



HUBUNGAN ANTARA TINGKAT *HARDINESS* DENGAN *ACADEMIC BURNOUT* PADA SISWA KELAS IX DI SMP BUDI UTOMO SURAKARTA TAHUN PELAJARAN 2023/2024

Chusnul Muti'in¹⁾, Hera Heru Sri Suryanti²⁾

^{1,2} Universitas Slamet Riyadi

Email: chusnulmutiin@gmail.com, No. HP 081390176590

Abstract

This research aims to determine whether there is a relationship between the level of hardiness and the level of academic burnout in grade IX students during the preparation period for the school final exams in the 2023/2024 academic year at SMP Budi Utomo Surakarta. The research also aims to determine whether there is a negative relationship between the level of hardiness and academic burnout in ninth grade students during the preparation period for the final exams at SMP Budi Utomo Surakarta. This research involved all ninth grade students at SMP Budi Utomo Surakarta but researchers only took 45% of the population for research. The data collection method used the hardiness scale and academic burnout scale, the scale was distributed online via google form. Data analysis technique using Pearson product moment correlation. The results of data analysis show the value of $r = 0.837$ with $p \text{ value} = 0.000 < 0.05$, so that the proposed hypothesis can be accepted. This means that there is a negative correlation between hardiness and academic burnout in grade IX students at Budi Utomo Junior High School in Surakarta. The lower the level of hardiness, the higher the level of academic burnout in students and vice versa, the higher the level of hardiness, the lower the level of academic burnout in students.

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara tingkat hardiness dengan tingkat academic burnout pada siswa kelas IX selama masa persiapan ujian akhir sekolah tahun pelajaran 2023/2024 di SMP Budi Utomo Surakarta. Hipotesis yang diajukan adalah ada hubungan negatif antara tingkat hardiness dengan academic burnout pada siswa kelas IX selama masa persiapan ujian akhir sekolah di SMP Budi Utomo Surakarta. Penelitian ini melibatkan seluruh siswa kelas IX di SMP Budi Utomo Surakarta namun peneliti hanya mengambil 45% populasi untuk penelitian. Metode pengumpulan data menggunakan skala hardiness dan skala academic burnout, skala disebarakan secara online melalui google form. Teknik analisis data menggunakan korelasi pearson product moment. Hasil analisis data menunjukkan nilai $r = 0,837$ dengan $p \text{ value} = 0,000 < 0,05$, sehingga hipotesis yang di ajukan dapat diterima. Artinya ada korelasi negatif antara hardiness dengan academic burnout pada siswa kelas IX di SMP Budi Utomo Surakarta. Semakin rendah tingkat hardiness maka tingkat academic burnout pada siswa semakin tinggi dan sebaliknya semakin tinggi tingkat hardiness maka semakin rendah tingkat academic burnout pada siswa.

Article History

Submitted: 25 Juli 2024

Accepted: 31 Juli 2024

Published: 1 Agustus 2024

Key Words

Hardiness, Academic Burnout, Grade IX Students, Final Examination.

Sejarah Artikel

Submitted: 25 Juli 2024

Accepted: 31 Juli 2024

Published: 1 Agustus 2024

Kata Kunci

Hardiness, Academic Burnout, Siswa Kelas IX, Ujian Akhir Sekolah.

Pendahuluan

Pendidikan adalah hal yang wajib di berbagai negara, yang harus meningkatkan sumber daya manusia ke arah yang lebih baik. Pendidikan memiliki peran penting dalam upaya peningkatan sumber daya manusia ke arah yang lebih baik. Pendidikan harus dilaksanakan sebagai cita-cita yang diharapkan karena merupakan komponen utama pembangunan negara. Namun, banyaknya tantangan dan masalah yang dihadapi pendidikan pasti akan menghambat pencapaian tujuan nasional. Fenomena yang sangat menarik terjadi di sekolah yakni pada menjelang Ujian Nasional atau Ujian Akhir Sekolah, hampir semua siswa kelas IX dilanda stres. Ujian Nasional atau Ujian Akhir Sekolah sering di kaitkan dengan salah satu sumber



kecemasan siswa. Ujian Akhir Sekolah merupakan penentu kelulusan, sehingga sering menjadikan beban tersendiri bagi para siswa. Ujian akhir sekolah adalah hal penting dari pendidikan karena berfungsi sebagai alat untuk mengukur pemahaman dan prestasi siswa dan memastikan standar pendidikan yang tinggi. Ujian akhir sekolah digunakan dalam proses akreditasi sekolah untuk menunjukkan bahwa sekolah telah memberikan pendidikan yang baik dan sesuai dengan standar penduduk.

Ujian akhir sekolah menjadi bagian penting dari sistem pendidikan di Indonesia. Tekanan yang di timbulkan oleh ujian akhir dapat berdampak pada semangat, kelelahan dan kesehatan mental siswa. Kemandirian merupakan motivasi yang penting, kegigihan dalam menghadapi kesulitan, kesabaran dalam menyelesaikan masalah, dan secara religius mampu menerima hasil dari pemecahan masalah. Kemampuan siswa untuk menghadapi tekanan akademik dikenal sebagai *hardiness*. Kemandirian terdiri dari 3 komponen utama: kemandirian, kemandirian yang berbeda, dan kemandirian yang berbeda. Kemandirian yang berbeda dalam meningkatkan tekanan yang berbeda dan berbeda dalam meningkatkan tekanan yang berbeda. Hal ini dapat di buktikan dari hasil wawancara pada salah guru BK di SMP Budi Utomo Surakarta sebagai berikut: "kelas IX di sini terdiri 150 anak, yang menyelesaikan target di pesantrennya siswa yang berada di boarding dan kedua adalah siswa yang bertempat tinggal di sekolah jadi mereka memilih tinggal di rumah sendiri." Siswa yang mengalami permasalahan akademik sebagian besar siswa boarding school, karena sudah menyelesaikan pengetesan menjadi mubaligh namun di karenakan aturan baru untuk tes mubaligh itu minimal SMK/SMA akhirnya SMP yang sudah selesai targetnya.

Hal ini berpengaruh kepada prestasi siswa dan proses belajar siswa di sekolah. Dengan kekecewaan yang mendalam pada siswa mengakibatkan perubahan kondisi pembelajaran. Berdasarkan hasil wawancara yang penulis lakukan dengan partisipan lain, yang berinisial A dan D, mereka juga pernah merasa kecewa, bosan dan lelah namun di karena kan mereka mampu mengatasi hal tersebut mereka dapat mengambil hal positifnya maka pembelajaran mereka bisa berjalan dengan maksimal. Namun demikian, karena populasi di sekolah yang cukup banyak menjadikan berbagai jenis tanggapan dari siswa siswi. Dari pemaparan di atas berkaitan dengan konstruk psikologis, kondisi tersebut di kenal dengan *academic burnout*. Perasaan lelah yang timbul karena tekanan akademis, sehingga membuat seseorang merasa tidak mampu sebagai siswa.

Berdasar masalah di atas setiap masalah yang di hadapi, merupakan sesuatu yang tidak dapat di hindari. Disisi lain kepribadian seseorang akan menentukan reaksi yang muncul ketika menghadapi suatu masalah. Peran kepribadian yang banyak di teliti berhubungan dengan stres salah satunya *hardiness*. Berdasarkan uraian di atas maka perlu di teliti tentang "Hubungan antara tingkat *hardiness* dengan tingkat *academic burnout* pada siswa kelas IX di SMP Budi Utomo Surakarta Tahun Pelajaran 2023/2024".

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian korelasional dengan pendekatan kuantitatif. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara tingkat kesulitan akademik dan tingkat kelelahan akademik pada siswa kelas IX di SMP Budi Utomo Surakarta saat mempersiapkan ujian akhir sekolah. Populasi penelitian ini adalah seluruh peserta didik kelas IX SMP Budi Utomo Surakarta yang berjumlah 110 siswa. Sedangkan sampel penelitian yang digunakan sebanyak 45% dari populasi, yaitu 50 siswa kelas IX SMP Budi Utomo Surakarta. Teknik sampling yang digunakan adalah simple random sampling. Variabel penelitian yang digunakan adalah *hardiness* (ketangguhan) sebagai variabel predictor dan *academic burnout* (kelelahan akademik) sebagai variabel kriterium.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah angket, wawancara, observasi, dan dokumentasi. Angket digunakan untuk mendapatkan data secara tidak langsung, sedangkan wawancara digunakan untuk mendapatkan data melalui pertanyaan dan jawaban. Observasi dilakukan secara langsung untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam, dan dokumentasi digunakan untuk memperoleh data langsung dari tempat penelitian. Uji coba instrumen dilakukan untuk memastikan validitas dan reliabilitas data. Uji validitas dilakukan dengan membandingkan nilai r hitung dengan nilai r tabel.

Hasil uji coba validitas menunjukkan bahwa item instrumen yang valid untuk variabel hardiness berjumlah 27 pernyataan, sedangkan untuk variabel academic burnout berjumlah 25 pernyataan. Uji reliabilitas dilakukan menggunakan Cronbach's alpha. Hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa instrumen memiliki reliabilitas yang baik, dengan nilai Cronbach's alpha untuk variabel hardiness sebesar 0,694 dan untuk variabel academic burnout sebesar 0,698. Analisis data dilakukan menggunakan teknik analisis kuantitatif dan rumus korelasi Product Moment. Hal ini dilakukan untuk membuktikan hipotesis kerja mengenai hubungan antara tingkat hardiness dan academic burnout pada siswa kelas IX di SMP Budi Utomo Surakarta saat mempersiapkan ujian akhir sekolah.

Hasil Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara tingkat hardiness dan tingkat academic burnout pada siswa kelas IX SMP Budi Utomo Surakarta. Sampel penelitian terdiri dari 50 siswa dari total 110 siswa. Karakteristik responden digunakan untuk memberikan gambaran tentang variabel hardiness dan academic burnout. Data ini dianalisis menggunakan statistik deskriptif, termasuk perhitungan mean, median, modus, dan standar deviasi, serta dalam bentuk histogram. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mean dari variabel hardiness adalah 85,34, median adalah 86,00, modus adalah 73, dan standar deviasi adalah 9,321. Berikut adalah hasil perhitungan distribusi frekuensi :

Tabel 1. Distribusi Frekuensi *Hardiness*

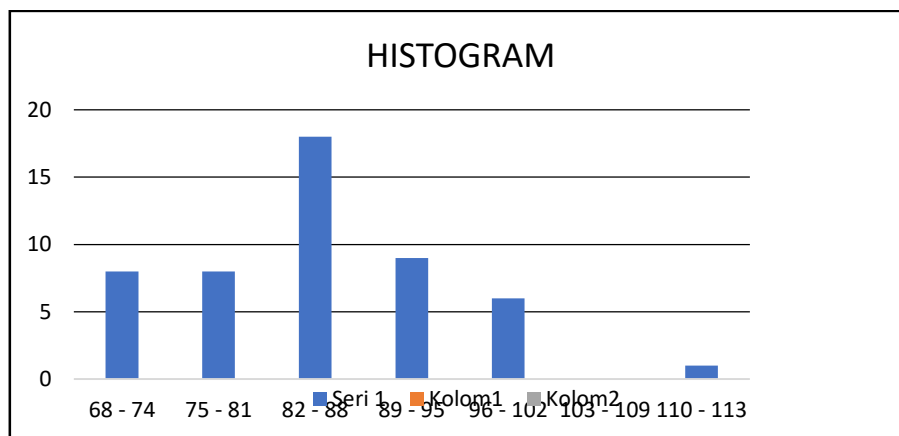
No.	Interval	F	%
1	68 – 74	8	16%
2	75 – 81	8	16%
3	82 – 88	18	36%
4	89 – 95	9	18%
5	96 – 102	6	12%
6	103 – 109	0	0%
7	110 – 113	1	2%
Jumlah		50	100%

Statistics			skor_total				
hardiness				Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
N	Valid	50	Valid	68-74	8	16.0	16.0
	Missing	0		75-81	8	16.0	32.0
Mean		85.34		82-88	18	36.0	68.0
Std. Error of Mean		1.318		89-95	9	18.0	86.0
Median		86.00		96-102	6	12.0	98.0
Mode		73 ^a		110-113	1	2.0	100.0
Std. Deviation		9.321		Total	50	100.0	100.0

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Sumber: SPSS 23.00 for Windows

Gambar 1. Output SPSS Distribusi Frekuensi Hardiness



Gambar 2. Histogram Distribusi Frekuensi Hardiness

Data histogram menunjukkan bahwa sebagian besar data hardiness terletak dalam rentang 82-88, dengan frekuensi tertinggi sebanyak 18 siswa atau 36%, dan data paling sedikit terletak dalam rentang 103-109, dengan frekuensi 0 siswa atau 0%.

Sementara itu, mean dari variabel academic burnout adalah 3,50, median adalah 4,00, modus adalah 4, dan standar deviasi adalah 1,216. Berikut adalah hasil perhitungan distribusi frekuensi :

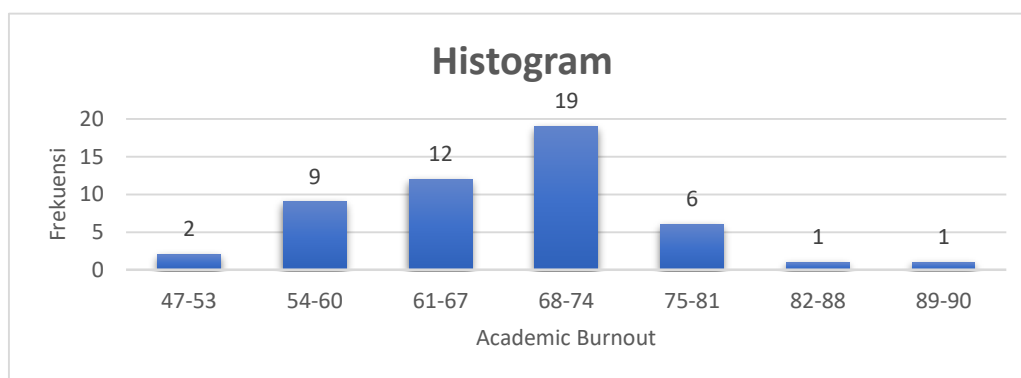
Tabel 2. Distribusi Frekuensi Academic Burnout

No.	Interval	F	%
1	47-53	2	4%
2	54-60	9	18%
3	61-67	12	24%
4	68-74	19	38%
5	75-81	6	12%
6	82-88	1	2%
7	89-90	1	2%
Jumlah		50	100%

Statistics			skor_total			
skor_total			Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
N	Valid	50	Valid 47-53	2	4.0	4.0
	Missing	0	54-60	9	18.0	22.0
Mean		3.50	61-67	12	24.0	46.0
Std. Error of Mean		.172	68-74	19	38.0	84.0
Median		4.00	75-81	6	12.0	96.0
Mode		4	82-88	1	2.0	98.0
Std. Deviation		1.216	89-90	1	2.0	100.0
			Total	50	100.0	100.0

Sumber: Hasil SPSS 23.00 for Windows 2023

Gambar 3. Output SPSS Distribusi Frekuensi Academic Burnout



Gambar 4. Histogram Distribusi Frekuensi Academic Burnout

Data histogram menunjukkan bahwa sebagian besar data academic burnout terletak dalam rentang 68-74, dengan frekuensi tertinggi sebanyak 19 siswa atau 38%, dan data paling sedikit terdapat dalam 2 rentang yaitu 82-88 dan 89-90, dengan frekuensi 1 siswa atau 2%.

1. Uji Normalitas

Tujuan dilakukannya uji normalitas data untuk menentukan apakah data yang relevan memiliki distribusi normal. Standar Sig. adalah >0,05. Pada penelitian ini peneliti menggunakan uji normalitas *Kolmogorov Smirnov* dengan menggunakan *SPSS 23.00 for Windows* dan hasil bisa dilihat di bawah ini :

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		50
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	4.29204511
Most Extreme Differences	Absolute	.062
	Positive	.062
	Negative	-.056
Test Statistic		.062
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

- b. Calculated from data.
- c. Lilliefors Significance Correction.
- d. This is a lower bound of the true significance.

Gambar 5. Output SPSS Uji Normalitas Data

Berdasarkan *output SPSS* diatas, diketahui nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* kedua variabel adalah 0,200. Dimana sesuai dengan dasar pengambilan keputusan uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov* jika *Asymp. Sig > 0,05*, maka data dari kedua variabel berdistribusi normal.

2. Uji Linearitas

Menurut Sutja, dkk (2017:216) uji linearitas dilakukan dengan tujuan menganalisis apakah kedua variabel memiliki keterkaitan searah atau tidak. Kriteria penafsiran uji linearitas yaitu apabila *Sig. < 0,05* maka kedua variabel linear. Untuk menguji linearitas kedua variabel peneliti menggunakan *SPSS 23.00 for Windows* dan hasil uji bisa di lihat di bawah ini :

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
academic_burnout * hardiness	Between Groups	(Combined)	2637,913	25	105,517	6,618	,000
		Linearity	2117,919	1	2117,919	132,831	,000
		Deviation from Linearity	519,994	24	21,666	1,359	,229
Within Groups			382,667	24	15,944		
Total			3020,580	49			

Gambar 6. Output SPSS Uji Linearitas Data

Dasar pengambilan keputusan uji linearitas dapat dilakukan dengan dua cara yang pertama melihat signifikansi dan yang kedua nilai *F* nya. Disini peneliti menggunakan cara yang pertama yaitu melihat signifikansi untuk mengetahui hasil uji linearitas. Dari output diatas diperoleh nilai *Sig. 0,229 > 0,05* yang mana berarti terdapat hubungan linear secara signifikan antara tingkat *hardiness* dengan tingkat *academic burnout*.

3. Uji Product Moment

Menurut Sugiyono (2017:228) teknik korelasi *product moment* biasa di gunakan untuk mencari hubungan antar variabel penelitian bila data kedua variabel berbentuk interval, dan sumber data dari kedua variabel sama. Korelasi *product moment* merupakan salah satu alat uji statistik yang digunakan untuk menguji hipotesis asosiatif (uji hubungan) dua variabel yang datanya berskala interval. Dengan korelasi ini mensyaratkan data berdistribusi normal. Berikut adalah hasil uji korelasi *product moment* menggunakan *SPSS 23.00 for Windows* :

		hardiness	academic_burnout
hardiness	Pearson Correlation	1	.837**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	50	50
academic_burnout	Pearson Correlation	.837**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	50	50

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Gambar 7. Hasil Uji Korelasi Product Moment



Pada tabel *correlations* diatas, menunjukkan bahwa koefisien korelasi sebesar 0,837 dengan nilai Sig. 0,000. Dapat di lihat bahwa nilai Sig. (2-tailed) yaitu $0,000 < 0,05$ yang mana berarti ada hubungan antara tingkat *hardiness* dengan *academic burnout* siswa kelas IX SMP Budi Utomo Surakarta (H_a diterima dan H_o di tolak). Nilai *Pearson Correlation* yaitu 0,837 yang menunjukkan bahwa hubungan dua variabel adalah korelasi tinggi atau hubungan jelas serta sempurna.

Berdasarkan hasil analisis data menggunakan *SPSS*, maka uji *product moment* dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara *hardiness* dengan *academic burnout* siswa kelas IX SMP Budi Utomo Surakarta. Nilai Sig. yang diperoleh yaitu $0,000 < 0,05$. Berdasarkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,837 dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara tingkat *hardiness* dengan *academic burnout* pada siswa kelas IX SMP Budi Utomo Surakarta.

4. Uji Hipotesis

Sutja, dkk (2017:2018) berpendapat uji hipotesis digunakan untuk menetapkan batas penerimaan dan penolakan H_a atau H_o secara pasti. Kriteria penafsiran uji hipotesis adalah jika H_a diterima maka r hitung $> r$ tabel pada α 5% untuk koefisien positif. Jika H_o diterima maka r hitung $< r$ tabel pada α 5% untuk koefisien positif. Adapun hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini yaitu :

- a. H_a : ada korelasi (hubungan) yang nyata (signifikan) antara variabel *hardiness* dengan *academic burnout*.
- b. H_o : tidak ada korelasi (hubungan) yang nyata (signifikan) antara variabel *hardiness* dengan *academic burnout*.

Berdasarkan koefisien korelasi sebesar 0,837 dengan nilai sig $0,000 < 0,05$. Maka H_o ditolak dan H_a diterima yang mana berarti ada korelasi (hubungan) antara variabel *hardiness* dengan *academic burnout*.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat *hardiness* dan tingkat *academic burnout* pada siswa kelas IX di SMP Budi Utomo Surakarta tahun ajaran 2023/2024. Populasi penelitian terdiri dari 110 siswa kelas IX, namun sampel yang digunakan adalah 50 siswa yang telah menjawab angket yang disebarakan melalui Google Form. Sebelum menganalisis data, dilakukan uji analisis normalitas dan linearitas data menggunakan program *SPSS*. Hasilnya menunjukkan bahwa data berdistribusi normal dan terdapat hubungan linear signifikan antara *hardiness* dan *academic burnout*. Analisis korelasi *product moment* menunjukkan korelasi koefisien sebesar 0,837 dengan taraf signifikansi 0,000, menunjukkan adanya korelasi yang signifikan antara tingkat *hardiness* dan *academic burnout*.

Dalam penelitian ini, terdapat 27 item pernyataan pada variabel *hardiness* dan 25 item pada variabel *academic burnout*. Hasil perhitungan menunjukkan bahwa 83,7% perilaku *hardiness* memiliki hubungan terhadap perilaku *academic burnout*, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diamati dalam penelitian ini. Penelitian sebelumnya juga menunjukkan hubungan antara *hardiness* dan *academic burnout*, di mana orang dengan tingkat *hardiness* rendah cenderung mengalami konsekuensi negatif yang lebih berat dan menganggap perubahan dalam hidup sebagai ancaman. *Hardiness* merupakan faktor yang berpengaruh terhadap *academic burnout* siswa di sekolah.

Semakin tinggi tingkat *hardiness* seseorang, semakin rendah tingkat *academic burnout*. Sebaliknya, semakin rendah tingkat *hardiness* seseorang, semakin tinggi tingkat *academic burnout*. Penelitian ini juga menghadapi beberapa keterbatasan, antara lain: kondisi kesehatan peneliti yang kurang baik yang menghambat proses penulisan, waktu perizinan yang terbatas karena sekolah merupakan kombinasi antara *boarding school* dan *full-day school*, dan kesulitan dalam mengumpulkan data karena siswa sudah pulang libur lebaran.



Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat hardiness dan tingkat academic burnout pada siswa kelas IX di SMP Budi Utomo Surakarta tahun ajaran 2023/2024. Populasi penelitian terdiri dari 110 siswa kelas IX, namun sampel yang digunakan adalah 50 siswa yang telah menjawab angket yang disebarakan melalui Google Form. Sebelum menganalisis data, dilakukan uji analisis normalitas dan linearitas data menggunakan program SPSS. Hasilnya menunjukkan bahwa data berdistribusi normal dan terdapat hubungan linear signifikan antara hardiness dan academic burnout. Analisis korelasi product moment menunjukkan korelasi koefisien sebesar 0,837 dengan taraf signifikansi 0,000, menunjukkan adanya korelasi yang signifikan antara tingkat hardiness dan academic burnout.

Dalam penelitian ini, terdapat 27 item pernyataan pada variabel hardiness dan 25 item pada variabel academic burnout. Hasil perhitungan menunjukkan bahwa 83,7% perilaku hardiness memiliki hubungan terhadap perilaku academic burnout, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak diamati dalam penelitian ini. Penelitian sebelumnya juga menunjukkan hubungan antara hardiness dan academic burnout, di mana orang dengan tingkat hardiness rendah cenderung mengalami konsekuensi negatif yang lebih berat dan menganggap perubahan dalam hidup sebagai ancaman. Hardiness merupakan faktor yang berpengaruh terhadap academic burnout siswa di sekolah.

Semakin tinggi tingkat hardiness seseorang, semakin rendah tingkat academic burnout. Sebaliknya, semakin rendah tingkat hardiness seseorang, semakin tinggi tingkat academic burnout. Penelitian ini juga menghadapi beberapa keterbatasan, antara lain: kondisi kesehatan peneliti yang kurang baik yang menghambat proses penulisan, waktu perizinan yang terbatas karena sekolah merupakan kombinasi antara boarding school dan full-day school, dan kesulitan dalam mengumpulkan data karena siswa sudah pulang libur lebaran.

Kesimpulan dan Saran

Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat korelasi antara tingkat hardiness dan academic burnout siswa kelas IX di SMP Budi Utomo tahun pelajaran 2023/2024. Hasil analisis menunjukkan korelasi koefisien sebesar 0,837 dengan taraf signifikansi $0,000 < 0,05$, sehingga dapat diterima bahwa terdapat hubungan antara variabel hardiness dengan academic burnout. Dalam hipotesis yang diajukan, hipotesis tersebut terbukti dengan taraf 5%. Saran yang dapat disampaikan berdasarkan kesimpulan penelitian ini adalah sebagai berikut: (1) Kepala sekolah dan guru sebaiknya memperhatikan siswa yang mengalami gejala academic burnout sejak dini dan memberikan angket atau kuisioner untuk mengetahui keadaan siswa. (2) Siswa perlu lebih menghormati pembicara di depan kelas dan memperhatikan instruksi yang diberikan oleh guru. (3) Peneliti selanjutnya sebaiknya melakukan penelitian pada siswa yang tinggal di asrama sekolah, yang mengikuti ekstrakurikuler, atau dengan memperhatikan jenis kelamin siswa. Dengan demikian, penelitian ini memberikan pemahaman tentang korelasi antara tingkat hardiness dan academic burnout siswa serta memberikan saran-saran untuk meningkatkan perhatian terhadap masalah tersebut.

DAFTAR RUJUKAN

- Ekawarna. 2018. *Manajemen Konflik Dan Stres*. Jakarta: PT Bumi Aksara
- Sarafino, E.P. (2006). *Health Psychology Biopsychosocial Interactions* (7th ed). USA : John Willey & Sons Inc.
- Aypi Dkk. (2022). *Hubungan Antara Hardiness Dengan Academic Burnout Siswa Kelas XI Sma Negeri 1 Kota Jambi Pada Masa Pandemi Covid-19*. *Jurnal Psikologi Jambi, Volume 07, No. 01, Juli 2022* : 1-14. Di Akses 19 September 2023. <https://www.semanticscholar.org/paper/HUBUNGAN-ANTARA-HARDINESS-DENGAN->



[ACADEMIC-BURNOUT-1-Aypi-](#)

[Ekawati/440a175e14eae2c91306edd376ef772e129a724f?Utm_Source=Direct_Link](#)

Maddi, S. (2014). *Relevance Of Hardiness Assessment And Training To The Military Context*. July. <https://doi.org/10.1080/08995600701323301>

Suryanti, S.H.H., Hartini, S., & Utami, F.P. (2022) *Student independence in overcoming the impact of covid19: classical online guidance based on character values*. Jurnal Ilmiah Pendidikan. Vol. 41 No. 1, Februari 2022, pp. 83-96. <https://doi.org/10.21831/cp.v41i1.43943>

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. DOI: <https://doi.org/10.1016/J.Ijedudev.2003.12.001>