

Perbedaan akademik *burnout* pada mahasiswa kelas internasional ditinjau dari jenis kelamin

Ulffy Ulandary, Zadrian Ardi*, Nurfarhanah, Nurfarhanah, Lisa Putriani, Tri Handani

Universitas Negeri Padang, Indonesia

*Corresponding author, e-mail: zadrian@fip.unp.ac.id

Abstrak

Akademik *burnout* merupakan kondisi kelelahan fisik, mental, dan emosional yang berdampak pada penurunan prestasi akademik, kesehatan belajar, serta kualitas hidup mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan tingkat akademik *burnout*, serta mengetahui perbedaan akademik *burnout* antara mahasiswa laki-laki dan perempuan pada kelas internasional di Universitas Negeri Padang. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif komparatif. Sampel pada penelitian ini berjumlah 248 dengan 68 laki-laki dan 180 perempuan. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *total sampling*. Teknik analisis data yang digunakan uji-t. Hasil penelitian menunjukkan bahwa akademik *burnout* mahasiswa kelas internasional secara keseluruhan berada pada kategori sedang (60,08%). Pada hasil uji-test terdapatnya perbedaan akademik *burnout* mahasiswa pada kelas internasional laki-laki dan perempuan dengan taraf signifikan $p = 0,000$ dimana lebih kecil dari 0,05, dilihat dari distribusi frekuensi antara laki-laki dengan kategori rendah (54,41%) dan perempuan dengan kategori sedang (66,11%), walaupun ada perbedaan, tetapi tidak terlalu mencolok secara praktis.

Keywords: Akademik *Burnout*, Mahasiswa, Internasional



This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2025 by author.

Pendahuluan

Universitas kini menjadi bagian integral dari pendidikan tinggi di Indonesia, pada saat ini pendidikan dan penggunaan pemeringkatan universitas dunia sebagai indikator keberhasilan internasionalisasi (Aullya & Nurfarhanah, 2024). Oleh karena itu, internasionalisasi pendidikan tinggi telah menjadi elemen yang tak terpisahkan dari sistem pendidikan tinggi di Indonesia (Junining & Prawoto, 2020). Pada saat menghadapi perkembangan global, perguruan tinggi berlomba-lomba meningkatkan program-program yang mampu mengikuti arus globalisasi, salah satunya adalah dengan menyelenggarakan program kelas internasional.

Idealnya kelas internasional pada perguruan tinggi bertujuan untuk meningkatkan daya saing lulusan dengan menghasilkan individu yang siap bekerja di pasar global dan memahami isu-isu multikultural serta membekali mereka keterampilan berpikir kritis, kemampuan komunikasi dan penguasaan bahasa Inggris (Sari & Mulyati, 2024). Namun, kenyataannya banyak mahasiswa yang belum sepenuhnya siap untuk menghadapi tuntutan kelas internasional.

Mahasiswa kelas internasional akan menemukan dan merasakan masalah dalam belajar lebih tinggi dari pada mahasiswa lainnya, karena tuntutan akademik tidak lagi soal penguasaan materi pembelajaran tetapi harus menguasai bahasa asing sebagai alat komunikasi dalam proses belajar, serta mereka harus menguasai materi pembelajaran dengan memahami juga lewat sudut pandang internasional (Chairawati, 2014). Hal tersebut membuat mahasiswa kelelahan fisik, emosional,

kejuhan dan lainnya, akibatnya prestasi belajar yang menurun dan motivasi belajar yang turun dan ini dapat mempengaruhi visi dan misi pendidikan itu sendiri.

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan pada mahasiswa di Hong Kong menunjukan 24,5% mengalami kelelahan emosional, 11,5% mengalami depersonalisasi, dan 27% mengalami penurunan pencapaian personal (Watson,dkk., 2008). Survei dilakukan salah satu kampus di Sumatera menunjukkan bahwa pada keseluruhan partisipan 81.9% memiliki tingkat *burnout* akademik pada kategori sedang. Keseluruhan partisipan sebanyak 45.8% mengalami kelelahan emosional 34.9% mengalami depersonalisasi, dan 62.7% mengalami penurunan personal (Ramadhan,dkk., 2022). Seorang mahasiswa Fakultas Teknik Lingkungan Institut Teknologi Bandung (ITB) bunuh diri pada tanggal 19 November 2024. Beberapa saksi mengatakan bahwa korban sering mengeluhkan masalah akademik selama kuliah, seperti tekanan, tuntutan, dan rasa putus asa terhadap masalah perkuliahan. Salah satu faktor penyebabnya adalah kelelahan akibat tugas-tugas kuliah yang tidak sesuai dengan kemampuannya (Aminullah & Arief: Kompas.com, 2024).

Kelelahan secara fisik dan emosional pada mahasiswa sering diistilahkan dengan akademik *burnout*. Akademik *burnout* didefinisikan sebagai kondisi yang dialami oleh pelajar sebagai akibat dari stres atau faktor psikologis lainnya yang menyebabkan kelelahan emosional, depersonalisasi, dan perasaan tidak percaya diri (Ramadhan,dkk., 2022). Indikator terjadinya akademik *burnout* adalah beban tugas dan tuntutan yang berlebihan, kurangnya kendali terhadap sesuatu yang dikerjakan, penghargaan yang tidak memadai, kurangnya dukungan sosial, tidak adanya keadilan, dan nilai-nilai yang saling bertentangan (Maslach & Leiter, 1997).

Mahasiswa di sebagian perguruan tinggi paling sering berhenti kuliah karena kelelahan dan kejuhan terhadap akademik (Saaduddin, 2022). Kelelahan akademik pada mahasiswa seperti memberikan beban tugas yang melampaui kemampuannya, hal tersebut mengakibatkan stres akademik yang bisa berujung bunuh diri (Ilhamsyah,dkk., 2023). Akademik *burnout* terjadi karena ketidakseimbangan antara kemampuan seseorang dan tuntutan yang harus hadapi, menyebabkan kelelahan fisik, emosi, dan mental. Akademik *burnout* dapat juga karena kelelahan yang tinggi dan perubahan tingkah laku yang negatif (Dinata & Fikry, 2023). Akademik *burnout* juga berdampak terhadap kesuksesan akademik dan kehidupan pribadi mahasiswa (Biremanoe, 2021).

Banyak faktor yang mempengaruhi perilaku akademik *burnout*, yaitu faktor internal seperti jenis kelamin, usia dan kepribadian sedangkan faktor eksternal yaitu *work overloaded*, *lack of control*, *insufficient reward*, *breakdown of community*, *unfairness*, *conflict value* (Maslach & Leiter, 1997). Pada faktor tersebut jenis kelamin merupakan faktor yang mempengaruhi terjadi akademik *burnout*.

Setiap individu memiliki kemungkinan untuk mengalami akademik *burnout* baik jenis kelamin laki-laki ataupun perempuan. Perempuan dikatakan memiliki frekuensi yang lebih besar untuk mengalami akademik *burnout* dari pada laki-laki (Fyana & Rozali, 2020). Perbedaan akademik *burnout* lebih terlihat pada perempuan daripada laki-laki. Perempuan memiliki kecenderungan cepat lelah secara emosional, sehingga berpotensi mengalami stres yang berdampak pada meningkatnya akademik *burnout* (Asrowi,dkk., 2020). Putri & Yasmin (2023) menjelaskan tingkat akademik *burnout* pada mahasiswa perempuan di Universitas Negeri Padang pada kategori tinggi yaitu sebesar 58.5%. Selanjutnya, mahasiswa laki-laki berada pada tingkat akademik *burnout* sedang 54.2%. Penelitian ini juga menunjukkan bahwa mahasiswa perempuan di Universitas Negeri Padang mengalami *burnout* akademik pasca pandemi daripada mahasiswa laki-laki.

Survei dilakukan di lembaga tinggi (HEI) di Taiwan menyatakan bahwa 383 mahasiswa kelas internasional sebanyak 164 mahasiswa mengalami kelelahan akademik yang tinggi, pada tingkat sinisme juga berada pada kategori tinggi yaitu 220 mahasiswa kelas internasional dan pencapaian personal rendah juga berada pada kategori tinggi yaitu 197 mahasiswa kelas internasional atau setara dengan 51,43% (Tran, dkk., 2023). Kemudian berdasarkan hasil survei awal peneliti dengan

mahasiswa kelas internasional Universitas Negeri Padang juga ditemukan bawah 13 dari 14 mahasiswa mengalami akademik *burnout* baik secara emosional maupun fisik.

Berdasarkan fakta dan teori diatas peneliti tertarik untuk mengkaji dan mengungkapkan bagaimana “Perbedaan Akademik *Burnout* pada Mahasiswa Kelas Internasional Ditinjau dari Jenis Kelamin”.

Metode

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif komperatif yang bertujuan untuk menggambarkan data apa adanya mengenai perbedaan akademik *burnout* berdasarkan jenis kelamin. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa kelas internasional Universitas Negeri Padang angkatan 2022 Penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel *total sampling*.

Tabel 1. Populasi penelitian

Jenis Kelamin	Σ
Laki-laki	68
Perempuan	180
Total	248

Sumber: Tata Usaha Fakultas dan Departemen

Berdasarkan tabel diatas populasi dan sampel dalam penelitian ini berjumlah 248 mahasiswa dengan 68 laki-laki dan 180 perempuan. Data yang diperoleh dengan menyebarkan instrumen penelitian berupa angket akademik *burnout* yang telah dirancang peneliti dan sudah dilakukan uji validitas dan reliabilitas. Jumlah Instrumen yang disebarkan peneliti sebanyak 24 item. Data dianalisis menggunakan teknik statistik deksiptif dan teknik uji-test menggunakan Microsoft excel dan SPSS (Statistical Product and Service Solutions) 20.

Tabel 2. Reliability statistics

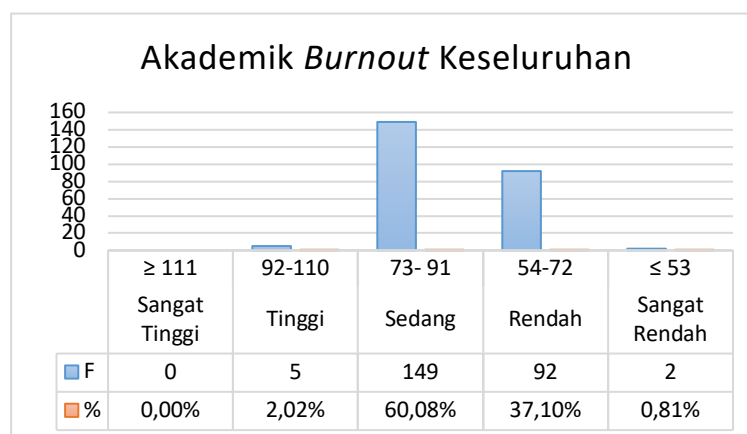
Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.914	24

Berdasarkan Tabel 2, nilai reliabilitas *Cronbach's Alpha* sebesar 0,920, yang lebih tinggi dari batas minimal 0,60. Hal ini menunjukkan bahwa instrumen akademik *burnout* dan alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini memiliki tingkat akurasi yang tinggi dan reliabilitas yang baik, sehingga dapat dianggap sebagai instrumen yang valid dan handal dalam mengukur akademik *burnout*.

Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan pada hasil penelitian yang telah lakukan, terdapat hasil akademik *burnout* mahasiswa pada kelas internasional pada kategori sedang. Dari keseluruhan didapatkan dengan nilai skor paling tinggi 101 dan skor paling rendah 48. Adapun data lengkap mengenai hasil akademik *burnout* mahasiswa kelas internasional Universitas Negeri Padang secara keseluruhan dapat dilihat pada grafik berikut (Gambar 1).

Pada hasil penelitian (Gambar 1) dapat ditarik kesimpulan bahwa tingkat akademik *burnout* pada responden berada dalam kategori sedang, yang menunjukkan bahwa lebih dari setengah mahasiswa pada kelas internasional merasakan akademik *burnout* dengan aspek aspek yang dirasakan seperti kejenuhan emosional, depersonalisasi, penurunan pencapaian personal. Hal tersebut terjadinya karena beban tugas dan tuntutan yang berlebihan, kurangnya kendali terhadap sesuatu yang dikerjakan, penghargaan yang tidak memadai, kurangnya dukungan sosial, tidak adanya keadilan, dan nilai-nilai yang saling bertentangan (Maslach & Leiter, 1997).



Gambar 1. Distribusi Frekuensi Akademik *Burnout* Secara Keseluruhan (N = 248)

Perbedaan Akademik *Burnout* ditinjau dari Jenis kelamin

Tabel 3. Hasil Pengolahan Data Akademik *Burnout*

Jenis Kelamin		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Akademik <i>Burnout</i>	Laki-Laki	68		7,479	,907
	Perempuan	180	75,74	8,300	,619

Pada tabel di atas dapat dilihat adanya perbedaan akademik *burnout* antara laki-laki dan perempuan. Mean akademik *burnout* pada laki-laki sebesar 71,37 dengan standar deviasi 7,4, sedangkan pada perempuan mean sebesar 75,74 dengan standar deviasi 8,3. Meskipun terdapat perbedaan, perbedaan tersebut tidak terlalu menonjol secara signifikan. Adapun tabel uji-test akademik *burnout* mahasiswa kelas internasional Universitas Negeri Padang secara keseluruhan dapat dilihat pada grafik berikut:

Tabel 4. Independent Samples Test

		For Equality of Variances		t-test for Equality of Means						95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference		Lower	Upper
Akademik <i>Burnout</i>	Equal variances assumed	,011	,918	-3,803	246	,000	-4,377	1,151		-6,643	-2,110
	Equal variances not assumed			-3,987	133,060	,000	-4,377	1,098		-6,548	-2,205

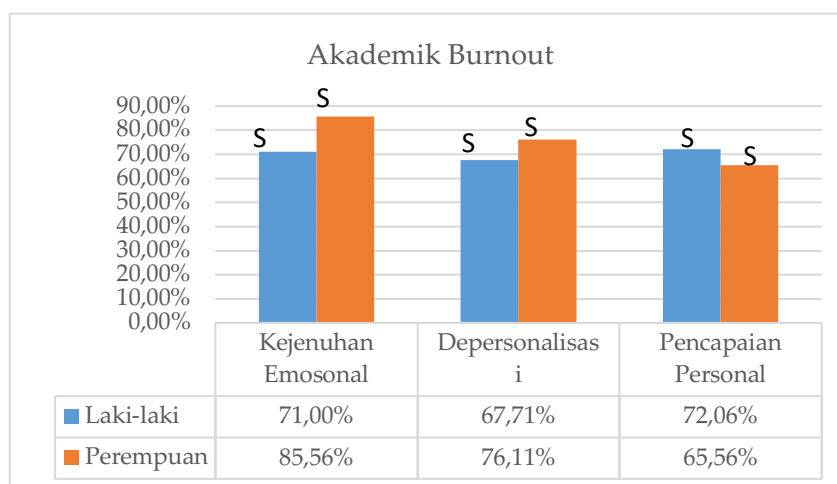
Hasil uji beda tersebut memperoleh nilai t sebesar -3,803 dengan kebesaran (df) 246 dan nilai signifikansi (*sig. 2-tailed*) berada pada angka 0,000. Hasil SPSS menunjukkan bahwa perbedaan signifikan dengan *sig. (2-tailed)* sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05. Maka H_a diterima dalam penelitian ini. Hal ini mendapatkan bahwa adanya perbedaan yang signifikan antara akademik *burnout* mahasiswa laki-laki dan perempuan Universitas Negeri Padang. Nilai perbedaan rata-rata (*mean difference*) adalah -4,377 dengan interval kepercayaan 95% antara -2,110 dan -2,205.

Tabel 5. Kategorisasi dan Distribusi Frekuensi Akademik *Burnout* Mahasiswa Laki-Laki dan Perempuan

Akademik <i>Burnout</i>	Laki-laki		Perempuan	
	Jumlah	Persentase	Jumlah	Persentase
Sangat Tinggi	0	0,00%	0	0,00%
Tinggi	0	0,00%	5	2,78%
Sedang	31	45,59%	119	66,11%
Rendah	37	54,41%	53	29,44%
Sangat Rendah	0	0,00%	3	1,67%
TOTAL	68	100%	180	100%

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa 54,41% mahasiswa laki-laki mengalami akademik *burnout* dengan kategori rendah, sedangkan 66,11% mahasiswa perempuan berada dalam kategori sedang. Pada tabel diatas dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan tingkat akademik *burnout* antara mahasiswa kelas internasional, meskipun perbedaannya tidak terlalu menonjol.

Akademik *burnout* ditinjau dari tiga aspek utama, yaitu kejenuhan emosional, depersonalisasi, dan penurunan pencapaian personal. Grafik yang dihasilkan dalam penelitian ini menyajikan data berdasarkan ketiga aspek tersebut untuk memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai kondisi akademik *burnout* responden:



Gambar 2. Akademik *Burnout* dilihat dari Aspek-Aspek

Pada gambar 2 diatas dapat disimpulkan bahwa akademik *burnout* mahasiswa kelas internasional dilihat dari aspek-aspeknya masing-masing kategori sedang. Pada aspek kejenuhan emosional laki-laki berada dalam kategori sedang (75,00%), tingkat kejenuhan laki-laki lebih rendah dari pada perempuan (85,56%), artinya sebagian mahasiswa laki-laki bisa dalam mengatur emosional seperti frustrasi, mudah marah, pesimis dan tertekan. Pada dasarnya laki laki dididik untuk bersikap tegas, tegar, dan tidak menunjukkan emosional yang berlebihan, karena itu laki-laki tidak mudah jenuh terhadap emosionalnya (Pranoto & Wibowo, 2023). Pada aspek Depersonalisasi, laki-laki berada dalam kategori sedang (64,71%), depersonalisasi laki-laki lebih rendah dari perempuan (76,11%), artinya laki-laki lebih bisa berhubungan baik dengan lingkungannya daripada perempuan. Pada aspek Pencapaian Personal, Mahasiswa laki-laki juga berada dalam kategori sedang (72,06%,) tingkat pencapaian personal laki-laki lebih tinggi dari pada perempuan (56,65%), artinya mahasiswa laki-laki cenderung lebih merasa percaya diri dengan pencapaian akademik mereka dibandingkan mahasiswa perempuan.

Sejalan dengan penelitian Putri & Yasmin (2023) mahasiswa Universitas Negeri Padang pasca pandemi cenderung mengalami tingkat akademik *burnout* yang lebih tinggi pada kelompok perempuan dibandingkan laki-laki. Pada umumnya fisik laki-laki dan perempuan berbeda, bisa dilihat dari pada

raut muka dan keadaan tubuh bisa melihatkan seseorang mengalami kelelahan, selain itu perbedaan laki-laki dan perempuan juga berbeda dari emosional yang dialami setiap harinya (Setiyowati,dkk., 2021).

Jenis kelamin menjadi faktor utama dalam akademik *burnout*, dimana perempuan lebih berisiko mengalami stres dan kelelahan akademik dibandingkan laki-laki. Risiko yang lebih tinggi ini disebabkan oleh kecenderungan perempuan dalam memandang situasi yang menantang atau berpotensi mengancam sebagai sesuatu yang lebih menekan dibandingkan laki-laki (Dwiana & Alif, 2024). Pada penelitian Dalimunthe & Daulay (2024) mahasiswa perempuan lebih sering menggunakan strategi *emotion-focused coping*, seperti mencemaskan situasi atau menyalahkan diri sendiri, yang cenderung memperburuk kondisi mental dibandingkan gaya *problem-focused coping* yang lebih umum digunakan oleh laki-laki. Perempuan juga lebih sensitif terhadap penilaian sosial dan ekspektasi lingkungan, sehingga tekanan untuk tampil baik secara akademik dan sosial dapat meningkatkan risiko *burnout*. Kecenderungan untuk menginternalisasi stres dengan menyimpan tekanan tanpa mengekspresikannya juga membuat perempuan lebih rentan terhadap kelelahan emosional yang berkepanjangan. Oleh karena itu, tingginya tingkat akademik *burnout* pada mahasiswa perempuan merupakan hasil dari interaksi berbagai aspek yang saling memperkuat, dan memerlukan pendekatan dukungan yang lebih personal dan responsif terhadap kebutuhan emosional mereka.

Pada penelitian ini juga melihat bahwa mahasiswa perempuan mengalami akademik *burnout* yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa laki-laki dengan persentase laki-laki 54,41% dan perempuan 66,11%, walaupun demikian, pada persentase ini terhat tidak terlalu jauh akademik *burnout* laki-laki dan perempuan. Serta pada pengujian hipotesis yang sudah dijabarkan terlihat juga bahwa adanya perbedaan akademik *burnout* dilihat dari jenis kelamin.

Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa masalah ini memerlukan perhatian serius, karena jika tidak segera ditangani, dapat berdampak pada tingginya akademik *burnout* pada mahasiswa dan penurunan presentasi mahasiwa. Oleh karena itu, layanan bimbingan dan konseling berperan sebagai profesi profesional yang bertujuan untuk membantu individu dalam memahami diri sendiri, lingkungan, serta aspek lain yang berkaitan dengan kehidupannya (Hariko & Ifdil, 2017).

Simpulan

Akademik *burnout* pada mahasiswa kelas internasional Universitas Negeri Padang secara keseluruhan berada pada kategori sedang, lebih dari setengah mahasiswa kelas internasional merasakan akademik *burnout*. Selain itu, adanya perbedaan akademik *burnout* antara mahasiswa laki-laki (54,41%) dan perempuan (66,11%). Perbedaan juga terlihat pada hasil SPSS dengan menggunakan uji test terdapat nilai sig 0,000 dimana lebih kecil dari 0.05. walaupun ada perbedaan tetapi tidak terlalu mencolok. Penelitian ini diharapkan untuk memberikan pengetahuan dan wawasan baru kepada Mahasiswa kelas internasional perlu lebih memperhatikan keseimbangan antara tuntutan akademik dan kesehatan mental mereka. Sebagai calon konselor, mahasiswa bimbingan dan konseling perlu meningkatkan pemahaman mereka tentang akademik *burnout*, khususnya dalam konteks pendidikan tinggi. Konselor dan pusat layanan bimbingan dan konseling di Universitas Negeri Padang (LP3S) perlu mengembangkan program yang lebih spesifik untuk mengatasi akademik *burnout*.

Referensi

- Aminullah, A., & Arief, T. M. V. (2024). Mahasiswa ITB Tewas Setelah Jatuh dari Apartemen, Mahasiswa Pernah Keluhkan Soal Akademik dan Tugas Kuliah. *Kompas.Com*. <https://bandung.kompas.com/read/2024/11/26/164545678/mahasiswa-itb-tewas-setelah-jatuh-dari-apartemen-pernah-keluhkan-soal-tugas>
- Asrowi, A., Susilo, A. T., & Hartanto, A. P. (2020). Academic Burnout pada Peserta Didik Terdampak

-
- Pandemi Covid-19. *G-Couns: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 5(1), 123–130. <https://doi.org/10.31316/g.couns.v5i1.1195>
- Aullya, D. P., & Nurfarhanah. (2024). Gambaran Resilensi Akademik Mahasiswa Kelas Internasional dan Implikasinya dalam Pelayanan Konseling. *Jurnal Pendidikan dan Sosial Budaya*, 4(5), 1003–1013. <https://doi.org/https://doi.org/10.58578/yasin.v4i5.3670>
- Biremanoe, M. E. (2021). Burnout Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir. *Konferensi Pendidikan Nasional*, 3(2), 165–172.
- Chairawati, F. (2014). Evaluasi Pembelajaran pada Kelas Internasional Fakultas Dakwah Iain Ar-Raniry. *Jurnal Al-Bayan: Media Kajian dan Pengembangan Ilmu Dakwah*, 20(1), 15–32.
- Dalimunthe, S. I., & Daulay, A. A. (2024). Perbedaan Strategi Coping Mahasiswa Akhir dalam Menghadapi Stres Akademik Ditinjau dari Jenis Kelamin. *Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora*, 7(4), 91–102. <https://jayapanguspress.penerbit.org/index.php/ganaya>
- Dinata, W., & Fikry, Z. (2023). Hubungan antara Prokrastinasi Akademik dengan Burnout Akademik pada Peserta Didik. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(1), 1438–1445. <https://jptam.org/index.php/jptam/article/view/5439>
- Dwiana, A., & Alif. (2024). Prevalensi Burnout Berdasarkan Jenis Kelamin pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara. *Ebers Papyrus*, 29(2), 1–12. <https://doi.org/10.24912/ep.v29i2.28146>
- Fyana, L., & Rozali, A. (2020). Perbedaan Burnout Ditinjau dari Jenis Kelamin pada Karyawan Bank ABC. *Jca of Psychology*, 1, 147–152.
- Hariko, R., & Ildil, I. (2017). Analisis Kritik Terhadap Model Kipas Konseling Intensif Progresif Adaptif Struktur. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 5(2011), 109–117.
- Ilhamsyah, F., Margareta, I., Pratiwi, Amanda, S. L., & Alrefi. (2023). Gambaran Umum Stress Akademik Mahasiswa Keguruan di Palembang. *Jurnal Ilmiah Konseling Pendidikan*, 2(2), 71–78.
- Junining, E., & Prawoto, S. (2020). Evaluasi Model Program Kelas Internasional di Perguruan Tinggi dalam Perspektif Kelembagaan. *Jurnal Hasta Wiyata*, 3(2), 114–119. <https://doi.org/10.21776/ub.hastawiyata.2020.003.02.06>
- Maslach, C., & Leiter, M. . (1997). *The Truth about Burnou*. California: Jossey Bass.
- Pranoto, J. P., & Wibowo, D. H. (2023). Peran Self efficacy terhadap Burnout yang Dimoderatori Jenis Kelamin pada Mahasiswa Bekerja Paruh Waktu. *Jurnal Psikologi Udayana*, 10(1), 286. <https://doi.org/10.24843/jpu.2023.v10.i01.p08>
- Putri, N., & Yasmin, M. (2023). Academic Burnout in View of Gender in Post-Pandemic Padang State University Students. *Psycho Holistic*, 5(1), 17–23. <https://doi.org/10.35747/ph.v5i1.633>
- Ramadhan, M. R., Rizal, G. L., & Fikry, Z. (2022). Tingkat Burnout Akademik pada Mahasiswa Jurusan Psikologi Universitas Negeri Padang. *Journal of Elementary Education*, 6(2), 255–264.
- Saaduddin. (2022). Kejenuhan Belajar Mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri Kerinci. *Journal on Education*, 04(04), 2061–2069.
- Sari, R., & Mulyati, F. Y. (2024). Lulusan Berkompetensi Global Abad 21. *Seminar Nasioanl FITK UIN Jakarta*, 1(1), 289–301.
- Setiyowati, J. A., Rachmawati, I., & Prihatiningsi, R. (2021). *Akademic Burnout Siswa dan Implikasinya terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling Sekolah*. Malang: Media Nusa Creative.
- Tran, T. X., Vo, T. T. T., & Ho, C. (2023). From Academic Resilience to Academic Burnout among International University Students During the Post-COVID-19 New Normal: An Empirical Study in Taiwan. *Behavioral Sciences*, 13(3). <https://doi.org/10.3390/bs13030206>
- Watson, R., Deary, I., Thompson, D., & Li, G. (2008). A Study Stress and Burnout in Nursing Students in Hong Kong. *White Rose Research Online*, 45, 1534–1542. <http://eprints.whiterose.ac.uk/4733/>
-