

Peranan Konsep Diri dan Efikasi Diri terhadap *Burnout Academic* pada Siswa di Masa Pandemi Covid-19

Yumna Fadhilah Rifda^{1*}, Ghozali Rusyid Affandi²

[1] Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia. [2] Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia.

Abstract

This study is conducted to examine the role of self-concept and self-efficacy on academic burnout in students. The method of research used in this study is a quantitative approach. The object of the research focuses on a sample of 278 students and uses the proportionate stratified random sampling technique. This research instrument uses an adaptation scale with a Likert model on academic burnout, self-concept, self-efficacy. The academic burnout scale was obtained from the Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS) which has been translated into Indonesian with a Cronbach's Alpha reliability of 0,838. The self-concept scale was adapted from self-concept in preadulthood: a brief version of AF5 (Five-Factor Self-Concept) scale with Cronbach's Alpha reliability of 0,825. The self-efficacy scale was adapted from the Self-Efficacy Questionnaire in Youth with Cronbach's Alpha reliability of 0,988. Furthermore, data analysis in this study uses multiple linear regression. The results of the study conclude that self-concept and self-efficacy have a big role in provoked academic burnout. It shows that students will experience less burnout when they feel confident to face all of the academic activities or when they can accomplish academic achievement. The contribution that is given together produces 30.5%. Self-concept contributes 12.99% while self-efficacy contributes 17.49%. So, we can conclude that self-efficacy contributes an important role in affecting academic burnout.

Keywords: Burnout Academic; Self Efficacy; Self Concept; Student; Covid-19

Article Info

Artikel History: Submitted: 2022-07-06 | Published: 2022-08-30

DOI: <http://dx.doi.org/10.24127/gdn.v12i2.5583>

Vol 12, No 2 (2022) Page: 201 - 211

(*) Corresponding Author: Ghozali Rusyid Affandi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia, Email: ghozali@umsida.ac.id



This is an open-access article distributed under the terms of the [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium provided the original work is properly cited.

INTRODUCTION

Wabah *coronavirus disease* 2019 (Covid-19) telah melanda hampir seluruh negara di dunia. Dengan munculnya *coronavirus* ini berdampak pada semua sektor, salah satunya pada sektor pendidikan. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) telah mengeluarkan surat edaran dari Menteri Pendidikan dan Kebudayaan sejak tanggal 17 Maret 2020 bernomor: 36962 / MPK.A / HK / 2020, yang mengatakan bahwa pembelajaran secara daring dan bekerja dari rumah dalam rangka Pencegahan Penyebaran *coronavirus disease* (Argaheni, 2020). Namun, seiring dengan perkembangan penyebaran *coronavirus* di Indonesia yang mulai menurun, pemerintah mengeluarkan kebijakan baru mengenai tata cara penyelenggaraan pembelajaran tatap muka di masa pandemi *coronavirus disease* pada tahun 2021. Berdasarkan surat keputusan bersama Menteri Pendidikan dan Kebudayaan, Menteri Agama, Menteri Kesehatan dan Menteri Dalam Negeri bernomor 116266/A5/HK/2020, menyatakan bahwa pemberian izin dalam melaksanakan tatap muka pada satuan pendidikan dengan memperhatikan situasi dan kondisi penularan *coronavirus* serta menerapkan protokol kesehatan yang ketat (Makhin, 2021). Dalam melaksanakan kebijakan baru tersebut, Sekolah Menengah Pertama (SMP) menjadi salah satu sekolah yang mengalami perubahan metode pembelajaran yang berawal dari daring atau *online* kini melakukan pembelajaran secara tatap muka dengan menerapkan protokol kesehatan. Perubahan metode pembelajaran dari luring menjadi daring, dari daring menjadi luring dengan berbagai macam keterbatasannya tersebut menimbulkan dampak terhadap kondisi psikologis siswa.

Siswa yang tidak mampu memenuhi berbagai tuntutan perubahan secara cepat pada proses pembelajaran akan membuat mereka rentan terkena stres. Stres yang dialami siswa dapat berdampak negatif dalam pelaksanaan proses pembelajaran yang dimana hal ini berhubungan dengan *burnout academic*. Seperti halnya yang disampaikan oleh Yang (2004) bahwa *burnout academic* adalah keadaan kelelahan emosional, kecenderungan untuk depersonalisasi serta perasaan rendah dalam pencapaian pribadi dikarenakan tekanan belajar, beban akademik maupun faktor lainnya dalam belajar. Karakteristik munculnya *burnout academic* diantaranya yaitu motivasi yang rendah, meningkatnya perasaan gagal yang disebabkan ketidakmampuannya dalam memenuhi pencapaian akademik (Salmela-Aro *et al.*, 2009). Dampak *burnout academic* yang dapat dialami siswa diantaranya yaitu tingkat ketidakhadiran menjadi lebih tinggi, presentase putus sekolah yang tinggi, memiliki masalah memori dan konsentrasi, kelelahan emosional, lekas marah serta mengalami gejala fisik seperti sakit kepala, kontraksi perut (Fariborz *et al.*, 2019; Rahmati, 2015). Terdapat banyak faktor yang mempengaruhi *burnout academic* salah satunya adalah konsep diri dan efikasi diri (Fariborz *et al.*, 2019; Jung *et al.*, 2015; Rahmati, 2015; Someeh & Rezakhani, 2019; Wang *et al.*, 2019; Yu *et al.*, 2019).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Someeh & Rezakhani (2019) menunjukkan bahwa kontribusi konsep diri dan gaya identitas secara bersama-sama memunculkan terjadinya *burnout academic*. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Yu *et al.*, (2019) mengemukakan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara konsep diri dan *burnout academic* sehubungan dengan jenis kelamin, namun konsep diri mempengaruhi *burnout academic*. Wang *et al.*, (2019) pada penelitiannya juga mengatakan bahwa konsep diri berpengaruh negatif terhadap *burnout academic* dimana ketika konsep diri positif maka dapat menurunkan tingkat *burnout academic* siswa.

Konsep diri dapat dikatakan sebagai keyakinan individu mengenai dirinya sendiri seperti halnya atribut yang dimilikinya serta apa dan siapa diri itu (Bharathi & Sreedevi.P, 2016). Konsep diri seseorang juga mempengaruhi bagaimana seorang individu

memandang dirinya sendiri dan lingkungannya. Remaja yang memiliki konsep diri tinggi dianggap mampu mencapai prestasi akademik yang tinggi. Hal ini akan memberikan identitas untuk siswa di lingkungan masyarakat, mampu memperoleh peluang karir yang baik, mendapat penerimaan dari orang tua, teman sebaya serta guru, mampu mengembangkan kualitas kepemimpinannya dan mampu meningkatkan keterampilan hidupnya (Bharathi & Sreedevi.P, 2016).

Selain konsep diri, hasil penelitian yang dilakukan oleh Fariborz *et al.*, (2019) menunjukkan bahwa efikasi diri mempengaruhi dalam hubungan antara stres akademik, respon stres dan *burnout academic*. Individu dengan efikasi diri yang tinggi cenderung konsentrasi sedangkan individu dengan efikasi diri yang rendah akan tenggelam dalam kekhawatiran yang menyebabkan *burnout academic*. Hal ini juga didukung oleh penelitian yang telah dilakukan Rahmati (2015) yang mengatakan bahwa semakin tinggi efikasi diri maka semakin rendah *burnout academic*. Jung *et al.*, (2015) pada penelitiannya juga mengatakan bahwa terdapat korelasi positif antara efikasi diri dengan *burnout academic* dan stres akademik, dimana ketika efikasi diri siswa secara signifikan tinggi maka *burnout academic* akan menjadi lebih rendah.

Efikasi diri dikatakan sebagai suatu penilaian, keyakinan, kontrol diri dan perasaan mengenai apakah individu tersebut mampu menyelesaikan suatu aktivitas pada tingkat tertentu (Chen *et al.*, 2021). Efikasi diri muncul sebagai kognitif dan motivasi yang bertanggung jawab untuk mengarahkan perilaku manusia dimana dianggap sebagai penilaian pribadi atau penilaian keterampilan dan kemampuan setiap individu saat melakukan suatu tindakan tertentu (Bandura, 1982; Galindo-Domínguez *et al.*, 2020). Keyakinan pada diri yang negatif ini mampu meningkatkan stres serta mengurangi penggunaan dalam aspek kognitif secara efektif yang nantinya berdampak pada munculnya *burnout academic* (Coutinho & Neuman, 2008; Fariborz *et al.*, 2019). Individu dengan efikasi diri yang tinggi memiliki perasaan tenang serta dapat mengontrol suasana hati dan emosinya ketika menghadapi aktivitas atau masalah akademik sehingga mereka tidak mudah menyerah dan berusaha menjalani aktivitas maupun masalah tersebut (Charkhabi *et al.*, 2013; Rahmati, 2015). Dengan berbagai tinjauan tersebut serta belum banyaknya model penelitian yang menjadikan satu antara konsep diri dan efikasi diri guna meninjau *burnout academic* terutama pada siswa di masa pandemi covid-19, maka tujuan penelitian adalah menguji peranan konsep diri dan efikasi diri terhadap *burnout academic* siswa di masa pandemi covid-19.

METHOD

Desain Penelitian

Peneliti menggunakan desain penelitian dengan pendekatan kuantitatif untuk menemukan ada atau tidaknya pengaruh antar variabel. Desain penelitian ini bertujuan untuk menemukan pengaruh antara konsep diri dan efikasi diri terhadap *burnout academic*. Penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi linier berganda yang dimana mengukur hubungan antara variabel terikat dengan dua atau lebih variabel bebas.

Partisipan

Penelitian ini menggunakan populasi sebanyak 1015 siswa SMPN 2 Sukodono Sidoarjo. Sampel pada penelitian ini meliputi 278 siswa yang diantaranya adalah 33% kelas 7, 34% kelas 8 dan 33% kelas 9 yang dimana berjenis kelamin perempuan dan laki-laki. Pemilihan

subyek pada penelitian ini menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling* karena anggota populasi beragam dan terdiri atas kelompok yang bertingkat.

Instrumen Penelitian

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini adalah skala psikologi yang merupakan salah satu jenis alat ukur yang menggunakan persyaratan tertulis untuk mendapatkan informasi dari responden. Skala model *Likert* menjadi skala yang digunakan pada penelitian ini dalam mendapatkan data empirik dari konsep diri, efikasi diri serta *burnout academic*. Skala *burnout academic*, konsep diri dan efikasi diri menggunakan skala adaptasi yang telah disusun oleh beberapa peneliti terdahulu. Skala telah diuji coba kepada 90 orang siswa SMPN 2 Sukodono Sidoarjo untuk memperoleh validitas dan reliabilitas. Adapun skala yang dimaksud adalah sebagai berikut:

Skala *Burnout Academic*

Peneliti menggunakan skala adaptasi *Maslach Burnout Inventory-Student Survey* (MBI-SS) yang dikembangkan oleh dari Maylani & Kusdiyati (2021) untuk mengukur *burnout academic* yang dimana penyusunannya mengacu pada dimensi *burnout academic* dari Schaufeli *et al.* (2002), yaitu *exhaustion*, *cynicism* dan *reduce of professional efficacy*. Contoh aitem pada dimensi *exhaustion* adalah “Saya merasa sangat kelelahan akibat pembelajaran yang saya jalani” dan “Saya merasa lelah ketika bangun di pagi hari dan harus mengikuti pembelajaran”. Contoh aitem pada dimensi *cynicism* adalah “Saya meragukan pentingnya proses pembelajaran yang saya jalani” dan “Saya menjadi kurang antusias dengan pembelajaran saya”. Contoh aitem pada dimensi *reduce of professional efficacy* adalah “Saya merasa bersemangat ketika saya meraih tujuan pembelajaran saya” dan “Saya belajar banyak hal menarik ketika proses pembelajaran yang saya jalani”. Analisis hasil uji coba menunjukkan bahwa dari 15 item, sebanyak 14 item valid dan 1 item tidak valid dengan uji reliabilitas menunjukkan skor *Cronbach’s Alpha* sebesar 0,838.

Skala Konsep Diri

Skala konsep diri menggunakan skala adaptasi *self-concept in preadolescence: a brief version of AF5 (Five-Factor Self-Concept) scale* yang dikembangkan oleh Herdyanti & Margaretha (2017) dimana dalam penyusunannya berdasarkan dimensi konsep diri dari Shavelson *et al.* (1976), yaitu: *academic self-concept*, *social self-concept*, *emotional self-concept*, *family self-concept* dan *physical self-concept*. Contoh aitem dari dimensi *academic self-concept* adalah “Guruku berpikir bahwa saya adalah murid yang baik” dan “Saya siswa yang baik”. Contoh aitem dari dimensi *social self-concept* adalah “Saya mudah mendapatkan banyak teman” dan “Saya adalah seorang yang bersahabat”. Contoh aitem dari dimensi *emotional self-concept* adalah “Banyak hal membuat saya gugup” dan “Saya menjadi gugup ketika guru saya menanyakan sebuah pertanyaan kepadaku”. Contoh aitem dari dimensi *family self-concept* adalah “Orang tua memberi saya kepercayaan” dan “Saya dicintai oleh orang tua”. Contoh aitem dari dimensi *physical self-concept* adalah “Saya menyukai penampilan fisikku” dan “Saya orang yang menarik”. Analisis hasil uji coba menunjukkan bahwa dari 20 item, sebanyak 13 item valid dan 7 item tidak valid dengan uji reliabilitas yang menunjukkan skor *Cronbach’s Alpha* sebesar 0,825.

Skala Efikasi Diri

Skala efikasi diri menggunakan skala *Self-Efficacy Questionnaire in Youth* yang dikembangkan oleh Muris (2001) yang penyusunannya mengacu pada dimensi efikasi diri yaitu: *social self efficacy*, *academic self efficacy*, dan *emotional self efficacy*. Contoh aitem dari dimensi *academic self efficacy* adalah “Seberapa baik kamu dapat belajar ketika ada hal menarik lainnya untuk dilakukan?” dan “Seberapa baik kamu dapat mempelajari satu

bab untuk ujian?”. Contoh aitem dari dimensi *social self efficacy* adalah “Seberapa baik kamu bisa berteman dengan anak-anak lain?” dan “Seberapa baik kamu dapat mengobrol dengan orang yang tidak dikenal?”. Contoh aitem dari dimensi *emotional self efficacy* adalah “Seberapa baik kamu dapat mengontrol dirimu agar tidak gugup?” dan “Seberapa baik kamu bisa mengendalikan perasaanmu saat kamu marah atau sedih?”. Hasil analisis uji coba menunjukkan bahwa 24 item valid dengan uji reliabilitas menunjukkan skor *Cronbach’s Alpha* sebesar 0,898.

Prosedur Penelitian

Sebelum pengisian skala psikologi, responden diberitahu mengenai tujuan penelitian ini dan diminta untuk mengisi secara jujur sesuai dengan diri responden. Selain itu, peneliti juga memastikan kerahasiaan atas informasi yang diberikan responden serta wajib mengisi secara lengkap identitas mereka.

Analisis Data

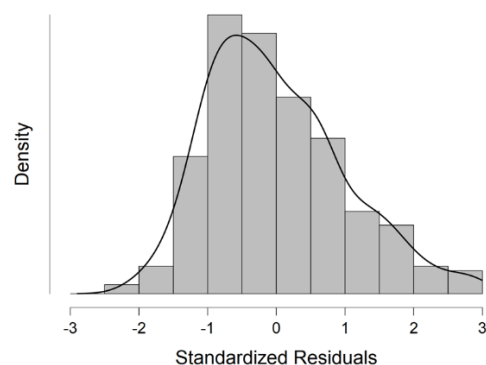
Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan regresi linier berganda dengan bantuan JASP 0.16. Tujuan dari analisis regresi linier berganda yaitu untuk menguji peranan konsep diri dan efikasi diri dengan *burnout academic* pada siswa SMPN 2 Sukodono Sidoarjo untuk memenuhi uji asumsi sebelum dilakukan uji hipotesis.

RESULT AND DISCUSSION

Hasil Penelitian

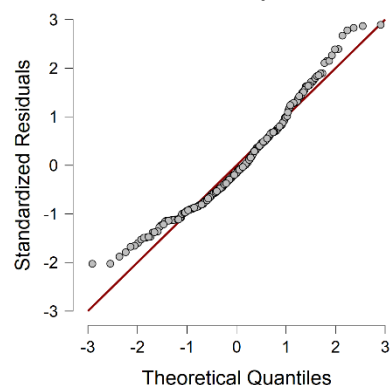
Berdasarkan hasil uji normalitas pada *Standardized Residuals Histogram* terhadap *burnout academic*, konsep diri dan efikasi diri menyatakan bahwa data terdistribusi dengan normal. Maka, dapat diartikan bahwa terdapat perbedaan antara sampel penelitian dengan populasi. Analisis hasil uji normalitas pada *Standardized Residuals Histogram* terdapat terdapat pada Gambar 1.

Gambar 1. Analisis Uji Normalitas Standardized Residuals Histogram



Berdasarkan hasil uji linieritas pada *Q-Q Plot Standardized Residuals* untuk data konsep diri dengan *burnout academic* dan efikasi diri dengan *burnout academic* menyatakan bahwa terdapat garis linear yang dimana menghubungkan antara konsep diri dengan *burnout academic* dan efikasi diri dengan *burnout academic*. Analisis hasil uji linieritas pada *Q-Q Plot Standardized Residuals* terdapat pada Gambar 2.

Gambar 2. Analisis Uji Linieritas pada Q-Q Plot Standardized Residuals



Berdasarkan hasil uji multikolinearitas pada konsep diri dan efikasi diri memperoleh skor *Tolerance* sebesar 0,611 sedangkan skor VIF sebanyak 1,637. Penelitian ini menggunakan pedoman *tolerance* yaitu $> 0,1$ sedangkan pedoman VIF yaitu < 10 . Berdasarkan pedoman tersebut maka dapat dinyatakan bahwa seluruh variabel memiliki kesamaan fungsi dan tidak terdapat tumpang tindih. Analisis hasil uji multikolinearitas terdapat pada Tabel 1.

Tabel 1. Analisis Uji Multikolinearitas

Model		Standard	Standardized	t	p	Collinearity Statistics		
						Error	Tolerance	VIF
H0	(Intercept)	23.534	0.800	29.429	< .001			
H1	(Intercept)	75.865	4.963	15.287	< .001			
	Konsep Diri	-0.671	0.161	-0.269	-4.168	< .001	0.611	1.637
	Efikasi Diri	-0.317	0.060	-0.343	-5.315	< .001	0.611	1.637

Hasil uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan korelasi *pearson* pada konsep diri dengan *burnout academic* memperoleh skor sebesar 0,483 ($p: < .001$) sedangkan pada efikasi diri dengan *burnout academic* memperoleh skor sebesar 0,510 ($p: < .001$) maka dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara konsep diri dengan *burnout academic* dan efikasi diri dengan *burnout academic* (lihat Tabel 2).

Tabel 2. Analisis Pearson's Correlations

Variable	Konsep Diri	Efikasi Diri	<i>Burnout Academic</i>
1. Konsep Diri	n	—	
	Pearson's r	—	
	p-value	—	
2. Efikasi Diri	n	277	—
	Pearson's r	0.624 ***	—
	p-value	< .001	—

Tabel 2. Analisis Pearson's Correlations

Variable	Konsep Diri	Efikasi Diri	<i>Burnout Academic</i>
3. <i>Burnout Academic</i> n		277	277
	Pearson's r	0.483 ***	-0.510 ***
	p-value	< .001	< .001

Hasil analisis regresi linear berganda memperoleh skor F sebesar 59,983 dengan $p < 0,001$. Maka dapat dikatakan bahwa terdapat pengaruh secara bersama-sama konsep diri dan efikasi diri terhadap *burnout academic* pada siswa SMP di masa pandemi covid-19 sebagaimana tertuang pada pada Tabel 3 dan Tabel 4.

Maka, dapat disimpulkan bahwa kontribusi secara bersama-sama antara konsep diri dan efikasi diri terhadap *burnout academic* sebesar 30,5%. Adapun kontribusi secara terpisah menunjukkan bahwa konsep diri memiliki peranan sebesar 12,99% terhadap *burnout academic*. Sedangkan kontribusi yang diberikan oleh efikasi diri sebesar 17,49%. Dari hasil tersebut maka dapat disimpulkan bahwa efikasi diri memberikan kontribusi lebih besar terhadap *burnout academic* dari pada konsep diri (tabel 1).

Tabel 3. Analisis Regresi Linear Berganda ANOVA

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	p
H ₁	Regression	14887.751	2	7443.875	59.983	< .001
	Residual	34003.173	274	124.099		
	Total	48890.924	276			

Tabel 4. Model Summary – Burnout Academic

Model	R	R ²	Adjusted R ²	RMSE
H ₀	0.000	0.000	0.000	13.309
H ₁	0.552	0.305	0.299	11.140

Pembahasan

Penelitian ini menguji peranan dari konsep diri dan efikasi diri terhadap *burnout academic* pada siswa sekolah menengah pertama di masa pandemi covid-19. Hasil penelitian mengatakan bahwa konsep diri dan efikasi diri secara bersama-sama mempengaruhi *burnout academic*, artinya ketika siswa merasa yakin dalam mencapai prestasi akademik serta mampu menghadapi berbagai aktivitas akademik sehingga akan memungkinkan siswa lebih sedikit mengalami *burnout academic*. Adanya ancaman dari infeksi corona virus memunculkan tekanan psikologis secara terus menerus yang dimana membuat ketakutan akan keselamatan kesehatan yang menyebabkan kelelahan kemudian menurunkan produktivitasnya. Hal ini berdampak pada produktivitas siswa dalam menjalankan proses akademik yang mampu memunculkan *burnout academic* (Galanis *et al.*, 2021).

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya yang telah dilakukan menunjukkan bahwa terdapat pengaruh negatif antara konsep diri dan *burnout academic* (Someeh & Rezakhani,

2019; Wang *et al.*, 2019; Yu *et al.*, 2019). Keyakinan siswa atas dirinya sendiri baik secara fisik, sosial dan psikologis yang dibentuk serta diubah melalui berbagai pengalaman maupun interaksi dengan orang lain sehingga mampu meraih apa yang diinginkannya. Konsep diri dikatakan sebagai faktor pribadi paling penting yang mampu melindungi individu dari dampak negatif stres (Cao *et al.*, 2016). Siswa yang memiliki konsep diri yang positif akan cenderung bersikap spontan, kreatif, percaya diri dan memiliki motivasi yang baik dalam mencapai prestasi akademiknya (Bharathi & Sreedevi.P, 2016).

Hasil dari kontribusi konsep diri terhadap *burnout academic* sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wang *et al.* (2019) yang menyebutkan bahwa konsep diri adalah prediktor negatif yang signifikan dari *burnout academic*. Dengan kata lain, ketika siswa memiliki konsep diri yang negatif ia akan cenderung kehilangan motivasi belajar dan mengalami tingkat *burnout academic* yang tinggi. Sedangkan, siswa dengan konsep diri yang positif dianggap mampu mencapai prestasi akademik yang tinggi dimana hal tersebut akan berdampak pada peluang untuk mendapatkan karir yang baik, penerimaan dari teman sebaya, orang tua, guru serta dapat meningkatkan keterampilan hidupnya (Bharathi & Sreedevi.P, 2016). Siswa dengan konsep diri yang positif dan terbentuk dengan baik akan memiliki tingkat *burnout academic* yang rendah (Nwafor *et al.*, 2015; Wang *et al.*, 2019; Yu *et al.*, 2019).

Selain konsep diri yang dimiliki siswa, penilaian mengenai dirinya sendiri apakah ia mampu menyelesaikan suatu aktivitas yang berkaitan dengan perilakunya dalam menghadapi berbagai macam aktivitas tertentu disebut sebagai efikasi diri (Chen *et al.*, 2021). Penilaian atas diri yang positif akan merasakan perasaan tenang serta mampu mengontrol suasana hati dan emosinya saat menghadapi aktivitas akademik (Rahmati, 2015). Siswa akan cenderung memiliki konsentrasi yang tinggi, tidak menyerah dan berusaha mencari solusi dalam menghadapi aktivitas akademik (Charkhabi *et al.*, 2013). Penilaian atas diri yang positif dapat memungkinkan siswa terhindar dari *burnout academic*.

Hasil kontribusi efikasi diri terhadap *burnout academic* sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Alshammari *et al.* (2019) mengatakan bahwa efikasi diri memiliki hubungan negatif secara signifikan terhadap *burnout academic* dimana ketika terjadi peningkatan efikasi diri maka akan menurunkan *burnout academic*. Siswa dengan efikasi diri positif akan memilih tujuan yang lebih menantang dan membutuhkan lebih banyak usaha (Rahmati, 2015). Efikasi diri mampu meningkatkan sikap dalam menghadapi tantangan dan kesulitan serta mengurangi kerentanan terhadap stres, kelelahan juga depresi sehingga menganggap bahwa tugas-tugas yang sulit sebagai peluang pertumbuhan daripada ancaman (Naderi *et al.*, 2018). Adanya efikasi diri yang positif dapat membantu siswa secara efektif dalam menangani masalah akademik serta memungkinkan mereka mengalami *burnout academic* yang lebih rendah (Jenaabadi *et al.*, 2017; Rahmati, 2015).

Implikasi praktis dari hasil penelitian yaitu kepada pihak sekolah menengah pertama untuk mengetahui pentingnya peranan konsep diri dan efikasi diri pada siswa dalam menghadapi *burnout academic*. Hasil penelitian ini mengupayakan pihak sekolah menengah pertama untuk meningkatkan keyakinan siswa atas dirinya serta penilaian terhadap dirinya bahwa ia mampu menyelesaikan berbagai macam tugas maupun aktivitas sehingga dapat menurunkan tingkat *burnout academic* yang dialaminya. Maka dapat dikatakan bahwa konsep diri dan efikasi diri adalah faktor psikologis yang berperan dalam menghadapi *burnout academic*. Implikasi teoritis dari hasil penelitian ini adalah dapat

menjadi sebuah referensi penelitian yang membahas mengenai *burnout academic* siswa serta hasil dari penelitian relevan dengan hasil peneliti terdahulu.

Namun demikian, penelitian ini memiliki keterbatasan yaitu subyek penelitian difokuskan pada siswa SMP, sehingga penelitian selanjutnya disarankan mengambil siswa dengan jenjang pendidikan lainnya. Selanjutnya hasil penelitian menyatakan bahwa 17,49% *burnout academic* dipengaruhi oleh efikasi diri sedangkan 12,99% dipengaruhi oleh konsep diri. Hal ini menjadi keterbatasan penelitian ini sehingga dibutuhkan penelitian selanjutnya diharapkan untuk meneliti variabel-variabel lain yang telah disebutkan sebelumnya untuk melengkapi penelitian ini.

CONCLUSION

Hasil dari penelitian ini sesuai dengan hipotesis penelitian dimana konsep diri dan efikasi diri memiliki peranan terhadap *burnout academic*. Kontribusi secara bersama-sama antara konsep diri dan efikasi diri terhadap *burnout academic* sebesar 30,5%. Kontribusi yang diberikan oleh konsep diri sebanyak 12,99%. Sedangkan kontribusi yang diberikan oleh efikasi diri sebanyak 17,49%. Maka dikatakan bahwa efikasi diri memberikan kontribusi lebih besar terhadap *burnout academic*.

REFERENSI

- Alshammari, F., Mohamed, L. A. E., Nageeb, S. M., & Sallam, S. A. E. G. (2019). Relation between Academic Burnout and Self-Efficacy among University Nursing Students. *International Journal of Novel Research in Healthcare and Nursing*, 6(3), 345–356. www.noveltyjournals.com
- Argaheni, N. B. (2020). Sistematis review: dampak perkuliahan daring saat pandemi covid-19 terhadap mahasiswa indonesia. *PLACENTUM: Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya*, 8(2), 99–108. <https://doi.org/10.20961/placentum.v8i2.43008>
- Bandura, A. (1982). Self-Efficacy Mechanism in Human Agency. *American Psychologist*, 37(2), 122–147. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.37.2.122>
- Bharathi, T. ., & Sreedevi.P. (2016). A Study on the Self-Concept of Adolescents. *International Journal of Science and Research(IJSR)*, 5(10), 512–516. https://www.ijsr.net/get_abstract.php?paper_id=ART20162167
- Cao, X., Chen, L., Tian, L., & Diao, Y. (2016). The effect of perceived organisational support on burnout among community health nurses in China: The mediating role of professional self-concept. *Journal of Nursing Management*, 24(1), E77–E86. <https://doi.org/10.1111/jonm.12292>
- Charkhabi, M., Abarghuei, M. A., & Hayati, D. (2013). The association of academic burnout with self-efficacy and quality of learning experience among Iranian students. *SpringerPlus*, 2(1), 1–5. <https://doi.org/10.1186/2193-1801-2-677>
- Chen, M., Li, R., & Feng, Y. (2021). The Effect of Attachment Style on Academic Burnout: The Mediating Role of Self-esteem and Self-efficacy. *Proceedings of the 2021 2nd International Conference on Mental Health and Humanities Education (ICMHHE 2021)*, 561, 267–274. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.210617.077>
- Coutinho, S. A., & Neuman, G. (2008). A model of metacognition, achievement goal orientation, learning style and self-efficacy. *Learning Environments Research*, 11(2), 131–151. <https://doi.org/10.1007/s10984-008-9042-7>
- Fariborz, N., Hadi, J., & Ali, T. N. (2019). Students' Academic Stress, Stress Response and

- Academic Burnout: Mediating Role of Self-Efficacy. *Pertanika Journal of Social Sciences and Humanities*, 27(4), 2441–2454.
- Galanis, P., Vraka, I., Fragkou, D., Bilali, A., & Kaitelidou, D. (2021). *Nurses' burnout and associated risk factors during the 19 pandemic: A systematic review and meta-analysis*. 77(November 2020), 3286–3302. <https://doi.org/10.1111/jan.14839>
- Galindo-Domínguez, H., Pegalajar, M., & Uriarte, J.-D. (2020). Mediator and moderator effect of resilience between self-efficacy and burnout amongst social and legal sciences faculty members. *Revista de Psicodidáctica (English Ed.)*, 25(2), 127–135. <https://doi.org/10.1016/j.psicoe.2020.04.001>
- Herdyanti, F., & Margaretha, M. (2017). Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Kecenderungan Menjadi Korban Bullying Pada Remaja Awal. *Jurnal Psikologi Undip*, 15(2), 92–98. <https://doi.org/10.14710/jpu.15.2.92-98>
- Jenaabadi, H., Nastiezaie, N., & Safarzaie, H. (2017). The relationship of academic burnout and academic stress with academic self-efficacy among graduate students. *New Educational Review*, 49(3), 65–76. <https://doi.org/10.15804/ner.2017.49.3.05>
- Jung, I.-K., Kim, J., Ma, Y., & Seo, C. (2015). Mediating Effects of Academic Self-efficacy on the Relationship Between Academic Stress and Academic Burnout in Chinese Adolescents. *International Journal of Human Ecology*, 16(2), 63–77. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.6115/ijhe.2015.16.2.63>
- Makhin, M. (2021). Hybrid Learning: Model Pembelajaran pada Masa Pandemi di SD Negeri Bungurasih Waru Sidoarjo. *Mudir: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 3(2), 95–103. <https://doi.org/10.55352/mudir.v3i2.312>
- Maylani, P., & Kusdiyati, S. (2021). Pengaruh Resiliensi terhadap Academic Burnout Mahasiswa di Masa Pandemi COVID-19. *Prosiding Psikologi*, 7(2), 374–380. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.29313/v0i0.28346>
- Muris, P. (2001). A Brief Questionnaire for Measuring Self-Efficacy in Youths. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 23(3), 145–149.
- Naderi, Z., Bakhtiari, S., Momennasab, M., Abootalebi, M., & Mirzaei, T. (2018). Prediction of academic burnout and academic performance based on the need for cognition and general self-efficacy: A cross-sectional analytical study. *Revista Latinoamericana de Hipertension*, 13(6), 584–591.
- Nwafor, C. E., Immanuel, E. U., & Obi-Nwosu, H. (2015). Does nurses' self-concept mediate the relationship between job satisfaction and burnout among Nigerian nurses. *International Journal of Africa Nursing Sciences*, 3, 71–75. <https://doi.org/10.1016/j.ijans.2015.08.003>
- Rahmati, Z. (2015). The Study of Academic Burnout in Students with High and Low Level of Self-efficacy. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 171, 49–55. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.01.087>
- Salmela-Aro, K., Kiuru, N., Leskinen, E., & Nurmi, J. E. (2009). School burnout inventory (SBI) reliability and validity. *European Journal of Psychological Assessment*, 25(1), 48–57. <https://doi.org/10.1027/1015-5759.25.1.48>
- Schaufeli, W. B., Martínez, I. M., Pinto, A. M., Salanova, M., & Barker, A. B. (2002). Burnout and engagement in university students a cross-national study. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 33(5), 464–481. <https://doi.org/10.1177/0022022102033005003>
- Shavelson, R. J., Hubner, J. J., & Stanton, G. C. (1976). Self-Concept: Validation of Construct Interpretations. *Review of Educational Research*, 46(3), 407–441. <https://doi.org/10.3102/00346543046003407>

- Someeh, A. K., & Rezakhani, S. (2019). Prediction of academic burnout based on identity styles and self-concept of male students. *New Thoughts on Education Faculty of Education and Psychology*, 15(3), 95–98. <https://doi.org/10.22051/JONTOE.2019.23760.2474>
- Wang, M., Guan, H., Li, Y., Xing, C., & Rui, B. (2019). Academic burnout and professional self-concept of nursing students: A cross-sectional study. *Nurse Education Today*, 77, 27–31. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2019.03.004>
- Yang, H. J. (2004). Factors affecting student burnout and academic achievement in multiple enrollment programs in Taiwan's technical-vocational colleges. *International Journal of Educational Development*, 24(3), 283–301. <https://doi.org/10.1016/j.ijedudev.2003.12.001>
- Yu, J., Lee, S., Kim, M., Lim, K., Chang, K., & Chae, S. (2019). Professional self-concept and burnout among medical school faculty in South Korea: A cross-sectional study. *BMC Medical Education*, 19(1), 1–6. <https://doi.org/10.1186/s12909-019-1682-z>