



PENERAPAN LAYANAN PENGUASAAN KONTEN UNTUK MENGATASI ACADEMIC BURNOUT PADA SISWA DI MASA PANDEMI COVID 19

Munifah¹, Micha Silalahi*², Durrotunnisa Durrotunnisa³, Hasan Hasan⁴

^{1,2,3,4}Universitas Tadulako, Palu, Indonesia

*e-mail: Silalahisinagiro0603@gmail.com

ABSTRAK

Academic burnout yang dialami siswa pada masa covid 19 mengharuskan untuk melaksanakan kegiatan belajar mengajar dilakukan secara *online* sehingga menunjukkan adanya keluhan yang disampaikan oleh siswa diantaranya kelelahan emosi dari segi memahami tugas yang banyak diberikan oleh guru, mengalami kebingungan dalam memahami metode pembelajaran yang baru, kesulitan dalam menggunakan aplikasi platform digital, siswa yang meerasa tidak mampu memahami materi dengan berbeagai tuntutan dan guru terkesan kurang bersemangat mengikuti kegiatan belajar dan mengajar. Ketidakmampuan menyimbangkan waktu dalam proses kegiatan belajar mengajar dan kegiatan sehari-hari. Berdasarkan latar belakang pengabdian, tujuan pengabdian ini untuk mengatasi *academic burnout* pada masa covid 19 dengan menerapkan penggunaan layanan konten. Mitra pengabdian tahun ini merupakan siswa SMA NEGERI 2 PALU. Kegiatan pengabdian ini memiliki tahapan pelaksanaan yang berdasarkan ketetapan yang berlaku. Berdasarkan hasil pengabdian yang dilakukan oleh tim menunjukkan adanya perubahan yang dialami siswa melalui pemahaman cara mengurangi atau menerapkan sehingga terhindar dari *academic burnout*. Kegiatan pengabdian ini juga memiliki dampak terhadap guru dan pihak sekolah juga berdasarkan pemahaman dalam pemberian tugas ataupun terjadinya proses kegiatan belajar mengajar. Dampak tersebut juga dirasakan oleh guru BK dalam pemberian stimulus pengurangan *academic burnout* yang dialami oleh siswa.

Kata kunci: *Layanan Penguasaan Konten, Academic Burout, Pandemi Covid 19*

ABSTRACT

Academic burnout experienced by students during the Covid 19 period required them to carry out teaching and learning activities online so that there were complaints submitted by students including emotional exhaustion in terms of understanding the assignments given by many teachers, experiencing confusion in understanding new learning methods, difficulties in using digital platform applications, students who feel unable to understand material with various demands and teachers seem less enthusiastic about participating in learning and teaching activities. Inability to balance time in the process of teaching and learning activities and daily activities. Based on the background of the service, the purpose of this service is to overcome *academic burnout* during the Covid 19 period by implementing the use of content services. This year's service partners are SMA NEGERI 2 PALU students. This service activity has stages of implementation based on applicable regulations. Based on the results of the dedication carried out by the team, it shows that there are changes experienced by students through understanding how to reduce or implement them so as to avoid *academic burnout*. This service activity also has an impact on teachers and the school is also based on understanding in giving assignments or the process of teaching and learning activities. This impact is also felt by counseling teachers in providing stimulus to reduce *academic burnout* experienced by students

Keywords: *Content Mastery Services, Academic Burnout, Pandemic Covid 19*

1. PENDAHULUAN

Academic burnout yang dialami siswa ataupun para pelajar memiliki dampak terhadap tingkat prestasi akademik di sekolah, hal ini dapat diketahui dari hasil penelitian terdahulu yaitu (Wasito & Yoenanto, 2021) bahwa pengaruh *academic self efficacy* terhadap *academic burnout* yaitu sebesar 60% dan 40% dipengaruhi oleh faktor lain.

Pengaruh bersifat negatif yang memiliki makna semakin tinggi *academic self efficacy* maka semakin rendah *academic burnout* mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dan sebaliknya semakin rendah *academic self efficacy* maka semakin tinggi *academic burnout* mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Menurut (Permatasari, Sutanto, & Ismail, 2021) berdasarkan hasil penelitian disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *online learning self efficacy* dengan *academic burnout* pada mahasiswa di universitas hasanuddin, sehingga hubungan antara kedua variabel tersebut termasuk ke dalam kategori hubungan kuat yang berbanding terbalik, yang memiliki arti semakin tinggi *online learning self efficacy* yang dimiliki mahasiswa, maka semakin rendah *academic burnout* yang dapat dialami oleh mahasiswa atau sebaliknya. Berdasarkan hasil kesimpulan bahwa mahasiswa universitas hasanuddin dapat mengalami *academic burnout* yang cenderung rendah.

Menurut (Toker, 2012) bahwa tingkat *academic burnout* sivitas akademika universitas rata-rata berada pada rata-rata. Berdasarkan temuan penelitian menunjukkan perbedaan diantara dimensi burnout dan gelar akademik. Menurut (Rahmati, 2015) bahwa terdapat hubungan negative dan signifikan antara efikasi diri tinggi, dan komponen *academic burnout*. Menurut (Arlinkasari & Akmal, 2017) berdasarkan kesimpulan menunjukkan hubungan yang signifikan antara *school engagement* dan *academic burnout* pada mahasiswa memiliki korelasi negatif.

Academic burnout masih sesuatu yang baru namun semakin berkembangnya permasalahan *Academic burnout* inilah menjadikan banyaknya penelitian yang berfokus pada penyelesaian atas indikasi permasalahan ini. Berdasarkan pendapat siswa bahwa salah satu penyebab *Academic burnout* yang dialami yaitu tugas yang didapatkan melalui perkuliahan tatap muka tidak sama dengan yang didapatkan selama pembelajaran *online*. Dampak yang terjadi pada masa *covid 19* selain dituntut untuk tetap di rumah saja berdasarkan anjuran pemerintah perkuliahan yang terjadi secara tatap muka pun berubah menjadi kuliah jarak jauh atau *daring*. Tujuan diterapkan agar memutuskan rantai penyebaran *covid 19* namun tetap melakukan perkuliahan.

Siswa merasa bahwa pembelajaran dari rumah terasa lebih berat dari sebelumnya. Penerapan layanan konten diharapkan membantu para siswa mereduksi permasalahan *academic burnout* berdasarkan faktor eksternal dan internal. Berdasarkan wawancara informal yang dilakukan kepada beberapa siswa diantaranya merasa jenuh mengikuti kegiatan belajar mengajar *online*. Hal ini disebabkan karena transformasi metode pembelajaran dari *offline* (tatap muka) ke *online* menyebabkan siswa mengaku mengalami kendala atau hambatan dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar. Contohnya, siswa kerap kali merasa kebingungan dalam menyelesaikan tugas menggunakan *platform digital* sehingga kurang optimal dalam pengerjaannya. Hal tersebut memicu siswa merasa kurang kompeten dalam memenuhi tuntutan studinya Selain itu, kuantitas tugas yang banyak dan kurang stabilnya jaringan internet di wilayah domisili siswa menyebabkan pengerjaan dan pengumpulan tugas menjadi tidak tepat waktu, memicu perasaan lelah, pesimis dan kurang termotivasi untuk menyelesaikan tugas dengan optimal. Berdasarkan dengan realitas yang telah disampaikan, maka perlu diberikan layanan penguasaan konten untuk mengatasi *academic burnout* sebagai upaya untuk membantu para siswa *academic burnout* yang berdasarkan faktor eksternal maupun internal pada masa *covid 19*.

2. METODE

Metode yang dilakukan pada kegiatan pengabdian masyarakat ini ialah dengan metode pelatihan penerapan layanan penguasaan konten dalam mengatasi *academic burnout* pada masa *covid 19*. Kegiatan ini diselenggarakan kepada para siswa yang telah berkoordinasi terlebih dahulu dengan guru BK dan wali kelas serta kepala sekolah ataupun wakil kesiswaan. Kegiatan ini dilakukan selama 2 hari pada bulan Mei hingga Juni 2021 yang dilakukan secara luring dengan sasaran yang mendapatkan penerapan layanan penguasaan konten berjumlah 20 orang siswa SMA Negeri 2 kelas X jurusan IBBU kota palu.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelatihan *academic burnout* yang dilakukan pihak tim pengabdian kepada para siswa yang menunjukkan bahwa materi yang telah disampaikan cukup menarik bagi beberapa siswa walaupun ada beberapa siswa yang belum memahami dan menyadari gejala yang dialami para siswa yaitu *academic burnout*. Kegiatan hari pertama para peserta dihadiri sebanyak 20 orang yang telah dikumpulkan di sebuah ruangan dengan mengikuti protokol kesehatan. Materi yang disampaikan merupakan pemahaman, ciri-ciri dan, penyebab serta tips cara mengatasi *academic burnout*. Kegiatan hari kedua tim pengabdian melakukan pelatihan penerapan layanan penguasaan konten mengatasi *academic burnout* terhadap para peserta yang telah dipilih. Pada kegiatan di hari kedua para siswa terlihat antusias hal ini ditunjukkan melalui bersedia mengambil peran untuk memerankan ciri-ciri yang dialami siswa *academic burnout*, dan keaktifan yang ditunjukkan para peserta pada sesi tanya jawab melalui kesadaran yang diterima siswa melalui dampak pembelajaran daring yang berlangsung pada masa pandemi *covid 19*, diantaranya mengalami kelelahan emosi, fisik, kognitif dan adanya kehilangan motivasi belajar. Seluruh kegiatan ini telah mendapatkan izin dari pihak sekolah.

Hal ini disesuaikan dengan hasil penelitian terdahulu (Fun, Kartikawati, Imelia, & Silvia, 2021) bahwa dukungan social sangat penting dalam menurunkan *academic burnout* terutama dalam bentuk *appraisal support* dan *belonging support* sehingga mendapatkan dukungan sosial guna mendapatkan dukungan sosial agar proses perkuliahan tidak mengalami kendala. Menurut (Asrowi, Susilo, & Hartanto, 2020) mengemukakan bahwa *academic burnout* memang perlu diwaspadai sebagai factor kegagalan peserta didik dalam mencapai prestasi belajar, sehingga dukungan orang tua dapat menolong peserta didik dalam pencapaian prestasi belajar yang merupakan dukungan, perhatian dan emosi yang positif. Menurut (Hasan, Yuwono, Sugiharto, & Sunawan, 2019) bahwa konseling kelompok perilaku kognitif dengan *self instruction* efektif dalam meningkatkan efikasi diri dan menurunkan *academic burnout* dibandingkan dengan kelompok plasebo.

Menurut (Kristina, Loekmono, & Setyorini, 2020) bahwa pengaruh konflik peran terhadap *academic burnout* mahasiswa ekonomi tidak signifikan selain itu ada banyak factor yang terkait dengan pengaruh terhadap *academic burnout* seperti beban kerja, control, penghargaan komunitas, keadilan dan nilai. Menurut Karunia Santi (2019) bahwa angka kejadian gangguan mental emosional pada penduduk dengan usia di atas 14 tahun mengalami peningkatan dari tahun 2013 hingga 2018 dari 6% hingga 8%. Data ini menunjukkan bahwa usia remaja juga merupakan usia menempuh Pendidikan adalah usia yang rentan dengan gangguan mental emosional salah satunya *academic burnout* pada mahasiswa kedokteran yang mengalami. Ungkapkan keunggulan dan kelemahan luaran atau fokus utama kegiatan apabila dilihat kesesuaiannya dengan kondisi masyarakat di lokasi kegiatan. Jelaskan juga tingkat kesulitan pelaksanaan kegiatan maupun produksi barang dan peluang pengembangannya kedepan. Artikel dapat diperkuat dengan dokumentasi yang relevan terkait jasa atau barang sebagai luaran, atau fokus utama kegiatan. Dokumentasi dapat berupa

gambar proses penerapan atau pelaksanaan, gambar prototype produk, tabel, grafik, dan sebagainya.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan kesimpulan hasil kegiatan pengabdian ini seluruh peserta ikut serta yang dilakukan selama 2 hari dimulai dari pemberian materi, melakukan peran pada pada ciri-ciri siswa yang mengalami *academic burnout* hingga pada sesi tanya jawab. Kegiatan pengabdian ini berdasarkan RPL (Rencana Pemberian Layanan) yang telah disusun oleh tim pengabdian.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pengabdian menyampaikan terima kasih kepada pihak yang berpartisipasi dalam kegiatan pengabdian ini mulai dari pihak sekolah hingga ke pihak panitia DIPA (Daftar Isian Pelaksanaan Anggaran) sesuai dengan surat keputusan Rektor Universitas Tadulako berdasarkan nomor surat 3013/UN28/KP/2021 tanggal 23 april 2021 yang telah mengizinkan tim untuk turut berpartisipasi dan membantu tim dalam melaksanakan TriDharma perguruan tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

- Arlinkasari, F., & Akmal, S. Z. (2017). Hubungan antara School Engagement, Academic Self-Efficacy dan Academic Burnout pada Mahasiswa. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 1(2), 81. <https://doi.org/10.28932/humanitas.v1i2.418>
- Asrowi, Susilo, A. T., & Hartanto, A. P. (2020). Academic Burnout Pada Peserta Didik Terdampak Covid-19. *G-COUNS: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 5(1), 123–130.
- Fun, L. F., Kartikawati, I. A. N., Imelia, L., & Silvia, F. (2021). Peran bentuk social support terhadap academic burnout pada mahasiswa Psikologi di Universitas “X” Bandung. *Mediapsi*, 7(1), 17–26. <https://doi.org/10.21776/ub.mps.2021.007.01.3>
- Hasan, Yuwono, D., Sugiharto, P., & Sunawan, &. (2019). Group Counseling with Self Instruction Technique to Enhance Self Efficacy and Reduce Academic Burnout Article Info. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 8 (1), 91–96. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jubk/article/view/27663>
- Kristina, A. D., Loekmono, J. T. L., & Setyorini, S. (2020). The effect of role conflict on academic burnout of undergraduate Economics students. *International Journal of Research in Counseling and Education*, 4(2), 98. <https://doi.org/10.24036/003333za0002>
- Permatasari, N., Sutanto, L., & Ismail, N. S. (2021). Hubungan Efikasi Diri Terhadap Tingkat Kejenuhan Akademik: Studi Empiris Pembelajaran Daring Semasa COVID-19. *Jurnal SosioSains*, 7(1), 36–50.
- Rahmati, Z. (2015). The Study of Academic Burnout in Students with High and Low Level of Self-efficacy. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, Vol. 171, pp. 49–55. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.01.087>
- Toker, B. (2012). Life Satisfaction Among Academicians: An Empirical Study on the Universities of Turkey. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 47(1), 190–195. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.06.637>
- Wasito, A. A., & Yoenanto, N. H. (2021). Pengaruh Academic Self Efficacy Terhadap Academic Burnout Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1(1), 112. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i1.24380>