

Hubungan Persepsi Dukungan Sosial Dengan *Academic Burnout* Pada Mahasiswa Keperawatan Angkatan 2023 Di STIKes Maharani Malang

Rizki Dwi Amiliya¹, Sismala Harningtyas²

^{1,2} STIKes Maharani Malang

Email: rdwi84883@gmail.com

Abstrak

Tekanan akademik yang tinggi selama menempuh pendidikan keperawatan dapat memicu *academic burnout*, terutama apabila mahasiswa merasa kurang mendapatkan dukungan dari lingkungan sekitarnya. Persepsi dukungan sosial menggambarkan penilaian subjektif individu terhadap ketersediaan bantuan dari keluarga, teman, dan orang-orang terdekat, dan diyakini berperan sebagai faktor pelindung terhadap *academic burnout*. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan antara persepsi dukungan sosial dan *academic burnout* pada mahasiswa keperawatan angkatan 2023 di STIKes Maharani Malang. Desain penelitian yang digunakan adalah kuantitatif korelasional dengan pendekatan cross sectional, melibatkan seluruh populasi sebanyak 100 mahasiswa melalui teknik total sampling. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) dan Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS), dengan analisis data menggunakan uji korelasi Spearman Rank. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden memiliki persepsi dukungan sosial rendah (83%) serta mengalami *academic burnout* tinggi (78%). Uji statistik memperlihatkan hubungan yang signifikan antara kedua variabel ($p = 0,000$) dengan koefisien korelasi $r = -0,579$, yang menunjukkan hubungan negatif berkekuatan sedang. Semakin rendah persepsi dukungan sosial yang dirasakan mahasiswa, semakin tinggi tingkat *academic burnout* yang dialami. Temuan ini menegaskan pentingnya penguatan persepsi dukungan sosial dari keluarga, teman, dan lingkungan akademik sebagai upaya pencegahan *academic burnout* pada mahasiswa keperawatan.

Kata Kunci: persepsi dukungan sosial; *academic burnout*; mahasiswa keperawatan

Abstract

High academic pressure during nursing education may trigger *academic burnout*, particularly among students who feel they receive insufficient support from those around them. Perceived social support refers to an individual's subjective evaluation of the help available from family, friends, and significant others, and is considered a protective factor against *academic burnout*. This study aimed to examine the relationship between perceived social support and *academic burnout* among 2023-cohort nursing students at STIKes Maharani Malang. A quantitative correlational design with a cross-sectional approach was employed, involving the entire population of 100 students through total sampling. Data were collected using the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) and the Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS), and analyzed using the Spearman Rank correlation test. The results showed that most respondents had low perceived social support (83%) and experienced high *academic burnout* (78%). Statistical testing revealed a significant relationship between the two variables ($p = 0.000$), with a correlation coefficient of $r = -0.579$, indicating a moderate negative relationship. Lower perceived social support was associated with higher levels of *academic burnout*. These findings highlight the importance of strengthening perceived social support from family, friends, and the academic environment as part of efforts to prevent *academic burnout* among nursing students.

Keywords: perceived social support; *academic burnout*; nursing students

1. PENDAHULUAN

Pendidikan keperawatan menuntut mahasiswa untuk menguasai kompetensi akademik sekaligus keterampilan klinis dalam waktu yang bersamaan, sehingga beban belajar yang dihadapi cenderung lebih berat dibandingkan program studi lain. Tuntutan tugas yang menumpuk, jadwal praktik yang padat, serta ekspektasi untuk selalu tampil kompeten dapat menimbulkan kelelahan yang berkepanjangan, yang dikenal dengan istilah *academic burnout*.

Kondisi ini ditandai oleh kelelahan emosional, sikap sinis terhadap aktivitas akademik, serta menurunnya rasa mampu dalam menyelesaikan tugas perkuliahan.

Fenomena *academic burnout* pada mahasiswa keperawatan telah dilaporkan di berbagai negara. Studi pada 570 mahasiswa keperawatan di tiga perguruan tinggi Brazil mendapati bahwa 64% responden mengalami kelelahan emosional yang ekstrem dan hampir seluruhnya menunjukkan penurunan kinerja akademik [1]. Temuan serupa juga dilaporkan pada mahasiswa keperawatan di Indonesia, dengan sebagian besar responden menunjukkan tingkat burnout akademik yang tergolong tinggi akibat rangkap tuntutan teori dan praktik klinik [2].

Salah satu faktor yang diyakini berperan sebagai pelindung terhadap *academic burnout* adalah persepsi dukungan sosial, yaitu penilaian subjektif individu terhadap ketersediaan bantuan emosional maupun instrumental dari keluarga, teman, dan orang-orang terdekat [3]. Menurut pendekatan ini, dukungan sosial tidak hanya ditentukan oleh ada tidaknya bantuan secara objektif, melainkan oleh bagaimana individu merasakan dan memaknai dukungan tersebut ketika dibutuhkan. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa dengan persepsi dukungan sosial yang kuat cenderung lebih mampu mengelola tuntutan akademik dan lebih jarang mengalami burnout [4], sedangkan persepsi dukungan sosial yang rendah berkaitan dengan meningkatnya risiko kelelahan akademik pada mahasiswa keperawatan [5].

Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada mahasiswa keperawatan angkatan 2023 di STIKes Maharani Malang menemukan bahwa dari 16 mahasiswa yang diwawancarai, 11 di antaranya mengeluhkan kelelahan emosional, kesulitan berkonsentrasi, dan kurangnya minat belajar, serta merasa tidak mendapat cukup perhatian dari lingkungan sekitarnya. Kondisi ini mengindikasikan adanya kesenjangan antara dukungan yang tersedia dan dukungan yang benar-benar dirasakan oleh mahasiswa.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara persepsi dukungan sosial dan *academic burnout* pada mahasiswa keperawatan angkatan 2023 di STIKes Maharani Malang, dengan harapan hasilnya dapat menjadi dasar bagi institusi pendidikan maupun tenaga keperawatan dalam merancang upaya pencegahan *academic burnout* melalui penguatan persepsi dukungan sosial.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasional dengan pendekatan cross sectional, yang bertujuan mengukur hubungan antara persepsi dukungan sosial dan *academic burnout* pada satu titik waktu yang sama.

Populasi penelitian adalah seluruh mahasiswa keperawatan angkatan 2023 di STIKes Maharani Malang yang berjumlah 100 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik non-probability sampling jenis total sampling, sehingga seluruh anggota populasi dilibatkan sebagai responden penelitian.

Persepsi dukungan sosial diukur menggunakan kuesioner Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) yang terdiri atas 18 pernyataan dengan tiga dimensi, yaitu dukungan keluarga, dukungan teman, dan dukungan orang spesial, sedangkan *academic burnout* diukur menggunakan Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS) yang terdiri atas 19 pernyataan dengan tiga dimensi yaitu exhaustion, cynicism, dan inefficacy. Kedua instrumen menggunakan skala Likert empat poin dan telah teruji validitas serta reliabilitasnya pada penelitian sebelumnya, dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,918 untuk kuesioner dukungan sosial dan 0,901 untuk kuesioner *academic burnout*, yang tergolong sangat tinggi [6].

Data dikumpulkan secara langsung melalui pengisian kuesioner berbasis google form yang diisi mandiri oleh responden setelah mendapatkan penjelasan penelitian dan menandatangani lembar persetujuan (informed consent). Analisis data dilakukan secara univariat

untuk mendeskripsikan karakteristik responden serta distribusi masing-masing variabel, dan secara bivariat menggunakan uji korelasi Spearman Rank untuk menguji hubungan antara persepsi dukungan sosial dan *academic burnout*, dengan tingkat kemaknaan $p < 0,05$. Penelitian ini telah dinyatakan lolos kaji etik oleh Komite Etik Penelitian Kesehatan Universitas Noor Huda Mustofa dengan nomor keterangan 3163/KEPK/UNIV-NHM/EC/III/2026.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Karakteristik responden berdasarkan usia dan jenis kelamin disajikan pada Tabel 1

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia dan Jenis Kelamin

Karakteristik	Kategori	f	%
Usia	18–21 tahun	82	82,0
	22–25 tahun	18	18,0
Jenis Kelamin	Laki-laki	17	17,0
	Perempuan	83	83,0
Total		100	100,0

Tabel 1 menunjukkan bahwa hampir seluruh responden berusia 18–21 tahun (82,0%) dan mayoritas berjenis kelamin perempuan (83,0%), yang mencerminkan komposisi umum mahasiswa program studi keperawatan yang didominasi oleh perempuan pada rentang usia dewasa awal.

Persepsi Dukungan Sosial dan *Academic burnout*

Tabel 2. Distribusi Persepsi Dukungan Sosial dan *Academic burnout*

Kategori	Dukungan Sosial (f)	%	<i>Academic burnout</i> (f)	%
Rendah	83	83,0	3	3,0
Sedang	11	11,0	19	19,0
Tinggi	6	6,0	78	78,0
Total	100	100,0	100	100,0

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki persepsi dukungan sosial pada kategori rendah (83,0%), sedangkan untuk *academic burnout*, mayoritas responden berada pada kategori tinggi (78,0%). Pola ini konsisten dengan penelitian pada mahasiswa keperawatan di institusi lain, yang juga menemukan proporsi burnout tinggi paling dominan pada kelompok dengan persepsi dukungan sosial rendah [5]. Kondisi ini menggambarkan bahwa mayoritas mahasiswa belum merasakan dukungan yang optimal dari keluarga, teman, maupun orang-orang terdekat selama menjalani pendidikan keperawatan, sehingga kerentanan terhadap tekanan akademik menjadi lebih tinggi.

Tabel 3. Hasil Analisis Bivariat persepsi Dukungan Sosial dengan *Academic burnout*

Variabel	N	r	p
Persepsi Dukungan Sosial – <i>Academic burnout</i>	100	-0,579	0,000

Uji Hasil uji korelasi Spearman Rank pada Tabel 3 menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) dengan koefisien korelasi $r = -0,579$, yang berarti terdapat hubungan signifikan berarah negatif dengan kekuatan sedang antara persepsi dukungan sosial dan *academic burnout* pada mahasiswa keperawatan angkatan 2023 di STIKes Maharani Malang. Semakin rendah persepsi dukungan sosial yang dirasakan mahasiswa, semakin tinggi tingkat *academic burnout* yang

dialami, dan sebaliknya.

Hasil ini sejalan dengan pendekatan buffering hypothesis yang menjelaskan bahwa persepsi dukungan sosial berfungsi sebagai penyangga yang dapat meredam dampak negatif tekanan akademik terhadap kondisi psikologis mahasiswa [7]. Ketika mahasiswa merasa kurang didukung oleh keluarga, teman, maupun orang terdekat, mereka lebih rentan mengalami perasaan terisolasi dan kewalahan yang pada akhirnya bermanifestasi sebagai kelelahan emosional, sikap sinis, dan penurunan rasa mampu dalam menjalani perkuliahan.

Temuan ini turut memperkuat hasil penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa mahasiswa dengan persepsi dukungan sosial rendah cenderung mengalami peningkatan stres akademik [8] dan lebih berisiko mengalami *academic burnout* dibandingkan mahasiswa yang merasa mendapat dukungan emosional maupun instrumental yang memadai [9]. Dari sudut pandang psikologi kognitif, cara individu memaknai dukungan yang diterimanya turut menentukan respons emosional yang muncul; mahasiswa yang mempersepsikan kurangnya dukungan cenderung memiliki strategi coping yang kurang efektif sehingga lebih rentan mengalami kelelahan mental [10].

Hasil serupa juga ditemukan pada mahasiswa keperawatan di konteks lain, di mana dukungan sosial terbukti memediasi hubungan antara ketangguhan pribadi dan *academic burnout* [11], serta pada mahasiswa yang menjalani kuliah sambil bekerja, di mana dukungan sosial yang dirasakan berkontribusi menekan tingkat burnout akademik meskipun beban tanggung jawab mereka lebih kompleks [12].

Peneliti berpendapat bahwa tingginya angka *academic burnout* pada mahasiswa keperawatan angkatan 2023 di STIKes Maharani Malang tidak semata disebabkan oleh berat ringannya beban akademik, tetapi juga oleh sejauh mana mahasiswa merasa memiliki tempat bersandar ketika menghadapi tekanan tersebut. Padatnya jadwal kuliah dan praktik klinik dapat membatasi waktu mahasiswa untuk berinteraksi dengan keluarga maupun teman sebaya, sehingga dukungan yang sesungguhnya tersedia tidak selalu dirasakan secara optimal. Kondisi ini berpotensi menimbulkan siklus yang saling memperkuat, di mana rendahnya persepsi dukungan sosial meningkatkan risiko burnout, sementara burnout yang tinggi selanjutnya dapat menurunkan kemampuan mahasiswa untuk membangun hubungan sosial yang suportif.

Penelitian ini memiliki sejumlah keterbatasan, di antaranya desain cross sectional yang hanya menggambarkan hubungan pada satu titik waktu sehingga tidak dapat menjelaskan perubahan dinamis dari kedua variabel, serta cakupan penelitian yang terbatas pada satu angkatan di satu institusi sehingga generalisasi hasil perlu dilakukan secara hati-hati.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa keperawatan angkatan 2023 di STIKes Maharani Malang memiliki persepsi dukungan sosial dalam kategori rendah dan mengalami *academic burnout* dalam kategori tinggi. Hasil uji Spearman Rank menunjukkan adanya hubungan yang signifikan berarah negatif dengan kekuatan sedang antara kedua variabel ($r = -0,579$; $p = 0,000$), yang berarti semakin rendah persepsi dukungan sosial yang dirasakan mahasiswa maka semakin tinggi tingkat *academic burnout* yang dialami. Temuan ini menegaskan bahwa persepsi dukungan sosial merupakan salah satu faktor protektif penting yang perlu diperkuat, baik melalui peran keluarga, teman sebaya, maupun institusi pendidikan, guna menekan risiko *academic burnout* pada mahasiswa keperawatan. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain longitudinal serta melibatkan variabel lain seperti beban akademik dan strategi coping agar diperoleh gambaran yang lebih menyeluruh mengenai faktor-faktor yang memengaruhi *academic burnout* pada mahasiswa keperawatan.

5. DAFTAR PUSTAKA

- [1] R. M. Da Silva, C. T. Goulart, L. F. D. Lopes, P. M. Serrano, A. L. S. Costa, and L. de Azevedo Guido, "Hardy personality and burnout syndrome among nursing students in three Brazilian universities: An analytic study," *BMC Nursing*, vol. 13, p. 9, 2014.
- [2] A. N. Firdausi, R. I. Fitryasari, D. Tristiana, R. Fauziningtyas, and D. C. Thoma, "Self-efficacy and social support have relationship with *academic burnout* in college nursing students," *Indicators*, vol. 24, p. 25, 2023.
- [3] Y. Suha, F. A. Nauli, and D. Karim, "Gambaran burnout pada mahasiswa jurusan keperawatan," *Community of Publishing in Nursing (COPING)*, vol. 10, no. 3, pp. 282–290, 2022.
- [4] C. E. Cutrona, "Objective determinants of perceived social support," *Journal of Personality and Social Psychology*, vol. 50, no. 2, p. 349, 2016.
- [5] L. F. Fun et al., "Peran bentuk social support terhadap *academic burnout* pada mahasiswa Psikologi di Universitas X Bandung," *Mediapsi*, 2021.
- [6] S. S. Damayanti, R. Issriviatingrum, and M. Abdurrouf, "Hubungan Dukungan Sosial dengan *Academic burnout* Pada Mahasiswa Keperawatan," *Quantum Wellness: Jurnal Ilmu Kesehatan*, vol. 2, no. 1, pp. 134–143, 2025.
- [7] L. Muflihah and S. I. Savira, "Pengaruh Persepsi Dukungan Sosial Terhadap Burnout Akademik Selama Pandemi," *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, vol. 8, no. 2, pp. 201–211, 2021.
- [8] A. R. Fadillah, "Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap *Academic burnout* Pada Mahasiswa Rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang," *Skripsi*, UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, pp. 53–58, 2022.
- [9] D. J. Berdida, V. Lopez, and R. A. N. Grande, "Nursing students' perceived stress, social support, self-efficacy, resilience, mindfulness and psychological well-being: A structural equation model," *International Journal of Mental Health Nursing*, 2023.
- [10] N. Hidayati and A. Kurniawan, "Hubungan persepsi dukungan sosial dengan stres akademik pada mahasiswa," *Jurnal Psikologi*, vol. 17, no. 2, pp. 123–130, 2021.
- [11] R. Dewi and B. Susanto, "Peran Persepsi Dukungan Sosial dalam Mencegah *Academic burnout* pada Mahasiswa Tingkat Akhir," *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, vol. 8, no. 1, pp. 112–125, 2021.
- [12] L. Azizah and Y. Hartono, "Hubungan antara Persepsi Dukungan Sosial dengan Coping Strategy pada Mahasiswa yang Menyusun Skripsi," *Jurnal Psikologi*, vol. 12, no. 2, pp. 45–53, 2020.
- [13] H. O. Kim and I. Lee, "The mediating effects of social support on the influencing relationship between grit and *academic burnout* of the nursing students," *Nursing Open*, vol. 9, no. 5, 2022.
- [14] F. Kauwer and N. W. Astuti, "Hubungan dukungan sosial terhadap *academic burnout* pada mahasiswa yang kuliah sambil bekerja," *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, vol. 10, no. 4, 2025.
- [15] S. Yusriyyah, D. Nugraha, and S. Jundiah, "Hubungan stres akademik dengan *academic burnout* pada mahasiswa program studi sarjana keperawatan Universitas Bhakti Kencana," *Indonesian Journal of Nursing and Health Sciences*, vol. 4, no. 1, pp. 173–181, 2022.
- [16] A. Pratama and S. Wulandari, "Pengaruh Persepsi Dukungan Sosial Keluarga dan Teman Sebaya terhadap Tingkat Stres Akademik," *Jurnal Pendidikan dan Psikologi*, vol. 5, no. 3, pp. 78–89, 2023.
- [17] M. Sari and D. Putra, "Analisis Hubungan Persepsi Dukungan Sosial dengan *Academic*

- burnout* pada Mahasiswa," Jurnal Psikologi Pendidikan, vol. 15, no. 2, pp. 33–41, 2022.
- [18] N. P. Sari and R. M. Putri, "Hubungan dukungan sosial dengan stres akademik pada mahasiswa," Jurnal Keperawatan Indonesia, vol. 25, no. 2, pp. 123–130, 2022.
- [19] N. N. D. Putri and M. Yasmin, "*Academic burnout* in View of Gender in Post-Pandemic Padang State University Students," Psycho Holistic, vol. 5, no. 1, pp. 17–23, 2023.
- [20] T. H. Putri, Z. Masitoh, and F. Khalid, "Faktor yang mempengaruhi *academic burnout* pada mahasiswa keperawatan," Jurnal Keperawatan Jiwa, vol. 11, no. 2, pp. 379–386, 2023.