MASALIQ
Jurnal Pendidikan dan Sains

e-ISSN : 2808-8115
p-ISSN : 2809-1051

Terindeks : Dimensions, Scilit, Lens, Crossref, Garuda, Google Scholar, Base, etc

https://doi.org/10.58578/masaliq.v4i3.3072

PERBEDAAN TINGKAT ACADEMIC BURNOUT PADA SISWA DITINJAU DARI JENIS SEKOLAH SMA/SMK/MA

Differences in the Levels of Academic Burnout Among Students Based on the Type of School: SMA/SMK/MA

Aisyah Amini Putri & Elrisfa Magistarina
Universitas Negeri Padang
aisyahamini322@gmail.com

Article Info:

Submitted:	Revised:	Accepted:	Published:
May 18, 2024	May 22, 2024	May 25, 2024	May 28, 2024

Abstract

The condition of exhaustion experienced by students as a result of excessive pressure to meet academic demands at school is also known as academic burnout. Burnout in students can lead to an increased risk of depression and decreased academic performance. The different operational curriculum used by each type of school results in students experiencing different academic demands. This study aims to see differences in the level of academic burnout among students in terms of the type of school, SMA / SMK / MA. The research method used is quantitative with a comparative causal approach. The subjects of this study were high school students in West Sumatra. The total subjects in this study were 165 people. The level of students' academic burnout was measured using the academic burnout scale adapted from Maharani (2019). The scale was adapted from a measurement tool developed by Schaufeli et al. (2002), MBI-SS (Maslach Burnout Inventory-Student Survey). The results showed that there was no significant difference in the level of academic burnout among students in terms of school type. However, the average score of MA students is higher than that of SMA and SMK students.

Keywords: *Academic Burnout, Secondary Students, School Type*

Jurnal Masaliq is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License

Abstrak: Kondisi kelelahan yang dialami para siswa sebagai akibat dari tekanan berlebih untuk memenuhi tuntutan akademik di sekolah disebut juga dengan academic burnout. Kondisi burnout pada siswa dapat berdampak pada meningkatnya risiko depresi dan menurunnya prestasi akademik. Perbedaan kurikulum operasional yang digunakan tiap jenis sekolah mengakibatkan siswa mengalami tuntutan akademik yang berbeda pula. Penelitian ini bertujuan untuk melihat perbedaan tingkat academic burnout pada siswa ditinjau dari jenis sekolah, SMA/SMK/MA. Metode penelitian yang digunakan yaitu kuantitatif dengan pendekatan kausal komparatif. Subjek penelitian ini adalah siswa sekolah menengah di Sumatera Barat. Total subjek dalam penelitian ini adalah 165 orang. Tingkat academic burnout siswa diukur dengan skala academic burnout yang diadaptasi oleh Maharani (2019). Skala tersebut diadaptasi dari alat ukur yang dikembangkan Schaufeli et al. (2002), MBI-SS (Maslach Burnout Inventory-Student Survey). Hasil penelitian menemukan bahwa tidak adanya perbedaan yang signifikan tingkat academic burnout pada siswa ditinjau dari jenis sekolah. Namun, perolehan rata-rata skor siswa MA lebih tinggi dibandingkan siswa SMA dan SMK.

Kata Kunci: Academic Burnout, Siswa Sekolah Menengah, Jenis Sekolah

PENDAHULUAN

Setiap remaja dihadapi dengan tantangan untuk menemukan jati diri, bagaimana diri kedepannya, dan kearah mana akan menjalani kehidupan. Masa ini dikategorikan pada usia 10 hingga 20 tahun (Santrock, 2012). Selama masa sekolah menengah atas, siswa akan memiliki pengalaman, keadaan emosional, dan motivasi yang akan memengaruhi perkembangan pribadi dan akademik mereka (Supervía & Bordás, 2020).

Masa sekolah menengah atas memiliki beberapa jenis sekolah diantaranya, SMA, SMK, dan MA. Jenis pendidikan dalam Undang-Undang Republik Indonesia Tahun 2003 diartikan sebagai kelompok yang didasarkan pada kekhususan tujuan pendidikan suatu satuan pendidikan. Meskipun mengacu pada struktur kurikulum yang sama yaitu Kurikulum Merdeka, setiap jenis sekolah juga menentukan kurikulum operasional nya sendiri berdasarkan visi, misi, dan tujuan sekolah. Kesulitan dalam kurikulum yang digunakan sekolah memungkinkan membuat siswa merasa dirinya tidak memadai untuk menjalankan pembelajaran (Aypay & Sever, 2015).

Dengan perbedaan kurikulum tentu juga akan terdapat perbedaan dalam tuntutan akademik yang diikuti juga dengan perbedaan respon siswa. Siswa yang tidak mampu menangani tuntutan akademik rentan mengalami kondisi kelelahan yang disebut dengan *academic burnout* (Simbolon & Simbolon, 2021). *Academic Burnout* merupakan kejadian *burnout* dikalangan siswa yang mengacu pada perasaan lelah karena tuntutan belajar, sikap sinisme

dan terpisah terhadap pembelajaran, serta perasaan tidak kompeten sebagai siswa (Schaufeli et al., 2002).

Schaufeli et al. (2002), mengungkapkan bahwa *academic burnout* mencakup tiga aspek yaitu, *exhaustion*, *cynicism*, dan *professional efficacy*. *Exhaustion* diukur dengan hal-hal yang berhubungan dengan kelelahan yang dihasilkan dari beban tugas sekolah. Contohnya seperti perasaan kewalahan, sulit tidur karena khawatir dan merenung. *Cynicism* mencerminkan ketidakpedulian terhadap pekerjaan atau tugas-tugas secara umum, tidak harus terhadap orang lain. Siswa menggunakan jarak kognitif mereka dengan cara mengembangkan sikap acuh tak acuh atau sinisme ketika merasa lelah dan putus asa. *Professional efficacy* merupakan keadaan yang menjadikan siswa sulit untuk merasakan pencapaian ketika merasa lelah. *Professional efficacy* ini memunculkan perasaan tidak kompeten sebagai siswa.

Siswa yang mengalami *academic burnout* ditandai dengan beberapa gejala yaitu, gejala fisik, gejala afektif, dan gejala kognitif (Aypay, 2017). Gejala fisik yang dirasakan dapat berupa kelelahan yang kronis, penurunan energi, pola tidur tidak teratur, serta menurunnya ketahanan terhadap penyakit hingga merasakan nyeri pada kepala, punggung, dan otot. Gejala afektif dicirikan dengan perasaan tidak aman, kurang percaya diri terhadap masa depan, dan terus menerus merasa tegang. Selain itu juga terlihat dari sikap kurang sopan terhadap orang lain dan mengembangkan sikap negatif terhadap persahabatan seperti, mudah tersinggung, mudah marah, dan tidak sabar. Sedangkan gejala kognitif dapat berupa rasa tidak puas terhadap hal-hal yang dikerjakan, menghindari diri dari terlibat dalam tugas dan kegiatan yang berhubungan dengan pembelajaran, dan mengembangkan sikap serta keyakinan negatif terhadap kehidupan dan makna/tujuan nya.

Banyak hal yang dapat memengaruhi terjadinya *academic burnout* pada siswa, baik berupa faktor internal maupun eksternal. Faktor internal yang memengaruhi *academic burnout* siswa diantaranya adalah *self-efficacy* dan *locus of control* (Herawati et al., 2022; Rahman & Djamhoer, 2023). Sedangkan faktor eksternal yang memengaruhi *academic burnout* siswa diantaranya adalah *family support*, dukungan teman sebaya, dan beban akademik (Diyanti, 2022; Ramadhan & Rinaldi, 2022; Zahroh et al., 2023). Menurut Zahroh et al. (2023), beban akademik merupakan faktor terbesar penyebab stres yang mengarah pada *academic burnout*.

Aypay (2017) menyebutkan *academic burnout* dapat menimbulkan akibat seperti ketidakhadiran di sekolah, kehilangan motivasi masuk kelas, hingga putus sekolah. Ketidakhadiran di sekolah merupakan fenomena yang sering ditemui. Berdasarkan data yang

peneliti dapatkan dari Satpol PP Kota Padang, sejak Januari hingga Oktober 2023 telah terjadi 218 kasus penertiban siswa yang berada diluar lingkungan sekolah saat jam pelajaran. Dalam publikasi Humas Satpol PP Kota Padang, selama bulan November 2023 telah dilakukan 4 kali penertiban terhadap siswa yang membolos. Total siswa yang diamankan adalah 30 siswa. Diantaranya terdapat 11 orang siswa SMA dan 16 orang siswa SMK.

Academic burnout berdampak negatif pada akademik, kehidupan sekolah, dan kesehatan psikologis siswa (Gündoğan & Seçer, 2022). Penelitian oleh Privana et al. (2022) menunjukkan bahwa ketika siswa mengalami peningkatan dalam burnout akademik, prestasi akademik siswa akan menurun. Oktia (2022) menemukan bahwa *academic burnout* juga berkorelasi negatif terhadap *School Well-Being*. Dengan demikian, semakin tinggi tingkat *academic burnout* siswa maka *School Well-Being* akan semakin rendah. Hasil penelitian Salmela-Aro et al. (2009) menunjukkan semakin banyak gejala depresi yang dialami siswa, akan semakin tinggi juga tingkat *academic burnout* siswa.

Aypay dan Sever (2015) melakukan penelitian terhadap siswa sekolah menengah atas dengan jenis sekolah yang berbeda di Turki yaitu, Sekolah Menengah Umum, Sekolah Menengah Anatolian, dan Sekolah Menengah Kejuruan khusus Perempuan. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa *academic burnout* yang dialami siswa bervariasi. Hal ini tergantung pada variabel-variabel tertentu seperti jenis kelamin, indeks prestasi akademik, tingkat kelas, dan keikutsertaan siswa dalam program les. Selanjutnya dalam penelitian tersebut, peneliti memberikan saran untuk melakukan penelitian mengenai hubungan antara *academic burnout* dengan karakteristik sosio-kultural siswa, jenis sekolah, dampak dari pendekatan disiplin umum yang diterapkan diberbagai sekolah, dan ukuran sekolah.

Berdasarkan penjabaran diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait perbedaan tingkat *academic burnout* ditinjau dari jenis sekolah. Penelitian ini penting dilakukan karena belum ada penelitian serupa sebelumnya. Dengan hipotesis bahwa terdapat perbedaan tingkat *academic burnout* pada siswa dari jenis sekolah yang berbeda, penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai bahan pertimbangan dalam merancang pencegahan *academic burnout* pada siswa SMA, SMK, dan MA.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan kausal komparatif. Dalam pendekatan ini pengaruh variabel bebas dapat diketahui dengan cara membandingkan dua atau beberapa kelompok (Yusuf, 2014). Dalam penelitian ini peneliti membandingkan tingkat *academic burnout* pada tiga kelompok subjek yang diteliti yaitu, siswa SMA, SMK, dan MA.

Populasi penelitian ini meliputi siswa sekolah menengah dari berbagai jenis sekolah di Sumatera Barat diantaranya, siswa Sekolah Menengah Atas (SMA), Siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK), dan Madrasah Aliyah (MA). Sampel ditentukan melalui teknik sampel *purposive*. Teknik ini diterapkan pada sampel yang karakteristiknya telah ditetapkan terlebih dulu berdasarkan ciri dan sifat populasi (Winarsunu, 2012). Dalam penelitian ini, karakteristik sampel penelitian diantaranya, remaja usia 15-19 tahun, pernah bolos, cabut, atau alfa (tidak hadir tanpa keterangan), serta berdomisili di Sumatera Barat.

Data untuk penelitian ini dikumpulkan secara *online* dengan cara menyebarkan *link google form*. Instrumen atau alat ukur yang digunakan adalah skala *academic burnout* yang diadaptasi oleh Maharani (2019). Skala tersebut diadaptasi dari alat ukur yang dikembangkan Schaufeli et al. (2002), MBI-SS (*Maslach Burnout Inventory-Student Survey*). Setelah data terkumpul, data di analisis dengan teknik *one way-anova* atau anava satu jalur. Dalam pengolahan data, akan digunakan *software Statistical Program for the Social Science* (SPSS) 20.0 *for Windows*.

HASIL

Penelitian ini diikuti oleh 165 remaja usia 15-19 tahun di Sumatera Barat. Penelitian yang dilakukan menemukan bahwa 80% subjek yang merupakan siswa sekolah menengah memiliki tingkat *academic burnout* pada kategori sedang. Hasil analisis deskriptif pada data penelitian menunjukkan secara keseluruhan skor mean rerata empirik *academic burnout* lebih rendah daripada mean rerata hipotetik (41.53 < 45). Hal ini menggambarkan tingkat *academic burnout* responden dalam penelitian ini lebih rendah dibandingkan dengan dugaan peneliti berdasarkan kriteria skala *academic burnout*. Nilai standar deviasi empirik yang lebih rendah daripada hipotetik menggambarkan skor *academic burnout* responden dalam penelitian ini memiliki variasi yang rendah atau cenderung seragam (7.012 < 10).

Nilai rerata hipotetik digunakan untuk melakukan kategorisasi skor *academic burnout* kedalam interval. Kategorisasi yang ditetapkan yaitu, kategori rendah, kategori sedang, dan kategori tinggi. Hasil kategorisasi yang didapatkan antara lain, 15.8% siswa mengalami *academic burnout* pada kategori rendah, 80% pada kategori sedang, dan 4.2% pada kategori tinggi.

Dalam statistik parametrik, data yang terkumpul perlu diuji terlebih dahulu untuk memenuhi beberapa persyaratan, antara lain uji normalitas dan uji homogenitas. Pengujian ini penting guna memastikan data layak untuk dianalisis menggunakan teknik parametrik yang dipilih. Jika data tidak layak, maka harus digunakan teknik analisis non-parametrik yaitu, teknik *Kruskal Wallis* (Yusuf, 2014). Uji normalitas dengan uji Kolmogorov-smirnov menunjukkan nilai signifikansi tiap kelompok responden lebih besar dari 0,05 (sig > 0,05). Hal ini menandakan bahwa uji normalitas terpenuhi dan data dalam penelitian ini berdistribusi normal. Selanjutnya, uji homogenitas dengan uji Levene menunjukkan nilai signifikansi 0,594 dan lebih besar dari 0,05 (sig > 0,05). Hal ini menandakan bahwa uji homogenitas terpenuhi. Dengan demikian, variansi data bersifat homogen.

Setelah melakukan uji prasyarat dan uji tersebut terpenuhi, maka uji hipotesis dilakukan dengan uji *one way* anova. Hasil uji *one way* anova pada tabel 2 menunjukkan nilai signifikansi 0,086 atau lebih besar dari 0,05 (sig > 0,05). Hasil uji *one way* anova dikatakan signifikan apabila nilai sig < 0,05. Hal ini menunjukkan hasil penelitian ini adalah H_0 diterima. Dengan kata lain, tidak terdapat perbedaan yang signifikan tingkat *academic burnout* pada siswa ditinjau dari jenis sekolah. Meskipun tidak terdapat perbedaan yang signifikan, namun kelompok siswa MA memiliki nilai rata-rata *academic burnout* lebih tinggi daripada kelompok siswa lainnya. Nilai rata-rata *academic burnout* kelompok siswa MA adalah 42.42, kelompok siswa SMA 42.27, dan siswa SMK 39.73.

PEMBAHASAN

Hasil analisis data yang telah dijabarkan sebelumnya mengindikasikan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan dalam tingkat *academic burnout* di kalangan siswa pada jenjang pendidikan menengah ketika ditinjau dari jenis sekolah yang mereka tempuh. Berbeda dengan temuan penelitian ini, studi yang dilakukan oleh Pratama (2018) mengungkapkan ada perbedaan signifikan pada tingkat *academic burnout* antara siswa yang tergabung dalam kelas bakat istimewa olahraga dan siswa yang tergabung dalam kelas reguler. Kurikulum kelas bakat

istimewa olahraga dirancang agar berfokus pada pengembangan kemampuan psikomotorik sehingga memiliki mata pelajaran olahraga yang lebih banyak dibandingkan kelas reguler. Sejalan dengan itu, penelitian Zahroh et al. (2023) mengidentifikasi korelasi positif antara beban akademik dengan tingkat *academic burnout* siswa. Dengan adanya perbedaan kurikulum, tuntutan akademik dan beban akademik masing-masing jenis sekolah juga akan berbeda-beda.

Meskipun demikian, hal ini tidak mutlak menentukan bahwa perbedaan jenis sekolah akan menunjukkan adanya perbedaan tingkat *academic burnout*. Temuan penelitian Pratama (2018) menyatakan bahwa siswa yang tergabung dalam kelas bakat istimewa olahraga menunjukkan tingkat *academic burnout* yang lebih rendah daripada siswa kelas reguler. Ditemukan pula meskipun memiliki tuntutan untuk berprestasi dalam bidang olahraga, siswa kelas bakat istimewa olahraga memiliki kesehatan mental yang baik dan mampu memiliki prestasi akademik yang baik pula. Dalam penelitian tersebut terlihat perbedaan kedua kelompok siswa terletak pada tuntutan untuk berprestasi lebuh, khususnya di bidang olahraga. Sedangkan dalam penelitian ini, peneliti tidak menemukan adanya tuntutan untuk berprestasi lebih pada salah satu kelompok siswa. Meskipun masing-masing sekolah merancang kurikulum operasional nya sendiri, tuntutan dan beban akademik yang dirasakan siswa cenderung sama.

Hasil penelitian ini menegaskan bahwa jenis sekolah bukan satu-satunya faktor yang memengaruhi *academic burnout*. Penelitian oleh Yang (2004) menemukan bahwa ada faktor-faktor internal dan eksternal yang dapat memengaruhi tingkat *academic burnout* siswa. Faktor internal *academic burnout* adalah *self-efficacy*. Sedangkan faktor eksternal *academic burnout*, beban akademik dan dukungan sosial. Dalam penelitian tersebut ditarik kesimpulan bahwa beban akademik berpengaruh secara langsung dan positif terhadap *academic burnout*. Temuan tersebut sejalan dengan temuan Zahroh et al. (2023) yaitu, beban akademik yang berlebihan dan tidak terorganisir membuat siswa mengalami *academic burnout.*

Selanjutnya, dalam penelitian Yang (2004) ditemukan bahwa dukungan sosial berpengaruh secara langsung dan negatif terhadap tingkat *academic burnout*. Sejalan dengan itu, penelitian Diyanti (2022) dan Ramadhan & Rinaldi (2022) menemukan dukungan keluarga dan teman sebaya berkorelasi terhadap tingkat *academic burnout* siswa. Semakin positif dukungan yang diterima siswa, akan semakin rendah tingkat *academic burnout* siswa. Dalam penelitian Yang (2004) juga ditemukan bahwa faktor internal seperti *self-efficacy* berpengaruh

secara langsung dan negatif terhadap tingkat *academic burnout* siswa. Sama halnya dengan penelitian tersebut, penelitian Rahman & Djamhoer (2023) menemukan bahwa siswa dengan tingkat *self-efficacy* yang rendah cenderung rentan mengalami *academic burnout*.

KESIMPULAN

Dalam penelitian ini, ditemukan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan pada tingkat *academic burnout* siswa ditinjau dari jenis sekolah. Meskipun demikian, peneliti menemukan bahwa kelompok siswa MA memiliki nilai rata-rata *academic burnout* lebih tinggi daripada kelompok siswa SMA dan SMK. Selain itu, ditemukan pula bahwa sebagian besar siswa SMA, SMK, dan MA mengalami *academic burnout* pada kategori sedang dengan presentase 80% dari jumlah keseluruhan responden. Temuan ini mengindikasikan bahwa diperlukan eksplorasi lebih lanjut terkait kondisi *academic burnout* siswa pada masing-masing kelompok siswa.

DAFTAR PUSTAKA

Aypay, A. (2017). A Positive Model for Reducing and Preventing School Burnout in High School Students. *Kuram ve Uygulamada Egitim Bilimleri*, *17*(4), 1345–1359. https://doi.org/10.12738/estp.2017.4.0173

Aypay, A., & Sever, M. (2015). School As If a Workplace: Exploring Burnout Among High School Students. *Journal of Theory and Practice in Education*, *11*(2), 460–472.

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

Gündoğan, S., & Seçer, İ. (2022). Coping with School Burnout. *Current Approaches in Psychiatry*, *14*(3), 331–339. https://doi.org/10.18863/pgy.1025335

Herawati, A. A., Dharmayana, W., & Bastian, R. (2022). Hubungan Locus Of Control terhadap Academic Burnout Siswa Selama Masa Pandemic Covid-19. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application* , *11*(3), 22–32. https://doi.org/10.15294/ijgc.v11i3.54364

Maharani, D. M. (2019). *Hubungan antara Self-Esteem dengan Academic Burnout pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Semarang Tahun Ajaran 2018/2019* [Skripsi, Universitas Negeri Semarang]. http://lib.unnes.ac.id/id/eprint/32751

Oktia, V. (2022). Pengaruh Academic Burnout dan Academic Engagament terhadap School Well-Being Santri Pesantren. *Nusantara Journal of Behavioral and Social Science*, *1*(3), 89–94. https://doi.org/10.47679/njbss.202213

Pratama, R. I. (2018). Perbedaan Tingkat Kejenuhan Belajar pada Siswa Kelas Bakat Istimewa Olahraga dengan Siswa Kelas Reguler. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, *4*(8), 449–463.

Privana, A. S., Hotifah, Y., & Rahman, D. H. (2022). Hubungan Efikasi Diri dan Academic Burnout dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas XI SMAK St. Albertus Malang. *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, Dan Pengelolaan Pendidikan*, *2*(1), 19–23. https://doi.org/10.17977/um065v2i12022p19-23

Rahman, A., & Djamhoer, T. (2023). Hubungan antara Academic Self Efficacy dengan Academic Burnout. *Bandung Conference Series: Psychology Science*, *3*(1), 267–274. https://doi.org/10.29313/bcsps.v3i1.5275

Ramadhan, M. R., & Rinaldi. (2022). Hubungan antara dukungan teman sebaya dengan burnout akademik pada siswa Madrasah Aliyah Islamic Boarding School Ar-risalah. *Jurnal Riset Psikologi*, *5*(3), 87–98. https://doi.org/http://dx.doi.org/10.24036/jrp.v5i3.13738

Salmela-Aro, K., Kiuru, N., Leskinen, E., & Nurmi, J. E. (2009). School Burnout Inventory (SBI) Reliability and Validity. *European Journal of Psychological Assessment*, *25*(1), 48–57. https://doi.org/10.1027/1015-5759.25.1.48

Santrock, J. W. (2012). *Life-Span Development* (N. I. Sallama, Ed.; Edisi Ketigabelas). Erlangga.

Schaufeli, W. B., Martínez, I. M., Pinto, A. M., Salanova, M., & Barker, A. B. (2002). Burnout and Engagement in University Students a Cross-National Study. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, *33*(5), 464–481. https://doi.org/10.1177/0022022102033005003

Simbolon, P., & Simbolon, N. (2021). Hubungan Academic Burnout dengan Prokastinasi Akademik pada Mahasiswa STIKes Santa Elisabeth Medan. *Jurnal Pendidikan*, *12*(2), 96–107. https://doi.org/http://dx.doi.org/10.31258/jp.12.2.96-107

Supervía, P. U., & Bordás, C. S. (2020). Burnout, goal orientation and academic performance in adolescent students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *17*(18), 1–11. https://doi.org/10.3390/ijerph17186507

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. https://doi.org/10.1016/j.ijedudev.2003.12.001

Yusuf, M. (2014). *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif, dan penelitian gabungan* (Edisi Pertama). Prenadamedia Group.

Zahroh, A. H., Rahman, D. H., & Santoso, D. B. (2023). Kontribusi Beban Akademik dan Manajemen Waktu Terhadap Kejenuhan Akademik Pada Peserta Didik SMKN 6 Malang. *Jurnal Pembelajaran, Bimbingan, Dan Pengelolaan Pendidikan*, *3*(3), 222–232. https://doi.org/10.17977/um065v3i32023p222-232