

Hubungan Efikasi Diri dan Academic Burnout dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas XI SMAK St. Albertus Malang

Anastasia Sherly Privana*, Yuliati Hotifah, Diniy Hidayatur Rahman
Universitas Negeri Malang, Jl. Semarang No. 5 Malang, Jawa Timur, Indonesia
*Penulis korespondensi, Surel: anastasia.sherly.1801116@students.um.ac.id

Paper received: 3-1-2022; revised: 18-1-2022; accepted: 24-1-2022

Abstract

In the new normal era like today, learning in several schools uses a blended learning system. The existence of a new learning system causes changes, for example in student achievement. Several studies have shown that student achievement is influenced by various aspects, such as self-efficacy and academic burnout. This research was conducted with the aim of knowing the correlation between efficacy and academic burnout with the achievement of student learning outcomes in class XI in Senior High School St. Albertus Malang. The instrument was tested on 97 people with validity 0.329 and reliability 0.912 and 0.830. Based on the results found, there is a correlation between self-efficacy and academic burnout with learning achievement but not simultaneously or together. The correlation value that occurs is 0.045 or 4.5 percent and 95.5 percent is related to other variables outside the variables research.

Keywords: self efficacy; academic burnout; learning achievement

Abstrak

Pada era new normal seperti saat ini, pembelajaran di beberapa sekolah menggunakan sistem *blended learning*. Adanya sistem pembelajaran baru berdampak pada berbagai aspek salah satunya pada pencapaian hasil belajar peserta didik. Ditemukan bahwa hasil pembelajaran yang diraih individu dipengaruhi oleh berbagai aspek, misalnya efikasi diri dan *academic burnout*. Penelitian ini dilakukan dengan maksud mengetahui korelasi efikasi diri dan *academic burnout* dengan pencapaian hasil belajar siswa kelas XI di SMAK St. Albertus. Instrumen diujikan pada 97 orang dengan validitas 0,329 dan reliabilitas 0,912 serta 0,830. Berdasarkan hasil yang ditemukan, terdapat korelasi antara efikasi diri dan *academic burnout* dengan prestasi belajar namun tidak simultan atau bersama-sama. Nilai korelasi yang terjadi sebesar 0,045 atau 4,5 persen dan 95,5 persen berhubungan dengan variabel yang tidak diteliti.

Kata kunci: efikasi diri; academic burnout; prestasi belajar

1. Pendahuluan

Dalam dunia pendidikan, permasalahan-permasalahan bisa terjadi terutama pada era new normal seperti saat ini. Beberapa sekolah menerapkan sistem pembelajaran *blended learning* yang dilaksanakan dengan mendatangkan peserta didik ke sekolah secara bergantian. Pembelajaran *blended learning* pun juga ikut diterapkan pada SMAK St. Albertus Malang. Selama pembelajaran *blended learning* diterapkan, terdapat beberapa dampak yang dirasakan terutama pada prestasi belajar siswa. Prestasi belajar dikenal sebagai pencapaian individu di bangku pendidikan pada kurun waktu tertentu. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) mengungkapkan bahwa pandemi covid-19 berdampak pada penurunan hasil belajar siswa di hampir seluruh satuan pendidikan terutama bagi siswa yang menerima PJJ (Pembelajaran jarak jauh). Prestasi belajar yang diraih oleh siswa dalam kegiatan belajarnya dipengaruhi oleh beberapa faktor. Slameto (2015) mengatakan bahwa terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi yakni faktor internal (faktor yang ada didalam diri) dan faktor eksternal

(faktor yang ada di luar diri). Berdasarkan pendapat tersebut, kelelahan jasmani atau rohani menjadi salah satu hal yang memicu pencapaian prestasi individu. Kelelahan yang marak terjadi pada siswa biasa dikenal sebagai *academic burnout*. *Academic burnout* selama pembelajaran *blended learning* juga muncul pada beberapa siswa di SMA St. Albertus Malang. Suryabrata & Soemanto (1990) juga menyampaikan pendapatnya mengenai beragam hal pemicu pencapaian prestasi individu. Terdapat dua faktor pemicunya, antara lain faktor yang bersumber dari diri sendiri, faktor psikis, dan faktor lingkungan sekitar. Berdasarkan pendapat tersebut, efikasi diri juga termasuk pada faktor pemicu pencapaian hasil belajar individu. Melihat adanya fenomena *academic burnout* yang terjadi saat ini terutama di lapangan dan beberapa penelitian yang dilakukan beberapa waktu terakhir, peneliti tertarik ketiga variabel yakni, efikasi diri, *academic burnout* dan prestasi belajar. Dengan adanya penelitian ini, maka akan diketahui korelasi yang terjadi pada efikasi diri, *academic burnout* dengan pencapaian hasil belajar siswa kelas XI di SMAK St. Albertus Malang.

2. Metode

Data yang didapat akan diuji dengan metode korelasi ganda. Subjek yang digunakan mencakup siswa kelas XI di SMAK St. Albertus Malang berjumlah 191 dari tiga jurusan.

Instrumen yang digunakan untuk mengukur adalah angket efikasi diri dan angket *academic burnout*. Sedangkan prestasi belajar diperoleh dari nilai IPK terakhir siswa. Masing-masing skala terdapat 20 butir item. Blue print skala efikasi diri ditunjukkan dalam tabel 1 dan skala *academic burnout* ditunjukkan dalam tabel 2.

Tabel 1. Blue Print Skala Efikasi Diri

Variabel	Aspek	Indikator
Efikasi Diri	Tingkat kesulitan tugas (<i>magnitude</i>)	Memilih tugas berdasarkan tingkat kesulitan Memilih tugas berdasarkan kemampuan diri Memiliki keyakinan menyelesaikan tugas dengan kemampuan diri
	Generalisasi (<i>generality</i>)	Memiliki keyakinan menyelesaikan tugas dalam bidang berbeda
	Kekuatan (<i>strenght</i>)	Menguasai berbagai materi pembelajaran Mampu bertahan dalam kesulitan Mampu menghadapi rintangan

Tabel 2. Blue Print Skala Academic Burnout

Variabel	Indikator
<i>Academic Burnout</i>	<i>Academic exhaustion</i> <i>Academic cynicism</i> <i>Reduced academic efficacy</i>

Data yang didapatkan diolah dengan melewati tahap penyeleksian, tahap pemberian skor, dan tahap pentabulasian. Analisis dilakukan dengan teknik deskriptif, uji asumsi klasik, dan hipotesis. Item pada instrumen dikatakan valid jika besarannya $> 0,329$ dan signifikansi $< 0,05$. Pada uji validitas diketahui tidak ada item yang tidak valid atau 40 item

dari total keseluruhan memiliki nilai koefisien korelasi lebih dari 0,329. Sedangkan reliabilitas kedua instrumen sebesar 0,912 dan 0,830.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Hasil

Berdasarkan analisis deskriptif, diketahui bahwa terdapat tiga kategorisasi pada ketiga variabel. Kategorisasi yang digunakan yakni rendah, sedang, dan tinggi. Tingkat efikasi diri, *academic burnout*, dan prestasi belajar dari siswa kelas XI di SMAK St. Albertus Malang menunjukkan pada tingkatan sedang.

Pada penelitian ini, uji korelasi yang digunakan adalah uji asumsi klasik, analisis regresi ganda, dan hipotesis. Diketahui bahwa data memiliki signifikansi 0,200 atau lebih dari 0,05 dan dikatakan data telah terdistribusi dengan normal.

Dalam uji linearitas diketahui bahwa signifikansi efikasi diri, *academic burnout*, dan prestasi belajar sebesar 0,180 dan 0,973. Artinya hubungan dua variabel independen dan variabel dependen bersifat linear.

Pada uji korelasi didapatkan nilai koefisien korelasi dalam hubungan efikasi diri dan *academic burnout* sebesar $-0,201$ signifikansi 0,022. Sehingga dapat diartikan terdapat korelasi negatif antara efikasi diri dan *academic burnout*. Kemudian nilai koefisien korelasi yang muncul dalam hubungan efikasi diri dan prestasi belajar sebesar 0,013 signifikansi 0,880. Sehingga dapat diartikan bahwa tidak ada korelasi antara kedua variabel tersebut. Sedangkan nilai koefisien korelasi yang muncul dalam hubungan *academic burnout* dan prestasi belajar diketahui menunjukkan angka $-0,210$ dengan signifikansi 0,016. Dengan artian bahwa ada korelasi negatif pada kedua variabel tersebut.

Pada analisis regresi ganda ditemukan adanya hubungan signifikan dalam efikasi diri, *academic burnout* dan prestasi belajar namun tidak simultan atau bersama-sama. Hubungan yang ada sebesar 4,5% dan 95,5% berhubungan dengan variabel lain diluar variabel yang diteliti.

3.2. Pembahasan

3.2.1. Hubungan Efikasi Diri dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas XI SMAK St.

Albertus Malang

Hasil analisis telah ditemukan dari 131 siswa kelas XI di SMAK St. Albertus, 73,3% diantaranya atau 96 siswa memiliki tingkat efikasi sedang. Selain itu, 9 siswa diantaranya atau 6,9% siswa memiliki efikasi diri tinggi, 26 siswa atau 19,8% siswa memiliki efikasi diri rendah. Dengan besaran tersebut, maka dikatakan bahwa masih banyak siswa di kelas XI berefikasi diri rendah. Pada tabel koefisien korelasi diketahui bahwa korelasi efikasi diri dan prestasi belajar menunjukkan nilai 0,013 signifikansi 0,880. Nilai itu menunjukkan angka diatas 0,05 yang berarti efikasi diri tidak saling berhubungan dengan pencapaian hasil belajar individu.

Sehingga dikatakan bahwa tinggi atau rendahnya efikasi diri belum tentu berdampak pada prestasi yang dicapai oleh siswa.

3.2.2. Hubungan *Academic Burnout* dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas XI SMAK St. Albertus Malang

Hasil analisis telah ditemukan dari 131 siswa kelas XI di SMAK St. Albertus Malang, 96 siswa atau 73,3% siswa memiliki tingkat *academic burnout* sedang. Selain itu, 6,9% atau 9 siswa memiliki tingkat *academic burnout* tinggi dan 19,8% atau 26 siswa memiliki tingkat *academic burnout* rendah. Hal tersebut membuktikan sebagian besar siswa memiliki tingkat *academic burnout* yang sedang. Pada hasil yang didapatkan, terbukti bahwa *academic burnout* dengan prestasi belajar berkorelasi negatif. Koefisien korelasi antara *academic burnout* (X2) dengan prestasi belajar (Y) yakni sebesar $-,210$ dengan nilai signifikansi sebesar $0,016$. Besaran nilai signifikansi menunjukkan angka diatas $0,05$. Artinya, terbukti bahwa *academic burnout* dan pencapaian hasil belajar saling berhubungan. Korelasi yang terjadi bersifat negatif dengan artian jika *academic burnout* menurun maka prestasi belajar individu akan meningkat. Sebaliknya, jika *academic burnout* siswa meningkat maka prestasi belajar individu akan menurun.

3.2.3. Hubungan Efikasi Diri dan *Academic Burnout* dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas XI SMAK St. Albertus Malang

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, 42,7% atau 56 siswa dari 131 siswa memiliki tingkat prestasi belajar yang sedang. Selain itu, 38,9% atau 51 siswa diantaranya memiliki tingkat prestasi belajar yang tinggi dan 18,3% atau 24 siswa diantaranya memiliki prestasi belajar yang rendah. Berdasarkan uji yang dilakukan, diketahui bahwa terdapat korelasi pada efikasi diri dan *academic burnout* dengan besaran senilai 4,5%. Sehingga terbukti bahwa pencapaian prestasi siswa kelas XI di SMAK St. Albertus Malang berhubungan 95,5% dengan variabel lain diluar variabel yang diteliti. Besaran sumbangan efektif pada variabel *academic burnout* sebesar 4,5% sedangkan pada variabel efikasi diri diketahui tidak memiliki korelasi dengan prestasi belajar namun berkorelasi negatif dengan *academic burnout* siswa. Sedangkan sumbangan relatif variabel yang diberikan sebesar 100% pada variabel *academic burnout* tanpa melihat adanya variabel lain yang tidak diteliti.

4. Simpulan

Berdasarkan hasil analisis dari penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara efikasi diri dan *academic burnout* dengan prestasi belajar siswa kelas XI SMAK St. Albertus Malang namun tidak simultan atau bersama-sama. Hal tersebut dikarenakan salah satu variabel bebas yakni efikasi diri tidak memiliki hubungan dengan variabel bebas namun variabel efikasi diri (X1) memiliki hubungan negatif dengan variabel *academic burnout* (Y). Hubungan yang ada sebesar 4,5% dan 95,5% berhubungan dengan variabel lain diluar variabel yang diteliti..

Daftar Rujukan

- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy The Exercise of Control*. New York: W.H. Freeman and Company.
- Baron, R. A. & Byrne, D. (2004). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Erlangga.

- Daroini, D. R., Pramono, A., & Firmansyah, M. (2020). Analisis Faktor Regulasi Belajar Mandiri terkait Efikasi Diri, Kesadaran Pengetahuan Metakognitif, dan Pengalaman Pembelajaran Sebelumnya terhadap Prestasi Akademik. *Jurnal Bio Komplementer Medicine*, 7(2). Diambil dari <http://www.riset.unisma.ac.id/index.php/jbm/article/view/8945>.
- Dewi, F. A, Atmoko, Adi & Triyono. (2016). Keefektifan Teknik Self Instruction dalam Konseling Kognitif-Perilaku untuk Meningkatkan Efikasi Diri Sosial Siswa SMKN 2 Malang. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 1 (4), 172-178. Diambil dari <http://journal.um.ac.id/index.php/bk>.
- Friedman, H. S. & Schustack, M. W. (2008). *Kepribadian; Teori Klasik dan Riset Modern*. Jakarta: Erlangga.
- 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. Diambil dari <http://journal.um.ac.id/index.php/bk>.
- Myers, D.G. (1996). *Social Psychology*. USA : McGraw-Hill, Inc.
- Orpina, S. & Prahara, S. A. (2019). Self-efficacy dan Burnout Akademik pada Mahasiswa yang Bekerja. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 3(2), 119-130. Diambil dari <http://ijec.ejournal.id/index.php/counseling/article/view/93>.
- Ramadhan, S., & Salim, R. M. A. (2020). Kontribusi Planned Happenstance Skills terhadap Perilaku Eksplorasi Karier Siswa Sekolah Menengah Kejuruan: Peran Mediasi Career Decision Self-Efficacy. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 5(1), 24–33. Diambil dari <https://doi.org/10.17977/um001v5i12020p024>.
- Setiani, I. B., Taufiq, A., & Suherman, S. (2017). Bimbingan Kelompok dengan Pengajaran Formula ABCDE Pendekatan Rasional Emotif Behavior untuk Meningkatkan Self Efficacy Mahasiswa Calon Guru. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 2(1), 9–17. Diambil dari <http://journal2.um.ac.id/index.php/jkbk/article/view/312>.
- Sumanto. (1990). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Suryabrata, S. (1990). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta : CV. Rajawali.