

**HUBUNGAN ANTARA *SCHOOL ENGAGEMENT* DAN *SELF  
REGULATION LEARNING* DENGAN *ACADEMIC BURNOUT* PADA  
SISWA KELAS OLIMPIADE MAN 2 KOTA MALANG**

**SKRIPSI**



**Oleh :**

**Musfiroh**

**NIM. 19410191**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

**2023**

**HUBUNGAN ANTARA *SCHOOL ENGAGEMENT* DAN *SELF  
REGULATION LEARNING* DENGAN *ACADEMIC BURNOUT* PADA  
SISWA KELAS OLIMPIADE MAN 2 KOTA MALANG**

**SKRIPSI**

**Oleh :**

**Musfiroh**

**NIM. 19410191**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI**

**MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

**2023**

# SURAT PERNYATAAN

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Musfiroh

NIM : 19410191

Fakultas : Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul "**HUBUNGAN ANTARA SCHOOL ENGAGEMENT DAN SELF REGULATION LEARNING DENGAN ACADEMIC BURNOUT PADA SISWA KELAS OLIMPIADE MAN 2 KOTA MALANG**" adalah benar merupakan karya sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali pada kutipan yang disebutkan sumbernya dalam daftar pustaka. Apabila di kemudian hari ada klaim dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan pihak fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar maka saya bersedia mendapat sanksi akademik.

Malang, 12 Mei 2023



NIM 19410191

# HALAMAN PERSETUJUAN

## HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN ANTARA *SCHOOL ENGAGEMENT* DAN *SELF REGULATION LEARNING* DENGAN *ACADEMIC BURNOUT* PADA  
SISWA KELAS OLIMPIADE MAN 2 KOTA MALANG**

### SKRIPSI

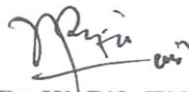
Oleh

Musfiroh

NIM 19410191

Telah disetujui oleh :

Dosen pembimbing skripsi

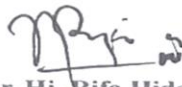


**Prof. Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si**

**NIP. 197611282002122001**

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi



**Prof. Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si**

**NIP. 197611282002122001**

# LEMBAR PENGESAHAN

## LEMBAR PENGESAHAN

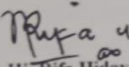
### SKRIPSI

#### HUBUNGAN ANTARA *SCHOOL ENGAGEMENT* DAN *SELF REGULATION LEARNING* DENGAN *ACADEMIC BURNOUT* PADA SISWA KELAS OLIMPIADE MAN 2 KOTA MALANG

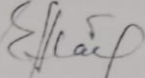
Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji  
pada tanggal 10 Juli 2023

#### Susunan Dewan Penguji

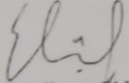
Ketua Penguji

  
Prof. Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si  
NIP. 197611282002122001

Penguji Utama

  
Dr. Elok Halimatius Sa'diyah  
NIP. 197405182005012002

Sekretaris Penguji

  
Elok Faiz Fatma El Fahmi  
NIP. 199109082019032008

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan  
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Tanggal 10 Juli 2023

Mengesahkan

  
Dekan Fakultas Psikologi  
Maulana Malik Ibrahim Malang  
  
Prof. Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si  
NIP. 197611282002122001

## **PERSEMBAHAN**

Puji Syukur kepada Allah SWT. atas limpahan rahmat, nikmat, kasih sayang, yang telah memberikan keluasaan ilmu-Nya kepada hamba hingga dapat menyelesaikan penelitian tugas akhir ini dengan baik. Shalawat serta salam tak lupa selalu terlimpahkan kepada junjungan seluruh umat islam Baginda Rasulullah Muhammad SAW.

Karya ini saya persembahkan kepada orang-orang yang saya cintai dan sayangi: Bapak dan Ibu yang selalu mendukung dan memberi semangat saya dengan segala kasih sayangnya agar penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik. Terimakasih saya ucapkan kepada Bapak dan Ibu, karena tanpa mereka saya tidak akan bisa sampai pada titik ini. Kakak saya yang juga memberikan dukungan dan semangat kepada saya. Semoga karya ini dapat memberikan rasa bangga di hati keluarga saya.

Karya ini juga saya persembahkan untuk diri saya sendiri karena telah hebat dan berhasil melalui segala hambatan kehidupan dalam mendapatkan gelar sarjana ini.

## **MOTTO**

“Dream High. Instead of satisfied of what I’ve done, I said to my self ‘No, this isn’t enough”

“Everyone’s version of their best is different, so don’t ever let anyone tell you or make you fell like you’re not enough.”

Lee jeno NCT

## KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan kemudahan sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian skripsi ini dengan baik dan tepat waktu. Shalawat serta salam semoga terlimpah curahkan kepada baginda tercinta yaitu Rasulullah Muhammad SAW yang syafa'atnya dinanti di akhirat nanti. Peneliti mengucapkan syukur kepada Allah SWT atas limpahan nikmat sehat-Nya, baik itu berupa sehat fisik, batin, maupun akal pikiran, sehingga peneliti mampu menyelesaikan penelitian skripsi sebagai syarat memperoleh gelar S.Psi dengan judul **“Hubungan antara *School Engagement* dan *Self Regulation Learning* dengan *Academic Burnout* pada Siswa Kelas Olimpiade MAN 2 Kota Malang”**.

Penelitian ini tidak terlepas dari dukungan berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, peneliti menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. H. M. Zainuddin, MA, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Prof. Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang sekaligus dosen pembimbing satu yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan arahan dalam penyusunan skripsi ini.
3. Ibu Elok Fa'iz Fatma El Fahmi, M.Si, selaku dosen pembimbing dua yang telah mengarahkan dan memberikan semangat dalam penyusunan skripsi ini.
4. Bapak Agus Iqbal Hawabi, M.Psi selaku dosen wali yang telah mendampingi selama proses pendidikan sarjana.
5. Seluruh civitas akademik Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, terkhusus dosen-dosen yang telah memberikan ilmunya selama ini.



6. Bapak, ibu, dan Mbak Lia yang tiada henti memberikan semangat, dukungan, dorongan, dan do'a yang selalu mengiringi dalam proses penyelesaian skripsi ini.
7. Seluruh pihak MAN 2 Kota Malang yang telah memberikan izin untuk dijadikan lokasi penelitian.
8. Seluruh siswa-siswi kelas olimpiade MAN 2 Kota Malang yang telah bersedia menjadi responden guna mendukung penelitian ini.
9. Teman-teman seperjuangan: Elok Fadia Ikrimasari, Siti Lu'lu'ul Khobir, Ishmah Maulana, Hillary Farah Ramadhani, dan Saniatur Rizqiyah, yang selalu menemani dan berjuang bersama selama proses kuliah hingga penyusunan skripsi saat ini.
10. Boygrup NCT khususnya Lee Jenyo yang karyanya selalu menemani peneliti setiap harinya, khususnya dalam penyusunan skripsi ini.
11. Seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang turut memberikan bantuan dan berjasa dalam penyusunan skripsi.
12. Diri saya sendiri yang telah kuat dan hebat dalam melewati seluruh proses kehidupan.

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari kesempurnaan karena terbatasnya pengetahuan yang dimiliki. Peneliti mengharapkan saran yang membangun guna sempurnanya penelitian ini. Peneliti berharap penelitian ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membacanya. Akhir kata, peneliti mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang terlibat langsung maupun tidak langsung dalam membantu proses penelitian ini dan semoga ridho Allah selalu menyertai langkah ini.

Malang, 12 Mei 2023

Peneliti

Musfiroh

## DAFTAR ISI

<b>SURAT PERNYATAAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>PERSEMBAHAN.....</b>	<b>iv</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>ix</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>xv</b>
<b>BAB I.....</b>	<b>1</b>
<b>PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
<b>A. Latar Belakang.....</b>	<b>1</b>
<b>B. Rumusan Masalah.....</b>	<b>5</b>
<b>C. Tujuan Penelitian .....</b>	<b>5</b>
<b>D. Manfaat Penelitian .....</b>	<b>6</b>
<b>BAB II .....</b>	<b>8</b>
<b>KAJIAN TEORI.....</b>	<b>8</b>
<b>A. <i>Academic Burnout</i> .....</b>	<b>8</b>
<b>1. Pengertian <i>Academic Burnout</i> .....</b>	<b>8</b>
<b>2. Dimensi <i>Academic Burnout</i>.....</b>	<b>9</b>

3.	<b>Faktor-faktor <i>Academic Burnout</i></b> .....	12
4.	<b><i>Academic Burnout</i> dalam Perspektif Islam</b> .....	14
<b>B.</b>	<b><i>School Engagement</i></b> .....	<b>15</b>
1.	<b>Pengertian <i>School Engagement</i></b> .....	15
2.	<b>Aspek-aspek <i>School Engagement</i></b> .....	16
3.	<b><i>School Engagement</i> dalam Perspektif Islam</b> .....	18
<b>C.</b>	<b><i>Self Regulation Learning</i></b> .....	<b>19</b>
1.	<b>Pengertian <i>Self Regulation Learning</i></b> .....	19
2.	<b>Aspek-aspek <i>Self Regulation Learning</i></b> .....	20
3.	<b><i>Self Regulation Learning</i> dalam Perspektif Islam</b> .....	23
<b>D.</b>	<b>Hubungan antara <i>School Engagement</i> dengan <i>Academic Burnout</i></b> .....	<b>24</b>
<b>B.</b>	<b>Hubungan antara <i>Self Regulation Learning</i> dengan <i>Academic Burnout</i></b>	
	25	
<b>F.</b>	<b>Hipotesis</b> .....	<b>26</b>
<b>BAB III</b>	.....	<b>28</b>
<b>METODE PENELITIAN</b>	.....	<b>28</b>
<b>A.</b>	<b>Jenis dan Desain Penelitian</b> .....	<b>28</b>
<b>B.</b>	<b>Identifikasi Variabel</b> .....	<b>28</b>
<b>C.</b>	<b>Definisi Operasional</b> .....	<b>28</b>
<b>D.</b>	<b>Subjek Penelitian</b> .....	<b>29</b>
<b>E.</b>	<b>Instrumen Penelitian</b> .....	<b>30</b>

<b>F. Teknik Analisis Data .....</b>	<b>33</b>
1. Uji Validitas.....	33
2. Uji Reliabilitas .....	37
3. Kategorisasi Data .....	38
4. Uji Asumsi Klasik .....	38
5. Uji Hipotesis.....	39
 <b>BAB IV .....</b>	 <b>41</b>
 <b>HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	 <b>41</b>
<b>A. Pelaksanaan Penelitian .....</b>	<b>41</b>
1. Lokasi Penelitian .....	41
2. Waktu dan tempat Penelitian .....	44
<b>B. Hasil Penelitian.....</b>	<b>44</b>
1. Kategorisasi Data .....	44
2. Uji Asumsi Klasik .....	51
3. Uji Hipotesis.....	55
<b>C. Pembahasan.....</b>	<b>59</b>
1. Tingkat <i>School Engagement</i> siswa kelas olimpiade MAN 2 Kota Malang.....	59
2. Tingkat <i>Self Regulation Learning</i> siswa kelas olimpiade MAN 2 Kota Malang.....	60
3. Tingkat <i>Academic Burnout</i> siswa kelas olimpiade MAN 2 Kota Malang.....	62

4. Hubungan antara <i>School Engagement</i> dengan <i>Academic Burnout</i> pada siswa kelas olimpiade MAN 2 Kota Malang .....	63
5. Hubungan antara <i>Self Regulation Learning</i> dengan <i>Academic Burnout</i> pada siswa kelas olimpiade MAN 2 Kota Malang.....	65
6. Hubungan antara <i>School Engagement</i> dan <i>Self Regulation Learning</i> dengan <i>Academic Burnout</i> pada siswa kelas olimpiade MAN 2 Kota Malang.....	67
<b>BAB V.....</b>	<b>69</b>
<b>PENUTUP.....</b>	<b>69</b>
<b>A. Kesimpulan .....</b>	<b>69</b>
<b>B. Saran .....</b>	<b>70</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>72</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>76</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Skala Likert.....	30
Tabel 3. 2 Blueprint Academic Burnout.....	31
Tabel 3. 3 Blueprit School Engagement .....	31
Tabel 3. 4 Blueprint Self Regulation Learning .....	32
Tabel 3. 5 Hasil Uji Validitas Skala Academic Burnout .....	34
Tabel 3. 6 Hasil Uji Validitas Skala School Engagement .....	35
Tabel 3. 7 Hasil Uji Validitas Self Regulation Learning .....	36
Tabel 3. 9 Norma Kategorisasi .....	38
Tabel 4. 1 Mean Academic Burnout .....	45
Tabel 4. 2 Kriteria Kategorisasi Academic Burnout.....	45
Tabel 4. 3 Hasil Kategorisasi Academic Burnout.....	46
Tabel 4. 4 Mean School Engagement.....	47
Tabel 4. 5 Kriteria Kategorisasi School Engagement .....	48
Tabel 4. 6 Hasil Kategorisasi School Engagement .....	48
Tabel 4. 7 Mean Self Regulation Learning.....	49
Tabel 4. 8 Kriteria Kategorisasi Self Regulation Learning .....	50
Tabel 4. 9 Hasil Kategorisasi Self Regulation Learning .....	50
Tabel 4. 10 Hasil Uji Normalitas .....	52
Tabel 4. 11 Hasil Uji Multikolinearitas.....	53

<b>Tabel 4. 12 Hasil Uji Linearitas Academic Burnout dan School Engagement</b> .....	<b>54</b>
<b>Tabel 4. 13 Hasil Uji Linearitas Academic Burnout dan Self Regulation Learning</b> .....	<b>54</b>
<b>Tabel 4. 14 Hasil Uji T</b> .....	<b>55</b>
<b>Tabel 4. 15 Hasil Uji F</b> .....	<b>56</b>
<b>Tabel 4. 16 Hasil Uji Koefisien Determinasi</b> .....	<b>57</b>

## ABSTRAK

Musfiroh. (2023). Hubungan Antara *School Engagement* dan *Self Regulation Learning* dengan *Academic Burnout* Pada Siswa Kelas Olimpiade MAN 2 Kota Malang. Skripsi. Jurusan Psikologi. Fakultas Psikologi. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

Pembimbing : Prof. Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si

Elok Fa'iz Fatma El Fahma, M.Si

---

Siswa seringkali menghadapi beberapa tekanan dan tuntutan akademik dilingkungan sekolah. tekanan tersebut jika tidak segera diatasi akan berdampak buruk dan menyebabkan *burnout*. *Academic burnout* adalah perasaan lelah ataupun jenuh yang dialami oleh siswa dan disebabkan oleh tuntutan akademik dan beberapa tugas sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *school engagement* dan *self regulation learning* dengan *academic burnout* pada siswa kelas olimpiade MAN 2 Kota Malang.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif regresi linear berganda. Populasi dalam penelitian sebanyak 92 siswa dan keseluruhan populasi digunakan sebagai sampel penelitian. Hasil penelitian ini menunjukkan mayoritas siswa kelas olimpiade mengalami tingkat *academic burnout* sedang. *School engagement* mayoritas siswa kelas olimpiade berada pada tingkat sedang. *Self regulation learning* mayoritas siswa kelas olimpiade juga berada pada tingkat sedang. Hasil hipotesis dengan uji F menunjukkan bahwa *school engagement* dan *self regulation learning* memiliki hubungan secara signifikan dengan *academic burnout*.

**Kata Kunci :** *academic burnout, school engagement, self regulation learning*



## ABSTRACT

Musfiroh. (2023). The Relationship Between School Engagement and Self Regulation Learning with Academic Burnout in Students of the MAN 2 Olympic Class in Malang City. Thesis. Psychology Department. Faculty of Psychology. State Islamic University of Maulana Malik Ibrahim Malang.

Mentor : Prof. Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si

Elok Fa'iz Fatma El Fahma, M.Si

---

Students often face several academic pressures and demands in the school environment. If this pressure is not resolved immediately, it will have a negative impact and cause burnout. Academic burnout is a feeling of tiredness or boredom experienced by students and is caused by academic demands and some school assignments. This study aims to determine the relationship between school engagement and self-regulation learning with academic burnout in MAN 2 Olympiad class students in Malang City.

This study uses a quantitative method of multiple linear regression. The population in the study was 92 students and the entire population was used as the research sample. The results of this study indicate that the majority of Olympiad class students experience a moderate level of academic burnout. School engagement of the majority of Olympiad class students is at a moderate level. Self regulation learning of the majority of Olympiad class students is also at a moderate level. The results of the hypothesis with the F test show that school engagement and self-regulation learning have a significant relationship with academic burnout.

**Keyword :** *academic burnout, school engagement, self regulation learning*

## خلاصة

مسفرة. (2023). العلاقة بين المشاركة المدرسية والتعلم الذاتي التنظيم مع الإرهاق الأكاديمي لدى طلاب الفصل الأولمبي MAN 2 Kota Malang . أطروحة. قسم علم النفس. كلية علم النفس. الجامعة الإسلامية الحكومية مولانا مالك إبراهيم مالانج

المستشار: أ. دكتور. هجرية. ريفا هداية، ماجستير

إيلوك فاعز فاطمة الفحمة ، ماجستير

غالبًا ما يواجه الطلاب العديد من الضغوط والمطالب الأكاديمية في البيئة المدرسية. إذا لم يتم حل هذا الضغط على الفور ، فسيكون له تأثير سلبي ويسبب الإرهاق. الإرهاق الأكاديمي هو شعور بالتعب أو الملل يعاني منه الطلاب وينتج عن المتطلبات الأكاديمية وبعض المهام المدرسية. تهدف هذه الدراسة إلى تحديد العلاقة بين مشاركة المدرسة وتعلم التنظيم الذاتي مع الإرهاق الأكاديمي في طلاب فصل أولمبياد MAN 2 Kota Malang.

تستخدم هذه الدراسة طريقة كمية للانحدار الخطي المتعدد. كان مجتمع الدراسة 92 طالبًا بأكمله كعينة بحث. تشير نتائج هذه الدراسة إلى أن غالبية طلاب صف الأولمبياد يعانون واستخدام المجتمع من مستوى متوسط من الإرهاق الأكاديمي. المشاركة المدرسية لغالبية طلاب صف الأولمبياد على مستوى متوسط. إن التعلم الذاتي للتنظيم لغالبية طلاب صف الأولمبياد هو أيضًا في مستوى متوسط. تظهر نتائج أن مشاركة المدرسة وتعلم التنظيم الذاتي لهما علاقة كبيرة بالإرهاق الأكاديمي F الفرضية مع اختبار

**الكلمات المفتاحية:** نضوب أكاديمي ، مشاركة مدرسية ، تعلم التنظيم الذاتي

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Kelas Olimpiade di MAN 2 Kota Malang, disediakan agar siswa lebih siap guna mengembangkan semangat kompetisi akademik serta mendorong keberanian siswa dalam bersaing secara sehat sekaligus meningkatkan kemampuan siswa untuk meningkatkan mutu pendidikan. Adanya program kelas olimpiade ini merupakan upaya sekolah dalam memfasilitasi dan mengembangkan potensi saintifik siswa, agar memiliki kesempatan dalam mencapai prestasi secara optimal ditingkat nasional maupun internasional.

Siswa kelas olimpiade MAN 2 Kota Malang, diharuskan untuk selalu melatih dirinya dengan soal-soal atau pembinaan terkait kompetisi yang akan dihadapi oleh pengajar secara terus-menerus agar mereka terbiasa, pembinaan tersebut berupa karantina yang biasanya memakan waktu yang cukup lama sampai satu semester. Selain kebutuhan belajar guna kepentingan olimpiade, siswa kelas olimpiade juga dituntut untuk mengikuti pembelajaran dalam kelas yang sebelumnya tertinggal dikarenakan kompetisi olimpiade dengan sebaik mungkin.

Beberapa siswa mengalami kesulitan adaptasi dengan teman kelas atau dengan pembelajaran dikelas setelah proses karantina untuk kepentingan olimpiade. Selama persiapan kompetisi, seringkali siswa merasa pesimis untuk kompetisi selanjutnya, yang mengakibatkan menurunnya motivasi siswa

belajar. Siswa mengalami kelelahan secara fisik maupun mental ketika akan menghadapi olimpiade. Selama masa karantina persiapan olimpiade siswa terkadang juga mengalami kebosanan terhadap soal-soal yang diberikan. Terkadang siswa merasa malas untuk mengerjakan tugas-tugas sekolah.

Dikarenakan adanya tuntutan untuk selalu belajar dan selalu siap dalam mempersiapkan diri pada kompetisi yang akan datang, perasaan pesimis akan kompetisi berikutnya, dan menurunnya motivasi untuk berprestasi menyebabkan siswa yang mengikuti kelas olimpiade mengalami *academic burnout* atau jenuh terhadap akademiknya. Perasaan jenuh (*burnout*) terhadap akademik yang dialami siswa menyiratkan perasaan lelah terhadap tugas sekolah atau yang berkaitan dengan proses belajar, sikap ataupun perilaku yang kurang baik dalam menerima materi pelajaran (kurangnya partisipasi siswa didalam kelas), serta timbulnya perasaan tidak mampu mempelajari materi pembelajaran yang telah diberikan oleh guru didalam kelas (Hoseinabadi-farahani, Kasirlou & Inanlou, 2016).

Menurut Behrouzi, dkk (dalam Jenaabadi H., dkk, 2017) penyebab siswa yang mengalami *academic burnout* adalah perasaan lelah akibat adanya tuntutan pendidikan, munculnya perasaan pesimis, kurangnya minat atau tidak bersemangat dalam proses belajar, dan timbulnya perasaan tidak kompeten sebagai siswa (rendah efisiensi). Neuman (dalam Charkhabi, dkk, 2013) berpendapat *academic burnout* adalah salah satu hal yang paling signifikan yang terjadi di sekolah karena beberapa alasan seperti prestasi akademik yang dapat mempengaruhi hubungan antar siswa di sekolah dan dapat mempengaruhi

semangat siswa terhadap pendidikan. Lian, dkk (2014) menyebutkan bahwa faktor utama terjadinya *academic burnout* pada siswa adalah berhubungan dengan sifat individu siswa itu sendiri, seperti *self-efficacy*, *self-image* (citra diri), *locus of control* (kontrol pusat kendali), *self-esteem* (harga diri), dan *trait anxiety* (kecemasan).

Penelitian yang dilakukan pada sebanyak 2.133 siswa di Taiwan, yang kemudian hasilnya dimuat pada surat kabar *The China Post* (Soong dalam Shih, 2015), ditemukan bahwa sebesar 61,9% siswa yang datang ke sekolah hanya untuk memenuhi pendidikan umum yang mereka ambil. Kemudian 35,9% siswa seringkali merasakan kelelahan yang diakibatkan oleh aktivitas disekolah seharian penuh, selanjutnya 21,9% siswa berpendapat bahwa sekolah merupakan tanggungan yang berat, dan sebesar 19,4% siswa merasa terbebani baik secara fisik maupun mental.

Penelitian yang dilakukan Suwarjo, dkk (dalam Guanggoro, 2016) menyatakan siswa kelas XI di salah satu SMA yang terdapat di kota Yogyakarta sebanyak 93,98% siswa yang mengalami kejenuhan, dengan area kejenuhan paling banyak terdapat pada area kelelahan emosi.

Salah satu cara yang dilakukan untuk mengatasi *academic burnout* yaitu dengan membangun perasaan serta perilaku atau sikap yang positif terhadap desakan akademik yang didapat (Fredrickd, Blumenfeld & Paris dalam Bilge, dkk., 2014). Munculnya perasaan, sikap dan perilaku positif terhadap tuntutan akademik itulah yang disebut dengan istilah *school engagement*. Keadaan

ketika seorang siswa menampakkan keterikatan yang positif terhadap akademik, maka siswa tersebut akan menjadi lebih bersemangat dan akan menunjukkan perilaku *self-regulated learning* yang lebih baik lagi. Jika siswa memiliki penataan waktu yang baik maka siswa akan mampu menjalankan kegiatan sesuai dengan tujuannya. Untuk menyelesaikan tugas sesuai dengan waktu yang tepat, siswa perlu memiliki penataan yang baik.

*School engagement* adalah keterlibatan sekolah, perilaku, pemikiran, dan perasaan yang berkaitan dengan sekolah. Keterlibatan sekolah dianggap lunak dan oleh karena itu penelitian terbaru juga telah mengeksplorasi prediktor keterlibatan sekolah. *Self regulation learning* adalah kemampuan untuk melibatkan metakognisi, motivasi dan perilaku secara aktif dalam proses belajar (Zimmerman,1989).

Penelitian ini dilakukan di MAN 2 Kota Malang, dengan alasan karena sekolah tersebut menyediakan program kelas olimpiade. Selain itu, sekolah tersebut juga salah satu sekolah unggulan di kota Malang yang sering menang dalam kompetisi olimpiade dalam skala provinsi maupun nasional. Berdasarkan fenomena serta data diatas, membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang membahas mengenai “Hubungan antara *School Engagement* dan *Self Regulation Learning* dengan *Academic Burnout* pada Siswa Kelas Olimpiade MAN 2 Kota Malang ”

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah yang didapat peneliti dalam rancangan penelitian ini adalah :

1. Bagaimana tingkat *School Engagement* siswa kelas olimpiade MAN 2 Kota Malang ?
2. Bagaimana tingkat *Self Regulation Learning* siswa kelas olimpiade MAN 2 Kota Malang ?
3. Bagaimana tingkat *Academic Burnout* siswa kelas olimpiade MAN 2 Kota Malang ?
4. Bagaimana hubungan antara *School Engagement* dengan *Academic Burnout* pada siswa kelas olimpiade MAN 2 Kota Malang ?
5. Bagaimana hubungan antara *Self Regulation Learning* dengan *Academic Burnout* pada siswa kelas olimpiade MAN 2 Kota Malang ?
6. Bagaimana hubungan antaran *School Engagement* dan *Self Regulation Learning* dengan *Academic Burnout* pada siswa kelas olimpiade MAN 2 Kota Malang

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah yang dijabarkan diatas, penelitian in bertujuan untuk :

1. Mengetahui tingkat *School Engagement* siswa kelas olimpiade MAN 2 Kota Malang.

2. Mengetahui tingkat *Self Regulation Learning* siswa kelas olimpiade MAN 2 Kota Malang.
3. Mengetahui tingkat *Academic Burnout* siswa kelas olimpiade MAN 2 Kota Malang.
4. Mengetahui hubungan antara *School Engagement* dengan *Academic Burnout* pada siswa kelas olimpiade MAN 2 Kota Malang.
5. Mengetahui hubungan antara *Self Regulation Learning* dengan *Academic Burnout* pada siswa kelas olimpiade MAN 2 Kota Malang.
6. Mengetahui hubungan antara *School Engagement* dan *Self Regulation Learning* dengan *Academic Burnout* pada siswa kelas olimpiade MAN 2 Kota Malang.

#### **D. Manfaat Penelitian**

1. Secara Teoritis
  - a. Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan keilmuan bagi pihak terkait.
  - b. Sebagai bahan telaah bagi peneliti selanjutnya mengenai *school engagement, self regulation learning dan academic burnout*.
2. Secara Praktis
  - a. Secara praktis diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai sumbangan informasi bagi dunia akademisi dan khalayak umum terkait *school engagement, self regulation learning dan academic burnout*.



- b. Diharapkan menjadi bahan evaluasi bagi penelitian selanjutnya terkait *school engagement, self regulation learning dan academic burnout.*

## BAB II

### KAJIAN TEORI

#### A. *Academic Burnout*

##### 1. Pengertian *Academic Burnout*

*Academic Burnout* adalah perasaan lelah yang dialami siswa diakibatkan oleh tuntutan akademik, perasaan sinis terkait tugas yang diberikan, dan perasaan tidak kompeten sebagai siswa (Schaufeli,dkk 2002). Pernyataan tersebut sejalan dengan Behrouzi,dkk (dalam Jenabadi, 2017) yang mendefinisikan *academic burnout* sebagai perasaan yang siswa alami berupa perasaan jenuh atau lelah akibat tuntutan dan kemampuan pendidikan, menyebabkan individu pesimis dan memiliki perasaan malas untuk mengerjakan tugas, serta memiliki perasaan yang tidak kompeten sebagai siswa. Sedangkan menurut Cordes (dalam Law,2007) mengungkapkan bahwa *burnout* pada individu berkaitan dengan adanya kemunduran pada hubungan interpersonal, dan beberapa perilaku negatif yang dapat merusak hal-hal yang berkaitan tersebut.

Maslach & Jackson (dalam Charkhabi dkk, 2013) mendefinisikan burnout sebagai sindrom tiga dimensi yang meliputi depersonalisasi, kelelahan emosional, dan menurunnya prestasi. *Academic Burnout* disebut juga dengan kejenuhan akademik yang menampakkan perasaan lelah yang dialami siswa yang diakibatkan oleh beberapa tugas sekolah, perilaku siswa yang buruk terhadap pemberian materi belajar di kelas yang mengakibatkan siswa tidak mengikuti kegiatan yang diselenggarakan oleh pihak sekolah, serta

memunculkan perasaan ketidakmampuan siswa untuk memahami materi yang telah diberikan oleh guru (Hoseinabadi-farahani,dkk. 2016).

Dari beberapa definisi diatas, dapat disimpulkan *Academic Burnout* adalah perasaan lelah atau jenuh yang dialami oleh siswa yang disebabkan oleh tuntutan akademik siswa dan beberapa tugas sekolah.

## **2. Dimensi Academic Burnout**

Tiga dimensi *academic burnout* menurut Schaufeli dkk (2002), antara lain :

### *a. Exhaustion*

Dimensi yang mengarah pada perasaan lelah yang dialami siswa yang diakibatkan oleh tuntutan studi (Schaufeli & Hu, 2009).

### *b. Cynicism*

Mengacu pada sikap sinis atau sikap menghindar dari sekolah (Schaufeli & Hu, 2009). Ketika siswa bersikap sinis terhadap sekolah, siswa menjadi dingin dan menjauh dari kegiatan atau pekerjaannya dan juga menghindar dari orang-orang sekitarnya, hal tersebut mengakibatkan siswa mengurangi interaksinya dengan aktivitas sekolah.

### *c. Reduce Academic Efficacy*

Dimensi ini mengarah pada menurunnya kepercayaan siswa terhadap akademiknya yang disebabkan oleh berkurangnya motivasi, kompetensi dan juga produktivitas siswa (Maslach, Schaufeli & Leiter, 2001). Ketika siswa memiliki perasaan tidak kompeten menyebabkan siswa

merasa tidak puas terhadap dirinya sendiri, pekerjaannya, dan kehidupan yang dilaluinya.

Selain beberapa dimensi yang telah dipaparkan diatas oleh Schaufeli, Yang (2004) juga memaparkan beberapa aspek *Academic Burnout* diantaranya sebagai berikut :

a. Kelelahan emosional

Aspek ini diartikan sebagai kelelahan yang ditimbulkan oleh perasaan emosional dan psikologis individu secara berlebihan hingga mengakibatkan berkurangnya energi yang mengacu pada perasaan frustrasi dan ketegangan.

b. Kecenderungan depersonalisasi

Aspek ini diartikan suatu upaya untuk mempertahankan diri sendiri dari tuntutan emosional, sikap sinis, apatis dan menganggap orang lain sebagai objek.

c. Perasaan prestasi pribadi yang rendah

Aspek ini merujuk pada kecenderungan siswa untuk menilai dirinya secara negatif, penurunan perasaan kecakapan dalam bidang akademik dan perasaan tidak senang terhadap prestasi pekerjaan yang dilakukan sendiri, dimana siswa tersebut menilai rendah kemampuannya (Yang, 2004).

Pendapat lain mengenai aspek *Academic Burnout*, juga dikemukakan oleh Salmela (2010), beliau menyebutkan terdapat tiga aspek dalam *Academic Burnout*, diantaranya sebagai berikut :

a. Kelelahan

Mengacu pada perasaan ketegangan atau kelelahan yang dialami siswa yang diakibatkan oleh barlimpahnya tugas-tugas yang diberikan pada siswa.

b. Sinisme

Dapat diartikan sebagai perasaan acuh atau sikap tidak peduli pada seluruh lingkungan sekolah, hilangnya minat pada setiap kegiatan sekolah, dan tidak memandang sekolah sebagai suatu hal yang menarik ataupun berharga.

c. Menurunnya efikasi diri

Ditandai dengan menurunnya perasaan kompetensi, ketidakinginan untuk sukses, dan menurunnya keinginan untuk berprestasi disekolah.

Dari beberapa uraian diatas dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek dari *Academic Burnout* adalah kelelahan secara fisik maupun emosional, perasaan sinisme atau depersonalisasi, dan menurunnya efikasi diri atau menurunnya keyakinan siswa terhadap akademiknya. Dalam penelitian ini, skala yang digunakan oleh peneliti untuk mengukur *Academic Burnout* adalah *Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS)*, dikarenakan skala ini disusun khusus untuk siswa atau pelajar dari semua jenjang pendidikan dan skala ini sudah

sering digunakan untuk pengukuran *Academic Burnout* pada siswa (Soliemanifer dkk,2013;Chang dkk,2015; da Silva, dkk.,2014)

### **3. Faktor-faktor *Academic Burnout***

Faktor-faktor yang menyebabkan *academic burnout* menurut Muhibbinsyah (1999), yaitu :

- a. Belajar dalam kurun waktu yang terlalu lama atau kurang istirahat, belajar secara terus-menerus tanpa adanya variasi dalam belajar.
- b. Lingkungan belajar yang tidak mendukung. Lingkungan belajar yang mendukung mampu meningkatkan motivasi belajar bagi siswa begitu juga sebaliknya, jika lingkungan belajar siswa tidak mendukung mengakibatkan motivasi belajar rendah dan juga menyebabkan kejenuhan dalam belajar.
- c. Lingkungan belajar yang baik dapat menimbulkan susana belajar yang baik, sehingga kejenuhan dalam belajar menurun.
- d. Adanya konflik dalam lingkungan belajar, konflik bisa terjadi dengan guru maupun teman.
- e. Kurang adanya timbal balik positif terhadap belajar. Gaya belajar yang hanya berpusat pada guru saja atau siswa tidak diberi kesempatan untuk memberi feedback maupun terkait materi akan menyebabkan kejenuhan belajar.
- f. Mengerjakan suatu hal karena terpaksa. Tidak adanya minat siswa untuk belajar menyebabkan adanya kejenuhan dalam belajar

Selain beberapa faktor yang disebutkan diatas, Leiter & Maslach (2000) juga menjelaskan beberapa faktor yang mempengaruhi munculnya *burnout*, diantaranya :

a. *Workload*

Siswa mengerjakan banyak tugas sekolah seperti PR, memahami materi, mempersiapkan diri untuk kuis atau ujian dalam waktu yang singkat.

b. *Control*

Siswa kesulitan dalam mengambil keputusan terkait tugas-tugas sekolahnya akibat pengaruh dari teman, guru, ataupun peraturan-peraturan sekolah.

c. *Reward*

Siswa tidak mendapat apresiasi atau pujian dari guru, teman sekelasnya, atau orang tua atas pencapaian akademiknya.

d. *Community*

Siswa memiliki hubungan yang kurang baik dengan guru ataupun teman sekelasnya sehingga terdapat perasaan tidak nyaman ketika mengikuti pembelajaran dikelas.

e. *Value*

Ketidaksesuaian nilai-nilai yang dianut oleh siswa dengan tuntutan sekolah. Misalnya ketidakcocokan aspirasi pribadi siswa dengan nilai-nilai yang ada di sekolah.

f. *Fairness*

Siswa merasa diperlakukan secara tidak adil.

Berdasarkan uraian diatas, dapat diketahui beberapa hal yang menjadi faktor penyebab *Academic Burnout*. Faktor tersebut meliputi, siswa terlalu lama atau terlalu banyak memahami materi pembelajaran, lingkungan sekitar seperti teman sekelasnya yang tidak mendukung proses belajar siswa, kurangnya timbal balik positif atau *reward* terhadap prestasi yang telah didapat siswa, keterpaksaan dalam mengerjakan tugas sekolah, siswa merasa diberlakukan tidak adil oleh sekolah maupun guru.

#### 4. *Academic Burnout* dalam Perspektif Islam

*Academic Burnout* adalah perasaan lelah atau jenuh yang dialami oleh siswa yang disebabkan oleh tuntutan akademik siswa dan beberapa tugas sekolah. Kelelahan ataupun kejenuhan yang dialami oleh siswa merupakan suatu hal yang wajar dalam proses belajarnya. Dan seluruh makhluk berakal yang ada didunia ini pasti mengalami kejenuhan dalam belajar. Sebagaimana yang dikatakan oleh Imam Syafi’I salah satu ulama besar dan salah satu madzhab dalam ilmu fikih,

ومن لم يذق مر التعلم ساعة, تجرع ذل الجهل طول حياته

“Bila kamu tak tahan penatnya belajar, maka kamu akan menanggung perihnya kebodohan.”

Setiap orang akan mengalami kepenatan dalam setiap kegiatan yang terus menerus dilakukannya terutama dalam hal belajar. Lelah dalam belajar adalah suatu hal yang wajar dan suatu proses yang harus dilewati seseorang untuk menuju kesuksesan.



## **B. School Engagement**

### **1. Pengertian School Engagement**

*School Engagement* atau disebut juga keterlibatan sekolah adalah usaha siswa untuk melibatkan dirinya pada kegiatan akademik atau non-akademik sekolah yang meliputi tiga komponen, yaitu *behavioral, emotional, cognitif* (Fredricks, Blumfeld & Paris, 2004). Melindi & Machenjedge (2012) juga mengemukakan, *school engagement* adalah partisipasi siswa secara penuh dalam kegiatan atau aktifitas yang ada disekolahnya. Dhalberg (2007) mengungkapkan bahwa *school engagement* tidak hanya partisipasi siswa pada kegiatan yang berkaitan dengan sekolah saja melainkan juga hubungan emosionalnya.

Menurut Chapman (2003) *school engagement* adalah upaya siswa untuk ikut serta dalam berbagai kegiatan yang ada disekolah yang mengacu pada indikator, afektif, perilaku dan kognitif dalam melaksanakan tugas sekolah. Menurut Woolfolk (2009) *Engagement* (keterlibatan) mencakup berbagai perilaku seperti atensi, presistensi, usaha, dan resistensi terhadap distraksi maupun emosi seperti rasa bangga, antusiasme, minat, dan kebahagiaan. Siswa bisa ikut terlibat dalam kegiatan sekolah melalui pertemanan sebaya maupun dengan guru, partisipasi dengan tim olahraga, dan juga keterlibatan dalam ekstrakurikuler.

*School Engagement* sangat penting bagi siswa, karena siswa yang ikut terlibat cenderung berprestasi tinggi dan juga memiliki ketekunan yang tinggi, begitu juga dengan sebaliknya. Keterlibatan pihak sekolah juga akan

tinggi jika siswa memiliki guru dan teman-teman yang selalu mendukung, memiliki kesempatan untuk menentukan, dan adanya fasilitas sekolah yang memadai (Fredericks, Blumenfeld, & Paris, 2004).

Dari pengertian dari beberapa tokoh tersebut, maka *School Engagement* adalah upaya siswa dalam melibatkan dirinya pada kegiatan sekolah baik kegiatan yang bersifat kognitif, non-kognitif maupun emosional.

## 2. Aspek-aspek School Engagement

Terdapat tiga dimensi yang melandasi *school engagement*, menurut Frederick, Blumenfeld & Paris (2004), antara lain :

### a. *Emotional Engagement*

*Emotional engagement* merupakan reaksi positif maupun negatif yang siswa miliki terhadap guru, teman, ataupun akademiknya yang mendatangkan ikatan dengan sekolah dan kemudian mempengaruhi motivasi belajar siswa. Siswa dengan prestasi belajar rendah akan menunjukkan reaksi negatif seperti mengalami kejenuhan, sedih, kesal. Emosi yang positif akan menimbulkan reaksi positif terhadap sekolah, guru, teman sekelas mampu mempengaruhi keikutsertaan siswa pada kegiatan akademik maupun non-akademik yang diadakan sekolah (Finn,1989).

### b. *Behavioral Engagement*

*Behavioral engagement* adalah aktivitas siswa untuk berpartisipasi dalam kegiatan akademik, sosial, atau ekstrakurikuler. Siswa dengan prestasi belajar rendah *behavioral engagement* nya

menunjukkan reaksi negatif, seperti sering membolos, tidak aktif selama proses belajar, tidak berpartisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler. Sedangkan siswa dengan keterlibatan yang positif akan menunjukkan perilaku yang taat pada peraturan yang ada di sekolah, tidak melakukan perilaku yang berdampak negatif di sekolah (Frederick, dkk, 2004).

c. *Cognitive Engagement*

*Cognitive engagement* merupakan suatu modal yang memadukan antara perhatian dan apa yang diinginkan untuk memahami suatu materi, serta suatu penguasaan siswa terhadap keterampilan yang rumit. Keluwesan dalam menyelesaikan masalah, mampu menghadapi suatu masalah dengan cara yang positif, cenderung untuk bekerja keras, dan positif coping merupakan salah satu bentuk dari *cognitive behavior* (Connel & Welborn, 1991).

Dari beberapa aspek yang telah disebutkan diatas, dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek yang mendasari *School Engagement* adalah reaksi emosi yang dimiliki siswa terhadap lingkungan sekolahnya (*Emotional Engagement*), tindakan siswa untuk berpartisipasi dalam kegiatan sekolah (*Behavioral Engagement*), dan usaha atau keinginan siswa untuk memahami suatu materi yang rumit (*Cognitive Engagement*). Terkait pengukuran untuk *school engagement* ini, peneliti menggunakan skala *School Engagement Measure* (SEM)-MacCartur yang disusun oleh Frederick dkk (2005). Alasan peneliti memilih menggunakan skala ini

karena skala ini sesuai dengan teori yang peneliti gunakan, mengukur semua dimensi keterlibatan siswa, serta validitas dan reliabilitasnya sudah dianggap baik, dan skala ini sudah sering sering digunakan dalam penelitian *School Engagement* sebelumnya.

### 3. *School Engagement* dalam Perspektif Islam

*School Engagement* adalah upaya siswa dalam melibatkan dirinya pada kegiatan sekolah baik kegiatan yang bersifat kognitif, non-kognitif maupun emosional. Siswa harus memiliki sikap yang aktif dan produktif dalam kegiatan akademik maupun non-akademik disekolah.

Manusia yang cekatan dan produktif, seringkali merasa waktu berlalu sangat cepat karena bagi mereka waktu sangatlah berarti. Sebaliknya bagi yang tidak menggunakan waktu untuk hal-hal yang baik dan bermanfaat, waktu tidak ada artinya. Mereka beranggapan perubahan waktu tidak ada yang istimewa mengalir saja tanpa adanya target.

Allah Swt selalu mengingatkan tentang pentingnya waktu. Hal ini menunjukkan bahwa setiap detik harus bisa dimanfaatkan dengan baik. Allah menggambarkan pentingnya memanfaatkan waktu dalam firman-Nya QS Al-‘Asr ayat 1-3 yang sudah tidak asing lagi:

وَالْعَصْرِ

Artinya: “Demi masa.”

إِنَّ الْإِنْسَانَ لِرَبِّهِ لَكَنُفٍ

Artinya: "Sungguh, manusia berada dalam kerugian."

إِلَّا الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ

Artinya: "Kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan kebajikan serta saling menasihati untuk kebenaran dan saling menasihati untuk kesabaran."

Dalam ayat tersebut dijelaskan, bahwa waktu harus dimanfaatkan sebaik mungkin. Manusia yang tidak produktif dan tidak memanfaatkan waktunya sebaik mungkin, selalu menyia-nyiakan waktunya untuk hal-hal yang tidak berguna merupakan salah satu ciri dari manusia yang merugi dan gagal

## C. Self Regulation Learning

### 1. Pengertian Self Regulation Learning

*Self Regulation Learning* adalah kemampuan siswa untuk membentuk, memantau pikiran, perasaan, dan perilaku untuk memperoleh suatu tujuan yang diinginkan (Winne Santrock, 2007). Tujuannya bisa berupa akademik atau sosio-emosional. Menurut Woltres, Pintrich, & Karabenick (2003) *Self Regulation Learning* adalah proses konstruktif dan aktif individu dengan tujuan untuk proses pembelajaran dan berusaha untuk memantau, mengatur, mengontrol kognisi, motivasi dan perilaku yang ditujukan oleh tujuan yang ingin dicapai.

*Self Regulation Learning* dilandasi oleh faham konstruktivisme, dimana guru mengatur dan mengendalikan pembelajaran sehingga mampu mendorong siswa untuk mengorganisir pengalaman pribadi menjadi suatu

pengetahuan yang baru dan bermakna bagi siswa. Dengan adanya *self regulation learning* bertujuan untuk memperluas pengetahuan dan menjaga motivasi, peduli terhadap keadaan emosi mereka, mengontrol kemajuan, menelaraskan atau memperbaiki strategi yang dibuat.

Dari penjelasan diatas, *Self Regulation Learning* adalah kemampuan siswa dalam memunculkan atau mengatur perasaan maupun perilaku untuk mencapai tujuan yang diinginkan.

## **2. Aspek-aspek Self Regulation Learning**

*Self Regulation Learning* terdiri dari tiga aspek menurut Zimmerman (1998), yaitu Metakognisi, Motivasi, dan perilaku. Indikator dari aspek tersebut diambil dari skala milik Wolters (2003), sebagai berikut :

### **a. Metakognisi**

Meliputi bermacam-macam kegiatan kognitif yang mewajibkan siswa untuk mengganti kognisi mereka. Strategi dalam aspek ini meliputi :

1. *Rehearsal Strategies*, merupakan strategi dalam menghafal materi dengan cara mengulang beberapa materi secara berulang sehingga materi tersebut mudah dipahami.
2. *Elaboration Strategies*, merupakan strategi belajar dengan cara menyimpulkan materi menggunakan kata-kata sendiri.
3. *Organization Strategies*, merupakan strategi belajar dengan kembali mengorganisasi materi.

4. *Metacognitive self-regulation*, merupakan berbagai usaha untuk mengatur kognisi seperti perencanaan, pengamatan, penggunaan strategi belajar, evaluasi dan revisi dalam belajar.

b. Motivasi

Motivasi meliputi kegiatan individu dengan tujuan dan mendorong individu secara sengaja untuk mengontrol, memelopori, mempertahankan, menyelesaikan atau mempersiapkan tugas yang sesuai dengan tujuan. Strategi regulasi motivasi meliputi :

1. *Mastery self-talk*, merupakan aktifitas dengan mengutarakan kata-kata penyemangat pada diri sendiri untuk membangkitkan kinerja diri selama proses belajar.
2. *Relevance enhancement*, merupakan usaha untuk menyambungkan materi yang telah dipelajari dengan segala hal yang berhubungan dengan dirinya.
3. *Situational interest enhancement*, merupakan usaha individu untuk mengganti situasi belajar agar lebih menyenangkan.
4. *Performance / relative ability self-talk*, merupakan aktivitas berbicara dengan diri sendiri yang bertujuan untuk meningkatkan motivasi belajar dengan cara membandingkan prestasi yang telah dilakukan orang lain dengan yang dilakukan diri sendiri

5. *Performance / extrinsic self-talk*, merupakan aktifitas berbicara dengan diri sendiri untuk mendapat umpan balik yang positif untuk meningkatkan *performance* belajar.
6. *Self-consequating*, merupakan individu memikirkan *reward* atas keberhasilan yang didapat atau punishment atas kegagalan yang ia peroleh.
7. *Environmental structuring*, merupakan aktivitas mengontrol lingkungan fisik agar lebih mendukung untuk belajar.

c. Perilaku

Regulasi perilaku menyertakan usaha individu untuk mengontrol, mengatur, dan memilah lingkungan serta memanfaatkan kondisi lingkungan. Berikut beberapa strategi perilaku :

1. *Effort regulation*, adalah upaya individu untuk menjaga semangat dalam belajar.
2. *Regulating time and study environment*, adalah upaya individu untuk mengatur lingkungan dan waktu belajarnya.
3. *General intention to seek needed help*, adalah keinginan untuk mencari bantuan ketika mengalami kesulitan dalam belajar.
4. *General intention to avoid needed help*, adalah keinginan untuk merampungkan tugas dengan hasil kerja keras mandiri terlebih dahulu sebelum meminta bantuan orang lain ketika menghadapi kesulitan.



5. *Instrumental (autonomous) help-seeking goal*, adalah aktifitas meminta bantuan orang lain untuk memberi pemahaman terkait materi yang kurang dipahami sehingga siswa mampu menyelesaikan tugas dengan usahanya sendiri.
6. *Seeking help from formal source (teachers)*, adalah upaya meminta bantuan kepada sumber formal, seperti guru.
7. *Seeking help from informal source (other students)*, upaya meminta bantuan kepada sumber informal, seperti teman sekelas.

Dari penjelasan diatas, aspek-aspek dari *Self Regulation Learning* adalah kegiatan bersifat kognitif yang mengharuskan siswa mengubah kognisi mereka (Metakognisi), Motivasi, dan Regulasi perilaku siswa. Skala yang digunakan peneliti dalam pengukuran *Self Regulation Learning* kali ini adalah skala yang disusun oleh Wolters, alasan peneliti menggunakan skala ini karena sesuai dengan teori yang digunakan oleh penulis, skala tersebut sudah sering digunakan dalam penelitian *Self Regulation Learning* sebelumnya sehingga memiliki tingkat kevalidan dan reliabilitas yang tinggi.

### **3. *Self Regulation Learning* dalam Perspektif Islam**

*Self Regulation Learning* adalah kemampuan siswa dalam memunculkan atau mengatur perasaan maupun perilaku untuk mencapai

tujuan yang diinginkan. Allah berfirman dalam Q.S. Al-Hasyr ; 18 yang menjelaskan mengenai regulasi diri, sebagaimana berikut:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ

“Wahai orang-orang yang beriman! Bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap orang memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat), dan bertakwalah kepada Allah. Sungguh, Allah Mahateliti terhadap apa yang kamu kerjakan.”

Ayat tersebut menekankan adanya persiapan yang baik dalam diri manusia atas segala perilaku selama di dunia ini, dalam hal ini terkait dengan proses belajar. Sepanjang hidup manusia diharuskan untuk selalu introspeksi, memperhatikan apa yang telah dilakukan untuk kebaikan masa yang akan datang, dengan kata lain manusia diharuskan memiliki perencanaan, sehingga manusia hidupnya akan selalu terarah dan tidak terjerumus kedalam lubang yang salah untuk kedua kalinya.

#### **D. Hubungan antara *School Engagement* dengan *Academic Burnout***

Kejenuhan akademik atau *Academic Burnout* pada siswa digambarkan dengan perasaan lelah yang disebabkan oleh banyaknya tugas sekolah, berhubungan dengan proses belajar, sikap kurang menyenangkan siswa terhadap pemberian materi yang mengakibatkan pada ketidakikutsertaan siswa dalam proses pendidikan maupun kegiatan sekolah, serta munculnya perasaan tidak mampu dalam mengikuti kegiatan belajar (Hoseinabadi-farhani,dkk, 2016). *Academic Burnout* pada siswa dapat

diselesaikan dengan menimbulkan perasaan, sikap, perilaku yang positif terhadap tuntutan akademik yang dialami oleh siswa tersebut (Frederickd, Blumenfeld & Paris Bilge, dkk., 2014). Ketiga komponen perasaan, sikap, dan perilaku positif terhadap tuntutan akademik yang dapat dimunculkan tersebut dikenal sebagai *school engagement*.

*School engagement* yang bermanfaat bagi siswa menghasilkan *academic burnout* siswa berkurang. *School engagement* sangat penting untuk membantu menuntaskan pendidikan tanpa putus dan memperoleh prestasi akademik yang meningkat. Seorang siswa menunjukkan keterikatan positif terhadap kegiatan akademik, maka motivasi belajar pada siswa akan lebih baik. Hal tersebut membuktikan *school engagement* yang bermanfaat dapat membuat *academic burnout* yang dialami siswa menjadi berkurang. Siswa yang memiliki lingkungan sekolah yang positif, seperti guru-guru dan teman-teman yang selalu mendukung dan memberi motivasi mampu membantu siswa untuk mengatasi kejenuhan belajar yang dialami siswa selama proses belajar.

#### **E. Hubungan antara *Self Regulation Learning* dengan *Academic Burnout***

*Self regulation learning* ditandai dengan meningkatnya kemampuan siswa untuk merancang, mengevaluasi dan melaksanakan aktivitas belajarnya. Menurut aspek metakognitif, siswa yang memiliki *selfregulation learning* yang baik memiliki ciri tingginya kemampuan siswa untuk merancang, melaksanakan, dan mengevaluasi aktifitas belajarnya. Menurut

aspek regulasi perilaku, siswa yang memiliki *self regulation learning* yang baik mampu menyusun lingkungan belajar yang baik dan sesuai serta mampu mencari bantuan ketika meghadapi kesulitan belajar. Menurut aspek regulasi motivasi, siswa yang mempunyai keinginan yang tinggi untuk belajar merupakan siswa yang memiliki self regulatin learning yang baik.

Apabila siswa tidak memiliki aspek tersebut maka siswa akan mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas akademiknya. Siswa mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugasnya maka akan muncul burnout pada diri siswa. Siswa yang menunjukkan keterikatan positif terhadap kegiatan akademik, Sehingga motivasi siswa untuk belajar akan tinggi dan memunculkan *self regulation learning* yang baik dan menurunnya *academic burnout* yang dialami siswa.

## **F. Hipotesis**

Hipotesis adalah dugaan sementara permasalahan pada penelitian yang dilakukan sehingga terbukti melalui data yang sudah dikumpulkan (Arikunto, 2013). Berdasarkan uraian diatas, maka hipotesis dalam penelitian ini adalah :

### 1. Hipotesis Mayor

H<sub>0</sub> : Tidak terdapat hubungan antara *School Engagement* dan *Self Regulation Learning* dengan *Academic Burnout*

H<sub>a</sub> : Terdapat hubungan antara *School Engagement* dan *Self Regulation Learning* dengan *Academic Burnout*

## 2. Hipotesis Minor

H01 : Tidak terdapat hubungan antara *School Engagement* dengan *Academic Burnout*

Ha1 : Terdapat hubungan antara *school engagement* dengan *academic burnout*

H02 : Tidak terdapat hubungan antara *Self Regulation Learning* dengan *Academic Burnout*

Ha2 : Terdapat hubungan antara *self regulation learning* dengan *academic burnout*

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis dan Desain Penelitian**

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, metode kuantitatif yaitu teknik pengumpulan data yang dapat dianalisis kemudian disimpulkan dengan menggunakan perhitungan statistik (Azwar,1998). Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif regresi linear berganda yang memiliki tujuan untuk mengetahui korelasi atau hubungan antara 2 atau lebih variabel bebas dengan variabel terikat (Arikunto, 2002).

#### **B. Identifikasi Variabel**

Variabel yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari 3 variabel, yaitu 2 variabel bebas dan 1 variabel terikat.

Variabel bebas (X1) : *School Engagement*

Variabel bebas (X2) : *Self Regulation Learning*

Variabel Terikat (Y) : *Academic Burnout*

#### **C. Definisi Operasional**

Definisi operasional adalah definisi yang bertujuan untuk memberikan gambaran terkait variabel diukur (Mustafa, 2009). Definisi operasional dalam penelitian ini adalah :

### 1. *School Engagement*

*School Engagement* adalah upaya siswa dalam melibatkan diri dalam kegiatan sekolah baik akademik maupun non akademik

### 2. *Self Regulation Learning*

Self Regulation Learning adalah usaha yang dilakukan siswa untuk menerapkan kegiatan belajar, menentukan tujuan belajar, membuat gaya belajar, dan motivasi belajar.

### 3. *Academic Burnout*

*Academic Burnout* adalah perasaan lelah atau jenuh yang dialami siswa karena adanya tuntutan akademik yang dialami oleh siswa dan ditandai dengan perasaan lelah secara emosional, sinisme, dan perasaan bahwa prestasi belajar yang semakin menurun.

## **D. Subjek Penelitian**

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Populasi yang akan diteliti dalam penelitian ini berjumlah 92 siswa. Data tersebut diperoleh dari bagian akademik MAN 2 Kota Malang. Populasi tersebut merupakan keseluruhan siswa program kelas Olimpiade MAN 2 Kota Malang. Pada penelitian ini, peneliti menggunakan keseluruhan populasi sebagai subjek penelitian.

## E. Instrumen Penelitian

### 1. Skala

Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala Likert dengan aitem-aitem yang tersusun terdiri dari dua jenis pernyataan, yaitu pernyataan *favorable* dan *un-favorable*. *Favorable* adalah pernyataan yang sesuai dengan aitem dan mendukung objek sikap, sedangkan *unfavorable* adalah pernyataan yang tidak sesuai dengan aitem dan tidak mendukung objek. Skala likert yang digunakan dengan empat jawaban setiap aitemnya. Dan setiap pilihan jawaban tersebut memiliki skor nilai yang berbeda.

**Tabel 3. 1 Skala Likert**

Pilihan Jawaban	Skor <i>Favorable</i>	Skor <i>Unfavorable</i>
Sangat Setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak Setuju (TS)	2	3
Sangat Tidak Setuju	1	4

#### a. Skala *Academic Burnout*

Skala yang digunakan adalah *Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS)* yang disusun oleh Schaufeli dan Salanova (2007). Peneliti menggunakan skala MBI-SS, karena **skala** tersebut disusun khusus untuk siswa atau pelajar dan sering digunakan



untuk pengukuran *Academic Burnout* pada siswa (Soliemanifar dkk,2013; Chang dkk, 2015; da Silva, dkk., 2014)

**Tabel 3. 2 Blueprint *Academic Burnout***

Aspek	Aitem Fav	Aitem Unfav	Jumlah
<i>Exhaustion</i>	1, 2, 4, 14, 15	-	5
<i>Cynisme</i>	8,9,12,13	-	4
<i>Reduce Academic Efficacy</i>		3, 5, 6, 7, 10, 11	6
Jumlah	9	6	15

**b. Skala *School Engagement***

Skala yang digunakan untuk pengukuran ini adalah *School Engagement Measure (SEM)-MacArthur* alasan peneliti menggunakan skala ini dikarenakan skala ini sudah sering digunakan sebagai pengukuran untuk *School Engagement*.

**Tabel 3. 3 Blueprit *School Engagement***

Aspek	Aitem Fav	Aitem UnFav	Jumlah
<i>Emotional Engagement</i>	1, 4, 6, 7	-	4
<i>Behavioral Engagement</i>	3, 8, 10, 11, 13, 15	-	6
<i>Cognitive Engagement</i>	2, 5, 12, 14, 16,	-	5
Jumlah	15	-	15

**c. Skala Self Regulation Learning**

Skala dalam penelitian ini adalah skala yang disusun oleh Wolters alasan peneliti menggunakan alat ukur tersebut karena alat ukur tersebut sudah sering digunakan dalam penelitian *Self Regulation Learning* sebelumnya.

**Tabel 3. 4 Blueprint Self Regulation Learning**

Aspek	Indikator	Fav	Unfav	Jumlah
Metakognisi	<i>Rehearsal Strategies</i>	2, 5, 8	3	4
	<i>Elaboration Strategies</i>	1	30	2
	<i>Organization Strategies</i>	9	-	1
	<i>Metacognitive Self Regulation</i>	11	-	1
Motivasi	<i>Memory Self Talk</i>	4,6	-	2
	<i>Relevance Enhancement</i>	10	-	1
	<i>Situational Interest Enhancement</i>	12	-	1
	<i>Performance Relative Ability Self Talk</i>	13	-	1
	<i>Performance Extrinsic Self Task</i>	7, 17	-	2
	<i>Self Consequating</i>	24, 25	-	2
	<i>Environtmental Structuring</i>	26, 27, 28	-	3
Perilaku	<i>Effort Regulation</i>	22	19, 29	3
	<i>Regulating Time and Study Enviromental</i>	15, 20, 21	-	3
	<i>Help Seeking</i>	16, 18, 23	14	4
	Jumlah	25	5	30

## **F. Teknik Analisis Data**

Analisis data dilakukan bertujuan untuk mengelompokkan data berdasarkan variabel, jenis responden, tabulasi data atas dasar variabel dari seluruh responden, penyajian data variabel, perhitungan dalam menjawab rumusan masalah dan pengujian hipotesis yang diajukan (Sugiyono, 2016).

### **1. Uji Validitas**

Uji Validitas memiliki arti sejauh mana ketepatan akurasi skala atau alat ukur dalam menjalankan tugas pengukurannya (Azwar,2019). Menentukan valid atau tidaknya suatu aitem menggunakan korelasi *Pearson Product Moment* dengan bantuan SPSS. Adapun pengambilan keputusan valid atau tidaknya aitem sebagai berikut :

1. *Pearson Correlation*  $> 0.3$  maka aitem soal dinyatakan valid.
2. *Pearson Correlation*  $< 0.3$  maka aitem dinyatakan tidak valid.

**Tabel 3. 5 Hasil Uji Validitas Skala *Academic Burnout***

Pernyataan	Pearson Correlation	Keterangan
Aitem 1	0,389	Valid
Aitem 2	0,683	Valid
Aitem 3	0,642	Valid
Aitem 4	0,616	Valid
Aitem 5	0,508	Valid
Aitem 6	0,422	Valid
Aitem 7	0,343	Valid
Aitem 8	0,649	Valid
Aitem 9	0,642	Valid
Aitem 10	0,596	Valid
Aitem 11	0,550	Valid
Aitem 12	0,661	Valid
Aitem 13	0,574	Valid
Aitem 14	0,771	Valid
Aitem 15	0,468	Valid

Dari tabel diatas, semua aitem pada skala *Academic Burnout* dinyatakan Valid.

**Tabel 3. 6 Hasil Uji Validitas Skala *School Engagement***

Pernyataan	Pearson Correlation	Keterangan
Aitem 1	0,560	Valid
Aitem 2	0,519	Valid
Aitem 3	0,565	Valid
Aitem 4	0,470	Valid
Aitem 5	0,412	Valid
Aitem 6	0,558	Valid
Aitem 7	0,490	Valid
Aitem 8	0,475	Valid
Aitem 9	0,577	Valid
Aitem 10	0,411	Valid
Aitem 11	0,560	Valid
Aitem 12	0,430	Valid
Aitem 13	0,622	Valid
Aitem 14	0,280	Tidak Valid
Aitem 15	0,359	Valid

Dari tabel yang dipaparkan diatas, dapat diketahui bahwa aitem 14 tidak valid, karena nilai *Peasron Correlation* <0.3.

**Tabel 3. 7 Hasil Uji Validitas *Self Regulation Learning***

Pernyataan	Pearson Correlation	Keterangan
Aitem 1	0,467	Valid
Aitem 2	0,565	Valid
Aitem 3	0,149	Tidak Valid
Aitem 4	0,533	Valid
Aitem 5	0,550	Valid
Aitem 6	0,643	Valid
Aitem 7	0,313	Valid
Aitem 8	0,589	Valid
Aitem 9	0,482	Valid
Aitem 10	0,378	Valid
Aitem 11	0,537	Valid
Aitem 12	0,418	Valid
Aitem 13	0,507	Valid
Aitem 14	0,341	Valid
Aitem 15	0,171	Tidak Valid
Aitem 16	0,500	Valid
Aitem 17	0,401	Valid
Aitem 18	0,204	Tidak Valid
Aitem 19	0,407	Valid
Aitem 20	0,253	Tidak Valid
Aitem 21	0,334	Valid
Aitem 22	0,308	Valid
Aitem 23	0,449	Valid
Aitem 24	0,669	Valid
Aitem 25	0,683	Valid
Aitem 26	0,541	Valid
Aitem 27	0,443	Valid
Aitem 28	0,522	Valid
Aitem 29	0,401	Valid
Aitem 30	0,155	Tidak Valid

Pada tabel yang telah dipaparkan diatas aitem 3,15, 18, 20 dan 30 dinyatakan tidak valid, dikarenakan *Pearson Correlation* < 0.3.

## 2. Uji Reliabilitas

Uji Reliabilitas memiliki konsep sejauhmana hasil dari suatu pengukuran skala atau alat ukur dapat dipercaya. Reliabilitas memiliki banyak nama lain seperti kestabilan, keterpercayaan, dan konsisten (Azwar,2019). Adapun pengambilan keputusan skala dianggap reliabel atau tidak reliabel (Sujarweni, 2014) :

1. Jika nilai *Cronbach's Alpha*  $>0,6$  maka skala tersebut dinyatakan reliabel
2. Jika nilai *Cronbach's Alpha*  $<0,6$  maka skala tersebut dinyatakan tidak reliabel.

**Tabel 3. 8 Hasil Uji Reliabilitas**

Variabel	Cronbach's Alpha	Keterangan
<i>Academic Burnout</i>	0,846	Reliabel
<i>School Engagement</i>	0,769	Reliabel
<i>Self Regulation Learning</i>	0,852	Reliabel

Berdasarkan pemaparan tabel hasil uji reliabilitas diatas, maka keseluruhan variabel yang digunakan dalam penelitian ini dinyatakan reliabel.

### 3. Kategorisasi Data

Kategorisasi data difungsikan untuk melihat rentang Tinggi, Sedang, atau Rendah. Norma kategori tersebut diketahui dengan cara berikut

**Tabel 3. 9 Norma Kategorisasi**

Kategorisasi	Norma
Tinggi	$X \geq (M + 1SD)$
Sedang	$(M - 1SD) \leq X < (M + 1SD)$
Rendah	$X < (M - 1 SD)$

### 4. Uji Asumsi Klasik

#### a. Uji Normalitas

Uji normalitas adalah prosedur uji asumsi yang digunakan untuk melihat data dari suatu populasi terdistribusi secara normal atau berada dalam sebaran normal (Nuryadi dll., 2017).

#### b. Uji Multikolinieritas

Uji multikolinieritas adalah uji data yang digunakan untuk menganalisis regresi berganda yaitu yang memiliki dua atau tiga variabel bebas yaitu *School Engagement* dan *Self Regulation Learning* (Priyatno,2014). Sehingga dapat dipahami bahwa uji multikolinieritas memiliki tujuan untuk mencari tahu ada tidaknya model korelasi antar variabel bebas dalam data. Dan sebaiknya antar variabel bebas dalam data tidak terjadi multikolinieritas.



### **c. Uji Linearitas**

Penggunaan uji linearitas dimaksudkan untuk mengetahui tentang dua variabel dalam penelitian memiliki hubungan yang linier atau tidak.

## **5. Uji Hipotesis**

### **1. Uji Regresi Linear Berganda**

Uji regresi berganda bertujuan untuk mengetahui bagaimana besarnya hubungan secara simultan atau bersama-sama dua variabel bebas atau lebih dengan variabel terikat pada penelitian

#### **a. Uji T**

Uji t digunakan untuk mengetahui apakah variabel bebas secara parsial berpengaruh nyata atau tidak terhadap variabel terikat (Umar,2011). Uji t ini digunakan dalam pengujian hipotesis minor.

#### **b. Uji F**

Uji F digunakan untuk mengetahui apakah variabel bebas secara simultan berpengaruh secara signifikan terhadap variabel terikat (Umar,2011). Uji F ini digunakan dalam pengujian hipotesis mayor.

c. Koefisien Determinasi (R Square)

Koefisien determinasi menjelaskan besarnya perubahan atau variasi dalam variabel yang bisa dijelaskan oleh perubahan atau variasi pada variabel yang lain (Santosa&Ashari, 2005).

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Pelaksanaan Penelitian**

##### **1. Lokasi Penelitian**

Madrasah Aliyah Negeri 2 Kota Malang sebelumnya adalah Madrasah Aliyah Negeri 3 (MAN 3) Malang, pada tanggal 1 Januari 2018 Madrasah Aliyah Negeri 3 Malang berubah nama menjadi Madrasah Aliyah Negeri 2 Kota Malang berdasarkan KMA nomor 673 tahun 2016 tentang Perubahan Nama Madrasah Aliyah Negeri, Madrasah Tsanawiyah Negeri dan Madrasah Ibtidaiyah Negeri di Provinsi Jawa Timur.

MAN 2 Kota Malang merupakan salah satu Madrasah Aliyah Negeri model di Indonesia yang didirikan berdasarkan alih fungsi dari PGAN Malang dengan SK Menteri Agama nomor: 42 tahun 1992 pada tanggal 7 Januari 1992. Dengan demikian sejarah MAN 2 Kota Malang tidak bisa dipisahkan dari sejarah PGAN Malang yang merupakan salah satu PGAN tertua di Indonesia. Madrasah Aliyah Negeri 2 Kota Malang adalah lembaga pendidikan umum ditingkat menengah, yang diselenggarakan oleh Kementerian Agama dengan mempunyai keunggulan dibidang pemahaman agama Islam. MAN 2 Kota Malang yang sebelumnya bernama MAN 3 Malang telah dipilih oleh Departemen Agama menjadi salah satu MAN Model di Indonesia berdasarkan SK Dirjen Binbaga Islam Nomor

E.IV/PP.00.6/KEP/17.A/1998 tanggal 20 Februari 1998 memiliki potensi yang sangat besar untuk menjadi pusat keunggulan akademik dan nonakademik. Dengan perjalanan yang penuh tantangan berhasil di lalui melalui perjuangan menuju Madrasah yang dijadikan pilihan utama oleh masyarakat.

a. Visi MAN 2 Kota Malang

Terwujudnya Madrasah Model Sebagai Pusat Keunggulan Dan Rujukan Dalam Kualitas Akademik Dan Nonakademik Serta Akhlaq Karimah.

b. Misi MAN 2 Kota Malang

- 1) Membangun budaya madrasah yang membelajarkan dan mendorong semangat keunggulan.
- 2) Mengembangkan SDM madrasah yang kompeten.
- 3) Menyelenggarakan pendidikan yang menghasilkan lulusan berkualitas akademik dan nonakademik serta berakhlaq karimah.
- 4) Mengembangkan sistem dan manajemen madrasah yang berbasis IT dan penjaminan mutu.
- 5) Mengembangkan dan memelihara lingkungan yang sehat, kondusif, dan harmonis.
- 6) Meningkatkan peran serta stakeholders dalam pengembangan madrasah.

7) Mewujudkan Madrasah yang memenuhi standar nasional pendidikan.

8) Mewujudkan Madrasah yang berorientasi pada standar internasional.

c. Tujuan MAN 2 Kota Malang

1) Terwujud lulusan berkualitas akademik dan nonakademik serta berakhlaq karimah.

2) Terbangun budaya madrasah yang membelajarkan dalam satu visi.

3) Terwujud SDM madrasah yang memiliki kompetensi utuh.

4) Terlaksana tatakelola madrasah yang berbasis IT dan sistem penjaminan mutu.

5) Terlaksana dan terpelihara lingkungan madrasah yang sehat, kondusif, dan harmonis.

6) Terbentuk Stakeholders yang mempunyai rasa memiliki madrasah (*school ownership*).

7) Tercapai standar nasional pendidikan.

8) Terwujud madrasah yang berorientasi pada standar internasional.

d. Motto MAN 2 Kota Malang

“ **DUIT** “ Dengan Motto yang tak asing lagi bagi kalangan madrasah yaitu: DUIT (D= Dedikasi yang tinggi terhadap tugas; U= Usaha yang maksimal / man jadda wajada; I= Ikhlas dalam

menjalankan tugas; dan T= Taqwa-tabah dan tawwakal menghadapi segala ujian dan tantangan).

e. Core Value MAN 2 Kota Malang

“JUJUR – KERJA KERAS – BERPRESTASI DAN BERMARTABAT”

## **2. Waktu dan tempat Penelitian**

Pengambilan data dilakukan di MAN 2 Kota Malang dengan bantuan *Google Form* yang berisi kuisioner skala penelitian dan dibagikan kepada siswa yang menjadi responden dalam penelitian ini. Penyebaran kuisioner dilakukan pada tanggal 8 Maret 2023 sampai dengan 8 April 2023

## **B. Hasil Penelitian**

### **1. Kategorisasi Data**

#### **a. *Academic Burnout***

Skala *Academic Burnout* terdiri dari 15 aitem dengan menggunakan pengukuran skala likert dengan rentang skor pilihan jawaban 1-4. Sebelum menentukan norma kategori suatu data maka diperlukan untuk mengetahui *Mean*, *Range*, dan *Standar Deviasi* terlebih dahulu dengan rumus seperti berikut :

**Tabel 4. 1 Mean *Academic Burnout***

Xmin	1 X (Jumlah aitem) $1 \times 15 = 15$
Xmax	4 X (Jumlah aitem) $4 \times 15 = 60$
Range	$X_{\max} - X_{\min}$ $60 - 15 = 45$
Mean	$(X_{\max} + X_{\min})/2$ $(15 + 60)/2$ $75/2 = 37,5$
Standar Deviasi	Range/6 $45/6 = 7,5$

**Tabel 4. 2 Kriteria Kategorisasi *Academic Burnout***

Rendah	$X < (M - 1SD)$ $X < (37,5 - 7,5)$ $X < 30$
Sedang	$(M - 1SD) \leq X < (M + 1SD)$ $(37,5 - 7,5) \leq X < (37,5 + 7,5)$ $30 \leq X < 45$
Tinggi	$(M + 1SD) \leq X$ $(37,5 + 7,5) \leq X$ $45 \leq X$

Dari tabel norma kategorisasi diatas, kategori data yang digunakan adalah 3 tingkatan. Dan hasil dari kategorisasi data untuk skala *Academic Burnout* sebagai berikut

**Tabel 4. 3 Hasil Kategorisasi *Academic Burnout***

Burnout					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	33	35.9	35.9	35.9
	Sedang	57	62.0	62.0	97.8
	Tinggi	2	2.2	2.2	100.0
	Total	92	100.0	100.0	

Dari pemaparan tabel kategorisasi data pada skala *Academic burnout*, dapat diketahui bahwa 35.9% dengan frekuensi 33 siswa masuk dalam kategori rendah, untuk kategori sedang sebesar 62% dengan frekuensi 57 siswa dan sisanya sebesar 2.2% dengan frekuensi 2 siswa masuk dalam kategori tinggi.

**Tabel 4. 4 Hasil Aspek *Academic Burnout***

Analisis Aspek Academic Burnout			
Aspek	Mean	SD	%
Exhaustion	13	2.2	65.00%
Cynisme	7.3	2	45.70%
Reduce Academic Efficacy	12	2.2	49.50%



Hasil aspek *academic burnout* diatas menjelaskan, aspek yang paling tinggi sampai paling rendah secara berurutan adalah aspek *exhaustion*, *academic reduce efficacy*, dan yang paling rendah *cynisim* dilihat dari hasil data mean.

**b. School Engagement**

*Skala School Engagement* terdiri dari 15 aitem dengan menggunakan pengukuran skala likert dengan rentang skor pilihan jawaban 1-4. Sebelum menentukan norma kategori suatu data maka diperlukan untuk mengetahui *Mean*, *Range*, dan *Standar Deviasi* terlebih dahulu dengan rumus seperti berikut.

**Tabel 4. 5 Mean School Engagement**

Xmin	1 X (Jumlah aitem) 1 X 15 = <b>15</b>
Xmax	4 X (Jumlah aitem) 4 X 15 = <b>60</b>
Range	Xmax – Xmin 60 – 15 = <b>45</b>
Mean	(Xmax + Xmin)/2 (15 + 60)/2 75/2 = <b>37,5</b>
Standar Deviasi	Range/6 45/6 = <b>7,5</b>

**Tabel 4. 6 Kriteria Kategorisasi *School Engagement***

Rendah	$X < (M - 1SD)$ $X < (37,5 - 7,5)$ $X < 30$
Sedang	$(M - 1SD) \leq X < (M + 1SD)$ $(37,5 - 7,5) \leq X < (37,5 + 7,5)$ $30 \leq X < 45$
Tinggi	$(M + 1SD) \leq X$ $(37,5 + 7,5) \leq X$ $45 \leq X$

Dari tabel norma kategorisasi diatas, kategori data yang digunakan adalah 3 tingkatan. Dan hasil dari kategorisasi data untuk skala *School Engagement* sebagai berikut :

**Tabel 4. 7 Hasil Kategorisasi *School Engagement***

School_Engagement					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sedang	64	69.6	69.6	69.6
	Tinggi	28	30.4	30.4	100.0
	Total	92	100.0	100.0	

**Tabel 4. 8 Aspek *School Engagement***

Analisis Aspek School Engagement			
Aspek	Mean	SD	%
Emotional Engagement	10.9	1.57	88.50%
Behavioral Engagement	17.1	1.82	71.50%
Cognitive Engagement	14.5	1.52	73.00%

Dari tabel diatas, terdapat 64 siswa dengan presentasi 69.6% berada dalam kategori sedang dan 28 siswa dengan presentasi 30.4 berada dalam kategori tinggi. Aspek yang paling tinggi dalam penelitian *school engagement* ini adalah aspek *behavioral engagement*, kemudian diikuti oleh aspek *cognitive engagement* dan aspek *emotional engagement* dilihat dari hasil Mean.

**c. Self Regulation Learning**

Skala *Self Regulation Learning* terdiri dari 27 aitem dengan menggunakan pengukuran skala likert dengan rentang skor pilihan jawaban 1-4. Sebelum menentukan norma kategori suatu data maka diperlukan untuk mengetahui *Mean*, *Range*, dan *Standar Deviasi* terlebih dahulu dengan rumus seperti berikut :

**Tabel 4. 9 Mean *Self Regulation Learning***

Xmin	1 X (Jumlah aitem) $1 \times 27 = 27$
Xmax	4 X (Jumlah aitem) $4 \times 27 = 108$
Range	$X_{max} - X_{min}$ $108 - 27 = 81$
Mean	$(X_{max} + X_{min})/2$ $(108 + 27) / 2$ $135/2 = 67.5$
Standar Deviasi	$Range/6$ $81/6 = 13.5$

**Tabel 4. 10 Kriteria Kategorisasi *Self Regulation Learning***

Rendah	$X < (M - 1SD)$ $X < (67.5 - 13.5)$ $X < 52$
Sedang	$(M - 1SD) \leq X < (M + 1SD)$ $(67.5 - 13.5) \leq X < (67.5 + 13.5)$ $54 \leq X < 81$
Tinggi	$(M + 1SD) \leq X$ $(67.5 + 13.5) \leq X$ $81 \leq X$

Dari tabel norma kategorisasi diatas, kategori data yang digunakan adalah 3 tingkatan. Dan hasil dari kategorisasi data untuk skala *Self Regulation Learning* sebagai berikut :

**Tabel 4. 11 Hasil Kategorisasi *Self Regulation Learning***

<b>SelfRegulation_Learning</b>					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sedang	53	57.6	57.6	57.6
	Tinggi	39	42.4	42.4	100.0
	Total	92	100.0	100.0	

Dari tabel hasil uji kategorisasi data skala *Self Regulation Learning* tersebut, 57.6% dengan frekuensi 53 siswa masuk dalam kategori sedang dan 42.4% dengan frekuensi 39 siswa masuk dalam kategori tinggi.

**Tabel 4. 12 Hasil Aspek Self Regulation Learning**

Analisis Aspek Self Regulation Learning			
Aspek	Mean	SD	%
Metakognisi	18.4	2.2	76.70%
Motivasi	33	3.3	75.00%
Perilaku	16	2.2	70.00%

Hasil aspek *self regulation learning* tersebut memaparkan bahwa dilihat dari aspek yang paling rendah adalah aspek perilaku, kemudian diikuti aspek metakognisi dan aspek paling tinggi adalah aspek motivasi. Hasil tersebut dilihat dari nilai mean yang dipaparkan diatas.

**2. Uji Asumsi Klasik**  
**a. Uji Normalitas**

Uji normalitas digunakan untuk melihat data dari suatu populasi terdistribusi secara normal atau berada dalam sebaran normal. Uji normalitas dilakukan sebelum melakukan uji hipotesis, dan data yang baik adalah data yang terdistribusi secara normal. Dasar pengambilan keputusan uji normalitas berdasarkan Kolmogorov-Smirnov adalah :

1. Jika nilai Sig. > 0.05 maka data terdistribusi secara normal
2. Jika nilai Sig. < 0.05 maka data tidak terdistribusi secara normal

**Tabel 4. 13 Hasil Uji Normalitas**

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Burnout	0.106	92	0.065	0.964	92	0.011
Engagement	0.081	92	0.173	0.964	92	0.012
Regulation	0.088	92	0.075	0.969	92	0.027

a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan hasil output uji normalitas tersebut, diketahui variabel *academic burnout* memiliki nilai Sig. 0.065, variabel *school engagement* nilai Sig. 0.173, dan variabel *self regulation learning* nilai sig sebesar 0.075. Sesuai dengan pengambilan keputusan uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov* jika  $Sig > 0.05$  data terdistribusi secara normal, maka 3 variabel dalam penelitian ini terdistribusi normal dan persyaratan normalitas terpenuhi.

**b. Uji Multikolinearitas**

Uji multikolineritas memiliki tujuan untuk mencari tahu ada tidaknya model korelasi antar variabel bebas dalam data. Model regresi yang baik seharusnya tidak terdapat korelasi antar variabel bebas penelitian atau multikolinearitas.

Dasar pengambilan keputusan Uji multikolinearitas berdasarkan nilai *Tolerance* :

1. Jika nilai *Tolerance*  $> 0.10$  maka tidak terjadi multikolinearitas.
2. Jikan nilai *Tolerance*  $< 0.10$  maka terjadi multikolinearitas.

Dasar Pengambilan keputusan Uji Multikolinearitas berdasarkan nilai VIF:

1. Jika nilai VIF < 10 maka tidak terjadi multikolinearitas.
2. Jika nilai VIF >10 maka terjadi multikolinearitas

**Tabel 4. 14 Hasil Uji Multikolinearitas**

Coefficients <sup>a</sup>								
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	57.557	5.689		10.118	0.000		
	Engagement	-0.440	0.168	-0.347	-2.618	0.010	0.516	1.938
	Regulation	-0.083	0.092	-0.120	-0.902	0.369	0.516	1.938

a. Dependent Variable: Burnout

Berdasarkan tabel output *Coefficients* diatas, diketahui nilai *Tolerance* 0.516 lebih besar dari 0.10 dan nilai VIF sebesar 1.938 lebih kecil dari 10 . Maka bersadarkan dasar pengambilan keputusan Uji Multikolinearitas yang telah dijelaskan dapat disimpulkan bahwa tidak terjadi Multikolinearitas.

**c. Uji Linearitas**

Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui tentang dua variabel dalam penelitian memiliki hubungan yang linier atau tidak. Dasar pengambilan keputusan uji linearitas :

1. Jika nilai *Deviation from Linearity Sig.* >0.05 maka terdapat hubungan yang linear secara signifikan antara variabel bebas dan variabel terikat.
2. Jika nilai *Deviation from Linearity Sig.* <0.05 maka tidak terdapat hubungan secara signifikan antara variabel bebas dengan variabel terikat.

**Tabel 4. 15 Hasil Uji Linearitas Academic Burnout dan School Engagement**

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Burnout * Engagement	Between Groups	(Combined)	500.652	16	31.291	1.166	0.315
		Linearity	34.218	1	34.218	1.275	0.262
		Deviation from Linearity	466.434	15	31.096	1.158	0.323
	Within Groups		2013.207	75	26.843		
	Total		2513.859	91			

**Tabel 4. 16 Hasil Uji Linearitas Academic Burnout dan Self Regulation Learning**

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Burnout * Regulation	Between Groups	(Combined)	863.111	27	31.967	1.239	0.239
		Linearity	327.883	1	327.883	12.712	0.001
		Deviation from Linearity	535.228	26	20.586	0.798	0.734
	Within Groups		1650.748	64	25.793		
	Total		2513.859	91			



Dari hasil uji linearitas diatas, untuk hasil uji linearitas *academic burnout* dan *school engagement* hasil sebesar 0.323 dan untuk hasil uji linearitas *academic burnout* dengan *self regulation learning* sebesar 0.734. kedua hasil uji linearitas tersebut lebih besar dari 0.05 maka dapat disimpulkan bahwa *school engagement* dan *self regulation learning* terdapat hubungan linearitas dengan *academic burnout*.

### 3. Uji Hipotesis

#### a. Uji Regresi Linear Berganda

##### 1. Uji T

Uji t digunakan untuk mengetahui apakah variabel bebas secara parsial berpengaruh nyata atau tidak terhadap variabel terikat. Dasar pengambilan keputusan Uji T :

1. Jika Sig > 0.05 maka H0 diterima (Tidak Signifikan)
2. Jika Sig < 0.05 maka H0 ditolak (signifikan)

**Tabel 4. 17 Hasil Uji T**

Coefficients <sup>a</sup>						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	62.810	5.892		10.660	0.000
	Engagement	-0.296	0.157	-0.233	-1.884	0.003
	Regulation	-0.230	0.096	-0.298	-2.408	0.008

a. Dependent Variable: Burnout

Untuk Ttabel ditemukan sebesar 1.666. dari hasil Uji T diatas maka dijelaskan :

1. Variabel *School Engagement* memiliki nilai Sig sebesar  $0.003 < 0.05$  yang artinya H0 ditolak dan dilihat dari tabel t yang bernilai negatif artinya *School Engagement* berpengaruh secara negatif dengan *Academic Burnout*.
2. Variabel *Self Regulation Learning* memiliki nilai Sig sebesar  $0.008 < 0.05$  yang artinya H0 ditolak dan dilihat dari tabel t yang bernilai negatif artinya *self Regulation* berpengaruh secara negatif dengan *Academic Burnout*.

## 2. Uji F

Uji F digunakan untuk mengetahui apakah variabel bebas secara simultan berpengaruh secara signifikan terhadap variabel terikat (Umar,2011). Dasar pengambilan keputusan Uji F dengan *Alpha* sebesar 5% :

1. Jika  $Sig > Alpha$  penelitian maka H0 diterima (Tidak Signifikan)
2. Jika  $Sig < Alpha$  penelitian maka H0 ditolak (Signifikan)

**Tabel 4. 18 Hasil Uji F**

ANOVA <sup>a</sup>						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	590.850	2	295.425	13.673	.000 <sup>b</sup>
	Residual	1923.009	89	21.607		
	Total	2513.859	91			
a. Dependent Variable: Burnout						
b. Predictors: (Constant), Regulation, Engagement						

Dari hasil uji F tersebut, nilai Sig sebesar  $000 < 0,05$  maka variabel bebas secara simultan berpengaruh.

### 3. Koefisien Determinasi (R Square)

Koefisien determinasi menjelaskan besarnya perubahan atau variasi dalam variabel yang bisa dijelaskan oleh perubahan atau variasi pada variabel yang lain (Santosa&Ashari, 2005). Koefisien determinasi ini berfungsi untuk melihat seberapa pengaruh variabel bebas dengan variabel terikat.

**Tabel 4. 19 Hasil Uji Koefisien Determinasi**

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.485 <sup>a</sup>	0.235	0.218	4.64832
a. Predictors: (Constant), Regulation, Engagement				

**Tabel 4. 20 Hasil Masing-Masing Variabel**

Correlations		
		Burnout
Burnout	Pearson Correlation	1
	Sig. (2-tailed)	
	N	92
Engagement	Pearson Correlation	-0.526
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	92
Regulation	Pearson Correlation	-0.38
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	92

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

**Tabel 4.21 Ringkasan Sumbangan Efektif**

Variabel	Koefisien Regresi (Beta)	Koefisien Korelasi (r)	R square
School engagement	-0.233	-0.526	0.235
Self Regulation Learning	-0.296	-0.38	

Dari tabel hasil Koefisien Determinasi diatas, dapat dijelaskan bahwa variabel *School Engagement* dan *Self Regulation Learning* secara simultan berpengaruh dengan *Academic Burnout* sebesar 23.5% dan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Sumbangan efektif variabel *school engegement* sebesar 12.3% dan variabel *self regulatiom learning* sebesar 11.3% hasil ini didapat dari perkalian antara nilai koefisien regresi dengan koefisien korelasi. Disimpulkan bahwa *school engagement* lebih dominan terhadap *academic burnout*.

### C. Pembahasan

#### 1. Tingkat *School Engagement* siswa kelas olimpiade MAN 2 Kota Malang.

Berdasarkan uji analisis data *School Engagement* yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa tingkat *School Engagement* mayoritas berada pada tingkat sedang. Hal ini dibuktikan pada hasil uji kategorisasi data yang menunjukkan bahwa 57.6% berada pada tingkat *school engagement* sedang atau sebanyak 64 siswa kelas olimpiade MAN 2 Kota Malang memiliki tingkat *school engagement* sedang. Sedangkan sisanya 30.4% berada pada tingkat rendah atau 28 siswa kelas olimpiade MAN 2 Kota Malang memiliki tingkat *school engagement* yang rendah.

Aspek yang paling tinggi dalam penelitian *school engagement* ini adalah aspek *behavioral engagement*. Siswa dengan *behavioral engagement* berpartisipasi aktif dalam kegiatan akademik maupun sosial baik dilingkungan sekolah. Siswa selalu menunjukkan perilaku yang taat dengan peraturan sekolah. Siswa tidak pernah menunjukkan reaksi negatif terhadap kegiatan disekolah seperti membolos dan tidak mengerjakan tugas. Setelah aspek *behavioral engagement*, aspek berikutnya adalah aspek *cognitive engagement* dan kemudian diikuti oleh aspek *emotional engagement*.

Aspek *cognitive engagement* siswa mampu untuk berpartisipasi dengan lingkungan sekolahnya dengan cukup baik. Keluwesan siswa dalam memahami dan menyelesaikan yang siswa hadapi juga cukup baik.

*Emotional engagement* siswa artinya siswa kelas olimpiade memiliki ikatan yang positif yang baik dengan lingkungan sosial dan akademik di sekolahnya. Siswa mampu bersosialisasi dengan baik terhadap guru dan teman disekolah. Reaksi positif yang muncul ketika berada dilingkungan sekolah terhadap lingkungan sosial ataupun akademik akan mempengaruhi partisipasi siswa dengan kegiatan disekolah.

Siswa dengan *School engagement* yang baik akan sering ikut terlibat dalam kegiatan akademik ataupun non akademik, cenderung berprestasi tinggi dan ketekunan untuk ingin tau juga tinggi, jika prestasi siswa mengalami penurunan atau prestasi siswa rendah maka akan menimbulkan reaksi negatif pada lingkungan sekolah seperti *academic burnout* (Fredericks. 2004). Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurlaili (2021) yang dijelaskan bahwa semakin tinggi *School engagement* yang dirasakan oleh siswa maka tingkat kejenuhan yang dialami siswa yang semakin menurun atau berkurang.

## **2. Tingkat *Self Regulation Learning* siswa kelas olimpiade MAN 2 Kota Malang.**

Pada hasil analisis data *self regulation learning* yang telah dipaparkan sebelumnya, dapat diketahui mayoritas siswa kelas olimpiade MAN 2 Kota Malang memiliki tingkat *self regulation learning* sedang. Hal ini dibuktikan pada hasil uji kategorisasi data *self regulation learning*, sebesar 57.6% siswa memiliki tingkat *self regulation learning* yang sedang atau dapat dikatakan sebanyak 53 siswa kelas olimpiade MAN 2 Kota

Malang memiliki tingkat *self regulation learning* sedang. Kemudian sisanya sebesar 42.4% berada pada tingkat self regulation learning tinggi atau sebanyak 39 siswa kelas olimpiade MAN 2 Kota Malang memiliki tingkat *self regulation learning* yang tinggi.

Aspek yang paling tinggi sampai yang paling rendah secara berurutan dalam penelitian *self regulation learning* ini adalah motivasi, metakognisi, dan yang terakhir perilaku. Aspek regulasi motivasi artinya siswa kelas olimpiade mampu memanfaatkan lingkungan sekitarnya sebaik mungkin ketika menghadapi kesulitan. Siswa kelas olimpiade memiliki motivasi yang cukup tinggi untuk memenangkan suatu kompetisi olimpiade yang diikuti. Motivasi tidak hanya dari orang lain namun juga harus dimunculkan dalam diri siswa sendiri, dengan adanya motivasi siswa kelas olimpiade mampu mempertahankan dan mengontrol tujuan yang ingin dicapai.

Aspek metakognisi siswa kelas olimpiade memiliki kemampuan siswa dalam merencanakan, mengevaluasi, dan melaksanakan seluruh kegiatan belajarnya dengan baik. Kemampuan siswa kelas olimpiade mengatur waktu antara belajar yang diperuntukkan untuk olimpiade yang akan datang dan juga belajar materi pembelajaran yang harus diikuti didalam kelas juga dikatakan baik. Siswa dengan regulasi perilaku yang baik mampu membangun lingkungan belajar yang baik dan berusaha untuk selalu mencari bantuan ketika menghadapi kesulitan dalam belajar. Siswa

juga mampu untuk meningkatkan ataupun membangun kreatifitas dalam belajar yang bertujuan untuk meningkatkan motivasi dalam diri siswa.

Siswa yang mengalami kesulitan belajar maka akan muncul kejenuhan dalam belajar. Apabila siswa menampakkan ketertarikan pada kegiatan akademik, maka hal tersebut akan menimbulkan *self regulation learning* yang relatif tinggi atau bisa dikatakan baik dan hal tersebut menimbulkan menurunnya tingkat kejenuhan yang dialami oleh siswa. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Diar (2022) jika *self regulation learning* yang dimiliki oleh siswa tinggi maka tingkat kejenuhan yang dialami siswa akan mengalami penurunan.

### **3. Tingkat *Academic Burnout* siswa kelas olimpiade MAN 2 Kota Malang.**

Berdasarkan hasil analisis data *Academic burnout*, mayoritas siswa berada pada tingkat sedang untuk kategori *academic burnout*. Hal ini dibuktikan dengan hasil uji kategorisasi data, sebanyak 62% siswa mengalami tingkat *academic burnout* sedang atau bisa dikatakan sebanyak 57 siswa kelas olimpiade MAN 2 Kota Malang mengalami tingkat *academic burnout* pada tingkat sedang, sebesar 35.9% berada pada tingkat rendah atau sebanyak 33 siswa kelas olimpiade MAN 2 Kota Malang mengalami tingkat *academic burnout* tingkat rendah, dan sebesar 2% siswa berada pada tingkat *academic burnout* yang rendah atau 2 siswa kelas olimpiade MAN 2 Kota Malang mengalami tingkat *academic burnout* tinggi.



Aspek yang tinggi sampai paling rendah secara berurutan dari penelitian ini adalah *exhaustion*, *reduce academic efficacy*, dan yang terakhir *cynism*. Kelelahan yang berlebihan yang dialami oleh siswa dapat meningkatkan tingkat *burnout*, baik kelelahan secara fisik maupun kelelahan mental. Aspek *reduce academic efficacy* merupakan aspek selanjutnya, aspek ini mengarah pada menurunnya kepercayaan diri siswa terhadap kemampuan akademiknya. Aspek terakhir adalah *academic burnout* adalah *cynisme*, pada aspek siswa akan cenderung menjauh dari lingkungan sekolahnya. Siswa tidak mau berbaur dengan teman ataupun guru disekolahnya. Aspek *cynisme* ini mengakibatkan siswa menjadi bersikap lebih dingin dan juga mengurangi interaksinya dengan aktivitas disekolah

Dikarenakan beberapa faktor tersebut maka siswa kelas olimpiade MAN 2 Kota Malang memiliki tingkat *academic burnout* yang relatif sedang dan siswa terkadang masih mampu untuk mengontrol kejenuhan dan suasana hatinya sehingga tidak berlarut-larut dalam kelelahan, kebosanan, dan kemalasan yang amat sangat untuk melakukan aktivitas akademik (Muna, 2013).

#### **4. Hubungan antara *School Engagement* dengan *Academic Burnout* pada siswa kelas olimpiade MAN 2 Kota Malang.**

Berdasarkan uji data yang telah dilakukan ditemukan bahwa hasil Sig *school engagement* sebesar  $0.003 < 0.05$  dari hasil perhitungan tersebut dapat disimpulkan bahwa *School engagement* berpengaruh dan dilihat dari

hasil Ttabel bernilai negatif yang artinya bertolak belakang. Maksudnya, jika tingkat *school engagement* pada siswa tinggi maka diikuti dengan tingkat *academic burnout* yang rendah. Begitu juga sebaliknya, jika tingkat *school engagement* yang dialami siswa rendah maka *academic burnout* yang dialami siswa akan meningkat atau semakin tinggi.

*School engagement* yang bernilai positif pasti akan memunculkan perilaku atau sikap yang positif dalam lingkungan sekolah. Fredericks, dkk (2014) mengungkapkan jika *school engagement* akan membantu siswa dalam memunculkan sikap positif terhadap sekolahnya seperti prestasi siswa akan selalu relatif tinggi dan menunjukkan keterlibatan positif dengan lingkungan sekolahnya. Hal tersebut bermakna jika *school engagement* yang bernilai positif akan mempengaruhi rendahnya tingkat *academic burnout*. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Finn (2004) yang menjelaskan terdapat hubungan yang signifikan antara *School engagement* dengan kesuksesan belajar. Dimana semakin tinggi tingkat *school engagement* maka siswa akan lebih siap dan mampu dalam menghadapi tuntutan dan hambatan dalam belajar.

Selanjutnya penelitian Salmelo-aro (2013), dalam penelitian tersebut dijelaskan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan berkorelasi negatif antara *school engagement* dengan *academic burnout*. Menurut Arlinkasari dan Akmal (2017) dijelaskan bahwa *school engagement* dapat memprediksi tingkat *academic burnout* siswa, karena siswa yang memilikitingkat *school engagemnt* yang tinggi artinya memiliki

keterikatan yang secara positif dengan sekolahnya dan keterikatan tersebut mampu mengurangi tingkat *academic burnout*. Maka dapat diambil kesimpulan dari penelitian ini bahwa, jika tingkat *school engagement* pada siswa tinggi maka tingkat *academic burnout* pada siswa akan menurun. Sebaliknya, jika tingkat *school engagement* pada siswa rendah maka tingkat *academic burnout* pada siswa akan meningkat atau tinggi.

#### **5. Hubungan antara *Self Regulation Learning* dengan *Academic Burnout* pada siswa kelas olimpiade MAN 2 Kota Malang.**

Berdasarkan uji data yang dilakukan, didapatkan hasil Sig  $0.008 < 0.05$ . dari hasil perhitungan tersebut dapat disimpulkan bahwa *self regulation learning* berpengaruh dan dilihat dari hasil nilai Ttabel bernilai negatif yang artinya bertolak belakang. Maksudnya, jika tingkat *self regulation learning* pada siswa berada pada tingkat tinggi maka *academic burnout* pada siswa akan berada pada tingkat rendah atau mengalami penurunan. Sebaliknya, jika tingkat *self regulation learning* siswa berada pada tingkat rendah maka *academic burnout* pada siswa akan berada pada tingkat tinggi atau mengalami peningkatan.

Frederick, dkk (2014) mengemukakan ketika siswa menunjukkan keterlibatan yang positif terhadap kegiatan sekolahnya baik kegiatan akademik maupun non-akademik, akan menunjukkan perilaku *self regulation learning* yang lebih baik. *Self regulation learning* yang baik menyebabkan menurunnya *academic burnout* yang dialami siswa. Siswa

yang menunjukkan keterikatan positif terhadap akademik maupun non-akademik, maka motivasi dalam diri siswa untuk terus belajar dan berkembang akan terus meningkat dan lebih baik sehingga *academic burnout* yang dialami siswa akan menurun. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Diar (2022) dijelaskan bahwa semakin tinggi *self regulation learning* maka semakin rendah *academic burnout*. Sebaliknya, semakin rendah *self regulation learning* maka akan semakin tinggi *academic burnout* pada siswa.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Setiawan (2020) menjelaskan bahwa dengan penerapan aspek-aspek *self regulation learning* yaitu aspek perilaku mampu menurunkan tingkat *academic burnout*. Penelitian yang dilakukan oleh Priskila & Safira (2019) juga menjelaskan bahwa regulasi perilaku yang baik akan membantu siswa mengatasi *burnout* yang disebabkan oleh stress yang berkepanjangan. Jika regulasi perilaku yang dimiliki siswa berada pada pada tingkat tinggi maka siswa tersebut mampu mengontrol dan mengarahkan dirinya dalam mencapai tujuan dan mencegah terjadinya stress.

Dari beberapa kesamaan penelitian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa *self regulation learning* berpengaruh secara negatif dengan *academic burnout*, yang artinya semakin tinggi tingkat *self regulation learning* maka semakin rendah tingkat *academic burnout*. Sebaliknya, semakin rendah tingkah *self regulation learning* maka akan semakin tinggi tingkat *academic burnout* pada siswa

**6. Hubungan antara *School Engagement* dan *Self Regulation Learning* dengan *Academic Burnout* pada siswa kelas olimpiade MAN 2 Kota Malang.**

Berdasarkan uji data yang telah dilakukan, hasil yang didapatkan adalah nilai signifikan antara *school engagement* dan *self regulation learning* dengan *academic burnout* secara simultan sebesar 0.00, hasil tersebut lebih kecil dari skor *alpha* penelitian sebesar 0.05 yang artinya *School engagement* dan *Self Regulation learning* memiliki pengaruh yang signifikan dengan *academic burnout*. Hal ini juga bisa dibuktikan dengan hasil koefisien determinasi, yang bertujuan untuk mengukur seberapa pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat peneliti.

Pada hasil koefisien determinasi ditemukan bahwa *school engagement* dan *self regulation learning* berpengaruh secara simultan atau bersama-sama dengan *academic burnout* sebesar 23.5%. *School engagement* berpengaruh lebih dominan dari pada *self regulation learning*. Dibuktikan dengan hasil sumbangan efektif yang diberikan oleh *school engagement* terhadap variabel *academic burnout* sebesar 12.3% dan untuk sumbangan efektif *self regulation learning* terhadap variabel *academic burnout* sebesar 11.2%

*School engagement* dan *self regulation learning* memiliki hubungan yang signifikan dalam menurunkan tingkat *academic burnout* pada siswa kelas olimpiade. Siswa kelas olimpiade mampu mengikuti seluruh kegiatan sekolah baik akademik maupun non-akademik dengan sangat baik dan tidak

dalam tekanan ataupun keterpaksaan. Keikutsertaan siswa dalam kompetisi olimpiade disesuaikan dengan bakat dan minat yang siswa miliki. Pihak sekolah, yakni MAN 2 Kota Malang selalu mendukung setiap keputusan siswa, tidak hanya mendukung pihak sekolah juga memfasilitasi kebutuhan siswa. Bentuk dukungan tersebut berupa karantina bagi siswa yang akan mengikuti olimpiade mendatang, karantina ini diperuntukkan agar siswa lebih fokus pada kompetisi dan juga memudahkan siswa dalam berkomunikasi dengan pihak tutor dan teman yang juga ikut serta dalam kompetisi.

Sedangkan sebesar 77% menurunnya *academic burnout* disebabkan oleh faktor lain yang tidak dijelaskan dalam penelitian ini. Terdapat dua faktor yang menyebabkan menurunnya *academic burnout*, pertama menurut Khansa,dkk(2020) *academic self efficacy* seperti rasa percaya diri akan kemampuan diri dan keyakinan untuk mengoptimalkan kemampuan tersebut. Kedua, *self esteem* (Maharani,2019) yang mengacu pada evaluasi individu pada diri sendiri baik positif maupun negatif dan nantinya evaluasi tersebut akan menghasilkan perasaan kebahagiaan dalam hidup.

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dijelaskan, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Mayoritas siswa kelas olimpiade Man 2 Kota Malang memiliki tingkat *school engagement* sedang dengan aspek yang berpengaruh paling tinggi adalah aspek *behavioral engagement*.
2. Mayoritas siswa kelas olimpiade tingkat *self regulation learning* sedang dengan aspek yang paling berpengaruh dalam meningkatkan *self regulation learning* adalah aspek motivasi
3. Siswa kelas olimpiade MAN 2 Kota Malang mayoritas memiliki tingkat *academic burnout* sedang, dan aspek yang paling berpengaruh dalam meningkatnya *academic burnout* adalah *exhaustion*
4. Terdapat hubungan negatif antara *school engagement* dengan *academic burnout* pada siswa kelas olimpiade MAN 2 Kota Malang. Artinya, jika *School engagement* meningkat maka *academic burnout* yang dialami oleh siswa akan menurun. Sebaliknya, jika *school engagement* menurun maka *academic burnout* akan semakin meningkat.
5. Terdapat hubungan negatif antara *self regulation learning* dengan *academic burnout* pada siswa kelas olimpiade MAN 2 Kota Malang. Artinya, ketika *self regulation learning* menurun maka *academic*

*burnout* akan meningkat. Sebaliknya, jika *self regulation learning* meningkat maka *academic burnout* akan menurun.

6. Terdapat hubungan yang signifikan antara *school engagement* dan *self regulation learning* dengan *academic burnout*.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, peneliti menyampaikan beberapa saran yaitu :

1. Bagi siswa
  - a. Siswa diharapkan lebih meningkatkan aspek *behavioral engagement* dengan selalu berpartisipasi dalam setiap kegiatan seperti kegiatan akademik, sosial, atau ekstrakurikuler agar siswa lebih *engagement* dengan sekolahnya.
  - b. Siswa digarapkan lebih meningkatkan aspek motivasi pada diri sendiri agar siswa lebih terdorong untuk mengontrol dan mempertahankan tujuan masing-masing.
  - c. Siswa diharapkan untuk lebih memperhatikan kondisi fisik diri sendiri dengan minum vitamin, tidur yang cukup, dan istirahat secukupnya untuk mengurangi tingkat *burnout* yang dialami siswa.
2. Bagi Guru
  - a. Guru lebih meningkatkan *engagement* pada siswa dengan cara lebih sering mengajak siswa untuk lebih pro-aktif dengan kegiatan yang diadakan sekolah.



- b. Guru diharapkan untuk lebih sering memberi motivasi kepada siswa agar siswa lebih bersemangat dalam pendidikannya.
  - c. Guru diharapkan untuk lebih memperhatikan kegiatan siswa agar tidak berlebihan dan menyebabkan siswa menjadi lebih berlebih.
3. Bagi peneliti selanjutnya
- a. Peneliti selanjutnya diharapkan untuk meneliti faktor lain yang menyebabkan menurunnya *academic burnout*.
  - b. Peneliti selanjutnya diharap untuk meneliti perbedaan jenis kelamin dalam *academic burnout*.
  - c. Peneliti selanjutnya diharap untuk meneliti perbedaan jenjang kelas X,XI, dan XII dalam *academic burnout*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Apriani, K., & Mashun. (2023). Mengusut Aspek Regulasi Perilaku Dalam Self Regulation Learning Untuk Mengurangi Academic Burnout Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan dan Konseling : Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai*.5(1).
- Arikunto, S. (2002). *Prosedur Penelitian, Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian suatu Pendekatan Praktik Edisi Revisi VI*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineke Cipta.
- Arlinkasari, Fitri., Akmal, Sari Zakiah. (2017). Hubungan antara School Engagement, Academic Self-Efficacy dan Academic Burnout pada Mahasiswa. *Humanitas (Jurnal Psikologi)* 1(2).
- Azwar, S. (2007). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka pelajar.
- Azwar, S. (2015). *Reliabilitas dan Validitas, Edisi 4*. Yogyakarta: PustakaPelajar.
- Bilge, F., Cetin, B., Dost, M. T. (2014). Factors Affecting Burnout and School Engagement among High School Students: Study Habits, Self-Efficacy Beliefs, and Academic
- Chang, E., Lee, A., Byeon, E., & Lee , S. M. (2015). Role of motivation in the relation between perfectionism and academic burnout in Korean students. *Personality and Individual Differences*.
- Chapman, E. (2003). *Alternative approaches to assessing student*
- Charkhabi, M., Abarghuei, M.A., & Hayati, D.. (2013). The Association ofAcademic Burnout with Self-Efficacy and Quality of LearningExperience among Iranian Students. *Springer Plus*, 2(677).

- da Silva, R. M., Goulart, C. T., Lopes, L. F., Serrano, P. M., Costa, A. L., & Guido, L. d. (2014). Hardy Personality and Burnout Syndrome among Nursing Students in Three Brazilian Universities—an Analytic Study. *BMC Nursing*.
- Dahlberg, S.T. (2007). *Think and Be Heard: Creativity, Aging, and Community Engagement*. NW: MetLife Foundation.
- Hadi, S. (2015). *Statistik*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Hoseinabadi-farahani, Kasirlou & Inanlou. (2016). Academic Burnout: A Descriptive Analytical Study of Dimensions and Contributing Factors in Nursing Students. *Austin Journal of Nursing and Health Care*, 3(2).
- Jenaabadi, H., Nastiezaie, N., & Safarzaie, H.. (2017). The Relationship of Academic Burnout and Academic Stress with Academic Self-Efficacy among Graduate Students. *The New Educational Review*.
- Kalantarkousheh, M.S., Araqi, V., Zamanipour, M., Fandokht. (2013). Locus Of Control And Academic Burnout Among Allameh Tabataba'i University Students. *International journal of physical and social sciences*, 3(12).
- Khansa, F & Djamhoer, T.D. (2020). Hubungan Academic Self Efficacy Dengan Academic Burnout Pada Mahasiswa di Kota Bandung. *Prosiding Psikologi. Universitas Islam Bandung*.
- Maharai, D.M. (2019). Hubungan Antara Self Esteem dan Academic Burnout Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Semarang Tahun Ajaran 2018/2019. *Skripsi. Jurusan Bimbingan dan Konseling. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Surabaya*.
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job Burnout. *Annual Reviews of Psychology*, 52 : 397-422.

- Muna, N. R. (2013). Efektivitas Teknik Self Regulation Learning dalam Mereduksi Tingkat Kejenuhan Belajar Siswa di SMA Insan Cendekia Sekarkemuning Cirebon. *Jurnal Holistik*, 14, (2), 57-78
- Nulaili, Yunita. (2021). Hubungan antara School Engagement dengan Academic Burnout pada Siswa SMKN 1 Mojokerto. Skripsi. Fakultas Psikologi dan Kesehatan. Univ Sunan Ampel Surabaya
- Priskila, V., & Savira, S. I. (2019). Hubungan antara self regulated learning dengan stres akademik pada siswa kelas XI SMA negeri X Tulungagung dengan sistem full day school. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi.*, 6(3).
- Priskilla, Venna., Savira, Siti Ina. (2019). Hubungan antara Self Regulated Learning dengan Stres Akademik Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri X Tulungagung dengan Sistem Full Day School. *Character : Jurnal Penelitian Psikologi*, Vol 06 (03).
- Rollero, C., Glick, P., Tartaglia, S, (2014). Psychometric properties of short versions of the ambivalent sexism inventory and ambivalence toward men inventory. *The Journal Of Testing, Psychometric, Methodology In Applied Psychology*, 21(2), 49-159.
- Salmela, K., & Kunttu, K. (2010), Study Burnout and Engagement in Higher Education, *Unterrichtswissenschaft*, 38, (4), 318-333.
- Santrock, J.W. 2007. Psikologi Pendidikan. Edisi Kedua. Jakarta : Prenada Media Group
- Schaufeli, W.B, dkk. (2002). Burnout and Engagement in universitasstudents: A Cross-National Study. *Journal of Cross-CulturalPsychology*. 33(5).
- Schaufeli, W.B. & Hu, Q. (2009). The Factorial Validity of The MaslachBurnout Inventory-Student Survey in China. *Psychological Report*.105(394-408).

- Setiawan, I. (2020). Penerapan Teknik Self Regulated Learning Dalam Mereduksi Tingkat Academic burnout Siswa Di Sekolah Man 1 Watansoppeng(Doctoral Dissertation, Universitas Negeri Makassar).
- Soliemanifar, O., Shaabani, F., & Morovati, Z. (2013). The Relationship Between of Academic Achievement Motivation and Academic Burnout in Postgraduate Students of Shahid Chamran University of Ahvaz. *Journal of Life Science and Biomedicine*.
- Success. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 1722-2727.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suprananto. (2014). *Metodologi Peneliyian*. Jakarta : Fakultas Psikologi UIN Syarif Hidayatullah.
- Yang, H.-J. (2004). Factors Affecting Student Burnout and Academic Achievement in Multiple Enrollment Programs in Taiwan's Technical - Vocational Colleges. *International Journal of Educational Development*, 24.
- Zimmerman, B. J. (1989). A social cognitive view of self regulated academic learning. *Educational Psychological*, 81 (3), 329-339.

# LAMPIRAN

## Lampiran 1 : Surat Izin penelitian Fakultas Psikologi



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG  
FAKULTAS PSIKOLOGI

Jalan Gajayana 50 Malang, 65144, Telepon: 0341-558916, Website: fpsl.uin-malang.ac.id

No. : 1936 /FPsi.1/PP.009/11/2022 10 Nopember 2022  
Perihal : IZIN PENELITIAN SKRIPSI

Kepada Yth.  
**Kepala MAN 2 Kota Malang**  
di  
Malang

Dengan hormat,  
Dalam rangka pengembangan keilmuan bagi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, maka dengan ini kami mohon kepada Bapak/Ibu memberikan kesempatan untuk melakukan penelitian skripsi kepada:

Nama / NIM : MUSFIROH / 19410191  
Tempat Penelitian : MAN 2 Kota Malang  
Judul Skripsi : Hubungan antara *School Engagement* dan *Self Regulation Learning* Terhadap *Burnout Academic* pada Siswa Kelas Olimpiade MAN 2 Kota Malang  
Dosen Pembimbing : 1. Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si.  
2. Elok Fa'iz Fatma El Fahmi, M.Si.

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terimakasih.

a.n. Dekan,  
Wakil Dekan Bidang Akademik,



Tembusan:  
1. Dekan;  
2. Para Wakil Dekan;  
3. Ketua Jurusan;  
4. Arsip.

## Lampiran 2 : Surat Penunjukkan Pendamping Penelitian MAN 2 Kota Malang



**PENJAMINAN MUTU MADRASAH (PMM)**  
**MADRASAH ALIYAH NEGERI 2**  
Jalan Bandung Nomor 7 Kota Malang  
Telepon (0341) 551357, 558333; Faksimil. (0341) 559779 Malang – 65113  
Website: www.man2kotamalang.sch.id Email: admin@man2kotamalang.com

### SURAT PENUNJUKAN PENDAMPING PENELITIAN

Nomor : 44/SP3/PMM/02/2023

Menunjuk surat dari Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang Nomor: 1936/Fpsi.1/PP.009/11/2022, perihal permohonan izin penelitian oleh:

Nama : Musfiroh  
NIM : 19410191  
Jurusan : S1 Psikologi  
Judul Penelitian : ***Hubungan antara School Engagement dan Self Regulation Learning Terhadap Burnout Academic pada Siswa Kelas Olimpiade MAN 2 Kota Malang***

Maka kami selaku Ketua PMM MAN 2 Kota Malang menyetujui permohonan penelitian yang diajukan dan menunjuk Bapak:

Nama : Septian Adi Caraka Subono, S.Pd  
NIP : -  
Jabatan : Guru Bidang Studi BK

Untuk mendampingi pelaksanaan penelitian tersebut.

Demikian surat penunjukan pendamping penelitian ini, atas kerjasamanya disampaikan banyak terima kasih.

Malang, 10 Februari 2023  
Ketua PMM MAN 2 Kota Malang,

**Mishad, S.Pd., M.Pd**  
NIP. 197505262005011003



### Lampiran 3 : Skala Academic Burnout

NO	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya merasa lelah saat jam terakhir di sekolah				
2	Saya merasa jenuh dengan kegiatan belajar saya				
3	Selama dikelas saya percaya jika saya bisa memusatkan perhatian saya				
4	Saya merasa beban pelajaran disekolah terlalu berat				
5	Saya merasa bersemangat ketika hasil belajar saya yang saya capai memuaskan				
6	Saya bisa menyelesaikan masalah belajar saya dengan efektif				
7	Saya percaya jika saya bisa berprestasi di kelas yang saya ikuti				
8	Saya merasa pelajaran di sekolah tidak ada gunanya				
9	Saya kurang tertarik dengan kegiatan belajar sejak mendaftar sekolah				
10	Saya adalah orang yang optimis dalam menghadapi tugas belajar				
11	Saya telah mempelajari banyak hal yang menarik pada mata pelajaran di sekolah				
12	Saya menjadi kurang antusias untuk memulai kegiatan belajar				
13	Saya meragukan pentingnya belajar bagi saya				
14	Belajar dikelas menjadi beban bagi saya				
15	Saya merasa kelelahan saat harus bangun pagi dan berangkat sekolah				

#### Lampiran 4 : Skala School Engagement

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	saya berdiskusi dengan teman untuk memecahkan kesulitan materi pembelajaran				
2	Saya antusias dalam mengikuti pembelajaran				
3	Guru saya menciptakan model pembelajaran yang menarik				
4	Saya mengikuti beberapa kegiatan yang menunjang pembelajaran disekolah				
5	Saya aktif dalam kegiatan pembelajaran				
6	Saya memanfaatkan waktu luang dengan membaca buku yang berhubungan dengan materi pelajaran				
7	Saya berlatih mengerjakan soal-soal materi pelajaran saat waktu luang				
8	Saya merasa nyaman berdiskusi dan berkomunikasi dengan guru				
9	Saya mengecek kembali tugas yang sudah selesai				
10	Guru saya memperhatikan murid-murid yang mengalami kesulitan				
11	Saya termotivasi untuk berusaha lebih dalam mempelajari materi				
12	Saya terlibat dalam diskusi atau memberikan pendapat ketika dikelas				
13	Saya melihat prestasi teman sebagai pemicu untuk berusaha lebih baik lagi				
14	Saya mengajari teman saya yang mengalami kesulitan				
15	Terjalin komunikasi dua arah antar murid dan guru				

### Lampiran 5 : Skala Self Regulation Learning

NO	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saat belajar saya mengaitkan buku yang saya baca dengan konsep yang diberikan guru				
2	Saya membuat catatan-catatan tentang istilah penting dari materi pembelajaran				
3	Saya cukup membaca sekali untuk mengingat suatu materi pembelajaran				
4	Saya meyakinkan diri saya sebanyak-banyak untuk belajar				
5	Saya membaca berulang kali agar dapat memahami materi pembelajaran				
6	Saya menyemangati diri saya untuk terus belajar dan berusaha				
7	Saya memaksakan diri untuk mencari cara agar mendapat hasil yang lebih baik lagi				
8	Saya mengingat kata-kata penting untuk mengingat konsep dari materi pembelajaran				
9	Saya menulis ulang catatan yang saya tulis agar lebih rapi dan membantu saya dalam belajar				
10	Saya menganggap semua yang saya pelajari berguna bagi kehidupan saya kedepannya				
11	Saya membuat perencanaan materi sebelum saya mempelajarinya di kelas				
12	Saya berusaha mencari media belajar lebih menyenangkan dan tidak membosankan				
13	Saya melihat prestasi teman sebagai pemicu untuk berusaha lebih baik lagi				
14	Menurut saya menerima bantuan dari orang lain adalah hal yang memalukan				
15	Saya jarang membolos				
16	Saya akan meminta bantuan orang lain apabila saya mengalami kesulitan dalam belajar				
17	Saya selalu mengingatkan diri saya untuk memberikan yang terbaik dalam mengerjakan tugas dan ujian				
18	Saya bertanya kepada teman bagaimana cara menyelesaikan tugas				
19	Saya menunda dalam menyelesaikan tugas				
20	Saya harus belajar ditempat dimana saya bisa berkonsentrasi				

21	Saya mempunyai tempat khusus untuk belajar				
22	Saya tetap fokus walaupun pembelajaran yang saya ikuti kurang menarik				
23	Saya bertanya pada guru apabila saya tidak mengerti materi pembelajaran di kelas				
24	Saya berjanji pada diri saya untuk membrikan reward pada diri sendiri apabila mendapat nilai bagus				
25	Saya berjanji pada diri saya untuk membrikan reward pada diri sendiri apabila mendapat nilai bagus				
26	Saya makan dan minum teratur agar tetap bisa fokus dalam belajar				
27	Saya merubah kondisi lingkungan saya agar bisa belajar dengan nyaman				
28	Saya menghilangkan hal-hal yang dapat mengganggu konsentrasi saya				
29	Saya hanya mempelajari materi pembelajaran yang saya sukai				
30	Saya hanya mengandalkan catatan materi pelajaran				

### Lampiran 6 : Hasil Uji Validitas Academic Burnout

		VAR00016			VAR00016
VAR00001	Pearson Correlation	.389**	VAR00009	Pearson Correlation	.642**
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	92		N	92
VAR00002	Pearson Correlation	.683**	VAR00010	Pearson Correlation	.596**
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	92		N	92
VAR00003	Pearson Correlation	.642**	VAR00011	Pearson Correlation	.550**
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	92		N	92
VAR00004	Pearson Correlation	.616**	VAR00012	Pearson Correlation	.661**
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	92		N	92
VAR00005	Pearson Correlation	.508**	VAR00013	Pearson Correlation	.574**
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	92		N	92
VAR00006	Pearson Correlation	.422**	VAR00014	Pearson Correlation	.771**
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	92		N	92
VAR00007	Pearson Correlation	.343**	VAR00015	Pearson Correlation	.468**
	Sig. (2-tailed)	0.001		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	92		N	92
VAR00008	Pearson Correlation	.649**	VAR00016	Pearson Correlation	1
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	
	N	92		N	92

### Lampiran 7 : Hasil Uji Validitas School Engagement

Correlation					
		VAR00016			VAR00016
VAR00001	Pearson Correlation	.560**	VAR00009	Pearson Correlation	.577**
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	92		N	92
VAR00002	Pearson Correlation	.519**	VAR00010	Pearson Correlation	.411**
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	92		N	92
VAR00003	Pearson Correlation	.565**	VAR00011	Pearson Correlation	.560**
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	92		N	92

VAR00004	Pearson Correlation	.470**	VAR00012	Pearson Correlation	.430**
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	92		N	92
VAR00005	Pearson Correlation	.412**	VAR00013	Pearson Correlation	.622**
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	92		N	92
VAR00006	Pearson Correlation	.558**	VAR00014	Pearson Correlation	.280**
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.007
	N	92		N	92
VAR00007	Pearson Correlation	.490**	VAR00015	Pearson Correlation	.359**
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	92		N	92
VAR00008	Pearson Correlation	.475**	VAR00016	Pearson Correlation	1
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	
	N	92		N	92

### Lampiran 8 : Hasil Uji Validitas Self Regulation Learning

Correlation					
		VAR00061			VAR00061
VAR00001	Pearson Correlation	.371**	VAR00032	Pearson Correlation	.432**
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	92		N	92
VAR00002	Pearson Correlation	-0.001	VAR00033	Pearson Correlation	0.131
	Sig. (2-tailed)	0.994		Sig. (2-tailed)	0.212
	N	92		N	92
VAR00003	Pearson Correlation	-0.163	VAR00034	Pearson Correlation	.497**
	Sig. (2-tailed)	0.121		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	92		N	92
VAR00004	Pearson Correlation	0.195	VAR00035	Pearson Correlation	.377**
	Sig. (2-tailed)	0.063		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	92		N	92
VAR00005	Pearson Correlation	0.080	VAR00036	Pearson Correlation	.564**

	Sig. (2-tailed)	0.446		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	92		N	92
VAR00006	Pearson Correlation	0.025	VAR00037	Pearson Correlation	.289**
	Sig. (2-tailed)	0.810		Sig. (2-tailed)	0.005
	N	92		N	92
VAR00007	Pearson Correlation	-0.098	VAR00038	Pearson Correlation	.453**
	Sig. (2-tailed)	0.353		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	92		N	92
VAR00008	Pearson Correlation	-0.015	VAR00039	Pearson Correlation	.445**
	Sig. (2-tailed)	0.889		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	92		N	92
VAR00009	Pearson Correlation	-0.114	VAR00040	Pearson Correlation	0.123
	Sig. (2-tailed)	0.281		Sig. (2-tailed)	0.244
	N	92		N	92
VAR00010	Pearson Correlation	-0.001	VAR00041	Pearson Correlation	.392**
	Sig. (2-tailed)	0.996		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	92		N	92
VAR00011	Pearson Correlation	-0.134	VAR00042	Pearson Correlation	.302**
	Sig. (2-tailed)	0.202		Sig. (2-tailed)	0.003
	N	92		N	92
VAR00012	Pearson Correlation	0.002	VAR00043	Pearson Correlation	.257*
	Sig. (2-tailed)	0.984		Sig. (2-tailed)	0.013
	N	92		N	92
VAR00013	Pearson Correlation	-.216*	VAR00044	Pearson Correlation	0.200
	Sig. (2-tailed)	0.039		Sig. (2-tailed)	0.056
	N	92		N	92
VAR00014	Pearson Correlation	0.065	VAR00045	Pearson Correlation	.205*
	Sig. (2-tailed)	0.537		Sig. (2-tailed)	0.050

	N	92		N	92
VAR00015	Pearson Correlation	.354**	VAR00046	Pearson Correlation	.536**
	Sig. (2-tailed)	0.001		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	92		N	92
VAR00016	Pearson Correlation	.448**	VAR00047	Pearson Correlation	.345**
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.001
	N	92		N	92
VAR00017	Pearson Correlation	0.176	VAR00048	Pearson Correlation	.294**
	Sig. (2-tailed)	0.094		Sig. (2-tailed)	0.005
	N	92		N	92
VAR00018	Pearson Correlation	.289**	VAR00049	Pearson Correlation	.272**
	Sig. (2-tailed)	0.005		Sig. (2-tailed)	0.009
	N	92		N	92
VAR00019	Pearson Correlation	.438**	VAR00050	Pearson Correlation	.234*
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.025
	N	92		N	92
VAR00020	Pearson Correlation	0.107	VAR00051	Pearson Correlation	0.166
	Sig. (2-tailed)	0.311		Sig. (2-tailed)	0.113
	N	92		N	92
VAR00021	Pearson Correlation	.414**	VAR00052	Pearson Correlation	0.094
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.375
	N	92		N	92
VAR00022	Pearson Correlation	.380**	VAR00053	Pearson Correlation	.362**
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	92		N	92



VAR00023	Pearson Correlation	.362**	VAR00054	Pearson Correlation	.571**
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	92		N	92
VAR00024	Pearson Correlation	.574**	VAR00055	Pearson Correlation	.583**
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	92		N	92
VAR00025	Pearson Correlation	.272**	VAR00056	Pearson Correlation	.442**
	Sig. (2-tailed)	0.009		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	92		N	92
VAR00026	Pearson Correlation	.513**	VAR00057	Pearson Correlation	.391**
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	92		N	92
VAR00027	Pearson Correlation	0.118	VAR00058	Pearson Correlation	.462**
	Sig. (2-tailed)	0.263		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	92		N	92
VAR00028	Pearson Correlation	.301**	VAR00059	Pearson Correlation	0.176
	Sig. (2-tailed)	0.004		Sig. (2-tailed)	0.094
	N	92		N	92
VAR00029	Pearson Correlation	0.166	VAR00060	Pearson Correlation	0.112
	Sig. (2-tailed)	0.114		Sig. (2-tailed)	0.286
	N	92		N	92
VAR00030	Pearson Correlation	.373**	VAR00061	Pearson Correlation	1
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	
	N	92		N	92

## Lampiran 9 : Hasil Uji Reliabilitas

1. Hasil reliabilitas Skala Academic Burnout

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
0.846	15

2. Hasil reliabilitas Skala School Engagement

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
0.769	15

3. Hasil Reliabilitas Skala Self Regulation Learning

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
0.852	30

## Lampiran 10 : Hasil Uji Kategorisasi

1. Kategorisasi academic burno

Burnout					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	33	35.9	35.9	35.9
	Sedang	57	62.0	62.0	97.8
	Tinggi	2	2.2	2.2	100.0
	Total	92	100.0	100.0	

2. Kategorisasi school engagement

School_Engagement					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sedang	64	69.6	69.6	69.6
	Tinggi	28	30.4	30.4	100.0
	Total	92	100.0	100.0	

3. Kategorisasi self regulation learning

SelfRegulation_Learning					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sedang	53	57.6	57.6	57.6
	Tinggi	39	42.4	42.4	100.0
	Total	92	100.0	100.0	

**Lampiran 11 : Hasil Uji Asumsi Klasik**

1. Hasil uji normalitas

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Burnout	0.106	92	0.065	0.964	92	0.011
Engagement	0.081	92	0.173	0.964	92	0.012
Regulation	0.088	92	0.075	0.969	92	0.027

a. Lilliefors Significance Correction

2. Hasil uji Multikolinearitas

Coefficients <sup>a</sup>								
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	57.557	5.689		10.118	0.000		
	Engagement	-0.440	0.168	-0.347	-2.618	0.010	0.516	1.938
	Regulation	-0.083	0.092	-0.120	-0.902	0.369	0.516	1.938

a. Dependent Variable: Burnout

### 3. Hasil Uji Linearitas Academic Burnout dan School Engagement

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Burnout * Engagement	Between Groups	(Combined)	500.652	16	31.291	1.166	0.315
		Linearity	34.218	1	34.218	1.275	0.262
		Deviation from Linearity	466.434	15	31.096	1.158	0.323
	Within Groups		2013.207	75	26.843		
	Total		2513.859	91			

### 4. Hasil Uji Linearitas Academic Burnout dan Self Regulation Learning

ANOVA Table							
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Burnout * Regulation	Between Groups	(Combined)	863.111	27	31.967	1.239	0.239
		Linearity	327.883	1	327.883	12.712	0.001
		Deviation from Linearity	535.228	26	20.586	0.798	0.734
	Within Groups		1650.748	64	25.793		
	Total		2513.859	91			

## Lampiran 12 : Hasil Uji Hipotesis

### 1. Uji T

Coefficients <sup>a</sup>						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	62.810	5.892		10.660	0.000
	Engagement	-0.296	0.157	-0.233	-1.884	0.063
	Regulation	-0.230	0.096	-0.298	-2.408	0.018

## 2. Uji F

ANOVA <sup>a</sup>						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	590.850	2	295.425	13.673	.000 <sup>b</sup>
	Residual	1923.009	89	21.607		
	Total	2513.859	91			
a. Dependent Variable: Burnout						
b. Predictors: (Constant), Regulation, Engagement						

## 3. Uji Koefisien Determinasi

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Burnout	0.106	92	0.065	0.964	92	0.011
Engagement	0.081	92	0.173	0.964	92	0.012
Regulation	0.088	92	0.075	0.969	92	0.027
a. Lilliefors Significance Correction						

## 4. Hasil Korelasi

Correlations				
		Burnout	Engagement	Regulation
Burnout	Pearson Correlation	1	-0.526	-0.38
	Sig. (2-tailed)		0.000	0.000
	N	92	92	92
Engagement	Pearson Correlation	-0.526	1	.698**
	Sig. (2-tailed)	0.000		0.000
	N	92	92	92
Regulation	Pearson Correlation	-0.38	.698**	1
	Sig. (2-tailed)	0.000	0.000	
	N	92	92	92
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).				

### Lampiran 13 : Hasil Penyebaran Skala

#### 1. Skala Academic Burnout

3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	39
3	3	2	3	1	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	30
3	2	2	3	1	2	2	1	1	2	2	2	1	2	2	28
3	3	2	2	1	3	2	1	2	2	2	2	2	2	3	32
3	2	1	2	1	3	2	1	1	2	2	2	1	2	3	28
3	3	2	2	1	4	2	1	1	2	1	2	1	1	2	28
3	2	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	31
3	3	3	3	1	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	35
4	4	1	4	1	2	1	3	3	1	1	3	2	3	2	35
3	2	1	3	1	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	34
4	4	3	4	1	3	2	4	4	3	2	4	2	4	3	47
4	3	3	3	2	3	4	2	3	3	2	3	2	3	4	44
4	4	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	44
3	3	4	3	1	2	1	3	2	3	3	2	1	2	4	37
4	3	3	3	1	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	39
4	3	3	3	1	2	4	1	2	2	2	3	1	2	3	36
4	3	3	3	1	3	3	1	3	3	2	2	2	2	3	38
4	2	3	4	1	4	2	4	2	4	2	3	1	3	4	43
3	2	2	3	1	2	2	1	1	3	2	2	1	1	1	27
3	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2	2	1	2	1	26
3	4	4	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	44
3	3	3	3	1	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	35
3	2	1	2	1	2	2	1	1	2	1	2	1	1	3	25
4	3	2	3	1	2	3	1	1	2	2	2	1	2	3	32
3	2	2	3	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	30
3	3	3	4	1	2	1	2	3	2	2	3	2	3	3	37
4	3	3	3	1	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	37
3	2	2	3	1	2	1	1	2	2	1	2	1	2	2	27
3	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	1	2	3	29
3	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	3	24
3	3	3	2	1	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	34
4	3	3	4	1	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	38
2	3	3	2	1	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	32
4	2	2	2	1	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	27

2	2	2	3	1	2	2	1	1	1	1	2	1	2	2	25
3	2	2	3	1	2	2	1	1	2	1	2	1	2	2	27
3	1	2	4	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	4	34
4	3	2	4	1	3	2	1	1	3	1	2	2	2	2	33
3	3	2	4	1	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	34
3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	30
3	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	28
4	2	2	3	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	3	31
3	2	2	2	1	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	30
3	2	2	1	1	2	3	1	2	2	1	2	1	1	2	26
3	3	4	4	1	4	4	1	2	3	3	3	3	4	3	45
3	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	1	2	1	1	25
3	3	2	2	1	2	2	3	2	2	1	2	1	1	2	29
3	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	3	2	2	2	29
3	2	3	2	1	3	3	1	2	2	1	2	2	2	2	31
3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	29
4	4	2	4	1	2	3	2	3	2	1	3	3	2	2	38
3	2	2	3	1	3	2	2	2	2	1	2	2	2	4	33
4	2	2	3	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	3	31
4	2	2	3	1	2	4	1	1	2	1	1	1	2	3	30
3	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	32
3	2	2	2	2	2	4	2	2	3	2	2	2	2	3	35
3	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	28
2	3	3	2	1	3	2	1	3	2	2	3	1	3	1	32
2	2	2	2	1	2	2	1	2	3	2	3	1	2	2	29
3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	26
4	4	2	3	1	2	2	2	1	2	2	2	1	2	3	33
3	3	2	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	32
2	2	3	2	1	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	26
3	2	2	3	1	2	2	1	2	2	1	2	1	2	3	29
3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	4	34
3	2	2	2	1	2	2	1	2	2	1	3	2	2	2	29
3	2	3	2	1	3	3	1	2	2	1	2	2	2	2	31
3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	29
4	4	2	4	1	2	3	2	3	2	1	3	3	2	2	38
3	2	2	3	1	3	2	2	2	2	1	2	2	2	4	33
4	2	2	3	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	3	31
4	2	2	3	1	2	4	1	1	2	1	1	1	2	3	30
3	2	2	2	1	2	2	1	1	2	2	2	1	2	1	26

3	4	4	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	44
3	3	3	3	1	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	35
3	2	1	2	1	2	2	1	1	2	1	2	1	1	3	25
4	3	2	3	1	2	3	1	1	2	2	2	1	2	3	32
3	2	2	3	1	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	30
3	3	3	4	1	2	1	2	3	2	2	3	2	3	3	37
4	3	3	3	1	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	37
3	2	2	3	1	2	1	1	2	2	1	2	1	2	2	27
3	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	2	1	2	3	29
3	2	2	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	3	24
3	3	3	2	1	2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	34
4	3	3	4	1	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	38
2	3	3	2	1	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	32
4	2	2	2	1	2	1	1	1	2	2	2	1	2	2	27
3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	39
3	3	2	3	1	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	30
3	2	2	3	1	2	2	1	1	2	2	2	1	2	2	28
3	3	2	2	1	3	2	1	2	2	2	2	2	2	3	32
3	3	2	2	1	4	2	1	1	2	1	2	1	1	2	28

## 2. Skala School Engagement

3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	45
2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	41
3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	39
4	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	44
3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	2	3	3	3	44
4	3	3	3	3	3	2	3	4	3	4	3	3	3	3	47
3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	43
3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	4	2	37
3	3	3	3	3	1	2	3	2	2	3	3	2	2	3	38
4	3	3	3	3	2	1	3	2	2	2	4	3	3	3	41
3	2	2	3	3	1	1	4	3	1	2	3	2	3	3	36
3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	3	37
1	2	2	2	4	2	3	3	3	2	3	4	4	3	4	42
3	3	2	2	3	2	4	2	2	2	4	2	2	3	2	38
4	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	42



4	3	3	4	4	2	3	3	3	3	4	4	4	3	4	51
4	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	38
4	2	3	4	2	2	1	3	4	2	3	3	3	1	3	40
3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	45
3	4	2	3	3	2	3	3	2	3	4	3	2	3	3	43
3	2	1	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	34
3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	40
4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	48
4	3	2	3	3	3	3	3	3	2	4	2	3	3	3	44
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	45
3	3	2	2	3	3	2	3	4	4	4	3	3	3	3	45
3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	40
4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	51
3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	42
3	3	3	1	4	3	2	2	3	3	3	4	3	3	3	43
4	2	2	3	3	2	1	3	3	3	3	4	3	4	3	43
3	3	2	3	3	2	2	3	2	1	3	3	3	2	3	38
2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	32
4	3	3	4	3	2	3	3	2	2	4	3	3	4	3	46
3	4	2	3	3	2	2	2	3	2	4	3	2	3	2	40
2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	3	39
4	3	3	3	2	3	3	4	4	3	4	3	4	3	3	49
4	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	43
2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	40
2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	36
3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	43
4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	45
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	45
4	4	3	3	3	2	3	3	2	4	4	2	3	1	3	44
2	1	1	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	37
3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	42
4	3	3	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	47
4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	44
3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	42
3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	43
2	2	2	3	4	3	3	3	3	2	2	4	3	3	2	41
3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	44
3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	44
4	3	3	3	3	3	3	3	4	2	4	3	2	4	2	46

3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	45
3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	41
3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	4	51
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	35
3	3	2	1	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	39
4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	47
4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	3	50
3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	40
3	3	1	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	39
3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	50
4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	46
4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	44
3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	42
3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	43
2	2	2	3	4	3	3	3	3	2	2	4	3	3	2	41
3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	44
3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	44
4	3	3	3	3	3	3	3	4	2	4	3	2	4	2	46
3	4	2	3	3	2	3	3	2	3	4	3	2	3	3	43
3	2	1	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	34
3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	40
4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	48
4	3	2	3	3	3	3	3	3	2	4	2	3	3	3	44
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	45
3	3	2	2	3	3	2	3	4	4	4	3	3	3	3	45
3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	2	3	3	40
4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	51
3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	42
3	3	3	1	4	3	2	2	3	3	3	4	3	3	3	43
4	2	2	3	3	2	1	3	3	3	3	4	3	4	3	43
3	3	2	3	3	2	2	3	2	1	3	3	3	2	3	38
2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	32
4	3	3	4	3	2	3	3	2	2	4	3	3	4	3	46
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	45
2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	41
3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	39
4	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	44
4	3	3	3	3	3	2	3	4	3	4	3	3	3	3	47

### 3. Skala Self Regulation Learning

3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3
3	2	4	3	3	2	3	2	4	2	3	4	4	3
4	4	3	3	4	4	3	3	3	2	3	3	4	3
3	2	3	3	3	3	3	2	4	2	3	3	3	3
3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4
3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3
3	2	3	3	4	3	2	2	3	1	3	4	3	3
3	3	3	4	4	4	3	2	3	2	4	4	3	3
3	3	2	2	2	2	3	3	2	1	3	3	3	3
4	2	3	2	4	4	4	1	2	1	4	2	4	4
3	2	3	2	3	2	3	2	4	2	4	2	4	3
4	4	2	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3
3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3
3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	4	3
4	3	4	4	4	4	4	4	3	1	4	4	3	3
3	3	2	3	3	3	3	2	4	2	3	3	4	4
3	2	4	4	1	1	3	4	2	1	4	4	3	3
3	4	3	4	3	2	4	4	3	2	4	4	4	3
3	4	3	3	3	2	4	1	3	2	3	4	3	2
4	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	2	4	4
3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	4	3
4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4
3	3	4	3	4	4	3	4	3	2	4	3	4	3
3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3
3	2	3	3	3	4	3	2	1	2	3	3	3	4
3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3
3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4
3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3
3	3	2	3	2	3	3	3	4	2	3	4	4	3
2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	4	4
3	3	4	3	3	3	3	4	3	2	3	2	3	3
3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2
4	3	4	4	3	4	4	2	3	2	3	4	4	3
4	3	2	2	4	3	4	1	4	2	4	4	4	3
3	2	3	2	3	3	3	2	4	2	3	3	3	2
3	4	4	3	4	2	3	4	3	3	3	3	4	3
3	2	2	2	3	3	4	2	2	2	3	3	4	4
3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3
3	3	3	3	3	4	3	2	3	2	3	4	3	4
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4
3	4	3	3	4	3	4	4	4	2	3	4	3	4
3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3
4	3	3	4	4	4	3	4	4	2	3	3	4	3
3	3	3	4	4	4	3	3	3	2	3	3	4	4
3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3

3	4	3	2	2	3	3	3	3	2	4	4	3	4
3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3
3	2	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2
3	3	3	3	4	4	3	4	4	2	3	3	3	4
4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4
4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
3	2	2	3	3	2	3	2	4	2	3	3	3	3
4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3
3	2	3	3	3	2	3	3	4	2	3	3	3	2
3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	4	3
4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3
4	4	3	3	3	2	3	3	4	2	3	4	4	4
3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3
3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	4	3	3
3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3
4	3	3	3	3	2	3	4	3	2	4	3	3	3
3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3
3	2	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2
3	3	3	3	4	4	3	4	4	2	3	3	3	4
4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4
4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	3
3	4	3	3	3	2	4	1	3	2	3	4	3	2
4	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	2	4	4
3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	4	3
4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4
3	3	4	3	4	4	3	4	3	2	4	3	4	3
3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	4	3
3	2	3	3	3	4	3	2	1	2	3	3	3	4
3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3
3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	4
3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3
3	3	2	3	2	3	3	3	4	2	3	4	4	3
2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	4	4
3	3	4	3	3	3	3	4	3	2	3	2	3	3
3	3	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2
4	3	4	4	3	4	4	2	3	2	3	4	4	3
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3
3	2	4	3	3	2	3	2	4	2	3	4	4	3
4	4	3	3	4	4	3	3	3	2	3	3	4	3
3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4

3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	79
3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	71
3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	75
3	2	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	84
3	2	4	3	3	2	3	3	3	4	4	3	3	80
4	2	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	94
3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	72
4	2	4	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	73
3	2	4	4	2	1	3	3	3	4	4	4	1	83
3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	69
4	1	4	4	3	1	3	1	3	4	4	3	1	77
3	2	4	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	72
3	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	74
4	2	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	1	82
3	2	3	3	2	1	3	3	3	3	3	3	3	75
4	1	4	4	3	1	3	4	4	3	2	2	2	86
3	2	3	4	2	2	3	3	3	3	3	3	2	78
3	1	4	4	3	1	3	3	3	2	4	4	1	75
4	2	4	3	3	2	3	3	4	4	4	4	3	90
3	3	3	3	3	3	3	2	2	4	3	4	3	79
3	3	4	3	3	1	3	2	2	3	4	3	2	80
4	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	71
3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	98
3	3	4	4	2	2	3	2	2	2	3	4	2	83
3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	81
4	3	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	2	79
3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	75
4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	95
3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	78
3	3	4	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	79
3	3	3	4	2	3	3	3	4	4	3	3	2	79
3	2	3	3	2	1	3	3	4	3	3	2	2	76
3	1	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	65
4	3	3	3	3	3	2	3	4	4	2	2	2	85
4	4	4	3	3	3	2	2	2	4	4	4	3	86
3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	70
3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	4	4	3	87
4	3	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	2	85
3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	1	75
3	2	4	4	3	2	3	3	3	3	4	3	2	82
3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	81
4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	4	3	95
3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	80
4	4	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	89
4	2	4	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	82
3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	74
3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	78
3	3	4	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	81

3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	74
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	81
4	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	69
4	2	4	3	2	3	3	3	3	3	4	4	3	87
3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	84
4	4	3	4	3	2	3	4	4	3	3	4	3	96
3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	80
3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	72
3	3	3	3	2	3	3	4	4	4	4	4	3	93
3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	74
3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	4	76
4	3	4	3	3	2	3	4	4	4	3	3	2	94
4	3	3	4	2	3	4	3	3	3	3	3	3	87
3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	77
3	3	4	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	75
4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	91
4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	80
3	3	4	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	81
3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	2	2	2	74
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	81
4	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	69
4	2	4	3	2	3	3	3	3	3	4	4	3	87
3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	84
4	4	3	4	3	2	3	4	4	3	3	4	3	96
3	3	3	3	3	3	3	2	2	4	3	4	3	79
3	3	4	3	3	1	3	2	2	3	4	3	2	80
4	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	71
3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	98
3	3	4	4	2	2	3	2	2	2	3	4	2	83
3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	80
4	3	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	2	79
3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	2	75
4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	95
3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	78
3	3	4	3	3	3	3	1	2	3	3	3	3	79
3	3	3	4	2	3	3	3	4	4	3	3	2	79
3	2	3	3	2	1	3	3	4	3	3	2	2	76
3	1	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	65
4	3	3	3	3	3	2	3	4	4	2	2	2	85
3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	79
3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	71
3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3	75
3	2	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	84
4	2	4	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	94