



RESEARCH ARTICLE

Pengaruh Academic Burnout dan Academic Engagament Terhadap School Well-Being Santri Pesantren

Vanika Oktia

Published online: 10 August 2022

Abstract: Pesantren is a residence or a dormitory for the students to conduct religious education and other subjects. Evaluation of the school condition and the lives of students in his school environment can be called as school well-being. The various activities undertaken by the students can cause physical and psychological fatigue, known as academic burnout. One way to improve the school's well-being possessed by students is to increase the academic engagement or involvement of students in activities at the dormitory. The purpose of this study was to determine the influence of academic burnout and engagement toward school well-being in boarding school students. The hypothesis was tested by using a multiple linear regression model. Based on the results of the regression test showed that there is a significant influence of academic burnout and academic engagement toward school well-being of boarding school students ($R^2 = 0.239$) indicating that the contribution of academic burnout and engagement toward school well-being in boarding school students was 23.9%, while the remaining 76.1% is influenced by other factors. The results of the partial test (t test) explained that academic burnout has a significant negative impact on the school well-being ($t = -4.151$ and $p = 0.000$), and academic engagement also has a significant positive impact on the school well-being ($t = 5.477$ and $p = 0.000$). The research hypothesis is proven.

Keywords: Academic burnout, academic engagement, school well-being, boarding school students

INTRODUCTION

Merujuk pada UU Republik Indonesia No.20 Tahun 2003 (Depdiknas, 2004), tentang sistem pendidikan nasional, istilah pendidikan diartikan sebagai usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran, agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi yang ada di dirinya. Jalur pendidikan terdiri atas pendidikan formal, dan informal. Pendidikan formal dapat berbentuk sekolah reguler, seperti sekolah dasar (SD), sekolah menengah pertama (SMP), sekolah menengah atas (SMA), dan sekolah menengah kejuruan (SMK). Selain itu, pendidikan formal juga dapat berbentuk sekolah berbasis agama, yang dikenal sebagai sekolah madrasah, sekolah berasrama (*boarding school*) atau sejak dulu dikenal dengan istilah pesantren.

Pondok pesantren merupakan suatu lembaga yang memberikan pendidikan dan pengajaran serta pengembangan dalam ilmu agama Islam, yang berada pada satu lingkungan padepokan, yang merupakan asrama bagi para santrinya (Nasir, 2005). Berbeda dengan sekolah reguler pada umumnya, sekolah yang berbasis agama, seperti *boarding school* ataupun pesantren memiliki kondisi

lingkungan dan program-program pembelajaran yang khusus dikembangkan untuk memperkuat kurikulum nasional (Purnama, 2010).

Terdapat keunggulan dari sistem pembelajaran berasrama, yaitu santri dapat hidup lebih mandiri karena tinggal jauh dari orangtua, dan harus beradaptasi dengan komunitas baru, hidup para santri juga lebih teratur dan disiplin, karena sudah memiliki jadwal kegiatan mulai dari bangun tidur, makan, belajar, mengerjakan tugas, hingga waktu senggang, serta adanya pendamping yang selalu mengawasi. Namun di sisi lain, sekolah dengan sistem asrama ataupun pesantren juga memiliki kelemahan, di antaranya adalah munculnya perasaan jenuh karena rutinitas yang sudah terjadwal setiap harinya, kurang mengenal lingkungan di luar asrama sehingga menyebabkan para santri sulit berinteraksi dengan orang-orang di luar asrama, serta tidak adanya privasi karena di asrama maupun pondok pesantren, santri tinggal bersama dan menggunakan fasilitas bersama, termasuk kamar tidur (Purnama, 2010).

Berdasarkan penelitian oleh Handono dan Bashori (2013), santri yang berada di pondok pesantren mengalami stres saat mengikuti kegiatan pesantren karena tidak terbiasa dengan norma-norma, aturan, dan kebiasaan yang ada di pondok pesantren karena proses pendidikan berlangsung selama 24 jam. Melalui *personal communication* dengan salah seorang santri yang berada di daerah Bengkulu, ia mengatakan bahwa umumnya santri pesantren mengalami kelelahan dan terbebani dengan aturan serta norma-norma di pesantren yang harus mereka ikuti. Dalam pengakuannya, santri tersebut juga

Ilmu Keperawatan STIKES Tri Mandiri Sakti

*) *corresponding author*

Vanika Oktia, S.Psi, M.Si

Email: vanika.oktia25@gmail.com

mengatakan bahwa rata-rata pendekatan guru terhadap santrinya tidak sempat membuat para santri bercerita akan masalah yang dihadapi tetapi lebih kepada harus patuh dengan aturan yang ada (Komunikasi Personal, 8 Februari 2016).

Evaluasi seorang siswa terhadap kondisi dan kehidupan sekolahnya, dalam konteks psikologi dikenal sebagai *school well-being*. *School well-being* berdasarkan kajian dari Konu dan Rimpela (2002) adalah evaluasi individu terhadap kehidupan di sekolah, yang dipengaruhi oleh empat dimensi, yaitu kondisi sekolah (*school condition-having*), hubungan sosial yang terjadi di sekolah (*social relationship-loving*), *means for self fulfillment-being*, dan status kesehatan (*health*).

Berbagai kegiatan yang dilakukan oleh santri, mulai dari banyaknya tugas dan hafalan yang diberikan, waktu belajar yang hampir 24 jam dengan aturan-aturan yang wajib dipenuhi oleh santrinya dapat menimbulkan kelelahan secara fisik maupun psikologis pada santri tersebut. Irawan (2015) memaparkan bahwa tidak sedikit santri yang mencoba melarikan diri dari pondok pesantren karena merasa tidak sanggup untuk menjalankan program pendidikan pesantren. Menurut *personal communication* dengan salah seorang Kepala Sekolah Pesantren X di Bengkulu, hampir 20-30% santri baru mengundurkan diri dari pesantren karena merasa tidak mampu mengikuti kegiatan yang ada di pesantren (Komunikasi Personal, 23 April 2016). Dalam kaitannya dengan konstruk psikologis, kondisi yang disebutkan dikenal sebagai *academic burnout*. *Academic burnout* berdasarkan kajian dari Schaufeli, Martinez, Pinto, Salanova dan Bakker, (2002) merupakan suatu perasaan lelah yang disebabkan karena tuntutan akademis, memiliki sikap sinis terhadap sekolah dan merasa tidak kompeten sebagai seorang pelajar.

Perasaan yang lelah karena tuntutan akibat, hingga merasa tidak kompeten sebagai seorang pelajar, terjadi ketika ada ketidakcocokan antara suatu pelajaran tertentu dengan sikap siswanya dalam belajar (Yang & Ma, 2012). Banyaknya kegiatan dan tuntutan yang dilakukan oleh santri, yang dapat memicu perasaan lelah dapat menyebabkan rendahnya motivasi untuk menyelesaikan pendidikan, sehingga lebih memilih untuk keluar dari sekolah. Hal ini seperti yang disampaikan oleh Duru, Duru, dan Balkis (2014) bahwa siswa yang memiliki kecenderungan *academic burnout* akan memiliki motivasi yang rendah untuk belajar, hingga lebih memilih untuk keluar dari sekolah.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Milfont, Denny, Ameratunga, Robinson, dan Merry (2008) mengenai hubungan *burnout* dan *well-being*, ditemukan bahwa *burnout* yang terjadi pada seseorang berhubungan negatif atau berbanding terbalik dengan *well-being* yang dimilikinya. Hal serupa juga ditemukan di dalam penelitian oleh Raiziene, Valickiene, dan Zukauskienė (2013), bahwa terdapat hubungan yang negatif atau berbanding terbalik antara *school burnout* dan *well-being* pada mahasiswa.

Berbanding terbalik dengan hasil penelitian dan bukti-bukti empiris kajian dari *academic burnout*, apabila seseorang terlibat aktif dengan kegiatan-kegiatan di sekolahnya (*academic engagement*), maka akan semakin tinggi *school well-being* yang dimilikinya, begitu juga sebaliknya (Permata dikutip dalam Rizki & Listiara, 2015). *Academic engagement* menurut Schaufeli et al. (2002) adalah keterlibatan positif siswa yang berhubungan dengan kegiatan sekolah, yang ditandai dengan semangat (*vigor*), dedikasi (*dedication*), dan penyerapan (*absorption*). Keterlibatan ini mengacu pada keadaan afektif dan kognitif yang lebih luas, baik dengan setiap objek, peristiwa, individu maupun perilaku tertentu. Santri yang berada pada

pondok pesantren tentu saja terlibat aktif dengan semua kegiatan yang telah diatur oleh setiap pondoknya, mulai dari kegiatan beribadah, makan, hingga menerima pelajaran *science* lainnya.

Ketiga variabel ini menarik untuk diteliti karena tingginya intensitas kegiatan dan ketatnya aturan di pesantren, membuat para santri terlibat aktif dalam mengikuti kegiatannya. Keterlibatan yang aktif tersebut, dapat meningkatkan *school well-being* yang dimiliki oleh para santri. Namun, fenomena kaburnya dan pengunduran diri santri dari pesantren yang mengindikasikan adanya *academic burnout*, dapat menurunkan *school well-being* para santri. Selain itu, sejauh yang penulis ketahui kajian mengenai ketiga variabel ini masih sangat terbatas, apalagi dalam konteks sekolah berasrama atau pesantren, hal ini menjadikan alasan penulis untuk menguji lebih lanjut mengenai pengaruh *academic burnout*, dan *academic engagement* yang dimiliki oleh para santri sehingga dapat memberikan pengaruh terhadap *school well-being* para santri pesantren tersebut.

Rumusan Masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat pengaruh *academic burnout* dan *academic engagement* terhadap *school well-being* pada santri pesantren?. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *academic burnout* terhadap *school well-being* pada santri pesantren, untuk mengetahui pengaruh *academic engagement* terhadap *school well-being* pada santri pesantren, dan untuk menguji pengaruh *academic burnout* dan *academic engagement* terhadap *school well-being* pada santri pesantren.

Secara teoretis manfaat penelitian ini adalah menambah kajian empiris melalui memberikan sumber pengetahuan dalam dunia psikologi pendidikan, mengenai pengaruh *academic burnout* dan *academic engagement* terhadap *school well-being* pada santri pesantren.

Secara praktis, manfaat dari penelitian adalah bagi para santri pesantren dan guru-guru yang ada di pesantren agar dapat mengetahui faktor apa saja yang dapat memengaruhi *school well-being*, sehingga dapat mereduksi probabilitas para santri untuk mengundurkan diri dari pembelajaran di pesantren.

Penelitian ini juga bermanfaat untuk mengurangi *academic burnout* pada santri dengan meningkatkan *academic engagement* di pesantren, sehingga *school well-being* santri pesantren meningkat.

KAJIAN TEORITIS

Academic Burnout

Burnout didefinisikan sebagai suatu kondisi yang dipenuhi oleh rasa jenuh sehingga banyak energi dan tenaga yang terbuang sia-sia (Bunker dikutip dalam Gunarsa, 2004). *Burnout* juga dipaparkan sebagai sindrom dari kelelahan emosional dan sinisme yang terjadi pada individu yang bekerja pada jenis tertentu (Maslach & Jackson, 1981). *Academic burnout* didefinisikan sebagai perasaan lelah, kecenderungan depersonalisasi, dan perasaan bahwa prestasinya rendah di antara siswa yang lainnya (Ni, Ma, & Li dikutip dalam Yang & Ma, 2012). Hal yang sama juga disampaikan oleh Schaufeli et al. (2002) yang mendefinisikan *academic burnout* adalah keadaan lelah secara fisik maupun psikologis, karena disebabkan oleh belajar, memiliki sikap yang sinis terhadap kegiatan sekolah, dan merasa tidak kompeten sebagai seorang siswa.

Maslach dikutip dalam Schaufeli et al. (2002) menyebutkan terdapat tiga dimensi dari *academic burnout*, yaitu, *exhaustion*, *cynicism* dan *lack of professional efficacy*.

Exhaustion merupakan dimensi *academic burnout* yang ditandai dengan kelelahan yang berkepanjangan secara fisik, mental, maupun emosional. Ketika seorang siswa merasakan kelelahan (*exhaustion*) secara emosional maupun fisik. Mereka tidak mampu menyelesaikan masalah mereka, dan tetap merasa lelah meski sudah istirahat yang cukup, serta kurangnya energi dalam melakukan aktivitas-aktivitas sekolah.

Cynicism merupakan dimensi *academic burnout* yang ditandai dengan sikap sinis, serta cenderung menarik diri dari kegiatan sekolah. Ketika seorang siswa merasakan *cynicism* (sinis), mereka cenderung menjaga jarak, cenderung tidak ingin terlibat dengan lingkungan sekolahnya. Perilaku negatif seperti ini dapat memberikan dampak yang serius pada *academic achievements* siswa. *Lack of professional efficacy* merupakan dimensi *academic burnout* yang ditandai dengan perasaan tidak berdaya, merasa semua tugas yang diberikan berat. Ketika siswa merasa tidak efektif, mereka cenderung mengembangkan rasa tidak mampu. Setiap tugas terasa sulit dan tidak dapat dikerjakan, sehingga menurunkan rasa percaya. Siswa menjadi tidak percaya dengan dirinya sendiri, sehingga orang lain pun tidak percaya dengannya.

Academic Engagement

Academic engagement menurut Schaufeli et al. (2002) adalah suatu keterlibatan yang mengacu pada keadaan afektif dan kognitif, yang ditandai dengan adanya semangat, dedikasi, dan penyeparan di bidang akademis. *Academic engagement* atau keterlibatan akademik didefinisikan sebagai persentase keterlibatan seorang siswa dalam tugas-tugas akademik (Bowen, Jenson, & Clark, 2004). Menurut Natriello (dikutip dalam Chapman, 2003) *academic engagement* merupakan keterlibatan siswa sebagai kesediaan untuk terlibat dalam proses yang berjalan di sekolah, yang meliputi menghadiri kelas, mengumpulkan tugas, mematuhi aturan di sekolah.

Menurut Fredricks (dikutip Orozco, Pimentel, & Martin, 2009) *academic engagement* meliputi kognitif, perilaku, dan emosional. Keterlibatan kognitif adalah derajat yang siswa tertarik dan ingin tahu tentang apa yang mereka pelajari, dan keterlibatan perilaku mencerminkan partisipasi dan upaya siswa dalam tugas-tugas akademik (yaitu, melakukan pekerjaan rumah, mengumpulkan tugas tepat waktu, dan memperhatikan pekerjaan kelas, perilaku di dalam kelas, dan kehadiran). Seorang siswa yang terlibat secara aktif dalam pendidikan mereka, akan menyelesaikan tugas yang dibutuhkan dengan baik sehingga akan mencapai potensi intelektual dan prestasi akademik yang baik.

Rumberger (dikutip dalam Orozco et al., 2009) mengatakan bahwa kurangnya keterlibatan siswa dalam kegiatan akademiknya, seperti, kehadiran kelas yang tidak menentu, dan tidak menyelesaikan tugas-tugas yang dimiliki dapat menyebabkan kegagalan, dan menjadi pertanda putus sekolah.

Terdapat tiga dimensi *academic engagement* menurut Schaufeli et al. (2002), yaitu *vigor* (semangat), *dedication* (dedikasi), dan *absorption* (penyerapan). *Vigor* ditandai oleh tingginya tingkat energi dan ketahanan mental saat seseorang bekerja, kemauan untuk berusaha untuk menyelesaikan apa yang sedang dikerjakan, dan ketekunan bahkan dalam menghadapi kesulitan. *Dedication* mengacu pada yang keterlibatan seseorang dengan apa yang dikerjakannya dan mengalami rasa penting, antusiasme, inspirasi, kebanggaan, dan tantangan. *Absorption*, ditandai dengan sepenuhnya konsentrasi dan bahagia dalam melakukan pekerjaan, sehingga merasa waktu berlalu

dengan cepat dan kesulitan dengan memisahkan diri dari pekerjaan.

School Well-Being

School well-being adalah penilaian subjektif siswa terhadap keadaan sekolahnya yang meliputi *having*, *loving*, *being*, dan *health* (Konu & Rimpelä, 2002). *School well-being* merupakan sebuah model yang dikembangkan oleh Konu dan Rimpelä (2002) yang merujuk kepada model konseptual *well-being* yang dikemukakan oleh Allardt (dikutip dalam Konu & Rimpelä, 2002) sehingga dapat diaplikasikan pada *setting* sekolah. Allardt mendefinisikan *well-being* sebagai keadaan yang memungkinkan individu memuaskan kebutuhan-kebutuhan dasarnya yang mencakup kebutuhan material maupun non-material, dan dibagi menjadi kategori *having*, *loving*, dan *being* (dikutip dalam Konu & Rimpelä, 2002). Menurut Siswanto (2007) evaluasi kondisi sekolah yang tidak menyenangkan, menekan, dan membosankan akan berakibat pada pola siswa yang bereaksi negatif, seperti stres, bosan, terasingkan kesepian, hingga depresi.

Dimensi pertama dalam *school well-being*, adalah *having (school condition)*. *Having* (kondisi sekolah) mencakup aspek material dan non material meliputi lingkungan fisik, mata pelajaran dan jadwal, hukuman, dan pelayanan di sekolah (Konu & Rimpelä, 2002). Dimensi kedua dari *school well-being* adalah *loving (social relationship)*. *Loving* (hubungan sosial) merujuk kepada lingkungan pembelajaran sosial, hubungan antara guru dan peserta didik, hubungan dengan teman sekelas, dinamisasi kelompok, *bullying*, kerjasama antara sekolah dan rumah, pengambilan keputusan di sekolah, dan keseluruhan atmosfer sekolah (Konu & Rimpelä, 2002).

Dimensi ketiga dari *school well-being* adalah *being (means for self-fulfillment)*. *Being* merupakan terdapatnya penghormatan terhadap individu sebagai seseorang yang bernilai di dalam masyarakat. Dalam konteks sekolah, *being* dilihat sebagai cara sekolah memberikan kesempatan siswa untuk mendapatkan pemenuhan diri. Hal tersebut dapat berupa adanya kesempatan yang sama bagi semua siswa untuk menjadi bagian dari masyarakat sekolah, siswa dapat melakukan pengambilan keputusan terkait dengan keberadaannya di sekolah, serta adanya kesempatan untuk mengembangkan pengetahuan dan keterampilan berdasarkan minat siswa (Konu & Rimpelä, 2002).

Dimensi ke empat dari *school well-being* adalah *health*. *Health* (status kesehatan) dilihat dalam bentuk yang sederhana, yakni tidak adanya sumber penyakit dan siswa yang sakit. Status kesehatan siswa ini meliputi aspek fisik dan mental berupa simptom psikosomatis, penyakit kronis, penyakit ringan (seperti *flu*), dan penghayatan akan keadaan diri (*illness*) (Konu & Rimpelä, 2002).

Pesantren

Menurut Qomar (2005) istilah pesantren merupakan suatu tempat pendidikan dan pengajaran yang menekankan pelajaran agama Islam dan didukung asrama sebagai tempat tinggal santri yang permanen. Istilah santri berasal dari kata *shastri* yang dalam bahasa India adalah orang-orang yang tahu tentang kitab suci agama, sedangkan kata pesantren berasal dari kata santri dengan awalan "pe-" dan akhiran "-an", yang artinya adalah tempat tinggal bagi pada santri (Efendi & Makhfudli, 2009).

Berdasarkan kegiatan yang berlangsung di dalam pesantren, pesantren dapat diklasifikasikan menjadi beberapa tipe, yaitu pesantren salafi, yang merupakan pondok pesantren yang hanya mengajarkan kitab klasik dan agama

Islam. Pesantren tipe ini cenderung lebih selektif dan tradisional dalam kurikulum pengajarannya. Tipe berikutnya adalah pesantren khalafi, yang merupakan pondok pesantren yang selain menyelenggarakan kegiatan pendidikan agama, namun juga menyelenggarakan pendidikan jalur sekolah, seperti SD, SMP, SMA dan SMK. Para santri di pesantren, baik yang berada di pesantren tipe salafi, maupun khalafi, akan menjalankan aktivitas pendidikan sejak sebelum subuh sampai kembali tidur (Efendi & Makhfudli, 2009).

METHODS

Partisipan Penelitian

Partisipan penelitian ini adalah santri pesantren X yang berusia 12-18 tahun. Partisipan penelitian ini tidak dibatasi dengan jenis kelamin, etnis, dan status sosial. Jumlah subyek berdasarkan rumus Walpole (dikutip dalam Walpole, Myers, & Myers, 2012) untuk jumlah partisipan populasi yang tidak diketahui dan tingkat keyakinan 95% adalah 385 orang. Namun, selama penyebaran data penelitian di peroleh partisipan sebanyak 263 orang.

Teknik Pengambilan Sampel

Partisipan yang digunakan dalam penelitian ini adalah para santri pesantren X berjenis kelamin laki-laki atau perempuan, tinggal di dalam pesantren dan dengan rentang usia 12-18 tahun. Peneliti menggunakan salah satu teknik *nonprobability sampling*, yaitu *convenience sampling*, karena adanya ketersediaan partisipan yang disiapkan oleh tenaga pengajar.

Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah jenis penelitian kuantitatif non eksperimental. Penelitian kuantitatif ini menekankan pada pengujian teori melalui pengukuran variabel penelitian dengan angka dan melakukan analisis data dengan prosedur statistic. Selain itu, dalam penelitian ini juga menggunakan teknik dan analisis regresi untuk mengukur besarnya pengaruh *independent variable* terhadap *dependent variable*.

Setting dan Peralatan Penelitian

Penelitian dilakukan pada bulan April 2016. Sebelum pengambilan data dilakukan, peneliti mempersiapkan beberapa keperluan seperti *informed consent* dan lembar kuesioner yang dibagikan kepada partisipan penelitian. Instrumen atau peralatan yang digunakan dalam penelitian ini antara lain kertas, alat tulis, komputer, printer, souvenir yang berupa pulpen, dan kuesioner. Satu set kuesioner terdiri dari *informed consent*, identitas partisipan penelitian, serta pernyataan-pernyataan yang mengukur variabel *academic burnout*, *academic engagement* dan *school well-being*.

Kuesioner yang digunakan untuk mengukur variabel *academic burnout*, akan diadaptasi dari *Maslach Burnout Inventory – Student Survey* yang dikembangkan oleh Schaufeli et al. (2002), kuesioner yang digunakan untuk mengukur variabel *academic engagement*, akan diadaptasi dari *Utretch Work Engagement Scale-Students* version (UWES-S) yang dikembangkan oleh Schaufeli dan Bakker (2003), yang terdiri dari 17 pernyataan, dan kuesioner untuk mengukur variabel *school well-being* diadaptasi dari *The*

School Well-Being Model (Konu & Rimpela, 2002), yang terdiri dari 43 *item*.

RESULTS AND DISCUSSIONS

Gambaran Subyek Penelitian

Berdasarkan jenis kelamin, dari total 263 orang subyek penelitian, subyek terbanyak berjenis kelamin laki-laki berjumlah 132 orang (50,2%) dan subyek paling sedikit berjumlah 131 orang berjenis kelamin perempuan (49,8%).

Tabel 1
Gambaran Subyek Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Laki-laki	132	50,2
Perempuan	131	49,8
TOTAL	263	100,0

Berdasarkan data yang diperoleh mengenai alasan masuk ke pesantren dari data total 263 orang subyek penelitian, subyek paling banyak memiliki alasan karena keinginan sendiri, yaitu 193 orang (73,4%) dan sisanya 70 orang (26,6%) masuk ke pesantren karena keinginan orangtua.

Tabel 2
Gambaran Subyek Berdasarkan Alasan Masuk Pesantren

Alasan Masuk Pesantren	Frekuensi	Persentase (%)
Keinginan sendiri	193	73,4
Keinginan Orangtua	70	26,6
TOTAL	263	100,0

Analisis Data Utama

Berdasarkan hasil analisis data uji regresi diketahui bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari *academic burnout* dan *academic engagement* terhadap *school well-being* pada santri pesantren. Hal ini ditunjukkan dari data bahwa nilai $F=40,880$ dan $p=0,000 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Nilai $R^2= 0,239$ menunjukkan bahwa sumbangan *academic burnout* dan *academic engagement* terhadap *school well-being* pada santri pesantren adalah sebesar 23,9% sedangkan sisanya 76,1% dipengaruhi oleh faktor lain.

Berdasarkan analisis data ditemukan pula pengaruh negatif yang signifikan dari *academic burnout* terhadap *school well-being* dengan nilai $t=-4,151$ dan $p=0,000 < 0,05$. Selain itu, terdapat pula pengaruh positif yang signifikan dari *academic engagement* terhadap *school well-being* dengan nilai $t= 5,477$ dan $p=0,000 < 0,05$. Dengan demikian hipotesis penelitian diterima. Nilai beta untuk variabel *academic engagement* sebesar 0,328, sedangkan nilai beta untuk variabel *academic burnout* sebesar -0,249, hal ini menunjukkan bahwa variabel *academic engagement* memiliki pengaruh yang lebih besar terhadap *school well-being* santri pesantren dibandingkan dengan *academic burnout*.

Berdasarkan hasil uji korelasi dengan menggunakan *Pearson Correlation* antara variabel *academic burnout* dengan variabel *school well-being* diperoleh nilai $r=-0,389$ dan $p=0,000 < 0,01$ jadi terdapat hubungan negatif dan signifikan, yang menandakan semakin tinggi *academic burnout* maka semakin rendah *school well-being* yang

dimiliki subyek. Hal ini berlaku sebaliknya, semakin rendah *academic burnout* maka semakin tinggi *school well-being* yang dimiliki subyek.

Pengolahan data dilanjutkan dengan uji korelasi antara variabel *academic engagement* dengan variabel *school well-being*. Hasil yang diperoleh adalah nilai $r=0,435$ dan $p=0,000<0,01$ jadi terdapat hubungan positif dan signifikan, yang menandakan semakin tinggi *academic engagement* maka semakin tinggi *school well-being* yang dimiliki subyek. Hal ini berlaku sebaliknya, semakin rendah *academic engagement* maka semakin rendah *school well-being* yang dimiliki subyek.

DISCUSSION

Academic burnout dan *academic engagement* memengaruhi *school well-being* santri pesantren, hasil penemuan ini sesuai dengan penelitian *school well-being* yang dipaparkan oleh Konu & Rimpela (2002) bahwa *school well-being* merupakan penilaian subjektif santri terhadap keadaan sekolah yang ditinjau dari beberapa aspek, diantaranya adalah aspek *having*, yang mencakup lingkungan fisik sekolah, mata pelajaran dan jadwal, hukuman dan ada atau tidaknya pelayanan di sekolah yang memuaskan bagi para siswa. Aspek berikutnya adalah *loving*, yang mencakup bagaimana kondisi hubungan guru dan siswa, hubungan dengan teman sekelas, dinamisasi kelompok, kerjasama antar sekolah. Aspek berikutnya adalah *being*, yang dilihat bagaimana sekolah memberikan kesempatan bagi para santrinya untuk mendapatkan pemenuhan diri dengan menerima pendapat-pendapat siswa saat proses belajar mengajar, dan aspek kesehatan yang ditinjau secara fisik ringan, ataupun kronis.

Penilaian subjektif atau evaluasi santri yang tidak menyenangkan pada kondisi pesantrennya dapat menimbulkan reaksi negatif pada santri tersebut, seperti merasa lelah, stress, bosan, hingga depresi (Siswanto, 2007). Keadaan lelah pada santri yang timbul di sekolah karena proses belajar yang dialaminya dikenal dengan istilah *academic burnout*. Apabila seorang santri pesantren mengalami perasaan lelah atau sinis yang berlebihan terhadap lingkungan sekolahnya, hubungan pertemannya, merasa tidak dianggap saat mengeluarkan pendapat, hal ini dapat memicu rendahnya *school well-being* yang dimiliki oleh santri pesantren tersebut.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Permata (dikutip dalam Rizki & Listiara, 2015), bahwa salah satu cara untuk meningkatkan *school well-being* yang dimiliki oleh para siswa adalah dengan meningkatkan keterlibatan siswa di setiap kegiatan sekolahnya. Adanya keterlibatan yang positif menurut Schaufeli et al. (2002) akan menggambarkan semangat dan dedikasi yang tinggi sehingga siswa akan menyerap pelajaran dengan baik di sekolahnya. Dalam konteks sekolah asrama atau pesantren, ternyata keterlibatan siswa juga mempengaruhi bagaimana *school well-being* yang dimilikinya.

Jika dilihat dari data hasil penelitian bahwa dimensi yang paling tinggi di dalam variabel *academic engagement* adalah dimensi *dedication*, yang ditandai dengan keterlibatan seseorang dalam kegiatan yang dilakukannya, dan mengalami rasa penting, antusiasme, serta kebanggaan dalam mengikuti kegiatan tersebut. Jika dikaji di dalam sekolah asrama atau pesantren, jadwal yang dimiliki oleh para santri dibuat sedemikian rupa sehingga semua santri wajib terlibat dalam kegiatan yang dibuat oleh pihak asrama. Aturan yang mewajibkan santri untuk mengikuti

semua kegiatan ini juga menjadi salah satu faktor yang membuat santri merasa bahwa kegiatan tersebut adalah kegiatan yang penting dalam prosesnya menimba ilmu di pesantren.

Rasa antusiasme dan bangga dalam diri santri pesantren saat mengikuti kegiatan di pesantrennya juga tergambarkan dengan dimensi *vigor* atau semangat serta penyerapan yang tinggi dalam variabel *academic engagement*. Menurut Lowenstein (dikutip dalam Woolfolk, 2004), adanya keingintahuan dan minat pada siswa merupakan suatu pertanda adanya motivasi atau semangat untuk belajar. Siswa yang memiliki semangat untuk belajar akan termotivasi untuk memuaskan kebutuhannya, mengembangkan keahliannya dan kapasitas yang penting bagi mereka. Munculnya minat siswa di kelas tertampil dalam seberapa baik mereka memahami atau mengingat dan seberapa besar mereka mencurahkan perhatiannya terhadap suatu kegiatan di sekolah.

Selain itu juga, jika dilihat dari variabel *school well-being*, dimensi yang paling tinggi adalah aspek *loving*. Aspek *loving* merupakan salah satu aspek dari *school well-being* yang ditandai dengan adanya hubungan yang baik antara guru dan siswanya, serta hubungan dan kerjasama dengan teman sekelas. Pada konteks, sekolah asrama atau pesantren ini, aspek *loving* ini mencakup bagaimana interaksi guru dengan para santri, dan bagaimana kehidupan santri di asrama. Santri yang tinggal di dalam asrama bersama teman-temannya akan menjalin hubungan yang lebih kuat, jika dibandingkan dengan siswa sekolah umum yang menghabiskan waktu hanya saat sekolah. Padatnya rutinitas dan kegiatan yang dilakukan bersama oleh para santri dan gurunya juga mempererat hubungan satu dengan yang lain. Semakin eratnya hubungan yang terjalin antar sesama santri dan guru, maka keinginan santri untuk terlibat aktif dalam kegiatan pesantren juga semakin meningkat sehingga mempengaruhi *school well-being* yang dimiliki santri tersebut.

Hal ini diperkuat dengan teori yang disampaikan oleh Elliot et al. (2000) bahwa lingkungan kelas dapat mengembangkan keterlibatan siswa dalam kegiatan belajar, yang meliputi adanya guru yang bersedia membantu siswa bila mengalami kesulitan, guru yang mengharapkan kesuksesan dan keberhasilan dari siswa dalam mengerjakan tugas-tugas di kelas, serta adanya suasana yang mendukung kerjasama dan saling bantu antar siswa dibandingkan suasana yang penuh kompetisi.

CONCLUSION AND RECOMMENDATION

Saran untuk penelitian selanjutnya

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan, peneliti menyarankan beberapa hal, diantaranya adalah apabila memungkinkan sebaiknya penelitian ini melibatkan lebih dari dua orang pegawai saat pengambilan data, dan perlunya keterlibatan guru untuk mengawasi saat pengambilan data penelitian untuk menghindari ketidaksiharian partisipan dalam mengisi kuesioner penelitian. Berkaitan dengan waktu pelaksanaan penelitian, sebaiknya peneliti melakukan perencanaan yang lebih matang dengan pihak pesantren mengenai waktu pelaksanaan penelitian. Hal ini menjadi penting untuk dilakukan agar peneliti dapat menyesuaikan jadwal pesantren yang ada dengan jadwal penelitian, sehingga pelaksanaan penelitian tidak terburu-buru karena waktunya berdekatan dengan pelaksanaan ulangan tengah semester ujian sekolah bagi santri kelas 3 tingkat tsanawiyah maupun aliyah.

Secara teoritis, saran untuk penelitian selanjutnya adalah meneliti lebih lanjut bagaimana arah pengaruh dari setiap variabel *academic burnout* dan *academic engagement* terhadap *school well-being*. Selain itu, dapat diteliti juga bagaimana pengaruh figure otoritas dan kepatuhan dari setiap santri yang mempengaruhi *academic engagement* dan *school well-being* santri pesantren. Untuk setiap dimensi *school well-being* mungkin perlu dikaji lebih lanjut apa yang menyebabkan *loving, being*, serta *having* dari santri pesantren cenderung tinggi.

Saran untuk pihak-pihak yang berkepentingan

Saran yang diberikan kepada sekolah pesantren, sebaiknya untuk meningkatkan *school well-being* pada siswa, dengan meningkatkan keterlibatan santrinya dalam proses belajar mengajar. Untuk meningkatkan keterlibatan santri dalam proses belajar mengajar adalah dengan meningkatkan aspek *loving* yang ada atau kedekatan antara santri dengan santri lainnya, dan santri dengan gurunya agar santri apabila santri menemukan kesulitan, santri mendapatkan dukungan baik dari pihak pesantren maupun teman-temannya.

REFERENCES

- Duru, E., Duru, S., & Balkis, M. (2014). Analysis of relationships among burnout, academic achievement, and self-regulation. *Educational Sciences, 14*(4), 1274-1284.
- Elliot, S. N., Kratochwill, T. R., Cook, J. L., Travers, J. F. (2000). *Educational psychology: Effective teaching, effective learning* (3rd ed.). Boston: McGraw Hill.
- Handono, O. T., & Bashori, K. (2013). Hubungan antara penyesuaian diri dan dukungan sosial terhadap stress lingkungan pada santri baru. *Empathy, 1*(2), 79-89.
- Irawan, E. (2015). Santri kabur, orangtua mengamuk di ponpes. Diunduh dari <http://daerah.sindonews.com/read/1043868/174/santri-kabur-orangtua-mengamuk-di-ponpes-1442043622>
- Konu, A., Alanen, E., Lintonen, T., & Rimpela, M. (2002). Factor structure of the school well-being. *Health Education Research, 17*(6), 732-742.
- Milfont, T. L., Denny, S., Ameratunga, S., Robinson, E., & Merry, S. (2008). Burnout and wellbeing: Testing the copenhagen burnout inventory in New Zealand teachers. *Springer, 89*, 169-177, DOI : 10.1007/s11205-007-9229-9.
- Nasir, M. R. (2005). *Mencari tipologi format pendidikan ideal, pondok pesantren di tengah arus perubahan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Purnama, D. (2010). *Cermat memilih sekolah menengah yang tepat*. Jakarta: Gagas Media.
- Raiziene, S., Valickiene, R. P., & Zukauskienė, R. (2013). School burnout and subjective well-being: evidence from cross-lagged relations in a 1-year longitudinal sample. *Procedia, 116*, p.3254-3258.
- Rizki, M., & Listiara, A. (2015). *Penyesuaian diri dan school well-being pada mahasiswa*. Seminar Psikologi dan Simposium Kemanusiaan. Semarang, Indonesia.
- Schaufeli, W. B., Martinez, I.M., Pinto, A. M., Salanova, M., & Bakker, A. (2002). Burnout and engagement in university students. *Journal of Cross-Cultural Psychology, 33*(5), 464-481.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional. (2004). Jakarta: Pusat Data dan Informasi Pendidikan, Balitbang Depdiknas. Diakses dari www.depdiknas.go.id , tanggal 11 Maret 2016.
- Yang, Y., & Ma, M. (2012). *Proceedings of the 2nd international conference on green communications and networks*. Berlin: Springer.