Jurnal Bimbingan dan Konseling Pandohop
Volume 7, Nomor 1,Tahun 2027
Tersedia Online: https://e-journal.upr.ac.id/index.php/pdhp
e-ISSN 2775-5509

Hubungan Strategi Coping dengan Academic Burnout pada Siswa SMA

Anita Nurrochmah[1*], Cucu Arumsari[2], Dewang Sulistiana[3]

[1-3]Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya, Taksimalaya, Indonesia
E-mail: anitanurrochmah@gmail.com

Received: 24 July 2026	Accepted: 29 October 2026	Published: 1 November 2026

ABSTRAK

Academic burnout merupakan kondisi kelelahan psikologis yang dapat dialami siswa ketika menghadapi tuntutan akademik secara berkelanjutan. Strategi *coping* menjadi salah satu aspek psikologis yang relevan untuk dikaji dalam kaitannya dengan kondisi tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan tiga dimensi strategi *coping*, yaitu *problem-focused coping*, *emotion-focused coping*, dan *dysfunctional coping*, dengan *academic burnout* pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Tasikmalaya. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional *cross-sectional* yang melibatkan 196 siswa. Pengumpulan data menggunakan instrumen Brief-COPE dan instrumen *academic burnout* yang diadaptasi dari MBI-SS. Analisis data dilakukan menggunakan regresi linear berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa model regresi signifikan secara statistik, $F(3, 192) = 19{,}103$; $p < 0{,}001$; $R^2 = 0{,}230$. Secara parsial, *problem-focused coping* memiliki koefisien positif dan signifikan ($B = 0{,}912$; $p < 0{,}001$). *Dysfunctional coping* menunjukkan koefisien positif dan signifikan pada model utama ($p = 0{,}049$), tetapi tidak signifikan setelah menggunakan galat baku *robust* HC3 ($p = 0{,}055$). Sementara itu, *emotion-focused coping* tidak menunjukkan hubungan parsial yang signifikan ($p = 0{,}122$). Analisis sensitivitas dengan mengeluarkan satu butir instrumen *burnout* menunjukkan bahwa hanya *problem-focused coping* yang tetap signifikan. Hasil pemeriksaan asumsi mengindikasikan adanya penyimpangan linearitas pada *problem-focused coping*, sedangkan reliabilitas subskala tergolong rendah ($\alpha = 0{,}416$–$0{,}667$). Temuan ini menunjukkan bahwa ketiga dimensi strategi *coping* secara simultan berkaitan dengan *academic burnout*, tetapi tidak seluruh koefisien parsial menunjukkan signifikansi yang konsisten. Interpretasi hasil perlu mempertimbangkan keterbatasan pengukuran, asumsi linearitas, dan desain penelitian yang tidak memungkinkan penarikan kesimpulan sebab-akibat.

Kata Kunci: strategi coping; academic burnout; regresi linear berganda; siswa SMA

The Relationship Between Coping Strategies and Academic Burnout Among Senior High School Students

ABSTRACT

Academic burnout is a condition of psychological exhaustion that students may experience when facing sustained academic demands. Coping strategies represent a relevant psychological construct to examine in relation to this condition. This study aimed to examine the relationships between three coping dimensions—problem-focused coping, emotion-focused coping, and dysfunctional coping—and academic burnout among eleventh-grade students at SMA Negeri 2 Tasikmalaya. A quantitative cross-sectional correlational design was employed, involving 196 students. Data were collected using the Brief-COPE and an academic burnout instrument adapted from the MBI-SS. Multiple linear regression was used for data analysis. The regression model was statistically significant, $F(3, 192) = 19.103$, $p < .001$, $R^2 = .230$. In the partial analyses, problem-focused coping showed a positive and significant coefficient ($B = 0.912$, $p < .001$). Dysfunctional coping demonstrated a positive and significant coefficient in the main model ($p = .049$), but this association was no longer statistically significant when HC3 robust standard errors were applied ($p = .055$). Emotion-focused coping did not show a significant partial association ($p = .122$). A sensitivity analysis excluding one burnout item indicated that only problem-focused coping remained statistically significant. Assumption testing suggested a departure from linearity for problem-focused coping, while subscale reliability was relatively low ($\alpha = .416$–$.667$). These findings indicate that the three coping dimensions were jointly associated with academic burnout, although not all partial coefficients demonstrated consistent statistical significance. Interpretation should consider measurement limitations, the linearity assumption, and the inability of the cross-sectional design to establish causal relationships.

Keywords: *coping strategies; academic burnout; multiple linear regression; senior high school students*

PENDAHULUAN

Siswa sekolah menengah menghadapi berbagai tuntutan akademik yang berlangsung secara berkelanjutan, seperti penyelesaian tugas, pelaksanaan ujian, dan penilaian hasil belajar. Tuntutan tersebut dapat menjadi sumber tekanan psikologis apabila tidak diimbangi dengan sumber daya dan kemampuan pengelolaan diri yang memadai. Salah satu kondisi yang dapat berkaitan dengan tekanan akademik berkepanjangan adalah *academic burnout*, yaitu keadaan yang ditandai dengan kelelahan akibat tuntutan belajar, berkembangnya sikap sinis atau kecenderungan menjauh dari aktivitas akademik, serta menurunnya keyakinan terhadap kompetensi diri sebagai siswa (Schaufeli et al., 2002).

Secara konseptual, *burnout* mencakup tiga dimensi utama, yaitu *exhaustion*, *cynicism*, dan *reduced efficacy* (Maslach et al., 2001; Schaufeli et al., 2002). Dimensi *exhaustion* menggambarkan kelelahan yang berkaitan dengan tuntutan aktivitas, *cynicism* mencerminkan sikap negatif atau kecenderungan mengambil jarak dari aktivitas yang dijalani, sedangkan *reduced efficacy* berkaitan dengan menurunnya penilaian terhadap kemampuan diri dalam memenuhi tuntutan tersebut. Kerangka *job demands–resources*, yang pada awalnya dikembangkan dalam konteks pekerjaan, menjelaskan bahwa tuntutan yang tinggi dapat berkaitan dengan peningkatan kelelahan ketika sumber daya yang tersedia tidak memadai (Demerouti et al., 2001; Bakker & Demerouti, 2007). Kerangka tersebut dapat digunakan sebagai landasan konseptual secara analogis untuk memahami tekanan akademik yang dialami siswa. Dampak *academic burnout* juga perlu mendapat perhatian karena tidak hanya berkaitan dengan kondisi psikologis, tetapi juga dengan pencapaian akademik. Madigan dan Curran (2021), melalui meta-analisis yang melibatkan lebih dari 100.000 siswa, menemukan bahwa *burnout* berkaitan dengan prestasi akademik yang lebih rendah.

Salah satu aspek psikologis yang relevan untuk dikaji dalam kaitannya dengan *academic burnout* adalah strategi *coping*. Lazarus dan Folkman (1984) menjelaskan bahwa *coping* merupakan upaya kognitif dan perilaku individu dalam mengelola tuntutan yang dinilai membebani atau melampaui sumber daya yang dimiliki. Strategi *coping* dapat digunakan individu untuk menghadapi permasalahan, mengelola respons emosional, maupun merespons situasi yang menimbulkan tekanan. Carver (1997) mengembangkan instrumen Brief-COPE untuk mengukur 14 strategi *coping* yang mencerminkan beragam bentuk respons individu terhadap tekanan. Strategi tersebut tidak selalu memiliki karakteristik adaptif yang sama karena sebagian strategi dapat berkaitan dengan pengelolaan masalah yang lebih konstruktif, sedangkan strategi lainnya dapat menunjukkan pola respons yang kurang adaptif. Dalam konteks perkembangan anak dan remaja, Compas et al. (2017) menunjukkan bahwa strategi *coping* yang lebih adaptif secara umum berkaitan dengan gejala psikopatologi yang lebih rendah.

Meskipun demikian, pengelompokan strategi *coping* ke dalam dimensi yang lebih luas masih menjadi perdebatan dalam literatur. Skinner et al. (2003) mengkritisi keterbatasan sistem klasifikasi *coping*, termasuk pembedaan antara *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping*. Selain itu, Rodrigues et al. (2022) dan Solberg et al. (2022) menunjukkan bahwa struktur faktor tingkat tinggi Brief-COPE tidak selalu konsisten antarpenelitian. Perbedaan struktur tersebut mengindikasikan bahwa pengelompokan strategi *coping* perlu mempertimbangkan karakteristik instrumen, konteks penelitian, dan populasi yang diteliti.

Dalam konteks adaptasi instrumen berbahasa Indonesia, Siaputra et al. (2023) mengkaji validitas isi Brief-COPE dengan menggunakan pengelompokan tiga dimensi, yaitu *problem-focused coping*, *emotion-focused coping*, dan *dysfunctional coping*. Ketiga dimensi tersebut

menggambarkan kelompok strategi yang berbeda dalam merespons tekanan. *Problem-focused coping* berkaitan dengan upaya menghadapi atau menyelesaikan sumber permasalahan, *emotion-focused coping* berkaitan dengan pengelolaan respons emosional, sedangkan *dysfunctional coping* mencakup strategi yang berpotensi kurang adaptif. Namun, penggunaan klasifikasi tersebut tetap memerlukan kehati-hatian karena pengelompokan dimensi belum sepenuhnya menunjukkan konsistensi pada berbagai penelitian.

Berdasarkan pertimbangan tersebut, penelitian ini menggunakan pengelompokan strategi *coping* ke dalam tiga dimensi dan menganalisisnya secara simultan melalui regresi linear berganda. Pendekatan ini memungkinkan pengujian hubungan setiap dimensi *coping* dengan *academic burnout* setelah mempertimbangkan dimensi lainnya dalam model yang sama. Ketiga dimensi tidak digabungkan menjadi satu skor total karena masing-masing merepresentasikan karakteristik strategi *coping* yang berbeda. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan memberikan gambaran yang lebih terperinci mengenai hubungan antara strategi *coping* dan *academic burnout* pada siswa SMA.

Kebaruan penelitian ini terletak pada pendekatan analisis yang digunakan, yaitu pengujian tiga dimensi strategi *coping* secara simultan pada siswa SMA dengan mempertimbangkan karakteristik pengukuran dan kestabilan hasil analisis. Penelitian ini tidak hanya melaporkan koefisien regresi dan signifikansi statistik, tetapi juga menyajikan reliabilitas subskala, pemeriksaan asumsi regresi, serta analisis sensitivitas menggunakan galat baku *robust* HC3, *bootstrap*, dan estimasi ulang dengan mengeluarkan satu butir instrumen *burnout*. Pendekatan tersebut digunakan untuk menilai konsistensi hasil sekaligus mengidentifikasi keterbatasan interpretasi hubungan antarvariabel.

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara *problem-focused coping*, *emotion-focused coping*, dan *dysfunctional coping* dengan *academic burnout* pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Tasikmalaya. Hipotesis penelitian dirumuskan secara nondireksional. Hipotesis pertama (H_1) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *problem-focused coping* dan *academic burnout* setelah dua dimensi *coping* lainnya dikendalikan. Hipotesis kedua (H_2) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *emotion-focused coping* dan *academic burnout* setelah dua dimensi lainnya dikendalikan. Hipotesis ketiga (H_3) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *dysfunctional coping* dan *academic burnout* setelah dua dimensi lainnya dikendalikan. Selanjutnya, hipotesis keempat (H_4) menyatakan bahwa ketiga dimensi strategi *coping* secara simultan memiliki hubungan yang signifikan dengan *academic burnout*.

METODE

Pengukuran strategi *coping* menggunakan instrumen Brief-COPE yang dikembangkan oleh Carver (1997), dengan mengacu pada instrumen yang digunakan dalam penelitian Khaerunnisa serta kajian adaptasi bahasa Indonesia oleh Siaputra et al. (2023). Brief-COPE pada dasarnya terdiri atas 28 butir yang mencakup 14 subdimensi strategi *coping*. Dalam penelitian ini, butir instrumen dikelompokkan ke dalam tiga dimensi utama, yaitu *problem-focused coping*, *emotion-focused coping*, dan *dysfunctional coping*. Namun, data yang tersedia hanya mencakup 27 butir karena butir nomor 23 pada instrumen asli, yang berkaitan dengan *instrumental support*, tidak tersedia dalam data penelitian.

Penyesuaian redaksi pada butir nomor 6, 8, 9, 18, 21, 24, dan 28 mengacu pada versi rekomendasi Siaputra et al. (2023). Meskipun demikian, validitas versi redaksi yang direkomendasikan tersebut belum diuji ulang dalam penelitian sumber. Setiap butir menggunakan empat pilihan respons dengan rentang skor 1–4. Skor setiap dimensi

dihitung melalui penjumlahan butir sesuai pengelompokan yang digunakan, yaitu *problem-focused coping* (PFC) yang terdiri atas lima butir, yakni nomor 2, 7, 10, 14, dan 25; *emotion-focused coping* (EFC) yang terdiri atas delapan butir, yakni nomor 5, 12, 15, 17, 20, 22, 24, dan 27; serta *dysfunctional coping* yang terdiri atas 14 butir, yakni nomor 1, 3, 4, 6, 8, 9, 11, 13, 16, 18, 19, 21, 26, dan 28. Skor ketiga dimensi dianalisis secara terpisah dan tidak digabungkan menjadi satu skor total strategi *coping*.

Variabel *academic burnout* diukur menggunakan instrumen 25 butir yang dalam naskah sumber dinyatakan diadopsi dari penelitian Kusdiantika dengan mengacu pada *Maslach Burnout Inventory–Student Survey* (MBI-SS; Schaufeli et al., 2002). Instrumen tersebut mencakup tiga dimensi, yaitu *exhaustion* sebanyak delapan butir (nomor 1–8), *cynicism* sebanyak delapan butir (nomor 9–16), dan *reduced academic efficacy* sebanyak sembilan butir (nomor 17–25). Skor yang lebih tinggi diinterpretasikan sebagai tingkat *academic burnout* yang lebih tinggi. Butir yang bersifat *unfavorable* dinyatakan telah melalui pembalikan skor sebelum analisis, meskipun identitas butir yang dibalik belum dapat dikonfirmasi berdasarkan dokumentasi instrumen.

MBI-SS pada awalnya dikembangkan dan divalidasi pada populasi mahasiswa (Schaufeli et al., 2002). Sementara itu, *School Burnout Inventory* dikembangkan secara khusus untuk mengukur *burnout* pada siswa sekolah (Salmela-Aro et al., 2009). Dalam penelitian ini, struktur faktor instrumen *academic burnout* yang digunakan pada populasi siswa SMA belum diuji secara khusus. Oleh karena itu, interpretasi skor perlu mempertimbangkan karakteristik dan keterbatasan pengukuran tersebut.

Pengujian validitas butir dilakukan menggunakan korelasi Pearson antara skor butir dan skor total instrumen dengan nilai r tabel sebesar 0,140 pada N = 196 dan taraf signifikansi 5%. Hasil korelasi butir-total tanpa koreksi berkisar antara 0,268–0,502 untuk instrumen strategi *coping* dan 0,213–0,497 untuk instrumen *academic burnout*. Sementara itu, korelasi butir-total terkoreksi (*corrected item-total correlation*) berkisar antara 0,171–0,422 untuk instrumen strategi *coping* dan 0,117–0,414 untuk instrumen *academic burnout*. Seluruh butir strategi *coping* memenuhi kriteria korelasi yang digunakan. Namun, satu butir instrumen *academic burnout*, yaitu Y8, memiliki nilai korelasi terkoreksi sebesar 0,117 sehingga berada di bawah nilai r tabel yang digunakan. Butir tersebut tetap disertakan dalam analisis utama, sedangkan pengaruh pengeluarannya diperiksa melalui analisis sensitivitas.

Pengujian reliabilitas dilakukan menggunakan koefisien Cronbach's alpha untuk mengetahui konsistensi internal instrumen dan subskalanya. Pengolahan data dilakukan menggunakan IBM SPSS Statistics, sedangkan hasil analisis diperiksa kembali melalui replikasi menggunakan data mentah penelitian.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional *cross-sectional*, yaitu pengumpulan data yang dilakukan pada satu periode pengukuran untuk menguji hubungan antarvariabel. Populasi penelitian mencakup seluruh siswa kelas XI SMA Negeri 2 Tasikmalaya yang berjumlah 460 siswa dan tersebar dalam 12 kelas. Penentuan jumlah sampel menggunakan tabel Isaac dan Michael pada taraf kesalahan 5%, sehingga diperoleh kebutuhan sampel sebanyak 198 siswa. Pada pelaksanaannya, terdapat 196 kuesioner yang terisi lengkap dan dapat dianalisis, atau sebesar 98,99% dari jumlah sampel yang direncanakan.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini dilaporkan sebagai *simple random sampling*. Namun, prosedur pengacakan responden belum terdokumentasi secara terperinci. Jumlah responden yang diperoleh dari setiap kelas berkisar antara 11 dan 21 siswa, dengan distribusi yang tidak proporsional terhadap ukuran masing-masing kelas. Kondisi tersebut menjadi salah satu

keterbatasan dalam menilai keterwakilan sampel penelitian.

Analisis data diawali dengan statistik deskriptif untuk memperoleh gambaran skor setiap dimensi strategi *coping* dan *academic burnout*. Kategorisasi dilakukan berdasarkan nilai rata-rata (M) dan simpangan baku (SD) empiris. Kategori rendah ditetapkan apabila $X < M - SD$, kategori sedang apabila $M - SD \leq X \leq M + SD$, dan kategori tinggi apabila $X > M + SD$.

Hubungan bivariat antara dimensi strategi *coping* dan aspek *academic burnout* dianalisis menggunakan korelasi Pearson. Selanjutnya, pengujian hipotesis dilakukan menggunakan regresi linear berganda dengan metode *enter*, yaitu memasukkan ketiga dimensi strategi *coping* secara simultan ke dalam model. Persamaan regresi yang digunakan adalah $Y = a + b_1X_1 + b_2X_2 + b_3X_3$, dengan Y sebagai skor *academic burnout*, X_1 sebagai *problem-focused coping*, X_2 sebagai *emotion-focused coping*, dan X_3 sebagai *dysfunctional coping*. Pengujian statistik dilakukan pada taraf signifikansi 5%.

Sebelum interpretasi hasil regresi, dilakukan pemeriksaan asumsi yang meliputi normalitas residual menggunakan uji Shapiro–Wilk, linearitas menggunakan pengujian suku kuadrat dan *Regression Equation Specification Error Test* (RESET), serta homoskedastisitas menggunakan uji Glejser dan Breusch–Pagan. Multikolinearitas diperiksa melalui nilai *tolerance* dan *variance inflation factor* (VIF), sedangkan keberadaan pencilan dan observasi berpengaruh ditinjau berdasarkan residual terstandar, *leverage*, dan *Cook's distance*. Statistik Durbin–Watson juga dilaporkan sebagai pemeriksaan indikatif terhadap autokorelasi residual.

Untuk menilai kestabilan hasil regresi, dilakukan analisis sensitivitas melalui beberapa pendekatan, yaitu estimasi galat baku *robust* HC3, prosedur *bootstrap* sebanyak 5.000 kali, penambahan suku kuadrat pada variabel *problem-focused coping*, serta estimasi ulang regresi setelah mengeluarkan butir Y8 dari instrumen *academic burnout*, sehingga jumlah butir menjadi 24. Analisis sensitivitas digunakan sebagai pemeriksaan tambahan dan tidak menggantikan model regresi utama.

Hasil

Karakteristik Responden dan Deskripsi Variabel

Penelitian ini melibatkan 196 siswa kelas XI SMA Negeri 2 Tasikmalaya, terdiri atas 103 siswa laki-laki (52,6%) dan 93 siswa perempuan (47,4%). Responden berasal dari 12 kelas dengan jumlah yang bervariasi. Distribusi responden berdasarkan kelas disajikan pada Tabel I.

Tabel I. Responden Berdasarkan Kelas (N = 196)

Kelas	n	Kelas	n
XI A1	19	XI C1	20
XI A2	16	XI C2	13
XI A3	21	XI D1	17
XI A4	14	XI D2	16
XI A5	11	XI D3	18
XI B	18	XI D4	13
Total	**196**		

Catatan: Jumlah responden disajikan berdasarkan data penelitian. Alokasi responden antarkelas tidak proporsional terhadap ukuran masing-masing kelas.

Analisis statistik deskriptif dilakukan untuk mengetahui gambaran skor *problem-focused coping* (PFC), *emotion-focused coping* (EFC), *dysfunctional coping*, dan *academic burnout*. Statistik yang dianalisis meliputi skor minimum, maksimum, rata-rata (M), dan simpangan baku (SD). Hasil analisis disajikan pada Tabel II.

Tabel II. Statistik Deskriptif Variabel Penelitian

Variabel	Min–Maks	M	SD	Batas rendah / tinggi
PFC	5–20	12,32	2,98	9,34/15,29
EFC	9–29	19,99	4,21	15,78/24,20
Dysfunctional coping	20–49	34,92	5,96	28,96/40,88
Academic burnout	40–90	62,11	9,67	52,44/71,78

Catatan: PFC = problem-focused coping; EFC = emotion-focused coping. Kategori rendah ditetapkan pada $X < M - SD$, sedangkan kategori tinggi pada $X > M + SD$.

Berdasarkan Tabel II, rata-rata skor PFC sebesar 12,32 dengan simpangan baku 2,98, sedangkan EFC

memiliki rata-rata 19,99 dengan simpangan baku 4,21. Dimensi *dysfunctional coping* menunjukkan rata-rata sebesar 34,92 dengan simpangan baku 5,96. Sementara itu, skor *academic burnout* memiliki rata-rata sebesar 62,11 dengan simpangan baku 9,67. Perbedaan nilai rata-rata antardimensi *coping* perlu dipahami dengan mempertimbangkan jumlah butir masing-masing dimensi yang tidak sama. Oleh karena itu, skor mentah antardimensi tidak dapat langsung digunakan untuk menyimpulkan bahwa salah satu strategi lebih dominan dibandingkan strategi lainnya.

Selanjutnya, skor responden dikategorikan menjadi rendah, sedang, dan tinggi berdasarkan rata-rata dan simpangan baku empiris. Distribusi kategorisasi disajikan pada Tabel III.

Tabel III. Kategorisasi Skor Variabel Penelitian, n (%)

Variabel	Rendah	Sedang	Tinggi
PFC	36 (18,4)	126 (64,3)	34 (17,3)
EFC	35 (17,9)	126 (64,3)	35 (17,9)
Dysfunctional coping	31 (15,8)	132 (67,3)	33 (16,8)
Academic burnout	26 (13,3)	134 (68,4)	36 (18,4)

Berdasarkan Tabel III, sebagian besar siswa berada pada kategori sedang untuk seluruh dimensi strategi *coping* maupun *academic burnout*. Sebanyak 126 siswa (64,3%) berada pada kategori sedang untuk PFC dan EFC, sedangkan pada dimensi *dysfunctional coping* terdapat 132 siswa (67,3%) yang termasuk kategori sedang. Sementara itu, sebanyak 134 siswa (68,4%) berada pada kategori *academic burnout* sedang, 36 siswa (18,4%) pada kategori tinggi, dan 26 siswa (13,3%) pada kategori rendah. Temuan ini menunjukkan bahwa kategori sedang memiliki proporsi terbesar pada seluruh variabel yang dianalisis berdasarkan kriteria kategorisasi empiris penelitian.

Korelasi Antardimensi Strategi Coping dan Academic Burnout

Analisis korelasi Pearson dilakukan untuk mengetahui arah dan kekuatan hubungan bivariat antara masing-masing dimensi strategi *coping* dan aspek *academic burnout*. Hasil analisis menunjukkan bahwa seluruh dimensi strategi *coping* memiliki korelasi positif dan signifikan dengan aspek *exhaustion*, *cynicism*, *reduced academic efficacy*, serta skor total *academic burnout* ($p < 0,01$). Hasil korelasi disajikan pada Tabel IV.

Tabel IV. Korelasi Pearson antara Dimensi Coping dan Aspek Academic Burnout

Dimensi coping	Exhaustion	Cynicism	Red. efficacy	Total
PFC	0,223	0,355	0,388	0,426
EFC	0,205	0,288	0,310	0,354
Dysfunctional coping	0,274	0,256	0,357	0,392

Catatan: Seluruh koefisien korelasi signifikan pada p < 0,01.

Berdasarkan Tabel IV, PFC memiliki korelasi positif dengan skor total *academic burnout* sebesar r = 0,426, diikuti *dysfunctional coping* sebesar r = 0,392 dan EFC sebesar r = 0,354. Ketiga koefisien tersebut menunjukkan bahwa skor strategi *coping* yang lebih tinggi cenderung berkaitan dengan skor *academic burnout* yang lebih tinggi dalam analisis bivariat. Namun, korelasi tersebut tidak menunjukkan bahwa strategi *coping* menyebabkan peningkatan *academic burnout*.

Analisis juga menunjukkan adanya korelasi positif antardimensi strategi *coping*. PFC berkorelasi dengan EFC sebesar r = 0,450 dan dengan *dysfunctional coping* sebesar r = 0,526, sedangkan korelasi antara EFC dan *dysfunctional coping* sebesar r = 0,604. Keterkaitan antarprediktor ini perlu dipertimbangkan dalam interpretasi regresi linear berganda karena koefisien regresi parsial menggambarkan hubungan suatu prediktor dengan variabel terikat setelah prediktor lainnya diperhitungkan.

Reliabilitas Instrumen

Pengujian reliabilitas dilakukan menggunakan koefisien Cronbach's alpha untuk mengetahui konsistensi internal instrumen dan masing-masing subskala. Hasil pengujian disajikan pada Tabel V.

Tabel V. Reliabilitas Instrumen dan Subskala

Skala	Butir	α
Coping (total)	27	0,769
PFC	5	0,416
EFC	8	0,521
Dysfunctional coping	14	0,584
Academic burnout (total)	25	0,763
Exhaustion	8	0,580
Cynicism	8	0,550
Reduced academic efficacy	9	0,667

Berdasarkan Tabel V, koefisien reliabilitas skor total strategi *coping* sebesar 0,769 dan skor total *academic burnout* sebesar 0,763. Namun, seluruh subskala menunjukkan koefisien reliabilitas di bawah 0,70. Pada strategi *coping*, reliabilitas PFC sebesar 0,416, EFC sebesar 0,521, dan *dysfunctional coping* sebesar 0,584. Sementara itu, reliabilitas aspek *exhaustion* sebesar 0,580, *cynicism* sebesar 0,550, dan *reduced academic efficacy* sebesar 0,667.

Hasil tersebut menunjukkan bahwa konsistensi internal masing-masing subskala masih terbatas. Meskipun koefisien reliabilitas skor total relatif lebih tinggi, hal tersebut tidak secara langsung menunjukkan bahwa setiap dimensi memiliki kualitas pengukuran yang memadai. Oleh karena itu, interpretasi hubungan berdasarkan dimensi strategi *coping* dan aspek *academic burnout* perlu dilakukan secara hati-hati.

Pemeriksaan Asumsi Regresi Linear Berganda

Sebelum dilakukan pengujian hipotesis menggunakan regresi linear berganda, sejumlah asumsi statistik diperiksa, meliputi normalitas residual, multikolinearitas, homoskedastisitas, pencilan, *leverage*, independensi residual, dan linearitas. Hasil pemeriksaan asumsi disajikan pada Tabel VI.

Tabel VI. Hasil Pemeriksaan Asumsi Regresi Linear Berganda

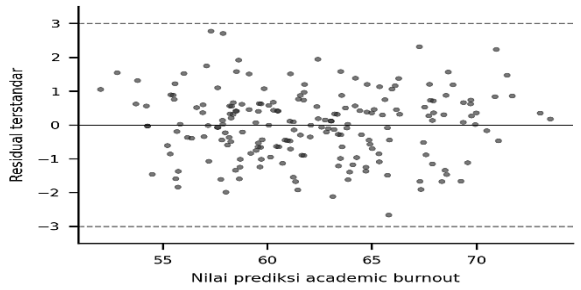
Asumsi	Hasil Pengujian	Penilaian
Normalitas residual	Shapiro–Wilk p = 0,549	Mendukung
Multikolinearitas	VIF = 1,44; 1,64; 1,81 (Tolerance = 0,695; 0,611; 0,554)	Mendukung
Homoskedastisitas	Glejser p = 0,262; 0,843; 0,472 (model p = 0,697); Breusch–Pagan p = 0,860	Mendukung
Outlier	Tidak ada |residual terstandar| > 3 (maks. 2,77); Cook's D maks. = 0,055	Mendukung
Leverage	Maks. = 0,057; 11 kasus > 2k/n (0,041); tidak ada > 3k/n	Dapat diterima
Independensi	Durbin–Watson = 1,856 (urutan baris data, bukan urutan waktu)	Indikatif

Berdasarkan Tabel VI, residual model memenuhi asumsi normalitas berdasarkan uji Shapiro–Wilk (p = 0,549). Nilai VIF berkisar antara 1,44 dan 1,81, sedangkan nilai *tolerance* berkisar antara 0,554 dan 0,695, sehingga tidak terdapat indikasi multikolinearitas yang serius berdasarkan kriteria pemeriksaan yang digunakan. Hasil uji Glejser dan Breusch–Pagan juga tidak menunjukkan adanya heteroskedastisitas yang signifikan.

Pemeriksaan pencilan menunjukkan bahwa tidak terdapat residual terstandar dengan nilai absolut melebihi 3, sedangkan nilai maksimum *Cook's distance* sebesar 0,055. Nilai *leverage* maksimum sebesar 0,057 masih berada di bawah ambang 3k/n yang digunakan dalam penelitian. Statistik Durbin–Watson sebesar 1,856 dilaporkan sebagai pemeriksaan indikatif, dengan mempertimbangkan bahwa urutan observasi didasarkan pada baris data dan bukan urutan waktu.

Berbeda dengan asumsi lainnya, pemeriksaan linearitas menunjukkan adanya indikasi penyimpangan pada hubungan PFC dengan *academic burnout*. Suku kuadrat PFC memiliki nilai signifikansi sebesar 0,002, sedangkan pengujian tiga suku kuadrat secara bersama menghasilkan p = 0,008. Sementara itu, uji RESET menunjukkan p = 0,057, yang mendekati tetapi tidak melewati batas signifikansi 0,05. Temuan ini menunjukkan bahwa hubungan PFC dengan *academic burnout* kemungkinan tidak sepenuhnya dapat direpresentasikan oleh model linear sederhana.

Pemeriksaan pola residual secara visual disajikan melalui Gambar 1.



Gambar 1. *Scatterplot residual terstandar terhadap nilai prediksi academic burnout*

Hasil Regresi Linear Berganda

Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan regresi linear berganda dengan tiga dimensi strategi *coping* sebagai variabel prediktor dan *academic burnout* sebagai variabel terikat. Hasil analisis menunjukkan bahwa model regresi secara keseluruhan signifikan secara statistik, $F(3, 192) = 19{,}103$; $p < 0{,}001$. Nilai koefisien korelasi berganda sebesar $R = 0{,}479$ dengan koefisien determinasi $R^2 = 0{,}230$ dan R^2 terkoreksi sebesar 0,218.

Nilai R^2 sebesar 0,230 menunjukkan bahwa ketiga dimensi strategi *coping* secara bersama-sama menjelaskan sekitar 23,0% variasi skor *academic burnout* dalam sampel penelitian. Sementara itu, sekitar 77,0% variasi skor tidak dijelaskan oleh model regresi yang digunakan. Nilai koefisien determinasi tersebut menggambarkan kemampuan penjelasan statistik model, bukan besarnya pengaruh kausal strategi *coping* terhadap *academic burnout*. Hasil pengujian koefisien regresi parsial disajikan pada Tabel VII.

Tabel VII. Hasil Regresi Linear Berganda terhadap Prediktor Academic Burnout

Prediktor	B	SE	β	t	p
Konstanta	35,570	3,803	–	9,352	< 0,001
PFC	0,912	0,247	0,281	3,694	< 0,001
EFC	0,289	0,186	0,126	1,551	0,122
Dysfunctional coping	0,273	0,138	0,168	1,979	0,049

Catatan: R = 0,479; R^2 = 0,230; R^2 terkoreksi = 0,218; SE estimasi = 8,553; F(3, 192) = 19,103; p < 0,001. B = koefisien regresi tidak terstandar; β = koefisien regresi terstandar.

Berdasarkan Tabel VII, PFC menunjukkan koefisien regresi positif dan signifikan secara statistik ($B = 0{,}912$; $p < 0{,}001$). Dalam model linear yang digunakan, kenaikan satu poin skor PFC berkaitan dengan kenaikan estimasi skor *academic burnout* sebesar 0,912 poin ketika EFC dan *dysfunctional coping* dipertahankan konstan. Namun, interpretasi tersebut berlaku dalam kerangka model linear dan perlu mempertimbangkan indikasi penyimpangan linearitas yang ditemukan pada pemeriksaan asumsi.

Dimensi EFC menunjukkan koefisien regresi positif ($B = 0{,}289$), tetapi tidak signifikan secara statistik pada taraf 5% ($p = 0{,}122$). Hasil ini menunjukkan bahwa setelah kedua dimensi *coping* lainnya diperhitungkan, belum diperoleh bukti statistik yang memadai mengenai hubungan parsial EFC dengan *academic burnout* dalam model tersebut. Temuan ini tidak dapat digunakan untuk menyimpulkan bahwa EFC sama sekali tidak berkaitan dengan *academic burnout*.

Sementara itu, *dysfunctional coping* menunjukkan koefisien positif sebesar $B = 0{,}273$ dengan nilai $p = 0{,}049$. Meskipun memenuhi kriteria signifikansi pada taraf 5% dalam model utama, nilai tersebut berada sangat dekat dengan batas signifikansi. Oleh karena itu, temuan ini memerlukan interpretasi yang hati-hati dan pemeriksaan tambahan melalui analisis sensitivitas.

Analisis Sensitivitas

Analisis sensitivitas dilakukan untuk mengevaluasi kestabilan hasil regresi melalui estimasi galat baku *robust* HC3, prosedur *bootstrap* sebanyak 5.000 kali, model dengan suku kuadrat PFC, serta estimasi ulang setelah mengeluarkan satu butir instrumen *academic burnout*. Analisis tersebut digunakan sebagai pemeriksaan tambahan dan tidak menggantikan model regresi utama.

Hasil estimasi menggunakan galat baku *robust* HC3 dan interval kepercayaan *bootstrap* disajikan pada Tabel VIII.

Tabel VIII. Hasil Analisis Sensitivitas Menggunakan HC3 dan Bootstrap (5.000 Kali)

Prediktor	t (HC3)	p (HC3)	Bootstrap 95% CI B
PFC	3,635	< 0,001	0,42–1,39
EFC	1,512	0,132	−0,09–0,66
Dysfunctional coping	1,932	0,055	0,001–0,54

Berdasarkan Tabel VIII, PFC tetap menunjukkan koefisien yang signifikan secara statistik setelah digunakan galat baku *robust* HC3 (p < 0,001). Sementara itu, EFC tetap tidak signifikan (p = 0,132). Koefisien *dysfunctional coping* yang sebelumnya signifikan pada model utama menjadi tidak signifikan berdasarkan estimasi HC3 (p = 0,055). Interval kepercayaan *bootstrap* untuk *dysfunctional coping* berada pada rentang 0,001–0,54, dengan batas bawah yang sangat dekat dengan nol. Perbedaan hasil antarpendekatan ini menunjukkan bahwa bukti statistik mengenai hubungan parsial *dysfunctional coping* dengan *academic burnout* belum sepenuhnya stabil.

Analisis sensitivitas juga dilakukan dengan menambahkan suku kuadrat PFC yang telah dipusatkan ke dalam model regresi terpisah. Hasil analisis menunjukkan peningkatan koefisien determinasi dari R^2 = 0,230 menjadi R^2 = 0,267, atau meningkat sebesar 0,037. Nilai R^2 terkoreksi pada model tersebut sebesar 0,252. Koefisien suku kuadrat PFC menunjukkan nilai B = 0,171 dengan SE = 0,055 dan p = 0,002.

Hasil tersebut mengindikasikan adanya pola hubungan nonlinear antara PFC dan *academic burnout*. Dalam rentang skor PFC rendah hingga sedang, hubungan parsial tampak relatif datar, sedangkan pada skor yang lebih tinggi, khususnya sekitar 15–20, estimasi skor *academic burnout* cenderung meningkat. Dengan demikian, model regresi linear utama memberikan representasi yang lebih sederhana terhadap hubungan yang kemungkinan memiliki pola melengkung.

Analisis sensitivitas berikutnya dilakukan dengan mengeluarkan butir Y8 dari instrumen *academic burnout* karena nilai korelasi butir-total terkoreksinya berada di bawah kriteria yang digunakan. Setelah pengeluaran butir tersebut, instrumen *academic burnout* terdiri atas 24 butir dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,765. Model regresi menghasilkan R^2 = 0,225 dan F(3, 192) = 18,606; p < 0,001. Hasil koefisien regresi parsial disajikan pada Tabel IX.

Tabel IX. Analisis Sensitivitas tanpa butir Y8 (24 butir; eksploratori)

Prediktor	B	SE	t	p
PFC	0,890	0,244	3,653	< 0,001
EFC	0,322	0,184	1,751	0,082
Dysfunctional coping	0,239	0,136	1,753	0,081

Catatan: Analisis ini bersifat eksploratori dan dilakukan untuk memeriksa kestabilan hasil setelah pengeluaran butir Y8.

Berdasarkan Tabel IX, PFC tetap menunjukkan koefisien positif dan signifikan secara statistik (B = 0,890; p < 0,001). Sebaliknya, EFC tidak signifikan pada taraf 5% (p = 0,082), demikian pula *dysfunctional coping* (p = 0,081). Hasil tersebut menunjukkan bahwa signifikansi *dysfunctional coping* pada model utama sensitif terhadap perubahan komposisi instrumen *academic burnout*. Secara keseluruhan, PFC merupakan dimensi yang menunjukkan signifikansi statistik paling konsisten pada berbagai model yang diuji, meskipun interpretasi koefisiennya tetap dibatasi oleh rendahnya reliabilitas subskala dan indikasi hubungan nonlinear.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga dimensi strategi *coping* secara simultan memiliki hubungan yang signifikan secara statistik dengan *academic burnout* pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Tasikmalaya. Nilai koefisien determinasi sebesar R^2 = 0,230 menunjukkan bahwa model yang melibatkan *problem-focused coping*, *emotion-focused coping*, dan *dysfunctional coping* menjelaskan sekitar 23,0% variasi skor *academic burnout* dalam sampel penelitian. Sementara itu, sekitar 77,0% variasi skor tidak dijelaskan oleh model. Temuan ini menunjukkan bahwa

strategi *coping* merupakan salah satu konstruk psikologis yang berkaitan dengan *academic burnout*, tetapi bukan satu-satunya aspek yang relevan dalam memahami kondisi tersebut. Selain itu, koefisien determinasi tidak menunjukkan hubungan sebab-akibat karena penelitian ini menggunakan desain korelasional *cross-sectional*.

Interpretasi hasil juga perlu membedakan hubungan bivariat dan hubungan parsial. Korelasi PFC dengan *academic burnout* sebesar r = 0,426 menunjukkan hubungan positif ketika kedua variabel dianalisis secara langsung. Sementara itu, koefisien regresi PFC sebesar B = 0,912 menggambarkan hubungan parsial setelah EFC dan *dysfunctional coping* diperhitungkan dalam model yang sama. Perbedaan kedua koefisien tersebut menunjukkan bahwa hasil analisis bivariat tidak dapat disamakan dengan hasil regresi berganda. Signifikansi statistik juga perlu dibedakan dari kekuatan hubungan dan relevansi praktis temuan penelitian.

Salah satu hasil yang menonjol adalah koefisien positif dan signifikan pada dimensi *problem-focused coping*. Temuan ini berbeda dari kecenderungan teoretis yang mengaitkan strategi *coping* adaptif dengan tingkat permasalahan psikologis yang lebih rendah (Compas et al., 2017). Meskipun demikian, hasil penelitian ini tidak menunjukkan bahwa penggunaan PFC menyebabkan peningkatan *academic burnout*. Terdapat beberapa kemungkinan penjelasan teoretis yang dapat dipertimbangkan, tetapi tidak diuji secara langsung dalam penelitian ini.

Pertama, strategi *coping* dapat dipahami sebagai respons terhadap tuntutan yang dinilai membebani individu (Lazarus & Folkman, 1984). Dalam konteks akademik, siswa yang mengalami tekanan atau kelelahan belajar lebih tinggi mungkin juga lebih sering menggunakan strategi pemecahan masalah untuk menghadapi tuntutan tersebut. Oleh karena itu, hubungan positif antara PFC dan *academic burnout* dapat mencerminkan keterlibatan siswa dalam menghadapi tekanan, bukan akibat negatif dari strategi pemecahan masalah itu sendiri. Kedua, skor Brief-COPE menggambarkan frekuensi penggunaan strategi, tetapi tidak secara langsung menunjukkan efektivitas strategi dalam menyelesaikan permasalahan. Dengan demikian, siswa yang sering menggunakan PFC belum tentu memperoleh hasil penanganan tekanan yang efektif.

Ketiga, tuntutan akademik yang dihadapi siswa kelas XI dapat berkaitan dengan meningkatnya kebutuhan untuk menyelesaikan berbagai permasalahan belajar. Siswa yang mengalami tuntutan akademik tinggi mungkin menunjukkan frekuensi penggunaan PFC yang lebih tinggi sekaligus mengalami kelelahan akademik. Namun, penjelasan tersebut masih bersifat hipotetis karena tingkat tuntutan akademik tidak diukur sebagai variabel tersendiri. Keempat, analisis sensitivitas menunjukkan adanya indikasi pola hubungan nonlinear antara PFC dan *academic burnout*, dengan peningkatan estimasi skor *burnout* yang lebih jelas pada tingkat PFC tinggi. Temuan tersebut menunjukkan bahwa hubungan PFC dengan *academic burnout* kemungkinan lebih kompleks daripada hubungan linear sederhana. Kelima, reliabilitas subskala PFC yang rendah (α = 0,416) serta tidak tersedianya satu butir instrumen membatasi ketepatan pengukuran dimensi tersebut.

Pada dimensi *emotion-focused coping*, hasil regresi menunjukkan koefisien positif yang tidak signifikan secara statistik pada model utama (p = 0,122) maupun analisis sensitivitas tanpa butir Y8 (p = 0,082). Namun, korelasi bivariat antara EFC dan *academic burnout* tetap menunjukkan hubungan positif (r = 0,354). Perbedaan tersebut dapat dipahami dengan mempertimbangkan adanya hubungan antarvariabel prediktor. EFC berkorelasi dengan PFC sebesar r = 0,450 dan dengan *dysfunctional coping* sebesar r = 0,604. Keterkaitan tersebut menunjukkan bahwa sebagian variasi yang berhubungan dengan EFC juga dapat berkaitan dengan dimensi *coping* lainnya. Oleh karena itu, tidak signifikannya koefisien

parsial EFC tidak dapat digunakan untuk menyimpulkan bahwa EFC sama sekali tidak memiliki keterkaitan dengan *academic burnout*.

Dimensi *dysfunctional coping* menunjukkan hasil yang berbeda pada beberapa pendekatan analisis. Pada model regresi utama, koefisiennya positif dan signifikan secara statistik dengan p = 0,049. Namun, signifikansi tersebut tidak bertahan ketika digunakan galat baku *robust* HC3 (p = 0,055) maupun ketika butir Y8 dikeluarkan dari instrumen *academic burnout* (p = 0,081). Selain itu, interval kepercayaan *bootstrap* memiliki batas bawah yang sangat dekat dengan nol. Perbedaan hasil tersebut menunjukkan bahwa bukti statistik mengenai hubungan parsial *dysfunctional coping* dengan *academic burnout* belum cukup stabil untuk menghasilkan kesimpulan yang tegas. Dengan demikian, hasil analisis perlu dipahami sebagai indikasi hubungan yang masih memerlukan pengujian lebih lanjut.

Kualitas pengukuran menjadi salah satu pertimbangan penting dalam menafsirkan hasil penelitian. Seluruh subskala strategi *coping* memiliki koefisien reliabilitas di bawah 0,70, yaitu PFC sebesar 0,416, EFC sebesar 0,521, dan *dysfunctional coping* sebesar 0,584. Kondisi serupa ditemukan pada subskala *academic burnout*, yaitu *exhaustion* sebesar 0,580, *cynicism* sebesar 0,550, dan *reduced academic efficacy* sebesar 0,667. Koefisien tersebut menunjukkan bahwa konsistensi internal masing-masing dimensi masih terbatas. Reliabilitas yang rendah dapat meningkatkan kesalahan pengukuran sehingga estimasi hubungan antarvariabel menjadi kurang presisi.

Dari aspek validitas isi, Siaputra et al. (2023) melaporkan bahwa hanya delapan dari 14 butir pada dimensi *dysfunctional coping* memenuhi kriteria *discriminant content validity*. Empat butir yang berkaitan dengan *venting* dan *humor* dinilai lebih dekat dengan *emotion-focused coping*, sedangkan dua butir lainnya dinilai tidak merepresentasikan strategi *coping*. Selain itu, satu butir EFC, yaitu butir nomor 24, dinilai tidak mengukur strategi *coping* secara memadai. Redaksi instrumen yang digunakan dalam penelitian ini mengacu pada versi rekomendasi yang belum diuji ulang secara menyeluruh. Oleh karena itu, interpretasi skor berdasarkan dimensi perlu dilakukan dengan mempertimbangkan keterbatasan validitas isi dan kualitas pengukuran tersebut.

Keterbatasan pengelompokan dimensi strategi *coping* juga telah dibahas dalam literatur. Rodrigues et al. (2022) dan Solberg et al. (2022) menunjukkan bahwa struktur faktor tingkat tinggi Brief-COPE tidak selalu konsisten antarpenelitian. Skinner et al. (2003) juga mengkritisi keterbatasan pengelompokan strategi *coping* berdasarkan kategori *problem-focused* dan *emotion-focused*. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa penggunaan struktur tiga dimensi dalam penelitian ini memerlukan dukungan pengujian psikometrik lebih lanjut. Dengan demikian, koefisien regresi yang diperoleh perlu dipahami sebagai estimasi berdasarkan struktur pengukuran yang digunakan, bukan sebagai gambaran definitif mengenai hubungan setiap dimensi strategi *coping* dengan *academic burnout*.

Dalam konteks bimbingan dan konseling, hasil penelitian ini memberikan informasi awal mengenai pentingnya memahami strategi yang digunakan siswa ketika menghadapi tekanan akademik. Temuan bahwa PFC memiliki koefisien positif menunjukkan bahwa frekuensi penggunaan strategi pemecahan masalah tidak dapat langsung disamakan dengan keberhasilan mengatasi tekanan. Oleh karena itu, guru BK perlu memperhatikan tidak hanya jenis strategi yang digunakan siswa, tetapi juga kesesuaian, pelaksanaan, dan efektivitas strategi tersebut dalam menghadapi permasalahan akademik.

Implikasi layanan dapat diarahkan pada fungsi preventif, pengembangan, dan responsif. Melalui bimbingan klasikal, guru BK dapat memberikan materi mengenai pengenalan gejala *academic burnout*, identifikasi sumber tekanan akademik, pengelolaan waktu belajar, serta

pemilihan strategi *coping* yang sesuai dengan situasi. Bimbingan kelompok dapat difokuskan pada pengembangan keterampilan pemecahan masalah, pengelolaan emosi, dan evaluasi efektivitas strategi yang telah digunakan siswa. Sementara itu, konseling individual dapat diberikan kepada siswa yang menunjukkan tingkat *academic burnout* tinggi dan membutuhkan pendampingan lebih personal, terutama apabila disertai kesulitan pengelolaan tekanan dan penggunaan strategi yang kurang adaptif.

Selain itu, asesmen berkala terhadap gejala *exhaustion* dapat dipertimbangkan sebagai salah satu bagian dari pemetaan kebutuhan layanan BK. Pentingnya perhatian terhadap *academic burnout* didukung oleh Madigan dan Curran (2021), yang menemukan adanya hubungan antara *burnout* dan prestasi akademik yang lebih rendah. Namun, rekomendasi pengembangan layanan tersebut merupakan implikasi praktis dari temuan korelasional, bukan bukti bahwa suatu bentuk intervensi telah terbukti efektif dalam penelitian ini.

Penelitian ini memiliki sejumlah keterbatasan yang perlu dipertimbangkan. Pertama, desain korelasional *cross-sectional* dengan data yang diperoleh melalui laporan diri (*self-report*) tidak memungkinkan penarikan kesimpulan mengenai hubungan sebab-akibat. Hubungan positif yang ditemukan juga dapat mencerminkan kemungkinan bahwa siswa dengan *academic burnout* lebih tinggi meningkatkan penggunaan strategi *coping* sebagai respons terhadap tekanan yang dialami. Kedua, pemeriksaan asumsi menunjukkan adanya indikasi hubungan nonlinear pada PFC, sehingga model regresi linear utama berpotensi menyederhanakan pola hubungan yang sebenarnya. Ketiga, signifikansi parsial *dysfunctional coping* tidak konsisten pada analisis sensitivitas, sedangkan EFC tidak signifikan dalam model regresi, sehingga interpretasi hubungan setiap dimensi masih memerlukan kehati-hatian.

Keempat, reliabilitas seluruh subskala berada di bawah 0,70 dan validitas isi sejumlah butir *dysfunctional coping* masih memiliki keterbatasan. Kelima, satu butir instrumen *academic burnout*, yaitu Y8, memiliki korelasi butir-total terkoreksi sebesar 0,117 yang tidak memenuhi kriteria yang digunakan, meskipun dampak pengeluarannya telah diperiksa melalui analisis sensitivitas. Keenam, satu butir Brief-COPE, yaitu nomor 23, tidak tersedia dalam data penelitian sehingga dimensi PFC hanya terdiri atas lima butir. Ketujuh, prosedur pemilihan sampel secara acak belum terdokumentasi secara memadai, sedangkan distribusi responden antarkelas tidak proporsional terhadap ukuran kelas.

Kedelapan, sumber adaptasi instrumen *academic burnout* yang terdiri atas 25 butir serta identitas butir yang memerlukan pembalikan skor belum dapat dikonfirmasi secara lengkap. Kondisi ini menjadi perhatian karena MBI-SS pada awalnya dikembangkan dan divalidasi pada populasi mahasiswa, bukan secara khusus pada siswa SMA. Kesembilan, penelitian hanya dilakukan pada satu sekolah sehingga generalisasi hasil pada populasi siswa SMA yang lebih luas perlu dilakukan secara hati-hati.

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan adanya hubungan statistik antara dimensi strategi *coping* dan *academic burnout*, dengan PFC sebagai dimensi yang menunjukkan signifikansi paling konsisten pada berbagai analisis. Meskipun demikian, keterbatasan reliabilitas, validitas isi, asumsi linearitas, dan karakteristik desain penelitian perlu menjadi pertimbangan utama dalam menafsirkan temuan serta merumuskan implikasinya bagi layanan bimbingan dan konseling.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tiga dimensi strategi *coping*, yaitu *problem-focused coping*, *emotion-focused coping*, dan *dysfunctional coping*, secara simultan memiliki hubungan yang signifikan secara statistik dengan *academic burnout*

pada siswa kelas XI SMA Negeri 2 Tasikmalaya. Model regresi linear berganda menghasilkan $F(3, 192) = 19{,}103$ dengan $p < 0{,}001$ dan $R^2 = 0{,}230$, yang menunjukkan bahwa ketiga dimensi strategi *coping* secara bersama-sama menjelaskan sekitar 23,0% variasi skor *academic burnout* dalam sampel penelitian. Secara parsial, *problem-focused coping* menunjukkan koefisien positif yang signifikan dan relatif konsisten pada berbagai analisis. Sementara itu, *emotion-focused coping* tidak menunjukkan hubungan parsial yang signifikan, sedangkan signifikansi *dysfunctional coping* pada model utama tidak bertahan setelah dilakukan analisis sensitivitas.

Temuan tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara strategi *coping* dan *academic burnout* tidak dapat ditafsirkan secara sederhana berdasarkan anggapan bahwa semakin sering siswa menggunakan strategi pemecahan masalah, semakin rendah tingkat kelelahan akademiknya. Namun, penelitian ini tidak dapat menjelaskan arah sebab-akibat antara kedua variabel. Interpretasi hasil juga perlu mempertimbangkan adanya indikasi hubungan nonlinear pada PFC, reliabilitas subskala yang rendah, serta keterbatasan validitas isi dan kelengkapan instrumen.

Dalam konteks bimbingan dan konseling, hasil penelitian dapat menjadi salah satu dasar bagi guru BK untuk mengembangkan layanan yang membantu siswa mengenali gejala *academic burnout*, memahami strategi *coping* yang digunakan, serta mengevaluasi kesesuaian dan efektivitas strategi tersebut dalam menghadapi tekanan akademik. Layanan dapat dilaksanakan melalui bimbingan klasikal, bimbingan kelompok, konseling individual, dan asesmen berkala sesuai kebutuhan siswa.

Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain longitudinal atau eksperimental untuk memperoleh pemahaman yang lebih baik mengenai kemungkinan arah hubungan antarvariabel. Selain itu, diperlukan perbaikan dan pengujian ulang kualitas psikometrik instrumen, dokumentasi prosedur pengambilan sampel yang lebih terperinci, pengujian hubungan nonlinear PFC, serta pelibatan variabel lain, seperti beban akademik dan dukungan sosial, untuk memperluas pemahaman mengenai faktor-faktor yang berkaitan dengan *academic burnout* pada siswa SMA.

REFERENSI

Bakker, A. B., & Demerouti, E. (2007). The Job Demands–Resources model: State of the art. *Journal of Managerial Psychology, 22*(3), 309–328. https://doi.org/10.1108/02683940710733115

Carver, C. S. (1997). You want to measure coping but your protocol's too long: Consider the Brief COPE. *International Journal of Behavioral Medicine, 4*(1), 92–100. https://doi.org/10.1207/s15327558ijbm0401_6

Compas, B. E., Jaser, S. S., Bettis, A. H., Watson, K. H., Gruhn, M. A., Dunbar, J. P., Williams, E., & Thigpen, J. C. (2017). Coping, emotion regulation, and psychopathology in childhood and adolescence: A meta-analysis and narrative review. *Psychological Bulletin, 143*(9), 939–991. https://doi.org/10.1037/bul0000110

Demerouti, E., Bakker, A. B., Nachreiner, F., & Schaufeli, W. B. (2001). The job demands–resources model of burnout. *Journal of Applied Psychology, 86*(3), 499–512. https://doi.org/10.1037/0021-9010.86.3.499

Khaerunnisa, C. D. (2025). *Pengaruh strategi coping terhadap perasaan kesepian pada siswa* [Skripsi, Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya]. https://repository.umtas.ac.id/2835/

Kusdiantika, V., Sulistiana, D., & Isti'adah, F. N. (2026). An overview of academic burnout among vocational high school students. *QUANTA: Kajian Bimbingan dan Konseling dalam Pendidikan, 10*(1), 122–132. https://doi.org/10.22460/quanta.v10i1.6392

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company.

Madigan, D. J., & Curran, T. (2021). Does burnout affect academic achievement? A meta-analysis of over 100,000 students. *Educational Psychology Review,*

33(2), 387–405. https://doi.org/10.1007/s10648-020-09533-1

Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job burnout. *Annual Review of Psychology, 52*, 397–422. https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397

Rodrigues, F., Figueiredo, N., Rodrigues, J., Ferreira, R., Hernández-Mendo, A., & Monteiro, D. (2022). A comprehensive review and bifactor modeling analysis of the Brief COPE. *INQUIRY: The Journal of Health Care Organization, Provision, and Financing, 59*, 469580221108127. https://doi.org/10.1177/00469580221108127

Salmela-Aro, K., Kiuru, N., Leskinen, E., & Nurmi, J.-E. (2009). School Burnout Inventory (SBI): Reliability and validity. *European Journal of Psychological Assessment, 25*(1), 48–57. https://doi.org/10.1027/1015-5759.25.1.48

Schaufeli, W. B., Martínez, I. M., Pinto, A. M., Salanova, M., & Bakker, A. B. (2002). Burnout and engagement in university students: A cross-national study. *Journal of Cross-Cultural Psychology, 33*(5), 464–481. https://doi.org/10.1177/0022022102033005003

Siaputra, I. B., Rasyida, A., Ramadhanty, A. M., & Triwijati, N. K. E. (2023). Exploring the usefulness of the Brief COPE in clinical and positive psychology: A discriminant content validity study. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi, 8*(1), 163–180. https://doi.org/10.21580/pjpp.v8i1.15063

Skinner, E. A., Edge, K., Altman, J., & Sherwood, H. (2003). Searching for the structure of coping: A review and critique of category systems for classifying ways of coping. *Psychological Bulletin, 129*(2), 216–269. https://doi.org/10.1037/0033-2909.129.2.216

Solberg, M. A., Gridley, M. K., & Peters, R. M. (2022). The factor structure of the Brief COPE: A systematic review. *Western Journal of Nursing Research, 44*(6), 612–627. https://doi.org/10.1177/0193945921101204