., Kons.
NIP. 19610225 198602 1 001

Disetujui Oleh
Pembimbing,



Ifdil, S.H.L., S.Pd., M.Pd., Ph.D., Kons.
NIP. 198112112009121002

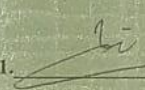
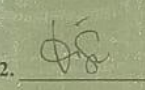
PENGESAHAN TIM PENGUJI

Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan,
Universitas Negeri Padang

Judul : Hubungan Dukungan Sosial Orangtua dengan *Burnout*
pada Siswa di Masa Pandemi Covid-19
Nama : Nadia Hilallia Lizar
NIM/ BP : 17006021/2017
Jurusan : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan

Padang, 18 Februari 2022

Tim Penguji,

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Ifdil, S.HI., S.Pd., M.Pd., Ph.D., Kons.	1. 
2. Anggota	: Dr. Dina Sukma, S. Psi., S.Pd., M.Pd.	2. 
3. Anggota	: Dr. Nurfarhanah, S.Pd., M.Pd., Kons.	3. 

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama : Nadia Hilallia Lizar
NIM/BP : 17006021/2017
Jurusan/Prodi : Bimbingan dan Konseling
Fakultas : Ilmu Pendidikan
Judul : Hubungan Dukungan Sosial Orangtua dengan *Burnout* pada Siswa di Masa Pandemi Covid-19

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang saya buat ini merupakan hasil karya sendiri dan benar keasliannya. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan skripsi ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan, maka saya bersedia bertanggung jawab, sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku.

Demikian, pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tidak ada paksaan.

Padang, 18 Februari 2022
Saya yang menyatakan,


Nadia Hillia Lizar
NIM.17006021

ABSTRAK

Nadia Hilallia Lizar. 2022. Hubungan Dukungan Sosial Orangtua dengan *Burnout* pada Siswa di Masa Pandemi Covid-19. Skripsi. Jurusan Bimbingan dan Konseling. Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.

Penelitian ini dilatarbelakangi adanya siswa yang merasakan *burnout*, yang mana siswa merasa jenuh terhadap belajar, sehingga banyak siswa yang enggan untuk mengikuti pelajaran. *Burnout* pada penelitian ini mengkaji apakah siswa memiliki dukungan sosial yang cukup dari orangtua. Penelitian ini bertujuan untuk: (1) mendeskripsikan dukungan sosial orangtua terhadap proses belajar siswa selama pandemi Covid-19, (2) mendeskripsikan *burnout* (3) mengidentifikasi apakah terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial orangtua dengan *burnout* pada siswa di sekolah.

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dan korelasional. Populasi penelitian adalah sebanyak 896 orang siswa kelas VII, VIII dan IX SMP N 12 Padang dan sampel sebanyak 320 orang siswa dengan menggunakan teknik *stratified random sampling*. Instrumen yang digunakan yaitu kuesioner dukungan sosial orangtua dan *burnout*. Data dianalisis menggunakan teknik statistik deskriptif dan teknik Pearson Product Moment untuk mengetahui hubungan kematangan emosi dengan penyesuaian diri melalui program statistik SPSS for windows release 20.0.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) dukungan sosial orangtua pada umumnya berada pada kategori tinggi (2) *burnout* pada umumnya berada pada kategori tinggi, (3) terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial orangtua dan *burnout* pada siswa. Berdasarkan hasil penelitian ini, dukungan sosial orangtua menjadi alternatif yang perlu diperhatikan dalam membantu permasalahan-permasalahan dalam proses pembelajaran sehingga tidak terjadinya *burnout* pada siswa.

Kata Kunci : Dukungan Sosial Orangtua, *Burnout*

KATA PENGANTAR



Puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT atas segala limpahan rahmat-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi penelitian yang berjudul “Hubungan Dukungan Sosial Orangtua dengan *Burnout* Pada Siswa di Masa Pandemi Covid-19”.

Dalam proposal penelitian ini penulis merasa jauh dari kata sempurna baik itu dari penggunaan kata ataupun hal yang lainnya. Peneliti sangat mengharapkan kritik dan saran untuk kesempurnaan skripsi ini. Peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan. Pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Ifdil, S.HI., S.Pd., M.Pd., Ph.D., Kons. Selaku Dosen Pembimbing Akademik yang senantiasa meluangkan waktu dalam membimbing memberikan arahan, masukan, dan ilmu yang berarti baik selama perkuliahan skripsi, sehingga skripsi ini dapat tersusun dengan baik.
2. Ibu Dr. Dina Sukma, S. Psi., S.Pd., M.Pd., dan Ibu Dr. Nurfahanah, M.Pd., Kons., selaku contributor dan tim oenimbang instrumen yang telah ,memberikan saran, masukan, motivasi, ide, serta ilmu sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

3. Ibu Lisa Putriani, M.Pd., Kons. Selaku penimbang instrumen penelitian (*judgement*) yang senantiasa meluangkan waktu, memberikan bimbingan, arahan, saran, dan ide kepada peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak Prof. Dr. Firman, M. S., Kons., dan Bapak Dr. Afdal, M. Pd., Kons., selaku Ketua dan Sekretaris Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang. Terimakasih atas layanan dan perhatian yang diberikan.
5. Bapak/Ibu Dosen Jurusan Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan yang telah memberikan sumbangan ilmu pengetahuan yang sangat bermanfaat kepada penulis selama masa perkuliahan.
6. Bapak Ramadi, selaku staf jurusan Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang yang telah membantu dalam proses administrasi selama kuliah
7. Bapak Kepala Sekolah beserta Wakil Kepala Sekolah, Majelis Guru, dan Staf Tata Usaha SMP N 12 Padang yang telah mengizinkan dan memberikan bantuan kepada peneliti dalam melaksanakan penelitian.
8. Siswa-siswi SMP N 12 Padang yang telah bersedia bekerjasama dan meluangkan waktu dalam penelitian ini.
9. Teristimewa kedua orangtua, Ayahanda, Ibunda beserta seluruh anggota keluarga yang selalu memberi dukungan baik secara

materi maupun non materi, do'a dan motivasi kepada peneliti dalam setiap perjalanan hidup agar diberi kelancaran dan kemudahan.

10. Sahabat-sahabat terkasih tersayang yang sama-sama berjuang, memberikan motivasi, semangat dan solusi dalam menyelesaikan skripsi ini (Siti Azizi Fauziyyah, Sutiwi Sukma, Anis Pakarty, Mey Sisin, Mia Oktavianda, Feby Najmah Khairiyah, Siti Rahimah, Lailatul Dzikriah Jasman, Kakak Nurul Athifah, dan Fadhila Yoelian).
11. Kunto Aji, Tulus, Bahng Chan, Park Jaehyung, Stray Kids dan Day6 yang telah memberikan pengaruh positif, inspirasi, dan motivasi secara tidak langsung melalui karya musiknya.
12. Rekan-rekan sesama bimbingan akademik yang sama-sama berjuang, memberikan semangat dalam menyelesaikan skripsi ini (Rahmatun, Nur Atika, Febriella, Wiza, Rivan, dan Febriyana).
13. Seluruh teman-teman seperjuangan Mahasiswa Angkatan 2017 Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Padang yang telah memberikan dukungan dan do'anya.

Padang, Februari 2022

Nadia Hilallia Lizar
NIM. 17006021

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	I
KATA PENGANTAR.....	II
DAFTAR ISI	V
DAFTAR TABEL	VII
DAFTAR LAMPIRAN	VIII
GAMBAR.....	IX
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	7
C. Batasan Masalah	9
D. Rumusan Masalah.....	9
E. Asumsi Penelitian	9
F. Tujuan Penelitian.....	10
G. Manfaat Penelitian	10
BAB II KAJIAN TEORI	12
A. Kajian Teori.....	12
1. <i>Burnout</i>	12
a. Pengertian <i>Burnout</i>	12
b. Aspek-aspek <i>Burnout</i>	14
c. Faktor-faktor <i>Burnout</i>	15
d. Karakteristik <i>Burnout</i>	17
2. Dukungan Sosial Orangtua	18
a. Pengertian Dukungan Sosial Orangtua	18
b. Aspek-aspek Dukungan Sosial Orangtua.....	19
c. Faktor-faktor Dukungan Sosial Orangtua	21
d. Macam-macam Dukungan Sosial Orangtua	21
3. Hubungan Dukungan Sosial Orangtua dengan <i>Burnout</i> Pada Siswa Di Masa Pandemi Covid-19	22
B. Penelitian Relevan	24

	Halaman
C. Kerangka Konseptual.....	26
D. Hipotesis	26
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	27
A. Jenis Penelitian.....	27
B. Populasi dan Sampel.....	28
C. Jenis dan Sumber Data	31
D. Definisi Operasional.....	32
E. Instrumen Penelitian.....	33
F. Teknik Pengolahan dan Pengumpulan Data	40
G. Teknik Analisis Data	40
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	44
A. Deskripsi Data	44
B. Pembahasan	55
C. Implikasi dalam Layanan Bimbingan dan Konseling.....	62
BAB V PENUTUP.....	64
A. Kesimpulan.....	66
B. Saran	66
KEPUSTAKAAN	68
LAMPIRAN.....	71

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Populasi Penelitian	28
Tabel 2. Jumlah Sampel Penelitian	31
Tabel 3. Kisi-kisi Dukungan Sosial Orangtua	35
Tabel 4. Penskoran	36
Tabel 5. Kisi-kisi <i>Burnuot</i>	36
Tabel 6. Penskoran	37
Tabel 7. Tabel Uji Validitas Instrumen Penelitian Dukungan Sosial Orangtua	39
Tabel 8. Interval Dukungan Sosial Orangtua	42
Tabel 9. Interval <i>Burnout</i>	42
Tabel 10. Distribusi Frekuensi Dukungan Sosial Orangtua	44
Tabel 11. Distribusi Frekuensi Dukungan Penghargaan	45
Tabel 12. Distribusi Frekuensi Dukungan Emosional.....	46
Tabel 13. Distribusi Frekuensi Dukungan Instrumental.....	47
Tabel 14. Distribusi Frekuensi Dukungan Informasi	48
Tabel 15. Distribusi Frekuensi <i>Burnout</i>	49
Tabel 16. Distribusi Frekuensi Kelelahan Emosional	50
Tabel 17. Distribusi Frekuensi Depersonalisasi.....	51
Tabel 18. Distribusi Frekuensi Perasaan Rendahnya Prestasi Pribadi	52
Tabel 19. Hasil Uji Normalitas.....	53
Tabel 20. Hasil Uji Linearitas	54
Tabel 21. Hasil Uji Korelasi	55

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Uji Coba Instrumen Penelitian.....	71
Lampiran 2. Instrumen Penelitian.....	84
Lampiran 3. Tabulasi Pengolahan Data Dukungan Sosial Orangtua.....	98
Lampiran 4. Tabulasi Pengolahan Data <i>Burnout</i>	111
Lampiran 5. Data Hasil Uji Korelasi Dukungan Sosial Orangtua dengan <i>Burnout</i>	124
Lampiran 6. Surat Izin Penelitian Dari Jurusan Bimbingan dan Konseling...	126
Lampiran 7. Surat Dinas Pendidikan.....	128
Lampiran 8. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian di SMPN 12 Padang.....	130
Lampiran 9. Surat Izin Menggunakan Instrumen <i>Burnout</i>	132

GAMBAR

Halaman

Gambar 1.Kerangka Konseptual	26
--------------------------------------	----

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dukungan sosial sangat penting dalam berbagai aspek kehidupan individu, baik untuk remaja, dewasa maupun anak. Mengingat individu adalah makhluk sosial yang selalu berhubungan satu sama lain. Sarafino (2002) menyatakan bahwa dukungan yang diterima oleh seseorang dari orang lain dapat disebut dengan dukungan sosial. Dukungan sosial ini dapat berupa dukungan emosional, dukungan penghargaan atau harga diri, dukungan instrumental, dukungan informasi atau dukungan dari kelompok. Dukungan sosial terdiri dari informasi atau nasehat verbal maupun non verbal, bantuan nyata, atau tindakan yang didapat karena kehadiran orang lain dan mempunyai manfaat emosional atau efek perilaku bagi pihak penerima.

Baron dan Byrne (2005) menyatakan bahwa dukungan sosial ialah kenyamanan fisik dan psikologis yang diberikan oleh orang lain. Dukungan sosial orangtua adalah dukungan yang diberikan oleh orangtua kepada anaknya baik secara emosional, penghargaan, instrumental, informasi ataupun kelompok. Lee & Detels (2007) menyatakan bahwa dukungan sosial orangtua dapat dibagi menjadi dua hal, yaitu dukungan yang bersifat positif dan dukungan yang bersifat negatif. Dukungan positif adalah perilaku positif yang ditunjukkan oleh orangtua, dan dukungan yang bersifat negatif adalah perilaku yang dinilai negatif yang dapat mengarahkan pada perilaku negatif anak. Dengan demikian maka

dukungan sosial orangtua berarti kenyamanan fisik dan psikologis yang diterima oleh anak dari orangtua.

Sarafino (2010) menyatakan bahwa dukungan sosial orangtua yang dilakukan individu memiliki lima aspek, yaitu; (1) dukungan penghargaan, dapat berupa penghargaan positif kepada orang lain; (2) dukungan emosional, merupakan dukungan yang berhubungan dengan hal yang bersifat emosional; (3) dukungan instrumental, merupakan pemberian sesuatu berupa bantuan nyata; (4) dukungan informasi, berarti memberi solusi pada suatu masalah; (5) dukungan jaringan, merupakan perasaan individu sebagai bagian dari kelompok. Rosyidah Umpu (2017) menyatakan bahwa dukungan sosial orangtua memiliki pengaruh psikologis yang besar terhadap kegiatan belajar anak.

Dengan adanya dukungan dari orangtua, anak akan lebih giat dan lebih bersemangat dalam belajar karena anak tahu bahwa orangtuanya mendukung secara psikologis terhadap dirinya. Dukungan sosial orangtua meliputi pemberian dukungan pertama ketika belajar di rumah, baik dalam hal memperhatikan kebutuhan sekolah, menyediakan peralatan dan fasilitas pendidikan, dan lain sebagainya. Namun kenyataannya tingkat kedisiplinan belajar setiap siswa berbeda-beda, hal ini disebabkan karena pengaruh lingkungan yang kurang mendidik dari lingkungan keluarga yang kurang disiplin dalam belajar. Lingkungan yang mengindikasikan bahwa keteladanan orangtua dalam sikap dan perilaku terhadap anak

kurang, serta hubungan antara orangtua dengan anak tidak hangat (Nanda Alfiani, 2018).

Fitrotin (2018) menyatakan bahwa ketika keluarga terutama orangtua kurang memberikan dukungan sosial kepada siswa maka akan memperbesar kemungkinan siswa mengalami kejenuhan atau *burnout*. *Burnout* merupakan kondisi emosional dimana seseorang merasa lelah dan jenuh secara fisik sebagai akibat tuntutan pekerjaan yang meningkat. Namun secara singkat mereka mendefinisikan *burnout* sebagai bentuk kelelahan secara fisik dan emosional meskipun intensitas, durasi, frekuensi serta konsekuensi beragam (Khairani dan Ifdil, 2015). Muhammad (2011) menyatakan bahwa *burnout* merupakan kelelahan fisik, mental, dan emosional yang terjadi karena stress yang diderita dalam jangka waktu yang lama, di dalam situasi yang menuntut keterlibatan emosional yang tinggi. Muna (2020) menyatakan bahwa siswa yang mengalami *burnout* menganggap dirinya sudah tidak mampu mengikuti pelajaran yang sedang diajar oleh gurunya. Maslach & Leiter (2000) menjelaskan bahwa *burnout* merupakan kelelahan secara emosional, fisik, dan mental yang disebabkan oleh suasana tempat belajar yang kaku, keras sangat menuntut baik secara ekonomi maupun psikologis. Santrock (2002) mendefinisikan *burnout* sebagai suatu perasaan putus asa dan tidak berdaya yang diakibatkan oleh stres berlarut-larut yang berkaitan dengan belajar.

Burnout merupakan perilaku kejenuhan yang negatif yang terjadi pada diri seseorang yang diakibatkan sindrom kelelahan emosional,

depersonalisasi dan berkurangnya pencapaian pribadi yang terjadi pada individu dimana diri merasa lelah dan jenuh secara mental maupun fisik yang terjadi pada siswa sebagai akibat tuntutan melakukan pekerjaan yang meningkat sehingga menimbulkan rasa malas dan mudah jenuh dalam melakukan sesuatu pekerjaan. Seorang siswa yang mengalami *burnout* merasa seakan-akan pengetahuan dan kecakapan yang diperoleh dari belajar tidak ada kemajuan. Tidak adanya kemajuan hasil belajar ini pada umumnya tidak berlangsung selamanya, tetapi dalam rentang waktu tertentu saja, misalnya seminggu. Namun tidak sedikit siswa yang mengalami rentang waktu yang membawa kejenuhan itu berkali-kali dalam satu periode belajar tertentu (Febta Trisnawati, 2020). Maslach (2003) mengemukakan bahwa terdapat tiga aspek *burnout*, yaitu; (1) kelelahan emosional merupakan perasaan emosional yang merupakan terkurasnya sumber emosional dalam menghadapi suatu situasi; (2) depersonalisasi merupakan suatu proses untuk mengatasi ketidakseimbangan antara tuntutan dan kemampuan individu dengan memperlakukan orang lain disekitarnya sebagai objek; (3) perasaan rendahnya prestasi pribadi yaitu berkurangnya keyakinan yang dirasakan individu mengenai kemampuannya dalam mengerjakan tugas-tugas.

Coronavirus merupakan jenis virus baru yang belum pernah teridentifikasi pada manusia. Virus ini dapat penyakit ringan pada sistem pernapasan, infeksi paru-paru yang parah, bahkan sampai menyebabkan kematian.

Covid-19 masuk ke Indonesia sejak Maret 2020 dan menyebar dengan cepat. Rumitnya penanganan pandemi ini menyebabkan para pemimpin dunia menerapkan kebijakan yang sangat ketat untuk memutus rantai penularan Covid-19, salah satunya dengan memberlakukan social distancing dengan mengajak untuk bekerja, belajar dan beribadah dari rumah sampai pembatasan sosial berskala besar (Gitiyarko, 2020).

Covid-19 membawa dampak yang sangat besar pada berbagai bidang kehidupan manusia. Pandemi Covid-19 memaksa setiap individu atau institut untuk beradaptasi agar dapat terus bertahan walaupun dalam keadaan krisis. Dalam rangka mengoptimalkan pelaksanaan pembelajaran, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan dengan segera membuat langkah dalam bentuk pembelajaran daring. Beragam model pembelajaran diterapkan oleh guru dengan memanfaatkan teknologi informasi dan komunikasi. Media yang digunakan saat pembelajaran daring juga sangat beragam seperti *Whatsapp*, *Telegram*, *Google Classroom*, *Google Meet*, *Zoom Meeting* atau aplikasi lainnya (Indiani, 2020).

Dalam pelaksanaan pembelajaran jarak jauh banyak hambatan yang dijumpai tidak hanya bagi guru tetapi juga dialami oleh peserta didik. Permasalahan yang sering dialami oleh peserta didik adalah terbatasnya kuota dan sinyal, bahkan tidak jarang pula ditemukan peserta didik yang tidak memiliki alat komunikasi (handphone) yang memadai sehingga menghambat penerimaan pelajaran yang disampaikan oleh guru (Cahyati & Kusumah, 2020).

Dengan adanya berbagai permasalahan yang dirasakan mahasiswa selama mengikuti pembelajaran daring, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa mayoritas mahasiswa mengalami stress hingga berujung pada kejenuhan (*burnout*) karena merasa pembelajaran daring memberikan beban lebih dibandingkan dengan perkuliahan tatap muka seperti biasanya. Keberhasilan dari pembelajaran jarak jauh, peserta didik sangat membutuhkan pendampingan dari orang tua. Sejak merebaknya Covid-19 ada perubahan dukungan yang harus dipahami bagi orang tua dalam mendampingi siswa dalam belajar yang awalnya dilakukan oleh satuan pendidikan (Astuti & Trisnani, 2021). Kebijakan diterapkannya belajar dari rumah yang diwujudkan dalam program pembelajaran jarak jauh menguatkan kembali akan dukungan orang tua sebagai pendidik yang pertama dan utama bagi siswa (Yulianingsih, et al., 2020).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Yasinta (2019) terdapat 64% siswa yang memiliki dukungan sosial orangtua yang rendah. Disamping itu, Tarmidi (2010) mengungkapkan siswa memiliki dukungan sosial orangtua dalam kategori rendah sebanyak 50,51%. Kemudian Lilis (2015) juga mengungkapkan sebanyak 65% siswa termasuk dalam kategori motivasi belajar rendah.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Febta (2020) mengungkapkan siswa yang mengalami *burnout* dalam kategori tinggi sebanyak 54%. Disamping itu, Dita (2021) juga mengungkapkan sebanyak

56% siswa yang mengalami *burnout* selama pandemi Covid-19 berada pada tingkat tinggi.

Hasil wawancara dengan guru BK di SMPN 12 Padang, fenomena yang terjadi di SMPN 12 Padang bahwa masih banyak siswa yang mengalami jenuh dalam belajar selama pandemi Covid-19 dilihat dari respon (perilaku dan perasaan). Hasil observasi yang peneliti lakukan yaitu terdapat siswa yang mengalami *burnout* dikarenakan beban tugas yang diberikan terlalu banyak, kurangnya pemahaman siswa terkait materi pembelajaran sehingga siswa merasa cepat merasa lelah, bosan dalam bersekolah *online*. Juga terdapat siswa yang mengalami *burnout* dikarenakan kurangnya dukungan sosial yang diberikan oleh orangtua.

Hasil wawancara yang dilakukan dengan siswa di SMP N 12 Padang, terdapat siswa yang mengalami *burnout* selama pembelajaran daring dikarenakan kurangnya dukungan sosial dari orang sekitar terutama dari orangtua seperti kurangnya fasilitas selama pembelajaran daring dan siswa kurang mendapatkan penghargaan dari orangtua sehingga membuat siswa mengalami rasa bosan dalam belajar.

Berdasarkan fenomena tersebut, maka peneliti merasa tertarik untuk meneliti tentang “**Hubungan Dukungan Sosial Orangtua dengan *Burnout* Pada Siswa Selama Pandemi Covid-19**”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan sebelumnya dapat diketahui bahwa *burnout* adalah suatu kondisi mental seseorang saat

mengalami kejenuhan dalam belajar sehingga menyebabkan adanya rasa enggan, lesu, lelah yang amat sangat dan tidak bersemangat dalam proses belajar.

Gold & Roth, 2001 mengemukakan terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi terjadinya *burnout*, yaitu:

1. Kurangnya dukungan sosial (*lack of social support*), dimana dalam menghadapi suatu kesulitan atau beban diperlukan orang lain yang dapat memberikan dukungan sosial ataupun dukungan emosional agar individu dapat terhindar dari *burnout*.
2. Faktor demografis (*demographic factors*), beberapa penelitian menemukan bahwa laki-laki lebih rentan mengalami *burnout* daripada perempuan. Karena laki-laki lebih tertutup mengenai perasaannya, sehingga sulit mendapatkan bantuan dari lingkungan dan mudah mengalami keterasingan.
3. Konsep diri (*self-concept*), individu dengan konsep diri yang baik akan membantu individu untuk bisa bertahan melawan stress dan memungkinkan individu untuk tetap memiliki prestasi pribadi pada pembelajaran meski dalam keadaan tertekan. Seseorang sering merasa bahwa rasa harga diri dan rasa memiliki terpengaruh ketika mereka menjadi kecewa dan putus asa.

Disamping itu, Fitrotin (2018) menyatakan bahwa terdapat beberapa faktor yang menyebabkan *burnout*, yaitu: (a) kurangnya penghargaan dan

dukungan sosial yang didapatkan oleh siswa dari orangtua, (b) kurangnya pengawasan orangtua, (c) beban tugas akademik yang berlebihan.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah, terdapat banyak faktor yang mempengaruhi variabel *burnout* oleh karenanya penelitian ini dibatasi pada faktor dukungan sosial orangtua.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana dukungan sosial orangtua terhadap anak selama masa pandemi Covid-19?
2. Bagaimana kondisi *burnout* pada siswa selama pandemi?
3. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial orangtua dengan *burnout* pada siswa selama pandemi?

E. Asumsi Penelitian

Adapun asumsi yang peneliti gunakan dalam penelitian ini adalah, sebagai berikut:

1. Dukungan sosial orangtua sangat dipentingkan dalam pendidikan anak.
2. Siswa mengalami *burnout* dikarenakan oleh beberapa faktor.
3. Dukungan sosial orangtua berbeda-beda.

F. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah telah dikemukakan, maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Mendeskripsikan dukungan sosial orangtua terhadap proses belajar siswa selama pandemi Covid-19
2. Mendeskripsikan fenomena *burnout* pada siswa
3. Mengidentifikasi apakah terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial orangtua dengan *burnout* pada siswa.

G. Manfaat Penelitian

1. Dari segi teoritis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah berupa wawasan dan pengetahuan, khususnya pada ilmu psikologis dalam mengetahui dan memprediksi upaya-upaya untuk memahami variabel *burnout*.
2. Dari segi praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu pihak-pihak yang terkait, yaitu:
 - a. Bagi peneliti, melalui penelitian ini peneliti dapat menguji apakah terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial orangtua dengan *burnout* pada siswa, dan diharapkan penelitian ini bisa menjadi pedoman dan acuan bagi peneliti untuk dapat meneliti lebih lanjut khususnya mengenai dukungan sosial orangtua dengan *burnout*.

- b. Bagi guru BK, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai pedoman untuk membuat program BK dalam upaya membantu siswa yang mengalami *burnout*.
- c. Peneliti selanjutnya, hasil penelitian bisa digunakan sebagai sumber informasi untuk melakukan penelitian selanjutnya dengan variabel lain.

BAB II KAJIAN TEORI

A. Kajian Teori

1. *Burnout*

a. Pengertian *Burnout*

Burnout merupakan perilaku kejenuhan yang negatif yang terjadi pada diri seseorang yang diakibatkan sindrom kelelahan emosional, depersonalisasi dan berkurangnya pencapaian pribadi yang terjadi pada individu dimana diri merasa lelah dan jenuh secara mental maupun fisik yang terjadi pada siswa sebagai akibat tuntutan melakukan pekerjaan yang meningkat sehingga menimbulkan rasa malas dan mudah jenuh dalam melakukan sesuatu pekerjaan. Sejalan dengan itu, menurut (2002) *burnout* sebagai yang terdiri dari kelelahan emosional, depersonalisasi dan berkurangnya prestasi pribadi.

Menurut Rahman (2007) *burnout* merupakan kondisi emosional dimana seseorang merasa lelah dan jenuh secara fisik sebagai akibat tuntutan tugas yang meningkat. Sejalan dengan itu, Santrock (2002) mendefinisikan *burnout* sebagai suatu perasaan putus asa dan tidak berdaya yang diakibatkan oleh stress berlarut-larut yang berkaitan dengan belajar. Kelelahan emosional mengacu pada perasaan yang secara emosional lebih diperpanjang, lelah dan letih. Depersonalisasi mengacu pada kecenderungan untuk

mengembangkan sikap negatif, sinis, atau berperasaan memihak terhadap orang-orang dengan siapa kita bekerja.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Muhibbin (2003) kejenuhan belajar atau *burnout* ialah tentang waktu tertentu yang digunakan untuk belajar, tetapi tidak mendatangkan hasil (Reber, 1988). Siswa yang mengalami *burnout* merasa seakan-akan pengetahuan dan kecakapan yang diperoleh dari belajar ini pada umumnya tidak berlangsung selamanya, tetapi dalam rentang waktu tertentu saja, misalnya seminggu. Namun tidak sedikit siswa yang mengalami rentang waktu yang membawa kejenuhan itu berkali-kali dalam satu periode belajar tertentu.

Dampak perilaku *burnout* yang dialami seorang siswa yaitu adanya perasaan-perasaan yang mudah bosan, mudah jenuh, mudah merasa malas terhadap pekerjaan ataupun aktivitas belajar yang dilakukan sehingga akan mempengaruhi produktivitas kerjanya atau belajarnya, dan akan membuat semangatnya luntur untuk mengusir *burnout*. Dalam kondisi kejenuhan belajar tidak dapat dihindari bahwa siapa saja baik itu laki-laki maupun perempuan pasti akan mengalami *burnout*.

Dari pendapat tersebut dapat disimpulkan *burnout* adalah kondisi emosional dimana seseorang merasa lelah dan jenuh secara fisik dan emosional yang disebabkan oleh intensitas tugas yang terlalu keras namun kaku dan sebuah reaksi penarikan diri secara

psikologis dari mahasiswa dimana seorang siswa menjadi tidak menjalankan tugasnya dengan baik, sebagai akibat dari tuntutan emosional atau stress belajar yang dialaminya.

b. Aspek-aspek *Burnout*

Maslach (2003) mengemukakan bahwa terdapat tiga aspek *burnout*, yaitu;

- 1) Kelelahan emosional merupakan perasaan emosional yang merupakan terkurasnya sumber emosional dalam menghadapi suatu situasi
- 2) Depersonalisasi merupakan suatu peristiwa dimana individu merasa jiwanya terlepas dari raganya. Individu yang mengalami gangguan depersonalisasi merasa bahwa ia berada di luar raganya dan sedang mengawasi raganya tersebut, atau merasa seolah ia sedang bermimpi.
- 3) Perasaan rendahnya prestasi pribadi yaitu berkurangnya keyakinan yang dirasakan individu mengenai kemampuannya dalam mengerjakan tugas-tugas.

Rahman (2007) mengemukakan empat aspek *burnout*, diantaranya:

- 1) Kelelahan fisik yang ditandai dengan serangan sakit kepala, mual, susah tidur, dan kurangnya nafsu makan
- 2) Kelelahan emosional, ditandai dengan depresi, perasaan tidak berdaya, mudah marah serta cepat tersinggung

- 3) Kelelahan mental, ditandai dengan bersikap sinis terhadap orang lain, bersifat negatif terhadap orang lain, cenderung merugikan diri sendiri, pekerjaan, organisasi dan kehidupan pada umumnya
- 4) Rendahnya penghargaan diri, ditandai dengan merasa tidak pernah puas dengan hasil kerja sendiri, merasa tidak pernah melakukan sesuatu yang bermanfaat bagi dirinya maupun orang lain

c. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Burnout*

Gold & Roth, (2001) mengemukakan terdapat beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya *burnout*, yaitu:

- 1) *Lack of Social Support* (kurangnya dukungan sosial), dimana dalam menghadapi suatu kesulitan atau beban diperlukan orang lain yang dapat memberikan dukungan sosial ataupun dukungan emosional agar individu dapat terhindar dari *burnout*.
- 2) *Demographic factors* (faktor demografis), beberapa penelitian menemukan bahwa laki-laki lebih rentan mengalami *burnout* daripada perempuan. Karena laki-laki lebih tertutup mengenai perasaannya, sehingga sulit mendapatkan bantuan dari lingkungan dan mudah mengalami keterasingan.
- 3) *Self-concept* (konsep diri), individu dengan konsep diri yang baik akan membantu individu untuk bisa bertahan melawan

stress dan memungkinkan individu untuk tetap memiliki prestasi pribadi pada pembelajaran meski dalam keadaan tertekan. Seseorang sering merasa bahwa rasa harga diri dan rasa memiliki terpengaruh ketika mereka menjadi kecewa dan putus asa.

- 4) *Role conflict and role ambiguity* (peran konflik dan peran ambiguitas), yaitu individu memiliki rasa konflik ketika peran dan tuntutan yang tidak pantas, tidak kompatibel, dan tidak konsisten dibebankan pada mereka. Sedangkan ambiguitas adalah ketika seseorang tidak memiliki informasi yang konsisten mengenai tujuan mereka, bertanggung jawab, hak dan kewajiban dan bagaimana mereka dapat melaksanakannya dengan baik.
- 5) *Isolation* (isolasi), yaitu dimana individu sebagai pemula disuatu profesi dengan keyakinan mereka sekarang akan menjadi milik kelompok tersebut. Namun kenyataannya kondisi tersebut membuat individu rentan mendapatkan kritik. Sehingga kurangnya dukungan sosial menghasilkan perasaan kesepian dan isolasi, dimana individu merasa perasaan tidak ditangani, kekecewaan adalah perkembangan alami yang akhirnya mengarah ke *burnout*.
- 6) *Lack of control* (kurangnya kontrol), yaitu banyaknya tugas yang harus dilakukan membuat seseorang sulit menentukan

prioritas, mana tugas yang dilaksanakan lebih dahulu karena seringkali banyak tugas yang harus menjadi prioritas karena tingkat kepentingan yang sama tingginya atau karena sama tingkat urgensinya. Akibatnya orang menjadi lebih mudah mengalami *exhaustion* dan *cynicism*.

Menurut Rahman (2007) terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi *burnout* antara lain:

- 1) Kurangnya dukungan sosial
- 2) Pekerjaan yang berulang-ulang atau memberikan sedikit ruang gerak bagi kreativitas
- 3) Pekerjaan yang monoton atau tidak variatif

d. Karakteristik *Burnout*

Rahman (2007) siswa yang mengalami *burnout* merasa tidak tertarik lagi akan kegiatan yang dikerjakannya, yaitu:

- 1) Kelelahan secara fisik dicirikan seperti sakit kepala, demam, sakit punggung, tegang pada otot leher dan bahu, dsb
- 2) Kelelahan emosi seperti rasa bosan, mudah tersinggung, sinisme, suka marah, gelisah, putus asa, sedih, tertekan, dan tidak berdaya
- 3) Kelelahan mental seperti acuh tak acuh pada lingkungan, sikap negatif terhadap orang lain, konsep diri yang rendah, putus ada dengan jalan hidup, merasa tidak berharga.

Sejalan dengan itu, Rahman (2007) mengemukakan bahwa terdapat beberapa karakteristik *burnout*, antara lain yaitu:

- 1) Terdapat perasaan gagal dalam diri
- 2) Keengganan dan tidak berdayaan dalam melaksanakan kegiatan sehari-hari
- 3) Menarik diri dari sosial
- 4) Merasa bersalah dan selalu menyalahkan diri sendiri
- 5) Merasa lelah setiap hari, dsb.

2. Dukungan Sosial Orangtua

a. Pengertian Dukungan Sosial Orangtua

Santrock (2003) mendefinisikan dukungan sosial orangtua sebagai dukungan yang diberikan oleh orangtua kepada anaknya, antara lain memberi kesempatan supaya mereka dapat mengembangkan kemampuannya, memiliki inisiatif, dapat memutuskan suatu tindakan dan bertanggung jawab atas perbuatan yang telah dilakukan.

Menurut Amstrong (2001) orangtua sebaiknya memberikan dukungan positif dengan menghargai, menjaga dan tidak memberi harapan semu bagi anak-anak mereka. Dengan perhatian dan dukungan dari orangtua, anak akan lebih giat belajar karena mereka tahu bahwa tidak hanya mereka yang memiliki keinginan agar berhasil, tetapi juga orangtuanya.

Individu yang menerima dukungan sosial orangtua akan mengalami lebih sedikit ketegangan dibandingkan dengan individu yang tidak menerima dukungan, dikarenakan dukungan sosial orangtua melindungi individu dari sesuatu atau keadaan yang berpotensi bahaya atau menjadi *stressor* (Copper, 2001). Canavan dan Dolan (2000) menyatakan bahwa dukungan sosial orangtua dapat memberikan pengaruh yang baik pada sikap dan perilaku anak.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial orangtua adalah dukungan yang diberikan orangtua kepada anak yang terdiri dari informasi atau nasehat berbentuk verbal maupun non verbal, baik secara emosional, penghargaan maupun materi.

b. Aspek-aspek Dukungan Sosial Orangtua

Sarafino (2010) menyatakan bahwa dukungan sosial orangtua yang dilakukan individu memiliki empat aspek, yaitu:

- 1) Dukungan penghargaan, dapat berupa penghargaan positif kepada orang lain
- 2) Dukungan emosional, merupakan dukungan yang berhubungan dengan hal yang bersifat emosional
- 3) Dukungan instrumental, merupakan pemberian sesuatu berupa bantuan nyata

- 4) Dukungan informasi, berarti memberi solusi pada suatu masalah

Menurut Hawari (2007) terdapat enam aspek dukungan sosial orangtua, antara lain: menciptakan kehidupan beragama dalam keluarga, saling menghargai antar anggota keluarga, memiliki kualitas dan konflik yang minim, ada hubungan dan ikatan yang erat antar anggota keluarga.

Menurut Suhita (2005) ada empat aspek dukungan sosial, yaitu:

- 1) Dukungan emosional, melibatkan emosi dan kepercayaan kepada orangtua, sehingga anak percaya bahwa orangtua dapat memberikan perhatian pada mereka.
- 2) Dukungan Instrumental, meliputi penyediaan sarana yang mempermudah siswa seperti: peralatan, perlengkapan, serta sarana pendukung lainnya, termasuk menyediakan waktu luang.
- 3) Dukungan informatif, berupa pemberian informasi untuk menyelesaikan masalah yang dialami, seperti memberikan nasehat, arahan, dan hal lain yang dibutuhkan anak.
- 4) Dukungan Penilaian, yaitu penilaian dengan memberikan penghargaan dalam belajar, prestasi, dan kegiatan anak dalam kehidupan sosial, maupun teguran jika anak melakukan kesalahan.

c. Faktor-faktor Dukungan Sosial Orangtua

Anindhiya (2015) menyatakan bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi dukungan sosial orangtua, yaitu:

- 1) Pemberian dukungan sosial orangtua, yaitu dukungan yang diberikan oleh orangtua yang lebih memahami karakteristik siswa akan lebih efektif daripada dukungan yang diberikan oleh orang asing.
- 2) Jenis dukungan sosial orangtua, yaitu dukungan yang diberikan akan bermanfaat apabila sesuai dengan yang dibutuhkan siswa
- 3) Penerima dukungan sosial orangtua, karakteristik penerima dukungan ini seperti kepribadian, peran sosial dan kebudayaan akan menentukan efektifitas dukungan yang diberikan
- 4) Permasalahan yang dihadapi, yaitu ketepatan dukungan sosial orangtua yang diberikan adalah yang sesuai dengan permasalahan siswa.

Dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial orangtua yang diterima siswa dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu pemberian dukungan sosial orangtua, jenis dukungan sosial orangtua, penerima dukungan sosial orangtua, permasalahan yang dihadapi.

d. Macam-macam Dukungan Sosial Orangtua

Linda Mora (2016) menyatakan bahwa dukungan sosial orangtua dapat dibagi menjadi 4 macam, yaitu:

- 1) *Concrete support*, berhubungan dengan perilaku nyata dalam membantu siswa
- 2) *Emotional support*, yaitu empati, mau mendengar dan selalu ada ketika anak butuh
- 3) *Advice support*, meliputi dukungan akan rasa aman, tentram dan pemberian saran kepada siswa
- 4) *Esteem support*, dukungan yang dapat meningkatkan harga diri siswa.

Gilligan (2005) menyatakan kualitas dukungan sosial orangtua dapat dibagi menjadi:

- 1) *Closeness*, yaitu dukungan orangtua kepada orang lain, misalnya bersikap responsif kepada siswa lain
- 2) *Reciprocity*, yaitu memberikan bantuan dimana hal ini terjadi ketika anak memerlukan bantuan orangtua.
- 3) *Durability*, yaitu dukungan yang dilihat dari seberapa sering anak memerlukan dukungan.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa dukungan orangtua dapat berupa dukungan terhadap prestasi dan dukungan pada waktu yang diberikan pada anak.

3. Hubungan Dukungan Sosial Orangtua dengan *Burnout* Pada Siswa Di Masa Pandemi Covid-19

Burnout yaitu suatu keadaan dimana individu mengalami kelelahan fisik, mental dan emosional yang terjadi, karena stress yang

dialami dalam jangka waktu yang cukup lama dalam situasi yang menuntut keterlibatan emosional yang cukup tinggi. Efek yang timbul akibat *burnout* adalah menurunnya motivasi terhadap belajar, timbulnya sikap negatif, frustrasi, timbul perasaan ditolak oleh lingkungan, gagal, dan self esteem rendah (Irawati, 2002). sedangkan Santrock (2002) mendefinisikan *burnout* sebagai suatu perasaan putusasa dan tidak berdaya yang diakibatkan oleh stress berlarut-larut yang berkaitan dengan belajar.

Burnout yang dialami seorang siswa yaitu adanya perasaan-perasaan yang mudah bosan, mudah jenuh, mudah merasa malas terhadap pekerjaan ataupun aktivitas belajar yang dilakukan sehingga akan mempengaruhi produktivitas kerjanya atau belajarnya, dan akan membuatsemangatnya luntur untuk mengusir kejenuhan. Dalam kondisi kejenuhan belajar tidak dapat dihindari bahwa siapa saja baik itu laki-laki maupun perempuan pasti akan mengalami *burnout*.

Burnout merupakan perilaku kejenuhan yang negatif yang terjadi pada diri seseorang yang diakibatkan sindrom kelelahan emosional, depersonalisasi dan berkurangnya pencapaian pribadi yang terjadi pada individu dimana diri merasa lelah dan jenuh secara mental maupun fisik yang terjadi pada siswa sebagai akibat tuntutan melakukan pekerjaan yang meningkat sehingga menimbulkan rasa malas dan mudah jenuh dalam melakukan sesuatu pekerjaan. Fitrotin (2018) menyatakan bahwa ketika keluarga terutama orangtua kurang memberikan dukungan sosial

kepada siswa maka akan memperbesar kemungkinan siswa mengalami *burnout*. Sejalan dengan itu, Agustin (2009) menyatakan bahwa orangtua mempunyai peran utama dalam pendidikan anak agar di lingkungan dan di sekolah tidak memiliki *burnout*. Santrock (2003) mendefinisikan dukungan sosial orangtua sebagai dukungan yang diberikan oleh orangtua kepada anaknya, antara lain memberi kesempatan supaya mereka dapat mengembangkan kemampuannya, memiliki inisiatif, dapat memutuskan suatu tindakan dan bertanggung jawab atas perbuatan yang telah dilakukan. Orangtua yang tidak peduli turut berperan menimbulkan kejenuhan belajar.

Berdasarkan penjelasan sebelumnya dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial orangtua sangat penting dalam pembelajaran siswa. Hal tersebut dikarenakan siswa yang memiliki dukungan sosial yang tinggi, maka siswa memiliki kemampuan untuk mengelola stress dengan baik.

B. Penelitian Relevan

Demi kesempurnaan hasil penelitian yang penulis lakukan, penulis melakukan studi pustaka terhadap penelitian yang sudah dilakukan sebelumnya, studi pustaka yang penulis lakukan, sebagai berikut:

1. Hasil penelitian Lailatul, dkk (2020) dengan judul “Pengaruh Persepsi Dukungan Sosial Terhadap *Burnout* Akademik Selama Pandemi” dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa secara signifikan persepsi dukungan sosial mampu memprediksikan kondisi *burnout* akademik

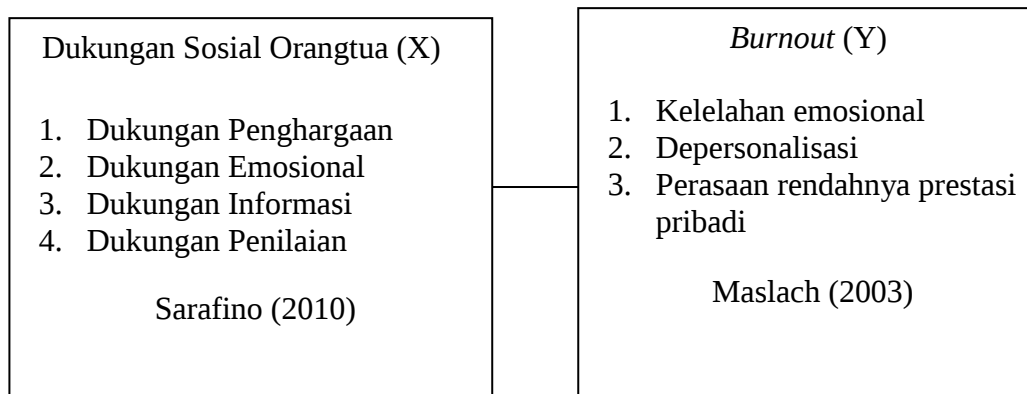
selama pandemi pada mahasiswa. Penelitian Lailatul membahas persepsi dukungan sosial terhadap *burnout* sedangkan penulis membahas *burnout*. Peneliti Lailatul dan penulis membahas variabel Y yang sama yaitu *burnout*.

2. Hasil penelitian Tarmidi, dkk (2010) dengan judul “Korelasi Antara Dukungan Sosial Orangtua dan *Self-Directed Learning* pada Siswa SMA” dengan hasil penelitian terdapat pengaruh dukungan sosial orangtua dengan kemandirian belajar yaitu sebesar 23%, dimana hubungan dukungan sosial orangtua penghargaan dan instrumental yaitu 0.470. Peneliti Tarmidi membahas tentang korelasi antara dukungan sosial orangtua dan *self-directed learning* sedangkan peneliti membahas tentang dukungan sosial orangtua. Peneliti Tarmidi dan peneliti membahas variabel yang sama yaitu dukungan sosial orangtua.
3. Hasil penelitian Roza (2018) dengan judul “Hubungan antara *Student Burnout* dengan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa SMA Swasta Dharma Patra Pangkalan Berandan” dengan hasil penelitian bahwa terdapat hubungan antara *student burnout* dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMA Swasta Dharma Patra Pangkalan Berandan dengan hasil analisis data peneliti menunjukkan nilai $r,425$ dan hasil nilai signifikansi sebesar $0,000$ ($p < 0,05$). Peneliti Roza membahas tentang hubungan antara *student burnout* dengan prokrastinasi akademik sedangkan peneliti membahas *burnout*. Peneliti Roza dan peneliti membahas variabel yang sama yaitu *burnout*.

C. Kerangka Konseptual

Adapun kerangka konseptual yang mendasari penelitian ini adalah sebagai berikut:

Gambar 1. Kerangka Konseptual Hubungan Dukungan Sosial Orangtua dengan *Burnout*



Berdasarkan kerangka konseptual tersebut, dapat dijelaskan bahwa penelitian ini mengungkapkan aspek-aspek dukungan sosial orangtua, *burnout* dan hubungan dukungan sosial orangtua (X) dilihat dari aspek-aspek *burnout* (Y)

D. Hipotesis

Menurut A Muri Yusuf (2014) hipotesis merupakan suatu kesimpulan yang belum final atau dugaan sementara yang merupakan konstruk peneliti terhadap masalah penelitian, yang menyatakan dua atau lebih variabel. Berdasarkan latar belakang dan kajian teori yang dipaparkan, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini, yaitu:

(Ha) = Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial orangtua dengan *burnout*.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang telah dilakukan mengenai hubungan kematangan emosi dengan penyesuaian diri, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Pada umumnya dukungan sosial orangtua pada siswa berada pada kategori rendah
2. Pada umumnya *burnout* pada siswa berada pada kategori kadang-kadang dapat diartikan tinggi.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial orangtua dengan *burnout* pada siswa.

B. Saran

1. Bagi Peneliti

Diharapkan penelitian ini bisa menjadi pedoman dan acuan bagi peneliti untuk dapat meneliti lebih lanjut khususnya mengenai hubungan dukungan sosial orangtua dengan *burnout* pada siswa.

2. Bagi Guru BK

Dengan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan sosial orangtua dengan *burnout*. Disarankan guru BK untuk meningkatkan metode pembelajaran atau teknik yang tepat dan sesuai untuk membantu mengentaskan permasalahan siswa sehingga tidak adanya siswa yang mengalami *burnout*.

3. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini dapat dijadikan informasi untuk menambah pengetahuan personil sekolah terutama kepala sekolah. Kepala sekolah diharapkan agar dapat membantu memfasilitasi pelayanan bimbingan dan konseling dengan menyediakan jam khusus untuk guru BK memberikan layanan klasikal minimal 2 jam/minggu.

4. Bagi Penelitian Selanjutnya

Disarankan bagi peneliti selanjutnya untuk meneliti variabel-variabel lain yang diduga berkorelasi kuat dengan dukungan sosial orangtua ataupun *burnout*

KEPUSTAKAAN

- Agusriani, A., & Fauziddin, M. (2021). Strategi Orang Tua Mengatasi Kejenuhan Anak Belajar dari Rumah Selama Pandemi Covid19. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 1729–1740. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i2.961>.
- Arifin, Zainal. (2009). *Evaluasi Pembelajaran*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Arikunto, S. (2006). *Metodologi penelitian*. Yogyakarta: Bina Askara.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Astuti, A. D., & Trisnani, N. (2021). Sosialisasi Perubahan Peran Orang Tua Pada Masa Pandemi Covid-19 Sebagai Bentuk Dukungan Pelaksanaan Learning From Home.1, 96–104.
- Azwar, S. (2007). *Metode Penelitian*. Pustaka Pelajar: Yogyakarta.
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2003). *Psikologi sosialjilid 1*. Alih Bahasa: Djuwita, R. Jakarta: Erlangga.
- Cahyati, N. & Kusumah, R. (2020). Peran Orang Tua Dalam Menerapkan Pembelajaran Di Rumah Saat Pandemi Covid 19. *Jurnal Golden Age* 4(01), 4–6. <https://doi.org/10.29408/jga.v4i01.2203>.
- Cutrona, C. E., Cole, V., Colangelo, N., Assouline, S. G., & Russell, D. W. (1994). Perceived parental social support and academic achievement: An attachment theory perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66(2), 369–378. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.66.2.369>.
- Ernawati, L. & Rusmawati, D. (2015). Dukungan sosial orang tua dan stres akademik pada siswa smk yang menggunakan kurikulum 2013. *Jurnal Empati*, 4(4), pp.26-31.
- Fitri, E., Ifdil, I., & Neviyarni, S. (2016). *Efektivitas layanan informasi dengan menggunakan metode blended learning untuk meningkatkan motivasi belajar*. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Konseling*, 2(2), 84-92.
- Fitrotin, K. & Prihartanti, N., 2018. Hubungan Antara Motivasi Berprestasi dan Dukungan Sosial Orang Tua dengan

Kejenuhan Belajar Siswa. *Universitas Muhammadiyah Surakarta*.

Gold, Y., & Roth, R. A. *Teachers managing stress and preventing burnout: The professional health solution*. Routledge Falmer. Diambil dari:

<https://books.google.co.id/books?id=jX4nAAAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=Teachers+managing+stress+and+preventing+burnout:+The+professional+health+solution&hl=en&sa=X&ved=2ahUKEwjhv4TqotLsAhWg63MBHZ30AmIQ6AEwAHoECAQQAQ>

Irianto, A. (2010). *Statistika: konsep dasar, aplikasi, dan pengembangannya*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.

Kemendikbud. (2020). *Surat edaran mendikbud nomor 4 tahun 2020*. Diperoleh dari

<http://pgdikmen.kemdikbud.go.id/read-news/surat-edaran-mendikbud-nomor-4-tahun-2020>

Maslach, C. (2003). *Burnout: The cost of caring*. ISHK. Diambil dari:

https://books.google.co.id/books?hl=en&lr=&id=Pigg1p-hJhgC&oi=fnd&pg=PP2&dq=maslach+2003&ots=DDr2cbY3sG&sig=TAHVnR94Hy1l_C9qYA1_gBj00E4&redir_esc=y#v=onepage&q=maslach%202003&f=false

Mora, L., 2016. Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kesulitan Belajar. *Psychopedia Jurnal Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang*, 1(1), pp.52-57.

Muflihah, L. and Savira, S.I., 2021. Pengaruh Persepsi Dukungan Sosial Terhadap *Burnout* Akademik Selama Pandemi. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(02).

Orpina S., dkk. (2019). Self-efficacy dan *Burnout* Akademik Pada Mahasiswa Yang Bekerja. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 3(2).

Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30–41. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2

Putri, D.A., 2021. Pengaruh Pembelajaran Daring Terhadap Tingkat Kejenuhan Belajar Siswa Selama Pandemi Covid-19 Kelas VIII Di SMP Negeri 8 Kota Jambi(Doctoral dissertation, *Bimbingan dan Konseling*).

Praningrum, A (2010). *Burnout* Karyawan di PT Harian Rakyat Bengkulu Pers. *Jurnal Manajemen Bisnis*, 1(1)

- Rahman, U. (2007). Mengenal *burnout* pada guru. *Lentera Pendidikan: Jurnal Ilmu Tarbiyah dan Keguruan*, 10(2), 216-227.
- Riduwan. (2010). *Metode & teknik menyusun proposal penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Sarafino, S. (2010). *Health psychology: biopsychosocial intractions sevent edition*. New York: John Wiley & Sons.
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence : Psikologi Remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Sudjiono, A. (2007). *Pengantar statistika pendidikan*. Jakarta: Gravindo Persada.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sujarwerni, V.W. (2015). *SPSS untuk penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Sundayana. (2016). *Statistika penelitian pendidikan*. Jakarta. Rajawali Press.
- Trisnawati, F. (2020). Gambaran Perilaku *Burnout* Di Smp Negeri 2 Pedamaran. *Jurnal Wahana Konseling*, 3(1), pp.53-62.
- Winarni, M., dkk. (2016). Motivasi belajar ditinjau dari dukungan sosial orangtua pada siswa SMA. *Jurnal Psikologi*, 2(1).
- Yusuf, A.M. (2014). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif & penelitian gabungan*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30–41.
https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2