

Peran Family Support dalam Menghadapi Academic Burnout Siswa Kelas VI Madrasah Ibtidaiyah

Ila Khayati Muflikhah⁽¹⁾, Siti Mumun Muniroh⁽²⁾

^{1,2}, UIN K.H. Abdurrahman Wahid Pekalongan, Indonesia

Email: ¹ilakhayatimuflikh22@gmail.com ²sitimumunmuniroh@uinwahid.ac.id

Abstract

Parents are fundamental to a child's development. Support from parents is also very influential in the educational success of students, especially grade VI students who are still in the transition period from children to teenagers so that they will avoid academic burnout. There is a widespread circulation of students who drop out of school due to academic fatigue or parents who do not support their children's education, resulting in the loss of someone's life. Therefore, this research aims to examine the role of family support in dealing with student academic burnout. The method used in this research is descriptive qualitative. The data analysis used is data reduction, data presentation, drawing conclusions, and testing the validity of the data. Data collection techniques are carried out through interviews, observation, and documentation. This research was conducted at MI Soko, Pekalongan City with the subjects being 42 students in class VI, who were students at the final level. The results of this research are 1) several factors that cause Academic Burnout in students, 2) Parental support (family support) greatly influences students' Academic Burnout levels.

Keyword : Family Support, Academic Burnout, Student

Abstrak

Orang tua merupakan hal yang fundamental bagi perkembangan anak. Dukungan dari orang tua pun sangat berpengaruh dalam kesuksesan pendidikan siswa khususnya siswa kelas VI yang masih dalam masa transisi dari anak-anak menuju remaja, sehingga mereka akan terhindar dari *academic burnout*. Marak beredar siswa yang putus sekolah akibat *academic burnout* ataupun orang tua yang tidak mendukung pendidikan anak sehingga mengakibatkan kehilangan nyawa seseorang. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji lebih dalam peran family support dalam menghadapi *academic burnout* siswa. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yakni kualitatif deskriptif. Adapun analisis data yang digunakan yaitu reduksi data, penyajian data, penarikan kesimpulan, dan uji keabsahan data. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara, observasi, dan dokumentasi. Penelitian ini dilakukan di MI Soko Kota Pekalongan dengan subjeknya peserta didik kelas VI yang merupakan siswa di tingkat akhir berjumlah 42 siswa. Hasil dari penelitian ini yaitu 1) terdapat beberapa faktor terjadinya *academic burnout* pada siswa, 2) Dukungan orang tua (family support) sangat berpengaruh terhadap tingkat *academic burnout* siswa.

Kata Kunci : Dukungan Orang Tua, Stress Akademik, Siswa

Received: 20 Des 2024

Accepted: 21 Des 2024

Published: 15 Jan 2025

Pendahuluan

Pendidikan merupakan hal yang fundamental dalam membangun generasi bangsa. Melalui pendidikan, indeks pembangunan kemanusiaan (IPK) pun akan meningkat. Persaingan dalam dunia pendidikan pun tak dapat dihindari untuk menyiapkan diri dalam menyongsong abad 21 yang cakap teknologi (Mahrunnisya, 2023). Para siswa berbondong-bondong mengasah kemampuan kognitifnya dan menjamurnya bimbingan belajar. Orang tua pun semakin menuntut anaknya menjadi yang terbaik di sekolahnya tanpa menyadari *capability* anaknya. Pihak sekolah juga menekan siswanya agar memperoleh nilai yang baik dan tuntas KKM. Pemberian tugas yang berlebihan atau

bahkan tuntutan prestasi dari wali kelas tentunya akan berpengaruh kepada kesehatan mental peserta didik.

Tanpa sadar peserta didik akan mengalami *academic burnout* yaitu kelelahan dalam segi emosional, fisik, dan mental akibat tekanan akademik yang berkelanjutan. Tentunya hal ini berdampak buruk pada prestasi akademik, semangat belajar, serta psikis mereka. Fenomena ini sering dipicu oleh tekanan belajar, kurangnya waktu istirahat, dan ekspektasi yang tinggi dari lingkungan sekolah maupun keluarga. Beberapa kali kita mendengar siswa yang bunuh diri akibat tekanan akademik yang berlebihan atau siswa yang menjadi gila karena tuntutan akademik. Oleh karena itu, penting untuk memahami faktor-faktor yang dapat membantu mencegah atau mengurangi *academic burnout* pada siswa, salah satunya adalah dukungan dari keluarga (Diyanti, 2022).

Dukungan keluarga atau *family support* merupakan hal yang sangat berpengaruh bagi kewarasan jiwa seseorang. Apalagi siswa sekolah dasar yang *notabene* masih dalam proses transisi dari anak-anak ke fase remaja. Pada fase ini biasanya mereka mencari jati diri, sehingga masih membutuhkan pengawasan orang tua (Wang et al., 2022). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Lee (Kim et al., 2017) mengatakan bahwa siswa yang mendapatkan dukungan dari orang tua mampu melewati *academic burnout* karena mereka merasa dicintai, diperhatikan, dan dilindungi. Menurut KPAI kehadiran orang tua sangat berperan dalam akademik siswa. Orang tua bisa membantu dalam menyiapkan tugas yang diberikan, memberikan saran, atau tempat keliuh kesah disaat ketidakstabilan emosi melanda atau kejenuhan bahkan kelelahan dalam mengerjakan tugas yang merajarela (Winingsih, 2020)

Berdasarkan latar belakang di atas peneliti tertarik mengkaji lebih lanjut peran *family support* terhadap *academic burnout* siswa kelas VI. Penelitian ini pernah di kaji sebelumnya oleh Puput Rista Diyanti (Diyanti, 2022) pada tahun 2022, hasil penelitian menyebutkan bahwa *self-concept* dan *family support* berhubungan negative dengan *academic burnout* siswa. Sejalan dengan penelitian Yang D. Azkarisa, dkk (Azkarisa & Nugraha, 2023) yang mengatakan bahwa efikasi diri ketika pembelajaran daring dan dukungan orang tua mampu memprediksi burnout akademik siswa di SMA N 1 Lingga. Novelty dari penelitian ini terletak pada subjek yang digunakan yaitu siswa akhir kelas VI SD/MI. Usia kelas VI tentunya masih sangat rawan terhadap stress akademik yang nantinya akan berdampak pada pendidikan lanjutannya.

Metode

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif deskriptif. Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara, dokumentasi, dan observasi. Wawancara digunakan untuk memperoleh informasi tentang factor penyebab *academic burnout*. Teknik dokumentasi untk mengumpulkan data yang berkaitan dengan dukungan keluarga dan dampak *academic burnout* baik dari jurnal, foto, atau dokumen pendukung lain. Observasi digunakan untuk mengamati kondisi siswa yang orang tuanya berperan dalam aademik anak dengan yang tidak. Adapun analisis data yang digunakan yaitu

reduksi data, penyajian data, penarikan kesimpulan, dan uji keabsahan data (Sugiyono, 2019). Penelitian ini dilakukan di MI Soko Kota Pekalongan dengan subjeknya peserta didik kelas VI yang merupakan siswa di tingkat akhir berjumlah 42 siswa.

Hasil dan Pembahasan

Academic Burnout

Burnout merupakan gejala kelelahan yang dialami seseorang baik psikis ataupun fisik dikarenakan tekanan atau beban kerja yang berat sehingga mengalami kejenuhan (Maslach et al., 2003). Kelelahan atau kejenuhan yang dialami seseorang tampak terlihat baik di luar, padahal terasa hampa di dalamnya (Hasan, 2023). Istilah *burnout* ini biasa dialami oleh para pekerja, namun di era sekarang para pelajar juga mengalami *burnout* yang disebut *academic burnout*. *Academic burnout* ini tidak hanya dialami oleh mahasiswa saja tetapi siswa SD/MI juga akan mengalami hal serupa. Beberapa siswa mengeluhkan banyaknya buku referensi yang harus dibaca sehingga mereka bingung memulai darimana, atau tuntutan orang tua yang terlalu tinggi.

Academic burnout juga disebut dengan *school burnout* atau *student burnout*. Sejalan dengan pendapat Schaufeli yang mengatakan bahwa *academic burnout* sebagai suatu kondisi dimana siswa mengalami kelelahan akibat tuntutan atau tugas akademik sehingga memunculkan sikap yang sinis, pesimis dan ditandai menurunnya minat siswa dalam menjalankan proses Pendidikan (Schaufeli, 2002). Welong juga mengatakan bahwa *Academic burnout* juga didefinisikan sebagai kondisi siswa yang secara fisik mengalami penurunan daya dan kurang berenergi, serta mengalami penurunan secara psikologis sehingga ia kehilangan keinginan untuk belajar (M. et al., 2009). Hal ini juga disampaikan Hederich dan Caballero yang menjelaskan *academic burnout* sebagai perasaan tidak mampu yang dialami siswa untuk menjalani proses akademik secara optimal, sehingga memunculkan sikap yang negative, diantaranya kritik, devaluasi, dan hilangnya minat serta motivasi untuk menyelesaikan tugas-tugasnya (Tetiray et al., 2022). Jadi, *academic burnout* merupakan kondisi dimana seseorang mengalami kelelahan yang mengakibatkan menurunnya motivasi, prestasi dalam bidang akademik.

Schaufel berpendapat *academic burnout* terdiri atas 3 dimensi. Pertama dimensi *exhaustion* yang mengarah pada kondisi perasaan lelah secara emosional. Kedua, dimensi *cynicism* yang mengacu pada sikap acuh dalam proses pembelajaran. Ketiga, *reduce of professional efficacy* yang mengarah pada kondisi perasaan bahwa tidak sanggup akan tugas-tugas selama proses pembelajaran. Akibatnya, siswa yang mengalami *academic burnout* akan menunjukkan perubahan sikap dalam belajar, cenderung menarik diri, dan merasa dirinya tidak mampu dalam mengemban tugas yang diberikan. Di samping itu, *academic burnout* juga akan mengakibatkan siswa mengalami tekanan bental seperti depresi, kecemasan, frustasi, dan ketakutan (Tsigilis et al., 2011).

Tingkat *academic burnout* di Indonesia bisa dibilang cukup tinggi, hal ini dibuktikan dari penelitian Japeri dan Hijrianti yang menunjukkan bahwa 46,9% siswa dengan system

asrama mengalami burnout tingkat tinggi. Senada dengan penelitian Privana, dkk yang mengatakan bahwa 73,3% siswa kelas XI SMAK St. Albertus Malang mengalami *academic burnout* tingkat tinggi (Anshorryyah & Hadinata, 2023).

Peneliti juga melakukan wawancara kepada salah satu siswa kelas VI MI Soko Pekalongan berinisial AB yang merupakan siswa pandai di kelasnya. Berikut penuturan lengkap AB.

“Ya saya itu pusing, stress, tugas dari bu guru itu banyak ditambah ada batas waktu ngerjain lagi emang kit aitu sepinter Albert Einstein bu? Kan enggak? Jadi kalau ngasih tugas liat-liat lah bu. Belum lagi mak saya tuh selalu bandingin dengan orang lain bilang kayak gini dia aja bisa kok ngerjain kayak gini masa kamu enggak kan jadi tambah stress sayanya”

Dalam hasil wawancara di atas, peneliti melihat bahwa beban tugas dari guru yang diberikan tidak relevan dengan waktu pengerjaannya sehingga mereka merasa tertekan dan stress dalam menyelesaikan tugas yang diberikan. Di samping itu, peneliti juga melakukan wawancara dengan KN, berikut pemaparannya.

“Iya, kadang aku juga males berangkat ketika pelajaran tertentu soalnya harus hafalan ini hafalan itu banyak banget, terus nanti kalau ga hafalan dimarahin lagi sama ibu. Loh kok ga hafal-hafal itu gimana? Nanti nilainya ga bagus kayak gitu lah.”

Berdasarkan hasil wawancara di atas, peneliti menarik kesimpulan bahwa subjek mengalami *academic burnout* karena banyaknya hafalan serta tuntutan dari orang tua.

Factor Academic Burnout

Tentunya terdapat factor terjadinya *academic burnout* yaitu factor internal dan eksternal (Maslach et al., 2003). Factor internal siswa yakni kurangnya minat belajar siswa serta motivasi belajarnya. Menurut Slivar factor internal *academic burnout family support* terhadap *academic burnout* siswa (Nasuha et al., 2023). Adapun factor eksternal dari *academic burnout* seperti;

1. Factor keluarga
Factor keluarga misalkan adanya konflik keluarga, atau siswa broken home yang menjadikan emosi siswa tidak stabil sehingga berdampak pada pendidikan mereka. Mereka menjadi malas bersekolah, tidak mengerjakan tugas, kehilangan motivasi atau semangat belajarnya dan sulit mengendalikan emosi di lingkungan sekolah.
2. Pola asuh authoritarian
Pola asuh ini peran orang tua sebagai pengawas anaknya, sehingga sulit untuk menerima keluhan atau pendapat anak-anaknya. Mereka diharuskan patuh dan tunduk kepada orang tua sesuai dengan aturan yang ditetapkan orang tuanya.
3. Factor guru
Merupakan salah satu factor yang sangat fundamental dalam Pendidikan. Karena guru merupakan inspirator bagi siswa, jika guru tidak berusaha memahami kemauan siswa atau tidak menciptakan lingkungan belajar yang nyaman, aman, dan menyenangkan maka tingkat stress akademik siswa akan meningkat. Maka dari itu, guru harus lebih kreatif dan inovatif dalam menyampaikan materi dan tidak

memaksa kemampuan masing-masing siswa karena setiap siswa hebat pada bidangnya sendiri.

4. Factor mata pelajaran

Mata pelajaran yang kurang diminati oleh siswa juga bisa mengakibatkan *academic burnout*. Hal ini berdampak pada lingkungan belajar atau suasana kelas yang gaduh dan tidak kondusif. Banyak anak-anak mengantuk, sibuk sendiri, melamun, bahkan ada yang tertidur di dalam kelas (Muna, 2020).

Factor *academic burnout* menurut Scahufeli, dkk dibedakan menjadi dua yaitu factor situasional dan individu, berikut penjelasannya (Schaufeli, 2002):

1. Factor Situasional

a. *Workload*

Kondisi dimana waktu yang diberikan untuk mengerjakan tidak sebanding dengan beban yang diberikan, sehingga siswa merasa cemas, tertekan, stress, dan jenuh dalam mengerjakan soal.

b. *Control*

Terjadi ketika siswa merasa sulit dalam mengambil keputusan yang dapat dipengaruhi dari lingkungan, teman sebaya, ataupun peraturan sekolah.

c. *Reward*

Kurangnya apresiasi yang diberikan pihak sekolah meliputi guru ataupun teman sebaya juga dapat mempengaruhi motivasi anak dalam belajar sehingga mengakibatkan *academic burnout*.

d. *Community*

Hubungan antara guru dengan siswa atau siswa dengan siswa yang kurang baik juga dapat berpengaruh pada kenyamanan saat belajar.

e. *Value*

Terjadinya ketimpangan antara nilai yang diperoleh dengan lingkungan belajar siswa.

f. *Fairness*

Terjadinya ketidakadilan yang diterima siswa di lingkungan sekolah.

2. Faktor Individu

Faktor individual ini seperti jenis kelamin, usia, latar belakang pendidikan, etnis, kemampuan mengendalikan emosi, dan keyakinan dalam menghadapi situasi.

Family Support

Keluarga merupakan hal yang sangat penting bagi seluruh manusia tak terkecuali siswa kelas VI. Mereka yang masih dalam proses transisi masih memerlukan bimbingan, pengawasan, serta peran orang tua. Dukungan orang tua merupakan bentuk interpersonal antara orang tua dan anak dengan tujuan melindungi anak itu dari efek stres yang buruk (Kaplan & Sadock, 2002). Sejalan dengan pendapat Gordon yang mengatakan bahwa peran orang tua yang diberikan kepada anak merupakan bentuk kasih sayang, dorongan atau nasehat, serta bantuan memecahkan masalah. (Gordon, 2011). Sarafino mengatakan dukungan orang tua itu merupakan bentuk social yang diterima anak dari orang tua seperti kenyamanan, perhatian, dan kesediaan memberikan bantuan (Elik et al., 2024). Jadi, dapat disimpulkan bahwa dukungan orang tua merupakan bentuk kasih sayang, perhatian, membantu

memecahkan masalah, menemani mereka dalam mengerjakan tugas sehingga anak merasa nyaman dan mengurangi kecemasannya.

Keluarga inti terutama ayah dan ibu merupakan sosok yang paling berpengaruh dalam berbagai aspek perkembangan social emosional anaknya tak luput dari perkembangan akademik (Hendra Pradana et al., 2024). Orang tua yang selalu mengekang atau membatasi anak dalam bergaul juga akan berpengaruh terhadap perkembangan sosialnya. Tetapi, orang tua yang terlalu membebasi anak dalam bergaul maka anak akan tidak bisa dikendalikan sikapnya. Hal ini diperkuat oleh pendapat Fatimah yang mengatakan bahwa peran ibu dan ayah sangat berpengaruh terhadap perkembangan psikis anak. Sikap mereka juga menentukan bagaimana tindak tanduk anak di lingkungan sekolah dan masyarakat (Mahmudah, 2018).

Gordon berpendapat terdapat tiga aspek dukungan orang tua yaitu: 1) Dukungan Emosional: dukungan yang melibatkan empati, cinta, kepedulian, dan kehangatan. anak dapat merasakan bahwa orang tua memberikan perhatian pada dirinya, mendengarkan, dan berempati terhadap masalah pribadi maupun pekerjaan. 2) Dukungan Informasi: menyediakan informasi yang berguna bagi seseorang untuk mengatasi persoalan pribadi maupun pekerjaan. Informasi ini dapat berupa nasehat, pengarahan, dan informasi lain yang sesuai dengan kebutuhan. 3) Dukungan Instrumental: dukungan instrument juga disebut dukungan nyata atau dukungan secara materi, seperti bantuan barang dan jasa (uang), transportasi dari orang tua (Gordon, 2011).

Selain itu, pendapat Schaufeli dan Buunk menyatakan bahwa dukungan orang tua merupakan salah satu faktor yang penting dalam upaya coping terhadap stres dan dapat menetralkan burnout. Dukungan orang tua dapat mengurangi kadar stres. Ada dua aspek dukungan dari orang tua, yaitu: 1) dukungan fisik, seperti, misalnya: menyediakan keperluan sekolah seperti buku, seragam dan perlengkapan tulis, 2) dukungan psikologis yang berupa kasih sayang, nasehat, rasa diterima, dan pemberian informasi (Schaufeli & Buunk, 2003). Bentuk dukungan yang bisa diberikan orang tua terhadap pendidikan anak bisa berupa menyediakan fasilitas belajar yang dibutuhkan anak, menemani anak belajar, dan memberikan bimbingan secara intensif pada pelajaran anak.

Tentunya orang tua sangat berperan bagi anak dalam menghadapi *academic burnout*. Orang tua bisa mendampingi anaknya ketika belajar, menyediakan fasilitas yang diperlukan, tidak menekan anak untuk berprestasi, dan memahami kemampuan anaknya. Dengan begitu, anak bisa belajar dengan nyaman dan mampu melewati *academic burnout* ketika melanda. Karena dukungan orang tua dan keluarga sangat membantu mereka dalam menghadapi fase ini. Mereka merasa lebih tenang dan nyaman serta berani karena adanya semangat dan motivasi dari keluarganya (Azkarisa & Nugraha, 2023; Kim et al., 2017)

Peran Family Support terhadap Academic Burnout Siswa

Keluarga merupakan dukungan terbesar dalam perkembangan psikis anak. Anak yang selalu mendapatkan dukungan orang tuanya akan merasa lebih senang dan mudah berkembang baik dalam bidang akademik ataupun non akademik. Berbanding terbalik dengan anak yang tidak mendapatkan dukungan orang tua ia merasa tidak percaya diri, mengasingkan diri dari lingkungan belajarnya, bahkan tidak semangat dalam belajar. Akibatnya mereka memiliki prestasi yang buruk dan tekanan psikis yang mendalam.

Penelitian ini pernah dikaji oleh Annisa Desy Fitria (Safitri et al., 2021) pada mahasiswa yang mengatakan bahwa dukungan orang tua sangat berpengaruh terhadap stress akademik dan kecerdasan emosi siswa. Dalam penelitiannya menyebutkan semakin tinggi dukungan orang tua dan kecerdasan emosi semakin rendah pula tingkat stress akademik. Begitu sebaliknya, jika semakin rendah dukungan orang tua dan kecerdasan emosi maka semakin tinggi stress akademik yang terjadi pada mahasiswa.

Senada dengan penelitian yang dilakukan Helmy dkk (Elik et al., 2024) menyebutkan bahwa ada hubungan negatif antara hardiness dengan stres akademik dengan $r_{xy} = -0.714$, ($p < 0,000$), ada hubungan negatif antara dukungan sosial orang tua dengan stres akademik dengan nilai $r_{xy} = -0.712$ ($p < 0.000$). ada hubungan secara simultan antara dukungan sosial orang tua dan hardiness dengan stres akademik dengan nilai $r = 0,761$, $F = 135,72$ ($p < 0,000$). Artinya bahwa mahasiswa tingkat akhir membutuhkan peran orang tua dalam mengerjakan skripsinya agar terhindar dari stress akademik yang tinggi.

Hal ini juga diperkuat dengan penelitian yang dikaji oleh Hesti Mahmudah dan Diana Rusmawati (Mahmudah, 2018) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kelekatan anak-orang tua dengan stres akademik pada siswa SD N Srandol Wetan 02 Semarang dengan sistem pembelajaran full day school, artinya semakin tinggi kelekatan anak-orang tua, maka semakin rendah stres akademik siswa dan semakin rendah kelekatan anak-orang tua, maka semakin tinggi stres akademik siswa. Kelekatan anak-orang tua memberikan sumbangan efektif sebesar 24,7% terhadap stres akademik siswa. Penelitian serupa juga dikaji oleh Klara Jeli Tetiray, dkk yang mengatakan bahwa dukungan orang tua sangat penting dalam proses pendampingan belajar online anak, sehingga dapat mengurangi stress akademik.

Diperkuat berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan MK, IN, dan FT yang mengatakan bahwa dukungan orang tua sangat berpengaruh dalam menghadapi *academic burnout*. IN menuturkan bahwa orang tuanya memfasilitasi dia untuk gabung ke bimbingan belajar agar mendampingi proses pembelajaran di rumah.

“Orang tua aku sih dukung banget setiap keinginan aku khususnya buat sekolah sih, jadi mereka sampe masukin aku ke bimbel biar ga ketinggalan pelajaran dan buat bantu juga ketika aku bingung ngerjain tugas. Soalnya

kan mereka sibuk kerja jadi ga bias dampingi aku terus buat belajar. Mamah juga kasih aku hp buat browsing ke google atau youtube kalau ada pr dari guru.”

Peneliti melihat bahwa dukungan orang tua berupa fasilitas yang diberikan juga dapat membantu mereka dalam mengantisipasi *academic burnout* karena mereka bisa bertanya dengan tutor atau guru lesnya. Pernyataan IN juga diperkuat oleh MK yang mengatakan bahwa *support* orang tua sangat berpengaruh dalam menghadapi *academic burnout*.

“Kalau aku sih alhamdulillah ga pernah yang stress gimana-gimana ya, soalnya orang tua aku ga pernah nuntut aku harus ranking satu atau masuk lima besar. Mereka fine aja dengan hasil belajar aku, malah mereka nyuruh aku buat ikut les renang sama taekwondo buat ngembangin kemampuan aku di bidang lain. Jadi bersyukur banget punya orang tua yang selalu dukung kemauan anak tuh.”

Pernyataan yang disampaikan MK serupa dengan hasil wawancara peneliti dengan FN yang mengatakan bahwa kasih sayang dan bimbingan orang tua sangat berpengaruh dalam meminimalisir *academic burnout*. Berikut penuturan lengkapnya.

“Aku juga sama, orang tua aku ga pernah nuntut buat jadi yang terbaik karena sadar kali ya kalau anaknya ga pinter-pinter amat. Daripada anaknya stress jadi gapapa lah sebisanya. Kadang aku juga tanya sama Ayah kalau ada pr pas aku bingung atau tanya ke Mas juga.”

Berdasarkan hasil wawancara di atas, peneliti menarik benang merah bahwa dukungan orang tua memang sangat berpengaruh terhadap *academic burnout* siswa. Orang tua yang tidak menuntut anaknya menjadi terbaik, selalu mendampingi ketika belajar, atau memberikan fasilitas kepada anaknya akan memacu semangat anak dalam belajar dan mengembangkan dirinya. Berbeda dengan orang tua yang selalu menuntut anaknya menjadi terbaik tentunya akan mempengaruhi semangat dan motivasi dalam belajarnya. Berikut tabel perbedaan hasil wawancara.

Tabel 1.1 perbedaan hasil wawancara peran *family support* dalam menghadapi *academic burnout* siswa

No	Mendapat dukungan orang tua	Tidak mendapat dukungan orang tua
1.	Siswa terlihat lebih santai dan menikmati waktu belajar	Siswa merasa tertekan dalam pembelajaran di kelas
2.	Lebih semangat dan termotivasi dalam belajar	Kurang termotivasi dalam belajar
3.	Mampu mengembangkan minat bakatnya	Terbatas dalam mengembangkan minat bakatnya

Dalam tabel di atas terlihat jelas perbedaan antara orang tua yang mendukung anaknya dalam belajar dan tidak sehingga mereka bisa menghadapi atau mengantisipasi *academic burnout*. Oleh karena itu, orang tua harus senantiasa mendukung anaknya dalam proses pembelajaran dan tidak menuntut anak secara berlebihan karena kecerdasan anak tolak ukurnya bukan hanya kognitif, tetapi

beragam kecerdasan yang dimiliki oleh anak seperti kecerdasan naturalis, intrapersonal, interpersonal, kinestetik, musikal, visual-spasial, linguistic, dan logis-matematis.

Simpulan

Family support merupakan nyawa dalam perkembangan social emosional siswa khususnya untuk siswa tingkat akhir. Tuntutan akademik seperti nilai yang harus bagus ataupun harus menguasai berbagai bidang dan bahkan perlu mental untuk menyiapkan ujian akhir madrasah. Terdapat factor internal dan eksternal *academic burnout*. Siswa yang mendapat dukungan orang tua akan lebih baik dalam bidang akademik dan terhindar dari *academic burnout*. Maka dari itu, orang tua harus senantiasa mendampingi putra putrinya dalam belajar, memberikan fasilitas yang dibutuhkan, dan perhatian serta kasih sayang. Tidak menuntut mereka menjadi yang pertama tapi jadikan mereka ahli dalam bidangnya sehingga mereka akan menjalaninya tanpa ada beban atau tekanan dari luar. Penelitian ini tentunya masih banyak keterbatasan, semoga peneliti selanjutnya dapat mengkaji lebih lanjut tentang peran family support dalam menghaapi *academic burnout*.

Referensi

- Anshorriyah, F., & Hadinata, E. O. (2023). Hubungan Academic Self-Efficacy dengan Academic Burnout pada Siswa Kelas X SMA Negeri 6 Palembang. *GUIDENA: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan Dan Konseling*, 13(2), 270. <https://doi.org/10.24127/gdn.v13i2.7376>
- Azkarisa, Y. D., & Nugraha, S. P. (2023). Dukungan Orang Tua, Efikasi Diri Belajar Secara Daring, Dan Burnout Akademik Pada Siswa Sma Selama Covid-19. *Motiva: Jurnal Psikologi*, 6(1), 60. <https://doi.org/10.31293/mv.v6i1.6726>
- Diyanti, P. R. (2022). Self-concept dan Family Support dengan Academic Burnout pada Siswa di Masa Pandemi. *Indonesian Psychological Research*, 4(1), 51–59. <https://doi.org/10.29080/ipr.v4i1.577>
- Elik, H. K., Ama, R. G. T., Evianawati, E., & S. Bete, R. N. (2024). Dukungan Sosial Orang Tua, Hardiness Dan Stres Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *Dharmas Education Journal (DE_Journal)*, 5(1), 304–313. <https://doi.org/10.56667/dejournal.v5i1.1311>
- Gordon, A. T. (2011). *Assessing social support in children: Development and initial validation of the social support questionnaire for children*. Louisiana State University LSU Digital Commons.
- Hasan, N. . (2023). Pengaruh Islamic Emotional Intelligence Dan Work-Life Balance Terhadap Organizational Commitment Dimediasi Oleh Burnout (Studi Pada Karyawan Wanita Kantor Kementerian Agama Pekanbaru, Riau). *Universitas Islam Indonesia*.
- Hendra Pradana, H., Suwatin, W., & Ridwan Fauzen, M. N. (2024). Efforts to Prevent Early Marriage with Counseling Psychology Services in Srengat District, Blitar Regency. *Al-Ihath: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 4(2), 88–95. <https://doi.org/10.53915/jbki.v4i2.539>
- Kaplan, & Sadock. (2002). *Sinopsis psikiatri jilid2*. Binarupa Aksara.

- Kim, B., Jee, S., Lee, J., An, S., & Lee, S. M. (2017). Relationships between social support and student burnout: A meta-analytic approach. *Journal Stress and Health*, 127–134. <https://doi.org/https://doi.org/10-1002/smi.2771>
- M., W., Hui, G., L., Y., X., C., & R., B. (2009). Academic Burnout And Professional Self-concept of Nursing Students: A Cross-sectional Study. *International Journal for Health Care Education*.
- Mahmudah, H. (2018). Hubungan Antara Kelekatan Anak-Orang Tua Dengan Semarang Dengan Sistem Pembelajaran. 7(Nomor 4), 33–41.
- Mahrannisya, D. (2023). Keterampilan Pembelajar Di Abad Ke-21. *JUPENJI : Jurnal Pendidikan Jompa Indonesia*, 2(1), 101–109. <https://doi.org/10.57218/jupenji.vol2.iss1.598>
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2003). Job Burnout. *Annual Review Of Psychology*, 397–422. <https://doi.org/https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397>
- Muna, N. (2020). Strategi Guru BK dalam Mengatasi Burnout Study Siswa SK N 1 Widasari. *Islamic Counseling: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 4(1), 81.
- Nasuha, Septya Suarja, & Imam Pribadi. (2023). Hubungan antara Self Efficacy Terhadap Academic Burnout University. *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(01), 285–293. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i01.5111>
- Safitri, D., Lestari, I., Maksum, A., Ibrahim, N., Marini, A., Zahari, M., & Iskandar, R. (2021). Web-Based Animation Video for Student Environmental Education at Elementary Schools. *International Journal of Interactive Mobile Technologies*, 15(11), 66–80. <https://doi.org/10.3991/ijim.v15i11.22023>
- Schaufeli, W. B. (2002). Burnout And Engagement In University Students : A Cross-National Study. *Journal Of Cross-Cultural Psycholog*, 33(5).
- Schaufeli, W. B., & Buunk, B. . (2003). *Health psychology: Biopsychosocial interactions (6th ed)*. The College of New Jersey.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Tetiray, K. J., Nurafriani, & Yusnaeni. (2022). Hubungan Antara Dukungan Orang Tua Dan Tingkat Stres Anak Terhadap Belajar Online. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 2(1), 35–40.
- Tsigilis, N., Zournatzi, E., & Koustelios, A. (2011). Kelelahan di antara pendidikan jasmani guru di sekolah dasar dan menengah. *Jurnal Internasional Humaniora Dan Ilmu Sosial*, 1(7).
- Wang, Q., Sun, W., & Wu, H. (2022). Associations between academic burnout, resilience and life satisfaction among medical students: a three-wave longitudinal study. *BMC Medical Education*, 22(1), 1–11. <https://doi.org/10.1186/s12909-022-03326-6>
- Winingsih, E. (2020). Peran orang tua selama pembelajaran jarak jauh. https://Poskita.Co/2020/04/02/Peran_orangtua-Dalam-Pembelajaran-Jarak_jauh/.