

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN *BURNOUT* AKADEMIK
PADA MASA TRANSISI *FULL DAY SCHOOL* DI SMP SANTA MARIA
BANJARMASIN**

SKRIPSI



MELANI MAGDALENA THINE

NIM 1910123320018

**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT**

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING

BANJARMASIN

2024

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN *BURNOUT* AKADEMIK
PADA MASA TRANSISI *FULL DAY SCHOOL* DI SMP SANTA MARIA
BANJARMSIN
SKRIPSI**

Diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan
dalam menyelesaikan Program Sarjana Pendidikan
Pada Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Lambung Mangkurat

Oleh

MELANI MAGDALENA THINE

1910123320018

**KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
BANJARMASIN**

2024

LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING SKRIPSI

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN *BURNOUT* AKADEMIK
PADA MASA TRANSISI *FULL DAY SCHOOL* DI SMP SANTA MARIA
BANJARMASIN**

MELANI MAGDALENA THINE

NIM.1910123320018

Disetujui untuk Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji

Pembimbing I

Pembimbing II

Dr. Ririanti Rachmayanie Jamain,
S.Psi., M.Pd
NIP. 19750214 200501 2 001

Faisal Rachman, S.Pd., M.Pd
NIP. 19850917 200803 1 001

Mengetahui,
Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Lambung Mangkurat

Dr. Nina Permatasari, S.Psi., M.Pd
NIP. 19800702 200501 2 004

LEMBAR PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN SKRIPSI

Skripsi oleh Melani Magdalena Thine

Telah dipertahankan dihadapan Dewan Penguji

Pada Tanggal 4 Juli 2024

Dewan Penguji

Dr. Nina Permatasari, S.Psi., M.Pd

NIP. 19800702 200501 2 004

Ketua

Eklys Cheseda Makaria, S.Pd., M.Pd

NIP. 19920806 201803 2 001

Sekretaris

Dr. Ririanti Rachmayanie J, S.Psi., M.Pd

NIP. 19750214 200501 2 001

Penguji I

Faisal Rachman, S.Pd., M.Pd

NIP. 19850917 200803 1 001

Penguji II

Hendro Yulius Suryo Putro, S.Pd., M.Psi

NIP. 19850518 202012 1 006

Penguji III

Mengetahui,

Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Lambung Mangkurat



Dr. Nina Permatasari, S.Psi., M.Pd

NIP. 19800702 200501 2 004

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Melani Magdalena Thine

Nim : 1910123320018

Tempat / Tanggal Lahir : Banjarmasin, 22 Mei 2001

Jurusan : Ilmu Pendidikan

Program Studi : Bimbingan dan Konseling

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas : Lambung Mangkurat Banjarmasin

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul “Hubungan Dukungan Sosial Dengan Burnout Akademik Pada Masa Transisi Full Day School Di SMP Santa Maria Banjarmasin ” beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya sendiri, dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuaidengan etika keilmuan yang berlaku dalam masyarakat keilmuan.

Saya siap menanggung resiko / sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya ini, atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Banjarmasin, 4 Juli 2024

Hormat Saya



Melani Magdalena Thine

NIM.1910123320018

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

“Jadilah dirimu sendiri, karena hanya dengan menjadi dirimu sendiri kamu dapat mencapai kesuksesan yang sejati”

PERSEMBAHAN

Shalom, Pertama-tama saya ucapkan terima kasih kepada Tuhan Yesus Kristus, Yang telah melimpahkan segala Karunia-Nya sehingga saya bisa menyelesaikan tugas akhir saya dengan baik.

Karya ini saya persembahkan untuk :

1. Orang tua saya, terutama Ibu dan Bapak saya, serta Alm.kakak dan adik saya yang telah memberikan banyak doa, dukungan dan semangat untuk mencapai segala kesuksesan selama ini.
2. Pada kesempatan ini juga saya mengucapkan terimakasih sebesar-besarnya kepada dosen pembimbing I & II, serta staff program studi Bimbingan dan Konseling yang telah banyak memberikan saran, masukan, bimbingan dan dukungan selama penulisan skripsi ini.
3. Guru Bimbingan dan Konseling serta guru-guru dan Suster di SMP Santa Maria Banjarmasin yang telah memberikan banyak pengalaman dan masukan terkait penulisan skripsi ini.
4. Tidak lupa juga saya ucapkan terimakasih banyak kepada teman, sahabat, serta orang-orang terdekat saya serta seluruh teman-teman BK Angkatan 2019 dan yang tidak bisa saya ucapkan satu persatu namun selalu saya ingat segala pertolongan dan kebaikan dari kalian semua. Terimakasih karena telah banyak membantu baik tenaga, pikiran, semangat, pengalaman, serta menjadikan kekuatan untuk tetap maju hingga mencapai titik terbesar yang saya inginkan, yaitu mampu menyelesaikan pendidikan S1 ini.

ABSTRAK

Melani Magdalena Thine. 2024. *Hubungan Dukungan Sosial Dengan Burnout Akademik Pada Masa Transisi Full Day School Di SMP Santa Maria Banjarmasin*. Pembimbing: (I) Dr. Ririanti Rachmayanie, S. Pd, M.Pd: (II) Faisal Rachman, S.Pd., M.Pd.

Kata Kunci: *Dukungan Sosial, Burnout Akademik, Siswa SMP*

Burnout akademik dapat dialami siswa akibat banyaknya tugas dan tuntutan belajar selama masa transisi full day school. Dukungan sosial dari keluarga, teman, dan guru menjadi salah satu faktor yang dapat membantu siswa menghadapi tekanan akademik. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara dukungan sosial dan Burnout akademik pada siswa SMP Santa Maria Banjarmasin.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasi. Instrumen pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner dengan skala Likert. Sampel diambil menggunakan teknik sampel jenuh, yaitu sebanyak 101 siswa di SMP Santa Maria Banjarmasin. Teknik analisis data yang digunakan adalah statistik deskriptif dan korelasi *product moment*.

Berdasarkan hasil penelitian, interval korelasi antara Dukungan Sosial dan Burnout Akademik adalah **0,279** dengan nilai signifikansi **0,005 < 0,05**. Dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dan Burnout akademik pada siswa SMP Santa Maria Banjarmasin. Oleh karena itu, penting bagi pihak sekolah dan keluarga untuk terus memberikan dukungan sosial kepada siswa guna membantu mereka mengatasi Burnout akademik. Dalam penelitian selanjutnya, disarankan untuk mengeksplorasi variabel lain yang mungkin memengaruhi Burnout akademik, seperti gaya belajar, beban kerja, atau kesejahteraan emosional siswa.

ABSTRACT

Melani Magdalena Thine. 2024. *The Relationship between Social Support and Academic Burnout During The Transition to Full-Day School at Santa Maria Banjarmasin* . Supervisors: (I) Dr. Ririanti Rachmayanie, S. Pd, M.Pd: (II) Faisal Rachman, S.Pd., M.Pd.

Keywords: Social Support, Academic Burnout, Junior High School Students.

Academic burnout can be experienced by students due to the large number of assignments and learning demands during the transition to full-day school. Social support from family, friends, and teachers is one factor that can help students cope with academic pressure. This study aims to determine the relationship between social support and academic burnout in students at Santa Maria Middle School, Banjarmasin.

This study used a quantitative approach with a correlational research type. The data collection instrument used was a questionnaire with a Likert scale. The sample was taken using a saturated sampling technique, namely 101 students at Santa Maria Middle School, Banjarmasin. The data analysis techniques used were descriptive statistics and product-moment correlation.

Based on the research results, the correlation interval between Social Support and Academic Burnout was 0.279 with a significance value of $0.005 < 0.05$. It can be concluded that there is a relationship between social support and academic burnout in Santa Maria Middle School students in Banjarmasin. Therefore, it is important for schools and families to continue providing social support to students to help them overcome academic burnout. In future research, it is recommended to explore other variables that may influence academic burnout, such as learning styles, workload, or students' emotional well-being.

KATA PENGANTAR

Segala puji dan Syukur penulis ucapkan kepada Tuhan Yesus Kristus yang senantiasa melimpahkan Karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi penelitian ini. Adapun maksud dan tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui “*Hubungan Dukungan Sosial Dengan Burnout Akademik Pada Masa Transisi Full Day School Pada Siswa Kelas 8 dan 9B SMP Santa Maria Banjarmasin*”

Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan program S1 (Strata-1) pada program studi Bimbingan dan Konseling Jurusan Ilmu Pendidikan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin.

Peneliti menyadari bahwa keberhasilan dalam menyelesaikan skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan, bantuan dan kerjasama yang baik dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini, peneliti mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Ahmad Alim Bachri, S.E, M.Si selaku Rektor Universitas Lambung Mangkurat yang telah memberikan dukungan dalam pelaksanaan penelitian.
2. Bapak Prof. Dr. Sunarno Basuki, Drs., M.Kes., AIFO, selaku Dekan FKIP ULM Banjarmasin yang telah memberikan dukungan dalam pelaksanaan penelitian.
3. Ibu Dr. Nina Permata Sari, S.Psi, M.Pd selaku Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan yang telah memberikan pengarahan sehingga penelitian ini dapat terlaksana.
4. Ibu Eklys Cheseda Makaria, M.Pd selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan bimbingan dan fasilitas serta mengizinkan dalam pelaksanaan penelitian.

5. Ibu Dr. Ririanti Rachmayanie Jamain, S.Psi., M.Pd selaku dosen pembimbing/penasehat akademik yang telah memberikan banyak masukan terkait penelitian ini.
6. Bapak Faisal Rachman, S.Pd., M.Pd, selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan masukan terkait penelitian ini.
7. Seluruh Dosen Pengajar di Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah memberikan bantuan dan motivasi dalam melaksanakan penelitian ini.
8. Bapak/Ibu guru SMP Santa Maria Banjarmasin yang telah memberikan informasi dan data dalam melaksanakan penelitian ini.
9. Kedua orang tua dan keluarga saya yang telah mendedikasikan hidupnya untuk anak-anaknya dengan sepenuh hati serta mendukung impian dan cita-cita kami.
10. Semua pihak yang terlibat memberikan bantuan dan semangat, terutama keluarga, sahabat-sahabat saya Lina, Zada, Tiara, Riko, dan Steffi sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan
11. Seluruh teman-teman mahasiswa Bimbingan dan Konseling khususnya angkatan 2019 yang selama ini memberikan semangat dan dorongan sehingga saya dapat menyelesaikan penelitian ini dengan baik dan lancar.
12. Terakhir untuk diri saya sendiri yang telah berjuang sekuat tenaga dan pikiran melawan rasa malas, lelah, perasaan yang tidak menentu, dan hampir menyerah. Terimakasih sudah berani berjuang sampai akhir

Penyusun sangat menyadari bahwa masih sangat banyak kelemahan pada skripsi ini baik tata cara penulisan maupun isi yang ada. Maka dari itu peneliti mengharapkan saran dan kritik untuk membantu menyempurnakan skripsi ini. Semoga kebaikan yang kalian berikan kepada peneliti akan mendapatkan Karunia yang berlipat ganda dari Tuhan Yesus. Demikian sebagai penutup, saya selaku peneliti berharap semoga skripsi ini dapat berguna untuk perkembangan ilmu Bimbingan dan Konseling.

Banjarmasin, 4 Juli 2024

A handwritten signature in black ink, consisting of stylized, flowing letters that appear to read 'Melani' followed by a surname.

Melani Magdalena Thine

1910123320018

DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN.....	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRACT.....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xii
SURAT PERNYATAAN.....	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRACT.....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Batasan Masalah.....	5
D. Tujuan Penelitian.....	5
E. Manfaat Penelitian.....	5
F. Asumsi Dasar Penelitian.....	6
BAB II KAJIAN TEORITIK.....	7
A. Burnout Akademik.....	7
1. Pengertian Burnout Akademik.....	7
2. Aspek-Aspek Burnout.....	8
3. Faktor-Faktor Penyebab Burnout.....	9
4. Karakteristik Burnout.....	11
5. Ciri-ciri Burnout.....	11
6. Gejala yang terlihat pada Penderita Burnout.....	12
B. Dukungan Sosial.....	13
1. Pengertian Dukungan Sosial.....	13
2. Aspek-Aspek Dukungan Sosial.....	15
3. Sumber-Sumber Dukungan Sosial.....	16

4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Dukungan sosial.....	17
5. Faktor-Faktor yang Menghambat Pemberian Dukungan Sosial...19	
A. Hipotesis.....	19
B. Kerangka Berpikir.....	20
1. Bagan Kerangka Berpikir.....	20
2. Deskripsi Kerangka Berpikir.....	21
C. Hasil penelitian yang relevan.....	22
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	24
B. Variabel Penelitian.....	25
C. Jenis dan Sumber Data.....	25
D. Populasi dan Sampel	26
E. Teknik Penarikan Sampel.....	27
F. Teknik Pengumpulan Data.....	28
G. Uji Persyaratan Analisis Data.....	34
H. Teknik Analisis Data.....	36
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	39
A. Prosedur Penelitian.....	39
B. Deskripsi Data.....	42
C. Hasil Pengujian Persyaratan Analisis Data.....	46
D. Hasil Teknik Analisis Data.....	48
E. Pengujian Hipotesi.....	60
F. Pembahasan.....	63
BAB V PENUTUP.....	70
A. Kesimpulan.....	70
B. Saran.....	70
DAFTAR PUSTAKA.....	73

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Populasi Penelitian di SMP Santa Maria Banjarmasin.....	27
Tabel 3.2 Kisi-Kisi Instrumen Dukungan Sosial.....	31
Tabel 3.3 Kisi-Kisi Instrumen Burnout Akademik.....	32
Tabel 4.1 Hasil Uji Validitas Dukungan Sosial.....	43
Tabel 4.2 Hasil Uji Validitas Burnout Akademik.....	44
Tabel 4.3 Hasil Coba Reliabilitas Angket Dukungan Sosial.....	45
Tabel 4.4 Hasil Uji Coba Reliabilitas Angket <i>Burnout Akademik</i>	45
Tabel 4.5 Hasil Uji Normalitas.....	46
Tabel 4.6 Hasil Uji Linearitas.....	47
Tabel 4.7 Hasil Uji Coba Homogenitas.....	48
Tabel 4.8 Tabel Kriteria Kategori Dukungan Sosial.....	49
Tabel 4.9 Katagori Skala Variabel Dukungan Sosial.....	50
Tabel 4.10 Tabel Kriteria Kategori <i>Burnout Akademik</i>	55
Tabel 4.11 Katagori Skala Variabel Burnout Akademik.....	55
Tabel 4.12 Uji Hipotesis.....	61

