

**PENGARUH ACADEMIC BURNOUT TERHADAP  
SCHOOL WELL-BEING PADA SISWA SMP ALMAARIF  
MALANG**

**SKRIPSI**



Oleh:

Edvin Eka Nur Rochim

NIM. 200401110136

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

**2024**

**HALAMAN JUDUL**  
**PENGARUH ACADEMIC BURNOUT TERHADAP SCHOOL WELL-  
BEING PADA SISWA SMP AL MAARIF MALANG**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana  
Malik Ibrahim Malang untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh  
gelar Sarjana Psikologi  
(S.Psi)

Oleh  
**Edvin Eka Nur Rochim**  
**NIM. 200401110136**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI**  
**MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**  
**2024**

HALAMAN PERSETUJUAN

PENGARUH *ACADEMIC BURNOUT* TERHADAP *SCHOOL WELL-BEING*  
PADA SISWA SMP AL MAARIF MALANG



SKRIPSI

Oleh:

Edvin Eka Nur Rochim

200401110136

Telah disetujui oleh :

Dosen Pembimbing	Tanda Tangan Persetujuan	Tanggal Persetujuan
Dosen Pembimbing 1 Rika Fuaturrosida, M.A. NIP: 19830429201608012038		6 Mei 2024
Dosen Pembimbing 2 Yusuf Ratu Agung, M.A. NIP: 198010202015031002		6 Mei 2024

Malang, 6 Mei 2024

Mengetahui,

Ketua Program Studi

  
Yusuf Ratu Agung, M.A.  
NIP: 198010202015031002

**LEMBAR PENGESAHAN**

**PENGARUH ACADEMIC BURNOUT TERHADAP  
SCHOOL WELL-BEING PADA SISWA SMP  
AL MAARIF MALANG  
SKRIPSI**




Oleh

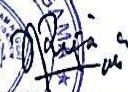
Edvin Eka Nur Rochim

NIM. 200401110136

Telah diujikan dan dinyatakan LULUS oleh Dewan  
Penguji Skripsi dalam Majelis Sidang Skripsi Pada tanggal 17 Juni 2024

**DEWAN PENGUJI SKRIPSI**

Dosen Pembimbing	Tanda Tangan Persetujuan	Tanggal Persetujuan
<b>Sekretaris Ujian</b>  Rika Fuaturrosida, M. A. NIP. 19830429201608012038		17 Juni 2024
<b>Ketua Penguji</b>  Yusuf Ratu Agung, M. A. NIP. 198010202015031002		17 Juni 2024
<b>Penguji Utama</b>  Dr. Mualiffah, M. A. NIP. 198505142019032008		16 Juni 2024

Disyahkan oleh 17 Juni 2024  
Dekan  
  
Prof. Dr. Khatulistiwa Hidayah, M.Si  
NIP. 197611282002122001

**NOTA DINAS I**

Kepada Yth.,  
Dekan Fakultas Psikologi  
UIN Maulana Malik Ibrahim  
Malang

*Assalamu'alaikum wr.wb.*

Disampaikan dengan hormat, setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap naskah Skripsi berjudul :

**PENGARUH ACADEMIC BURNOUT TERHADAP  
SCHOOL WELL-BEING PADA SISWA SMP  
AL MAARIF MALANG**

Yang ditulis oleh :

Nama : Edvin Eka Nur Rochim

NIM : 200401110136

Program : S1 Psikologi

Saya berpendapat bahwa Skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang untuk diujikan dalam Sidang Ujian Skripsi.

*Wassalamu'alaikum wr.wb.*

Malang, 24 April 2024

**Dosen Pembimbing 1,**



**Rika Fuaturrosida, M.A.**

**NIP: 19830429201608012038**

**NOTA DINAS II**

Kepada Yth.,  
Dekan Fakultas Psikologi  
UIN Maulana Malik Ibrahim  
Malang

*Assalamu'alaikum wr.wb.*

Disampaikan dengan hormat, setelah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap naskah Skripsi berjudul :

**PENGARUH ACADEMIC BURNOUT TERHADAP  
SCHOOL WELL-BEING PADA SISWA SMP  
AL MAARIF MALANG**

Yang ditulis oleh :

Nama : Edvin Eka Nur Rochim

NIM : 200401110136

Program : S1 Psikologi

Saya berpendapat bahwa Skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang untuk diujikan dalam Sidang Ujian Skripsi.

*Wassalamu'alaikum wr.wb.*

Malang, 30 April 2024

Dosen Pembimbing I1,



**Yusuf Ratu Agung, M.A.**

**NIP: 198010202015031002**

## SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Edvin Eka Nur Rochim

NIM : 200401110136

Fakultas : Psikologi

Menyatakan bahwa pendirian skripsi dengan judul "**Pengaruh Academic Burnout Terhadap School Well-Being Pada Siswa SMP Al Maarif Malang**", adalah benar-benar hasil karya sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika 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 saya buat dengan sebenar-benarnya

Malang, 14 Juni 2024

Peneliti



Edvin Eka Nur Rochim

NIM. 200401110136

## **MOTTO**

"Menjadi seseorang yang berprestasi belum menjamin kesuksesan, tetapi dengan berprestasi maka seseorang akan memiliki peluang kesuksesan " – Edvin Eka Nur Rochim

"Dalam hidup ini saya memiliki mental seperti orang yang bermain sepeda, bila saya tidak mengayuh sepeda maka saya akan jatuh, jika saya berhenti bekerja maka saya mati" - B. J. Habibie



## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

### **Alhamdulillah Rabbil Alamin**

Tak henti-hentinya saya mengucapkan syukur kepada Allah SWT yang telah menganugerahkan kesempatan untuk bisa merasakan indahnya menyelesaikan pendidikan

### **Tulisan Skripsi ini saya persembahkan**

sepenuhnya kepada dua orang hebat dalam hidup saya, Ayahanda yang bernama Sujono dan Ibu yang bernama Suyanti. Keduanya lah yang membuat segalanya menjadi mungkin sehingga saya bisa sampai pada tahap di mana skripsi ini akhirnya selesai. Terima kasih atas segala pengorbanan, nasihat dan doa baik yang tidak pernah berhenti kalian berikan kepadaku.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur senantiasa peneliti haturkan ke hadirat Allah SWT, atas segala rahmat-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian dan penulisan skripsi. Shalawat serta salam peneliti haturkan kepada junjungan Nabi Muhammad SAW beserta keluarga dan para sahabatnya, yang senantiasa dinantikan syafaatnya kelak di hari kiamat.

Karya penelitian ini tidak akan tertulis tanpa adanya bantuan dari berbagai pihak yang terlibat. Oleh karena itu, perkenankan saya selaku peneliti dengan kerendahan hati mengucapkan terimakasih yang setinggi-tingginya kepada:

1. Prof. Dr. H. M. Zainuddin, M.A, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Prof. Dr. Hj. Rifa Hidayah, M. Si, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Rika Fuaturrosida, M. A. selaku dosen pembimbing satu. Terimakasih banyak atas ilmu, bimbingan, saran, dan lain sebagainya yang telah diberikan kepada peneliti
4. Yusuf Ratu Agung, M. A. selaku dosen pembimbing dua. Terimakasih banyak atas ilmu, bimbingan, saran, dan lain sebagainya yang telah diberikan kepada peneliti untuk menyelesaikan skripsi ini
5. Dosen penguji yang telah memberikan kritikan dan saran pada skripsi ini
6. Siswa MTS Al Maarif 01 Singosari Malang yang telah meluangkan waktu menjadi responden dalam penelitian ini

Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis dan bagi pembaca

Malang, April 2024

Peneliti

## DAFTAR ISI

SKRIPSI .....	I
HALAMAN JUDUL .....	II
PENGARUH ACADEMIC BURNOUT TERHADAP SCHOOL WELL- BEING PADA SISWA SMP AL MAARIF MALANG .....	II
HALAMAN PERSETUJUAN .....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN .....	Error! Bookmark not defined.
NOTA DINAS I .....	Error! Bookmark not defined.
NOTA DINAS II .....	Error! Bookmark not defined.
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS .....	Error! Bookmark not defined.
MOTTO .....	IV
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	IX
KATA PENGANTAR .....	X
DAFTAR ISI .....	XI
DAFTAR TABEL .....	XIII
DAFTAR LAMPIRAN .....	XIV
ABSTRAK .....	XV
ABSTRACT .....	XVI
مستخلص البحث .....	XVII
<b>BAB I .....</b>	<b>1</b>
<b>PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Batasan Masalah .....	8
C. Rumusan Masalah .....	8
D. Tujuan Penelitian .....	9
E. Manfaat penelitian .....	9
<b>BAB II .....</b>	<b>10</b>
<b>KAJIAN TEORI .....</b>	<b>10</b>
A. <i>School Well-Being</i> .....	10
1. Definisi <i>School Well-Being</i> .....	10
2. Aspek-Aspek <i>School Well-Being</i> .....	10
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>School Well-Being</i> .....	12
B. <i>Academic Burnout</i> .....	14
1. Definisi <i>Academic Burnout</i> .....	14
2. Dimensi <i>Academic Burnout</i> .....	15
3. Faktor- Faktor Penyebab <i>Academic Burnout</i> .....	17
C. Pengaruh <i>Academic Burnout</i> dan <i>School Well-Being</i> .....	18
D. Kerangka Berpikir .....	19
E. Hipotesis Penelitian .....	20
<b>BAB III .....</b>	<b>21</b>
<b>METODE PENELITIAN .....</b>	<b>21</b>
A. Desain Penelitian .....	21
B. Variabel Penelitian .....	21
C. Definisi Operasional .....	21
1. <i>Academic Burnout</i> .....	22

2. <i>School Well-Being</i> .....	22
D. Populasi , Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel.....	23
1. Populasi dan Sampel Penelitian .....	23
2. Teknik Pengambilan Sampel .....	23
E. Pengumpulan Data .....	23
1. Teknik Pengumpulan Data .....	23
2. Instrumen Pengumpulan Data .....	24
F. Validitas dan Reliabilitas .....	25
1. Validitas .....	25
2. Reliabilitas .....	26
3. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas .....	27
H. Uji Asumsi .....	30
1. Uji Normalitas .....	30
2. Hasil Uji Normalitas .....	30
3. Uji Linearitas .....	31
4. Hasil Uji Linearitas .....	31
5. Menentukan Kategorisasi .....	32
<b>BAB IV .....</b>	<b>32</b>
<b>HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>34</b>
A. Sejarah Singkat SMP AL-Maarif 01 Malang .....	34
B. Pelaksanaan Penelitian .....	35
1. Waktu, Tempat, dan Subjek Penelitian .....	35
2. Prosedur dan Administrasi Pengambilan Data .....	36
3. Hasil Penelitian .....	36
a) Uji Hipotesis .....	36
b) Analisis Kategorisasi .....	37
C. Pembahasan .....	43
1. Tingkat <i>Academic Burnout</i> Siswa SMP Almaarif 01 Singosari Malang .....	43
2. Tingkat <i>School Well-Being</i> Siswa SMP Almaarif 01 Singosari Malang ..	46
3. Pengaruh <i>Academic Burnout</i> Terhadap <i>Schooll Well-Being</i> Siswa SMP AL Maarif Singosari .....	49
<b>BAB V .....</b>	<b>53</b>
<b>PENUTUP .....</b>	<b>53</b>
A. Kesimpulan .....	53
B. Saran .....	54
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>56</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>61</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Skala Likert .....	24
Tabel 3. 2 <i>Blueprint Skala Academic Burnout</i> .....	24
Tabel 3. 3 <i>Blueprint Skala School Well-Being</i> .....	25
Tabel 3. 4 Hasil Uji Validitas Skala <i>Academic Burnout</i> .....	28
Tabel 3. 5 Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Academic Burnout</i> .....	28
Tabel 3. 6 Hasil Uji Validitas Skala <i>School Well-Being</i> .....	29
Tabel 3. 7 Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>School Well-Being</i> .....	29
Tabel 4. 1 Hasil Uji Normalitas .....	28
Tabel 4. 2 Hasil Uji Linearitas .....	29
Tabel 4. 3 Hasil Uji Hipotesis .....	36
Tabel 4. 4 Deskripsi Statistik <i>Academic Burnout</i> .....	37
Tabel 4. 5 Kategorisasi <i>Academic Burnout</i> .....	38
Tabel 4. 9 Deskripsi Statistik Data <i>School Well-Being</i> .....	40
Tabel 4. 10 Kategorisasi <i>School Well-Being</i> .....	41
Tabel 4. 11 Frekuensi dan Persentase <i>School Well-Being</i> .....	41
Tabel 4. 12 Rata – Rata Tingkat <i>School Well-Being Descriptive Statistics</i> .....	42
Tabel 4. 13 Hasil Kategorisasi Setiap Aspek Dalam <i>School- Well Being</i> .....	42

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Skala <i>Academic Burnout</i> .....	61
Lampiran 2 Skala <i>School Well-Being</i> .....	63
Lampiran 3 Hasil Uji Validitas Skala <i>Academic Burnout</i> .....	68
Lampiran 4 Hasil Uji Skala <i>School Well-Being</i> .....	70
Lampiran 5 Uji Reliabilitas Skala <i>School Well-Being</i> .....	77
Lampiran 6 Uji Reliabilitas Skala <i>Academic Burnout</i> .....	77
Lampiran 7 Hasil Uji Normalitas .....	77
Lampiran 8 Hasil Uji Linearitas .....	78
Lampiran 9 Hasil Uji Hipotesis .....	78
Lampiran 10 Hasil Uji Kategorisasi .....	79
Lampiran 11 Kategorisasi Variabel <i>Academic Burnout</i> .....	80
Lampiran 12 Kategorisasi Variabel <i>School Well-Being</i> .....	82

## ABSTRAK

Rochim, E. E. N., 200401110136. 2024. *Pengaruh Academic Burnout Terhadap School Well-Being Siswa SMP Almaarif Malang*. Skripsi. Jurusan Psikologi. Fakultas Psikologi. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Pembimbing : Rika Fuaturosida, M. A  
Yusuf Ratu Agung, M.A

---

Tuntutan dan beban akademik yang tinggi di dalam pendidikan yang tidak diimbangi dengan kemampuan sumber daya manusia maka akan memicu timbulnya kejenuhan. Dalam hal ini objek utama dalam pendidikan ialah siswa. Tuntutan akademik yang tinggi akan memicu academic burnout pada siswa dengan ciri-ciri siswa merasa bosan dengan pelajaran dan menunda mengerjakan tugas. Hal ini akan sangat berdampak pada pembelajaran siswa dan kondisi psikologi siswa jika tidak ditangani dengan cepat. Oleh sebab itu dalam proses pembelajaran perlu memperhatikan *school well-being* pada siswa. *School well-being* menggambarkan bagaimana siswa dapat memuaskan kebutuhan dasarnya saat sekolah dengan membangun relasi sosial yang positif, pemenuhan diri siswa yang tercukupi, dan status kesehatan siswa yang berdampak pada kenyamanan dan keamanan siswa dalam belajar, kondisi ruangan belajar yang kondusif, dan siswa merasa diperhatikan kebutuhan dan kesejahteraan psikologinya.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat academic burnout pada siswa SMP Almaarif 1 Singosari Malang. Mengetahui juga tingkat school well-being siswa SMP Almaarif 1 Singosari. Kemudian mengetahui pengaruh academic burnout terhadap *school well-being* siswa SMP Almaarif 1 Singosari

Metode yang digunakan adalah metode penelitian kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah Siswa SMP Almaarif Malang dengan jumlah subjek penelitian sebanyak 71 subjek. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah metode *non-probability sampling* dengan penggunaan teknik *purposive sampling*. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur *academic burnout* yang diadaptasi dari skala *Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS)* yang dikembangkan oleh Schaufeli et al. 2002 dan alat ukur yang digunakan untuk mengukur school well-being yang diadaptasi dari skala SWB milik Putrizaen pada tahun 2021. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu analisis regresi linear sederhana

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat academic burnout pada siswa SMP Almaarif 1 Singosari termasuk dalam kategori tinggi. Selain itu, pada penelitian ditemukan bahwa terdapat pengaruh dari academic burnout terhadap school well-being siswa dengan nilai F sebesar 0,216 dengan nilai sig, (p) 0,000 atau sig. (p) < 0,005. Dalam penelitian ini hipotesis ditolak karena tingginya tingkat academic burnout tidak membuat school well-being siswa rendah

Kata Kunci : Kejenuhan belajar, kesejahteraan psikologis, remaja

## ABSTRACT

Rochim, E. E. N., 200401110136. 2024. The effect of academic burnout on school well-being of Almaarif Malang Junior High School Student. Thesis. Department of Psychology. Faculty of Psychology. Maulana Malik Ibrahim Malang State Islamic University Malang.

Supervisor : Rika Fuaturosida, M. A  
Yusuf Ratu Agung, M.A

---

High academic demands and loads in education that are not balanced with human resource capabilities will trigger boredom. In this case the main object in education is the student. High academic demands will trigger academic burnout in students with the characteristics of students feeling bored with lessons and delaying doing assignments. This will have a huge impact on student learning and the student's psychological condition if it is not handled quickly. Therefore, in the learning process it is necessary to pay attention to students' school well-being. School well being describes how students can satisfy their basic needs at school by building positive social relations, adequate student self-fulfillment, and student health status which has an impact on students' comfort and safety in learning, conducive learning room conditions, and students feeling that their needs are taken care of. and psychological well-being.

The aim of this research is to determine the level of academic burnout among students at Almaarif junior high school Malang. Also find out the level of school well-being of Almaarif junior high school Malang students. Then find out the effect of academic burnout on the school well-being of Almaarif junior high school Malang students

The method used is a quantitative research method. The population in this study were Almaarif junior high school Malang with a total of 71 research subjects. The sampling technique used was a non-probability sampling method using a purposive sampling technique. The measuring instrument used to measure academic burnout was adapted from the Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS) scale developed by Schaufeli et al. 2002 and the measuring instrument used to measure school well-being was adapted from Putrizaen's SWB scale in 2021. The data analysis used in this research is simple linear regression analysis

The results of this research indicate that the level of academic burnout among Almaarif junior high school Malang students is included in the high category. Apart from that, the research found that there was an influence of academic burnout on students' school well-being with an F value of 0.216 with a sig value, (p) 0.000 or sig. (p) < 0.005. In this study, the hypothesis was rejected because high levels of academic burnout did not make students school well-being low

Keyword : Academic Burnout, School Well-Being, Teenagers



## مستخلص البحث

رحيم، إيدفين إيكاً نور. 200401110136، تأثير الإرهاق الأكاديمي على الرفاهية المدرسية لطلاب المدرسة المتوسطة المعارف مالانج. البحث الجامعي، كلية علم النفس، جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج.

المشرفة: ريكا فؤة الرشيدة، الماجستير

يوسف راتو أغونج، الماجستير

المتطلبات والأحمال الأكاديمية العالية في التعليم التي لا تتوازن مع قدرات الموارد البشرية ستؤدي إلى الملل. في هذه الحالة، الهدف الرئيسي في التعليم هو الطالب. ستؤدي المطالب الأكاديمية العالية إلى الإرهاق الأكاديمي لدى الطلاب مع السمات المميزة شعور الطلاب بالملل من الدروس وتأخير أداء الواجبات. وسيكون لذلك تأثير كبير في تعليم الطلاب وحالة الطالب النفسية إذا لم يتم التعامل معه بسرعة. لذلك، في عملية التعليم، من الضروري الاهتمام برفاهية الطلاب في المدرسة. تصف الرفاهية المدرسية كيف يمكن للطلاب تلبية احتياجاتهم الأساسية في المدرسة من خلال بناء علاقات اجتماعية إيجابية، وتحقيق الذات الكافية للطالب، والحالة الصحية للطالب التي لها تأثير على راحة الطلاب وسلامتهم في التعلم، وحالة غرفة التعلم المواتية، وشعور الطلاب وأن يتم الاهتمام باحتياجاتهم وسلامتهم النفسية.

الهدف من هذا البحث هو تحديد مستوى الاحتراق الأكاديمي لدى الطلاب في المدرسة المتوسطة المعارف الأولى سينجوساري مالانج. وتعريف أيضاً على مستوى الرفاهية المدرسية لدى لطلاب في المدرسة المتوسطة المعارف الأولى سنجاساري مالانج. ثم تعريف على أثر الاحتراق الأكاديمي على الرفاهية المدرسية لدى الطلاب في المدرسة المتوسطة المعارف الأولى سينجوساري مالانج.

الطريقة المستخدمة في هذا البحث هي طريقة البحث الكمي. كان مجتمع في هذا البحث من طلاب المدرسة المتوسطة المعارف سينجوساري مالانج بإجمالي 71 موضوعاً بحثياً. طريقة أخذ العينات المستخدمة هي طريقة أخذ العينات غير الاحتمالية مع استخدام طريقة أخذ العينات الهادفة. أداة القياس المستخدمة لقياس الإرهاق الأكاديمي مقتبسة من المقياس *Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS)* التي وضعتها شاوفيلي (Schaufeli) وآخرون. 2002 وأداة القياس المستخدمة لقياس الرفاهية المدرسية من مقياس فوتري زين (Putrizaeen) في عام 2021. تحليل البيانات المستخدم في هذا البحث هو تحليل الانحدار الخطي البسيط.

تشير نتائج هذا البحث إلى أن مستوى الاحتراق الأكاديمي لدى الطلاب في المدرسة المتوسطة المعارف الأولى سينجوساري مالانج يقع في الفئة المرتفعة. وبعيداً عن ذلك، فقد توصل البحث إلى وجود تأثير للاحتراق الأكاديمي على الرفاهية المدرسية للطلبة بقيمة F تبلغ 0.216 بقيمة  $sig(p) < 0.005$ . في هذه الدراسة، تم رفض الفرضية لأن المستويات العالية من الاحتراق الأكاديمي لم تجعل الرفاهية المدرسية للطلاب منخفضة.

الكلمات الرئيسية: الاحتراق التعليمي، الصحة النفسية، المراهقون

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Belajar adalah kegiatan akademik yang menjadi hal primer dalam keseluruhan proses dalam pendidikan di sekolah. Hal tersebut menunjukkan bahwa berhasil atau tidak pencapaian tujuan dalam pendidikan akan bergantung terhadap bagaimana proses belajar yang dialami oleh siswa sebagai subjek dalam belajar. Keberhasilan siswa dalam belajar disebabkan oleh beberapa faktor, baik dalam diri individu siswa (faktor internal) maupun dari luar siswa (faktor eksternal). Slamet (2013) menjelaskan bahwa faktor internal yang mempengaruhi belajar siswa antara lain, faktor psikologis, faktor kelelahan, dan faktor jasmani. Faktor eksternal dikelompokkan menjadi tiga, antara lain faktor sekolah, masyarakat, dan keluarga.

Banyak faktor yang mendukung tercapainya keberhasilan pendidikan, salah satunya adalah tingkat *school well-being* siswa di lingkungan sekolah. *School well-being* pada siswa akan terpenuhi jika pihak sekolah mampu untuk mencukupi kebutuhan siswa. Keberhasilan sistem pendidikan dalam sekolah dapat dikatakan berhasil jika seluruh komponen aspek di lingkungan sekolah dapat bekerja dengan baik. Hal tersebut didukung oleh penelitian Kurniawan (2017) yang menyebutkan bahwa cara yang tepat untuk meningkatkan efektivitas pembelajaran siswa dengan memperbaiki sarana dan prasarana yang ada di sekolah.

Kondisi sekolah menjadi aspek yang penting untuk memenuhi *school well-being* siswa. Adapula kondisi lingkungan yang bersih, suasana kelas tidak bising, kondisi kelas yang layak, dan sekolah memiliki sarana prasarana yang memadai untuk proses pembelajaran. Pasal 45 UU No. 20 Tahun 2003 menyebutkan bahwa setiap satuan pendidikan menyediakan sarana dan prasarana yang memenuhi keperluan pendidikan sesuai dengan pertumbuhan dan perkembangan potensi fisik,

kecerdasan intelektual, sosial, emosional, dan kejiwaan peserta didik. Lingkungan sekolah yang baik serta nyaman yang memenuhi sarana prasarana belajar siswa tentunya akan menunjang proses belajar siswa. Murtiasih (2015) yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh signifikan antara lingkungan fisik kelas terhadap motivasi belajar peserta didik. Kondisi fisik kelas yang rusak tidak boleh dibiarkan begitu saja, perlu ada perbaikan agar sarana dan prasarana di seluruh sekolah dapat terpenuhi secara merata.

Hubungan sosial memiliki peran penting untuk menunjang *school well-being* siswa di sekolah. Hubungan sosial termasuk hubungan siswa dengan siswa lainnya, hubungan siswa dengan guru dan staff sekolah, dan hubungan siswa dengan orang tua. Dukungan sosial yang diberikan oleh orang terdekat siswa berpengaruh terhadap proses pembelajaran siswa. Namun, sayangnya masih ada perilaku bullying yang terjadi di sekolah. Berdasarkan survei Kementerian Sosial Republik Indonesia, pada anak usia 12 hingga 17 tahun, setidaknya 84% di antaranya pernah mengalami bullying di sekolah (Maryam, 2018). Bullying memberikan dampak negatif bagi pelaku dan korban. Dampak terbesar dialami oleh korban bullying yang mengalami gangguan psikosomatik dan psikososial, mempengaruhi prestasi belajar dan tindakan bolos sekolah. Hal ini menunjukkan bahwa bullying sangat berbahaya dan harus segera diberantas.

Aspek berikutnya pemenuhan diri siswa di sekolah. Seluruh siswa mempunyai hak yang sama mendapatkan pengembangan potensi diri, hal tersebut tercantum dalam UU Perlindungan Anak No. 23 Tahun 2002 dalam pasal 9 ayat (1) yang menyebutkan bahwa setiap anak mempunyai hak yang sama dalam menerima pendidikan dan pengajaran untuk mengembangkan diri dan kecerdasan siswa sesuai minat dan bakatnya. Adapun contoh kegiatan yang berfokus pada pengembangan diri siswa adalah ekstrakurikuler. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Inriyani (2020) menyebutkan bahwa jika siswa aktif mengikuti kegiatan ekstrakurikuler akan ada peningkatan dalam semangat belajar siswa, siswa tersebut terlatih dan terampil dalam bersosialisasi, organisasi, pemecahan masalah yang sesuai dengan karakter ekstrakurikuler yang dipilih oleh siswa.

Aspek selanjutnya yang menjadi komponen penting dalam mewujudkan *school well-being* siswa . Siswa yang memiliki kesehatan yang baik secara fisik akan lebih berkonsentrasi dalam proses belajar sehingga memiliki dampak positif pada hasil belajar siswa. Salah satu bentuk usaha sekolah untuk menjaga kesehatan siswa di lingkungan sekolah dengan adanya sarana UKS (Unit Kesehatan Sekolah) UU No. 23 Tahun 1992 Pasal 45 menyebutkan bahwa UKS difungsikan untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam hidup sehat sehingga siswa mampu belajar tumbuh dan berkembang secara optimal dalam upaya menjadi manusia yang berkualitas. Dalam penelitian yang dilakukan Juniarti (2017) menunjukkan program UKS menjadi komponen sangat penting karena siswa sebagai kelompok khusus yang memerlukan perlindungan dari bahaya lingkungan. Kesehatan menjadi prioritas dalam proses belajar agar siswa dapat belajar secara efektif dan lebih maksimal sehingga mampu mewujudkan sumber daya manusia yang sehat dan cerdas di masa depan.

Situasi dalam pendidikan yang dilematis antara tuntutan belajar yang tidak seimbang dengan kemampuan atau sumber daya yang dimiliki membuat siswa tertekan secara psikologis sehingga rentan terkena *academic burnout*. Salah satu dampak dari kebijakan dalam sekolah yaitu siswa merasakan kejenuhan dalam belajar (*academic burnout*). Kejenuhan yang terjadi pada siswa dirasakan dalam bentuk rasa bosan, materi yang diberikan monoton, dan tidak atau kurang mempertimbangkan menggunakan media pembelajaran yang berupa video atau film, tugas yang banyak ditambah jam pembelajaran sekolah dari pagi hingga sore. Akhirnya dalam proses pembelajaran dapat mengakibatkan siswa mengalami *academic burnout* karena beban dan juga kejenuhan dalam belajar. *Academic burnout* diartikan sebagai perasaan lelah akibat tuntutan belajar, siswa memiliki sikap sinis terhadap tugas dalam bidang akademik, dan perasaan tidak kompeten sebagai pelajar (Schaufeli et al., 2002). Siswa yang mengalami *academic burnout* memiliki ciri-ciri yang ditandai sebagai gejala *academic burnout* seperti, kurang bersemangat, malas belajar, sinis, murung, tidak memiliki minat dan cenderung apatis dengan studi yang ditempuh, mudah marah, acuh tak acuh, dan pesimis.

Suranata (2014) menyatakan gejala *academic burnout* pada siswa berdasarkan beberapa aspek. Pertama, aspek kelelahan pada pikiran, ditandai dengan kesulitan dalam konsentrasi, memiliki rasa malas mengerjakan tugas akademik, dan mudah lupa dalam pelajaran. Kedua, aspek kelelahan emosional yang ditandai dengan perasaan mudah tersinggung, frustrasi, putus asa, tertekan, gelisah, apatis, terbebani oleh pelajaran, bosan, dan perasaan tidak ingin menolong. Ketiga, tidak mendapatkan hasil, ditandai dengan perasaan pencapaian akademik yang menurun. Berdasarkan hal tersebut, gejala *academic burnout* pada siswa dapat ditinjau dari beberapa dimensi, diantaranya kelelahan (*exhaustion*), depersonalisasi (*cynicism*), dan menurunnya keyakinan akademik (*reduced academic efficacy*)

Berdasarkan hasil penelitian Trisnawati (2020) yang dilakukan di SMP Negeri 2 Pedamaran menunjukkan persentase kejenuhan belajar menunjukkan sebanyak 40% siswa dalam kategori sangat tinggi, 45% siswa pada kategori tinggi, 10% siswa pada kategori sedang, 5% siswa pada kategori rendah. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Nafilasari (2019) menunjukkan adanya tingkat perbedaan *burnout* ditinjau dari sekolah yang menerapkan kebijakan *full day school* dan *non full day school*. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan hasil uji-t sebesar 77,7 untuk SMP Islam Terpadu At-Taqwa Surabaya yang menerapkan *full day school*, sebaliknya SMP Siti Aminah Surabaya yang tidak menerapkan *full day school* memiliki hasil uji-t sebesar 69,6. Hal ini membuktikan bahwa siswa *full day school* mengalami *burnout* lebih tinggi dibandingkan siswa *non full day school*. *Academic burnout* dapat muncul karena salah satu kegiatan yang tidak menarik serta pembelajaran dalam kelas yang monoton dan berulang-ulang (Aronaga, 1998) Selain disebabkan karena pembelajaran di sekolah yang monoton, beban akademik memberikan siswa untuk mengalami *academic burnout*. Beban akademik yang diberikan kepada siswa secara berlebihan memicu timbulnya *academic burnout* pada siswa (Jacobs & Dodd, 2003). Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan pada tanggal 4-6 Desember 2023 peneliti memperhatikan bahwa ada beberapa siswa yang tertidur di kelas saat pembelajaran berlangsung, beberapa siswa ada yang melanggar peraturan sekolah,

seperti tidak menggunakan atribut lengkap dan keluar kelas untuk ke kantin. Pada saat pembelajaran berlangsung ada beberapa siswa yang asik bermain sendiri tidak mendengarkan penjelasan dari guru. Para guru juga menegur siswa untuk belajar dengan baik, tetapi siswa mengabaikan perintah tersebut. Saat pergantian jam pelajaran siswa memanfaatkan waktu untuk pergi ke kantin dan siswa enggan untuk menunggu guru yang akan mengajar pelajaran selanjutnya. Terdapat beberapa siswa yang terlambat datang ke sekolah. Dari hasil pengamatan kantin yang dimiliki oleh sekolah terbatas hanya berjumlah satu ruangan dan sempit, sehingga saat berbelanja siswa menunggu antrian panjang untuk membeli makanan, selain itu ruangan lorong kelas yang lembab menimbulkan aroma yang aneh sehingga bisa mengganggu kenyamanan siswa. Ruang kelas untuk belajar siswa tidak dilengkapi dengan fasilitas penyejuk ruangan sehingga hal tersebut menciptakan suasana kelas yang kurang nyaman, siswa sering izin ke kamar mandi padahal siswa tidak izin ke kamar mandi hanya ingin mendapatkan udara yang segar. Berdasarkan hasil observasi yang ditemui peneliti, peneliti juga melakukan wawancara kepada pihak terkait agar dapat dibuktikan kebenarannya.

*“Gimana saya engga ketiduran mas di kelas, saya sekolah dari pagi sampai siang, istirahat ya cuman sebentar tok!, terus lanjut kegiatan pondok biasanya saya baru bisa tidur itu setelah kegiatan jam 12 malam, itupun saya belum mengerjakan tugas sama sekali, nanti jam 3 saya udah harus bangun sholat tahajud. Saya juga jenuh mas mau ikut kegiatan ekstrakurikuler, tetapi yang saya minati tidak ada. (Ag, Wawancara Personal, 6 Desember 2023)*

*“Saya bingung mas, temen-temen punya geng saya ndak punya geng. Makannya kadang saya bingung mau berteman dengan siapa, saya gak diajak sama temen sendiri. Saya lebih milih diem atau nangis saja.” (IF, Wawancara Personal, 6 Desember 2023)*

*“Saya malas mengerjakan tugas mas, orang tua saya juga gak marah. Kata orang tua saya wajar e mas nek kecapekan tidur aja. Makannya, saya tidur nanti juga selesai tugasnya atau kalau engga dikerjakan paling cuman kena marah dari bu guru. Saya kalau kebanyakan kegiatan jadinya kalau belajar kepala pusing makannya saya kadang tidur juga di kelas” (KO, Wawancara Personal, 6 Desember 2023)*

Hasil wawancara yang dilakukan oleh tiga siswa SMP Almaarif Malang pada tanggal 6 Desember 2023, siswa pertama menyampaikan jika dia juga pondok di area sekitar sekolah, menurut keterangan siswa tersebut memiliki kegiatan pondok biasanya hingga jam 12 malam. Setelah jam 12 malam siswa tersebut harus mengerjakan tugas sekolah untuk keesokan harinya di sekolah, sekitar jam 3 siswa tersebut harus mengikuti sholat tahajud dan selanjutnya hingga shubuh, siswa tersebut merasa bosan dan ingin ikut kegiatan ekstrakurikuler yang diminati, tetapi tidak ada di sekolah. Siswa kedua menyampaikan bahwa ia tidak memiliki teman karena teman di sekolahnya membuat kelompok pertemanan, siswa tersebut tidak memiliki kelompok pertemanan. Hal tersebut menunjukkan hubungan sosial antara siswa dengan siswa lainnya belum terlalu baik. Siswa ketiga pada saat wawancara menyatakan bahwa dia malas mengerjakan tugas, menurutnya tidak mengerjakan tugas tidak akan menjadi masalah, karena orang tua pernah menasehatinya untuk tidak terlalu memikirkan tugasnya jika lelah ya istirahat saja ditambah siswa tersebut sering merasa sakit kepala karena beraktifitas cukup padat di sekolah.

Selanjutnya, peneliti melakukan wawancara dengan guru bimbingan konseling mengenai beberapa masalah yang terjadi dalam siswa. Guru bimbingan konseling tersebut menyampaikan bahwa motivasi belajar siswa rendah, hal tersebut menurutnya dipengaruhi oleh gadget yang mereka miliki. Pada saat ujian berlangsung siswa bukannya belajar, tetapi melakukan aksi jaged di depan gadget menggunakan platform tiktok atau melakukan siaran langsung di platform instagram. Menurutnya, anak-anak cenderung bersikap seperti itu karena kurangnya perhatian dari orang tua. Orang tua murid memiliki kesibukan sendiri berangkat pagi hingga malam sehingga tidak ada waktu cukup untuk bercengkrama dengan siswa, apalagi siswa yang pondok sama sekali tidak mendapatkan perhatian orang tuanya. Guru bimbingan konseling SMP Almaarif 1 Singosari juga menyampaikan bahwa siswa yang mendapatkan arahan dan bimbingan orang tua terlihat berbeda dengan siswa yang dibiarkan oleh orang tuanya. Anak-anak yang pondok menjadi beban juga bagi saya kadang saya harus menjemput ke pondok pagi-pagi untuk membangunkan dan mengantarkan ke

pondok. Menurut guru bimbingan konseling lebih memilih untuk mengalah agar siswa bisa masuk kelas. Selain itu, sebagian siswa membuat kelompok-kelompok dalam bergaul, alhasil jika siswa tidak mempunyai kelompok akan dimusuhi atau dikucilkan dengan kelompok yang lebih dominan. Adapula siswa yang orang tuanya sering bertengkar dirumah dan bercerai sehingga harus diasuh oleh kakek atau nenek siswa tersebut.

Sejalan dengan hasil wawancara, menurut guru SMP Al Maarif 1 Singosari siswa mengalami kejenuhan dalam belajar diimbangi dengan beberapa faktor lainnya, seperti latar belakang orang tua yang tidak memperdulikan pendidikan sang anak, kegiatan siswa yang padat di sekolah dan pondok, dan banyaknya peraturan yang harus diikuti siswa, sehingga memicu turunnya motivasi untuk sekolah ditambah dengan hubungan antara orang tua dengan siswa yang jarang bertemu, hubungan antara siswa dengan siswa lainnya yang masih berkubu-kubu dan kurang membaur, tidak adanya wadah untuk mengasah minat bakat siswa karena sekolah hanya berfokus pada bidang akademik dan kajian islam saja, dan fasilitas sekolah yang kurang menunjang, seperti tidak adanya penyejuk ruangan, kantin yang terbatas, lingkungan sekolah yang lembab menimbulkan aroma yang membuat tidak nyaman.

Kejenuhan yang berkepanjangan membuat *school well-being* terganggu karena tuntutan pembelajaran yang berat, padahal dengan terciptanya *school well-being* dapat membentuk kondisi dalam lingkungan belajar lebih kondusif dan memaksimalkan tercapainya tujuan pembelajaran. Konsep *school well-being* dapat dijadikan acuan oleh pihak sekolah untuk mengetahui hal-hal apa saja yang dapat membuat siswa senang menerima pembelajaran di kelas dan merasa sejahtera pada saat di sekolah. Konu dan Rimpela (2002) mengungkapkan bahwa *school well-being* terjadi karena dipengaruhi oleh lingkungan sekitar, lingkungan keluarga, dan organisasi atau komunitas tempat siswa berada. Lingkungan sekitar adalah pergaulan teman sebaya yang menentukan perilaku siswa saat di sekolah .



Lingkungan sekolah juga menjadi faktor penting karena sekolah sebagai tempat siswa sebagai penunjang untuk menuntut ilmu. Sekolah menjadi tempat bagi siswa membentuk dan menanakan nilai-nilai karakter. Diharapkan siswa mampu memperoleh dan mancapai kepuasan di sekolah dengan hal tersebut mampu meminimalisir *academic burnout* pada siswa yang ditunjukkan dengan siswa malas belajar, malas mengerjakan tugas, merokok, siswa sering datang terlambat di sekolah dan menjadi masalah bagi guru dan sekolah selama ini. Siswa yang tidak memperoleh kenyamanan dan kesejahteraan di sekolah memiliki potensi melakukan perilaku negatif, seperti membolos, tidur di dalam kelas, tidak mengikuti kelas dengan sengaja, dan merokok di sekolah (Nidianti dan Desiningrum, 2015)

## **B. Batasan Masalah**

Dalam penelitian diperlukan batasan masalah sehingga dalam proses penelitian akan lebih terfokus, terarah, dan efektif. Penelitian akan lebih baik dan menjawab permasalahan secara tepat dan efisien. Penelitian ini difokuskan untuk mengetahui lebih lanjut pengaruh *academic burnout* terhadap *school well-being* siswa. Fokus subjek penelitian diperoleh dari siswa aktif SMP Al Maarif 1 Singosari Malang mulai dari kelas 7, 8, dan 9.

## **C. Rumusan Masalah**

1. Bagaimana tingkat *academic burnout* pada siswa SMP Al Maarif Singosari
2. Bagaimana tingkat *school well-being* pada siswa SMP AL Maarif Singosari
3. Bagaimana pengaruh *academic burnout* terhadap *schooll well-being* siswa SMP AL Maarif Singosari

#### **D. Tujuan Penelitian**

1. Untuk mengetahui tingkat *academic burnout* pada siswa SMP Al Maarif Singosari
4. Untuk mengetahui tingkat *school well-being* pada siswa SMP AL Maarif Singosari
5. Untuk mengetahui pengaruh *academic burnout* terhadap *school well-being* siswa SMP AL Maarif Singosari

#### **E. Manfaat penelitian**

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat dalam keilmuan baik secara teoritis dan praktis.

- a) Secara teoritis, penelitian ini diharapkan mampu menjadi sumber informasi, referensi pengetahuan, dan pengembangan keilmuan psikologi bagi peneliti selanjutnya yang melakukan penelitian berkaitan dengan *academic burnout* siswa terhadap *school well-being* dengan subjek dan kajian psikologi yang berbeda
- b) Secara praktis, penelitian ini diharapkan mampu menjadi referensi bagi pegawai, guru, dan siswa mengetahui gejala-gejala *academic burnout* sebagai tindakan preventif kepada siswa agar tidak berlarut mengalami *academic burnout*. Bagi siswa untuk meningkatkan motivasi belajar dan menghindari *academic burnout* pada saat sedang belajar di sekolah.

## BAB II

### KAJIAN TEORI

#### *A. School Well-Being*

##### **1. Definisi *School Well-Being***

Konsep *school well-being* dari penelitian Konu dan Rimpela (2002) didasarkan pada teori Well-being oleh Allardt. Teori ini yang kemudian dikembangkan agar sesuai dengan sistem sekolah. Dalam konsep *well-being* yang dipaparkan oleh Allardt, ia menjelaskan bahwa terdapat tiga kebutuhan yaitu *having* yang berlandaskan dari kondisi material dan kebutuhan interpersonal dalam pandangan yang luas, *Loving* yang meliputi kebutuhan untuk berhubungan antara satu sama lainnya dan membentuk identitas sosial, *being* meliputi kebutuhan-kebutuhan dari individu untuk mengembangkan dirinya. Teori *school well-being* yang dicetuskan oleh Aladrt, kemudian dikembangkan oleh Konu dan Rimpela (2002) menambahkan satu kategori dalam well being yaitu health. Sehingga dalam konsep scholl well being memiliki empat aspek antara lain, *having*, *loving*, *being* dan *health*. *school well-being* merupakan kondisi atau keadaan pada seseorang dapat memuaskan kebutuhan dasarnya di lingkungan pendidikan. *school well-being* dapat terpenuhinya kebutuhan dasar peserta didik di lingkungan sekolah yang meliputi *having*, *loving*, *being*, dan *health*.

##### **2. Aspek-Aspek *School Well-Being***

Menurut Konu dan Rimpela (2002) menguraikan konsel *school well-being* menjadi empat aspek antara lain:

###### a. Kondisi Sekolah

Kondisi lingkungan sekolah termasuk lingkungan fisik dalam kelas, meliputi tempat yang nyaman, aman, ventilasi udara dalam ruang kelas yang

baik, suhu udara di kelas, dan kondisi sekolah yang jauh dari kebisingan. Aspek berikutnya berkaitan dengan lingkungan dalam belajar, seperti jadwal pelajaran, buku pembelajaran, kurikulum, peraturan dan sanksi yang diterapkan di sekolah. Aspek ketiga berkaitan dengan layanan yang diberikan kepada peserta didik, seperti ruang perpustakaan yang mendukung sarana belajar siswa, lapangan sekolah, pelayanan unit kesehatan sekolah, ruang bimbingan dan konseling, dan sarana kantin di sekolah.

#### b. Hubungan Sosial

Hubungan sosial dalam konteks ini mengacu pada hubungan peserta didik dengan lingkungan sosialnya, hubungan antara peserta didik dengan guru, peserta didik dengan peserta didik lainnya, dinamika kelompok diantara peserta didik, kerjasama antara wali murid dan sekolah, pengambilan keputusan di sekolah dan dinamika organisasi di sekolah. Penelitian yang dilakukan (Hidayah, 2016) menyebutkan bahwa hubungan sekolah yang baik dan suasana yang kondusif mampu meningkatkan kapasitas peserta didik pada lingkungan sosial yang mampu meningkatkan *school well-being* siswa (Hidayah, 2016)

#### c. Pemenuhan diri

Pemenuhan diri dapat ditinjau dengan cara sekolah untuk memenuhi kebutuhan dari peserta didik. Setiap siswa dianggap sebagai anggota sekolah yang memiliki peran penting, hal ini memungkinkan peserta didik berpartisipasi dalam pengambilan keputusan yang mempengaruhi sekolahnya dan aspek lain kehidupan di dalam sekolah tentang dirinya sendiri. Memiliki kesempatan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan terutama menekankan dalam bidang minat peserta didik pada kemampuannya sendiri. Pengalaman belajar yang positif berperan penting meningkatkan pemenuhan diri dari peserta didik.

d. Status kesehatan

Kesehatan pada konsep *school well-being* diartikan tidak adanya peserta didik yang menderita suatu penyakit, baik dari gejala fisik atau mental, penyakit flu, demam, penyakit kronis dan lainnya. Menurut Alladrt kesehatan menjadi bagian penting dalam well-being. Kesehatan dapat terlihat apabila peserta didik tidak memiliki disease dan illness. Disease adalah jenis kelainan tertentu yang terjadi pada bagian tubuh manusia. Illness merupakan perasaan yang dialami orang. Seseorang tidak bisa sakit tanpa merasakannya, tetapi seseorang juga dapat sakit tanpa merasakannya. Status kesehatan terdiri dari gejala mental dan fisik, pilek, penyakit kronis dan jenis penyakit lainnya (Konu dan Rimpela, 2002)

### 3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *School Well-Being*

Faktor yang mempengaruhi *school well-being* menurut Keyes dan Waterman (2008) pada konteks siswa sekolah sebagai berikut:

a. Hubungan sosial

Menurut Myres hubungan yang dekat antara keluarga, teman, atau lainnya memiliki peranan penting untuk kebermaknaan dan kebahagiaan hidup (Setyawan & Dewi, 2015). Konu dan Rimplena (2002) menyatakan bahwa hubungan sosial pada siswa dengan guru memiliki peranan yang penting dalam kesejahteraan di sekolah. Menurut O'Brien hubungan keluarga yang baik memiliki peranan penting pada well-being seseorang pada tahap perkembangan.

b. Teman dan Waktu luang

Hasil penelitian yang dilakukan Wijayanti dan Sulistiobudi mendapatkan bahwa hubungan pertemanan sebaya murid sekolah dasar berlangsung dengan terbuka, siswa yang mempunyai banyak teman dan melakukan aktivitas bermain bersama akan mengurangi munculnya sifat negatif terhadap situasi di Sekolah. Hal ini berlaku sebaliknya, apabila siswa

merasa terabaikan, tidak mempunyai teman, tidak bersosialisasi dengan lainnya dan tidak banyak melakukan aktivitas bermain dengan teman sebaya maka memicu timbulnya perasaan sedih dan sulit (Puspita, *et. al.*, 2018)

c. *Volunteering*

Dalam penelitian Setyawan dan Dewi (2015) mengungkap bahwa partisipasi sosial pada siswa mampu meningkatkan kebutuhan pemenuhan diri "*self focused needs*". Partisipasi yang dimaksudkan dalam kegiatan bermakna dan berkaitan dengan tingginya kepuasan hidup di kalangan remaja (Setyawan & Dewi, 2015) Kepuasan diri yang dirasakan siswa dapat diperoleh melalui partisipasinya dalam kegiatan yang ada di sekolah, hal tersebut mampu meningkatkan tanggungjawab, ikatan pertemanan, dan jiwa sosial yang tinggi.

d. Karakteristik Kepribadian

Menurut Setyahadi dan Yanuvianti siswa dengan karakter ekstrasverti senang berpartisipasi aktif dalam kegiatan menimbulkan perasaan positif. Hal tersebut juga terlihat pada siswa yang memiliki *well-being* tinggi, siswa dengan *well being* tinggi bersikap aktif dalam aktivitas yang diadakan sekolah, seperti kegiatan ekstrakurikuler, seminar, dan acara terbuka di lingkungan sekolah. Hal ini juga berlaku sebaliknya, apabila siswa memiliki karakteristik neurotis akan lebih pasif dalam kegiatan, hal tersebut sesuai dengan hasil siswa yang memiliki *well-being* rendah

e. Tujuan dan aspirasi

Tujuan yang dimiliki individu sebagai acuan arah membuat mereka bergerak sesuai target, sehingga mereka mampu mencapai tujuannya. Selain hal tersebut, penghargaan yang diperoleh saat di sekolah mampu meningkatkan kepuasan mereka terhadap kehidupan sekolah. Setyawan dan dewi mengungkapkan bahwa kesuksesan seseorang dalam mencapai tujuan dan aspirasi yang dimiliki mampu meningkatkan *well-being* dari seseorang (Setyawan dan Dewi, 2015)

## ***B. Academic Burnout***

### **1. Definisi *Academic Burnout***

Menurut Maslach & Leiter 1997 mengungkapkan bahwa burnout adalah reaksi emosi negatif terhadap tekanan dalam pekerjaan secara berkepanjangan karena emosi positif yang terus berkurang sampai pada titik individu tidak lagi mempunyai kekuatan untuk mengimbangi emosi negatif, segala sesuatu yang terjadi dinilai secara negatif diiringi rasa ketidakpercayaan. Menurut Primita dan Wulandari (2014) burnout merupakan keadaan yang dipenuhi rasa kelelahan fisik, mental, dan emosional serta rendahnya penghargaan diri yang mengakibatkan banyak energi terbuang dan memicu menurunnya tingkat motivasi pada diri individu. Khairani & Ifdil (2015) menjelaskan bahwa burnout adalah kondisi seseorang yang merasa lelah dan jenuh secara fisik dan emosional, hal tersebut disebabkan karena intensitas pekerjaan yang keras dan kaku untuk menuntut hasil yang sesuai dengan harapan. Menurut pendapat burke (Satriyo&Survival, 2014) menjelaskan bahwa burnout merupakan proses psikologis yang terjadi karena stres pekerjaan yang tidak terselesaikan akibatnya menimbulkan kelelahan emosional, perubahan kepribadian, dan muncul perasaan pencapaian yang menurun. Pendapat lain dikemukakan oleh Muna (2013) menjelaskan bahwa *academic burnout* atau kejenuhan belajar merupakan kondisi mental seseorang yang mengalami kebosanan yang amat sangat untuk melakukan kegiatan belajar, oleh sebab itu membuat motivasi belajar siswa menurun dan prestasi belajar menurun. Berdasarkan pemaparan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa *academic burnout* merupakan kondisi seseorang siswa mengalami suatu kelelahan secara fisik atau emosional, hal tersebut menyebabkan suatu sikap ketidakpedulian terhadap tugas akademik dan berdampak kepara menurunnya keinginan siswa untuk berprestasi. Kelelahan yang timbul disebabkan karena adanya banyaknya aktivitas dan kegiatan di lingkungan akademik, serta tuntutan dalam tugas akademik.

## **2. Dimensi *Academic Burnout***

Berdasarkan Maslach, Schaufeli, & Leiter (2001) menjelaskan terdapat tiga dimensi burnout, antara lain *exhaustion*, *depersonalization*, dan *reduced personal accomplishment*. Berikut penjelasannya;

### **a. *Exhaustion***

*Exhaustion* atau kelelahan merupakan reaksi awal terhadap stres karena tuntutan pekerjaan. Pada saat individu merasa kelelahan, mereka akan merasakan hal-hal lain secara berlebihan, baik fisik, mental hingga emosional. Reaksi yang timbul secara fisik dapat berupa sakit kepala, flu, insomnia, dan lainnya. Tanda reaksi secara mental berupa individu merasa tidak berharga, tidak memiliki rasa bahagia, merasa gagal, dan lain-lain.

### **b. *Depersonalization***

Depersonalisasi atau sikap sinis serta menarik diri dari lingkungan. Jika individu merasa sinis, mereka akan mengambil sikap dingin dan menjauh dari pekerjaan serta orang-orang yang ada di sekitarnya, sehingga meminimalisir keterlibat mereka di lingkungan sekitar. Depersonalisasi adalah upaya seseorang untuk melindungi diri dari kekecewaan dan kelelahan. Orang-orang akan merasa tenang dan aman jika mengabaikan terutama ketika masa depan yang tidak pasti atau menganggap hal-hal lain tidak akan berhasil.

### **c. *Reduced personal accomplishment***

Penurunan pencapaian seorang individu yang berhubungan dengan turunnya kompetensi diri, motivasi kerja, dan produktivitas kerja. Hal tersebut terjadi karena individu mempunyai sikap yang rendah untuk memberikan penghargaan pada diri sendiri, serta memiliki rasa kurang yakin dan percaya kepada diri sendiri.



Sementara Schaufeli et al (2002) yang mengembangkan alat ukur Maslach Burnout Inventory Student Survey (MBI-SS) untuk menilai sindrom *academic burnout* pada kalangan siswa. Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS) mengukur burnout melalui tiga dimensi, antara lain

**a. *Exhaustion***

*Exhaustion* mengarah pada rasa kelelahan akibat tuntutan studi (Schaufeli & Hu 2009). Saat siswa merasa kelelahan, mereka akan merasakan hal lainnya secara berlebihan, baik secara fisik, mental, serta emosional. Kelelahan fisik pada siswa memiliki ciri-ciri, sakit kepala, mual-mual, ketegangan otot punggung, flu, insomnia, diare, dan lain-lain. Kelelahan mental pada siswa ditunjukkan dengan merasa tidak bahagia, merasa gagal, tidak berharga, dan lain-lain. Kelelahan emosional siswa ditunjukkan dengan perasaan gelisah, sedih, tertekan, merasa terbebani karena aktivitas akademik, dan lain-lain. Kelelahan yang terjadi pada siswa mengakibatkan mereka kekurangan energi untuk menghadapi tugas akademik maupun orang-orang yang ada di sekitarnya.

**b. *Cynicism***

*Cynicism* adalah perilaku sinis atau berjarak terhadap studi (Schaufeli & Hu 2009). Saat siswa merasa sinis, mereka akan mengambil sikap dingin dan menghindari dari pekerjaan serta orang-orang yang ada di sekitarnya sehingga meminimalisir keterlibatan mereka di lingkungannya. Sikap sinis pada siswa sering ditunjukkan dengan bentuk sikap acuh tak acuh dan malas belajar. Perilaku negatif tersebut dapat memberikan efek yang serius pada kinerja siswa.

**c. *Reduced Academic Efficacy***

*Reduced Academic Efficacy* yaitu menurunnya rasa keyakinan akademik karena menurunnya kompetensi, produktivitas diri, dan motivasi (Maslach, Schaufeli & Leiter, 2001). Siswa yang mengalami penurunan keyakinan akademik akan merasa tidak memiliki kompetensi, hal tersebut menyebabkan mereka tidak puas pada diri sendiri, pekerjaan dan kehidupan.

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

Menurut Leiter dan Maslach (2001) beberapa hal yang mempengaruhi *burnout* antara lain sebagai berikut:

#### **1. Beban Kerja (*Workload*)**

Beban kerja yang berlebihan membuat individu bekerja secara ekstra dan kehabisan energi. *Workload* dapat berupa banyaknya tugas perkuliahan yang dikerjakan dan disiapkan dalam waktu yang singkat, seperti menyusun tugas makalah, mempersiapkan ujian, dan membuat materi presentasi

#### **2. Kontrol kerja yang kurang (*Lack of Work Control*)**

Individu yang mempunyai kontrol yang kurang baik dalam mengerjakan suatu pekerjaan dan individu yang mengalami kewalahan dengan tanggungjawab mereka dapat mengalami krisis pada pengendalian beban kerja.

#### **3. Penghargaan untuk pekerjaan yang sudah di kerjakan (*Rewarded for Work*)**

Tidak adanya apresiasi atau imbalan yang sesuai dengan pekerjaan yang sudah dikerjakan dapat mengakibatkan dampak ketidakcocokan dalam bekerja. Misalnya, tidak ada pemberian apresiasi dari guru dan orang tua atas capaian akademik yang didapatkan siswa.

#### **4. Komunitas (*Community*)**

Individu kehilangan rasa hubungan positif dengan individu yang lain di tempat kerja. Hubungan menjadi hal yang penting dalam pengembangan diri dan membangun nilai berama. Jika ada hal berupa konflik yang berat dan belum terselesaikan diantara satu dengan yang lain, maka hal tersebut memicu perasaan frustrasi, permusuhan mengurangi dukungan sosial, seperti siswa memiliki hubungan tidak baik dengan teman sekelas. Alhasil, memicu timbulnya rasa kurang nyaman saat menjalankan perkuliahan

## **5. Keadilan (*Fairness*)**

Individu merasa diperlakukan tidak adil. Adil yang dimaksud dalam hal ini menghargai dan menerima perbedaan antara satu dengan yang lain. Keadilan yang terjadi mampu memperburuk burnout pada dua hal, yaitu: pertama, perlakuan tidak adil secara emosional yang menjengkelkan dan melelahkan dan kedua, ketidakadilan yang menimbulkan rasa sinisme pada lingkungan sekolah.

## **6. Nilai (*Value*)**

Ketidakcocokan pada nilai-nilai yang dianut oleh individu. Hal ini dapat berupa ketidakcocokan aspirasi pribadi dengan nilai-nilai yang ada di lingkungan. Dalam hal sekolah dapat berupa ketidaksesuaian nilai siswa dengan tuntutan sekolah.

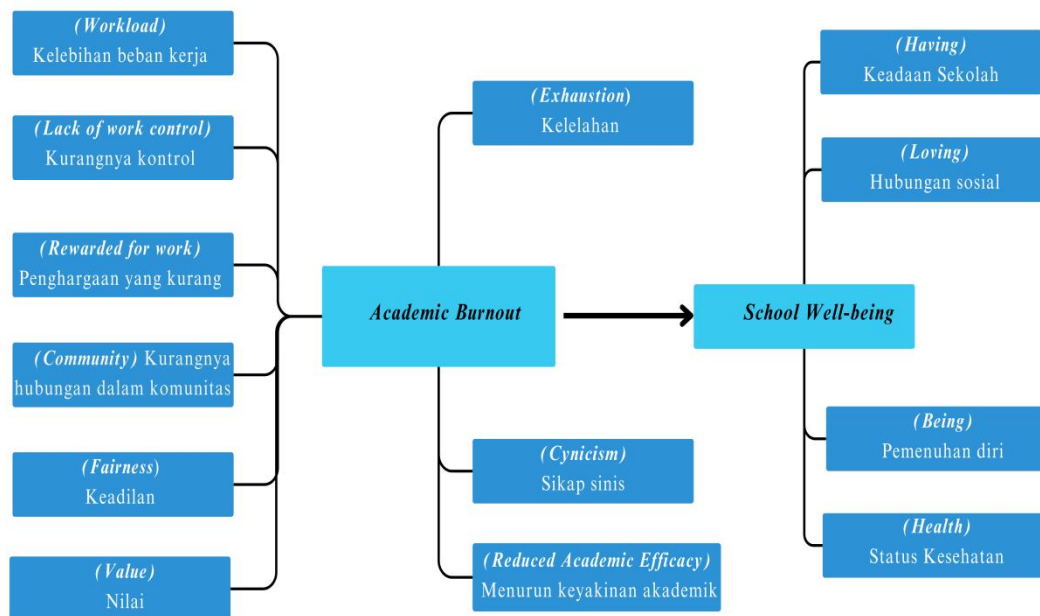
## **B. Pengaruh *Academic Burnout* dan *School Well-Being***

*Academic burnout* adalah *academic burnout* (stres akademik) adalah gangguan psikologi pada siswa akibat tingginya tuntutan akademik dan rasa ketidakmampuan siswa menerima tugas-tugas akademik yang ditandai dengan kelelahan emosi, fisik, menurunnya keyakinan akademik, dan sinisme. Sedangkan, *school well-being* merupakan kondisi atau keadaan pada seseorang dapat memuaskan kebutuhan dasarnya di lingkungan pendidikan.

*Academic burnout* yang disebabkan oleh adanya tuntutan akademik mempengaruhi kesejahteraan psikologi siswa. *academic burnout* sebagai suatu permasalahan psikologis yang dialami siswa di sekolah akibat tingginya tuntutan akademik dengan ciri-ciri kelelahan fisik dan psikis, sikap siswa menganggap remeh tugas-tugas studi akademik, dan siswa merasa tidak berkompeten (Schaufeli et. al., 2002). Hal tersebut memicu timbul hilangnya ketertarikan terhadap akademik dan tidak tertarik pada kegiatan akademik (Koropets et al., 2019).

*School well-being* yang baik di sekolah mampu mendukung proses pembelajaran siswa, adanya relasi sosial yang positif, pemenuhan diri siswa yang tercukupi, dan status kesehatan siswa yang berdampak pada kenyamanan dan keamanan siswa dalam belajar, kondisi ruangan belajar yang kondusif, dan siswa merasa diperhatikan kebutuhan dan kesejahteraan psikologinya. Sejalan dengan itu *school well-being* yang tinggi berperan tinggi dalam proses pembelajaran, sehingga siswa merasa semangat untuk mencapai tujuannya, bertanggung jawab dan menyukai tantangan untuk meningkatkan kemampuannya.

### C. Kerangka Berpikir



#### **D. Hipotesis Penelitian**

Ha: Terdapat pengaruh yang signifikan antara *academic burnout* terhadap *school well-being* pada siswa SMP AL Maarif Malang. Hal ini berarti *academic burnout* mempengaruhi *school well-being* siswa.

Ho: Tidak ada pengaruh yang signifikan antara *academic burnout* terhadap *school well-being* pada siswa SMP AL Maarif Malang. Hal ini tingginya *academic burnout* tidak mempengaruhi *school well-being* siswa.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Desain Penelitian**

Penelitian kuantitatif adalah metode yang berbasis filsafat positivisme dipergunakan dalam penelitian populasi atau sampel, data yang dikumpulkan menggunakan instrumen penelitian dan analisa data yang digunakan bersifat kuantitatif atau statistik yang memiliki tujuan untuk menguji hipotesis (Sugiyono, 2016). Apabila dikaji lebih mendalam sesuai dengan jenis permasalahan yang diteliti, maka penelitian ini dapat digolongkan sebagai penelitian korelasional. Penelitian korelasi bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan atau pengaruh antara dua variabel atau lebih. Penelitian ini menggunakan desain penelitian korelasional dengan menggunakan rumus Regresi Linier Sederhana (Arikunto, 2006).

#### **B. Variabel Penelitian**

Dalam penelitian kuantitatif terdiri dari dua atau lebih variabel penelitian. Terdapat dua variabel dalam penelitian ini. Variabel pertama, variabel bebas yaitu variabel yang mempengaruhi variabel lainnya. Variabel kedua, variabel terikat yaitu variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas. Berikut variabel dalam penelitian ini:

1. Variabel Bebas (X) : *academic burnout*
2. Variabel Terikat (Y) : *school well-being*

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

Definisi operasional adalah definisi tentang variabel yang disusun berdasarkan karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati (Azwar, 2007). Definisi operasional dalam penelitian sebagai berikut:

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

Definisi *academic burnout* dapat diartikan sebagai Kondisi kelelahan siswa yang disebabkan oleh beban tugas sekolah dengan ciri-ciri siswa merasa kelelahan emosional, menunjukkan sikap acuh tak acuh dengan pelajaran di sekolah, dan perasaan prestasi individu yang rendah karena terlibat dalam kondisi beban emosional dalam jangka panjang. *academic burnout* dapat terjadi karena aspek kelelahan atau kejenuhan belajar, skeptisisme, dan penurunan kepercayaan diri terhadap akademik siswa (Schaufeli et al, 2002). Kelelahan atau Kejenuhan belajar yang ditimbulkan dari beban tugas akademik yang tinggi. Sikap acuh tak acuh terhadap pendidikan dan menurunnya minat belajar siswa. Penurunan kepercayaan diri menunjukkan siswa merasa tidak memiliki kemampuan diri dalam belajar.

## ***2. School Well-Being***

Definisi *school well-being* adalah keadaan seseorang yang dapat memenuhi hal dasar tentang kebutuhannya di lingkungan pendidikan. Aspek dalam *school well-being* meliputi kondisi sekolah, hubungan sosial, pemenuhan diri, dan status kesehatan (Konu & Rimpela, 2003). Kondisi sekolah memiliki arti kondisi fasilitas penunjang di sekitar sekolah yang mencakup fasilitas belajar di kelas, materi belajar siswa, dan pelayanan yang diberikan sekolah. Hubungan sosial diartikan hubungan siswa dengan lingkungan sosial yang termasuk interaksi siswa dengan guru, interaksi siswa dengan siswa lainnya, dan dinamika kelompok antar siswa. Pemenuhan diri diartikan bagaimana cara sekolah memfasilitasi kebutuhan dalam meningkatkan minat dan bakat siswa. Status kesehatan ditinjau dari siswa yang tidak memiliki riwayat penyakit baik fisik dan mental.

## **Populasi , Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel**

### **1. Populasi dan Sampel Penelitian**

Populasi adalah jumlah keseluruhan subhek dalam sebuah penelitian yang akan diteliti atau dipelajari (Sugiyono, 2018). Sedangkan sampel adalah karakteristik dan bagian yang dimiliki oleh populasinya (Sugiyono, 2018). Dalam penelitian ini populasinya adalah siswa SMP Al Maarif Singosari yang berjumlah 470 siswa per tanggal 6 desember 2023.

### **2. Teknik Pengambilan Sampel**

Dalam penelitian ini menggunakan metode non probability sampling dengan teknik *purposive sampling*. Metode *non probability sampling* dapat diartikan setiap individu yang ada di dalam populasi belum tentu secara keseluruhan menjadi subjek penelitian, pemilihan berdasarkan kriteria subjektif yang terpilih akan menjadi sampel penelitian (Sugiyono, 2018). *Purposive sampling* dalam Sugiyono (2018) diartikan sebahai teknik pengambilan sampel dengan membuat penilaian tersendiri terhadap populasi yang memenuhi kriteria tertentu sesuai dengan topik penelitian. Kriteria dalam penelitian ini ialah, siswa aktif SMP Almaarif 01 Singosari, siswa mengalami gejala kejenuhan belajar, dan siswa yang merasa kehilangan motivasi belajar.

## **D. Pengumpulan Data**

### **1. Teknik Pengumpulan Data**

Dalam penelitian ini menggunakan skala yang spesifik untuk variabel yang digunakan. Model alat ukur yang digunakan untuk pengumpulan data berupa model skala likert. Sugiyono (2016) memaparkan bahwa jawaban dalam item instrumen yang menggunakan model skala likert memiliki gradasi dari sangat positif sampai sangat negatif. Berdasarkan hal tersebut, pernyataan-pernyataan pada instrumen disajikan dalam dua arah favorable dan unfavorable. Pada aitem



favorable nilai tertinggi ada pada pilihan jawaban yang mendukung aspek. Sebaliknya item unfavorable nilai tertingginya ada pada pilihan jawaban yang sangat tidak mendukung aspek. Dalam penelitian ini terdapat lima kategori yaitu sebagai berikut;

**Tabel 3. 1 Skala Likert**

Pilihan pernyataan	Favourable (F)
Sangat Sesuai	5
Sesuai	4
Kurang Sesuai	3
Tidak Sesuai	2
Sangat Tidak Sesuai	1

## 2. Instrumen Pengumpulan Data

### a. Skala *Academic Burnout*

Skala *academic burnout* menggunakan skala dari *Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS)* yang dikembangkan oleh Schaufeli et al. (2002). Skala MBI-SS mengukur *academic burnout* melalui tiga dimensi yaitu *exhaustion*, *cynicism*, dan *reduced academic efficacy*. MBI-SS terdiri dari 15 item pernyataan, dengan rincian 5 item pada dimensi *exhaustion*, 4 item pada dimensi *cynicism*, dan 6 item pada dimensi *reduced academic efficacy*. Koefisien reliabilitas *Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS)* untuk masing-masing skor subskala yaitu 0,85 untuk *exhaustion*, 0,78 untuk *cynicism*, dan 0,73 untuk *academic efficacy*. Adapun *blueprint* skala *academic burnout* yang disusun berdasarkan indikator variabel dapat dilihat pada tabel berikut :

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

Variabel	Indikator	Item	Jumlah item
<i>academic burnout</i>	<i>Exhaustion</i> (Kelelahan akibat tuntutan studi)	1,4,7,10,13	5
	<i>Cynicism</i> (Sikap sinis atau berjarak terhadap studi)	2, 5, 11, 14	4
	<i>Reduced academic efficacy</i> (Menurunnya keyakinan akademik)	3, 6, 8, 9, 12, 15	6
<b>Total</b>		<b>15</b>	<b>15</b>

## b. Skala *School Well-Being*

Skala *school well-being* menggunakan skala yang dilakukan oleh penelitian (Putrizaen, 2021). Skala penelitian ini mengukur *school well-being* melalui empat aspek antara lain, keadaan sekolah (*having*), hubungan sosial (*loving*), pemenuhan diri (*being*), dan status kesehatan (*health*). Skala *school well-being* terdiri dari 31 aitem pernyataan, dengan rincian aitem aspek keadaan sekolah (*having*) sebanyak 9 aitem, aitem aspek hubungan sosial (*loving*) sebanyak 9 aitem, aitem aspek pemenuhan diri (*being*) sebanyak 6 aitem, dan aitem aspek status kesehatan (*health*) sebanyak 7 aitem.

**Tabel 3. 3 Blueprint Skala *School Well-Being***

Aspek	Indikator	Item	Jumlah Item
Keadaan Sekolah ( <i>Having</i> )	Lingkungan fisik di kelas maupun lingkungan sekolah	1, 20, 21	3
	Lingkungan belajar	2, 11, 22	3
	Layanan untuk peserta didik	3, 23, 24	3
Hubungan Sosial ( <i>Loving</i> )	Hubungan siswa dengan guru	4, 12, 17	3
	Hubungan siswa dengan siswa lainnya	5, 13, 25	3
	Hubungan sekolah dengan rumah	6, 26, 31	3
Pemenuhan Diri ( <i>Being</i> )	Pemenuhan sarana untuk kebutuhan peserta didik	7, 28, 27	3
	Keterlibatan peserta didik	8, 14, 18	3
Status kesehatan ( <i>Health</i> )	Penyakit Fisik	9, 15, 19	3
	Penyakit Dalam	10, 16, 29, 30	4
<b>Total</b>		<b>31</b>	<b>31</b>

## E. Validitas dan Reliabilitas

### 1. Validitas

Validitas merupakan sebuah konsep yang digunakan untuk mengukur sejauh mana sebuah alat tes mampu mengukur skala yang akan diukur (Azwar, 2011).

Alat ukur dapat dikatakan valid apabila dapat mengukur secara tepat dan akurat variabel yang diukur. Uji validitas akan mengevaluasi sejauh mana alat ukur dapat mengukur variabel yang akan digunakan secara akurat. Uji validitas ini memiliki fungsi untuk mengetahui apakah skala yang dibagikan kepada responden untuk mengukur sebuah variabel sudah tepat. Penelitian ini menggunakan software SPSS dengan rumus korelasi *product-moment* Pearson dengan rumus sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N\sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N\sum X^2 - (\sum X)^2\}\{N\sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan:

$r_{xy}$  = Koefisien korelasi

N = Jumlah Subjek

$\sum X$  = Jumlah skor item

$\sum Y$  = Jumlah skor total

Untuk melihat korelasi antar dua variable yang dikorelasikan maka perlu melihat variable xy. Variabel ini berarti tiga artian yang meliputi tidak adanya korelasi, arah korelasi, dan besarnya korelasi. Penelitian ini bisa dikatakan valid bila koefisien validitasnya bernilai lebih dari 0,30 (Azwar, 2009). Jika didapatkan nilai probabilitas (P) < 0,05 pada korelasi antar satu item dengan total skor salah satu faktor, maka bisa dikategorikan signifikan dan item yang digunakan valid. Sebaliknya, apabila korelasi antar satu item dengan total skor salah satu faktor memiliki nilai probabilitas (P) > 0,05 maka item dikatakan tidak valid.

## 2. Reliabilitas

Sebuah hasil pengukuran data baru dapat dipercaya bila indeks alat ukur ukur tersebut dinilai reliabel. Ketepatan dan kebergunaan alat ukur dapat ditinjau melalui tingkat konsistensi yang tinggi bila alat ukur tersebut di uji pada kelompok subjek yang sama dengan aspek yang sama pula (Azwar, 2009). Rumus yang

digunakan untuk mengukur koefisien reliabilitas adalah rumus *alpha*, sebagai berikut:

$$a = \left[ \frac{n}{n-1} \right] \left[ 1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_t^2} \right]$$

Keterangan:

$a$  = Reabilitas

$n$  = Banyaknya item

$\sum \sigma_b^2$  = Varians skor tiap-tiap item

$\sigma_t^2$  = Varians skor total

Dalam penerapannya, reliabilitas dinyatakan dengan koefisien reliabilitas ( $a$ ) yang berkisar antara 0 hingga 1,00. Koefisien reliabilitas yang semakin tinggi mendekati 1,00 menunjukkan tingkat reliabilitas yang semakin tinggi, sedangkan koefisien reliabilitas yang semakin rendah mendekati 0 menunjukkan tingkat reliabilitas yang semakin rendah (Azwar, 2009).

### **3. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas**

#### **a. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala *Academic Burnout***

Berdasarkan data hasil uji validitas dan reliabilitas skala *academic burnout* menunjukkan terdapat 15 dari seluruh aitem yang dapat dibuktikan valid. Uji validitas dalam penelitian ini menggunakan uji validitas pearson. R-hitung akan dibandingkan dengan r-tabel. Dengan jumlah sampel sebanyak  $n= 70$  dengan nilai signifikansi 5% maka dapat ditentukan nilai r-tabel yang digunakan yaitu 0,235. Bila r-hitung lebih besar dari pada 0,235 maka item dapat dikatakan valid. Sebaran hasil uji validitas didapatkan sebagai berikut:

**Tabel 3. 4 Hasil Uji Validitas Skala *Academic Burnout***

<b>Nomor Aitem</b>	<b>r-tabel</b>	<b>r-hitung</b>
Item1	0,235	0,320
Item2	0,235	0,465
Item3	0,235	0,414
Item4	0,235	0,434
Item5	0,235	0,453
Item6	0,235	0,438
Item7	0,235	0,546
Item8	0,235	0,521
Item9	0,235	0,625
Item10	0,235	0,374
Item11	0,235	0,509
Item12	0,235	0,515
Item13	0,235	0,566
Item14	0,235	0,613
Item15	0,235	0,530

Sedangkan hasil uji reliabilitas skala *academic burnout* berdasarkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,836 berarti skala *academic burnout* dikatakan reliabel karena mendekati nilai 1,00. Berikut hasil uji reliabilitas;

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

<b>Variabel</b>	<b>Cronbach's Alpha</b>	<b>N of Items</b>
<i>academic burnout</i>	0,836	15

**b. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala *School Well-Being***

Berdasarkan data hasil uji validitas dan reliabilitas skala *school well-being* menunjukkan terdapat 30 dari 31 aitem yang dapat dibuktikan valid. Dalam hal ini menunjukkan 1 aitem dikatakan tidak valid. Selanjutnya, 30 aitem valid yang akan digunakan dalam penelitian. Uji validitas dalam penelitian ini menggunakan uji validitas pearson. R-hitung akan dibandingkan dengan r-tabel. Dengan jumlah sampel sebanyak  $n= 70$  dengan nilai signifikansi 5% maka dapat ditentukan nilai r-tabel yang digunakan yaitu 0,235 Bila r-hitung lebih besar dari pada 0,235 maka

item dapat dikatakan valid. Sebaran hasil uji validitas didapatkan sebagai berikut:

**Tabel 3. 6 Hasil Uji Validitas Skala *School Well-Being***

<b>Nomor Aitem</b>	<b>r-tabel</b>	<b>r-hitung</b>
Item1	0,235	0,379
Item2	0,235	0,513
Item3	0,235	0,377
Item4	0,235	0,623
Item5	0,235	0,471
Item6	0,235	0,481
Item7	0,235	0,570
Item8	0,235	0,474
Item9	0,235	0,045
Item10	0,235	0,369
Item11	0,235	0,538
Item12	0,235	0,664
Item13	0,235	0,313
Item14	0,235	0,372
Item15	0,235	0,486
Item16	0,235	0,504
Item17	0,235	0,646
Item18	0,235	0,402
Item19	0,235	0,421
Item20	0,235	0,577
Item21	0,235	0,286
Item22	0,235	0,618
Item23	0,235	0,665
Item24	0,235	0,482
Item25	0,235	0,481
Item26	0,235	0,447
Item27	0,235	0,584
Item28	0,235	0,598
Item29	0,235	0,455
Item30	0,235	0,578
Item31	0,235	0,338

Sedangkan hasil uji reliabilitas skala *academic burnout* berdasarkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,902 berarti skala *school well-being* dikatakan reliabel karena mendekati nilai 1,00. Berikut hasil uji reliabilitas;

**Tabel 3. 7 Hasil Uji Reliabilitas Skala *School Well-Being***

<b>Variabel</b>	<b>Cronbach's Alpha</b>	<b>N of Items</b>
<i>school well-being</i>	0,902	30

## **F. Teknik Analisis Data**

Analisis data sejatinya adalah kegiatan atau proses penyederhanaan dan penyajian data dengan tampilan dan bentuk yang mudah dipahami dan diinterpretasikan (Silalahi, 2009). Mengingat penelitian yang digunakan menggunakan metode kuantitatif maka penyederhanaan yang akan dilakukan akan berbentuk pemodelan statistic. Data analisis akan ditampilkan dalam bentuk numerik. Dari model numberik itu kemudian akan dijelaskan secara deskriptif.

## **G. Uji Asumsi**

Peneliti terlebih dahulu melakukan uji asumsi dasar sebelum melakukan uji hipotesis. Uji asumsi dasar ini dilakukan untuk memastikan apakah data dapat dilakukan uji statistik parametrik ataukah non parametrik. Syarat uji statistik parametrik adalah data berdistribusi normal dan hubungan kedua variabel linier (Sugiyono, 2018), apabila salah satu syarat tidak terpenuhi maka uji hipotesis menggunakan uji statistik non paramterik. Maka dari itu, uji asumsi klasik ini dilakukan dengan melakukan dua uji yaitu, uji normalitas dan uji linieritas. Berikut masing-masing pengujian asumsi klasik.

### **1. Uji Normalitas**

Uji normalitas adalah salah satu uji asumsi dengan tujuan membuktikan jika data yang akan diuji dapat berdistribusi secara normal (Ghozali, 2011). Pada penelitian ini uji yang digunakan adalah Uji *Kolmogorov Smirnov*.

### **2. Hasil Uji Normalitas**

Agar penelitian dapat dipertanggungjawabkan, maka sebelum dilakukan pengujian selanjutnya didahulukan untuk menguji apakah data bedistribusi secara normal. Data berdistribusi normal apabila skor signifikan  $(p) > 0.05$  dan apabila  $(p) < 0.05$  maka data tersebut dikatakan tidak normal Data dapat

dikatakan berdistribusi Uji asumsi ini akan menentukan keabsahan data dan metode uji hipotesis yang perlu dilakukan. Hasil dari uji normalitas dan linieritas adalah sebagaimana berikut:

**Tabel 4. 1 Hasil Uji Normalitas**

N		71
Normal Parameters	Mean	,0000000
	Std. Deviation	12,93214028
Most Extreme Differences	Absolute	,104
	Positive	,087
	Negative	-,101
Test Statistic		,104
Asymp. Sig. (2-tailed)		,79 <sup>cd</sup>

- a. Test distribution is Normal.
- b. Calculated from data.
- c. Lilliefors Significance Correction.

Uji normalitas menggunakan teknik *One-Sample Kolmogorov Smirnov Test*. Berdasarkan hasil uji normalitas dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal, karena nilai signifikansi yang diperoleh  $0,79 > 0,05$ .

### 3. Uji Linearitas

Uji linearitas digunakan untuk mengetahui antara variabel terikat dan variabel bebas memiliki hubungan yang signifikan atau tidak (Ghozali, 2011). Uji ini menjadi syarat sebelum melakukan uji regresi linear

### 4. Hasil Uji Linearitas

Uji linearitas memiliki tujuan untuk mengetahui antara variabel terikat dan variabel bebas memiliki hubungan yang signifikan atau tidak (Pratama, 2016). Kedua variabel memiliki hubungan linear jika nilai signifikansi pada



linearitas > 0.05. Uji linearitas dalam penelitian ini menggunakan bantuan IBM SPSS. Berikut hasil uji linearitas

**Tabel 4. 2 Hasil Uji Linearitas**

Model	F	Signifikansi	Keterangan
<i>Deviation from Linerarity</i>	1.615	0,80	Linier

Uji linieritas dilakukan menggunakan teknik uji F (Anova). Setelah dilakukan uji F maka dapat diketahui bahwa data antar variabel dinyatakan linier. Kesimpulan ini diambil berdasarkan nilai *Deviation from Linerarity* yang ditemukan memenuhi standart dapat dikatakan linier yaitu nilai signifikansi yaitu sebesar 0,80 > 0,05. Data dapat dikatakan linier bila nilai P > 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa data antar variabel linier.

## 5. Menentukan Kategorisasi

- a. Menentukan mean dengan rumus:

$$\mu = \frac{1}{2}(i_{max} + i_{min})\sum k$$

Keterangan:

$\mu$  = Rerata Hipotetik

$i_{max}$  = Skor maksimal

$i_{min}$  = Skor minimal

$\sum k$  = Jumlah item

b. Menentukan standart deviasi:

$$SD = \frac{1}{6}(X_{max} - X_{min})$$

Keterangan:

$SD$  = Rerata Hipotetik

$X_{max}$  = Skor maksimal

$X_{min}$  = Skor minimal

c. Menentukan kategorisasi:

Tinggi :  $M + 1 SD < X$

Sedang :  $M - 1 SD < X \leq M + 1 SD$

Rendah :  $X \leq M - 1 SD$

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Sejarah Singkat SMP AL-Maarif 01 Malang**

Yayasan pendidikan Al maarif menjadi salah satu pelopor yang bekerjasama dengan pemerintah yang sudah berdiri sebelum kemerdekaan republik Indonesia. Yayasan ini berdiri pada tahun 1923 saat bangsa Indonesia masih dalam kondisi penjajahan oleh bangsa belanda. Inisiator munculnya sekolah yaitu KH. Masykur sebagai mantan menteri agama RI dan wakil ketua DPR RI, beliau mendirikan Madrasah Misbahul Wathon. Dalam operasionalnya sekolah ini mendapatkan bebrbagai halangan serta rintangan dari pihak bangsa belanda hingga akhirnya diputuskan untuk dirubah menjadi Madrasah Nahdlatul Wathon atas saran pendiri NU. Selanjutnya, Madrasah Nahdlatul Oelama yang menjadi titik awal berdirinya yayasan pendidikan Almaarif singosari. Sekolah ini dapat berdiri melalui kebijakan Menteri Agama RI yang memberikan perintah rekontruksi regulasi pendidikan guru agama 6 tahun menjadi jenjang Sekolah Menengah Pertama (SMP) dan Sekolah Menengah Atas (SMA). Sekolah Almaarif Singosari mendapatkan mandat untuk melaksanakan kebijakan tersebut, sehingga pada tanggal 09 agustus 1977 berdirilah Sekolah Menengah Pertama (SMP) Islam Almaarif 01 Singosari. Kemudian tanggal 29 Desember 1980 sekolah mendapatkan izin penyelenggaraan sekolah dari Kepala Kanwil Depdikbud Kabupaten Malang dengan nomor 158/IM.893/I04.2/13/80.

SMP Islam Almaarif 01 Singosari memiliki catatan perubahan status, tercatat mulai 1977 sampai 1980, terdaftar mulai tahun 1980 sampai 1985, telah diakui mulai 1985 sampai 1990, disamakan dengan pendidikan reguler mulai 1990 sampai 2005, sekolah mendapatkan akreditasi A mulai 2005 sampai 2021. Selama kurun waktu 44 tahun sekolah berdiri, SMP Islam

Almaarif 01 Singosari sudah beberapa kali berpindah kepemimpinan. Adapula kepala sekolah yang telah berjasa untuk memimpin SMP Islam Almaarif 01 Singosari dari awal berdiri hingga sekarang antara lain:

1. Drs. H. Moh. Zannur Habib (1977 s.d. 1985)
2. Drs. H. Ali Djaja (1985 s.d. 1993)
3. H. Moh. Syifak Mawahib, S.Pd.I (1993 s.d. 2004 dan 2008 s.d. 2012)
4. Achmad Effendi, S.Ag (2012 s.d. 2016)
5. H. Saifuddin Ismail, S.Pd, M.Pd (2004 s.d. 2008 dan 2016 s.d. 2021).
6. Evi Mauludiyah S.Pd, M.Pd (2021 s.d. Sekarang)

Visi :

Mewujudkan peserta didik yang berkarakter Islami serta unggul dalam aspek akademik dan spiritual dengan berlandaskan Aqidah Ahlussunah wal Jamaah Annaahdiyah

Misi :

1. Meningkatkan kualitas IMTAQ (Iman dan Taqwa)
2. Meningkatkan Profesionalitas Guru
3. Menciptakan Lingkungan Belajar Kondusif
4. Menerapkan sistem Pembelajaran yang efektif
5. Menjalin Kerjasama secara berkelanjutan
6. Mewadahi bakat & Minat siswa
7. Mendorong inovasi pembelajaran sesuai perkembangan IPTEK (Ilmu Pengetahuan dan Teknologi).

## **B. Pelaksanaan Penelitian**

### **1. Waktu, Tempat, dan Subjek Penelitian**

Penelitian mulai dilakukan pada tanggal 28 Februari 2024 menggunakan angket yang berisi skala penelitian. Skala penelitian disebarkan kepada siswa aktif SMP Islam Almaarif 01 Singosari yang berada pada populasi sejumlah 470 siswa. Dalam penelitian ini subjek merupakan responden yang memiliki gejala *academic burnout* di sekolah. Keseluruhan jumlah responden yang menjadi

subjek penelitian yaitu 71 siswa. Jumlah responden ini dihitung berdasarkan kriteria subjek penelitian yang sesuai diambil sebanyak 71 dari populasi yang ada

## 2. Prosedur dan Administrasi Pengambilan Data

Penelitian ini dilakukan menggunakan media kertas dan menyebarkan di kelas saat siswa sedang tidak ada jam pelajaran. Dalam penelitian ini angket yang disebarkan bersifat rahasia hanya untuk kebutuhan penelitian. Pengambilan data sudah disesuaikan dengan kaidah dan etika prosedur penelitian yang berlaku. Sebelum memulai pengisian angket, peneliti menyampaikan identitas, tujuan penelitian, dan memberi tahu subjek tentang tata cara pengisian angket yang berisi skala penelitian. Sebanyak 71 subjek penelitian terlibat sebagai responden yang mengisi angket, subjek penelitian mengisi informasi, nama, nomer absen, usia, jenis kelamin, dan kelas. Setelah mengisi identitas subjek melanjutkan pengerjaan angket berupa 15 item skala *academic burnout* dan 30 item *school well-being*.

## 3. Hasil Penelitian

### a) Uji Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini adalah pengaruh tingginya *academic burnout* terhadap *school well-being* siswa SMP Al Maarif Malang. Sehingga untuk menjawab hipotesis perlu dilakukan uji korelasi regresi sederhana terhadap kedua variabel. Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan software IBM SPSS. Ditemukan hasil uji regresi sederhana sebagai berikut:

**Tabel 4. 3 Hasil Uji Hipotesis**

Pengaruh antar Variabel	R Square	F	Sig.
XY	0,216	12,203	0,000

Dari data diatas dapat diketahui bahwa nilai F hitung sebesar 12,203 dengan nilai signifikansi  $0.000 < 0,05$  maka model regresi dapat dipakai untuk memprediksi variabel *academic burnout* terhadap

variabel *academic burnout* (X) terhadap variabel *school well-being* (Y). Sedangkan tingkatan nilai korelasi antar variabel bebas dan terikat yaitu diperoleh koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,216 yang mengandung pengertian bahwa pengaruh variabel bebas *academic burnout* terhadap variabel terikat *school well-being* adalah sebesar 21,6%.

## b) Analisis Kategorisasi

Kategorisasi akan didasarkan pada hasil penelitian dengan asumsi skor individu dalam kelompok merupakan estimasi terhadap skor individu dalam populasi, dan asumsi bahwa skor individu dalam populasinya telah terdistribusi normal (Azwar, 2009). Kategorisasi dalam penelitian ini didasarkan pada tiga tingkatan yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Penelitian ini menggunakan analisis deskriptif dalam pengerjaannya menggunakan bantuan software IBM SPSS. Analisa data ditinjau dari nilai mean dan standatr deviasi. Berikut hasil analisa deskriptif

### a. Analisa Data *Academic Burnout*

#### 1) Mencari mean (M) dan standart deviasi (SD)

Dalam menentukan kategorisasi data perlu terlebih dahulu mencari nilai mean (M) dan standart deviasai (SD). Berikut hasil mean (M) dan Standart deviasai (SD):

**Tabel 4. 4 Deksripsi Statistik *Academic Burnout***

<b>Norma</b>	<b>MIN</b>	<b>MAX</b>	<b>M</b>	<b>SD</b>
Hipotetik	15	75	45	10
Empirik	31	63	45,06	7,474

Pada penelitian ini, skala *academic burnout* yang digunakan mengacu pada skala *Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS)* yang

dikembangkan oleh Schaufeli et al. (2002). Skala terdiri dari 15 item dengan masing-masing item memiliki rentang 1 - 5. Skor hipotetik tertinggi berjumlah 75 dan skor hipotetik terendah 15, dengan mean hipotetik sebesar 45. Berdasarkan hasil penelitian skor empirik maksimal atau skor responden sejumlah 63 dan skor minimal sejumlah 20, serta mean empirik sebesar 45,06. Oleh sebab itu, jika dibandingkan antara skor hipotetik maksimal lebih besar dari pada skor empirik maksimal yaitu  $75 > 63$ . Skor mean empirik lebih besar dari pada skor mean hipotetik yaitu  $45,06 > 45$ .

## 2) Kategorisasi Data *academic burnout*

Skala *academic burnout* menggunakan model skala likert 1-5 dengan jumlah item 15. Jika responden menjawab nilai paling rendah yaitu 1, skor terendah yang didapatkan yaitu  $1 \times 15 = 15$  (X min). Apabila responden menjawab paling tinggi semua 5, maka skor yang diperoleh  $5 \times 15 = 75$  (Xmax). Dengan demikian range dari data tersebut yaitu  $75-15= 60$ . Kurva normal terdiri dari 6 standar deviasi, maka setiap standar deviasi nilainya 10 dan kurve normal nilai mean berada di tengah nilai mean sejumlah 45.

**Tabel 4. 5 Kategorisasi *Academic Burnout***

Kategori	Norma	Hasil
Tinggi	$X \geq (M + 1SD)$	$X \geq 55$
Sedang	$(M - 1SD) \leq X < (M + 1SD)$	$35 \leq X < 45$
Rendah	$X < (M - 1SD)$	$X < 35$

## 3) Menentukan persentase *academic burnout*

**Tabel 4. 6 Frekuensi dan Presentase *Academic Burnout***

Kategori	Jumlah	Persen
Tinggi	33	46,5%
Sedang	30	42,3%
Rendah	8	11,3%
Total	71	100%

Berdasarkan hasil analisa diatas diketahui subjek berada pada tingkat kategori *academic burnout* tinggi memiliki persentase 46,5% dengan jumlah sebanyak 33 orang, subjek yang berada pada kategori sedang memiliki persentase sebesar 42,3% dengan jumlah sebanyak 30 orang, sedangkan subjek yang berada pada kategori rendah memiliki persentase sebesar 11,3% dengan jumlah sebanyak 8 orang.

#### 4) Rata- Rata Tingkat *Academic Burnout*

**Tabel 4. 7 Rata- Rata Tingkat *Academic Burnout***

Aspek	MIN	MAX	M	SD
<i>Exhaustion</i>	15	43	31,73	4,814
<i>Cynicism</i>	5	18	10,38	2,738
<i>Reduced Academic Efficacy</i>	12	28	18,68	3,451

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa rata-rata pada aspek *Exhaustion* sebesar 31,73, aspek *cynicism* sebesar 10,38, aspek *reduced academic efficacy* sebesar 18,68. Selanjutnya peneliti ingin mengetahui kategorisasi aspek yang paling kategorisasi per aspek penyusun variabel. Kategorisasi terdiri dari rendah, sedang, dan tinggi setiap aspek *academic burnout*.

#### 5) Kategorisasi Tiap Aspek *Academic Burnout*

**Tabel 4. 8 Hasil Kategorisasi Setiap Aspek Dalam Variabel *Academic Burnout***

Aspek	Mean	Jumlah Aitem	Kategori					
			Rendah		Sedang		Tinggi	
			N	Perse n	N	Persen	N	Persen
<i>Exhaustion</i>	31,73	5	8	11,27 %	55	77,46%	8	11,27%
<i>Cynicism</i>	10,38	4	10	14,08 %	52	73,24%	9	12,68%
<i>Reduced Academic Efficacy</i>	18,68	6	7	9,86%	55	77,46%	9	12,68%



Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa aspek *exhaustion* pada tingkat rendah sebesar 11,27% dengan jumlah 8 orang, tingkat sedang 77,46% dengan jumlah 55 orang, dan tingkat tinggi sebesar 11,27% dengan jumlah 8 orang. Pada aspek *cynicism* di tingkat rendah sebesar 14,08% dengan jumlah 10 orang, tingkat sedang sebesar 73,24% dengan jumlah 52 orang, tingkat tinggi sebesar 12,68% dengan jumlah 9 orang. Pada aspek *reduced academic efficacy* tingkat rendah sebesar 9,86% dengan jumlah 7 orang, tingkat sedang sebesar 77,46% dengan jumlah 55 orang, tingkat tinggi sebesar 12,68% dengan jumlah 7 orang.

**b. Analisis Data *School Well-Being***

1) Mencari mean (M) dan standart deviasi (SD)

Dalam menentukan kategorisasi data perlu terlebih dahulu mencari nilai mean (M) dan standart deviasai (SD). Berikut hasil mean (M) dan Standart deviasai (SD):

**Tabel 4. 9 Deskripsi Statistik Data *School Well-Being***

<b>Norma</b>	<b>MIN</b>	<b>MAX</b>	<b>M</b>	<b>SD</b>
Hipotetik	30	150	90	20
Empirik	47	120	75,28	20,141

Dalam penelitian ini, skala *school well-being* memiliki 30 item dengan masing-masing item memiliki skor rentang 1-5. Skor skala *school well-being* tertinggi adalah 150 dan skor terendah adalah 20, dengan mean hipotetik 90. Berdasarkan hasil penelitian, maka skor empirik maksimal atau skor responden ialah 120, skor empirik minimal 47 dan mean empirik sebesar 75,28. Oleh sebab itu jika dibandingkan antara skor hipotetik maksimal lebih besar dari pada skor empirik maksimal  $150 > 120$ . Skor mean empirik lebih kecil dibandingkan mean hipotetik sejumlah  $75,28 < 90$ .

2) Kategorisasi Data *School Well-Being*

Skala *school well-being* menggunakan model skala likert 1-5 dengan jumlah item 30. Jika responden menjawab nilai paling rendah yaitu 1, skor terendah yang didapatkan yaitu  $1 \times 30 = 30$  ( $X_{\min}$ ). Apabila responden menjawab paling tinggi semua 5, maka skor yang diperoleh  $5 \times 30 = 150$  ( $X_{\max}$ ). Dengan demikian range dari data tersebut yaitu  $150 - 30 = 120$ . Kurve normal terdiri dari 6 standar deviasi, maka setiap standar deviasi nilainya 20 dan kurve normal nilai mean berada di tengah nilai mean sejumlah 45.

**Tabel 4. 10 Kategorisasi *School Well-Being***

Kategori	Norma	Hasil
Tinggi	$X \geq (M + 1SD)$	$X \geq 90$
Sedang	$(M - 1SD) \leq X < (M + 1SD)$	$70 \leq X < 80$
Rendah	$X < (M - 1SD)$	$X < 70$

### 3) Menentukan persentase *School Well-Being*

**Tabel 4. 11 Frekuensi dan Persentase *School Well-Being***

Kategori	Jumlah	Persen
Tinggi	8	11,27%
Sedang	55	77,46%
Rendah	8	11,27%
Total	71	100%

Berdasarkan hasil analisa diatas diketahui subjek berada pada tingkat kategori *school well-being* tinggi memiliki persentase 11,27% dengan jumlah sebanyak 8 orang, subjek yang berada pada kategori sedang memiliki persentase sebesar 77,46% dengan jumlah sebanyak 55 orang, sedangkan subjek yang berada pada kategori rendah memiliki persentase sejumlah 11,27% dengan jumlah sebanyak 8 orang.

4) Rata-rata tingkat *School Well-Being*

**Tabel 4. 12 Rata – Rata Tingkat *School Well-Being* Descriptive Statistics**

Aspek	MIN	MAX	M	SD
<i>Having</i>	11	42	27,58	5,679
<i>Loving</i>	15	42	31,80	4,999
<i>Being</i>	12	28	20,94	3,749
<i>Health</i>	6	26	19,10	3,526

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa rata-rata pada aspek *having* sebesar 27,58, aspek *loving* sebesar 31,80, aspek *being* sebesar 20,94, dan aspek *health* sebesar 19,10. Selanjutnya peneliti ingin mengetahui kategorisasi aspek yang paling kategorisasi per aspek penyusun variabel. Kategorisasi terdiri dari rendah, sedang, dan tinggi setiap aspek *school well-being*.

5) Kategorisasi Setiap Aspek *School Well-Being*

**Tabel 4. 13 Hasil Kategorisasi Setiap Aspek Dalam *School- Well Being***

Aspek	Mean	Jumlah Aitem	Kategori					
			Rendah		Sedang		Tinggi	
			N	Persen	N	Persen	N	Persen
<i>Having</i>	27,58	9	7	9,86%	55	77,46%	9	12,68%
<i>Loving</i>	31,80	9	7	9,86%	57	80,28%	7	9,86%
<i>Being</i>	20,94	6	11	15,49%	55	77,46%	5	7,04%
<i>Health</i>	19,10	6	9	12,68%	55	77,46%	7	9,86%

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa aspek *having* tingkat rendah sebesar 9,86% dengan jumlah 7 orang, tingkat sedang sebesar 77,46% dengan jumlah 55 orang, tingkat tinggi 12,68% dengan jumlah 9 orang. Pada aspek *loving* tingkat rendah sebesar 9,86% dengan jumlah 7 orang, tingkat sedang sebesar 80,28% dengan jumlah 57 orang, tingkat tinggi sebesar 9,86% dengan jumlah 7 orang. Pada aspek *being* tingkat tinggi sebesar 15,49 dengan jumlah 11 orang, tingkat sedang sebesar 77,46% dengan jumlah 55 orang, tingkat tinggi sebesar 7,04%

dengan jumlah 5 orang. Pada aspek *health* tingkat tinggi sebesar 12,68% dengan jumlah 9 orang, tingkat sedang sebesar 77,46% dengan jumlah 55 orang, tingkat tinggi sebesar 9,86% dengan jumlah 7 orang.

## C. Pembahasan

### 1. Tingkat *Academic Burnout* Siswa SMP Almaarif 01 Singosari Malang

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *academic burnout* dan *school well-being* siswa SMP Al Maarif 01 Singosari Malang dengan jumlah responden 71 orang. Berdasarkan hasil analisis korelasi menggunakan regresi linear sederhana menunjukkan hasil R Square 0,216 atau 21,6%. Oleh sebab itu dapat disimpulkan bahwa hipotesis penelitian diterima dan secara umum terdapat pengaruh. Berdasarkan data hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa SMP Almaarif 01 Singosari dapat diklasifikasikan dalam tiga kategori yaitu, tinggi sedang, dan, rendah. Dari jumlah keseluruhan 71 siswa yang menjadi subjek penelitian terdapat 46,5% pada kategori tinggi, 42,3% pada kategori sedang, 11,3% pada kategori rendah. Dari hasil penelitian menunjukkan mayoritas siswa mengalami *academic burnout* tinggi.

Tingginya tingkat *academic burnout* pada siswa SMP Almaarif 01 Singosari disebabkan oleh beberapa hal, menurut hasil wawancara yang dilakukan oleh siswa AL pada tanggal 8 Desember 2023 menunjukkan tugas sekolah siswa yang menumpuk, minat siswa cenderung menurun dan menjauh dari pelajaran yang tidak disukai, dan siswa merasa tidak yakin bisa menyelesaikan tugas bahkan, hilang motivasi dalam belajar. Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan peneliti pada tanggal 6 Desember 2023 memperlihatkan beberapa siswa tidur di kelas dan juga bermain handphone secara diam-diam.

Rata-rata aspek yang paling besar pada variabel *academic burnout* adalah aspek *exhaustion* dengan nilai Mean sebesar 31,73. Sedangkan aspek yang memiliki nilai paling kecil pada aspek *cynicism* sebesar 10,38. *Exhaustion* atau kelelahan merupakan reaksi awal terhadap stres karena tuntutan tugas. Pada aspek ini siswa merasa kelelahan, mereka akan merasakan hal-hal lain secara berlebihan, baik fisik, mental hingga emosional (Leither, *et al.*, 2002). Dalam penelitian ini siswa dituntut akan tugas yang diberikan oleh guru pada setiap minggu dengan deadline tugas yang singkat. Salah satu siswa KN juga menyatakan bahwa dia kewalahan mengerjakan tugas sekolah dan tugas di pondok, karena siswa di SMP Almaarif 01 Singosari ada yang mengikuti kegiatan pondok pesantren sepulang sekolah. Siswa kadang tidak memiliki waktu yang cukup untuk mengerjakan tugas sekolah, hal tersebut yang membuat siswa terkadang sulit bangun pagi karena mengerjakan tugas hingga larut malam. Selain itu menurut siswa KD menyatakan bahwa selama sekolah cukup melelahkan kadang membosankan jadi sulit untuk memahami materi yang disampaikan oleh guru.

Hal tersebut menyebabkan siswa kurang termotivasi untuk mendapatkan prestasi atau pencapaian saat di sekolah. Menurut Arlinkasari & Akmal (2017) menyatakan bahwa siswa yang tidak memiliki self efikasi yang baik akan rentan terhadap *academic burnout* dan kurang memiliki kemampuan beradaptasi. Apabila siswa memiliki keyakinan tinggi dalam menyelesaikan pendidikan maka *academic burnout* pada siswa tergolong rendah atau dapat diantisipasi. Dalam penelitian Lailatul & Savira (2021) menunjukkan bahwa dukungan keluarga juga berpengaruh signifikan terhadap *academic burnout* yang dialami siswa.

Berdasarkan hasil penelitian jumlah responden dalam aspek *exhaustion* yang tertinggi sejumlah 77,46% dengan jumlah 55 orang pada kategori sedang, aspek *cynicism* yang tertinggi sejumlah 73,24% dengan

jumlah 52 orang, aspek *reduced academic efficacy* tertinggi sejumlah 77,46% dengan jumlah 55 orang. Mayoritas responden menunjukkan angka yang tinggi pada aspek *exhaustion* dan *reduced academic efficacy* sebesar 77,46% dengan jumlah 55 orang. Hal tersebut menunjukkan bahwa siswa yang mengalami kejenuhan dalam belajar dipicu oleh kurangnya motivasi belajar atau keyakinan diri untuk mencapai prestasi belajar. Maka hal tersebut menunjukkan siswa memiliki perasaan tidak berdaya dan tidak yakin akan kemampuan yang dimiliki (Arlinkansari, 2020). Selanjutnya pada aspek yang memiliki nilai rata-rata kecil yaitu aspek *cynicism*.

*Cynicism* memiliki arti sikap acuh tak acuh pada pekerjaan, orang-orang pada lingkungan tersebut, hilang perhatian pada pekerjaan yang dilakukan dan hilangnya makna pada pekerjaan tersebut. Hasil penelitian tersebut sejalan dengan hasil wawancara guru bimbingan konseling SMP Almaarif 01 Singosari Malang pada 6 Desember 2023 yang menunjukkan bahwa siswa selama belajar masih tetap mengikuti jam pelajaran sekolah, walaupun siswa merasa jenuh dan siswa tidak memilih untuk bolos ke sekolah, meskipun siswa datang terlambat.

Dukungan dari eksternal mampu menumbuhkan motivasi yang berguna untuk mencegah terjadinya kebosanan dalam belajar (Julika & Setyawati, 2019). *academic burnout* yang penyebab utama terjadinya perbedaan perilaku antara siswa biasa dan siswa yang memiliki prestasi akademik, tidak mendapatkan perlakuan yang adil juga menjadi penyebab *academic burnout*. *academic burnout* dapat mempengaruhi hubungan siswa dengan instansi sekolah tempat pendidikan yang ditempuh saat ini, dan akhirnya mempengaruhi antusiasme siswa dalam menempuh pendidikan.

Beban tugas yang banyak tanpa memperhatikan kemampuan siswa juga mampu memperberat kondisi *academic burnout* siswa. Tetapi, disisi lain siswa masih tetap mengikuti kegiatan sekolah dan belajar disekolah

walaupun itu memberatkan diri siswa itu sendiri. Hal itu menunjukkan siswa masih memiliki kepedulian untuk mengikuti dan belajar di sekolah. Oleh sebab itu sekolah perlu memperhatikan saat membuat kebijakan tidak hanya untuk kebutuhan administrasi dan kebutuhan sekolah. Sekolah memperhatikan objek utama dalam pendidikan yaitu siswa.

## **2. Tingkat *School Well-Being* Siswa SMP Almaarif 01 Singosari Malang**

Berdasarkan hasil penelitian terkait tingkat *school well-being* pada siswa SMP Al Maarif 01 Singosari dapat diklasifikasikan menjadi tiga kategori yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Dari total responden sejumlah 71 siswa yang menjadi subjek penelitian terdapat 11,27% responden dalam kategori tinggi dengan jumlah 8 siswa. Sedangkan 77,46% responden dengan jumlah 55 siswa berada pada kategori sedang. Terdapat 11,27% responden dengan jumlah 8 siswa dalam kategori rendah. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa siswa SMP Almaarif 01 Singosari Malang memiliki *school well-being* pada kategori sedang.

Mayoritas siswa memilih pada kategori sedang, karena berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti bersama salah satu siswa AD menyatakan bahwa sekolah memiliki ekstrakurikuler baru yang ia sukai yaitu ekstrakurikuler sepakbola. Selain itu dia menyampaikan bahwa guru-guru di SMP Almaarif 01 Singosari Malang sabar dan telaten dalam mengajarkan kepada siswa. Hal tersebut yang membuat siswa nyaman mengikuti proses pembelajaran di sekolah.

Rata-rata nilai aspek tertinggi yaitu aspek *loving* (hubungan sosial) yaitu sebesar 31,80%. Sedangkan nilai aspek terkecil yaitu aspek *health* sebesar 19,10. *Having* yang mengacu pada hubungan peserta didik dengan lingkungan sosialnya, hubungan antara peserta didik dengan guru, peserta didik dengan peserta didik lainnya, dinamika kelompok diantara peserta didik, kerjasama antara wali murid dan sekolah, pengambilan keputusan di sekolah dan dinamika organisasi di sekolah. Hal ini sejalan dengan hasil

wawancara siswa KD pada tanggal 8 Desember 2023 bahwa dia tidak memiliki kelompok pertemanan sehingga dia sering curhat kepada guru bimbingan konselingnya, menurut KD hal tersebut membuat dia merasa tidak sendirian masih ada orang yang mendengar masalahnya, selain itu masih ada teman baik lainnya yang berkenan untuk menerima dan berteman dengan dirinya. Aspek *health* menunjukkan rata-rata terkecil dari keseluruhan variabel *academic burnout*,

berdasarkan hasil observasi peneliti pada tanggal 6 Desember 2023 menunjukkan beberapa ruangan kelas tidak terkena sinar matahari yang cukup sehingga membuat ruangan terlihat lembab dan beberapa terdapat saluran air yang menggenang, hal tersebut memungkinkan untuk berkembangnya jentik nyamuk yang menunjukkan lingkungan tidak sehat. Selain itu, berdasarkan hasil wawancara bersama AD pada tanggal 8 Desember 2023 mengatakan bahwa siswa tersebut memiliki kegiatan pondok biasanya hingga jam 12 malam. Setelah jam 12 malam siswa tersebut harus mengerjakan tugas sekolah untuk keesokan harinya di sekolah, sekitar jam 3 siswa tersebut harus mengikuti sholat tahajud dan selanjutnya hingga shubuh. Hal tersebut apabila dilakukan dalam jangka panjang dapat mengganggu kesehatan siswa, karena siswa tidak mendapatkan tidur yang cukup. Menurut Wicaksono et al. (2013) kondisi seseorang yang kurang cukup tidur menyebabkan dampak negatif antara lain, konsentrasi dalam belajar berkurang serta memicu penyakit flu, pilek, dan batuk.

Penelitian yang dilakukan (Hidayah, 2016) menyebutkan bahwa hubungan sekolah yang baik dan suasana yang kondusif mampu meningkatkan kapasitas peserta didik pada lingkungan sosial yang mampu meningkatkan *school well-being* siswa (Hidayah, 2016) . Berdasarkan hasil penelitian pada aspek *having* jumlah responden tertinggi sejumlah 77,46% dengan jumlah 55 orang pada kategori sedang, aspek *loving* jumlah responden tertinggi sejumlah 80,28% dengan jumlah 57 orang pada



kategori sedang, aspek *being* jumlah responden tertinggi sejumlah 77,46% dengan jumlah 55 orang pada kategori sedang, dan aspek *health* jumlah responden tertinggi sejumlah 77,46% dengan jumlah 55 orang pada kategori sedang. Jumlah responden tertinggi pada aspek *having* sesuai dengan jumlah rata-rata pada aspek *having*, sehingga hal tersebut menunjukkan siswa SMP Almaarif 01 Singosari Malang memiliki hubungan yang baik kepada guru di sekolah dan teman sebaya di sekolah. Secara keseluruhan *school-well being* siswa pada rata-rata kategori sedang. Konu dan Rimplena (2002) menyatakan bahwa hubungan sosial pada siswa dengan guru memiliki peranan yang penting dalam kesejahteraan di sekolah. Apabila siswa merasa terabaikan, tidak mempunyai teman, tidak bersosialisasi dengan lainnya dan tidak banyak melakukan aktivitas bermain dengan teman sebaya maka memicu timbulnya perasaan sedih dan sulit (Puspita, *et. al.*, 2018)

Selain itu, dalam penelitian Setyawan dan Dewi (2015) mengungkap bahwa partisipasi sosial pada siswa mampu meningkatkan kebutuhan pemenuhan diri "*self focused needs*". Partisipasi dalam kegiatan di sekolah yang mampu meningkatkan pertemanan, jiwa sosial, dan tanggung jawab pada siswa menjadi faktor penting yang mempengaruhi *school well-being*. Menurut Keyes dan Waterman (2008) karakter kepribadian siswa juga berpengaruh terhadap *school well-being* siswa. Apabila siswa terlibat aktif dalam kegiatan di sekolah, seperti pentas seni, ekstrakurikuler, dan acara talkshow akan menimbulkan perasaan positif untuk siswa. Begitu sebaliknya, jika siswa lebih pasif dalam kegiatan akan menunjukkan kecenderungan *well-being* yang rendah. Siswa yang memiliki arah untuk bergerak mencapai target atau tujuannya mampu meningkatkan *school well-being* siswa, selain itu apresiasi yang diberikan sekolah juga mampu meningkatkan kepuasan siswa terhadap kegiatan bersekolah (Setyawan dan Dewi, 2015).

Berdasarkan pemaparan data diatas, maka dapat diperhatikan bahwa *school well-being* pada siswa jenjang SMP penting untuk diperhatikan karena SMP menjadi pijakan kedua siswa dalam merasakan sistem persekolahan. Pada saat SMP akan terjadi perubahan psikologis dan fisik yang ditandai dengan ciri-ciri pubertas. Pada usia ini siswa sedang mencari jati diri. Masa remaja ialah masa terjadinya krisis identitas atau pencarian jati diri (Hurlock, 2009). Menurut (Papalia D. E & Fieldman, 2014) karakteristik seorang remaja dalam proses mencari jati diri seringkali menimbulkan masalah pada diri remaja. Sebagian besar waktu yang dihabiskan siswa di sekolah, hal itu menjadikan pengalaman bagi siswa. Sekolah sebagai institusi pendidikan memiliki peranan penting dalam pengembangan akademik serta bertanggung jawab atas perkembangan sosial dan psikologi siswa .

### **3. Pengaruh *Academic Burnout* Terhadap *Schooll Well-Being* Siswa SMP**

#### **AL Maarif Singosari**

Berdasarkan data hasil penelitian yang telah dilakukan terkait pengaruh *academic burnout* terhadap *school well-being* siswa SMP Al-Maarif 01 Singosari malang menunjukkan adanya pengaruh yang positif. Nilai signifikansi berada pada 0,00 yang artinya  $p < 0,05$ . Tingkatan nilai korelasi antar variabel bebas dan terikat yaitu diperoleh koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,216 yang mengandung pengertian bahwa pengaruh variabel bebas *academic burnout* terhadap variabel terikat *school well-being* adalah sebesar 21,6%. Dalam hipotesis penelitian awal tingginya *academic burnout* mempengaruhi *school well-being* siswa SMP Almaarif 01 Malang. Setelah dilakukan penelitian menunjukkan *academic burnout* siswa SMP Almaarif 01 Singosari berada pada kategori tinggi dan *school well-being* pada kategori sedang, hal tersebut menunjukkan hipotesis dalam penelitian ini ditolak.

Berdasarkan hasil analisis kategorisasi dalam penelitian menunjukkan bahwa pada variabel *school well-being* aspek *loving* (hubungan sosial) berada pada rata-rata tertinggi, dibandingkan aspek lainnya. Aspek *loving* menggambarkan kondisi hubungan sosial siswa dengan siswa lainnya, siswa dengan guru di sekolah, dan siswa dengan orang tua. Hal tersebut menggambarkan rata-rata siswa memiliki hubungan sosial yang baik. Berdasarkan hasil wawancara bersama guru Bimbingan Konseling SMP Al Maarif 01 Singosari pada tanggal 8 Desember 2023 mengatakan bahwa siswa cenderung berkelompok atau bergeng, mereka melakukan aktivitas di sekolah bersama-sama. Siswa dengan kejenuhan belajar tinggi ia tetap memiliki *school well-being* yang baik karena memiliki teman yang peduli dan mereka saling menaruh kepercayaan. Siswa pada masa remaja cenderung menemukan jati dirinya tanpa bantuan dari keluarga, misalnya orang tua (Asyia et al., 2023).

Siswa pada jenjang SMP berusia 13 tahun yang masuk dalam tahapan pubertas mereka akan membuat kelompok bersama teman-teman terdekat dan kedekatannya dengan teman-teman sebaya akan semakin menguat (Santrock, 2002). Secara hubungan sosial, remaja lebih suka dekat hubungannya dengan teman-teman pergaulannya dibandingkan dengan keluarganya (Hurlock, 1990). Oleh sebab itu hubungan sosial yang dimiliki siswa pada masa remaja sebagian besar dilakukan dengan teman sebayanya, siswa menghabiskan waktu banyak di sekolah sehingga mereka sering bertemu dengan temannya di kelas, tugas kelompok yang diberikan oleh guru, dan ekstrakurikuler yang ditekuni siswa yang membuat siswa lebih banyak menghabiskan waktu di sekolah. Pada penelitian ini pengaruh *academic burnout* yang tinggi dipengaruhi oleh kondisi lingkungan sosial siswa di sekolah, siswa memiliki kelompok pertemanan yang mendukung atau tidak mendukung dalam proses pembelajaran, dalam kasus ini kecenderungan kelompok siswa di SMP Almaarif 01 malas belajar. Hal tersebut sesuai dengan yang disampaikan

oleh guru bimbingan konseling SMP Almaarif 01 Singosari Malang pada tanggal 6 Desember 2023 yang menyatakan bahwa saat ujian tiba siswa malah bukannya fokus belajar, malah aktif membuat video jaged di platform tiktok bersama teman-temannya dan siswa *live streaming* bersama teman-temannya di platform instagram. Pada masa remaja, siswa lebih fokus pada pertemanan karena itu menjadi prioritas utama bagi mereka.

Hubungan sosial di sekolah juga dipengaruhi oleh guru, guru memiliki peranan penting dalam proses pembelajaran, evaluasi belajar, dan perkembangan siswa (Laimheheriwa, 2017). Guru yang berinteraksi dengan siswa dapat membantu siswa merasa tidak ada rasa segan terhadap guru dan membangun kebersamaan dalam kelas (Pulungan et al., 2014). Hal tersebut sesuai dengan temuan peneliti saat melakukan wawancara dengan siswa pada tanggal 8 Desember 2023 yang orang tua dalam status bercerai menurut penuturannya siswa tersebut merasa lebih baik saat bersekolah karena bertemu guru yang ramah dan sekaligus guru bimbingan konseling yang membantunya untuk semangat bersekolah. Hubungan sosial antara guru dan siswa yang baik mempengaruhi *school well-being* siswa di sekolah karena guru menjadi role model bagi siswa, yang membantu siswa untuk meningkatkan kemampuan sosial dan komunikasi.

Berdasarkan temuan peneliti di sekolah pada tanggal 8 Desember 2023, terlihat dua siswa izin keluar kelas untuk ke kamar mandi, tetapi siswa malah bersembunyi di lorong sekolah dan menunda untuk masuk kelas. Peneliti melakukan wawancara bersama guru DW yang sedang menempuh pembelajaran di kelas, menurut penuturan beliau kedua siswa tersebut jarang mengerjakan pekerjaan rumah terkadang mereka izin keluar agar bisa menunda mengumpulkan tugas rumah dengan berbagai alasan. Hal tersebut sejalan dengan penelitian mengenai pengaruh *academic burnout* terhadap *well-being* siswa dalam (Oyoo et al, 2020)

yang menyebutkan bahwa *academic burnout* akan menyebabkan peserta didik tidak memiliki antusias dalam belajar, menghindari kelas, tidak berpartisipasi dalam kegiatan kelas dan memiliki hasil belajar yang buruk..

*School well-being* pada siswa dapat dikonsptualisasikan dari perkembangan emosional, kognitif, fisik, spiritual, pribadi dan sosial siwa (Roothman et al. 2003). *school well-being* memberikan informasi bagaimana cara individu memandang dirinya sendiri dan karakteristik kehidupan (Bingöl & Batýk, 2018). *school well-being* memandang bawah individu memiliki persepsi positif terhadap dirinya. Individu memiliki kemampuan untuk mengenal batasan dirinya dan selalu mengembangkan hubungan sosial. Individu akan menjaga hubungan sosial yang hangat dan saling percaya. Individu memiliki *school well-being* yang baik mampu beradaptasi dengan lingkungan demi memenuhi kebutuhan dan keinginannya. Selain itu, individu dengan *school well-being* yang tinggi selalu mengembangkan perilaku yang mandiri tanpa bergantung pada orang lain, berusaha menemukan makna dan tujuan hidup serta mengenali potensi dan kemampuan untuk meningkatkan kapasitas dirinya (Keyes et., al., 2002).

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara *academic burnout* dan *school well-being*. Ketika siswa mendapatkan banyak tuntutan, seperti tugas yang banyak, ujian sekolah, banyaknya aktivitas yang mampu memicu stres dan tekanan (Stoliker & Lafreniere, 2015). Hal tersebut menunjukkan tingginya *academic burnout* pada siswa dapat menyebabkan *school well-being* menurun. Hal tersebut terjadi karena siswa tidak merasa mampu menghadapi tuntutan akademik, sosial dan pribadi (Lin & Huang, 2014).

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisa yang dilakukan tentang pengaruh *academic burnout* terhadap *school well-being* pada siswa SMP Almaarif 01 Singosari Malang dapat disimpulkan sebagai berikut

1. Tingkat *academic burnout* pada siswa berada pada kategori tinggi. Hal tersebut memiliki arti bahwa siswa mengalami kejenuhan belajar yang tinggi disebabkan oleh beban tugas yang banyak, kurangnya keyakinan diri siswa dalam mencapai suatu prestasi belajar, adanya perlakuan tidak adil terhadap siswa, dan siswa kesulitan dalam mengatur waktu membuat siswa SMP Almaarif 01 mayoritas menunjukkan tingkat *academic burnout*. Berdasarkan hasil penelitian tingkat *academic burnout* siswa sebesar 46,5% dengan jumlah 33 siswa.

2. Tingkat *school well-being* pada siswa berada pada kategori sedang. Hal tersebut memiliki arti bahwa siswa memiliki hubungan sosial yang baik dengan guru di sekolah, teman, dan keluarga siswa. Selain itu siswa dapat mengikuti kegiatan yang melatih bakat dan minatnya serta berperan aktif dalam kegiatan yang diadakan di sekolah. Faktor lainnya, fasilitas sekolah yang memadai dan menunjang kebutuhan siswa selama bersekolah, sarana kesehatan yang cukup, dan riwayat kesehatan siswa yang baik menunjang *well-being* siswa di sekolah. Berdasarkan hasil penelitian tingkat *school well-being* siswa sebesar 77,46% dengan jumlah 55 siswa.

3. Koefisien determinasi (R Square) dalam penelitian ini sebesar 0,216 atau 21,6%. Berdasarkan hal tersebut *academic burnout* memiliki cukup pengaruh terhadap *school well-being* siswa. *Academic burnout* yang tinggi pada siswa berpengaruh terhadap *school well-being* siswa di kategori sedang.

## B. Saran

Berdasarkan pada hasil penelitian dan penemuan dalam penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang berupa saran kepada pihak-pihak yang terkait diantaranya sebagai berikut:

### 1. Bagi Siswa

Berdasarkan penelitian ini diharapkan siswa mampu untuk menyusun skala prioritas sehingga tugas tidak terbengkalai, istirahat yang cukup untuk memulihkan kondisi fisik dan merehatkan mental yang lelah, dan berkoordinasi dengan guru bimbingan konseling jika kesulitan untuk mengatasi *academic burnout*.

### 2. Bagi Guru

Bagi guru sebagai pengajar aktif di kelas diharapkan mampu membuat metode pembelajaran yang menarik dan memberikan tugas akademik yang sesuai dengan kemampuan siswa dan mempertimbangkan waktu pengumpulan tugas dengan baik sehingga siswa tidak mudah mengalami *academic burnout*.

### 3. Bagi orang tua

Bagi orang tua yang memiliki buah hati yang masih menempuh pendidikan sekolah menengah pertama diharap mampu lebih peduli dan memberikan dukungan penuh untuk anak agar anak lebih semangat mencapai prestasi terbaiknya. Selain itu, orang tua mampu memberikan dampak positif bagi *school well-being* siswa disaat siswa sedang mengalami *academic burnout*

#### 4. Bagi Instansi Pendidikan

Bagi instansi pendidikan dan jajaran staff di SMP Almaarif 01 Singosari Malang diharapkan mampu meningkatkan fasilitas sekolah sebagai penunjang kenyamanan pembelajaran, memperhatikan kondisi sarana prasarana, seperti kebersihan kantin, kebersihan ruangan, dan penyejuk ruangan. Sekolah diharapkan mampu menunjang kebutuhan untuk meningkatkan minat dan bakat siswa di sekolah dengan menyediakan program atau ekstrakurikuler yang diminati siswa.

#### 5. Bagi peneliti selanjutnya

Untuk penelitian selanjutnya disarankan agar mempertimbangkan beberapa faktor lain yang mempengaruhi *school well-being* siswa, mempertimbangkan subjek penelitian agar sesuai dengan kriteria penelitian yang dituju, serta kemampuan peneliti selanjutnya untuk menganalisis lebih dalam sehingga mampu memberikan manfaat keilmuan dan praktis bagi pembaca dan masyarakat.



## DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, L. (2014). Hubungan antara persepsi terhadap tiga tipe pola asuh orangtua dan penerimaan diri siswa SMK strada III jakarta utara. *Jurnal Psiko-Edukasi* 12 hlm. 135-144.
- Arikunto, S., (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arlinkasari, F. (2020). *Alat Ukur Academic Burnout*. ResearchGate.
- Arlinkasari, F., & Akmal, S. Z. (2017). Hubungan antara school engagement, academic self efficacy dan academic burnout pada mahasiswa. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 1(2), 81-102. doi: 10.28932/humanitas.v1i2.418
- Asyia, A. D. N., Sinurat, G. D. N., Dianto, N. I. S. A., & Apsari, N. C. (2023). Pengaruh Peer-Group Terhadap Perkembangan Self-Esteem Remaja The influence of peer groups on the development of adolescent Self-Esteem. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*,3(3), 147. <https://doi.org/10.24198/jppm.v3i3.49286>
- Azwar, Saifuddin. 2009. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Charkhabi, M., Abarghuei, A., & Hayati, D. (2013). The association of academic burnout with self-efficacy and quality of learning experience among Iranian Students. <http://www.springerplus.com/content/2/1/677> dengan *Agresivitas. jurnal empati*, 203-204.
- Fitriani, D., & Masing, M. (2022). PENGARUH TEMAN SEBAYA TERHADAP ORIENTASI MASA DEPAN SISWA. *Satya Widya*, 38(1), 25–37. <https://doi.org/10.24246/j.sw.2022.v38.i1.p25-37>
- Ghozali, Imam. 2011. “Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program SPSS”. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Hongwidjojo, Monika and Wijaya, “Relation of Student-Teacher Trust witch School Well-Being to High School Student.

- Hurlock, E. B. (1990). *Psikologi perkembangan: suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*.
- Hurlock, E. B. 2009. Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Kehidupan Edisi Ke-5. Jakarta: Erlangga
- Hurlock, Elizabeth. B. (1980). Alih Bahasa oleh Istiwidayanti & Soedjarwo: Perkembangan (suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan). Jakarta: Erlangga
- Imam Setyawan dan Kartika Sari Dewi, “Kesejahteraan Sekolah Ditinjau Dari Orientasi Belajar Mencari Makna Dan Kemampuan Empati Peserta didik Sekolah Menengah Atas,” *Jurnal*
- Jacobs, S. R., & Dodd, D. K. (2003). Student Burnout as a Function of Personality, Social Support, and Worload. *Journal of College Student Development*, 44.
- Julika,S., & Setiyawati, D.(2019). Hubungan antara Kecerdasan Emosional, Stres Akademik, dan Kesejahteraan Subjektif pada Mahasiswa. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 5(1), 50. <https://doi.org/10.22146/gamajop.47966>
- Khairani, Y., & Ifdil. (2015). Konsep *Burnout* pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling. *Konselor*. 4 (4), 208-214
- Konu, A., & Rimpela,M. (2002). Well-Being In School: A Promotion International, 17(1), 79-87.
- Koropets, O., Kacane, I., & Fedorova, A. (2019). Emotional and *academic burnout* of Students Combining Education and Work. *Conference Paper*. <https://doi.org/10.21125/edulearn.2019.2038>
- Lailatul,M., & Savira,S.I. (2021). Pengaruh persepsi dukungan sosial terhadap burnout akademik selama pandemi. *Character:Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(2),201–211.
- Laimheheriwa, E. Y. (2017). Hubungan Relasi Guru Siswa Dan Dukungan Sosial Teman Dengan Ketrelibatan Belajar Siswa Di Sekolah. *Seminar Nasional Teknologi Pembelajaran Dan Pendidikan Dasar 2017*, 541–552.

- Maeve O'Brien, *Well-Being and Post-Primary Schooling: A Review of the Literature and Research*, 2008, [http://www.ncca.ie/en/Publications/Reports/Well-being\\_and\\_Post](http://www.ncca.ie/en/Publications/Reports/Well-being_and_Post)
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The Measurement of Experienced Burnout. *Journal of Occupational Behaviour*, 2, 99.
- Maslach, C., & Leiter, M. (2007). Definition and Assessment A Mediation Model of Burnout and Engagement Implications for Interventions. *Elsevier Inc.*
- Maslach, C., & Leiter, M. P. (2008). Early Predictors of Job Burnout and Engagement. *Journal of Applied Psychology*.
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job Burnout. *Annual Reviews*.
- Nafilasari, H., E., & Darminto, E. (2019). Perbedaan Burnout Peserta Didik Pada Sekolah Menengah Pertama Full Day Dan Non Full Day. *E-Journal UNESA*, 518-524
- Nidianti, W., & Desiningrum, D. (2015). *Hubungan Antara School well being*
- Nurul Hidayah et al., "Students ' Well-Being Assessment at School", *Journal of Educatinal, Health and Community Psychlogy*, Vol.5(1), 2016, h. 62-71
- Oyoo, S., Mwaura, P., Kinai, T., & Mutua, J. (2020) Academic Burnout and Academic Achievement among Secondary School Students in Kenya. *Education Research international*, 2020. <https://doi.org/10.1155/2020/5347828>
- Papalia, D.E & Fieldman, R. 2014. Menyelami Perkembangan Manusia Experience Human Development. Edisi 12. Buku 2. Jakarta: Salrmba Humanika Primary Schooling A review of the literature and research
- Primita, H. Y., & Wulandari, D. A. 2014. hubungan Antara Motivasi Berprestasi Dengan Burnout Pada Atlet Bulutangkis di Purwokerto (Relationship between Achievement Motivation With Burnout Athletes in Purwokerto).

PSYCHO IDEA. Vol 12, No.1, hlm, 10-18. *Psikologi Undip* 14, no. 1 (2015): 9–20.

Pulungan, L. I., Rustyarso, & Okianna. (2014). Interaksi Sosial Antara Guru Dan Siswa Dalam Proses Pembelajaran Di Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 3(9).<http://jurnal.untan.ac.id/index.php/jpdpb/article/view/6925>

Puspita Adhi Kusuma Wijayanti and Rezki Ashriyana Sulistiobudi, "Peer Relation Sebagai Prediktor Utama School Well-Being Peserta didik Sekolah Dasar", *Jurnal Psikologi*, Vol.17(1), 2018, h. 56–67.

Putrizaen, C., N. (2021). Hubungan School Well-Being Dengan Motivasi Berprestasi Peserta Didik Kelas V Sekolah Dasar.

Satriyo, M., & Survival. (2014). Stres Kerja Terhadap Burnout serta Implikasinya pada Kinerja (Studi terhadap Dosen pada Universitas Widyagama Malang). *Jurnal Manajemen dan Akutansi*. 3 (2), 52-63

Schaufeli, W.B. et al. (2002). Burnout and Engagement in University Students: A Cross-National Study. *Journal of Cross-Cultural Psychology*.33(5),464-481.

Setyawan, I., & Dewi, K. S. (2015). Kesejahteraan Sekolah Ditinjau Dari Orientasi Belajar Mencari Makna Dan Kemampuan Empati Siswa Sekolah Menengah Atas. *Jurnal Psikologi Undip*, 14(1).  
<https://doi.org/10.14710/Jpu.14.1.9-20>

Sugiyono. 2016. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. IKAPI

Sugiyono. 2018. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D, penerbit Alfabeta.

Trisnawati, F. (2020). GAMBARAN PERILAKU BURNOUT DI SMP NEGERI 2 PEDAMARAN. *Juang*, 3(1), 51–60.  
<https://doi.org/10.31851/juang.v3i1.4893>

Ulber, Silalahi. (2009) . Metode Penelitian Sosial. PT. Refika Aditama.

Wicaksono, D. W., Yusuf, A., & Widyawati, I. Y. (2013). Faktor Dominan yang berhubungan dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan. Universitas Airlangga. *ejournal.unair.ac.id*, 1(2), 9101. <https://doi.org/10.20473/cmsnj.v1i2.12133>

## LAMPIRAN

### Lampiran 1 Skala *Academic Burnout*

No.	Pernyataan	Jawaban				
		Sangat Sesuai	Sesuai	Kurang Sesuai	Tidak Sesuai	Sangat Tidak Sesuai
1	Saya merasa jenuh dengan kegiatan belajar saya					
2.	Saya menjadi kurang tertarik dengan kegiatan belajar sejak mendaftar sekolah					
3.	Saya belum mampu menyelesaikan masalah belajar saya dengan efektif					
4.	Saya merasa sangat lelah saat jam terakhir di sekolah					
5.	Saya menjadi kurang antusias untuk memulai kegiatan					

	belajar					
6.	Saya ragu-ragu bisa berprestasi di kelas yang saya ikuti					
7	Saya merasa beban pelajaran di sekolah saya terlalu berat					
8	Menurut saya, saya adalah seseorang siswa yang pesimis dalam menghadapi tugas belajar					
9	Saya merasa pelajaran di sekolah tidak menarik dan sangat membosankan					
10	Saya merasa kelelahan saat mendengarkan penjelasan guru yang mata pelajarannya tidak saya sukai					
11	Saya merasa pelajaran di sekolah tidak ada gunanya					
12	Saya kurang bersemangat ketika belajar, sehingga hasil yang saya peroleh					

	dalam tugas atau ujian kurang memuaskan					
13	Belajar di kelas sangat menjadi beban bagi saya					
14	Saya meragukan pentingnya belajar bagi diri saya					
15	Selama di kelas saya ragu-ragu bisa memusatkan perhatian di waktu belajar					

Lampiran 2 Skala *School Well-Being*

No.	Pernyataan	Jawaban				
		SS	S	KS	TS	STS
1.	Saya merasa nyaman belajar di kelas karena ruang kelas sejuk dan tidak sesak					
2.	Jika siswa melanggar, pihak sekolah memberikan hukuman dengan cara yang lembut					
3	Peralatan medis di ruangan					



	UKS sekolah sudah lengkap					
4	Guru bersikap adil dalam memberi kesempatan menjawab di kelas					
5	Saya tidak pernah dibully (diperlakukan tidak baik) oleh teman-teman saya					
6	Guru saya selalu berkomunikasi dengan orang tua tentang perkembangan saya di sekolah					
7	Saya senang karena di sekolah ini terdapat ekstrakurikuler yang sesuai dengan minat dan keterampilan yang saya miliki					
8	Semua murid diperbolehkan ikut serta dalam kegiatan sekolah (perlombaan 17 agustus, ulang tahun sekolah, pentas seni, dll)					
9	Saya tidak pernah merasa lelah karena mengerjakan tugas atau belajar					
10	Saya senang adanya fasilitas yang memadai di sekolah					
11	Saya dibantu oleh guru ketika mengalami kesulitan dalam					

	belajar					
12	Saya tidak pernah mengucilkan (melakukan hal tidak baik) kepada teman saya					
13	Sekolah memiliki sarana untuk menyampaikan pendapat murid (kotak saran atau yang lainnya)					
14	Saya tidak pernah mengeluhkan sakit pada leher dan punggung saat belajar					
15	Saya selalu merasa senang dan ceria saat berada di kelas					
16	Saya senang diajak bercanda dengan guru di sekolah					
17	Sekolah memberi penghargaan kepada murid-murid yang berprestasi (lomba ekstrakurikuler, olimpiade, dan berkepribadian baik)					
18	Saya tidak pernah mengalami kecelakaan (terluka, terjatuh) saat berada di sekolah					
19	Udara disekitar kelas bersih dan beraroma harum					
20	Kelas saya tertata dengan rapi dan jauh dari suara kebisingan					

21	Pihak sekolah memberikan teguran dan pengarahan kepada siswa yang berkelakuan tidak sesuai aturan sekolah					
22	Kantin di sekolah menyediakan berbagai pilihan menu dan pelayanannya cepat					
23	Saya senang membaca di perpustakaan sekolah karena tersedia beragam buku bacaan					
24	Saya selalu bersikap akrab dengan semua teman di sekolah ini					
25	Sekolah saya selalu mengadakan rapat dengan orang tua untuk menangani permasalahan belajar siswa					
26	Saya merasa mampu memperoleh prestasi di sekolah ini					
27	Saya mendapat dukungan dari guru dan sekolah untuk mengembangkan bakat					
28	Saya selalu siap tampil di depan kelas jika diperintahkan oleh guru					
29	Saya tidak pernah takut salah					

	dalam setiap mengerjakan tugas sekolah					
30	Saya selalu menceritakan kepada orang tua tentang kegiatan yang saya lalui di sekolah					

### Lampiran 3 Hasil Uji Validitas Skala *Academic Burnout*

		Correlations															
		VAR00001	VAR00002	VAR00003	VAR00004	VAR00005	VAR00006	VAR00007	VAR00008	VAR00009	VAR00010	VAR00011	VAR00012	VAR00013	VAR00014	VAR00015	TOTAL
VAR00001	Pearson Correlation	1	.249	.170	.203	.019	.366	.323	.016	.124	.198	-.189	.159	.130	.136	-.020	.320
	Sig. (2-tailed)		.046	.175	.106	.880	.003	.009	.902	.325	.114	.132	.207	.302	.279	.877	.009
	N	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65
VAR00002	Pearson Correlation	.249	1	.301	.060	.305	.253	.288	-.135	.467	.053	.402	.195	.461	.310	.047	.465
	Sig. (2-tailed)	.046		.015	.637	.014	.042	.020	.282	.000	.675	.001	.119	.000	.012	.708	.000
	N	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65
VAR00003	Pearson Correlation	.170	.301	1	.265	.362	.368	.097	-.107	.277	-.002	.313	.272	.222	.125	.128	.414
	Sig. (2-tailed)	.175	.015		.033	.003	.003	.443	.397	.026	.990	.011	.029	.076	.322	.311	.001
	N	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65
VAR00004	Pearson Correlation	.203	.060	.265	1	.183	.128	.101	-.010	.077	.254	-.133	.140	.177	-.019	-.065	.254
	Sig. (2-tailed)	.106	.637	.033		.144	.308	.422	.937	.540	.042	.290	.267	.158	.883	.607	.041
	N	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65
VAR00005	Pearson Correlation	.019	.305	.362	.183	1	.134	.390	-.023	.461	.219	.313	.007	.294	.174	.053	.453
	Sig. (2-tailed)	.880	.014	.003	.144		.287	.001	.856	.000	.080	.011	.955	.017	.166	.675	.000
	N	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65
VAR00006	Pearson Correlation	.366	.253	.368	.128	.134	1	.146	.034	.012	-.095	-.002	.233	.097	.188	.015	.338
	Sig. (2-tailed)	.003	.042	.003	.308	.287		.247	.786	.926	.453	.990	.062	.443	.134	.906	.006
	N	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65
VAR00007	Pearson Correlation	.323	.288	.097	.101	.390	.146	1	.090	.511	.247	.212	.255	.335	.316	.018	.546
	Sig. (2-tailed)	.009	.020	.443	.422	.001	.247		.477	.000	.048	.089	.041	.006	.010	.884	.000
	N	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65
VAR00008	Pearson Correlation	.016	-.135	-.107	-.010	-.023	.034	.090	1	.081	.045	.059	.121	-.018	.163	.031	.521
	Sig. (2-tailed)	.902	.282	.397	.937	.856	.786	.477		.522	.720	.638	.335	.890	.194	.809	.000
	N	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65
VAR00009	Pearson Correlation	.124	.467	.277	.077	.461	.012	.511	.081	1	.369	.431	.192	.356	.422	.096	.625
	Sig. (2-tailed)	.325	.000	.026	.540	.000	.926	.000	.522		.002	.000	.125	.004	.000	.445	.000
	N	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65
VAR00010	Pearson Correlation	.198	.053	-.002	.254	.219	-.095	.247	.045	.369	1	.047	.273	.171	.237	-.160	.364
	Sig. (2-tailed)	.114	.675	.990	.042	.080	.453	.048	.720	.002		.713	.028	.173	.057	.203	.003
	N	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65
VAR00011	Pearson Correlation	-.189	.402	.313	-.133	.313	-.002	.212	.059	.431	.047	1	.255	.432	.433	.215	.509
	Sig. (2-tailed)	.132	.001	.011	.290	.011	.990	.089	.638	.000	.713		.040	.000	.000	.086	.000
	N	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65

VAR00012	Pearson Correlation	.159	.195	.272	.140	.007	.233	.255	.121	.192	.273	.255	1	.373	.252	.169	.515
	Sig. (2-tailed)	.207	.119	.029	.267	.955	.062	.041	.335	.125	.028	.040		.002	.043	.178	.000
	N	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65
VAR00013	Pearson Correlation	.130	.461*	.222	.177	.294	.097	.335	-.018	.356*	.171	.432*	.373*	1	.419*	.277	.566*
	Sig. (2-tailed)	.302	.000	.076	.168	.017	.443	.006	.890	.004	.173	.000	.002		.001	.025	.000
	N	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65
VAR00014	Pearson Correlation	.136	.310	.125	-.019	.174	.188	.316	.163	.422*	.237	.433*	.252	.419*	1	.352*	.613*
	Sig. (2-tailed)	.279	.012	.322	.883	.166	.134	.010	.194	.000	.057	.000	.043	.001		.004	.000
	N	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65
VAR00015	Pearson Correlation	-.020	.047	.128	-.065	.053	.015	.018	.031	.096	-.160	.215	.169	.277	.352*	1	.530*
	Sig. (2-tailed)	.877	.708	.311	.607	.675	.906	.884	.809	.445	.203	.086	.178	.025	.004		.030
	N	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65
TOTAL	Pearson Correlation	.320*	.465*	.414*	.254	.453*	.338*	.546*	.521*	.625*	.364*	.509*	.515*	.566*	.613*	.269	1
	Sig. (2-tailed)	.009	.000	.001	.041	.000	.006	.000	.000	.000	.003	.000	.000	.000	.000	.030	
	N	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65	65

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

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

### Lampiran 4 Hasil Uji Skala *School Well-Being*

		Correlations																		
		VAR00001	VAR00002	VAR00003	VAR00004	VAR00005	VAR00006	VAR00007	VAR00008	VAR00009	VAR00010	VAR00011	VAR00012	VAR00013	VAR00014	VAR00015	VAR00016	VAR00017	VAR00018	VAR00019
VAR00001	Pearson Correlation	1	.368**	.451**	.286*	.246*	.221	.173	-.055	-.190	.215	.222	.219	-.058	.152	.347**	.381**	.356**	.322**	.246*
	Sig. (2-tailed)		.002	.000	.016	.040	.066	.152	.650	.115	.074	.065	.068	.632	.208	.003	.001	.003	.007	.042
	N	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	69	69	69
VAR00002	Pearson Correlation	.368**	1	.309**	.274*	.159	.299*	.332**	.219	.079	.310**	.504**	.468**	.296*	.098	.382**	.255*	.377**	.289*	.040
	Sig. (2-tailed)	.002		.009	.022	.189	.012	.005	.069	.515	.009	.000	.000	.013	.418	.001	.033	.001	.016	.743
	N	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	69	69	69
VAR00003	Pearson Correlation	.451**	.309**	1	.271*	.103	.114	.213	.058	-.219	.381**	.400**	.186	-.042	.134	.255*	.257*	.286*	.096	.010
	Sig. (2-tailed)	.000	.009		.023	.395	.347	.076	.631	.068	.001	.001	.123	.732	.269	.033	.032	.017	.430	.936
	N	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	69	69	69
VAR00004	Pearson Correlation	.286*	.274*	.271*	1	.487**	.304*	.380**	.146	.115	.388**	.294*	.388**	.134	.342**	.378**	.290*	.442**	.095	.187
	Sig. (2-tailed)	.016	.022	.023		.000	.011	.001	.227	.345	.001	.013	.001	.269	.004	.001	.015	.000	.438	.124
	N	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	69	69	69
VAR00005	Pearson Correlation	.246*	.159	.103	.487**	1	.505**	.336**	.248*	.067	.100	.083	.331**	.315**	.157	.417**	.289*	.207	.063	.140
	Sig. (2-tailed)	.040	.189	.395	.000		.000	.004	.039	.584	.410	.494	.005	.008	.194	.000	.015	.088	.605	.252
	N	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	69	69	69
VAR00006	Pearson Correlation	.221	.299*	.114	.304*	.505**	1	.505**	.481**	-.031	.173	.131	.347**	.267*	.234	.372**	.122	.129	.054	.121
	Sig. (2-tailed)	.066	.012	.347	.011	.000		.000	.000	.802	.152	.279	.003	.026	.051	.002	.316	.292	.659	.323
	N	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	69	69	69
VAR00007	Pearson Correlation	.173	.332**	.213	.380**	.336**	.505**	1	.567**	-.152	.223	.340**	.324**	.235	.202	.367**	.155	.202	.163	.215
	Sig. (2-tailed)	.152	.005	.076	.001	.004	.000		.000	.210	.063	.004	.006	.050	.094	.002	.201	.096	.181	.076
	N	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	69	69	69
VAR00008	Pearson Correlation	-.055	.219	.058	.146	.248*	.481**	.567**	1	.153	-.095	.194	.376**	.416**	.194	.110	.107	.065	.249*	.054
	Sig. (2-tailed)	.650	.069	.631	.227	.039	.000	.000		.205	.436	.107	.001	.000	.108	.363	.377	.594	.039	.658
	N	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	69	69	69
VAR00009	Pearson Correlation	-.190	.079	-.219	.115	.067	-.031	-.152	.153	1	-.174	-.081	.136	.155	.051	-.159	-.126	-.100	-.137	-.083
	Sig. (2-tailed)	.115	.515	.068	.345	.584	.802	.210	.205		.150	.506	.263	.199	.673	.189	.300	.412	.263	.495
	N	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	69	69	69
VAR00010	Pearson Correlation	.215	.310**	.381**	.388**	.100	.173	.223	-.095	-.174	1	.396**	.285*	.102	.277*	.409**	.410**	.329**	.061	.128
	Sig. (2-tailed)	.074	.009	.001	.001	.410	.152	.063	.436	.150		.001	.017	.399	.020	.000	.000	.006	.619	.294
	N	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	69	69	69
VAR00011	Pearson Correlation	.222	.504**	.400**	.294*	.083	.131	.340**	.194	-.081	.396**	1	.636**	.085	.320**	.275*	.300*	.407**	.359**	.079
	Sig. (2-tailed)	.065	.000	.001	.013	.494	.279	.004	.107	.506	.001		.000	.484	.007	.021	.012	.001	.002	.518
	N	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	69	69	69
VAR00012	Pearson Correlation	.219	.468**	.186	.388**	.331**	.347**	.324**	.376**	.136	.285*	.636**	1	.454**	.381**	.365**	.415**	.389**	.271*	.243*
	Sig. (2-tailed)	.068	.000	.123	.001	.005	.003	.006	.001	.263	.017	.000		.000	.001	.002	.000	.001	.024	.044



	N	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	69	69	69
VAR00013	Pearson Correlation	-.058	.296 <sup>*</sup>	-.042	.134	.315 <sup>**</sup>	.267 <sup>*</sup>	.235	.416 <sup>**</sup>	.155	.102	.085	.454 <sup>**</sup>	1	.241 <sup>*</sup>	.198	.281 <sup>*</sup>	.192	.177	.145
	Sig. (2-tailed)	.632	.013	.732	.269	.008	.026	.050	.000	.199	.399	.484	.000		.045	.101	.018	.115	.146	.236
	N	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	69	69	69
VAR00014	Pearson Correlation	.152	.098	.134	.342 <sup>**</sup>	.157	.234	.202	.194	.051	.277 <sup>*</sup>	.320 <sup>**</sup>	.381 <sup>**</sup>	.241 <sup>*</sup>	1	.061	.285 <sup>*</sup>	.290 <sup>*</sup>	.135	.083
	Sig. (2-tailed)	.208	.418	.269	.004	.194	.051	.094	.108	.673	.020	.007	.001	.045		.614	.017	.016	.267	.497
	N	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	69	69	69
VAR00015	Pearson Correlation	.347 <sup>**</sup>	.382 <sup>**</sup>	.255 <sup>*</sup>	.378 <sup>**</sup>	.417 <sup>**</sup>	.372 <sup>**</sup>	.367 <sup>**</sup>	.110	-.159	.409 <sup>**</sup>	.275 <sup>*</sup>	.365 <sup>**</sup>	.198	.061	1	.294 <sup>*</sup>	.443 <sup>**</sup>	.181	.215
	Sig. (2-tailed)	.003	.001	.033	.001	.000	.002	.002	.363	.189	.000	.021	.002	.101	.614		.014	.000	.137	.076
	N	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	69	69	69
VAR00016	Pearson Correlation	.381 <sup>**</sup>	.255 <sup>*</sup>	.257 <sup>*</sup>	.290 <sup>*</sup>	.289 <sup>*</sup>	.122	.155	.107	-.126	.410 <sup>**</sup>	.300 <sup>*</sup>	.415 <sup>**</sup>	.281 <sup>*</sup>	.285 <sup>*</sup>	.294 <sup>*</sup>	1	.511 <sup>**</sup>	.319 <sup>**</sup>	.426 <sup>**</sup>
	Sig. (2-tailed)	.001	.033	.032	.015	.015	.316	.201	.377	.300	.000	.012	.000	.018	.017	.014		.000	.008	.000
	N	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	69	69	69
VAR00017	Pearson Correlation	.356 <sup>**</sup>	.377 <sup>**</sup>	.286 <sup>*</sup>	.442 <sup>**</sup>	.207	.129	.202	.065	-.100	.329 <sup>**</sup>	.407 <sup>**</sup>	.389 <sup>**</sup>	.192	.290 <sup>*</sup>	.443 <sup>**</sup>	.511 <sup>**</sup>	1	.384 <sup>**</sup>	.499 <sup>**</sup>
	Sig. (2-tailed)	.003	.001	.017	.000	.088	.292	.096	.594	.412	.006	.001	.001	.115	.016	.000	.000		.001	.000
	N	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69
VAR00018	Pearson Correlation	.322 <sup>**</sup>	.289 <sup>*</sup>	.096	.095	.063	.054	.163	.249 <sup>*</sup>	-.137	.061	.359 <sup>**</sup>	.271 <sup>*</sup>	.177	.135	.181	.319 <sup>**</sup>	.384 <sup>**</sup>	1	.300 <sup>*</sup>
	Sig. (2-tailed)	.007	.016	.430	.438	.605	.659	.181	.039	.263	.619	.002	.024	.146	.267	.137	.008	.001		.012
	N	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69
VAR00019	Pearson Correlation	.246 <sup>*</sup>	.040	.010	.187	.140	.121	.215	.054	-.083	.128	.079	.243 <sup>*</sup>	.145	.083	.215	.426 <sup>**</sup>	.499 <sup>**</sup>	.300 <sup>*</sup>	1
	Sig. (2-tailed)	.042	.743	.936	.124	.252	.323	.076	.658	.495	.294	.518	.044	.236	.497	.076	.000	.000	.012	
	N	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69



VAR00020	Pearson Correlation	.389**	.352**	.378**	.353**	.154	.117	.357**	.168	-.150	.089	.395**	.304*	.163	.278*	.108	.305*	.301*	.354**	.378**	
	Sig. (2-tailed)	.001	.003	.001	.003	.206	.339	.003	.169	.220	.467	.001	.011	.182	.021	.376	.011	.012	.003	.001	
	N	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69
VAR00021	Pearson Correlation	.021	.121	.334**	.170	-.010	-.143	.036	-.184	-.096	.152	.113	.093	.032	.042	.052	.096	.200	-.014	.113	
	Sig. (2-tailed)	.864	.323	.005	.164	.938	.242	.772	.129	.435	.213	.354	.447	.795	.733	.669	.432	.099	.911	.357	
	N	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69
VAR00022	Pearson Correlation	.134	.363**	.161	.249*	.237	.281*	.318**	.419**	.147	-.081	.289*	.450**	.356**	.160	.193	.349**	.293*	.420**	.405**	
	Sig. (2-tailed)	.273	.002	.187	.039	.050	.019	.008	.000	.227	.506	.016	.000	.003	.189	.112	.003	.015	.000	.001	
	N	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69
VAR00023	Pearson Correlation	.228	.231	.196	.447**	.372**	.413**	.519**	.332**	-.087	.192	.115	.373**	.259*	.222	.328**	.261*	.400**	.320**	.400**	
	Sig. (2-tailed)	.060	.056	.107	.000	.002	.000	.000	.005	.477	.114	.345	.002	.031	.067	.006	.030	.001	.007	.001	
	N	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69
VAR00024	Pearson Correlation	.223	.293*	.495**	.242*	.051	-.001	.330**	.051	-.101	.227	.363**	.134	-.194	.027	.311**	.089	.275*	.066	.136	
	Sig. (2-tailed)	.066	.014	.000	.045	.677	.991	.006	.678	.409	.061	.002	.274	.110	.829	.009	.466	.022	.588	.265	
	N	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69
VAR00025	Pearson Correlation	.073	.118	-.013	.264*	.341**	.422**	.494**	.323**	-.241*	.126	.150	.192	.169	.215	.166	.252*	.266*	.233	.209	
	Sig. (2-tailed)	.549	.336	.918	.029	.004	.000	.007	.046	.303	.217	.115	.164	.076	.172	.037	.027	.054	.085		
	N	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69
VAR00026	Pearson Correlation	.013	.272*	.105	.289*	.178	.222	.315**	.081	.042	.172	.118	.170	.112	.204	.161	-.013	.289*	.045	.081	
	Sig. (2-tailed)	.916	.024	.392	.016	.143	.067	.008	.510	.731	.158	.336	.163	.360	.092	.186	.918	.016	.714	.506	
	N	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69
VAR00027	Pearson Correlation	.224	.345**	.365**	.302*	.174	.155	.387**	.232	-.108	.254*	.379**	.224	.148	.071	.117	.314**	.296*	.187	.060	
	Sig. (2-tailed)	.064	.004	.002	.012	.153	.203	.001	.055	.376	.035	.001	.064	.224	.560	.337	.009	.013	.124	.627	
	N	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69
VAR00028	Pearson Correlation	.173	.282*	.364**	.424**	.199	.176	.379**	.064	-.150	.292*	.436**	.380**	.214	.246*	.158	.301*	.360**	.053	.089	
	Sig. (2-tailed)	.154	.019	.002	.000	.102	.149	.001	.600	.219	.015	.000	.001	.077	.042	.196	.012	.002	.668	.468	
	N	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69
VAR00029	Pearson Correlation	.177	.339**	.186	.325**	.047	.102	.263*	.125	.107	.185	.133	.255*	.135	.076	.062	.108	.244*	-.031	.109	
	Sig. (2-tailed)	.146	.004	.127	.006	.702	.402	.029	.304	.381	.129	.277	.034	.269	.537	.615	.377	.044	.802	.372	
	N	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69
VAR00030	Pearson Correlation	.223	.318**	.173	.347**	.004	.319**	.382**	.207	-.126	.269*	.296*	.300*	.230	.120	.240*	.358**	.413**	.238*	.231	
	Sig. (2-tailed)	.065	.008	.155	.003	.973	.008	.001	.088	.302	.025	.014	.012	.058	.327	.047	.003	.000	.049	.057	
	N	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69
VAR00031	Pearson Correlation	-.050	.089	-.080	.183	.124	.083	.032	.058	.311**	.052	.007	.177	.159	.289*	.112	.330**	.237	-.054	.195	
	Sig. (2-tailed)	.683	.469	.514	.133	.309	.499	.794	.636	.009	.674	.956	.145	.191	.016	.358	.006	.050	.662	.109	
	N	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69
VAR00032	Pearson Correlation	.379**	.513**	.377**	.623**	.471**	.481**	.570**	.474**	.045	.369**	.538**	.664**	.313**	.372**	.486**	.504**	.646**	.402**	.421**	
	Sig. (2-tailed)	.001	.000	.001	.000	.000	.000	.000	.000	.714	.002	.000	.000	.008	.002	.000	.000	.000	.001	.000	
	N	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	70	69	69	69

VAR00019	VAR00020	VAR00021	VAR00022	VAR00023	VAR00024	VAR00025	VAR00026	VAR00027	VAR00028	VAR00029	VAR00030	VAR00031	VAR00032
.246*	.389**	.021	.134	.228	.223	.073	.013	.224	.173	.177	.223	-.050	.379**
.042	.001	.864	.273	.060	.066	.549	.916	.064	.154	.146	.065	.683	.001
69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	70
.040	.352**	.121	.363**	.231	.293*	.118	.272*	.345**	.282*	.339**	.318**	.089	.513**
.743	.003	.323	.002	.056	.014	.336	.024	.004	.019	.004	.008	.469	.000
69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	70
.010	.378**	.334**	.161	.196	.495**	-.013	.105	.365**	.364**	.186	.173	-.080	.377**
.936	.001	.005	.187	.107	.000	.918	.392	.002	.002	.127	.155	.514	.001
69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	70
.187	.353**	.170	.249*	.447**	.242*	.264*	.289*	.302*	.424**	.325**	.347**	.183	.623**
.124	.003	.164	.039	.000	.045	.029	.016	.012	.000	.006	.003	.133	.000
69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	70
.140	.154	-.010	.237	.372**	.051	.341**	.178	.174	.199	.047	.004	.124	.471**
.252	.206	.938	.050	.002	.677	.004	.143	.153	.102	.702	.973	.309	.000
69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	70
.121	.117	-.143	.281*	.413**	-.001	.422**	.222	.155	.176	.102	.319**	.083	.481**
.323	.339	.242	.019	.000	.991	.000	.067	.203	.149	.402	.008	.499	.000
69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	70
.215	.357**	.036	.318**	.519**	.330**	.494**	.315**	.387**	.379**	.263*	.382**	.032	.570**
.076	.003	.772	.008	.000	.006	.000	.008	.001	.001	.029	.001	.794	.000
69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	70
.054	.168	-.184	.419**	.332**	.051	.323**	.081	.232	.064	.125	.207	.058	.474**
.658	.169	.129	.000	.005	.678	.007	.510	.055	.600	.304	.088	.636	.000
69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	70
-.083	-.150	-.096	.147	-.087	-.101	-.241*	.042	-.108	-.150	.107	-.126	.311**	.045
.495	.220	.435	.227	.477	.409	.046	.731	.376	.219	.381	.302	.009	.714
69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	70
.128	.089	.152	-.081	.192	.227	.126	.172	.254*	.292*	.185	.269*	.052	.369**
.294	.467	.213	.506	.114	.061	.303	.158	.035	.015	.129	.025	.674	.002
69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	70
.079	.395**	.113	.289*	.115	.363**	.150	.118	.379**	.436**	.133	.296*	.007	.538**
.518	.001	.354	.016	.345	.002	.217	.336	.001	.000	.277	.014	.956	.000
69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	70
.243*	.304*	.093	.450**	.373**	.134	.192	.170	.224	.380**	.255*	.300*	.177	.664**
.044	.011	.447	.000	.002	.274	.115	.163	.064	.001	.034	.012	.145	.000
69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	70
.145	.163	.032	.356**	.259*	-.194	.169	.112	.148	.214	.135	.230	.159	.313**
.236	.182	.795	.003	.031	.110	.164	.360	.224	.077	.269	.058	.191	.008

70	70	70	70	70	70	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	70
.320**	.381**	.241*	1	.061	.285*	.290*	.135	.083	.278*	.042	.160	.222	.027	.215	.204	.071	.246*	.076	.120	.289*	.372**
.007	.001	.045		.614	.017	.016	.267	.497	.021	.733	.189	.067	.829	.076	.092	.560	.042	.537	.327	.016	.002
70	70	70	70	70	70	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	70
.275*	.365**	.198	.061	1	.294*	.443**	.181	.215	.108	.052	.193	.328**	.311**	.166	.161	.117	.158	.062	.240*	.112	.486**
.021	.002	.101	.614		.014	.000	.137	.076	.376	.669	.112	.006	.009	.172	.186	.337	.196	.615	.047	.358	.000
70	70	70	70	70	70	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	70
.300*	.415**	.281*	.285*	.294*	1	.511**	.319**	.426**	.305*	.096	.349**	.261*	.089	.252*	-.013	.314**	.301*	.108	.358**	.330**	.504**
.012	.000	.018	.017	.014		.000	.008	.000	.011	.432	.003	.030	.466	.037	.918	.009	.012	.377	.003	.006	.000
70	70	70	70	70	70	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	70
.407**	.389**	.192	.290*	.443**	.511**	1	.384**	.499**	.301*	.200	.293*	.400**	.275*	.266*	.289*	.296*	.360**	.244*	.413**	.237	.646**
.001	.001	.115	.016	.000	.000		.001	.000	.012	.099	.015	.001	.022	.027	.016	.013	.002	.044	.000	.050	.000
69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69
.359**	.271*	.177	.135	.181	.319**	.384**	1	.300*	.354**	-.014	.420**	.320**	.066	.233	.045	.187	.053	-.031	.238*	-.054	.402**
.002	.024	.146	.267	.137	.008	.001		.012	.003	.911	.000	.007	.588	.054	.714	.124	.668	.802	.049	.662	.001
69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69
.079	.243*	.145	.083	.215	.426**	.499**	.300*	1	.378**	.113	.405**	.400**	.136	.209	.081	.060	.089	.109	.231	.195	.421**
.518	.044	.236	.497	.076	.000	.000	.012		.001	.357	.001	.001	.265	.085	.506	.627	.468	.372	.057	.109	.000
69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69
.395**	.304*	.163	.278*	.108	.305*	.301*	.354**	.378**	1	.364**	.427**	.360**	.298*	.170	.225	.329**	.374**	.232	.301*	.042	.577**
.001	.011	.182	.021	.376	.011	.012	.003	.001		.002	.000	.002	.013	.164	.063	.006	.002	.055	.012	.733	.000
69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69
.113	.093	.032	.042	.052	.096	.200	-.014	.113	.364**	1	.095	.242*	.462**	-.070	.257*	.286*	.217	.258*	.092	.143	.286*
.354	.447	.795	.733	.669	.432	.099	.911	.357	.002		.439	.045	.000	.568	.033	.017	.073	.032	.453	.241	.017
69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69
.289*	.450**	.356**	.160	.193	.349**	.293*	.420**	.405**	.427**	.095	1	.516**	.216	.397**	.251*	.393**	.229	.181	.351**	.321**	.618**
.016	.000	.003	.189	.112	.003	.015	.000	.001	.000	.439		.000	.074	.001	.037	.001	.058	.136	.003	.007	.000
69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69
.115	.373**	.259*	.222	.328**	.261*	.400**	.320**	.400**	.360**	.242*	.516**	1	.255*	.592**	.487**	.299*	.315**	.227	.409**	.136	.665**
.345	.002	.031	.067	.006	.030	.001	.007	.001	.002	.045	.000		.034	.000	.000	.013	.008	.061	.000	.265	.000
69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69
.363**	.134	-.194	.027	.311**	.089	.275*	.066	.136	.298*	.462**	.216	.255*	1	.188	.318**	.429**	.364**	.381**	.213	.186	.482**
.002	.274	.110	.829	.009	.466	.022	.588	.265	.013	.000	.074	.034		.122	.008	.000	.002	.001	.079	.126	.000
69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69
.150	.192	.169	.215	.166	.252*	.266*	.233	.209	.170	-.070	.397**	.592**	.188	1	.492**	.356**	.270*	-.014	.285*	.107	.481**
.217	.115	.164	.076	.172	.037	.027	.054	.085	.164	.568	.001	.000	.122		.000	.003	.025	.909	.017	.381	.000
69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69	69
.118	.170	.112	.204	.161	-.013	.289*	.045	.081	.225	.257*	.251*	.487**	.318**	.492**	1	.299*	.248*	.351**	.208	.108	.447**
.336	.163	.360	.092	.186	.918	.016	.714	.506	.063	.033	.037	.000	.008	.000		.013	.040	.003	.087	.375	.000

.115	.373**	.259*	.222	.328**	.261*	.400**	.320**	.400**	.360**	.242*	.516**	1	.255*	.592**	.487**	.299*	.315**	.227	.409**	.136	.665**
.345	.002	.031	.067	.006	.030	.001	.007	.001	.002	.045	.000		.034	.000	.000	.013	.008	.061	.000	.265	.000
.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69
.363**	.134	-.194	.027	.311**	.089	.275*	.066	.136	.298*	.462**	.216	.255*	1	.188	.318**	.429**	.364**	.381**	.213	.186	.482**
.002	.274	.110	.829	.009	.466	.022	.588	.265	.013	.000	.074	.034		.122	.008	.000	.002	.001	.079	.126	.000
.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69
.150	.192	.169	.215	.166	.252*	.266*	.233	.209	.170	-.070	.397**	.592**	.188	1	.492**	.356**	.270*	-.014	.285*	.107	.481**
.217	.115	.164	.076	.172	.037	.027	.054	.085	.164	.568	.001	.000	.122		.000	.003	.025	.909	.017	.381	.000
.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69
.118	.170	.112	.204	.161	-.013	.289*	.045	.081	.225	.257*	.251*	.487**	.318**	.492**	1	.299*	.248*	.351**	.208	.108	.447**
.336	.163	.360	.092	.186	.918	.016	.714	.506	.063	.033	.037	.000	.008	.000		.013	.040	.003	.087	.375	.000
.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69
.379**	.224	.148	.071	.117	.314**	.296*	.187	.060	.329**	.286*	.393**	.299*	.429**	.356**	.299*	1	.635**	.422**	.474**	.106	.584**
.001	.064	.224	.560	.337	.009	.013	.124	.627	.006	.017	.001	.013	.000	.003	.013		.000	.000	.000	.388	.000
.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69
.436**	.380**	.214	.246*	.158	.301*	.360**	.053	.089	.374**	.217	.229	.315**	.364**	.270*	.248*	.635**	1	.541**	.530**	.222	.598**
.000	.001	.077	.042	.196	.012	.002	.668	.468	.002	.073	.058	.008	.002	.025	.040	.000		.000	.000	.067	.000
.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69
.133	.255*	.135	.076	.062	.108	.244*	-.031	.109	.232	.258*	.181	.227	.381**	-.014	.351**	.422**	.541**	1	.481**	.237	.455**
.277	.034	.269	.537	.615	.377	.044	.802	.372	.055	.032	.136	.061	.001	.909	.003	.000	.000		.000	.050	.000
.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69
.296*	.300*	.230	.120	.240*	.358**	.413**	.238*	.231	.301*	.092	.351**	.409**	.213	.285*	.208	.474**	.530**	.481**	1	.274*	.578**
.014	.012	.058	.327	.047	.003	.000	.049	.057	.012	.453	.003	.000	.079	.017	.087	.000	.000	.000		.023	.000
.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69
.007	.177	.159	.289*	.112	.330**	.237	-.054	.195	.042	.143	.321**	.136	.186	.107	.108	.106	.222	.237	.274*	1	.338**
.956	.145	.191	.016	.358	.006	.050	.662	.109	.733	.241	.007	.265	.126	.381	.375	.388	.067	.050	.023		.004
.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69
.538**	.664**	.313**	.372**	.486**	.504**	.646**	.402**	.421**	.577**	.286*	.618**	.665**	.482**	.481**	.447**	.584**	.598**	.455**	.578**	.338**	1
.000	.000	.008	.002	.000	.000	.000	.001	.000	.000	.017	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.000	.004	
.70	.70	.70	.70	.70	.70	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.69	.70



### Lampiran 5 Uji Reliabilitas Skala *School Well-Being*

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.902	30

### Lampiran 6 Uji Reliabilitas Skala *Academic Burnout*

#### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.836	30

### Lampiran 7 Hasil Uji Normalitas

#### One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		71
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	12.93214028
	Most Extreme Differences	
	Absolute	.104
	Positive	.087
	Negative	-.104
Test Statistic		.102
Asymp. Sig. (2-tailed)		.079 <sup>c</sup>

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

## Lampiran 8 Hasil Uji Linearitas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Y * X	Between Groups	(Combined)	9243.714	27	342.360	1.715	.056
		Linearity	861.709	1	861.709	4.315	.044
		Deviation from Linearity	8382.005	26	322.385	1.615	.080
Within Groups			8586.145	43	199.678		
Total			17829.859	71			

## Lampiran 9 Hasil Uji Hipotesis

Variables Entered/Removed<sup>a</sup>

Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Y <sup>b</sup>	.	Enter

a. Dependent Variable: X

b. All requested variables entered.

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.220 <sup>a</sup>	.216	.035	7.343

a. Predictors: (Constant), Y

ANOVA<sup>a</sup>

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	188.958	1	188.958	12.203	.000 <sup>b</sup>
	Residual	3720.817	69	53.925		
	Total	3909.775	70			

a. Dependent Variable: X

b. Predictors: (Constant), Y

Coefficients<sup>a</sup>

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	55.570	5.684		9.777	.000
	Y	-.103	.055	-.220	-1.872	.065

a. Dependent Variable: X

## Lampiran 10 Hasil Uji Kategorisasi

## Descriptive Statistics

	N	Minimu m	Maximu m	Mean	Std. Deviation
X	71	31	63	45.06	7.474
Y	71	47	158	75.28	20.141
Valid N (listwise)	71				



### Lampiran 11 Kategorisasi Variabel *Academic Burnout*

		Kategori			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	8	11.3	11.3	11.3
	Sedang	30	42.3	42.3	53.5
	Tinggi	33	46.5	46.5	100.0
	Total	71	100.0	100.0	

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persen
Rendah	< 55	8	11.27
Sedang	55 - 95	55	77.46
Tinggi	95 <	8	11.27
Total		71	100.00

### Descriptive Statistics

	N	Minimu m	Maximu m	Mean	Std. Deviation
Exhaustion	71	15	43	31.73	4.814
Cynicism	71	5	18	10.38	2.738
REA	71	12	28	18.68	3.451
Valid N (listwise)	71				

#### Lampiran Kategorisasi Aspek Exhaustion

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persen
Rendah	< 27	8	11.27
Sedang	27 - 37	55	77.46
Tinggi	37 <	8	11.27
Total		71	100.00

#### Lampiran Kategorisasi Aspek Cynicism

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persen
Rendah	< 8	10	14.08
Sedang	8 - 13	52	73.24
Tinggi	13 <	9	12.68
Total		71	100.00

#### Lampiran Kategorisasi Reduced Academic Efficacy

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persen
Rendah	< 15	7	9.86
Sedang	15 - 22	55	77.46
Tinggi	22 <	9	12.68
Total		71	100.00

## Lampiran 12 Kategorisasi Variabel *School Well-Being*

### Descriptive Statistics

	N	Minimu m	Maximu m	Mean	Std. Deviation
Having	71	11	42	27.58	5.679
Loving	71	15	42	31.80	4.999
Being	71	12	28	20.94	3.749
Health	71	6	26	19.10	3.526
Valid N (listwise)	71				

### Lampiran Kategorisasi Aspek *Having*

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persen
Rendah	< 22	7	9.86
Sedang	22 - 33	55	77.46
Tinggi	33 <	9	12.68
Total		71	100.00

### Lampiran Kategorisasi *Loving*

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persen
Rendah	< 27	7	9.86
Sedang	27 - 37	57	80.28
Tinggi	37 <	7	9.86

Total	71	100.00
-------	----	--------

Lampiran Kategorisasi *Being*

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persen
Rendah	< 17	11	15.49
Sedang	17 - 25	55	77.46
Tinggi	25 <	5	7.04
Total		71	100.00

Lampiran Kategorisasi *Health*

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persen
Rendah	< 16	9	12.68
Sedang	16 - 23	55	77.46
Tinggi	23 <	7	9.86
Total		71	100.00