



**PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL, *SELF-ESTEEM* DAN *SELF-EFFICACY* TERHADAP *BURNOUT* MAHASISWA
(Studi Kasus Pada Mahasiswa Jurusan Manajemen Fakultas Ekonomi Dan
Bisnis Universitas Islam Malang)**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Manajemen

Oleh:

**YUSUF ANDI PRATAMA
NPM. 21601081079**

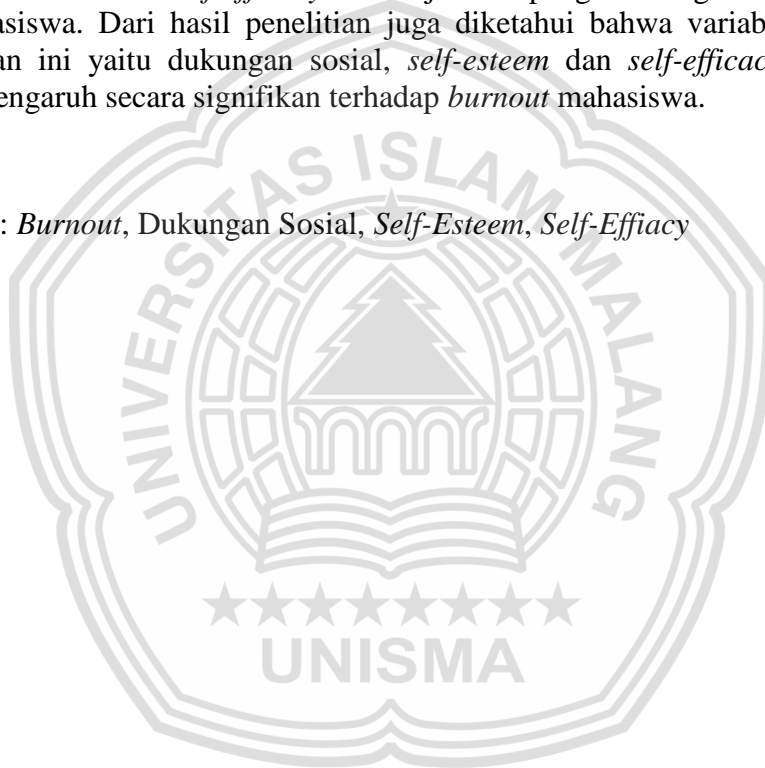


**UNIVERSITAS ISLAM MALANG
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
MALANG
2020**

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menganalisis pengaruh antara dukungan sosial, *self-esteem* dan *self-efficacy* dengan *burnout* pada mahasiswa. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 489 mahasiswa jurusan manajemen Fakultas Ekonomi Dan Bisnis Universitas Islam Malang angkatan 2016. Sampel penelitian sebanyak 83 siswa. Penentuan anggota sampel menggunakan teknik *simple random sampling*. Adapun teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis regresi linier berganda. Dari penelitian ini diketahui jika variabel dukungan sosial berpengaruh negatif terhadap *burnout* mahasiswa. Pada variabel *self-esteem* menunjukkan pengaruh positif terhadap *burnout* mahasiswa. Sedangkan pada variabel *self-efficacy* menunjukkan pengaruh negatif terhadap *burnout* mahasiswa. Dari hasil penelitian juga diketahui bahwa variabel bebas pada penelitian ini yaitu dukungan sosial, *self-esteem* dan *self-efficacy* secara simultan berpengaruh secara signifikan terhadap *burnout* mahasiswa.

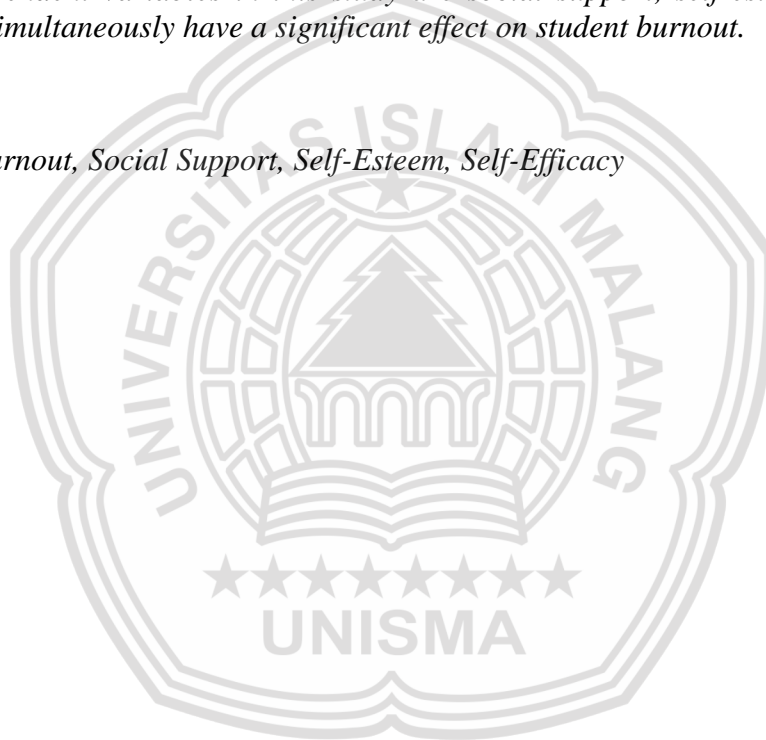
[YKata Kunci: *Burnout*, Dukungan Sosial, *Self-Esteem*, *Self-Efficacy*



ABSTRACT

This study aims to determine and analyze the influence of social support, self-esteem and self-efficacy with burnout on students. The population in this study amounted to 489 college students majoring in management at the Faculty of Economics and Business, University Of Islam Malang class of 2016. The research sample was 83 students. Determination of sample members using simple random sampling technique. The analysis technique used in this study is multiple linear regression analysis techniques. From this study it is known that social support variables negatively affect student burnout. The self-esteem variable shows a positive influence on student burnout. Whereas the self-efficacy variable showed a negative influence on student burnout. From the research results it is also known that the independent variables in this study are social support, self-esteem and self-efficacy simultaneously have a significant effect on student burnout.

Keywords: Burnout, Social Support, Self-Esteem, Self-Efficacy



BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Perkembangan zaman yang semakin pesat seperti saat ini, menuntut setiap bangsa untuk meningkatkan mutu atau kualitas di berbagai aspek. Salah satu aspek terpenting yang perlu ditingkatkan kualitasnya oleh suatu bangsa yaitu pendidikan. Selain faktor ekonomi, kualitas pendidikan di suatu negara dapat dijadikan tolak ukur kemajuan atau kemunduran negara tersebut. Kualitas pendidikan akan mencerminkan kualitas sumber daya manusia yang dihasilkan oleh suatu bangsa.

Pendidikan yang ada di Indonesia terdiri dari berbagai jenjang, Jenjang pendidikan adalah tahapan pendidikan yang ditetapkan berdasarkan tingkat perkembangan peserta didik, tujuan yang akan dicapai, dan kemampuan yang dikembangkan (Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003). Salah satu jenjang pendidikan yang ada di Indonesia adalah pendidikan tinggi. Pendidikan tinggi merupakan jenjang pendidikan setelah pendidikan menengah yang mencakup program pendidikan diploma, sarjana, magister, doktor, dan spesialis yang diselenggarakan oleh perguruan tinggi. Seorang individu yang sedang menempuh pendidikan pada jenjang pendidikan tinggi disebut mahasiswa.

Mahasiswa adalah individu yang sedang menempuh pendidikan tinggi di perguruan tinggi, masa pendidikan mahasiswa meliputi rentang umur dari 18/19 tahun sampai 24/25 tahun. Rentang umur itu masih dapat dibagi-bagi atas periode

18/19 tahun sampai 20/21 tahun, yaitu mahasiswa dari semester I sampai dengan semester IV; dan periode waktu 21/22 tahun sampai 24/25 tahun, yaitu mahasiswa dari semester V sampai dengan semester VIII (Winkel & Hastuti, 2010: 157). Selama masa studi tidak jarang mahasiswa mengalami berbagai permasalahan berkaitan dengan proses studi yang mereka tempuh, salah satu problem yang sering terjadi yaitu *burnout*.

Burnout merupakan suatu kondisi emosional yang menyebabkan seseorang merasa tidak berdaya, tidak memiliki harapan dan bahkan jenuh secara mental maupun fisik sebagai akibat tuntutan pekerjaan yang meningkat. Definisi konseptual *burnout* adalah sebagai sindrom kelelahan emosional, depersonalisasi, dan reduced personal accomplishment yang terjadi diantara individu-individu yang melakukan pekerjaan yang memberikan pelayanan kepada orang lain dan sejenisnya. (Indonesia, K. R., 2011). Hal ini sesuai dengan pendapat Pines dan Aranson (dalam Santrock, 2003:560) yang menjelaskan bahwa “*burnout* akan membuat penderitanya merasa sangat kelelahan secara fisik dan emosional”. Sedangkan menurut pendapat Namora (2009:58) menjelaskan bahwa “*burnout* adalah keadaan seseorang yang ditandai dengan menurunnya produktivitas karena stres yang terus menerus”.

Burnout yang terjadi pada kalangan mahasiswa biasa disebut dengan *academic burnout*. Menurut Zhang Gan, & Cham (2007:1530) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa *academic burnout* merupakan perasaan lelah karena tuntutan studi, memiliki perasaan sinis dan sikap terpisah atau menjauhi sekolah, dan perasaan tidak kompeten sebagai seorang

mahasiswa/siswa. Sehingga kondisi *burnout* inilah yang sering mengakibatkan menurunnya prestasi belajar mahasiswa.

Pada kaitannya dengan kegiatan pada kalangan mahasiswa, mereka pada tuntutan untuk hadir di setiap mata kuliah setidaknya 80% dari jumlah pertemuan, ditambah dengan tugas yang diberikan kepada mahasiswa di setiap mata kuliah yang ditempuh, selain itu mahasiswa akan di hadapkan dengan ujian tengah semester dan ujian akhir yang menentukan apakah mahasiswa tersebut lulus pada setiap mata kuliah yang ditempuh. Belum lagi tuntutan yang diberikan oleh orang tua mahasiswa untuk menyelesaikan studinya tepat waktu, sehingga berbagai tuntutan tersebut berpotensi menyebabkan mahasiswa mengalami *academic burnout*.

Sadar akan dampak negatif dari *academic burnout* yang dialami oleh mahasiswa, maka perguruan tinggi dan mahasiswa itu sendiri perlu menentukan cara untuk menghindari terjadinya *academic burnout* agar aktivitas studi mereka tidak terganggu. Proses terjadinya *academic burnout* pada mahasiswa dipengaruhi oleh beberapa faktor. Faktor-faktor ini terdiri atas faktor situasional yaitu faktor eksternal dan faktor individual/internal (Maslach, Schaufeli & Leiter, 2001: 418).

Dukungan sosial diketahui menjadi faktor eksternal yang dapat mempengaruhi *academic burnout*. Menghadapi situasi yang sangat menekan, mahasiswa memerlukan dukungan sosial. Buunk (dalam Van Dierendonck dalam Lailani, 2012: 70) menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan hal penting

dalam upaya *coping* terhadap stres kerja dan dapat menetralkan *burnout*. Dukungan sosial yang diterima mahasiswa dapat mengurangi tingkat stres.

Menurut Cobb, Gentry & Kobasa, Wallston, Alagna, DeVellis & Wills (dalam Puspitaningrum, 2018: 617) mendefinisikan dukungan sosial merujuk pada kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang dirasakan individu dari orang lain atau kelompok. Dukungan sosial dapat membuat seseorang merasa nyaman, didukung, dicintai pada saat individu tersebut dalam kondisi stress, terbangunnya perasaan harga diri, kompeten dan bernilai. Sementara menurut Gottlieb (dalam Puspitaningrum, 2018: 617) dukungan sosial terdiri dari informasi atau nasihat verbal dan/atau non-verbal, bantuan nyata, atau tindakan yang diberikan oleh keakraban sosial atau didapatkan karena kehadiran mereka dan mempunyai manfaat emosional. Dengan dukungan yang diterima, mahasiswa menjadi bersemangat dan yakin dengan kemampuannya, dan mengupayakan berbagai usaha untuk mencapai target atau *goal*.

Sedangkan pada faktor internal mahasiswa terdapat dua *predictor* yang berpengaruh terhadap *academic burnout*, yaitu *self-esteem* dan *self-efficacy*. Rosenberg (dalam Srisayekti, Setiady, & Sanitioso, 2015: 143) mengemukakan jika *self-esteem* merupakan suatu penilaian atau evaluasi yang dibuat oleh individu terhadap dirinya sendiri (*self*), baik positif ataupun negatif. Pada saat melakukan evaluasi diri, individu akan melihat dan menyadari konsep-konsep dasar tentang dirinya menyangkut pikiran-pikiran, pendapat, kesadaran mengenai siapa dan bagaimana dirinya, serta kemampuan membandingkan keadaan diri saat itu dengan bayangan diri ideal yang berkembang dalam pikirannya. Individu yang

mampu menilai dirinya secara positif akan mengembangkan *self-esteem* tinggi. Sebaliknya, individu yang menilai dirinya secara negatif akan mengembangkan *self-esteem* rendah.

Mahasiswa dengan *self-esteem* tinggi tentunya dapat menghadapi dan menyelesaikan tugas akademik dengan lebih baik dibandingkan individu dengan *self-esteem* rendah. Hal ini karena mahasiswa dengan *self-esteem* tinggi memahami dirinya sebagai seseorang yang berharga sehingga memiliki keyakinan diri sebagai manifestasi kompetensi diri yang berguna dalam menyelesaikan tugas akademik dan mencapai prestasi akademik. Pernyataan tersebut didukung Lawrence (dalam Happy & Widjajanti, 2014: 49) bahwa individu dengan *self-esteem* tinggi, cenderung percaya diri dalam menghadapi situasi sosial dan percaya diri dalam menangani tugas-tugas akademik.

Sedangkan *self-efficacy* adalah keyakinan individu mengenai kemampuan dirinya dalam melakukan tugas atau tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu. Jadi *self-efficacy* menekankan kepada aspek keyakinan diri dalam melakukan tindakan tugas dan tindakan dimana seharusnya mahasiswa dapat melakukan sebuah tindakan dari apa yang dimilikinya, Bandura (1997:73). Dalam penelitiannya, Shankland, dkk (dalam Rachmah, 2013:9) menemukan bahwa mahasiswa dengan *self-efficacy* yang tinggi akan mampu mengatasi berbagai tuntutan sebagai mahasiswa di perguruan tinggi. Mereka juga menunjukkan kurangnya kecemasan, rendahnya gejala depresi, kepuasan hidup yang lebih besar, dan prestasi akademik yang lebih baik.

Berdasarkan beberapa pemaparan tersebut, dapat disimpulkan jika dukungan sosial, *self-esteem* dan *self-efficacy* merupakan faktor yang dapat menghambat munculnya *academic burnout* pada mahasiswa. Beberapa pemaparan di atas sekaligus dijadikan dasar oleh peneliti untuk menyusun penelitian berjudul “Pengaruh Dukungan Sosial, *Self-Esteem* dan *Self-Efficacy* terhadap *Burnout* Mahasiswa”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan yang terdapat pada bagian latar belakang, maka peneliti dapat merumuskan berbagai permasalahan penelitian sebagai berikut:

- a. Bagaimana deskripsi dari dukungan sosial, *self-esteem*, *self-efficacy* dan *burnout* mahasiswa?
- b. Apakah dukungan sosial, *self-esteem* dan *self-efficacy* berpengaruh secara simultan terhadap *burnout* mahasiswa?
- c. Apakah dukungan sosial berpengaruh secara parsial terhadap *burnout* mahasiswa?
- d. Apakah *self-esteem* berpengaruh secara parsial terhadap *burnout* mahasiswa?
- e. Apakah *self-efficacy* berpengaruh secara parsial terhadap *burnout* mahasiswa?

1.3 Tujuan Penelitian

- a. Untuk mengetahui deskripsi dari dukungan sosial, *self-esteem*, *self-efficacy* dan *burnout* mahasiswa.

- b. Untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial, *self-esteem* dan *self-efficacy* terhadap *burnout* mahasiswa.
- c. Untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap *burnout* mahasiswa.
- d. Untuk mengetahui pengaruh *self-esteem* terhadap *burnout* mahasiswa.
- e. Untuk mengetahui pengaruh *self-efficacy* terhadap *burnout* mahasiswa.

1.4 Manfaat Penelitian

- a. Organisasi

Dengan data-data yang di peroleh ketika berada di lapangan, perusahaan atau organisasi dapat menggunakan hasil dari pengolahan data tersebut untuk bahan evaluasi atau referensi mengenai langkah ke depan yang harus di ambil.

- b. Publik

Penelitian ini di harapkan dapat berkontribusi untuk pengetahuan umum khususnya pada topik dukungan sosial, *self-esteem*, *self-efficacy* dan *burnout*.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

- a. Hasil analisis deskriptif menunjukkan variabel mengenai variabel dukungan sosial yang disampaikan oleh mahasiswa jurusan manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Islam Malang angkatan 2016 mempersepsikan cenderung sesuai yang direfleksikan melalui indikator *family support*. Pada variabel variabel *self-esteem* yang disampaikan oleh mahasiswa jurusan manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Islam Malang angkatan 2016 mereka mempersepsikan cenderung sesuai yang direfleksikan melalui indikator *wotriness*. Pada variabel *self-efficacy* yang disampaikan oleh mahasiswa jurusan manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Islam Malang Angkatan 2016 mereka mempersepsikan cenderung sesuai yang direfleksikan melalui indikator *generality*. Sedangkan pada variabel *burnout* yang disampaikan oleh mahasiswa jurusan manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Islam Malang angkatan 2016 cenderung sesuai yang direfleksikan melalui indikator *exhaustion*.
- b. Variabel dukungan sosial, *self-esteem*, *self-efficacy* berpengaruh secara

simultan terhadap *burnout*.

- c. Variabel dukungan sosial berpengaruh secara negatif terhadap *burnout* mahasiswa.
- d. Variabel *self-esteem* berpengaruh secara positif terhadap *burnout* mahasiswa.
- e. Variabel *self-efficacy* berpengaruh secara negatif terhadap *burnout* mahasiswa.

5.2 Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini mempunyai keterbatasan antara lain :

- a. Variabel yang diteliti hanya terdiri dari 3 variabel yaitu dukungan sosial, *self-esteem* dan *self-efficacy*. Sementara masih banyak variabel yang mempengaruhi *burnout* mahasiswa, sehingga memberikan kemungkinan variabel lain yang mempengaruhi *burnout* mahasiswa. Penelitian ini hanya dibatasi pada mahasiswa jurusan manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Islam Malang angkatan 2016.
- b. Penelitian ini terkendala dengan adanya pandemi covid 19 yang menyulitkan peneliti dalam melakukan proses penelitian dan juga penyebaran kuesioner.

5.3 Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka dapat diajukan beberapa saran sebagai berikut:

A. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Dalam penelitian ini seperti yang diketahui seluruh variabel independen memiliki korelasi yang rendah terhadap variabel independen. Oleh sebab itu, peneliti menyarankan pada penelitian selanjutnya diharapkan untuk mencantumkan variabel lainnya yang terkait dengan *burnout* seperti *work overload*, motivasi, *self-control*, perfeksionisme, *kecerdasan emosi*, *coping strategy*, faktor demografi pekerjaan orang tua dan jenis tempat tinggal mahasiswa.
- b. Untuk penelitian selanjutnya, peneliti menyarankan untuk menyeimbangkan jumlah proporsi antar sampel baik itu dari segi jenis kelamin, IPK, uang saku dan sebagainya. Hal ini bertujuan agar pada penelitian selanjutnya dapat diperoleh gambaran yang lebih jelas terkait sampel yang lebih mengalami *burnout*.

B. Bagi Fakultas Ekonomi Dan Bisnis Universitas Islam Malang

- a. Berdasarkan penelitian ini diketahui jika *self-esteem* berpengaruh positif terhadap *burnout*, sehingga dapat disimpulkan *self-esteem* yang dimiliki mahasiswa mengakibatkan peningkatan burnout, hal tersebut direfleksikan pada pernyataan negatif dari aspek *competence* (kompetensi) *worthiness* (keberhargaan) yang merupakan salah satu indikator *self-esteem* yang masih menunjukkan rendahnya *competence* (kemampuan) dan *worthiness* (keberhargaan) yang dimiliki oleh mahasiswa ketika

mereka menghadapi tantangan selama menjalani studi. Jadi untuk pihak Fakultas Ekonomi Dan Bisnis Universitas Islam Malang ke depannya dapat membimbing mahasiswanya agar mereka mampu meningkatkan kemampuan (*competence*) dalam menghadapi tuntutan serta tantangan yang ada selama mahasiswa menjalani masa studi, serta menumbuhkan perasaan keberhargaan (*worthiness*) terkait evaluasi hasil yang telah mahasiswa capai selama proses studi.

- b. Pada variabel *burnout* diketahui jika pada pernyataan “Saya merasa jenuh dengan kegiatan belajar saya” mahasiswa mempersepsikan cenderung sesuai yang berarti bahwa rata-rata mahasiswa jurusan manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Islam Malang merasa jenuh dengan kegiatan belajar mereka. Sehingga diharapkan untuk Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Islam Malang mampu untuk mengurangi kejenuhan belajar pada mahasiswa dengan menerapkan metode pembelajaran yang membuat mahasiswa tidak mudah jenuh saat menjalani kegiatan pembelajaran.

DAFTAR PUSTAKA

- Aprianti, I. (2012). Hubungan antara perceived social support dan psychological well being pada mahasiswa perantau tahun pertama di Universitas Indonesia. *Skripsi*, Fakultas Psikologi, Universitas Indonesia.
- Arikunto, S. 2002. *Metodologi Penelitian Suatu Pendekatan Proposal*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Arikunto. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Arlinkasari, F., Akmal, S.Z. (2017). Hubungan antara *School Engagement*, *Academic Self-Efficacy* dan *Academic Burnout* pada Mahasiswa. *Humanitas*. Volume 1 Nomor 2.
- Bandura, A. (1997). *Self Efficacy in Changing Societies*. New York: Camberg University Press.
- Baron, R. A.& Byrne, D. (2004). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Erlangga.
- Baron, R.A., & Branscombe, N.R. (2012). *Social Psychology*. (13th ed.). New Jersey: Pearson.
- Bikar, S., Marziyeh, A., & Pourghaz, A. (2018). Affective Structures among Students and its Relationship with Academic Burnout with Emphasis on Gender. *International Journal of Instruction*, 11(1), 183-194.
- Branden, Nathaniel (1992). *The Power Of Self-Esteem*. Deerfield Beach, Florida. Health Communications, Inc.
- Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-esteem*. San Francisco: W. H. Freeman & Co.
- Dayanti, I. (2019). Pengaruh *Hardiness*, Dukungan Sosial Faktor Demografi Terhadap *Academic Burnout*. *Skripsi*. Jakarta. UIN Syarif Hidayatullah.
- Demerouti, E., Bakker, A. B., Nachreiner, F., & Schaufeli, W. B. (2001). The job demands-resources model of burnout. *Journal of Applied Psychology*, 86(3), 499–512.
- Demerouti, E., Bakker, A. B., Vardakou, I., & Kantas, A.(2003). The convergent validity of two burnout instruments. *European Journal of Psychological Assessment*, 19(1), 12–23.

- Demerouti, E., Mostert, K., & Bakker, A. B. (2010). Burnout and work engagement: A thorough investigation of the independency of both constructs. *Journal of Occupational Health Psychology*, 15(3), 209–222.
- Farmer, S. M., & Tierney, P. (2017). Considering Creative Self-Efficacy: Its Current State and Ideas for Future Inquiry. *The Creative Self*, 23–47.
- Gangloff, B. Alina Mazilescu, C. (2017). Normative Characteristics of Perceived Self-Efficacy. *Social Sciences*. Article.
- Ghozali, Imam. 2018. *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS* 25. Badan Penerbit Universitas Diponegoro: Semarang
- Ghozali, Imam (2011). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS* 19. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro
- Guo, J., Li, M., Wang, X., Ma, S., & Ma, J. (2019). Being bullied and depressive symptoms in Chinese high school students: The role of social support. *Psychiatry Research*, 112676.
- Happy, N., & Widjajanti, D.B. (2014). Keefektifan PBL Ditinjau dari Kemampuan Berpikir Kritis dan Kreatif Matematis, serta *Self-Esteem* Siswa SMP. *Jurnal Riset Pendidikan Matematika*. 1 (1), 48-57.
- Indonesia, K. R. (2011). Burnout pada perawat yang bertugas di ruang rawat inap dan rawat jalan RSAB harapan kita. *Jurnal Psikologi Volume*, 9(2), 48.
- Jonathon D. Brown (2013). *Psychology 452 Chapter 08* - University of Washington. http://faculty.washington.edu/jdb/452/452_chapter_08.pdf diakses 14 Mei 2020.
- Khotimah, R.H., Radjah, C.L., & Handarini, D.M. (2016). Hubungan antara Konsep Diri Akademik, Efikasi Diri Akademik, Harga Diri dan Prokrastinasi Akademik pada Siswa SMP Negeri di Kota Malang. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*. 1 (2), 60-67.
- Kim, B., Jee, S., Lee, J., An, S., & Lee, S. M. (2017). Relationships between social support and student burnout: A meta-analytic approach. *Stress and Health*, 34(1), 127-134
- Maslach, C., Schaufeli, W.B., & Leiter, M.P. (2001). Job Burnout. *Annual Review of Psychology*. 52, 397-422.
- Maslach, C. and Jackson, S.E. (1981) The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behaviour*, 2, 99–113.

- McCormack, N., & Cotter, C. (2013). *Managing Burnout in the Workplace A Guide for Information Professionals*. Woodhead Publishing Limited: All rights reserved.
- Mishra, S. (2019). Social networks, social capital, social support and academic success in higher education: A systematic review with a special focus on “underrepresented” students. *Educational Research Review*, 100307.
- Mruk, C.J. (2006). *Self-Esteem and Positive Psychology: Research, Theory, and Practice*. (3th ed.). New York: Springer Publishing Company.
- Mukti, D. (2019). Pengaruh *Hardiness*, Dukungan Sosial Faktor Demografi Terhadap *Academic Burnout*. *Skripsi*. Semarang. Universitas Negeri Semarang.
- Naami, A. (2009). The relationship between quality of learning experiences and academic burnout among students of Shahid Chamran University of Ahvaz, *Psychological studies*, 5(3), 117- 134.
- Namora Lumongga Lubis. (2009). *Depresi Tinjauan Psikologis*. Jakarta: Kencana
- Neuman, Y. (1990). Determinant and consequences of student Burnout in universities. *The Journal of Higher Education*, 61(1), 20-31.
- Nurdiani, N. (2014) Teknik Sampling Snowball Dalam Penelitian Lapangan. *ComTech* Vol. 5 No. 2, 1110-1118.
- Orpina, S., Prahara, S. A. (2019). *Self-efficacy* dan *Burnout* Akademik pada Mahasiswa yang Bekerja. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, Vol. 3 No. 2, Page: 119-130.
- Pines, A., and Aronson, E. (1988) *Career Burnout: Causes and Cures*. New York, New York: The Free Press.
- Puspitaningrum, K. (2018). Pengaruh Dukungan Sosial Orang Tua Terhadap *Burnout* Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi. *Skripsi*. Yogyakarta. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Rachmah, D. N. (2013). Hubungan Self Efficacy, Coping Stress Dan Prestasi Akademik. *Jurnal Ecopsy Volume 1, No. 1*.
- Reis, D., Xanthopoulou, D., & Tsaousis, I. (2015). Measuring job and academic burnout with the Oldenburg Burnout Inventory (OLBI): Factorial invariance across samples and countries. *Burnout Research*, 2(1), 8–18.

- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- Salmela-Aro, K., Kiuru, N., Pietikainen, M., & Jokela, J. (2008). Does School matter? The role of school context for school burnout. *European Psychologist*, 13, 1-13.
- Santrock, J. W. (2009). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Salemba Humanika
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence : Psikologi Remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health psychology : Biopsychosocial interactions (7th ed.)*. United States of America : John Willey & Sons Inc.
- Sarafino, E.P. 1994. *Health Psychology: Biopsychosocial and Interaction*. United States of America: John Wiley & Sons, Inc.
- Schaufeli, W. B., Martínez, I. M., Pinto, A. M., Salanova, M., & Bakker, A. B. (2002). Burnout and engagement in university students. A cross-national study. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 33(5), 464.
- Schaufeli, W.B., and Greenglass, E.R. (2001) Introduction to special issue on burnout and health. *Psychology and Health*, 16, 501–10.
- Shirom, A. (1989) Burnout in work organizations. In C.L. Cooper and I. Robertson (Eds.), *International Review of Industrial and Organizational Psychology* (pp. 26–48). Chichester, UK: Wiley.
- Shu, F., Ahmed, S. F., Pickett, M. L., Ayman, R., & McAbee, S. T. (2020). Social support perceptions, network characteristics, and international student adjustment. *International Journal of Intercultural Relations*, 74, 136–148.
- Srisayekti, W., Setiady, D.A., & Sanitioso, R.B. (2015). Harga-Diri (*Self-Esteem*) Terancam dan Perilaku Menghindar. *Jurnal Psikologi*. 42 (2), 141-156.
- Sugiyono. (2016). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: CV Alfabeta.
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.CV
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.CV

- Suhron, M. (2016). *Asuhan Keperawatan Konsep Diri: Self Esteem*. Ponorogo: Unmuh Ponorogo Press.
- Winkel, W.S. & M.M, Sri Hastuti. 2010. *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Yogyakarta: Media Abadi
- Zhang, Y., Gan, Y., & Cham, H. (2007). Perfectionism, Academic Burnout and Engagement among Chinese College Students: A Structural Equation Modeling Analysis. *Personality and Individual Differences*, (43), 1529-1540.
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of personality assessment*, 52(1), 30-41.

