



## Hubungan *Locus Of Control* terhadap *Academic Burnout* Siswa Selama Masa Pandemi *Covid-19*

Anna Ayu Herawati<sup>1</sup>, I Wayan Dharmayana<sup>2</sup>, Riki Bastian<sup>3</sup>

1 Universitas Bengkulu,

2 Universitas Bengkulu,

3 Universitas Bengkulu

### Info Artikel

Sejarah artikel:

Diterima

5 Desember 2022

Disetujui

13 Desember 2022

Dipublikasi

31 Desember 2022

### Keywords:

*Locus of control, academic burnout*

*Pandemic covid-19.*

### Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh banyaknya siswa mengalami tekanan tuntutan studi yang tinggi, menurunnya semangat belajar, susah berkonsentrasi dalam mengerjakan tugas, dan merasa jenuh saat jam pelajaran secara daring. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan hubungan antara *locus of control* dengan *academic burnout* siswa kelas XI di SMK Negeri 4 Kota Bengkulu. Populasi pada penelitian ini yaitu 255 siswa dan sampel pada penelitian berjumlah 155 siswa diambil dengan teknik *proporsional random sampling* dari seluruh jurusan pada kelas XI. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan skala likert yaitu angket *locus of control* dengan hasil uji reliabilitas sebesar 0,914 dan angket *academic burnout* sebesar 0,918. Data dianalisis menggunakan korelasi regresi linier sederhana. Hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya hubungan negatif dan signifikan antara *locus of control* dengan *academic burnout* *pearson correlation* -0,676 dengan tingkat signifikansi sebesar  $0,000 < 0,005$ . Dapat disimpulkan jika semakin tinggi tingkat *locus of control* maka akan semakin rendah tingkat *academic burnout*, sebaliknya semakin rendah tingkat *locus of control* maka akan semakin tinggi tingkat *academic burnout*.

### Abstract

This research is motivated by the number of students experiencing the pressure of high study demands, decreased enthusiasm for learning, difficulty concentrating on assignments, and feeling bored during online lessons. This study aims to describe the relationship between locus of control and academic burnout of class XI students at SMK Negeri 4 Bengkulu City. The population in this study was 255 students and the sample in this study amounted to 155 students taken by proportional random sampling technique from all majors in class XI. The instrument in this study uses a Likert scale, namely a locus of control questionnaire with a reliability test result of 0.914 and an academic burnout questionnaire of 0.918. Data were analyzed using simple linear regression correlation. The results of this study indicate that there is a negative and significant relationship between locus of control and academic burnout Pearson correlation -0.676 with a significance level of  $0.000 < 0.005$ . It can be concluded that the higher the locus of control level, the lower the level of academic burnout, on the contrary, the lower the level of locus of control, the higher the level of academic burnout.

**How to cite:** Herawati, A., Dharmayana, I., & Bastian, R. (2022). Hubungan Locus Of Control terhadap Academic Burnout Siswa Selama Masa Pandemi Covid-19. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 11(3). <https://doi.org/10.15294/ijgc.v11i3.54364>



This article is licensed under: CC-BY

Universitas Negeri Semarang 2022

e-ISSN 2597-6133, p-ISSN 2252-6374

✉ Alamat korespondensi:  
[annaayuherawati@unib.ac.id](mailto:annaayuherawati@unib.ac.id)  
Universitas Bengkulu

## PENDAHULUAN

Belajar merupakan pokok dari kegiatan akademik dan dibutuhkan bagi setiap siswa untuk meningkatkan ilmu pengetahuan, keterampilan serta mengembangkan kemampuannya dalam proses pendidikan di sekolah. Demi mencapai tujuan dalam pendidikan seperti yang tercantum di UU Nomor 20 Pasal 3 Tahun 2003 (dalam Irianto, 2011:3) tujuan pendidikan adalah untuk menumbuhkan potensi siswa agar menjadi orang yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, serta menjadi warga negara yang demokratis dan bertanggung jawab. Hal ini berarti, tercapai tidaknya tujuan pendidikan tergantung pada proses belajar siswa selaku subjek aktivitas pendidikan. Sehubungan dengan hal tersebut, siswa menghabiskan banyak waktu untuk belajar dengan harapan dapat memenuhi tujuan pendidikan serta meraih prestasi akademik yang baik.

Pada umumnya prestasi akademik dilihat sebagai salah satu cara terbaik untuk menjamin kesuksesan di masa depan. Seperti yang diungkapkan Hwang (dalam M. Y. Lee et al., 2020:185) Alasan utama siswa sekolah menengah atas di Korea belajar terlalu keras adalah agar dapat berprestasi, ini terkait dengan kepercayaan sosial yang ada bahwa memasuki universitas bergengsi dapat menjamin kesuksesan di masa depan. Namun, pada prosesnya beberapa dari mereka malah mengalami kejenuhan dan stress yang berkepanjangan terutama pada anak-anak sekolah menengah atas. Penelitian yang dilakukan oleh J. Lee et al., (2013:1027) menunjukkan anak-anak dan remaja di Korea sangat rentan mengalami *academic burnout* dengan tingkat ketidakefektifan dan kelelahan pada kelas 9 sampai 10.

Sebuah hasil survei lain, yang diterbitkan oleh surat kabar *The China Post* dari Soong (dalam Shih, 2015:123) menunjukkan sebanyak 2.133 siswa di Taiwan 61,9% diantaranya bersekolah di sekolah-sekolah yang padat untuk melengkapi pendidikan reguler mereka, 35,9% merasa lelah setelah seharian belajar, 21,9% berpendapat sekolah adalah beban berat bagi mereka dan 19,4% lainnya merasa stress diluar dari beban fisik dan mental mereka. Hal ini berarti banyak siswa yang

beranggapan bahwa sekolah sebagai beban berat, hanya untuk melengkapi pendidikan formal mereka, merasa terbebani dan lelah baik secara fisik maupun mental hal ini disebabkan oleh tingginya tuntutan studi dan besarnya ekspektasi orang tua terhadap prestasi akademik siswa. Tekanan tuntutan studi yang tinggi dan dorongan sosial secara berlebihan pada kenyataannya membuat siswa menjadi tertekan secara psikologis yang mengakibatkan mereka rentan mengalami rasa lelah atau jenuh atau yang biasa disebut *academic burnout*. Seperti pendapat dari Schaufeli et al, (dalam Oyoo, Mwaura, & Kinai., 2018:188) *burnout academic* digambarkan sebagai perasaan jenuh karena tuntutan studi yang tinggi, bersikap acuh pada tugas-tugas akademik, dan perasaan pesimis pada tugas.

*Academic burnout* juga terjadi di Indonesia seperti pada penelitian yang dilakukan Trisnawati (2020:58) yang dilakukan pada 60 siswa SMP Negeri 2 Pedamaran menunjukkan pada kategori dengan presentase sebesar tinggi 45%. Pada penelitian lainnya yang dilakukan oleh Herawati et al., (2020:46) di Universitas Bengkulu Prodi BK dengan 38 mahasiswa sebagai sampel menjelaskan bahwa tingkat *academic burnout* berada pada kategori sedang dengan persentase 34,22%. Dharmayana & Herawati (2021:495) sebagai dampak dari pandemi covid-19 ini mempengaruhi segala sektor kehidupan salah satunya bidang pendidikan seperti penentuan metode pembelajaran yang tepat pada situasi saat ini dan kendala dalam komunikasi antara orang tua dan guru dalam pembelajaran, pemerintah menghentikan program pembelajaran tatap muka dan menggantinya dengan daring. Dengan menggunakan dari pembelajaran secara daring justru menyebabkan masalah-masalah baru salah satunya kasus *burnout academic* masih sering terjadi baik dari kalangan mahasiswa maupun siswa tak terkecuali di SMK Negeri 4 Kota Bengkulu.

Berdasarkan pengamatan yang dilakukan saat kegiatan magang II selama 2 bulan di kelas XI SMK Negeri 4 Kota Bengkulu dari tanggal 5 Oktober sampai dengan 5 Desember 2020 memperlihatkan bahwa *academic burnout* atau kelelahan akademik juga menjadi permasalahan yang dialami oleh para siswa. Hal ini ditandai dengan menurunnya semangat belajar, susah berkonsentrasi dalam mengerjakan tugas, semakin banyak siswa yang tidak mengikuti jam pelajaran, tidak mengerjakan dan memberikan respon baik saat guru memberikan tugas saat dilakukannya pembelajaran secara daring. Menurut Yang Hj (dalam Rad et al., 2017:312) siswa yang mengalami *academic burnout* menunjukkan gejala penurunan minat belajar, kurangnya konsentrasi pada tugas kelas, partisipasi kelas yang diminimalkan, dan ketidakmampuan dalam memperoleh pengetahuan yang dimaksudkan (*dekonseptualisasi*). Slivar (dalam Lian et al., 2014:1) berpendapat

bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi individu mengalami *academic burnout* yaitu *locus of control*. Ini menunjukkan bahwa faktor individu yang mempengaruhi kelelahan atau kejenuhan salah satunya adalah *locus of control*.

Sardogan (dalam Fatimah et al., 2019:30) menjelaskan *locus of control* adalah bagian dari karakter pribadi, sehingga memiliki kepercayaan pada kemampuan saat ini dan masa depan. Sedangkan, Rotter (dalam Hartiningtyas, Purnomo, & Elmungsyah, 2016:1129) menjelaskan *locus of control* merupakan gambaran tentang sejauh mana seseorang yakin bahwa semua perbuatan yang dilakukannya berperan dalam membentuk setiap kejadian yang ada disekitarnya. Menurut Crider (dalam Widyastuti & Widyowati, 2015:86) Individu dengan *locus of control* tinggi juga memiliki sifat yaitu, pekerja keras, berinisiatif tinggi, dapat memecahkan masalah secara mandiri, berfikir efektif dan persepsi keberhasilan. Keyakinan akan kemampuan dan usaha mendorongnya untuk bekerja keras, memiliki inisiatif melakukan hal-hal baru secara mandiri dalam mencapai tujuannya salah satunya di bidang akademik. Salah satu pentingnya *locus of control* dalam diri siswa memiliki manfaat dapat mengontrol dan memotivasi siswa agar menekan emosi negatif yang disebabkan oleh tuntutan studi yang tinggi. Hal ini berarti jika semakin tinggi kemampuan mengontrol dan memotivasi diri sendiri, dapat mencegah kejenuhan dalam bidang akademik (*academic burnout*) yang bersumber dari tuntutan studi yang tinggi.

Berdasarkan latar belakang di atas dan pengamatan yang dilakukan saat kegiatan magang II selama 2 bulan di kelas XI SMK Negeri 4 Kota Bengkulu. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk membuktikan adanya Hubungan *Locus Of Control Terhadap Academic Burnout Siswa Selama Masa Pandemic Covid-19 Kelas XI Di SMK Negeri 4 Kota Bengkulu*. Penelitian menjadi penting dikarenakan hasil dari penelitian ini dapat memberikan implikasi bagi guru BK dalam merumuskan upaya mengembangkan *locus of control* untuk mengurangi *academic burnout* yang merupakan salah satu permasalahan dalam bidang bimbingan dan konseling.

## METODE

Penelitian ini adalah penelitian korelasional dengan metode kuantitatif. Sugiyono (2013:8) menjelaskan bahwa metode penelitian kuantitatif merupakan metode penelitian dengan pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Penelitian ini dianggap penelitian kuantitatif karena hasil dari penelitian berupa data numerik yang dianalisis menggunakan analisis statistik dengan tujuan mendapatkan bukti adanya hubungan antara

variabel, besar kecilnya tingkat hubungan dan memperoleh kejelasan hubungan secara signifikan antara variabel saling berhubungan atau sebagai bentuk hubungan sebab akibat yang dapat dideskripsikan. Populasi penelitian ini adalah siswa di kelas XI di SMK 4 Kota Bengkulu dengan jumlah 255 siswa yang diambil berdasarkan data dari pihak tata usaha. Sampel penelitian pada penelitian ini berjumlah 155 siswa diambil dengan menggunakan teknik *proporsional random sampling*

Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner atau angket, yaitu angket *locus of control* dengan indikator sebagai berikut : internal, kekuatan oranglain, dan kesempatan. Sedangkan angket *academic burnout* terdiri dari indikator yaitu: kelelahan emosional, sinisme, dan ketidakefektifan. Pengujian validitas pada kuisoner menggunakan validasi ahli yang selanjutnya di uji coba kelas bukan kelas populasi/sampel selanjutnya diolah dengan perhitungan statistik program aplikasi SPSS 24.0 untuk dilakukan uji daya beda. Azwar (dalam Khalif & Abdurrohman, 2019:246) kriteria pemilihan aitem uji daya beda berdasarkan korelasi item  $r_{xy} > 0,30$  dianggap memenuhi kriteria dan item akan dianggap tidak memenuhi kriteria uji daya beda jika  $r_{xy} < 0,30$ . Dalam angket *academic burnout* yang diberikan untuk 58 siswa dengan 50 butir angket, terdapat 12 butir gugur dengan nomor item 3,7,9,14,19,24,30,33,34,40,41,42. Sehingga, diperoleh 38 butir yang lulus uji daya beda serta pada angket *locus of control* yang diberikan ke 58 siswa yang terdiri dari 40 butir angket, terdapat 12 butir gugur dengan nomor item 6,7,10,14,17,23,26,30,31,34,37,38. Sehingga, diperoleh 28 butir item yang lulus uji daya beda. Berdasarkan hasil uji reliabilitas *Cronbach's Alpha academic burnout* sebesar 0,918 atau lebih besar dari 0,70 yang berarti instrumen *academic burnout* yang digunakan memiliki reabilitas yang baik. Sedangkan hasil uji reliabilitas *cronbach's alpha locus of control* sebesar 0,914 atau lebih besar dari 0,70 yang berarti instrumen *locus of control* yang digunakan memiliki reabilitas yang baik.

## HASIL

### 1. Deskripsi Variabel *Academic Burnout*

Variabel *academic burnout* diukur dengan 38 butir angket. Berdasarkan perhitungan, kategorisasi data *academic burnout* seperti pada tabel berikut :

**Tabel 1.** Statistik Deskriptif Variabel *Academic Burnout*

Variabel	N Item	N	Skor			
			Max	Min	Mean ( $\mu$ )	SD( $\sigma$ )
<i>Academic Burnout</i>	38	155	170	66	114,26	27,48

Berdasarkan tabel 1. diperoleh kategori skor siswa yang mengalami *academic burnout*, minimum, maksimum, mean dan SD. Skor minimum sebesar 66, maksimum sebesar 170 dengan mean sebesar 114,26 serta standar deviasi sebesar 27,48.

**Tabel 2.** Kategorisasi Data *Academic Burnout*

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Presentase(%)
Sangat Rendah	≤75	15	9,7%
Rendah	76-113	54	34,8%
Tinggi	114-151	63	40,6%
Sangat Tinggi	152≥	23	14,8%
Total		155	100%

Dari tabel 2. dapat diketahui siswa memiliki tingkat *academic burnout* pada kategori sangat rendah adalah 15 siswa atau sebesar 9,7%, 54 siswa atau sebesar 34,8% memiliki tingkat *academic burnout* pada kategori rendah, 63 siswa atau sebesar 40,6% memiliki tingkat *academic burnout* pada kategori tinggi dan selebihnya sebanyak 23 siswa atau sebesar 14,8% memiliki tingkat *academic burnout* pada kategori ST. Jadi, dapat disimpulkan variabel *academic burnout* siswa dikategorikan tinggi dengan presentase sebesar 40,6%.

## 2. Deskripsi Variabel *Locus Of Control*

Variabel *locus of control* diukur dengan 28 butir angket. Berdasarkan perhitungan, kategorisasi data *locus of control* seperti pada tabel berikut :

**Tabel 3.** Statistik Deskriptif Variabel *Locus Of Control*

Variabel	N Item	N	Skor			
			Max	Min	Mean (μ)	SD(σ)
<i>Locus Of Control</i>	28	155	127	53	84,52	18,75

Berdasarkan tabel 3 diperoleh kategori skor siswa yang mengalami *academic burnout*, minimum, maksimum, mean dan SD. Skor minimum sebesar 53, maksimum sebesar 127 dengan mean sebesar 87,52 serta standar deviasi sebesar 18,75.

**Tabel 4.** Kategorisasi Data *locus of control*

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Presentase(%)
Sangat Rendah	≤ 55	8	5,2%
Rendah	56-83	75	48,4%
Tinggi	84-111	53	34,2%
Sangat Tinggi	112≥	19	12,2%
Total		155	100%



Berdasarkan arja 4 dapat diketahui bahwa sebanyak 8 siswa atau 5,2% memiliki tingkat *locus of control* pada kategori sangat rendah, 75 siswa atau sebesar 48,4% memiliki tingkat *locus of control* pada kategori rendah, 53 siswa atau sebesar 34,2% memiliki tingkat *locus of control* pada kategori tinggi dan selebihnya sebanyak 19 siswa atau sebesar 12,2% memiliki tingkat *locus of control* pada kategori sangat tinggi. Dapat disimpulkan bahwa *locus of control* siswa dikategorikan rendah dengan presentase sebesar 48,4%.

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara *locus of control* dengan *academic burnout* dengan memakai uji regresi linier sederhana dan aplikasi *Statistical packages for social science* (SPSS) pada laptop. Hanief & Himawanto (2017:96) menjelaskan bahwa persamaan regresi linier digunakan untuk mengetahui adanya hubungan yang berpengaruh secara kausal (sebab-akibat) antara variabel *x Locus of Control* (sebab) dan variabel *y Academic Burnout* (akibat).

**Tabel 5.** Hasil Uji Korelasi Antara Locus of Control dengan Academic Burnout Siswa

Correlations			
		Locus of Control	Academic Burnout
Locus of Control	Pearson Correlation	1	-,676**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	155	155
Academic Burnout	Pearson Correlation	-,676**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	155	155

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Dari tabel 5 diketahui nilai pearson correlation dari *Locus of Control* (X) dan *Academic Burnout* (Y) memiliki nilai -,676 serta diketahui nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$  Maka dapat disimpulkan bahwa variabel *Locus of Control* (X) memiliki hubungan yang signifikan dengan *Academic Burnout* (Y). Maka  $H_0$  ditolak, yang berarti  $H_a$  diterima dan dapat disimpulkan bentuk hubungan antara kedua variabel adalah negatif. semakin tinggi tingkat *locus of control* maka akan semakin rendah tingkat *academic burnout*, sebaliknya semakin rendah tingkat *locus of control* maka akan semakin tinggi tingkat *academic burnout*.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan riset yang telah dilakukan oleh peneliti, didapatkan hasil bahwa *locus of control* memiliki hubungan yang negatif dengan tingkat *academic burnout* siswa. Hal ini dapat dipahami bahwa tinggi rendahnya *locus of control* siswa berpengaruh yang signifikan dengan tingkat *academic burnout* yang dialami siswa tersebut. Semakin siswa memiliki *locus of control* yang eksternal maka

semakin tinggi tingkat *academic burnout* yang dialami. *Academic burnout* sangat berkaitan dengan area *locus of control internal* siswa, siswa seringkali diharapkan dapat memenuhi beban tugas yang banyak secara bersamaan, dengan begitu menimbulkan kondisi kejenuhan dalam belajar siswa. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Suherman dkk (2019) yang menyatakan bahwa tinggi rendahnya tingkat internal locus of control dapat mempengaruhi stres akademik siswa yang tentunya berakhir pada kejenuhan dalam belajar atau disebut dengan istilah *academic burnout*.

Menurut Leiter & Maslach (1988:297) menjelaskan *burnout* sebagai sindrom dari kelelahan secara emosional, depersonalisasi dan penurunan rasa pencapaian pribadi yang terjadi pada individu dalam kapasitas tertentu. Hal ini sejalan dengan yang disampaikan oleh Rad et al., (dalam Orpina & Prahara, 2019:120) yang mendefinisikan *academic burnout* sebagai perasaan yang tidak diinginkan dan perasaan tidak efisien yang muncul akibat kurangnya minat seseorang dalam memenuhi tugas, rendahnya motivasi, dan kelelahan karena persyaratan pendidikan.

Siswa yang memiliki *locus of control internal* memiliki prinsip bahwa mereka memiliki peran yang sangat besar untuk mempengaruhi peristiwa besar yang mereka alami. Dengan begitu siswa cenderung mempercayai bahwa kemampuan atau keberhasilan yang dicapai merupakan peran dari kemampuan dalam dirinya sendiri. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Umam, dkk (2021) bahwa pandangan seseorang terhadap sesuatu itu sangat berdampak atau sangat berpengaruh terhadap peristiwa maupun perilaku yang dilaluinya. Jika siswa memiliki locus of control eksternal cenderung menganggap apapun yang terjadi merupakan hasil dari peran atau kontribusi lingkungan di sekitarnya, seperti nasib yang baik, keberuntungan semata dan faktor keberuntungan lainnya yang berasal dari luar diri. Hal ini tentu berdampak pula pada proses pembelajaran yang berakhir pada kejenuhan belajar. Menurut Sujadi & Setioningsih (2018) *locus of control* yang dimiliki seseorang akan mempengaruhi bagaimana seseorang tersebut bersikap dan bertindak, jika seseorang memiliki *locus of control internal* maka ia akan meyakini bahwa dirinya memiliki potensi dan peran besar terhadap pencapaian yang dimiliki.

Hasil penelitian ini memberikan sumbangan pada perencanaan layanan bimbingan dan konseling di sekolah agar siswa dapat lebih memahami *locus of control* yang berpengaruh untuk mengurangi tingkat *academic burnout* dalam diri siswa tersebut. Berkaitan dengan penelitian ini pemberian layanan informasi perlu diselenggarakan untuk membekali individu dengan berbagai pengetahuan, memberikan pengarahan agar peserta didik dapat menentukan tindakan dan perilaku yang baik.



Materi layanan bimbingan konseling yang dapat memberikan pemahaman pentingnya memiliki kepribadian positif agar siswa dapat menjadi pribadi yang lebih mengandalkan diri sendiri, aktif, pekerja keras, serta berfikir kreatif. Layanan lainnya yang bisa diberikan adalah bimbingan kelompok dengan topik tugas yang membahas hal-hal yang dapat menumbuhkan kembangkan kepribadian positif seperti lebih percaya pada diri sendiri, dapat mengendalikan emosi dan membaca situasi dilingkungan agar dapat lebih mampu menganalisis situasi dengan lebih baik serta cermat terhadap lingkungan akademik yang memungkinkan individu untuk merespons tuntutan akademik secara lebih baik dan mengurangi penyebab terjadinya *academic burnout*. Kemudian dapat dilanjutkan dengan pemberian layanan konseling kelompok maupun konseling individu untuk mengentaskan hambatan atau masalah yang ada berkaitan dengan tingginya tingkat *academic burnout* pada siswa.

## SIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini adalah tingkat *locus of control* siswa selama masa pandemic covid-19 kelas XI di SMK Negeri 4 Kota Bengkulu tergolong rendah serta tingkat *academic burnout* siswa selama masa pandemic covid-19 kelas XI di SMK Negeri 4 Kota Bengkulu tergolong tinggi. Selain itu, *locus of control* dan *academic burnout* pada siswa memiliki hubungan negatif yang kuat dengan nilai *pearson correlation*  $-.676$  yang memiliki makna semakin tinggi tingkat *locus of control* maka akan semakin rendah tingkat *academic burnout*, sebaliknya semakin rendah tingkat *locus of control* maka akan semakin tinggi tingkat *academic burnout*, dengan nilai signifikansi antara *locus of control* dan *academic burnout* sebesar  $0,000 < 0,005$ .

Penelitian selanjutnya diharapkan mampu menerapkan teknik yang sesuai dengan kondisi *locus of control* siswa melalui pendekatan teknik konseling yang sesuai kebutuhan. Dapat pula melakukan penelitian lebih lanjut mengenai perbedaan *locus of control* siswa ditinjau dari jenis kelamin dan juga perbandingannya terhadap tingkat kejenuhan belajar siswa. Melalui hasil riset ini, diharapkan bagi Guru BK dapat memanfaatkan data riset yang ada untuk melakukan pengembangan layanan BK yang berorientasi pada kebutuhan siswa.

## DAFTAR PUSTAKA

- Dharmayana, I. W., & Herawati, A. A. (2021). *Descriptive Evaluative Study on the Implementation of Online Learning During the COVID-19 Pandemic in the Courses of Guidance and Counseling Profession*. 532, 495–501. <https://doi.org/dx.doi.org/10.2991/assehr.k.210227.085>
- Fatimah, S., Suherman, M. M., Rohaeti, E. E., Duntari, R. A. A., & Hidayat, R. (2019). Hubungan Internal Locus of Control Dengan Stres Akademik Siswa Sman 2 Cimahi. *Psikodidaktika: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan Dan Konseling*, 4(1), 27–35.

- <https://doi.org/doi.org/10.32663/psikodidaktika.v4i1.788>
- Hanief, Y. N., & Himawanto, W. (2017). *Statistik Pendidikan*. Yogyakarta: Budi Utama. <https://doi.org/10.31227/osf.io/judwx>
- Hartiningtyas, L., Purnomo, & Elmuningsyah, H. (2016). Hubungan Antara Self Regulated Learning Dan Locus of Control Internal Dengan Kematangan Vokasional Siswa Smk. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, Dan Pengembangan*, 1(6), 1127–1136. <https://doi.org/dx.doi.org/10.17977/jp.v1i6.6457>
- Herawati, A. A., Afriyati, V., Habibah, S., & Pratiwi, C. (2020). Efektifitas Penggunaan Media Pembelajaran Berbasis Blended Learning untuk Mengurangi Burnout Belajar Pada Perkuliahan Bimbingan dan Konseling Keluarga di Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas Bengkulu. *Educational Guidance and Counseling Development Journal*, 3(2), 40–48. <https://doi.org/dx.doi.org/10.24014/egcdj.v3i2.10784>
- Irianto, A. (2011). *Pendidikan Sebagai Investasi dalam Pembangunan Suatu Bangsa*. Jakarta : Kencana.
- Khalif, A., & Abdurrohman, A. (2019). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kebahagiaan Pada Narapidana Di Lapas Perempuan Kelas II A Semarang. *Psisula: Prosiding Berkala Psikologi*, 1, 240–253. <https://doi.org/dx.doi.org/10.30659/psisula.v1i0.7717>
- Lee, J., Puig, A., Lea, E., & Lee, S. M. (2013). Age-Related Differences In Academic Burnout Of Korean Adolescents. *Journal of Adolescence*, 50(4), 274–283. <https://doi.org/https://doi.org/10.1002/pits.21723>
- Lee, M. Y., Lee, M. K., Lee, M. J., & Lee, S. M. (2020). Academic Burnout Profiles and Motivation Styles Among Korean High School Students. *Japanese Psychological Research*, 62(3), 184–195. <https://doi.org/10.1111/jpr.12251>
- Lian, P., Sun, Y., Ji, Z., Li, H., & Peng, J. (2014). Moving Away From Exhaustion: How Core Self-Evaluations Influence Academic Burnout. *PLoS ONE*, 9(1), 1–5. <https://doi.org/doi.org/10.1371/journal.pone.0087152>
- Maslach, C., & Leiter, M. P. (1997). *The Truth About Burnout: How Organizations Cause Personal Stress and What to Do About It*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Orpina, S., & Prahara, S. A. (2019). Self-Efficacy dan Burnout Akademik pada Mahasiswa yang Bekerja. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 3(2), 119–130.
- Oyoo, S. A., Mwaura, P. M., & Kinai, T. (2018). Academic Resilience As A Predictor Of Academic Burnout Among Form Four Students In Homa-Bay County, Kenya. *International Journal of Education and Research*, 6(3), 187–200.
- Rad, M., Shomoossi, N., Rakhshani, M. H., & Sabzevari, M. T. (2017). Psychological Capital and Academic Burnout in Students of Clinical Majors in Iran. *Acta Facultatis Medicae Naissensis*, 34(4), 311–319. <https://doi.org/doi.org/10.1515/afmnai-2017-0035>
- Shih, S. S. (2015). An Investigation Into Academic Burnout Among Taiwanese Adolescents From The Self-Determination Theory Perspective. *Social Psychology of Education*, 18(1), 201–219. <https://doi.org/10.1007/s11218-013-9214-x>
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

- Sujadi, E., & Setioningsih, L. (2018). Perbedaan Locus of Control ditinjau dari Etnis. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Terapan*, 2(2), 128-138.
- Trisnawati, F. (2020). Gambaran Perilaku Burnout Di SMP Negeri 2 Pedamaran. *Jurnal Wahana Konseling*, 3(1), 53–62. <https://doi.org/doi.org/10.31851/juang.v3i1.4893>
- Umam, K., Darminto, E., & Budiyanto, B. (2021). Hubungan Persepsi terhadap Kompetensi Konselor dan Fungsi BK Dengan Minat Konseling pada Peserta Didik SMPN Surabaya. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 10(2), 13-23.
- Widyastuti, N., & Widyowati, A. (2015). Hubungan Antara Locus of Control Internal Dengan Kematangan Karir Pada Siswa Smk N 1 Bantul. *Humanitas*, 12(2), 82–89. <https://doi.org/dx.doi.org/10.26555/humanitas.v12i2.3835>