

# HUBUNGAN REGULASI DIRI AKADEMIK DENGAN *BURNOUT* AKADEMIK PADA SISWA PEMBELAJARAN DARING DI SMK ANTARTIKA 2 SIDOARJO

Oleh:

**Muhamad Cloudy satria Mardiansyah**

Progam Studi Psikologi

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

02 Februari 2023

# Pendahuluan

Selama pandemi Covid-19, pembelajaran dilakukan secara daring. Namun faktanya, pembelajaran daring menyebabkan *burnout* akademik. Salah satu sekolah yang menerapkan pembelajaran daring di masa pandemi adalah SMK Antartika 2 Sidoarjo.

Banyak siswa yang mengalami kejenuhan dalam belajar (*burnout* akademik) karena saat pembelajaran daring siswa mengalami kendala. Kemampuan regulasi diri akademik diperlukan karena siswa wajib untuk mengatur cara belajar sehingga tidak mengalami *burnout* akademik.

## RUMUSAN MASALAH

Adakah hubungan antara regulasi diri akademik dengan *burnout* akademik pada siswa pembelajaran daring di SMK Antartika 2 Sidoarjo?

## TUJUAN PENELITIAN

Tujuan riset untuk tahu serta melakukan analisis hubungan antara regulasi diri akademik dengan *burnout* akademik pada siswa pembelajaran daring di SMK Antartika 2 Sidoarjo

# Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan pada tanggal 20 Mei 2022 kepada Siswa Yang Sedang Melakukan Aktivitas Pembelajaran Di SMK Antartika 2 Sidoarjo menunjukkan bahwa Siswa tersebut dalam kategori regulasi akademik Sedang. Berbeda dengan subjek yang satu lagi bahwa hasil dari wawancara menunjukkan subjek mampu meredakan Burnout Akademik yang tergolong sedang.

Dari hasil dari wawancara tersebut maka peneliti tertarik untuk meneliti lebih dalam lagi bagaimana Hubungan Regulasi Diri Akademik Dengan *Burnout* Akademik Pada Siswa Pembelajaran Daring Di Smk Antartika 2 Sidoarjo?

Tujuan dari penelitian sendiri adalah untuk mengetahui bagaimana Hubungan Regulasi Diri Akademik Dengan *Burnout* Akademik Pada Siswa Pembelajaran Daring Di Smk Antartika 2 Sidoarjo

# Metode

Jenis Penelitian : Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif korelasional.

Variabel Penelitian : variabel dalam penelitian ini adalah Regulasi Diri Akademik

## Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SMK Antartika 2 Sidoarjo yang berjumlah 2463 yang sedang mengerjakan skripsi.

## Sampel

Penelitian memutuskan mengambil sampel sebanyak 331 siswa yang sedang belajar di SMK Antartika 2 Sidoarjo. Jumlah tersebut sudah cukup untuk melakukan penelitian kuantitatif menurut (Anwar Sanusi 2017) .

## •Tehnik Sampling

Teknik sampling dikelompokkan menjadi dua yaitu *probability* sampling dan *nonprobability* sampling. Pada penelitian ini peneliti menggunakan teknik sampling *nonprobability* dengan jenis kuota sampling dimana untuk menentukan sampel dari populasi yang mempunyai ciri-ciri tertentu sampai jumlah (kuota) yang diinginkan (Sugiyono, 2018).

## •Tehnik Pengumpulan Data

Metode dalam pengumpulan data yang digunakan penelitian ini adalah skala. Skala dalam penelitian ini adalah skala likert.

# Hasil

Jumlah responden yang di ambil adalah 331 siswa yang sedang belajar di SMK Antartika 2 Sidoarjo. Terdapat dua (2) jenis kelamin dalam penelitian ini yaitu perempuan dan laki-laki. Terdapat populasi sebanyak 2463 siswa didalamnya.

Kelas	Jumlah Populasi
X	767
XI	858
XII	838
Jumlahi	2.463

# Lanjutan

Hasil yang telah didapatkan oleh peneliti mengenai skala Regulasi Diri Akademik yang telah di analisis menggunakan *Microsoft Excel* dapat diketahui *mean* dan *standart deviasi* sebagai berikut:

Katagori	Frekuensi	Prosentase
Sangat rendah	33	10%
Rendah	50	15,1%
Sedang	131	39,6%
Tinggi	101	30,5%
Sangat tinggi	16	4,8%
Jumlah	331	100

Variabel	Mean	SD	N
Regulasi Emosi	124.8157	14.25735	-.078

Berdasarkan regulasi diri akademik pada siswa yang sedang belajar di SMK Antartika 2 Sidoarjo tergolong sedang, dengan jumlah 331 mahasiswa dengan presentase sebesar 39,6% dari 100%. Terdapat 33 siswa dengan kategori sangat rendah dalam meregulasi diri akademik dengan presentase 10%.

# Lanjutan

## VALIDITAS

### ***Corrected item-total correlation***

- Aitem awal skala *burnout* akademik terdiri dari 15 aitem menjadi 14 aitem karena 1 aitem gugur
- Aitem awal skala regulasi diri akademik terdiri dari 40 aitem menjadi 37 aitem karena 3 aitem gugur

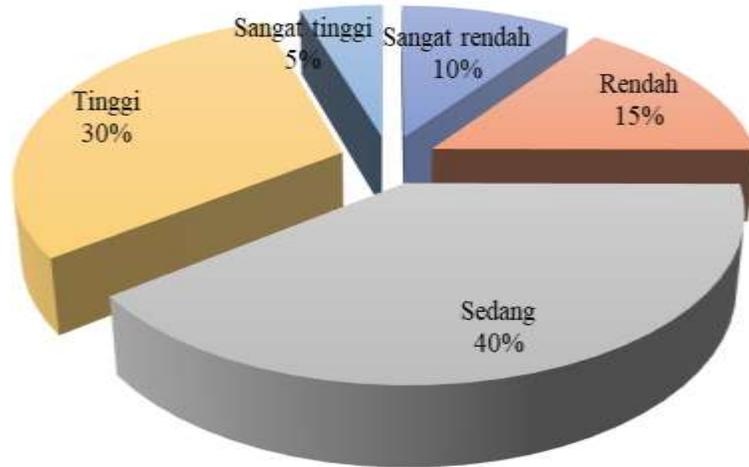
## RELIABILITAS

### ***Alpha Cronbach***

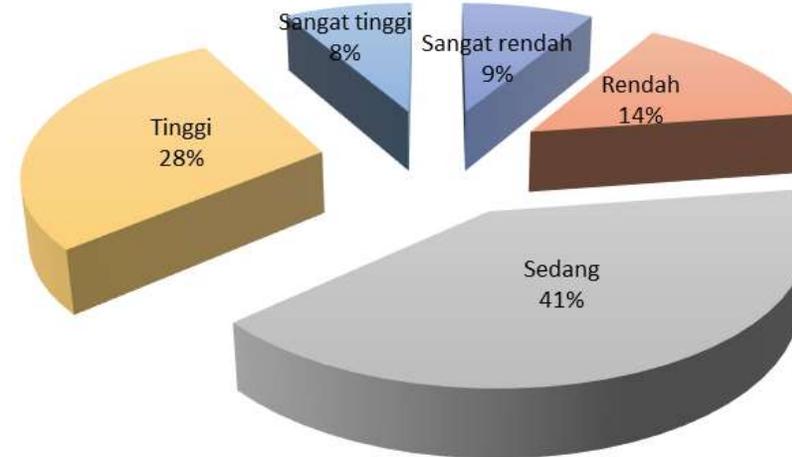
- Variabel regulasi diri akademik memperoleh nilai *cronbach alpha* sebesar 0,983
- Variabel *burnout* akademik memperoleh nilai *cronbach alpha* sebesar 0,895

# KATEGORISASI VARIABEL

Hasil Kategorisasi Regulasi Diri



Hasil Kategorisasi Burnout Akademik



# PEMBAHASAN

- Berdasarkan kategorisasi variabel diketahui bahwa sebagian besar siswa SMK Antartika 2 Sidoarjo memiliki regulasi diri dalam kategori sedang.
- Berdasarkan hasil kategorisasi, diketahui sebagian besar siswa SMK Antartika 2 Sidoarjo memiliki *burnout* akademik dalam kategori sedang.
- Hasil pengujian *R Square* diketahui besarnya hubungan regulasi diri dengan *burnout* akademik sebesar 1,6%. Hal ini menunjukkan hubungan antara regulasi diri dengan *burnout* akademik siswa masih dalam kategori rendah

# Manfaat Penelitian

## b. Bagi SMK ANTARTIKA 2 SIDOARJO

Diharapkan dapat membantu pengembangan regulasi diri akademik khususnya pada siswa yang sedang melakukan aktivitas pembelajaran, dan hasil penelitian dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan dalam proses konseling akademik.

## c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai bahan informasi bagi peneliti di bidang psikologi khususnya mengenai regulasi diri akademik siswa yang sedang melakukan aktivitas pembelajaran.

# PENUTUP

## Kesimpulan

Regulasi diri akademk memiliki hubungan negatif signifikan dengan *burnout* akademik pada siswa SMK Antartika 2 Sidoarjo, dengan besaran korelasi kedua variabel yaitu 0,125%.

