



Hubungan Antara Kecerdasan Emosional dan Academic Burnout dengan Prestasi Belajar Siswa SMPN 2 Pakis Kabupaten Malang

Aulia Widya Kirana, Elia Flurentin*, Arbin Janu Setiyowati

Universitas Negeri Malang, Jl. Semarang No. 5 Malang, Jawa Timur, Indonesia

*Penulis korespondensi, Surel: elia.flurentin.fip@um.ac.id

Paper received: 6-2-2023; revised: 27-2-2023; accepted: 1-3-2023

Abstract

The purpose of this study was to determine the relationship between emotional intelligence and academic burnout with learning achievement. This study used correlational research design. The total population of class VIII students of SMP Negeri 2 Pakis is 156 students, the sample is 112 students obtained by the slovin formula with a 5 percent allowance. Sampling using simple random sampling method. Data collection used the emotional intelligence scale adapted by Bantolo (2020), and the academic burnout scale "MBI-SS" adapted by Maharani (2017). Both have been tested for validity and reliability. Measurement of learning achievement used odd mid-term semester scores 2022/2023. The results of this study are that there is no significant relationship between emotional intelligence and academic burnout with learning achievement. The variables of emotional intelligence and academic burnout only contribute 2.8 percent to learning achievement. While the other 97.2 percent is influenced by other factors or variables that are not measured in this study.

Keywords: emotional intelligence; academic burnout; learning achievement

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mencari tau hubungan antara kecerdasan emosional dan *academic burnout* dengan prestasi belajar siswa. Rancangan penelitian yang digunakan yaitu kuantitatif non-eksperimen, dengan desain deskriptif korelasional. Total populasi siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Pakis sebanyak 156 siswa, dengan jumlah sampel 112 siswa yang didapatkan dengan rumus slovin tingkat kelonggaran 5 persen. Dalam penentuan sampel, digunakan metode *simple random sampling*. Pengumpulan data melalui skala kecerdasan emosional mengadaptasi milik Bantolo (2020), dan skala *academic burnout* "*Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS)*" yang diadaptasi dari Maharani (2017). Keduanya telah melalui uji validitas dan uji reliabilitas. Pengukuran prestasi belajar menggunakan nilai UTS semester gasal 2022/2023. Hasil dari penelitian ini yaitu tidak terdapatnya hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dan *academic burnout* dengan prestasi belajar. Variabel kecerdasan emosional, dan *academic burnout* hanya berkontribusi sebesar 2,8 persen dengan prestasi belajar. Sedangkan 97,2 persen lainnya dipengaruhi oleh faktor atau variabel lain yang tidak diukur pada penelitian ini.

Kata kunci: kecerdasan emosional; *academic burnout*; prestasi belajar

1. Pendahuluan

Indikator kualitas dan kuantitas pengetahuan siswa dapat diperoleh melalui hasil belajar yang digambarkan dengan prestasi belajar siswa di sekolah meliputi hasil evaluasi ranah afektif, kognitif, dan psikomotorik siswa (Dimiyati & Mudjiono, 2013; Syah, 2017). Evaluasi hasil belajar dapat diukur oleh guru melalui berbagai macam cara seperti tes (Adiputra & Mujiyati, 2017; Kpolovie, 2014). Menurut Adjani & Adam (2012), Djamaroh (2002), dan Pratini (2005), nilai prestasi belajar dapat berupa bentuk huruf, angka, simbol, atau kalimat sebagai perolehan hasil belajar setiap siswa setelah melalui kegiatan belajar

dalam kurun waktu tertentu. Prestasi belajar siswa dapat ditinjau dari nilai UH, UTS, UAS, dan nilai rapor.

Prestasi belajar yang diperoleh siswa berbeda satu sama lain diakibatkan oleh beragam faktor. Menurut Ahmadi & Supriyono (2011) faktor yang mempengaruhi prestasi belajar yaitu (1) internal; dan (2) eksternal. Faktor internal mencakup jasmani/fisiologi, kondisi psikologi, dan kematangan fisik serta psikis. Sedangkan faktor eksternal mencakup lingkungan sosial, budaya, dan lingkungan fisik (Ahmadi & Supriyono, 2011; Rosyid dkk., 2019). Kondisi psikologis yang termasuk dalam faktor internal diantaranya yaitu kecerdasan emosional dan *academic burnout*.

Dikutip dari website gramedia.com (2021), istilah kecerdasan emosional dikemukakan pertama kali pada tahun 1990 oleh psikolog bernama Peter Salovey, dan John Mayer. Kecerdasan emosional diartikan sebagai bagian dari kecerdasan manusia dimana individu memiliki suatu kompetensi untuk memahami perasaan milik sendiri atau orang lain, serta mengendalikan dan mengelola emosi tersebut. Aspek kecerdasan emosional menurut (Goleman, 2009) terdiri dari 5 aspek. Kelima aspek tersebut yakni (1) kesadaran diri; (2) kontrol diri; (3) motivasi; (4) empati; dan (5) keterampilan sosial. Hal yang dapat mempengaruhi kecerdasan emosional yakni faktor genetik, faktor lingkungan keluarga, faktor pendidikan yang diperoleh seiring pertumbuhan, dan faktor perkembangan emosi pada masa bayi sampai dewasa (Akbar & Setyawan, 2015; Hurlock, 2004),

Kecerdasan emosional berpengaruh terhadap kesuksesan prestasi belajar sebanyak 80% dengan melibatkan berbagai keterampilan yang mempengaruhi kecerdasan akademik seperti kemampuan mengelola emosi untuk mencegah kelelahan akademik atau *academic burnout* (Goleman, 2009; Rosyid dkk., 2019; Arafa, Mursalim, & Ihsan, 2022; Sanjaya, 2012; Ghodsi, 2015). Siswa yang memiliki kecerdasan emosional tinggi lebih sukses secara akademik karena adanya dampak positif dalam meningkatkan faktor lain yang berkaitan dengan sekolah (Bahat & Ovsenik, 2020; Mujidin, Pramesti, & Rustam, 2021). Selain itu, penelitian Kurnia & Wahono (2021) menyatakan terdapat suatu hubungan positif dari kecerdasan emosional yang bisa mempengaruhi prestasi belajar sebesar 5,9%.

Academic burnout sebagai salah satu faktor prestasi belajar diartikan sebagai perasaan lelah yang dihadapi oleh siswa akibat adanya tuntutan studi secara terus menerus sehingga memunculkan perasaan sinis, menghindari sekolah, merasa tidak kompeten sebagai siswa, kehilangan minat, dan tidak termotivasi dalam proses belajar (Khusumawati, 2015; Santrock, 2002; Ugwu dkk., 2013; Zhang dkk., 2007). *Academic burnout* terdiri dari 3 aspek yaitu (1) kelelahan (*academic exhaustion*); (2) dipersonalisasi atau sinisme (*cynicism*); dan (3) penurunan efikasi diri (*academic inefficacy*) (Schaufeli dkk., 2002; Yang, 2004).

Siswa yang mengalami kondisi *academic burnout* perlu untuk diberi perhatian khusus dan segera ditangani karena akan berimbas pada kemampuan akademik dan kesehatan jiwanya (Bahat & Ovsenik, 2020; Parviainen dkk., 2021). Hal ini karena *academic burnout* akan membuat penderitanya merasa kelelahan secara fisik maupun emosional (Santrock, 2002; Maslach & Leiter, 2008). Mughnia (2020) juga menyatakan semakin rendahnya prestasi belajar siswa dipengaruhi oleh tingkat *academic burnout* yang tinggi, begitu juga sebaliknya.

Fenomena terkait kecerdasan emosional dan *academic burnout* dapat ditemui di SMPN 2 Pakis Kabupaten Malang. Berdasarkan hasil wawancara dengan guru BK SMPN 2 Pakis,

diketahui permasalahan yang dialami siswa yaitu penurunan nilai prestasi belajar, kelelahan akademik akibat kurangnya motivasi belajar, dan kurangnya kemampuan mengenal serta mengelola emosi yang dimiliki. Hasil wawancara kepada dua orang siswa kelas VIII SMPN 2 Pakis juga memperkuat permasalahan, dimana keduanya menyatakan bahwa mereka cenderung mengalami kelelahan karena ketidakmampuan mengontrol emosi, tidak adanya target belajar, dan kurang memiliki motivasi belajar. Keduanya juga menegaskan bahwa tidak adanya pemberian informasi atau penanganan yang tepat terkait masalah tersebut dari sekolah.

Permasalahan terkait kecerdasan emosional dan *academic burnout* pada siswa dapat menghambat pemenuhan tugas perkembangan peserta didik seperti yang tercantum dalam SKKPD, dimana siswa perlu memiliki kematangan emosi dan kematangan intelektual. Aspek kematangan emosi yakni kemampuan mengenal dan mengembangkan sikap yang mandiri baik secara emosional, sosial, maupun ekonomi. Sedangkan aspek kematangan intelektual yaitu mengembangkan wawasan dan kompetensi guna mengikuti pembelajaran serta persiapan karir di kehidupan bermasyarakat. Menurut POP BK SMP (2016), kedua aspek tersebut merupakan aspek penting yang pencapaiannya dapat ditunjang dengan layanan Bimbingan dan Konseling.

Keterbaruan dalam penelitian ini yaitu belum adanya suatu penelitian yang menggabungkan variabel kecerdasan emosional, *academic burnout*, dan melihat hubungannya dengan prestasi belajar siswa di sekolah. Namun berdasarkan dari hasil studi pendahuluan dan berbagai penelitian terdahulu didapatkan hasil bahwa variabel kecerdasan emosional atau *academic burnout* memiliki suatu hubungan dengan variabel prestasi belajar siswa. Oleh karena itu perlu untuk dilakukannya pembuktian secara empiris terkait “Hubungan Antara Kecerdasan Emosional dan *Academic Burnout* dengan Prestasi Belajar Siswa SMPN 2 Pakis Kabupaten Malang”.

Penelitian ini bertujuan untuk: (1) mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dengan prestasi belajar siswa; (2) mengetahui hubungan antara *academic burnout* dengan prestasi belajar siswa; (3) mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dan *academic burnout* dengan prestasi belajar siswa.

2. Metode

2.1. Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif non-eksperimen, dengan desain deskriptif korelasional. Penelitian korelasional ini bertujuan untuk menguji suatu teori dengan meneliti hubungan antara dua variabel atau lebih menggunakan instrumen penelitian (Creswell, 2012). Dalam penelitian ini, digunakan pendekatan korelasional untuk menguji ada tidaknya hubungan antara tiga variabel, yaitu dua variabel bebas (kecerdasan emosional (X1) dan *academic burnout* (X2)) dan satu variabel terikat (prestasi belajar (Y)).

2.2. Populasi dan Sampel

Total populasi yaitu 156 siswa yang merupakan seluruh siswa kelas VIII SMPN 2 Pakis. Alasan peneliti memilih kelas VIII karena jika dibandingkan dengan siswa kelas VII yang baru masuk dan masih dalam proses adaptasi atau kelas IX yang lebih berfokus pada ujian, siswa kelas VIII lebih aktif mengikuti kegiatan akademik dan nonakademik. Dari populasi tersebut

diambil sampel berjumlah 112 siswa. Penentuan sampel menggunakan jenis *probability sampling* yakni *simple random sampling*, dengan rumus slovin dengan perolehan sebesar 112 siswa.

2.3. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian meliputi skala kecerdasan emosional. skala *academic burnout*. Skala kecerdasan emosional mengadaptasi milik Bantolo (2020) yang dikembangkan beracuan pada 5 aspek kecerdasan emosional menurut Salovey & Mayer dalam (Goleman, 2007). Instrumen kedua adalah skala *academic burnout* “*Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS)*” oleh Schaufeli dkk. (2002) yang kemudian diadaptasi oleh Maharani (2019). Sedangkan data prestasi belajar diperoleh melalui studi dokumentasi nilai UTS semester gasal tahun ajar 2022/2023. Data nilai UTS tersebut diperoleh dari masing-masing wali kelas.

Sebelum masuk ke tahap berikutnya, dilakukan uji validitas dan reliabilitas pada instrumen skala kecerdasan emosional dan skala *academic burnout*. Hasilnya diperoleh 33 item skala kecerdasan emosional valid. Namun, untuk mengatasi kesenjangan jumlah item dengan skala *academic burnout* maka hanya dipilih 20 item yang didasarkan pada keterwakilan indikator dan item yang memiliki skor tinggi. Sedangkan skala *academic burnout* diperoleh 14 item valid. Koefisien alpha hasil uji reliabilitas skala kecerdasan sebesar 0,935, dan skala *academic burnout* sebesar 0,912. Keduanya berada pada kategori realibilitas sangat kuat.

2.4. Pengumpulan dan Analisis Data

Tahapan selanjutnya adalah pengumpulan data yang dilakukan sejak bulan Agustus sampai dengan Desember tahun 2022 di kelas VIII SMP Negeri 2 Pakis. Data penelitian yang telah terkumpul kemudian dilakukan skoring dan digunakan untuk menjawab hipotesis penelitian. Teknik analisis data mencakup analisis deskriptif dan statistik. Sebelum dilakukan analisis korelasional, terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Hasil Penelitian

Hasil dari penelitian berupa data deskriptif dan statistik. Analisis deskriptif hasilnya berupa deskripsi/gambaran tentang ketiga variabel penelitian yakni kecerdasan emosional, *academic burnout*, dan prestasi belajar. Sedangkan hasil analisis statistik meliputi uji prasyarat, korelasi, serta hipotesis penelitian.

3.1.1 Deskripsi Kecerdasan Emosional, *Academic Burnout*, dan Prestasi Belajar Siswa SMPN 2 Pakis

1. Deskripsi Kecerdasan Emosional

Tabel 1. Tingkat Kecerdasan Emosional

No.	Kategori	Frekuensi	Persentase	Interpretasi
1	Tinggi	50	45%	Cukup Banyak
2	Sedang	62	55%	Cukup Banyak
3	Rendah	0	0%	Sangat Sedikit

Berdasarkan tabel 1, dijelaskan bahwa dari 112 siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Pakis sebanyak 45% kecerdasan emosionalnya masuk dalam kategori tinggi. Sebanyak 55% mempunyai tingkat kecerdasan emosional sedang, dan sebanyak 0% dengan tingkat kecerdasan emosional yang rendah. Dapat disimpulkan bahwa siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Pakis mempunyai tingkat kecerdasan emosional sedang.

2. Deskripsi *Academic Burnout*

Tabel 2. Tingkat *Academic Burnout*

No.	Kategori	Frekuensi	Persentase	Interpretasi
1	Tinggi	11	10%	Sangat Sedikit
2	Sedang	65	58%	Cukup Banyak
3	Rendah	36	32%	Sedikit

Berdasarkan tabel 2 dapat dijelaskan bahwa dari 112 siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Pakis, sebanyak 10% masuk ke dalam kategori *academic burnout* tinggi. Siswa yang memiliki *academic burnout* sedang 58%, dan siswa yang memiliki *academic burnout* rendah 32%. Dapat disimpulkan bahwa siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Pakis memiliki tingkat *academic burnout* sedang.

3. Deskripsi Prestasi Belajar

Tabel 3. Tingkat Prestasi Belajar

No.	Kategori	Frekuensi	Persentase	Interpretasi
1	Tinggi	29	26%	Sedikit
2	Sedang	54	48%	Cukup banyak
3	Rendah	29	26%	Sedikit

Berdasarkan tabel 3 dapat dijelaskan bahwa dari 112 siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Pakis, sebanyak 26% masuk dalam kategori prestasi belajar tinggi, Sebanyak 48% masuk dalam kategori prestasi belajar sedang, dan sebanyak 26% tingkat prestasi belajar rendah. Dapat disimpulkan bahwa tingkat prestasi belajar siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Pakis berada pada kategori sedang.

3.1.2 Uji Korelasi

1. Uji prasyarat

Uji prasyarat yang perlu dilakukan sebelum melakukan uji korelasi meliputi uji normalitas, linearitas, multikolinearitas dan heteroskedastisitas. Untuk melakukan uji prasyarat menggunakan bantuan SPSS 25 *for windows*.

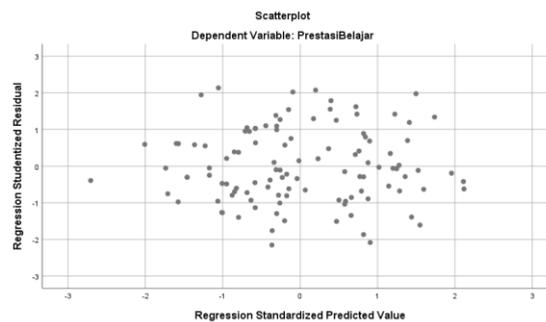
Hasil uji normalitas menunjukkan nilai signifikansi ketiga variabel $>0,05$ yang artinya data pada ketiga variabel terdistribusi normal. Nilai signifikansi variabel kecerdasan emosional 0,053, *academic burnout* 0,085 dan prestasi belajar 0,200.

Berdasarkan uji linearitas, dapat diketahui bahwa terdapat hubungan linear antara variabel terikat dengan variabel bebas. Dilihat dari *Deviation from Linearity* kecerdasan emosional dengan prestasi belajar sebesar $0,222 > 0,05$ dan nilai *Deviation from Linearity*

academic burnout dengan prestasi belajar $0,334 > 0,05$ yang berarti ada hubungan linear di antara variabel terikat dengan variabel bebas.

Berdasarkan uji multikolinearitas diketahui bahwa tidak terjadinya gejala multikolinearitas, yang dibuktikan dengan nilai VIF sebesar $1,415 < 10$. Dengan begitu, variabel kecerdasan emosional dan *academic burnout* tidak mengalami masalah multikolinearitas.

Hasil uji heteroskedastisitas menunjukkan pola-pola menyebar secara acak di sekitar angka 0 pada grafik *scatter plot*. Selain itu tidak terbentuknya pola tertentu yang teratur (bergelombang) sehingga bisa dikatakan bahwa tidak terjadinya suatu permasalahan heteroskedastisitas pada data penelitian. Berikut grafik *scatter plot* sebagai uji heterokedastisitas.



Gambar 1. Hasil uji heterokedastisitas

2. Hubungan Antara Kecerdasan Emosional dan *Academic Burnout* dengan Prestasi Belajar

Tabel 4. Hasil Uji Korelasi

Correlations				
		Kecerdasan Emosional	Academic Burnout	Prestasi Belajar
Kecerdasan Emosional	Sig. (2-tailed)		.000	.084
	N	112	112	112
Academic Burnout	Sig. (2-tailed)	.000		.526
	N	112	112	112

Berdasarkan tabel 4, diketahui bahwa pada variabel kecerdasan emosional dengan prestasi belajar diperoleh koefisien korelasi (r) 0,164 dengan nilai signifikansi ($sig.$) 0,084. Pengambilan keputusan bentuk hubungan kedua variabel yaitu H_a diterima apabila nilai ($sig.$) $< 0,05$. Nilai signifikansi kecerdasan emosional yang diperoleh yakni $0,084 > 0,05$, artinya tidak adanya hubungan signifikan di antara kedua variabel. Maka variabel kecerdasan emosional tidak akan mendorong terjadinya peningkatan atau penurunan pada variabel prestasi belajar.

Selanjutnya pada variabel *academic burnout* didapatkan koefisien korelasi (r) sebesar -0,061 dengan nilai signifikansi ($sig.$) 0,526. Pengambilan keputusan bentuk hubungan kedua variabel tetap menggunakan cara yang sama dengan sebelumnya, sehingga didapatkan nilai signifikansi variabel *academic burnout* $0,526 > 0,05$. Dengan begitu diketahui bahwa tidak

adanya hubungan signifikan antara kedua variabel, sehingga variabel *academic burnout* tidak akan mendorong terjadinya peningkatan atau penurunan prestasi belajar.

Kemudian untuk mengetahui hubungan kedua variabel dengan prestasi belajar secara bersamaan, peneliti menggunakan uji korelasi berganda dengan output sebagai berikut.

Tabel 5. Korelasi Ganda

Model Summary		
R Square	Change statistics	
	R Square	Sig. F Change
.028	0.28	.211
Predictors: (Constant), AcademicBurnout, KecerdasanEmosional		
Dependent Variable: Prestasi Belajar		

Pada hasil uji korelasi berganda dapat dilihat bahwa nilai signifikansi antara X1 dan X2 dengan Y sebesar 0,211 artinya lebih besar dari 0,05. Dari situlah ditarik kesimpulan bahwa H_a yang memiliki arti “terdapat hubungan signifikan antara kecerdasan emosional dan *academic burnout* dengan prestasi belajar siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Pakis” ditolak. Kemudian didapatkan nilai koefisien R Square 0,028 yang memiliki arti bahwa variabel kecerdasan emosional, dan *academic burnout* hanya berkontribusi sebesar 2,8% dengan prestasi belajar. Sedangkan 97,2% lainnya dipengaruhi oleh faktor atau variabel lain yang tidak diukur pada penelitian ini.

3.2. Pembahasan

3.2.1. Hubungan Antara Kecerdasan Emosional dengan Prestasi Belajar Siswa SMPN 2 Pakis Kabupaten Malang

Berdasarkan hasil uji hipotesis diketahui bahwa H_0 diterima dan H_a ditolak, yang memiliki arti bahwa tidak ada hubungan di antara kedua variabel dengan nilai signifikansi (sig.) $0,084 > 0,05$. Variabel kecerdasan emosional tidak akan mendorong terjadinya peningkatan atau penurunan pada variabel prestasi belajar. Hal ini bertolak belakang dengan hasil penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa kecerdasan emosional siswa memberikan dampak dan berhubungan secara positif pada prestasi belajar, artinya kecerdasan emosional dan prestasi belajar berada dalam kategori tinggi secara bersamaan (Kurnia & Wahono, 2021; Mujidin dkk., 2021; Wahab, 2018).

Namun, pada penelitian lain dijelaskan terkait tidak adanya hubungan signifikan antar variabel sama seperti hasil yang didapatkan oleh peneliti. Menurut penelitian Lestari (2016), kecerdasan emosional tidak sepenuhnya memiliki hubungan signifikan terhadap prestasi belajar. Di antara 5 aspek kecerdasan emosional, hanya aspek empati yang memiliki hubungan dengan prestasi akademik. Aspek kecerdasan emosional lainnya tidak berhubungan secara signifikan dengan prestasi belajar karena berpengaruh secara tidak langsung, dan justru mempengaruhi hal lain yang menjadi faktor yang berpengaruh pada prestasi belajar. Aspek kesadaran diri dinyatakan tidak memiliki dampak signifikan pada prestasi belajar karena dalam proses belajar hasil akhir yang diperoleh merupakan skor hasil ujian bukan dinilai dari tingkat kepercayaan diri siswa terhadap jawaban mereka. Aspek kontrol diri dinyatakan tidak memiliki hubungan secara langsung karena aspek ini lebih

banyak mempengaruhi konsentrasi siswa di kelas. Aspek motivasi dinyatakan tidak berhubungan dengan prestasi belajar karena motivasi belajar yang diperoleh oleh siswa memiliki kemungkinan besar bukan berasal dari dirinya sendiri, tapi adanya dukungan dari orang lain. Kemudian aspek keterampilan sosial juga dinyatakan tidak memiliki hubungan signifikan karena dalam mencapai prestasi belajar yang baik dibutuhkan kemampuan pemahaman materi yang baik, tidak ada keterkaitannya dengan memiliki komunikasi yang baik dengan orang lain.

Selaras dengan hal tersebut, pendapat Arafa dkk., (2022) juga menjelaskan bahwa kecerdasan emosional melibatkan berbagai keterampilan yang mempengaruhi prestasi belajar, dan tanpa kecerdasan emosional siswa tidak akan memaksimalkan kemampuan kognitif atau IQ-nya. Sedangkan menurut Kashani dkk., (2012) kecerdasan intelektual (IQ) sendiri memiliki hubungan yang signifikan dengan prestasi belajar dan dapat dijadikan prediksi pencapaian prestasi belajar dibandingkan dengan kecerdasan emosional.

Berdasarkan penjelasan sebelumnya, ditarik kesimpulan tidak adanya hubungan signifikan antara kecerdasan emosional dengan prestasi belajar karena hubungan yang diberikan secara tidak langsung dengan mempengaruhi faktor-faktor lain seperti konsentrasi di kelas, kecerdasan intelektual (IQ), dan keterampilan lain yang berpengaruh pada prestasi belajar siswa. Keterkaitannya dengan guru bimbingan dan konseling adalah guru BK di sekolah bisa memberikan layanan preventif maupun kuratif dalam membantu siswa mengembangkan kecerdasan emosionalnya sehingga faktor lain yang memberikan dampak pada prestasi belajar dapat teratasi.

Untuk mencegah siswa dari berbagai masalah pribadi, sosial, belajar, dan karir, guru BK dapat mengimplementasikan program layanan bimbingan dan konseling salah satunya melalui layanan bimbingan kelompok dengan tujuan mengembangkan kecerdasan emosional siswa. Dengan dilaksanakannya program bimbingan kelompok akan memberikan dampak positif terhadap peningkatan kecerdasan emosional yang dimiliki siswa (Mahidin & Jannah, 2019).

Penelitian dari Suryati & Salehudin (2021) juga menyatakan bahwa layanan bimbingan dan konseling yang mencakup bimbingan dan konseling individu/kelompok, serta jenis layanan lain berperan penting dalam perkembangan kecerdasan emosional. Adanya pengoptimalisasian pemahaman tentang kecerdasan emosional akan membuat kecerdasan lainnya menjadi lebih baik. Guru BK juga bisa berkolaborasi dengan semua warga sekolah sehingga siswa bisa mengoptimalkan kemampuan dan potensinya, dan mengurangi resiko terkait hal-hal yang sudah atau belum terjadi sebagai akibat dari perilaku menyimpang karena kurang matangnya kecerdasan emosional.

3.2.2. Hubungan Antara *Academic Burnout* dengan Prestasi Belajar Siswa SMPN 2 Pakis Kabupaten Malang

Berdasarkan hasil uji hipotesis diketahui bahwa H_0 diterima dan H_a ditolak. Nilai signifikansi (sig.) $0,526 > 0,05$ menggartikan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan di antara kedua variabel. Variabel *academic burnout* tidak akan mendorong terjadinya peningkatan atau penurunan prestasi belajar. Berbanding terbalik dengan penelitian terdahulu, dimana *academic burnout* merupakan faktor internal yang perlu diperhatikan dalam prestasi belajar. Terdapat suatu hubungan negatif, yaitu semakin tinggi *academic*

burnout maka semakin rendah prestasi belajarnya, begitu juga sebaliknya (Mughnia, 2020; Oyoo, Mwaura, Kinai, & Mutua, 2020; Rosyid dkk., 2019).

Berkaitan dengan hasil uji hipotesis, terdapat riset lain yang juga menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *academic burnout* dengan prestasi belajar. Hal ini karena adanya faktor lain yang lebih berpengaruh seperti bakat dan kemampuan siswa dalam belajar (Bahat & Ovsenik, 2020; Korhonen, Linnanmäki, & Aunio, 2014; Widlund, Tuominen, & Korhonen, 2018). Selaras dengan hal tersebut Gibran & Wiyono (2022) menjelaskan bahwa penelitian terkait hubungan *academic burnout* tidak mempengaruhi prestasi belajar dapat diakibatkan oleh kondisi siswa yang hanya mencapai fase stres akademik dan tidak sampai menyerang kesehatan fisik siswa. Selain itu, menurut hasil wawancara peneliti dengan siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Pakis didapatkan hasil bahwa cara mereka untuk mengatasi kelelahan belajar adalah dengan mengerjakan bersama teman atau mencontek hasil kerja teman. Hal ini diasumsikan oleh peneliti bahwa meskipun siswa mengalami *academic burnout* mereka masih bisa menjaga prestasi belajar dengan pengaruh dari faktor eksternal berupa lingkungan pertemanan yang membuat mereka tetap mengerjakan tugas atau ujian dengan mencontek satu sama lain, sehingga *academic burnout* yang mereka alami tidak berpengaruh secara signifikan pada prestasi belajar. Asumsi peneliti didukung oleh hasil riset yang menyatakan bahwa meskipun tingkat *academic burnout* pelajar tinggi, tapi adanya dukungan dari lingkungan eksternal dapat membantu individu memenuhi tuntutan akademiknya. (LM Psikologi UGM, 2021)

Upaya yang dapat dilakukan oleh konselor atau guru BK yaitu melalui layanan yang bersifat preventif dan kuratif. Layanan preventif yang diberikan bisa melalui bimbingan klasikal atau kelompok untuk memberikan pemahaman terkait *academic burnout* dan efek yang ditimbulkan. Penelitian yang dilakukan oleh Mamahit & Reandsi (2022) menyatakan bahwa menggunakan teknik atau metode permainan melalui bimbingan klasikal mampu mengatasi *academic burnout* yang dialami siswa. Sedangkan layanan kuratif yang diberikan apabila siswa mengalami *academic burnout* bisa melalui konseling individu atau kelompok. Layanan konseling diberikan oleh guru BK yang diterapkan dengan beragam teknik seperti *self talk*, *self-regulation learning*, teknik relaksasi, dan lainnya mampu secara efektif mengatasi permasalahan *academic burnout* yang dialami oleh siswa (N. Muna, 2020; N. R. Muna, 2013; Ningsih, 2016).

3.2.3. Hubungan Antara Kecerdasan Emosional dan *Academic Burnout* dengan Prestasi Belajar Siswa SMPN 2 Pakis Kabupaten Malang

Prestasi belajar menjadi topik penting karena dapat dijadikan sebagai penilaian terkait perkembangan dan kemajuan peserta didik, serta berkenaan dengan penguasaan bahan ajar yang terdapat dalam kurikulum (Syafi'i, Marfiyanto, & Rodiyah, 2018). Prestasi belajar diberikan oleh guru berupa huruf, angka atau kalimat sebagai hasil pembelajaran dalam kurun waktu tertentu, dan dalam pencapaiannya dipengaruhi oleh berbagai faktor.

Hasil uji hipotesis penelitian melalui uji korelasi ganda menunjukkan bahwa variabel kecerdasan emosional, dan *academic burnout* bersama-sama berdampak pada prestasi belajar hanya sebesar 2,8%, sedangkan variabel lain yang dapat berpengaruh pada prestasi belajar yakni sebesar 97,2%. Faktor kecerdasan emosional tidak berhubungan secara signifikan dengan prestasi belajar karena melibatkan berbagai keterampilan yang secara

tidak langsung berpengaruh terhadap prestasi belajar, misalnya IQ, konsentrasi di kelas, dan lainnya (Arafa dkk., 2022). Pada penelitian ini juga tidak ditemukan hubungan terkait faktor *academic burnout* dengan prestasi belajar karena kondisi siswa yang diasumsikan berada pada kondisi stres akademik. Tidak hanya itu, faktor eksternal seperti lingkungan pertemanan juga dapat menjadi faktor yang membuat siswa lebih stabil secara fisik, psikis, dan emosional sehingga bisa menjaga prestasi belajar yang dimilikinya.

Menurut Dalyono (2015) dan Lestari (2016) bagaimana seseorang belajar atau kebiasaan belajar juga turut mempengaruhi hasil belajar. Belajar tanpa menggunakan teknik atau cara yang tepat tidak bisa membawa hasil yang maksimal. Selain itu, kondisi sekolah juga turut mempengaruhi hasil belajar siswa. Kondisi sekolah disini meliputi kualitas guru, fasilitas/perengkapan sekolah, pelaksanaan tata tertib dan jumlah siswa. Berdasarkan paparan tersebut, dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat beragam faktor atau variabel lain di luar penelitian yang mempengaruhi/berdampak pada prestasi belajar selain kecerdasan emosional dan *academic burnout*.

4. Simpulan

Kesimpulan dari penelitian ini yaitu: (1) tidak ditemukan hubungan antara kecerdasan emosional dengan prestasi belajar pada siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Pakis, (2) tidak ditemukan hubungan antara *academic burnout* dengan prestasi belajar pada siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Pakis, (3) kecerdasan emosional dan *academic burnout* secara bersama-sama tidak memiliki hubungan dengan prestasi belajar siswa kelas VIII SMP Negeri 2 Pakis karena hanya berpengaruh sebesar 2,8% dan sisanya dipengaruhi faktor di luar penelitian. Saran yang diberikan kepada sekolah yaitu dari hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan atau acuan khususnya guru BK dalam mengembangkan, dan memberikan layanan preventif maupun kuratif kepada siswa dalam bidang pribadi dan belajar yaitu terkait dengan kecerdasan emosional, *academic burnout*, dan prestasi belajar. Selain itu, peneliti menaruh harapan kepada peneliti selanjutnya untuk mencari faktor lain yang memiliki hubungan signifikan dengan prestasi belajar, dan melakukan riset lebih lanjut terkait faktor prestasi belajar apa saja yang dipengaruhi oleh kecerdasan emosional dan *academic burnout* sehingga dapat digunakan untuk mengembangkan layanan BK yang sesuai.

Daftar Rujukan

- Adiputra, S., & Mujiyati, M. (2017). Motivasi dan Prestasi Belajar Siswa di Indonesia: Kajian Meta-Analisis. *Konselor*, 6(4), 150. <https://doi.org/10.24036/02017648171-0-00>
- Adjani, S., & Adam, H. (2012). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Prestasi Belajar Mahasiswa pada Mata Kuliah Pengantar Akuntansi. *Universitas Brawijaya. Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Brawijaya*, 1(1). Dari <https://jimfeb.ub.ac.id/index.php/jimfeb/article/view/253>.
- Ahmadi, A., & Supriyono, W. (2011). *Psikologi Belajar* (1 ed.). Jakarta: Rineka Cipta.
- Akbar, P. R., & Setyawan, I. (2015). Perbedaan Kecerdasan Emosional Antara Siswa SMA dengan MA: Studi Komparasi pada Siswa Kelas XI di SMA N 1 Purwodadi dan MA Sunniyyah Selo. *Jurnal Empati*, 4(4), 202-207. Dari <http://ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/14320>.
- Arafa, S., Mursalim, M., & Ihsan, I. (2022). Pengaruh Kecerdasan Emosional terhadap Prestasi Belajar Siswa SD Negeri 26 Kota Sorong. *Jurnal Papeda: Jurnal Publikasi Pendidikan Dasar*, 4(1), 47-54. <https://doi.org/10.36232/jurnalpendidikandasar.v4i1.2061>
- Bahat, B., & Ovsenik, M. (2020). Emotional Intelligence in Secondary School Students. *Revija Za Univerzalno Odličnost*, 9(4), 293-308. <https://doi.org/10.37886/ruo.2020.018>
- Bantolo, A. (2020). *Perbedaan Tingkat Kecerdasan Emosional Siswa yang Mengikuti Ekstrakurikuler Olahraga dan Non Olahraga di SMA Negeri 2 Wonosobo*. Skripsi tidak diterbitkan. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.

- Creswell, J. W. (2012). *Research Design: Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif dan Mixed*. Terjemahan Achmad Fawaid. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. 2009.
- Dalyono, M. (2015). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Dimiyati & Mudjiono. (2013). *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Direktorat Jenderal Guru dan Tenaga Kependidikan, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. 2016. *Panduan Operasional Penyelenggaraan Bimbingan dan Konseling Sekolah Menengah Pertama (SMP)*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Djamaroh, S. (2002). *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ghods, M. (2015). Investigating The Effects of Emotional Intelligence on Social Mental Factors of Human Resource Productivity. *Journal of Work and Organizational Psychology*, 31 (31), 129–134.
- Gibran, H., & Wiyono, B. D. (2022). Pengaruh Stres Akademik dan Burnout terhadap Prestasi Belajar di Masa Pembelajaran Daring di SMPN 1 Galis Pamekasan. *Jurnal BK UNESA*, 12(5), 1109-1115. Dari <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk-unesa/article/view/47515>
- Goleman, D. (2007). *Kecerdasan Emosi untuk Mencapai Puncak Prestasi*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Goleman, D. (2009). *Working with Emotional Intelligence*. Bloomsbury Publishing. Diambil dari <https://books.google.co.id/books?id=fOnFvLif8k0C>
- Hurlock, E. B. (2004). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka.
- Kashani, F. L., Azimi, A. L., & Vaziri, Sh. (2012). Relationship between Emotional Intelligence and Educational Achievement. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 69, 1270–1275. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.12.061>
- Khusumawati, Z. E. (2015). Penerapan Kombinasi antara Teknik Relaksasi dan Self-Instruction untuk Mengurangi Kejenuhan Belajar Siswa Kelas XI IPA 2 SMA Negeri 22 Surabaya. *Jurnal BK UNESA*, 5 (1).
- Korhonen, J., Linnanmäki, K., & Aunio, P. (2014). Learning difficulties, academic well-being and educational dropout: A person-centred approach. *Learning and Individual Differences*, 31, 1–10. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2013.12.011>
- Kpolovie, P. J. (2014). *Test, measurement and evaluation in education. Second Edition*. (2 ed.). Owerri: Springfield Publishers Ltd.
- Kurnia, H., & Wahono, J. (2021). Pengaruh Kecerdasan Emosional terhadap Prestasi Belajar Pendidikan Pancasila dan Kewarganegaraan Siswa SMA Negeri 5 Yogyakarta. *Academy of Education Journal*, 12(1), 82–97. <https://doi.org/10.47200/aoej.v12i1.431>
- Laporan Hasil Riset Mandiri “Tingkat Academic Burnout Mahasiswa Klaster Sosio-Humaniora UGM: Meningkatkan Kesadaran akan Urgensi Fenomena Academic Burnout” – LM Psikologi UGM. (2021). Diambil 16 Januari 2023, dari <https://lm.psikologi.ugm.ac.id/2021/12/laporan-hasil-ri-set-mandiri-tingkat-academic-burnout-mahasiswa-klaster-sosio-humaniora-ugm-meningkatkan-kesadaran-akan-urgensi-fenomena-academic-burnout/>
- Lestari, P. A. D. (2016). The Effect of Emotional Intelligence on Students' Academic Achievement. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa FEB Universitas Brawijaya*, 4(1). Diambil dari <https://jimfeb.ub.ac.id/index.php/jimfeb/article/view/2448>
- Maharani, D. M. (2019). *Hubungan Antara Self-Esteem dengan Academic Burnout pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Semarang Tahun 2018/2019*. Skripsi tidak diterbitkan. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Mahidin & Jannah, N. (2019). Pengaruh Layanan Bimbingan Kelompok terhadap Kecerdasan Emosional Siswa di SMA Muhammadiyah-2 Medan. *Al-Mursyid*, 1(1). <http://dx.doi.org/10.30829/mrs.v1i1.527>
- Mamahit, H., & Reandsi, H. (2022). Penerapan Teknik Scavenger Hunt dalam Bimbingan Klasikal untuk Mengatasi Academic Burnout pada Siswa. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(1), 36–43. <https://doi.org/10.51214/bocp.v4i1.153>
- Maslach, C., & Leiter, M. P. (2008). *The Truth About Burnout: How Organizations Cause Personal Stress and What to Do About It*. San Fransisco: John Wiley & Sons.
- Mughnia, F. N. (2020). *Pengaruh Burnout Belajar terhadap Prestasi Belajar pada Mata Pelajaran Matematika Siswa Kelas VIII MTsN 2 Malang Tahun Ajaran 2019/2020*. Skripsi tidak diterbitkan. Malang: Fakultas Psikologi, UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

- Mujidin, M., Pramesti, A. R. A., & Rustam, H. K. (2021). Peningkatan Prestasi Belajar Siswa dengan Menerapkan Kecerdasan Emosional dan Dukungan Sosial pada Siswa SMA. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan, 3(4)*, 1699–1707. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v3i4.644>
- Muna, N. (2020). Strategi Guru BK dalam Mengatasi Burnout Study Siswa SMKN 1 Widasari. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam, 4(1)*, 81. <https://doi.org/10.29240/jbk.v4i1.1444>
- Muna, N. R. (2013). Efektifitas Teknik Self Regulation Learning dalam Mereduksi Tingkat Kejenuhan Belajar Siswa di SMA Insan Cendekia Sekarkemuning Cirebon. *Holistik: Journal for Islamic Social Science, 14(2)*, 57-78. Dari <https://syekhnurjati.ac.id/jurnal/index.php/holistik/article/view/450/395>
- Ningsih, F. (2016). Efektivitas Teknik Relaksasi untuk Mengurangi Kejenuhan Belajar. *E-Journal Bimbingan dan Konseling, 7*, 50-59. Diambil dari <https://journal.student.uny.ac.id/index.php/fipbk/article/download/4060/3713>
- Oyoo, S., Mwaura, P., Kinai, T., & Mutua, J. (2020). Academic Burnout and Academic Achievement among Secondary School Students in Kenya. *Education Research International, 2020*, 1–6. <https://doi.org/10.1155/2020/5347828>
- Parviainen, M., Aunola, K., Torppa, M., Lerkkanen, M.-K., Poikkeus, A.-M., & Vasalampi, K. (2021). Early Antecedents of School Burnout in Upper Secondary Education: A Five-year Longitudinal Study. *Journal of Youth and Adolescence, 50(2)*, 231–245. <https://doi.org/10.1007/s10964-020-01331-w>
- Pengertian Kecerdasan Emosional & Cara Meningkatkan—Gamedia. (2021, April 1). Diambil 27 Maret 2022, dari Best Seller Gamedia website: <https://www.gamedia.com/best-seller/kecerdasan-emosional/>
- Pratini, S. (2005). *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: Studing.
- Rosyid, Moh. Z., Mansyur, M., & Abdullah, A. R. (2019). *Prestasi Belajar* (1 ed.). Malang: CV Literasi Nusantara.
- Sanjaya, F. (2012). Peran Moderasi Kecerdasan Emosi pada Stres Kerja. *Jurnal Dinamika Manajemen, 3(2)*, 155–163.
- Santrock, J. W. (2002). *Life-Span Development*. Jakarta: Erlangga.
- Schaufeli, W. B., Salanova, M., Roma, V. G., & Bakker, A. B. (2002). The Measurement of Engagement and Burnout: A Two Sample Confirmatory Factor Analytic Approach. *Journal of Happiness Studies, 3*, 71–92. <http://dx.doi.org/10.1023/A:1015630930326>
- Suryati, N., & Salehudin, M. (2021). Program Bimbingan dan Konseling untuk Mengembangkan Kecerdasan Spiritual dan Emosional Siswa. *Edukatif: Jurnal Ilmu Pendidikan, 3(2)*, 578–588. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v3i2.349>
- Syafi'i, A., Marfiyanto, T., & Rodiyah, S. K. (2018). Studi Tentang Prestasi Belajar Siswa dalam Berbagai Aspek dan Faktor yang Mempengaruhi. *Jurnal Komunikasi Pendidikan, 2*, 115–123.
- Syah, M. (2017). *Psikologi Pendidikan dengan Pendekatan Baru*. Bandung: PT. Remaja Rusdakarya.
- Ugwu, F. O., Onyishi, I. E., & Tyoyima, W. A. (2013). Exploring The Relationships Between Academic Burnout, Self-Efficacy and Academic Engagement Among Nigerian College Students. *The African Symposium, 13(2)*, 37–45.
- Wahab, R. (2018). *Psikologi Belajar*. Depok: PT Rajagrafindo Persada.
- Widlund, A., Tuominen, H., & Korhonen, J. (2018). Academic Well-Being, Mathematics Performance, and Educational Aspirations in Lower Secondary Education: Changes Within a School Year. *Frontiers in Psychology, 9*, 297. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.00297>
- 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.
- 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(6)*, 1529–1540. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2007.04.010>