



Hubungan Dukungan Sosial dengan Academic Burnout pada Mahasiswa Keperawatan

Selvy Saputri Damayanti^{1*}, Retno Issriviatingrum², Muh.Abdurrouf³

^{1,2,3} Universitas Islam Sultan Agung, Indonesia

Jl. Kaligawe Raya No.Km.4, Terboyo Kulon, Kec. Genuk,
Kota Semarang, Jawa Tengah 50112

Korespondensi penulis: selvysaputridamayanti@email.com

Abstract. *Academic burnout is prone to occur in students who experience Fatigue because they feel pressured by lectures and feel incompetent as students. Fatigue that is felt if it is not immediately overcome and continues, it can decrease academic achievement and even disrupt mental and physical health. To overcome or prevent burnout, students need social support from family, friends and significant other support. The goal was to analyze the relationship between social support and academic burnout in Unissula nursing students. This study applies a quantitative method with a cross sectional approach and data is obtained through the distribution of MSPSS (Multidimensional Scale of Perceived Social Support) questionnaire consisting of 18 statements and MBI-SS (Maslach Burnout Inventory-Student Survey) consisting of 19 statements, with a total of 141 respondents who were randomly selected without looking at certain characteristics using a simple technique random sampling. The results of this study show that the most social support is in the low category with 102 (72.3%) students while the most academic burnout is in the medium category with 120 (85.1%) students. The results of the statistical test obtained a p-value of 0.000 with a closeness of -0.402 which means that there is a relationship between social support and academic burnout with moderate closeness. There was a meaningful relationship between Social Support and Academic Burnout of FIK Unissula students with p value (0.000) < α (0.05).*

Keywords: *Dukungan Sosial, Akademik Burnout, Nursing Student*

Abstrak: Academic burnout rentan terjadi terhadap mahasiswa yang mengalami Kelelahan karena merasa tertekan dengan perkuliahan dan merasa tidak kompeten sebagai mahasiswa. Kelelahan yang dirasakan apabila tidak segera diatasi dan terus berlanjut, maka dapat menurun prestasi akademiknya bahkan terganggunya kesehatan mental dan fisik. Untuk mengatasi atau mencegah terjadinya burnout, mahasiswa memerlukan dukungan sosial dari keluarga, teman dan *significant other support*. Tujuannya untuk menganalisis hubungan antara dukungan sosial dan akademik *burnout* pada mahasiswa keperawatan Unissula. Penelitian ini menerapkan metode kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional* dan data diperoleh melalui penyebaran kuesioner MSPSS (Multidimensional Scale of Perceived Social Support) yang terdiri dari 18 pernyataan dan MBI-SS (Maslach Burnout Inventory-Student Survey) yang terdiri dari 19 pernyataan, dengan jumlah responden sebanyak 141 responden yang dipilih secara acak tanpa melihat karakteristik tertentu menggunakan teknik simple random sampling. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial terbanyak masuk kedalam kategori rendah dengan jumlah 102 (72,3%) mahasiswa sedangkan akademik burnout terbanyak masuk dalam kategori sedang dengan jumlah 120 (85,1%) mahasiswa. Hasil uji statistik diperoleh nilai p-value 0,000 dengan keeratan -0,402 yang artinya ada hubungan antara dukungan sosial dengan akademik burnout dengan keeratan yang sedang. Terdapat Hubungan yang bermakna antara Dukungan Sosial dengan Akademik Burnout mahasiswa FIK Unissula dengan *p value* (0,000) < α (0,05).

Kata kunci: Dykungan Sosial, Academic Burnout, Mahasiswa Keperawatan 3

1. LATAR BELAKANG

Mahasiswa umumnya sering dihadapkan pada berbagai tuntutan akademis, sehingga dituntut untuk bertanggung jawab terhadap keputusan yang diambil, serta memerlukan kemampuan bertahan dan optimis di dalam menghadapi situasi yang membuat mahasiswa tertekan. Semua itu dapat mengakibatkan kelelahan fisik dan emosional bahkan menyebabkan kondisi *burnout academic* yang dapat memengaruhi produktivitas dan membuat proses belajar lebih sulit. *Burnout academic* adalah dimana seseorang menghadapi kelelahan fisik, mental, emosi disertai perasaan sinis, kecenderungan menghindari dari lingkungan, dan

penilaian terhadap diri rendah. Keadaan tersebut dipicu karena beban akademik yang berlebihan sehingga menyebabkan tekanan yang berdampak pada prestasi akademik yang diperoleh (Muflihah & Savira, 2020).

Mahasiswa yang merasakan akademik *burnout* umumnya ditandai dengan kelelahan fisik, mental, emosional, penurunan minat belajar dan cenderung menghindari lingkungan belajar sehingga dapat menurunkan produktivitas. Hal ini dapat berdampak serius pada mahasiswa, dimana beberapa individu mampu mengatasi tekanan tersebut namun ada yang tidak mampu mengatasinya (Andi, Sunaryo, & Anwarudin, 2020). Maka untuk itu memerlukan Dukungan sosial yang dapat membantu mahasiswa menghadapi kesulitan, memberikan motivasi sehingga meningkatkan kepercayaan diri (Dimala & Rohayati, 2019). Dukungan sosial adalah suatu kondisi yang melibatkan aspek emosional, kognitif dan perilaku dalam hubungan pribadi yang dimana individu merasa didukung dalam menangani permasalahan yang dihadapi (Chaerani & Rahayu, 2019).

Pada saat mahasiswa dihadapkan pada tekanan untuk menyelesaikan studi dengan cepat dan mengalami tingkat *burnout* yang tinggi, maka penting bagi mahasiswa tersebut untuk memperoleh dukungan sosial dari orang-orang di sekitarnya (Puspitaningrum, 2018). Bentuk dukungan sosial yang paling penting adalah dukungan keluarga, teman dan orang sekitar. Dengan adanya dukungan dari orang-orang tersebut bisa memberi motivasi dan kepercayaan diri mahasiswa dalam menjalani perannya (Aliyah & Sulisworo Kusdiyati, 2021). Dukungan sosial yang diterima berpengaruh pada aktivitas kegiatan dan persepsi mahasiswa, sehingga mendorong mahasiswa mempunyai orientasi *mastery gold* yang mendorong mahasiswa untuk menguasai materi perkuliahan dan menyelesaikan tugas dengan baik (Dimala & Rohayati, 2019).

Dalam penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Fatikasari, Imawati and Khumaidatul, (2024) dengan judul “Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Burnout Akademik Pada Mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda” pada 229 mahasiswa akhir Universitas 17 Agustus Samarinda menunjukkan bahwa sebanyak 141 mahasiswa (61.6%) memiliki tingkat akademik yang rendah, 58 mahasiswa(25,3%) mempunyai tingkat akademik rendah dan 30 mahasiswa (13,1%) memiliki tingkat akademik yang rendah. Sedangkan 43 subjek (18.8%) mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda yang sedang menyusun skripsi memiliki tingkat Dukungan Sosial yang rendah, Sebanyak 130 subjek (56.8%) mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda yang sedang menyusun skripsi memiliki tingkat Dukungan Sosial yang sedang, dan sebanyak 56 subjek (24.5%) memiliki tingkat dukungan sosial yang tinggi. memiliki Dukungan Sosial dengan kategori tinggi sebanyak 24.5% , sedang sebanyak 56.8%, dan rendah sebanyak 18.8%.

Hasil studi pendahuluan berdasarkan penyebaran kuesioner yang dilakukan pada tanggal 1 Juli 2024 dengan 10 responden mahasiswa angkatan 2022 di FIK Universitas Islam Sultan Agung, didapatkan keterangan bahwa terdapat tingkat kelelahan akademik yang cukup tinggi dikalangan mahasiswa keperawatan, dengan rata-rata 54% sejumlah 5 mahasiswa mengalami *burnout academic* yang sedang, sedangkan 30% sejumlah 3 mahasiswa mengalami *burnout academic* yang tinggi, dan 20% sejumlah 2 mahasiswa mengalami *burnout academic* yang rendah. Selain itu, tingkat dukungan sosial yang dirasakan oleh mahasiswa berada pada tingkat sedang, dengan rata-rata 48% sejumlah 5 mahasiswa, sementara 43% sejumlah 4 mahasiswa mengalami dukungan sosial yang rendah, dan 10 % sejumlah 1 mahasiswa mengalami dukungan sosial yang tinggi.

Berdasarkan uraian fenomena dan pertimbangan penelitian yang sudah dipaparkan mengenai dukungan sosial dengan *academic burnout* diatas, oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Dukungan Sosial dengan *Academic Burnout* Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang”

2. METODE PENELITIAN

Metode pengambilan sampel penelitian ini dipilih menggunakan teknik *simple random sampling* yang terdiri dari 141 mahasiswa FIK Unissula. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan metode skala likert dengan 4 opsi jawaban yaitu Sangat Setuju, Setuju, Tidak Setuju dan Sangat Tidak Setuju. Instrumen pengumpulan data melaui kuesioner MSPSS yang terdiri dari 18 pernyataan dengan kategori Tinggi (55-71), Sedang (37-54), Rendah (18-36) dan MBI-SS yang terdiri dari 19 pernyataan dengan kategori Tinggi (56-76), Sedang (39-57), Rendah (19-38). Instrument Data yang dikumpulkan selanjutnya diolah secara statistik menggunakan *uji spearmen*. Etika penelitian ini diterbitkan oleh KEPK FIK Universitas Islam Sultan Agung Semarang dengan No. 1103/A.1-KEPK/FIK-SA/X/2024.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Data Demografi

Usia & Jenis Kelamin

Variabel	Kategori	Frekuensi (F)	Presentase (%)
1. Usia	19	8	5,7
	20	72	51,1

	21	48	34,0
	22	13	9,2
Total		141	100
2. Jenis Kelamin	Laki-Laki	21	85,1
	Perempuan	120	14,9
Total		141	100

Tabel 1. Usia dan Jenis Kelamin Mahasiswa FIK Unissula

Berdasarkan tabel 1 didapatkan data bahwa data tertinggi usia mahasiswa FIK Unissula yaitu 20 tahun sebanyak 72 responden dengan presentase (51,1%). Sedangkan hasil data jenis kelamin tertinggi yaitu mahasiswa perempuan sebanyak 120 responden dengan presentase (14,9%).

Hasil Analisa Univariat

Dukungan Sosial

Tabel 2. Dukungan Sosial Mahasiswa FIK Unissula

Dukungan Sosial	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Tinggi	3	2,1
Sedang	36	25,5
Rendah	102	72,3
Total	141	100

Berdasarkan data pada tabel 2 didapatkan hasil dimana Dukungan Sosial mahasiswa di Fakultas Ilmu Keperawatan Unissula tertinggi yaitu dengan kategori rendah sebanyak 102 responden dengan persentase (72,3%) sedangkan hasil terendah dengan kategori tinggi sebanyak 3 responden dengan presentase (2,1%).

Academic Burnout

Tabel 3. Academic Burnout Mahasiswa FIK Unissula

Academic Burnout	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Tinggi	6	4,3
Sedang	120	85,1
Rendah	15	10,6
Total	141	100

Berdasarkan data pada tabel 3 didapatkan hasil dimana *Academic Burnout* mahasiswa di Fakultas Ilmu Keperawatan Unissula tertinggi yaitu dengan kategori sedang sebanyak 120 responden dengan persentase (85,1%) sedangkan hasil terendah dengan kategori tinggi sebanyak 6 responden dengan presentase (4,3%).

Hasil Analisa Bivariat

Uji Spearman Rank

Tabel 4. Uji *Spearman Rank* Hubungan anantara Dukungan Sosial dengan *Academic Burnout* Mahasiswa FIK Unissula

Variabel Penelitian	N	P-Value	R
Dukungan Sosial	141	0.000	-.402
<i>Academic Burnout</i>			

Berdasarkan data pada tabel 4 didapatkan hasil bahwa dari uji *spearman rank* diperoleh nilai *p value (sig)* yang diperoleh adalah 0,000 Nilai tersebut $< 0,05$, maka H_a diterima. Hal ini mengidentifikasikan adanya hubungan antara dukungan sosial dan *kelelahan akademik*. Hasil koefisien korelasi yang diperoleh sebesar -0,402, yang menunjukkan bahwa tingkat korelasi antara variabel dukungan sosial dan akademik *burnout* termasuk dalam kriteria sedang, di mana nilainya negatif, yang berarti bahwa hubungan antara kedua variabel berada pada arah yang berlawanan. Dengan demikian, dapat disimpulkan semakin tinggi tingkat dukungan sosial yang diberikan pada mahasiswa, maka semakin rendah terjadinya akademik *burnout* mahasiswa. Sebaliknya, jika dukungan sosial mahasiswa yang diberikan rendah maka tingkat *academic burnout* mahasiswa cenderung meningkat.

Pembahasan

Usia

Usia adalah periode waktu sejak seseorang ada dan diukur dengan satuan waktu. Jika dilihat dalam kategori usia menurut Kementerian Kesehatan: 0-5 tahun balita, 5-11 tahun masa kanak-kanak, 12-16 tahun remaja awal, 17-25 tahun remaja akhir, 26-35 tahun dewasa dini, 36-45 tahun dewasa akhir, 46-55 tahun usia dini, 56-65 tahun lanjut usia lanjut, 65 tahun ke atas masa manula (Lukman., 2020).

Mayoritas rentan usia mahasiswa dalam penelitian ini yaitu 20 tahun. Jika dilihat dari kategori depkes sebagian besar mahasiswa FIK Unissula masuk pada kategori masa remaja akhir. Penelitian ini didukung oleh Yosalia & Soetjiningih, (2022) mengatakan dukungan sosial berperan penting dalam mengurangi tingkat *academic burnout* di kalangan mahasiswa usia 17-24 tahun. Mahasiswa yang memiliki usia lebih tua/matang mempunyai pengalaman yang lebih banyak dalam mengatasi tekanan akademik, sehingga lebih mudah mengelola *burnout* dibandingkan mahasiswa yang lebih muda (Simatupang & Simarmata, 2024). Pada penelitian Putri, Masitoh & Khalid, (2023) menunjukkan bahwa mahasiswa usia 19 tahun lebih banyak mengalami *burnout* dalam kategori sedang. Selain itu, peneliti Yunalia *et al.*, (2024) meskipun tidak secara langsung membahas usia, ditemukan setengah dari responden (18-26 tahun) mengalami tingkat *academic burnout* sedang.

Jenis Kelamin

Berdasarkan hasil data penelitian yang dilakukan dari 141 reponden mayoritas subjek penelitian ini yaitu mahasiswa perempuan sebanyak 120 orang dengan persentase (85,1%). Perbedaan biologis antara laki-laki dan perempuan dikenal dengan jenis kelamin, yang dimana laki-laki dan perempuan memiliki persepsi yang berbeda-beda dalam berpikir, bertindak, menanggapi dan merasakan sesuatu (Azisah, Mustari, Himayah, & Masse, 2019). Hasil ini sesuai dengan penelitian Monalisa, Stevani & Oktasari, (2022) menunjukkan bahwa mahasiswa perempuan mempunyai tingkat kelelahan akademik yang lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki. Secara umum, laki-laki cenderung lebih unggul dalam hal penalaran, pemikiran abstrak, dan mekanika, serta memiliki kemampuan yang lebih baik dalam memilah informasi yang relevan dan kurang relevan. Sementara itu, perempuan lebih cenderung mengedepankan perasaan dalam menanggapi suatu situasi. Penelitian Wahab, Tjhin & Istriana, (2024) juga menunjukkan bahwa jenis kelamin memengaruhi *academic burnout*. Meskipun laki-laki maupun perempuan memiliki perbedaan dalam cara berpikir, jenis kelamin tidak dapat menjadi standar atau tolak ukur dalam mendapatkan dukungan sosial karena pada dasarnya baik itu laki-laki ataupun perempuan membutuhkan dukungan yang sama.

Dukungan Sosial

Berdasarkan hasil analisa data yang dilakukan dari 141 reponden menunjukkan bahwa mayoritas dukungan sosial mahasiswa masuk dalam kategori rendah sebanyak 102 dengan presentase (72,3%). Dukungan sosial adalah bantuan yang diberikan orang terdekat maupun lingkungan sekitar untuk membantu seseorang sehingga memberikan rasa nyaman yang dirasakan individu yang membutuhkan dukungan. Bantuan ini dapat berwujud perhatian, penghargaan, atau bantuan yang berupa dukungan informasi, seperti memberi saran, atau arahan dari individu lain atau suatu kelompok (Yosalia, 2022). Beragam bentuk dukungan sosial ini dapat mengurangi stres dan kejenuhan mahasiswa serta meningkatkan kesehatan pada mentalnya, percaya diri sehingga lebih semangat dalam menjalani aktivitas.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Diyah Trimulatsih & Anna Appulembang, (2022) menunjukkan dukungan sosial berkontribusi pada pengurangan *burnout academic* yang mana semakin tinggi dukungan sosial yang diberikan, maka semakin rendah *burnout academic* yang dialami. Selain itu, penelitian Chaidir & Widyastuti, (2023) juga menunjukkan dukungan sosial dapat mengurangi gejala *burnout*, seperti kelelahan emosional dan sikap sinis. Penelitian tersebut memberikan wawasan tentang bagaimana dukungan dari teman sebaya dan keluarga dapat membantu mahasiswa keperawatan mengatasi tekanan akademik. Selanjutnya, mayoritas mahasiswa yang mengalami Academic Burnout sebanyak 120 dengan presentase (85,1%). Hasil ini sesuai dengan penelitian Putri, Masitoh & Khalid, (2023) yang menunjukkan

mahasiswa yang mengalami akademik *burnout* sedang dipengaruhi oleh beban belajar dan perubahan metode pembelajaran. Penelitian yang dilakukan Mashuri *et al.*, (2022) menunjukkan semakin tinggi tingkat *burnout* maka semakin rendah kualitas hidup mahasiswa. Kemudian penelitian Putri, Nauli & Aziz, (2022) menunjukkan mahasiswa keperawatan yang mengalami *burnout* cenderung mempunyai kinerja akademik yang buruk sehingga berdampak pada kualitas hidup mereka.

Academic Burnout

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan, dari 141 responden didapatkan hasil bahwa *Academic Burnout* terbanyak masuk dalam kategori sedang sebanyak 102 responden (85.1%). *Academic burnout* adalah kondisi di mana seseorang merasa lelah akibat tekanan dan tuntutan akademik, disertai dengan sikap pesimis, kurangnya minat terhadap belajar, serta menganggap dirinya kurang kompeten dalam menjalankan tugasnya. Hal ini dapat menyebabkan kelelahan baik secara fisik maupun emosional. Tekanan yang berlebihan sering kali membuat individu menarik diri dari lingkungan sekitar. Kelelahan fisik dapat terlihat dari gejala seperti sakit kepala, flu, diare, atau mual, sementara kelelahan emosional ditandai dengan kecemasan berlebih, mudah marah, dan malas beraktivitas. Jika kelelahan ini berlangsung terus-menerus, dapat membuat penurunan kinerja akademik dan kehilangan semangat terhadap pembelajaran atau tugas. Akibatnya, mahasiswa cenderung menunda pengerjaan atau menyelesaikan tugas karena merasa lelah setelah menjalani kegiatan sekolah sepanjang hari (Salwa, 2024).

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Putri, Masitoh & Khalid, (2023) menunjukkan mahasiswa yang mengalami akademik *burnout* sedang yang dipengaruhi oleh beban belajar dan perubahan metode pembelajaran. Penelitian yang dilakukan Mashuri *et al.*, (2022) menunjukkan semakin tinggi tingkat *burnout* maka semakin rendah kualitas hidup mahasiswa. Selain itu, penelitian Putri, Nauli & Aziz, (2022) juga menunjukkan mahasiswa keperawatan yang mengalami *burnout* cenderung mempunyai kinerja akademik yang buruk sehingga berdampak pada kualitas hidup mereka

Hasil Analisis Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Academic Burnout Pada Mahasiswa FIK Unissula

Berdasarkan hasil dari analisis menunjukkan adanya hubungan yang sedang antara dukungan sosial dengan *academic burnout* terhadap mahasiswa keperawatan Unissula, hal tersebut karena *p value* (sig) 0,000 dimana nilai nilai significant tersebut lebih dari 0,05, dan nilai *r* adalah -0,402.

Mahasiswa merupakan seseorang yang sedang berada pada tahap studi tinggi, dimana mereka memikul tanggung jawab yang besar dalam menyelesaikan tugas akademik. Selain itu,

mereka juga harus menghadapi tantangan besar yang mencakup penyesuaian terhadap perubahan terhadap gaya hidup, interaksi sosial serta menjalani kehidupan secara mandiri dan bertanggung jawab (Fitri & Kustanti, 2020). Menurut Schaufeli 2021 (dalam Fadillah, 2022) mengatakan apabila *academic burnout* tidak segera diatasi dan dibiarkan, dapat menyebabkan stress yang berlangsung terus-menerus sehingga menciptakan kelelahan emosional pada mahasiswa. Hal tersebut dapat mengakibatkan masalah tambahan, seperti sikap sinis terhadap tugas dan mata kuliah serta perasaan tidak mampu untuk menyelesaikan tugas.

Selain itu, Gold & R.A. Roth (1993) (dalam Fadillah, 2022) berpendapat bahwa faktor yang mempengaruhi akademik *burnout* itu adalah tingkat dukungan sosial. Disisi lain Andi et al., (2020) juga menyatakan bahwa kurangnya dukungan sosial dari orang terdekat merupakan salah satu penyebab mahasiswa mengalami *burnout*. Oleh karena itu, tingkat akademik *burnout* pada mahasiswa akan semakin menurun ketika mahasiswa mendapatkan dukungan sosial yang mendukung. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Diyah Trimulatsih & Anna Appulembang, (2022) menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki peran dalam kelelahan akademik, dimana semakin tinggi dukungan sosial yang diberikan pada mahasiswa, maka semakin rendah pula kelelahan akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di masa pandemi ($p\text{-value} = 0,000$). Selain itu, penelitian terdahulu yang dilakukan Dewi, Nuryani and Lindasari, (2024) menunjukkan bahwa ada hubungan antara dukungan sosial dan *kelelahan akademik*, hal tersebut menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki peran dalam mengurangi *kelelahan akademik* sehingga dapat meningkatkan prestasi akademik ($p\text{-value} = 0,001$)

4. KESIMPULAN

Dari analisis data yang dilakukan di FIK Unissula, hasil analisis *uji spearman* menunjukkan adanya hubungan negatif antara dukungan sosial dan akademik *burnout* pada mahasiswa FIK Unissula, dengan arah hubungan yang berlawanan. Sehingga untuk mengurangi tingkat akademik *burnout* diharapkan mahasiswa tetap menjalin hubungan yang terbuka terhadap keluarga, teman dan significant other support dengan menceritakan segala keluhan yang dimiliki. Dengan demikian, semakin tinggi dukungan sosial yang didapatkan, maka semakin rendah kelelahan akademik pada mahasiswa keperawatan. Diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengembangkan jangkauan *subject* yang lebih luas dan tidak hanya satu lingkup universitas tetapi dari berbagai perguruan tinggi hingga bisa memberikan gambaran yang lebih spesifik tentang hubungan antara *Social Support* dan *Akademik Burnout*.

DAFTAR REFERENSI

- Aliyah, P. N., & Kusdiyati, S. (2021). Pengaruh perceived social support terhadap psychological distress pada remaja SMA di masa pandemi COVID-19. *Jurnal Riset Psikologi*, 1(1), 59–68. <https://doi.org/10.29313/jrp.v1i1.226>
- Andi, Y., Sunaryo, H., & Anwarudin, M. (2020). Pengaruh dukungan sosial, self-esteem, dan self-efficacy terhadap burnout mahasiswa (Studi kasus pada mahasiswa Jurusan Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Islam Malang). *Jurnal Riset Manajemen Prodi Manajemen*, 17–31.
- Azisah, S., Mustari, A., Himayah, & Masse, A. (2019). Konseptualisasi gender Islam dan budaya. *Buletin Al-Turas*, 16(1), 200–216. <https://doi.org/10.15408/bat.v16i1.4289>
- Chaerani, R. F., & Rahayu, A. (2019). Penerimaan diri dan dukungan sosial hubungannya dengan penyesuaian diri wanita yang menghadapi masa menopause. *Ikraith-Humaniora*, 3(2), 133–137.
- Chaidir, L., & Widyastuti, D. A. (2023). Pentingnya dukungan sosial dalam mereduksi burnout akademik mahasiswa. *Prosiding Seminar Nasional*, 3(1), 1136–1143.
- Dewi, B. N. I., Nuryani, R., & Lindasari, S. W. (2024). Hubungan dukungan sosial dengan burnout akademik pada siswa sekolah menengah atas. *Jurnal Keperawatan Florence Nightingale*, 7(1), 272–278. <https://doi.org/10.52774/jkfn.v7i1.191>
- Dimala, C. P., & Rohayati, N. (2019). Kontribusi academic burnout dan dukungan terhadap academic engagement pada mahasiswa Universitas Perjuangan. *Journal Upbkarawang*, 4(2), 1–9.
- Diyah Trimulatsih, P., & Appulembang, Y. A. (2022). Dukungan sosial terhadap burnout akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi saat pandemi. *Psychology Journal of Mental Health*, 4(1), 36–47. <https://doi.org/10.32539/pjmh.v4i1.63>
- Fadillah, A. R. (2022). Pengaruh dukungan sosial terhadap academic burnout pada mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. *Skripsi UIN Maulana Malik Ibrahim*, 53–58.
- Fatikasari, W. R., Imawati, D., & Khumaidatul, S. (2024). Pengaruh dukungan sosial terhadap burnout akademik pada mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda. *Jurnal*, 2(1), 1–9.
- Fitri, R., & Kustanti, E. R. (2020). Hubungan antara efikasi diri akademik dengan penyesuaian diri akademik pada mahasiswa rantau dari Indonesia bagian timur di Semarang. *Jurnal Empati*, 7(2), 491–501. <https://doi.org/10.14710/empati.2018.21669>
- Lukman. (2020). Karakter usia Lukman Nul Hakim. *Urgensi Revisi Undang-Undang Tentang Kesejahteraan Lanjut Usia*, 11(1), 47. <https://doi.org/10.22212/aspirasi.v11i1.1589>
- Mashuri, Y. A., Primaningtyas, W., Hastuti, H., Aryoseto, L., Qothrunnada, N., Febrinasari, R. P., ... Probandari, A. N. (2022). Burnout dan kualitas hidup civitas akademika pada masa pandemi COVID-19: Studi di Universitas Sebelas Maret. *Biomedika*, 14(1), 10–19. <https://doi.org/10.23917/biomedika.v14i1.13280>

- Monalisa, M., Stevani, H., & Oktasari, M. (2022). Rasch stacking analysis: Academic burnout mahasiswa ditinjau dari jenis kelamin. *Counseling and Spirituality*, 1(1), 1–8.
- Muflihah, L., & Savira, S. I. (2020). Pengaruh persepsi dukungan sosial terhadap burnout akademik selama pandemi. *Jurnal*, 1(1), 1–11.
- Puspitaningrum, K. (2018). Pengaruh dukungan sosial orang tua terhadap burnout pada mahasiswa dalam mengerjakan skripsi. *Jurnal*, 4(1), 11.
- Putri, K. P. D., Nauli, F. A., & Aziz, A. R. (2023). Hubungan burnout terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada mahasiswa keperawatan Universitas Riau. *Jurnal Kesehatan Jompa*, 2(2), 164–177. <https://doi.org/10.57218/jkj.vol2.iss2.896>
- Putri, T. H., Masitoh, Z., & Khalid, F. (2023). Faktor yang mempengaruhi academic burnout pada mahasiswa keperawatan. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 11(2), 379–386.
- Salwa, N. F. (2024). Hubungan antara academic burnout dengan prokrastinasi akademik pada siswa SMA N 1 Jekulo Kudus. *Jurnal*, 30702000150, 1–23.
- Simatupang, D. C. M., & Simarmata, N. I. P. (2024). Pengaruh resiliensi terhadap academic burnout pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara. *Jurnal Psikologi Terapan dan Pendidikan*, 6(1), 56–66.
- Wahab, R., Tjhin, P., & Istriana, E. (2024). Hubungan karakteristik mahasiswa dengan burnout akademik pada mahasiswa kedokteran. *Jurnal Akta Trimedika*, 1(1), 29–40.
- Yosalia, C. P. D. (2022). Dukungan sosial dan academic burnout pada mahasiswa UKSW yang sedang menyusun skripsi. *Jurnal Penelitian dan Pengembangan Sains dan Humaniora*, 7(3), 413–420. <https://dspace.uui.ac.id/handle/123456789/39928>
- Yosalia, C. P. D., & Soetjningsih, C. H. (2022). Dukungan sosial dan academic burnout pada mahasiswa UKSW yang sedang menyusun skripsi. *Jurnal Penelitian dan Pengembangan Sains dan Humaniora*, 7(3), 413–420.
- Yunalia, E. M., Suharto, I. P. S., Samudera, W. S., & Radiah, S. (2024). Hubungan academic burnout dengan academic procrastination pada mahasiswa. *Jurnal Gema Keperawatan*, 16(2), 343–353. <https://doi.org/10.33992/jgk.v16i2.3084>