MUSYTARI
ISSN : 3025-9495
Neraca Akuntansi Manajemen, Ekonomi
Vol 25 No 1 Tahun 2025
Prefix DOI : 10.8734/mnmae.v1i2.359

MODEL HUBUNGAN ANTARA BEBAN AKADEMIK, TEKANAN SOSIAL & HARAPAN LINGKUNGAN, DAN KUALITAS PENGAJARAN DOSEN TERHADAP BURNOUT MAHASISWA UNTAG MELALUI STRES AKADEMIK DAN MOTIVASI BELAJAR DENGAN DUKUNGAN SOSIAL SEBAGAI VARIABEL MODERASI

Cindy Eka Puspitasari[1], Hwihanus[2]
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
1222400100@surel.untag-sby.ac.id hwihanus@untag-sby.ac.id

Abstract

This study aims to analyze the effects of academic workload, social pressure and environmental expectations, and lecturer teaching quality on academic burnout among students of Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, with academic stress and learning motivation as mediating variables and social support as a moderating variable. The research employs a quantitative explanatory approach, using primary data collected through a structured questionnaire with a five-point Likert scale administered to active students who have completed at least one semester, selected through purposive sampling. The data were analyzed using validity and reliability tests as well as structural model analysis. The results indicate that academic workload and social pressure have a significant effect on academic stress, while lecturer teaching quality plays a role in reducing academic stress. Academic stress is proven to increase the risk of academic burnout, whereas learning motivation functions as a protective factor that reduces burnout. In addition, social support is able to weaken the relationship between academic stress and academic burnout. This study is expected to provide theoretical contributions and practical implications for higher education institutions in designing academic policies that support students' well-being and academic performance

Keywords: Academic Workload, Academic Stress, Learning Motivation, Social Support, Academic Burnout

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh beban akademik, tekanan sosial dan harapan lingkungan, serta kualitas pengajaran dosen terhadap burnout akademik mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, dengan stres akademik dan motivasi belajar sebagai variabel mediasi serta dukungan sosial sebagai variabel moderasi. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif eksplanatori dengan data primer yang diperoleh melalui survei kuesioner ber-skala Likert lima poin kepada mahasiswa aktif yang telah menempuh minimal satu semester, menggunakan teknik purposive sampling. Data dianalisis melalui uji validitas dan reliabilitas serta pengujian model struktural. Hasil penelitian menunjukkan bahwa beban akademik dan tekanan sosial berpengaruh signifikan terhadap stres akademik, sementara kualitas pengajaran dosen berperan dalam menurunkan stres akademik. Stres akademik terbukti meningkatkan risiko burnout akademik, sedangkan motivasi belajar berfungsi sebagai faktor protektif yang menurunkan burnout. Selain itu, dukungan sosial mampu melemahkan hubungan antara stres akademik dan burnout akademik. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis dan implikasi praktis bagi perguruan tinggi dalam merancang kebijakan akademik yang mendukung kesejahteraan dan kinerja akademik mahasiswa

Article history
Received: Desember 2025
Reviewed: Desember 2025
Published: Desember 2025

Plagirism checker no 80
Doi : prefix doi : 10.8734/musytari.v1i2.365
Copyright : author
Publish by : musytari

This work is licensed under a creative commons attribution-noncommercial 4.0 international license

MUSYTARI
ISSN : 3025-9495
Neraca Akuntansi Manajemen, Ekonomi
Vol 25 No 1 Tahun 2025
Prefix DOI : 10.8734/mnmae.v1i2.359

Kata Kunci: Beban Akademik, Stres Akademik, Motivasi Belajar, Dukungan Sosial, Burnout Akademik	

1. Pendahuluan

Perkembangan pendidikan tinggi saat ini memaksa mahasiswa untuk bisa menghadapi tuntutan akademik dan non-akademik secara bersamaan. Para mahasiswa tidak hanya harus menyelesaikan tugas kuliah, mengikuti ujian, dan memahami materi yang semakin rumit, tetapi juga menghadapi tekanan sosial dan harapan dari lingkungan sekitar yang terus meningkat. Situasi ini membuat mahasiswa rentan mengalami tekanan psikologis yang berkepanjangan, dan jika terus berlanjut, bisa menyebabkan burnout akademik. Burnout adalah gejala psikologis yang ditandai oleh kelelahan emosional, motivasi yang menurun, sikap pesimis, dan perasaan tidak mampu, yang bisa merugikan kinerja akademik dan kesehatan mental mahasiswa.

Beban akademik yang berat sering kali menjadi penyebab utama stress pada mahasiswa. Banyaknya tugas, keterbatasan waktu, serta frekuensi ujian yang tinggi membuat mahasiswa merasa kewalahan dan lelah secara mental. Selain itu, tekanan sosial dan harapan dari orang tua, dosen, atau lingkungan sekitar juga bisa memperparah suasana psikologis mahasiswa. Tekanan sosial seperti perbandingan dengan teman sebaya dan tuntutan untuk mencapai prestasi akademik yang tinggi bisa memicu stress dan kecemasan terutama jika kemampuan pribadi tidak sejalan dengan harapan eksternal. Penumpukan tekanan tersebut berpotensi meningkatkan stress akademik yang menjadi faktor utama timbulnya burnout.

Di sisi lain, kualitas pengajaran dosen juga sangat penting dalam membentuk pengalaman belajar mahasiswa. Kualitas pengajaran seperti kejelasan dalam penyampaian materi, kesamaan dalam penilaian, ketersediaan dosen, dan umpan balik yang konstruktif bisa sangat mempengaruhi tingkat stres akademik mahasiswa. Metode pengajaran yang buruk bisa menyulitkan mahasiswa dalam memahami materi, menimbulkan frustrasi dan stres, sementara metode yang baik bisa membantu mengurangi stres dan meningkatkan motivasi belajar. Oleh karena itu, stres akademik dan motivasi belajar dianggap sebagai variabel yang menghubungkan antara faktor-faktor akademik dan sosial dengan burnout mahasiswa.

Selain faktor-faktor tersebut, dukungan sosial juga memiliki peran penting dalam membantu mahasiswa menghadapi tekanan akademik. Dukungan dari teman, keluarga, dan komunitas akademik bisa menjadi faktor pelindung yang mengurangi efek negatif dari stres dan burnout. Dukungan emosional, bantuan praktis, serta perasaan dihargai bisa meningkatkan ketahanan mental dan mekanisme penanganan masalah mahasiswa. Berdasarkan fenomena ini, penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh beban akademik, tekanan sosial dan harapan lingkungan, serta kualitas pengajaran dosen terhadap burnout akademik mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya melalui stres akademik dan motivasi belajar, dengan dukungan sosial sebagai variabel pengaruh, agar bisa memberikan kontribusi teoretis dan praktis dalam usaha meningkatkan kualitas kesehatan mental mahasiswa.

2. Tinjauan Pustaka

Diffusion of Innovations Theory (Teori Difusi Inovasi)

Teori Diffusion of Innovations dikembangkan oleh Rogers dan menjelaskan bagaimana sebuah inovasi diperkenalkan, beredar, dan diterima oleh individu atau kelompok dalam sebuah masyarakat. Teori ini menyatakan bahwa penerimaan inovasi tidak terjadi sekaligus, melainkan melalui berbagai tahap secara bertahap, serta dipengaruhi oleh sifat inovasi itu sendiri dan karakteristik orang yang menerimanya.

Menurut Rogers, ada lima ciri utama dari sebuah inovasi yang berpengaruh terhadap seberapa cepat atau besar tingkat penerimaannya, yaitu keunggulan relatif (keistimewaan

MUSYTARI
ISSN : 3025-9495
Neraca Akuntansi Manajemen, Ekonomi
Vol 25 No 1 Tahun 2025
Prefix DOI : 10.8734/mnmae.v1i2.359

dibandingkan yang lama), kesesuaian dengan nilai dan kebutuhan pengguna, tingkat kesulitan dalam penggunaan, kesempatan untuk mencoba, serta kemudahan dalam melihat hasilnya.
Semakin tinggi keyakinan seseorang terhadap keunggulan dan kemudahan inovasi tersebut, semakin besar kemungkinan orang tersebut menerimanya.

Dalam penelitian ini, teori Diffusion of Innovations digunakan untuk menjelaskan bagaimana individu menerima dan menggunakan teknologi baru atau praktik baru dalam kehidupan sehari-hari, termasuk dalam mengelola keuangan dan membuat keputusan.
Proses penyebaran inovasi ini membantu memahami perbedaan tingkat penerimaan pengguna serta faktor-faktor yang mendorong atau menghalangi penerimaan inovasi tersebut.

Technology Acceptance Model (TAM)

Model Penyelesaian Teknologi (TAM) pertama kali diperkenalkan oleh Davis sebagai cara untuk memahami faktor-faktor yang memengaruhi seseorang dalam menerima dan menggunakan teknologi. Model ini menjelaskan bahwa ada dua hal utama yang memengaruhi keinginan dan sikap seseorang dalam menggunakan teknologi, yaitu persepsi kemanfaatan dan persepsi kemudahan penggunaan.

Persepsi kemanfaatan berarti sejauh mana seseorang merasa bahwa menggunakan suatu teknologi bisa membantu meningkatkan pekerjaannya.
Sementara itu, persepsi kemudahan penggunaan merujuk pada keyakinan seseorang bahwa teknologi tersebut mudah dipahami dan digunakan tanpa perlu usaha yang terlalu besar. Kedua faktor ini akan membentuk sikap seseorang terhadap teknologi, yang selanjutnya memengaruhi keinginan dan tindakan mereka dalam menggunakan teknologi tersebut.

Dalam penelitian ini, TAM digunakan sebagai dasar teori untuk memahami bagaimana individu menerima teknologi, terutama teknologi yang berhubungan dengan keuangan dan pengambilan keputusan.
Persepsi kemanfaatan dan kemudahan penggunaan dianggap sangat penting dalam mendorong seseorang untuk terus menggunakan teknologi.

Theory of Planned Behavior (TPB)

Teori Perilaku yang Diperencanaan (TPB) diciptakan oleh Ajzen dan menjelaskan bahwa tindakan seseorang dipengaruhi oleh keinginan (niat) untuk melakukan tindakan tersebut. Niat seseorang dalam melakukan suatu tindakan dibentuk oleh tiga faktor utama, yaitu sikap terhadap tindakan, norma subjektif, dan persepsi kontrol perilaku.

Sikap terhadap tindakan menunjukkan penilaian seseorang tentang suatu tindakan, apakah dianggap baik atau buruk. Norma subjektif berkaitan dengan tekanan dari orang-orang di sekitar seseorang untuk melakukan atau tidak melakukan suatu tindakan. Sementara itu, persepsi kontrol perilaku menunjukkan seberapa besar seseorang merasa mampu dan memiliki kemampuan serta sumber daya untuk melakukan tindakan tersebut.

Dalam penelitian ini, TPB digunakan untuk menjelaskan tindakan seseorang dalam menerapkan teknologi maupun dalam merencanakan dan mengelola keuangan pribadi.
Faktor sikap, tekanan sosial, dan kemampuan diri menjadi bagian penting yang membentuk keinginan dan tindakan nyata seseorang.

Teori Perencanaan Keuangan dan Manajemen Keuangan Pribadi

Perencanaan keuangan merupakan proses sistematis dalam mengelola pendapatan, pengeluaran, tabungan, investasi, serta perlindungan risiko untuk mencapai tujuan keuangan jangka pendek maupun jangka panjang. Perencanaan keuangan yang baik membantu individu dalam mengalokasikan sumber daya keuangan secara efektif dan rasional.

Manajemen keuangan pribadi mencakup kemampuan individu dalam mengatur keuangan sehari-hari, seperti pengendalian pengeluaran, pengelolaan utang, kebiasaan menabung, serta pengambilan keputusan keuangan yang bertanggung jawab. Tingkat literasi dan kesadaran keuangan yang baik akan meningkatkan kualitas manajemen keuangan pribadi seseorang.

MUSYTARI
ISSN : 3025-9495
Neraca Akuntansi Manajemen, Ekonomi
Vol 25 No 1 Tahun 2025
Prefix DOI : 10.8734/mnmae.v1i2.359

Dalam penelitian ini, teori perencanaan keuangan dan manajemen keuangan pribadi digunakan untuk menjelaskan bagaimana individu menyadari pentingnya perencanaan keuangan serta bagaimana praktik pengelolaan keuangan dipengaruhi oleh faktor pengetahuan, sikap, dan penggunaan teknologi pendukung.

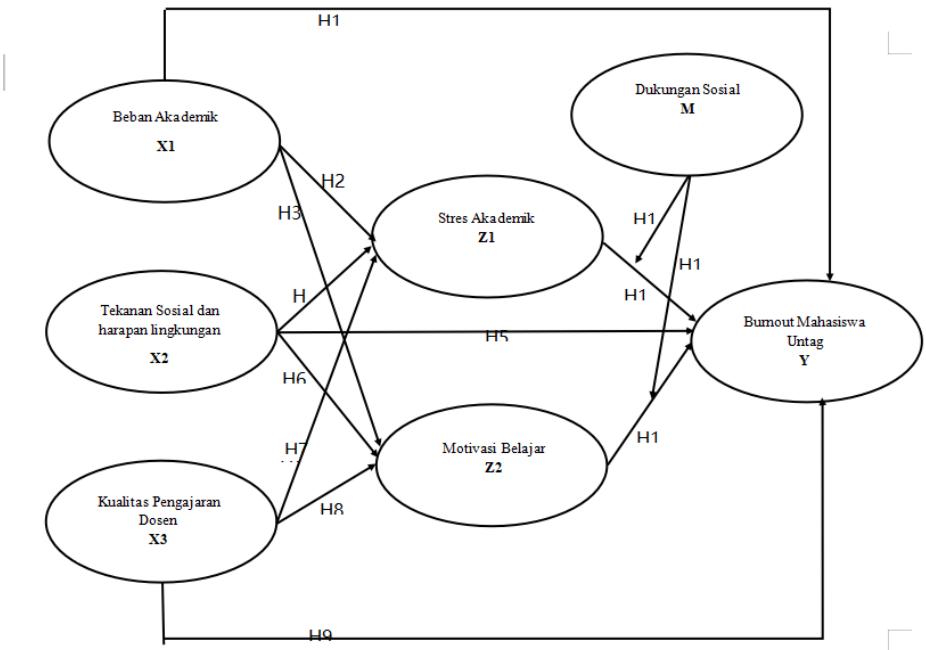
Penelitian Terdahulu yang Relevan

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa cara seseorang menerima teknologi sangat dipengaruhi oleh bagaimana mereka melihat manfaat teknologi tersebut dan seberapa mudah teknologi itu digunakan, sesuai dengan model penerimaan teknologi. Penelitian lain juga menemukan bahwa faktor seperti norma sosial dan bagaimana seseorang melihat kemampuan untuk mengendalikan perilaku mereka memainkan peran penting dalam menentukan keinginan seseorang untuk menggunakan teknologi atau menerapkan kebiasaan keuangan tertentu, sesuai dengan teori perilaku yang direncanakan.

Selain itu, penelitian tentang perencanaan keuangan menunjukkan bahwa orang-orang yang memiliki kemampuan dan kesadaran keuangan yang lebih tinggi biasanya mampu mengelola keuangan pribadinya dengan lebih baik. Penggunaan inovasi dan teknologi dalam bidang keuangan juga terbukti bisa meningkatkan kemampuan mengelola uang, terutama jika didukung oleh sikap yang baik dan kemampuan mengendalikan diri yang cukup.

Berdasarkan penelitian-penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa menggabungkan teori difusi inovasi, penerimaan teknologi, perilaku yang direncanakan, serta konsep perencanaan dan pengelolaan keuangan pribadi adalah dasar yang relevan untuk menganalisis perilaku individu dalam penelitian ini.

HIPOTESA



Variabel	Notasi	Indikator
Beban Akademik (X1)	X1.1	Jumlah tugas per mata kuliah
	X1.2	Kesulitan materi perkuliahan
	X1.3	Waktu pengerjaan tugas

MUSYTARI
ISSN : 3025-9495
Neraca Akuntansi Manajemen, Ekonomi
Vol 25 No 1 Tahun 2025
Prefix DOI : 10.8734/mnmae.v1i2.359

Variabel	Notasi	Indikator
	X1.4	Banyaknya mata kuliah yang diambil
	X1.5	Frekuensi ujian dan tenggat
Tekanan Sosial dan harapan langsung (X2)	X2.1	Tuntutan orang tua
	X2.2	Perbandingan dengan teman
	X2.3	Tekanan untuk berprestasi
	X2.4	Harapan sosial
	X2.5	Kekhawatiran dinilai buruk
Kualitas Pengajaran Dosen (X3)	X3.1	Kejelasan penyampaian
	X3.2	Ketersediaan dosen
	X3.3	Variasi metode pengajaran
	X3.4	Keadilan penilaian
	X3.5	Umpan balik
Stres Akademik (Z1)	Z1.1	Ketegangan Sosial
	Z1.2	Kekhawatiran nilai
	Z1.3	Kewalahan tuntutan
	Z1.4	Kesulitan mengatur waktu
	Z1.5	Gejala fisik
Motivasi belajar (Z2)	Z2.1	Tujuan Akademik
	Z2.2	Ketekunan
	Z2.3	Minat belajar
	Z2.4	Kesiapan pembelajaran
	Z2.5	Usaha Ekstra
Dukungan Sosial (M)	M1.1	Dukungan Emosuonal
	M1.2	Bantuan praktis
	M1.3	Rasa dihargai
	M1.4	Tempat bercerita
	M1.5	Komunitas Pendukung
Burnout Akademik (Y)	Y1.1	Kelelahan
	Y1.2	Kehilangan Motivasi
	Y1.3	Sinisme
	Y1.4	Perasaan tidak mampu
	Y1.5	Penurunan percaya diri

PERUMUSAN HIPOTESIS PENELITIAN

H1: Beban akademik (X1) memengaruhi stres akademik (Z1) dengan cara positif.
H2: Tekanan sosial dan harapan langsung (X2) juga memengaruhi stres akademik (Z1) secara positif.
H3: Kualitas pengajaran dosen (X3) justru mengurangi stres akademik (Z1) dengan cara negatif.
H4: Stres akademik (Z1) berdampak positif terhadap burnout akademik (Y).
H5: Motivasi belajar (Z2) justru mengurangi burnout akademik (Y) secara negatif.

MUSYTARI
ISSN : 3025-9495
Neraca Akuntansi Manajemen, Ekonomi
Vol 25 No 1 Tahun 2025
Prefix DOI : 10.8734/mnmae.v1i2.359

H6: Stres akademik (Z1) juga berdampak negatif terhadap motivasi belajar (Z2).
H7: Beban akademik (X1) berpengaruh positif terhadap burnout akademik (Y).
H8: Tekanan sosial dan harapan langsung (X2) juga memengaruhi burnout akademik (Y) dengan cara positif.
H9: Kualitas pengajaran dosen (X3) justru mengurangi burnout akademik (Y) secara negatif.
H10: Beban akademik (X1) memengaruhi burnout akademik (Y) secara positif melalui stres akademik (Z1).
H11: Tekanan sosial dan harapan langsung (X2) berdampak positif pada burnout akademik (Y) melalui stres akademik (Z1).
H12: Kualitas pengajaran dosen (X3) memengaruhi burnout akademik (Y) melalui stres akademik (Z1).
H13: Dukungan sosial (M) memengaruhi bagaimana stres akademik (Z1) memengaruhi burnout akademik (Y).
· H1–H6 → pengaruh langsung
· H7–H9 → pengaruh langsung tambahan (bisa saja ada, tapi kuat)
· H10–H12 → pengaruh tidak langsung (melalui variabel lain)
· H13 → pengaruh yang diubah-ubah (moderasi)

3. Metodologi Penelitian

Jenis dan Pendekatan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian explanatory research. Pendekatan kuantitatif dipilih karena tujuan penelitian ini adalah untuk menguji hubungan sebab-akibat antar variabel yang telah ditentukan dalam model penelitian. Penelitian explanatory research digunakan untuk menjelaskan pengaruh Beban Akademik, Tekanan Sosial, Harapan Langsung, serta Kualitas Pengajaran Dosen terhadap Burnout Akademik Mahasiswa, baik secara langsung maupun tidak langsung melalui Stres Akademik dan Motivasi Belajar, dengan Dukungan Sosial sebagai variabel yang memoderasi hubungan tersebut.

Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Lokasi penelitian dipilih karena relevansi topik penelitian dengan fenomena yang diteliti, yaitu burnout akademik yang dialami mahasiswa. Pengumpulan data berlangsung selama sekitar dua minggu pada semester yang sedang berlangsung dalam tahun akademik penelitian.

Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi dalam penelitian ini mencakup semua mahasiswa yang sedang berkuliah aktif di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya. Sampel merupakan bagian dari populasi yang dipilih sebagai responden dalam penelitian. Metode yang digunakan untuk memilih sampel adalah purposive sampling, yaitu metode pemilihan sampel berdasarkan pertimbangan tertentu sesuai dengan tujuan penelitian.

Kriteria yang harus dipenuhi oleh responden dalam penelitian ini adalah:

1. Merupakan mahasiswa aktif di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
2. Telah menempuh perkuliahan selama minimal satu semester.
3. Bersedia menjadi responden dan mengisi kuesioner secara lengkap.

Jumlah sampel ditentukan berdasarkan kebutuhan analisis data menggunakan *Structural Equation Modeling* (SEM) atau PLS.

Diperlukan minimal 60 responden agar hasil pengujian model menjadi lebih stabil dan mewakili kondisi populasi secara keseluruhan.

Jenis dan Sumber Data

Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer. Sumber data didapat langsung dari responden melalui pengisian kuesioner yang berisi beberapa pernyataan terkait variabel-

MUSYTARI
ISSN : 3025-9495
Neraca Akuntansi Manajemen, Ekonomi
Vol 25 No 1 Tahun 2025
Prefix DOI : 10.8734/mnmae.v1i2.359

variabel yang diteliti.

Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dilakukan dengan cara survei menggunakan kuesioner yang sudah disusun secara terstruktur. Kuesioner itu dibagikan secara langsung atau melalui media online. Setiap pertanyaan dalam kuesioner diukur dengan menggunakan skala Likert yang memiliki lima tingkatan, yaitu: 1 = Sangat Tidak Setuju, 2 = Tidak Setuju, 3 = Netral, 4 = Setuju, 5 = Sangat Setuju.

Definisi Operasional Variabel

Definisi operasional variabel digunakan untuk memberikan batasan dan penjelasan mengenai variabel penelitian agar dapat diukur secara nyata dalam penelitian**.**

1. Beban Akademik (X1)

Beban akademik adalah tingkat tuntutan yang dirasakan mahasiswa selama masa perkuliahan.
Indikatornya mencakup jumlah tugas per mata kuliah, kesulitan materi kuliah, waktu untuk menyelesaikan tugas, jumlah mata kuliah yang diambil, dan frekuensi ujian serta tenggat waktunya.

2. Tekanan Sosial dan Harapan Langsung (X2)

Tekanan sosial dan harapan langsung adalah tekanan psikologis yang muncul dari orang tua, teman, serta lingkungan sosial terkait prestasi akademik mahasiswa.
Indikatornya meliputi tuntutan dari orang tua, perbandingan dengan teman, tekanan untuk berprestasi, harapan sosial, serta kekhawatiran akan dinilai buruk.

3. Kualitas Pengajaran Dosen (X3)

Kualitas pengajaran dosen adalah persepsi mahasiswa terhadap keefektifan proses belajar mengajar yang diberikan dosen.
Indikatornya mencakup jelasnya penyampaian materi, ketersediaan dosen, variasi metode pengajaran, adilnya penilaian, serta umpan balik yang diberikan.

4. Stres Akademik (Z1)

Stres akademik adalah kondisi tekanan psikologis yang dialami mahasiswa karena tuntutan akademik.
Indikatornya termasuk ketegangan sosial, kekhawatiran terhadap nilai, perasaan kewalahan terhadap tuntutan, kesulitan mengatur waktu, serta gejala fisik.

5. Motivasi Belajar (Z2)

Motivasi belajar adalah dorongan dari dalam mahasiswa untuk mencapai tujuan akademik.
Indikatornya mencakup tujuan akademik, kesabaran, minat belajar, kesiapan belajar, serta usaha tambahan.

6. Dukungan Sosial (M)

Dukungan sosial adalah persepsi mahasiswa terhadap bantuan yang diberikan oleh lingkungan sekitar.
Indikatornya mencakup dukungan emosional, bantuan praktis, rasa diri dihargai, tempat untuk bercerita, serta adanya komunitas pendukung.

7. *Burnout* Akademik (Y)

Burnout akademik adalah kondisi kelelahan fisik dan emosional yang dirasakan mahasiswa karena tekanan akademik yang berlangsung lama.Indikatornya mencakup rasa lelah, kehilangan motivasi, sikap sinis, perasaan tidak mampu, serta penurunan kepercayaan diri.

8. Teknik Analisis Data

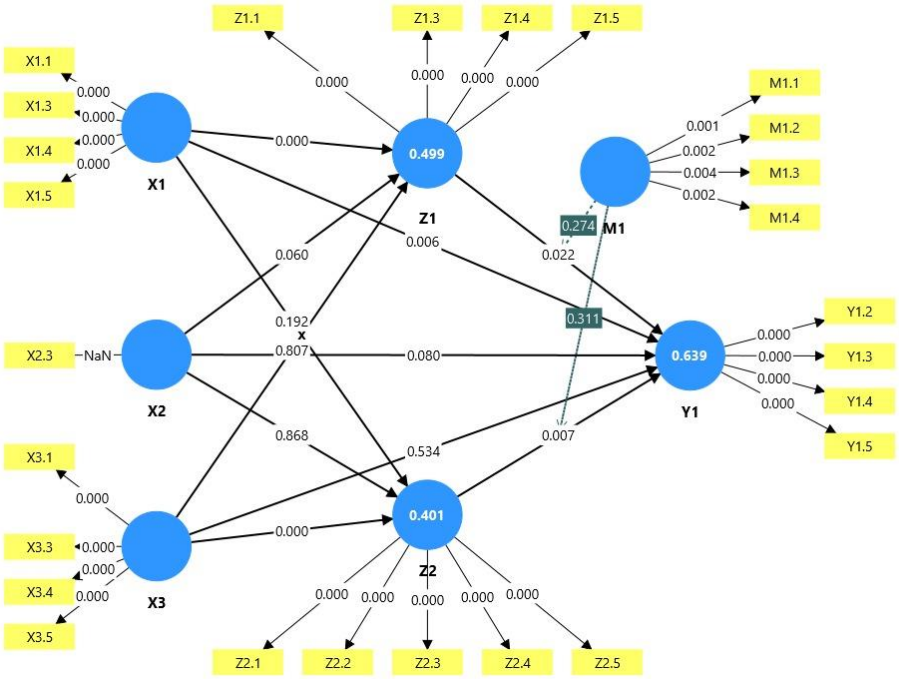
Data yang sudah dikumpulkan dianalisis menggunakan metode statistik. Proses analisis data terdiri dari beberapa tahap, yakni:

1) Analisis deskriptif untuk memahami ciri-ciri responden.
2) Uji validitas dan reliabilitas alat pengumpulan data.
3) Pengujian model pengukuran (*outer model*) dan model struktural (*inner model*).

MUSYTARI
ISSN : 3025-9495
Neraca Akuntansi Manajemen, Ekonomi
Vol 25 No 1 Tahun 2025
Prefix DOI : 10.8734/mnmae.v1i2.359

4) Pengujian hipotesis untuk melihat pengaruh langsung, tidak langsung (mediasi), serta pengaruh bersama (moderasi) antar variabel penelitian.
5) Hasil analisis digunakan sebagai dasar untuk menyimpulkan dan memberikan makna teoritis serta manfaat praktis sesuai tujuan penelitian.

4. Hasil dan Pembahasan



Pengujian Langsung

Hi		Original Sample (O)	Sample Mean (M)	Standard Deviation (STDEV)	T Statistic (|O/STDEV|)	P-value	Significant
H1	Dukungan Sosial (M1) → Burnout Akademik (Y)	0.045	0.005	0.132	0.340	0.734	Not Significant
H2	Dukungan Sosial (M1) x Stres Akademik (Z1) → Burnout Akademik (Y1)	0.097	0.089	0.089	1.095	0.274	Not Significant
H3	Dukungan Sosial (M1) x Motivasi Belajar (Z2) → Burnout Akademik (Y)	0.102	0.086	0.101	1.014	0.311	Not Significant
H4	Beban Akademik (X1) → Burnout Akademik (Y)	0.363	0.365	0.132	2.760	0.006	Significant
H5	Beban Belajar (X1) → Burnout Akademik (Y)	0.628	0.636	0.071	8.906	0.000	Significant
H6	Beban Akademik (X1) → Motivasi Belajar (Z2)	0.188	0.171	0.144	1.306	0.192	Not Significant

MUSYTARI
ISSN : 3025-9495
Neraca Akuntansi Manajemen, Ekonomi
Vol 25 No 1 Tahun 2025
Prefix DOI : 10.8734/mnmae.v1i2.359

H7	Tekanan Sosial dan Harapan Lnagsung (X2) → Burnout Akademik (Y)	0.197	0.187	0.112	1.754	0.080	Not Significant
H8	Tekanan Sosial & Harapan Langsung (X2) → Stres Akademik (Z1)	0.227	0.223	0.120	1.185	0.060	Not Significant
H9	Tekanan Sosial dan Harapan Langsung (X2) → Motivasi Belajar (Z2)	-0.024	-0.024	0.145	0.166	0.868	Not Significant
H10	Kualitas Pengajaran Dosen (X3) → Burnout Akademik (Y)	0.081	0.095	0.129	0.623	0.534	Not Significant
H11	Kualitas Pengajaran Dosen (X3) → Stres Akademik (Z1)	0.030	0.017	0.124	0,244	0.807	Not Significant
H12	Kualitas Pengajaran Dosen (X3) → Motivasi Belajar (Z2)	0.593	0.619	0.102	5.785	0.000	Significant
H13	Stres Akademik (Z1) → Burnout Akademik (Y)	0.368	0.370	0.160	2.297	0.022	Significant
H14	Motivasi Belajar (Z2) → Burnout Akademik (Y)	-0.447	-0.420	0.167	2.679	0.007	Significant

Hasil Uji Hipotesis Penelitian

Pengujian Langsung

Dalam penelitian ini, pengujian hipotesis dilakukan dengan menggunakan pendekatan Partial Least Square (PLS) melalui teknik bootstrapping. Kriteria untuk menerima hipotesis ditentukan berdasarkan nilai T-statistik yang melebihi 1,96 dan p-value di bawah 0,05 pada tingkat signifikansi 5 persen. Berikut adalah hasil dari pengujian pengaruh langsung antara variabel yang dijelaskan secara rinci.

H1: Dukungan Sosial berpengaruh terhadap Burnout Akademik

Hasil analisis menunjukkan bahwa keberadaan dukungan sosial tidak memberikan pengaruh ya ng signifikan terhadap kelelahan akademis, dengan nilai p-
value sebesar 0,734 yang lebih besar dari 0,05. Ini mengindikasikan bahwa dukungan sosial da ri kerabat, sahabat, atau lingkungan sekitar tidak secara langsung mampu menurunkan tingkat kelelahan akademis yang dirasakan oleh para mahasiswa.

H2: Dukungan Sosial memoderasi hubungan Stres Akademik terhadap Burnout Akademik

Berdasarkan hasil uji, terdapat hubungan antara dukungan sosial dan stres akademik yang tidak berdampak signifikan terhadap burnout akademik, seperti ditunjukkan oleh nilai p-value 0,274 (lebih besar dari 0,05). Oleh karena itu, dukungan sosial tidak terbukti mampu memperkuat atau melemahkan pengaruh stres akademik terhadap burnout akademik.

H3: Dukungan Sosial memoderasi hubungan Motivasi Belajar terhadap Burnout Akademik

Uji statistik menunjukkan bahwa pengaruh antara dukungan sosial dan motivasi belajar terhadap burnout akademik tidak signifikan, dengan nilai p-value 0,311 yang lebih besar dari

MUSYTARI
ISSN : 3025-9495
Neraca Akuntansi Manajemen, Ekonomi
Vol 25 No 1 Tahun 2025
Prefix DOI : 10.8734/mnmae.v1i2.359

0,05. Ini menunjukkan bahwa dukungan sosial belum bisa menjadi faktor yang memengaruhi hubungan antara motivasi belajar dan burnout akademik.

H4: Beban Akademik berpengaruh terhadap Burnout Akademik

Hasil pengujian menunjukkan bahwa beban akademik memengaruhi burnout akademik secara positif dan signifikan, dengan nilai p sebesar 0,006 yang lebih kecil dari 0,05. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin besar beban akademik yang dialami oleh mahasiswa, maka semakin tinggi pula tingkat burnout akademik yang mereka rasakan.

H5: Beban Akademik berpengaruh terhadap Stres Akademik

Berdasarkan hasil analisis, jumlah tugas dan pelajaran yang diberikan memengaruhi stres yang dirasakan mahasiswa secara positif dan signifikan, dengan nilai p-value 0,000 yang lebih kecil dari 0,05. Artinya, semakin banyak tuntutan dari belajar, semakin tinggi pula tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa.

H6: Beban Akademik berpengaruh terhadap Motivasi Belajar

Uji yang dilakukan menunjukkan bahwa beban belajar tidak memengaruhi secara signifikan motivasi belajar mahasiswa, dengan nilai p sebesar 0,192 yang lebih besar dari 0,05. Hasil ini menunjukkan bahwa meskipun beban belajar tinggi, hal tersebut tidak langsung menyebabkan perubahan pada tingkat motivasi belajar mahasiswa.

H7: Tekanan Sosial dan Harapan Lingkungan berpengaruh terhadap Burnout Akademik

Hasil uji statistik menunjukkan bahwa tekanan sosial dan harapan dari lingkungan tidak memengaruhi burnout akademik secara signifikan, karena nilai p-value adalah 0,080 yang lebih besar dari 0,05. Ini berarti bahwa burnout akademik pada mahasiswa lebih dipengaruhi oleh faktor-faktor internal yang berkaitan dengan akademik dibandingkan tekanan dari luar.

H8: Tekanan Sosial dan Harapan Lingkungan berpengaruh terhadap Stres Akademik

Berdasarkan hasil uji, tekanan sosial dan harapan dari lingkungan tidak berpengaruh secara signifikan terhadap stres akademik, dengan nilai p sebesar 0,060 yang lebih besar dari 0,05. Hasil ini menunjukkan bahwa stres akademik para mahasiswa tidak terpicu langsung oleh faktor tekanan sosial atau harapan lingkungan.

H9: Tekanan Sosial dan Harapan Lingkungan berpengaruh terhadap Motivasi Belajar

Hasil pengujian menunjukkan bahwa tekanan sosial dan harapan lingkungan tidak memengaruhi secara signifikan motivasi belajar, dengan nilai p-value 0,868 yang lebih besar dari 0,05. Ini menunjukkan bahwa motivasi belajar mahasiswa tidak terdampak langsung oleh tekanan sosial.

H10: Kualitas Pengajaran Dosen berpengaruh terhadap Burnout Akademik

Hasil uji menunjukkan bahwa kualitas pengajaran yang diberikan dosen tidak berdampak secara signifikan terhadap burnout akademik, karena nilai p sebesar 0,534 yang lebih besar dari 0,05. Temuan ini menunjukkan bahwa burnout akademik tidak hanya disebabkan oleh kualitas pengajaran dosen saja.

H11: Kualitas Pengajaran Dosen berpengaruh terhadap Stres Akademik

Berdasarkan hasil analisis, kemampuan mengajar dosen tidak berdampak besar terhadap tingkat stres akademik mahasiswa, karena nilai p-value mencapai 0,807 yang lebih besar dari 0,05. Ini menunjukkan bahwa stres akademik mahasiswa lebih dipengaruhi oleh beban tugas belajar dibandingkan cara mengajar dosen.

H12: Kualitas Pengajaran Dosen berpengaruh terhadap Motivasi Belajar

Hasil pengujian menunjukkan bahwa kualitas pengajaran yang diberikan oleh dosen berdampak positif dan signifikan terhadap motivasi belajar mahasiswa, dengan nilai p sebesar 0,000 yang lebih kecil dari 0,05. Penemuan ini menunjukkan bahwa ketika kualitas pengajaran dosen semakin baik, maka motivasi belajar mahasiswa juga semakin meningkat.

H13: Stres Akademik berpengaruh terhadap Burnout Akademik

Uji statistik menunjukkan bahwa stres akademik memengaruhi burnout akademik secara positif dan signifikan, dengan nilai p-value 0,022 yang lebih kecil dari 0,05. Ini menunjukkan bahwa

MUSYTARI
ISSN : 3025-9495
Neraca Akuntansi Manajemen, Ekonomi
Vol 25 No 1 Tahun 2025
Prefix DOI : 10.8734/mnmae.v1i2.359

stres akademik merupakan faktor utama yang menyebabkan burnout pada mahasiswa.

H14: Motivasi Belajar berpengaruh terhadap Burnout Akademik

Hasil pengujian menunjukkan bahwa motivasi belajar memengaruhi burnout akademik secara signifikan, dengan pengaruh berupa penurunan. Hal ini terlihat dari koefisien jalur yang negatif dan nilai p sebesar 0,007 yang lebih kecil dari 0,05. Artinya, semakin tinggi motivasi belajar yang dimiliki mahasiswa, maka semakin rendah pula tingkat burnout akademik mereka.

Pengujian Tidak Langsung

Hi		Original Sample (O)	Sample Mean (M)	Standard Deviation (STDEV)	T Statistic (|O/STDEV|)	P-value	Significant
	Tekanan Sosial dan Harapan Lingkungan (X2) → Stres Akademik (Z1) → Burnout Akademik (Y)	0.084	0.083	0.057	1.461	0.144	Not Significant
	Kualitas Pengajaran Dosen (X3) → Motivasi Belajar (Z2) → Burnout Akademik (Y	-0.265	-0.261	0.116	2.273	0.023	Significant
	Kualitas Pengajaran Dosen (X3) → Stres Akademik (Z1) → Burnout Akademik (Y)	0.011	0.009	0.051	0.218	0.827	Not Significant
	Beban Akademik (X1) → Motivasi Belajar (Z2) → Burnout Akademik (Y)	-0.084	-0.072	0.069	1.218	0,223	Not Significant
	Beban Akademik (X1) → Stres Akademik (Z1) → Burnout Akademik (Y)	0.231	0.237	0.110	2.104	0.035	Significant
	Tekanan Sosial dan Harapan Lingkungan (X2) → Motivasi Belajar (Z2) → Burnout Akademik (Y)	0.011	0.010	0.068	0.160	0.873	Not Significant

Hasil Uji Hipotesis Penelitian

Pengujian Tidak Langsung (Indirect Effect)

Pengujian hipotesis dilakukan untuk mengetahui peran Stres Akademik (Z1) dan Motivasi Belajar (Z2) sebagai variabel yang memediasi hubungan antara variabel independen dengan Burnout Akademik (Y). Kriteria dalam menguji hipotesis ditentukan berdasarkan nilai T-statistic lebih besar dari 1,96 dan p-value kurang dari 0,05 pada tingkat signifikansi 5 persen. Hasil dari pengujian pengaruh tidak langsung dijelaskan sebagai berikut.

H15: Tekanan Sosial dan Harapan Lingkungan berpengaruh terhadap Burnout Akademik melalui Stres Akademik

Hasil pengujian menunjukkan bahwa tekanan sosial dan harapan lingkungan tidak secara

MUSYTARI
ISSN : 3025-9495
Neraca Akuntansi Manajemen, Ekonomi
Vol 25 No 1 Tahun 2025
Prefix DOI : 10.8734/mnmae.v1i2.359

signifikan mempengaruhi burnout akademik melalui stres akademik, karena nilai p-value adalah 0,144 yang lebih besar dari 0,05. Ini berarti stres akademik tidak bisa menjadi perantara antara tekanan sosial dan harapan lingkungan dengan burnout akademik mahasiswa.

H16: Kualitas Pengajaran Dosen berpengaruh terhadap Burnout Akademik melalui Motivasi Belajar

Berdasarkan hasil analisis, kualitas pengajaran dosen berdampak nyata terhadap burnout akademik melalui motivasi belajar, dengan nilai p-value 0,023 yang lebih kecil dari 0,05. Koefisien jalur yang diperoleh bernilai negatif, artinya semakin baik kualitas pengajaran dosen, maka semakin tinggi motivasi belajar mahasiswa, dan akhirnya burnout akademik berkurang. Dengan demikian, motivasi belajar berperan sebagai variabel yang menghubungkan kualitas pengajaran dosen dengan tingkat burnout akademik.

H18: Beban Akademik berpengaruh terhadap Burnout Akademik melalui Motivasi Belajar

Berdasarkan hasil pengujian, jumlah tugas belajar tidak terlalu memengaruhi rasa lelah akademik melalui tingkat semangat belajar, karena nilai p-value adalah 0,223 yang lebih besar dari 0,05. Ini artinya semangat belajar belum bisa menjadi faktor yang menghubungkan antara beban tugas dan rasa lelah akademik.

H19: Beban Akademik berpengaruh terhadap Burnout Akademik melalui Stres Akademik

Uji statistik menunjukkan bahwa beban akademik berdampak nyata pada burnout akademik melalui stres akademik, dengan nilai p-value 0,035 yang lebih kecil dari 0,05. Hasil ini menunjukkan bahwa stres akademik berfungsi sebagai variabel yang menghubungkan antara beban akademik dan burnout akademik yang dialami mahasiswa.

H20: Tekanan Sosial dan Harapan Lingkungan berpengaruh terhadap Burnout Akademik melalui Motivasi Belajar

Hasil pengujian menunjukkan bahwa tekanan sosial dan harapan dari lingkungan tidak memengaruhi tingkat burnout akademik secara signifikan melalui motivasi belajar, karena nilai p-value mencapai 0,873 yang lebih besar dari 0,05. Oleh karena itu, motivasi belajar tidak bertindak sebagai variabel yang memediasi hubungan antara tekanan sosial dan harapan lingkungan dengan burnout akademik.

Implementasi Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian, upaya yang dilakukan fokus pada pencegahan dan pengurangan burnout akademik mahasiswa dengan mengelola faktor-faktor utama yang berpengaruh, seperti beban akademik, stres akademik, kualitas pengajaran dosen, dan motivasi belajar.

Perguruan tinggi harus mengelola beban akademik secara seimbang dengan menata distribusi tugas, jadwal evaluasi, dan tenggat waktu agar tidak terlalu berat bagi mahasiswa. Kerja sama antar dosen dalam satu program studi sangat penting untuk mencegah penumpukan tugas yang bisa memicu stres akademik.

Selain itu, perlu ditingkatkan pengelolaan stres akademik mahasiswa melalui pemberian layanan konseling, bimbingan akademik, serta kegiatan pelatihan cara mengelola stres dan waktu. Tujuannya adalah membantu mahasiswa menghadapi tuntutan akademik dengan lebih baik, sehingga risiko burnout bisa ditekan.

Kualitas pengajaran dosen juga harus ditingkatkan karena memengaruhi motivasi belajar mahasiswa. Dosen diharapkan menerapkan metode pembelajaran yang menyenangkan, interaktif, dan terbuka, serta memberikan umpan balik yang bermanfaat agar mahasiswa tetap termotivasi belajar.

Untuk meningkatkan motivasi belajar, perlu dibuat lingkungan belajar yang mendukung, memberikan apresiasi atas capaian akademik, serta menghubungkan materi pembelajaran dengan situasi nyata dan kebutuhan masa depan mahasiswa.

MUSYTARI
ISSN : 3025-9495
Neraca Akuntansi Manajemen, Ekonomi
Vol 25 No 1 Tahun 2025
Prefix DOI : 10.8734/mnmae.v1i2.359

Terakhir, meskipun dukungan sosial tidak secara langsung berpengaruh signifikan, perannya tetap penting sebagai bagian dari kesejahteraan mahasiswa. Oleh karena itu, hubungan sosial dengan keluarga, teman sebaya, dan komunitas akademik perlu terus diperkuat untuk menciptakan lingkungan belajar yang sehat dan nyaman.

5.Kesimpulan dan Saran

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa beban akademik merupakan faktor yang paling berpengaruh terhadap burnout akademik mahasiswa, baik secara langsung maupun melalui peningkatan stres akademik. Stres akademik terbukti memiliki pengaruh signifikan terhadap burnout akademik, sehingga menjadi variabel kunci dalam menjelaskan munculnya kelelahan akademik pada mahasiswa. Motivasi belajar berpengaruh signifikan dan bersifat negatif terhadap burnout akademik, yang menunjukkan perannya sebagai faktor pelindung. Kualitas pengajaran dosen tidak berpengaruh langsung terhadap burnout akademik, namun berpengaruh signifikan secara tidak langsung melalui peningkatan motivasi belajar mahasiswa. Sementara itu, tekanan sosial dan harapan lingkungan tidak terbukti berpengaruh signifikan, baik secara langsung maupun tidak langsung, terhadap burnout akademik. Dukungan sosial juga tidak berpengaruh signifikan sebagai variabel moderasi dalam hubungan antara stres akademik dan burnout akademik. Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa burnout akademik mahasiswa lebih dipengaruhi oleh faktor akademik dan psikologis internal dibandingkan faktor sosial eksternal.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian, disarankan agar perguruan tinggi melakukan pengelolaan beban akademik secara lebih terencana dan proporsional untuk mencegah meningkatnya stres akademik mahasiswa. Dosen diharapkan dapat meningkatkan kualitas pengajaran melalui metode pembelajaran yang jelas, interaktif, dan mampu menumbuhkan motivasi belajar mahasiswa, mengingat motivasi belajar terbukti berperan dalam menurunkan burnout akademik. Selain itu, perguruan tinggi perlu memperkuat layanan pendampingan akademik dan psikologis guna membantu mahasiswa mengelola stres secara efektif. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk mengembangkan model penelitian dengan menambahkan variabel psikologis lain atau menggunakan pendekatan longitudinal agar pemahaman mengenai burnout akademik mahasiswa menjadi lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

Akinsola, E. F., & Nwajei, A. D. (2013). Test Anxiety, Depression and Academic Performance: Assessment and Management Using Relaxation and Cognitive Restructuring Techniques. *Psychology*, 4(6), 1-12. (Fokus: Stres Akademik).

Aypay, A., & Eryılmaz, A. (2011). Relationship between the Subjective Well-being and Burnout of University Students. *Theoretical Education Science*, 4(1), 1-10. (Fokus: Burnout Mahasiswa).

Bresó, E., Schaufeli, W. B., & Salanova, M. (2011). Does a self-efficacy promotion program resilience university students? A longitudinal study. *Higher Education*, 61(4), 467–486. (Fokus: Kepercayaan Diri dan Burnout).

Cazan, A. M. (2015). Learning motivation, academic self-efficacy and burnout among university students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 187, 413-418. (Fokus: Motivasi Belajar dan Burnout).

MUSYTARI
ISSN : 3025-9495
Neraca Akuntansi Manajemen, Ekonomi
Vol 25 No 1 Tahun 2025
Prefix DOI : 10.8734/mnmae.v1i2.359

Chambel, M. J., & Curral, L. (2005). Stress in academic life: Positive and negative outcomes. *European Journal of Psychology of Education*, 20(2), 135-148. (Fokus: Beban Akademik).

Elias, H., Ping, W. S., & Abdullah, M. C. (2011). Stress and its determinants among undergraduate students in a public university in Malaysia. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 14, 1613-1622. (Fokus: Tekanan Sosial).

Fiorilli, C., dkk. (2017). Predicting Student Burnout: The Role of School-Related Stress and Academic Self-Concept. *Frontiers in Psychology*, 8, 1622. (Fokus: Stres sebagai Mediator).

Hakan, K., & Munire, E. (2014). Academic motivation: Methods and strategies. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 150, 235-242. (Fokus: Strategi Motivasi Belajar).

Karimi, Y., & Tan, S. Y. (2021). The mediating role of academic stress in the relationship between academic workload and academic burnout. *Journal of Educational Psychology*. (Fokus: Hubungan Beban dan Burnout).

Law, D. W. (2007). Exhaustion in university students and the effect of environmental factors. *Journal of American College Health*, 55(4), 239-245. (Fokus: Harapan Lingkungan).

Lin, S. H., & Huang, Y. C. (2014). Life stress and academic burnout. *Active Learning in Higher Education*, 15(1), 77-90. (Fokus: Tekanan Psikologis).

Noh, H., & Shah, M. (2017). The Role of Social Support in Reducing Academic Burnout. *Journal of Applied Psychology*. (Fokus: Dukungan Sosial sebagai Moderasi).

Pluut, H., dkk. (2015). Social support and student burnout: A comparison between social support from family, friends, and the university. *Learning and Individual Differences*, 42, 100-110. (Fokus: Indikator Dukungan Sosial).

Rahmati, Z. (2015). The Study of Academic Burnout in Students with High and Low Level of Self-efficacy. *Psychology*, 6(1), 49-55. (Fokus: Perasaan Tidak Mampu).

Salami, S. O. (2011). Moderating effects of resilience, self-esteem and social support on self-mutilation among adolescents. *Pacific Northwest Journal*, 12(1), 1-15. (Fokus: Dukungan Sosial).

Slivar, B. (2001). The syndrome of burnout, self-image, and anxiety with grammar school students. *Horizons of Psychology*, 10(2), 21-32. (Fokus: Kelelahan Emosional).

Stoeber, J., dkk. (2011). Perfectionism and burnout in university students: Hope for success and fear of failure as mediators. *Personality and Individual Differences*, 50(2), 174-177. (Fokus: Harapan Lingkungan/Sosial).

Vizoso, C., dkk. (2019). Academic Engagement and Burnout in College Students: The Mediating Role of Personal Resources. *Psychology Research and Behavior Management*, 12, 101-115. (Fokus: Peran Perlindungan Motivasi).

Yang, H. J. (2004). Factors affecting student burnout and academic achievement in multiple institutions in Taiwan. *Journal of Psychology*, 32, 1-10. (Fokus: Beban Akademik).

Zhu, Y., dkk. (2022). The Influence of Teacher Support on Student Burnout: The Mediating Role of Academic Self-Efficacy. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. (Fokus: Kualitas Pengajaran/Dukungan Dosen).