E-ISSN: 3031-8629
P-ISSN: 3032-3258
Halaman 407-425
Volume 3 Nomor 4 Tahun 2026

Hubungan *Burnout Akademik* dengan Sikap Apatis Belajar Serta Peran *Self Branding* Pada Siswa

Sabit Tohari [1], Mirza Yogy Kurniawan [2]
Program Studi Bimbingan dan Konseling[1]
Program Studi Teknik Informatika[2]
Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari[1,2]
e-mail: sabittohari6@gmail.com , mirza.yogy@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan burnout akademik dengan sikap apatis belajar serta menguji peran self branding sebagai variabel moderator pada siswa. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Sampel penelitian berjumlah 125 siswa yang dipilih menggunakan teknik proportional random sampling. Pengumpulan data menggunakan tiga instrumen, yaitu Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS) sebanyak 15 item untuk mengukur burnout akademik, Skala Sikap Apatis Belajar sebanyak 15 item, dan Skala Self Branding sebanyak 12 item. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif, uji normalitas, uji linearitas, korelasi Pearson Product Moment, serta Moderated Regression Analysis (MRA) menggunakan PROCESS Macro Hayes Model 1. Hasil penelitian menunjukkan bahwa burnout akademik memiliki hubungan positif yang signifikan dengan sikap apatis belajar ($r = 0{,}691$; $p < 0{,}001$). Self branding memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan burnout akademik ($r = -0{,}561$; $p < 0{,}001$) dan sikap apatis belajar ($r = -0{,}634$; $p < 0{,}001$). Hasil analisis moderasi digunakan untuk menguji apakah self branding mengubah kekuatan hubungan antara burnout akademik dan sikap apatis belajar. Kesimpulan mengenai fungsi moderasi ditentukan berdasarkan signifikansi koefisien interaksi burnout akademik × self branding serta analisis conditional effect dan simple slopes. Temuan penelitian menunjukkan pentingnya memperhatikan burnout akademik dan pengembangan self branding dalam layanan Bimbingan dan Konseling sebagai bagian dari upaya mendukung

keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran.

Kata kunci: *burnout* akademik, sikap apatis belajar, *self branding, moderasi*

Abstract

This study aimed to examine the relationship between academic burnout and learning apathy and to investigate the role of self-branding as a moderator in the relationship between academic burnout and learning apathy among students. This study employed a quantitative approach with a correlational research design. The sample consisted of 125 students selected using proportional random sampling. Data were collected using three research instruments: the Maslach Burnout Inventory–Student Survey (MBI-SS) consisting of 15 items to measure academic burnout, a 15-item Learning Apathy Scale, and a 12-item Self-Branding Scale. Data were analyzed using descriptive statistics, normality and linearity tests, Pearson Product-Moment correlation, and Moderated Regression Analysis (MRA) using Hayes' PROCESS Macro Model 1. The results showed a significant positive relationship between academic burnout and learning apathy ($r = 0.691$; $p < 0.001$). Self-branding was significantly and negatively correlated with academic burnout ($r = -0.561$; $p < 0.001$) and learning apathy ($r = -0.634$; $p < 0.001$). The moderation analysis was conducted to determine whether self-branding changes the strength of the relationship between academic burnout and learning apathy. The conclusion regarding the moderating effect is determined based on the significance of the academic burnout × self-branding interaction coefficient, as well as the conditional effects and simple slopes analyses. These findings highlight the importance of addressing academic burnout and developing students' self-branding as part of Guidance and Counseling services to support students' engagement in the learning process.

Keywords: *academic burnout, learning apathy, self-branding, moderation,*

LATAR BELAKANG

Pendidikan merupakan proses penting dalam mengembangkan potensi siswa secara optimal. Namun dalam proses pembelajaran, siswa sering menghadapi berbagai tuntutan akademik seperti tugas yang banyak, tekanan nilai, persaingan akademik, serta ekspektasi dari orang tua dan guru. Kondisi tersebut dapat memunculkan kelelahan akademik atau *burnout* akademik. *Burnout* akademik merupakan kondisi kelelahan fisik, emosional, dan mental yang disebabkan oleh tekanan belajar yang berkepanjangan. Burnout ditandai dengan kelelahan emosional, sikap sinis terhadap tugas sekolah, serta menurunnya rasa percaya diri terhadap kemampuan akademik (Mustaotinah, Arumsari & Isti'adah, 2026).

Fenomena *burnout* akademik semakin banyak ditemukan pada siswa sekolah menengah. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa banyak siswa mengalami kejenuhan belajar akibat tuntutan akademik yang tinggi dan lingkungan belajar yang kurang mendukung (Mahmudah & Muali, 2026). *The Influence of Learning Environment and Social Support on Academic Burnout of High School Students*. *Burnout* akademik dapat berdampak pada berbagai aspek psikologis siswa, salah satunya adalah munculnya sikap apatis terhadap belajar. Sikap apatis belajar merupakan kondisi ketika siswa menunjukkan ketidakpedulian, kurangnya motivasi, serta rendahnya keterlibatan dalam proses pembelajaran. Siswa yang mengalami burnout cenderung kehilangan minat belajar, merasa lelah secara mental, dan menunjukkan sikap tidak peduli terhadap kegiatan akademik. Penelitian menunjukkan bahwa *burnout* akademik berkaitan dengan menurunnya motivasi belajar serta prestasi akademik siswa (Rossanti & Mudhar, 2025).

Menurut Maisyaroh & Kholisna (2024) Pengaruh Burnout Akademik terhadap Motivasi Belajar Peserta Didik. Selain faktor tekanan akademik, perkembangan teknologi dan media sosial juga mempengaruhi psikologis remaja. Pada era digital saat ini, remaja mulai membangun *self branding* atau citra diri di media sosial sebagai bentuk representasi identitas diri. *Self branding* merupakan proses individu membangun citra diri positif melalui perilaku, komunikasi, dan aktivitas yang menunjukkan identitas serta nilai

personalnya. Dalam konteks remaja, *self branding* dapat menjadi sarana untuk meningkatkan kepercayaan diri, identitas diri, serta motivasi dalam mencapai tujuan pribadi (Ramadhan, Santoso, Ulya & Pranata, 2026).

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan di SMPN 5 Banjarmasin, ditemukan beberapa fenomena yang berkaitan dengan kondisi psikologis siswa dalam kegiatan pembelajaran. Observasi dilakukan pada kegiatan belajar di kelas serta interaksi siswa selama proses pembelajaran berlangsung. Dari hasil pengamatan, terlihat bahwa sebagian siswa menunjukkan tanda-tanda kelelahan belajar seperti kurang antusias mengikuti pelajaran, tidak aktif bertanya, serta sering menunjukkan sikap tidak peduli terhadap tugas yang diberikan guru.

Selain observasi kelas, peneliti juga melakukan wawancara awal dengan guru Bimbingan dan Konseling (BK) di sekolah tersebut. Berdasarkan hasil wawancara, guru BK menyampaikan bahwa dalam beberapa waktu terakhir terdapat peningkatan keluhan dari guru mata pelajaran mengenai siswa yang tampak kurang termotivasi dalam belajar. Guru BK menyatakan bahwa sebagian siswa sering mengeluhkan banyaknya tugas, merasa jenuh dengan kegiatan belajar yang monoton, serta mengalami kesulitan untuk mempertahankan konsentrasi selama pembelajaran. Kondisi tersebut menyebabkan beberapa siswa menjadi kurang peduli terhadap hasil akademiknya dan cenderung mengerjakan tugas sekadarnya.Guru BK juga menjelaskan bahwa terdapat siswa yang mulai menunjukkan gejala burnout akademik, seperti mudah merasa lelah secara emosional ketika menghadapi tugas sekolah, kehilangan minat terhadap pelajaran tertentu, serta menunjukkan sikap acuh terhadap kegiatan belajar. Bahkan, dalam beberapa kasus, siswa lebih memilih untuk diam di kelas, tidak terlibat dalam diskusi, atau menunda pengerjaan tugas hingga batas waktu terakhir.

Hasil wawancara dengan beberapa siswa juga menunjukkan fenomena yang serupa. Beberapa siswa mengungkapkan bahwa mereka merasa lelah dan jenuh dengan kegiatan belajar yang padat, terutama ketika harus menyelesaikan banyak tugas dalam waktu yang bersamaan. Salah satu siswa menyatakan bahwa ia sering merasa tidak memiliki semangat untuk belajar karena merasa tugas yang diberikan terlalu banyak dan

sulit dipahami. Akibatnya, siswa tersebut lebih memilih untuk tidak terlalu memikirkan hasil belajar dan hanya berusaha menyelesaikan tugas sekadarnya.

Selain itu, beberapa siswa juga mengungkapkan bahwa mereka kurang percaya diri dalam menunjukkan kemampuan akademik di depan teman-temannya. Sebagian siswa merasa bahwa mereka tidak memiliki kelebihan tertentu yang dapat ditunjukkan kepada orang lain, sehingga mereka cenderung bersikap pasif dalam kegiatan belajar di kelas. Kondisi ini menunjukkan bahwa kemampuan self branding siswa, yaitu kemampuan untuk mengenali dan menampilkan potensi diri secara positif, masih belum berkembang secara optimal.

Dari hasil observasi dan wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat fenomena kelelahan akademik (burnout akademik) yang dialami oleh sebagian siswa, yang kemudian berdampak pada munculnya sikap apatis dalam belajar. Selain itu, rendahnya kemampuan siswa dalam mengenali dan menampilkan potensi dirinya juga menjadi faktor yang diduga dapat mempengaruhi bagaimana siswa memandang proses belajar. Oleh karena itu, penelitian mengenai hubungan antara burnout akademik dengan sikap apatis belajar serta peran self branding pada siswa menjadi penting untuk dilakukan guna memahami kondisi psikologis siswa secara lebih mendalam serta merumuskan strategi intervensi yang tepat melalui layanan bimbingan dan konseling di sekolah.Siswa yang memiliki *self branding positif* cenderung memiliki tujuan yang jelas, percaya diri, serta memiliki motivasi untuk menunjukkan kemampuan terbaiknya. Sebaliknya, siswa yang mengalami burnout akademik mungkin mengalami kesulitan dalam membangun citra diri positif sehingga berdampak pada meningkatnya sikap apatis terhadap belajar.

Berdasarkan uraian tersebut, tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara burnout akademik dengan sikap apatis belajar serta mengidentifikasi peran self branding sebagai moderator dalam hubungan antara burnout akademik dan sikap apatis belajar pada siswa SMPN 5 Banjarmasin.

METODE

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain korelasional untuk mengetahui hubungan dan tingkat hubungan antara dua variabel atau lebih tanpa ada upaya untuk mempengaruhi varibel tersebut sehingga tidak terdapat manipulasi variabel.



Gambar 1. Desain Penelitian

Gambar di atas menunjukkan desain penelitian korelasional yang menggambarkan hubungan antara *burnout* akademik sebagai variabel bebas (X) dengan sikap apatis belajar sebagai variabel terikat (Y) pada siswa. Panah yang mengarah dari *burnout* akademik menuju sikap apatis belajar menunjukkan adanya dugaan hubungan antara kedua variabel tersebut.

Selain itu, *self branding* (Z) berperan sebagai variabel yang mempengaruhi hubungan antara *burnout* akademik dan sikap apatis belajar. *Self branding* menggambarkan kemampuan siswa dalam membangun citra diri positif, kepercayaan diri, dan identitas akademik. Dalam penelitian ini, *self branding* diduga dapat memperkuat atau memperlemah hubungan antara *burnout* akademik dengan sikap apatis belajar pada siswa. Penelitian ini mengkaji Hubungan *Burnout* Akademik Dengan Sikap Apatis Belajar Serta Peran *Self Branding* Pada Siswa. Yang menjadi subjek dalam penelitian ini adalah Siswa kelas 7 dan 8 di SMPN 5 Banjarmasin sebanyak 125 siswa.

Instrument yang digunakan adalah skala *Burnout* Akademik Maslach *Burnout Inventory-Student Survey* (MBI-SS) yang dikembangkan oleh Schaufeli et al dalam Illah (2022), Skala Sikap Apatis Belajar dari penelitian Husein (2016) dan Skala *Self Branding* dari penelitian Maulana dkk (2024). Alternatif pilihan jawaban yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan skala likert, yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS),

dan sangat tidak sesuai (STS).

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan Uji Normalitas dan linearitas sebagai prasyarat analisis korelasi Pearson dengan Uji Normalitas residual, linearitas, homoskedastisitas, multikolinearitas, independensi, dan pemeriksaan observasi berpengaruh sebagai diagnostik regresi moderasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan pada 125 siswa yang ditetapkan sebagai sampel penelitian dengan menggunakan teknik proportional random sampling. Teknik tersebut digunakan untuk memperoleh sampel yang proporsional dari setiap kelompok atau bagian populasi sesuai dengan jumlah siswa yang tersedia. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan tiga instrumen penelitian yang disusun berdasarkan masing-masing variabel penelitian, yaitu *Maslach Burnout Inventory-Student Survey* (MBI-SS) sebanyak 15 item untuk mengukur *burnout* akademik, Skala Sikap Apatis Belajar sebanyak 15 item untuk mengukur sikap apatis belajar, serta Skala Self Branding sebanyak 12 item untuk mengukur self branding. Seluruh instrumen menggunakan skala Likert dengan rentang skor 1–5, sehingga setiap responden memberikan jawaban berdasarkan tingkat kesesuaian terhadap setiap pernyataan yang diberikan. Data yang diperoleh dari ketiga instrumen tersebut selanjutnya digunakan untuk melakukan analisis deskriptif dan pengujian hipotesis guna mengetahui hubungan antara burnout akademik, sikap apatis belajar, dan self branding pada siswa.

1. Analisis Deskriptif Variabel Penelitian

Tabel.1 Statistik Deskriptif Variabel Penelitian

Variabel	N	Skor Minimum	Skor Maksimum	Mean	SD
Burnout Akademik	125	28	69	49,87	8,46
Sikap Apatis Belajar	125	25	71	48,15	9,18
Self Branding	125	26	58	44,72	6,34

Berdasarkan Tabel.1 diketahui bahwa rata-rata *burnout* akademik siswa sebesar 49,87, sedangkan rata-rata sikap apatis belajar sebesar 48,15. Rata-rata self branding siswa sebesar 44,72, yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki kemampuan

membangun citra diri yang berada pada kategori sedang hingga tinggi.

2. Kategorisasi Variabel Penelitian

Tabel.2 Kategori *Burnout* Akademik

Kategori	Interval	Frekuensi	Persentase
Rendah	<42	28	22,4%
Sedang	42–57	69	55,2%
Tinggi	>57	28	22,4%
Total		125	100%

Secara keseluruhan, dari 125 siswa, mayoritas berada pada kategori burnout akademik sedang, yaitu sebanyak 69 siswa (55,2%), sedangkan kategori rendah dan tinggi masing-masing berjumlah 28 siswa (22,4%). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tingkat *burnout* akademik siswa dalam penelitian ini secara umum berada pada kategori sedang.

Tabel.3 Kategori Sikap Apatis Belajar

Kategori	Frekuensi	Persentase
Rendah	31	24,8%
Sedang	67	53,6%
Tinggi	27	21,6%
Total	125	100%

Sebagian besar siswa memiliki sikap apatis belajar pada kategori sedang, mayoritas berada pada kategori sikap apatis belajar sedang, yaitu sebanyak 67 siswa (53,6%). Sementara itu, 31 siswa (24,8%) berada pada kategori rendah dan 27 siswa (21,6%) berada pada kategori tinggi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa sikap apatis belajar siswa dalam penelitian ini secara umum berada pada kategori sedang.

Tabel.4 Kategori Self Branding

Kategori	Frekuensi	Persentase
Rendah	24	19,2%
Sedang	70	56,0%
Tinggi	31	24,8%
Total	125	100%

Secara keseluruhan, dari 125 siswa, mayoritas berada pada kategori self branding sedang, yaitu sebanyak 70 siswa (56,0%), sedangkan 24 siswa (19,2%) berada pada kategori rendah dan 31 siswa (24,8%) berada pada kategori tinggi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tingkat self branding siswa dalam penelitian ini secara umum berada pada kategori sedang.

3. Uji Normalitas

Tabel.5 Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov

Variabel	Sig.	Keterangan
Burnout Akademik	0,200	Normal
Sikap Apatis Belajar	0,176	Normal
Self Branding	0,095	Normal

Berdasarkan Tabel 5, hasil uji normalitas menggunakan Kolmogorov-Smirnov menunjukkan bahwa seluruh variabel penelitian memiliki nilai signifikansi lebih besar dari 0,05. Variabel *burnout* akademik memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,200, variabel sikap apatis belajar sebesar 0,176, dan variabel self branding sebesar 0,095.

Karena seluruh nilai signifikansi tersebut lebih besar dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa data pada variabel *burnout* akademik, sikap apatis belajar, dan self branding berdistribusi normal.

4. Uji Linearitas

Tabel.6 Hasil Uji Linearitas

Hubungan Variabel	Sig. Deviation from Linearity	Keterangan
Burnout–Apatis	0,271	Linear
Self Branding–Burnout	0,318	Linear
Self Branding–Apatis	0,226	Linear

Berdasarkan Tabel 6, hasil uji linearitas menunjukkan bahwa seluruh hubungan antarvariabel memiliki nilai Sig. Deviation from Linearity > 0,05. Hubungan antara *burnout* akademik dan sikap apatis belajar memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,271, hubungan self branding dan burnout akademik sebesar 0,318, serta hubungan *self branding* dan sikap apatis belajar sebesar 0,226.

Karena seluruh nilai signifikansi tersebut lebih besar dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat penyimpangan yang signifikan dari hubungan linear pada masing-masing pasangan variabel. Dengan demikian, hubungan antara burnout akademik dengan sikap apatis belajar, *self branding* dengan burnout akademik, serta self branding dengan sikap apatis belajar dinyatakan linear.

Hasil ini menunjukkan bahwa asumsi linearitas telah terpenuhi, sehingga analisis lanjutan yang mensyaratkan hubungan linear antarvariabel dapat dilakukan.

5. Pengujian Hipotesis

Hipotesis Pertama

Analisis dilakukan menggunakan korelasi Pearson.

Tabel.7 Korelasi Burnout Akademik dengan Sikap Apatis Belajar

Variabel	R	Sig.	Interpretasi
Burnout Akademik ↔ Sikap Apatis Belajar	0,691	0,000	Positif kuat

Nilai korelasi sebesar r = 0,691 dengan signifikansi 0,000 (<0,05) menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara *burnout* akademik dengan sikap apatis belajar.

Koefisien determinasi:

$$\boldsymbol{R^2 = (0,691)^2 = 0,477}$$

Artinya, burnout akademik memberikan kontribusi sebesar 47,7% terhadap variasi sikap apatis belajar, sedangkan 52,3% dipengaruhi faktor lain.

Dengan demikian, hipotesis pertama diterima.

Hipotesis Kedua

Tabel.8 Korelasi Self Branding dengan Variabel Penelitian

Hubungan Variabel	R	Sig.	Interpretasi
Self Branding ↔ Burnout Akademik	-0,561	0,000	Negatif sedang
Self Branding ↔ Sikap Apatis Belajar	-0,634	0,000	Negatif kuat

Hasil analisis menunjukkan bahwa *self branding* berhubungan negatif dengan burnout akademik maupun sikap apatis belajar. Semakin tinggi *self branding* siswa maka semakin rendah *burnout* akademik yang dialami serta semakin rendah kecenderungan munculnya sikap apatis belajar. Dengan demikian hipotesis kedua diterima.

Hipotesis Ketiga

Pengujian dilakukan menggunakan analisis mediasi PROCESS Hayes Model 4.

Tabel.9 Analisis Jalur

Hubungan	β	SE	T	Sig.
Burnout → Self Branding	-0,482	0,055	-8,76	0,000
Self Branding → Sikap Apatis	-0,314	0,068	-4,62	0,000
Burnout → Sikap Apatis	0,529	0,061	8,67	0,000

Secara keseluruhan, hasil analisis jalur menunjukkan bahwa *burnout* akademik berpengaruh negatif dan signifikan terhadap *self branding*, *self branding* berpengaruh negatif dan signifikan terhadap sikap apatis belajar, serta *burnout* akademik berpengaruh positif dan signifikan terhadap sikap apatis belajar. Temuan tersebut juga menunjukkan bahwa *self branding* berpotensi berperan sebagai variabel mediator dalam hubungan antara *burnout* akademik dan sikap apatis belajar. Namun, untuk menyatakan bahwa mediasi tersebut signifikan, perlu dilakukan uji efek tidak langsung (*indirect effect*) atau uji mediasi.

Tabel.10 Pengaruh Langsung dan Tidak Langsung

Jenis Pengaruh	Koefisien	BootLLCI	BootULCI
Direct Effect	0,529	0,412	0,648
Indirect Effect	0,151	0,083	0,239

Interval kepercayaan bootstrap tidak melewati angka nol, sehingga pengaruh tidak langsung dinyatakan signifikan. Karena pengaruh langsung *burnout* akademik terhadap sikap apatis belajar tetap signifikan setelah memasukkan *self branding* sebagai mediator, maka *self branding* berperan sebagai mediator parsial (partial mediation). Dengan demikian hipotesis ketiga diterima.

Tabel.11 Ringkasan Hasil Pengujian Hipotesis

Hipotesis	Hasil Analisis	Keputusan
H1	Burnout akademik berhubungan positif dengan sikap apatis belajar (r = 0,691; p < 0,001)	Diterima
H2	Self branding berhubungan negatif dengan burnout akademik (r = -0,561; p < 0,001)	Diterima
	Self branding berhubungan negatif dengan sikap apatis belajar (r = -0,634; p < 0,001)	Diterima
H3	Self branding memediasi secara parsial hubungan burnout akademik dengan sikap apatis belajar (Indirect Effect = 0,151; CI 95% = 0,083–0,239)	Diterima

Secara keseluruhan, hasil pengujian menunjukkan bahwa *burnout* akademik memiliki hubungan positif dan signifikan dengan sikap apatis belajar, sedangkan self branding memiliki hubungan negatif dan signifikan dengan *burnout* akademik maupun sikap apatis belajar. Selanjutnya, self branding terbukti berperan sebagai mediator parsial dalam hubungan antara *burnout* akademik dan sikap apatis belajar.

Temuan ini mengindikasikan bahwa burnout akademik tidak hanya berkaitan secara langsung dengan meningkatnya sikap apatis belajar, tetapi juga berkaitan secara tidak langsung melalui self branding. Dengan demikian, penguatan self branding dapat menjadi salah satu aspek yang perlu dipertimbangkan dalam upaya mengurangi kecenderungan sikap apatis belajar pada siswa yang mengalami burnout akademik.

PEMBAHASAN

1. Hubungan *Burnout* Akademik dengan Sikap Apatis Belajar

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *burnout* akademik memiliki hubungan positif yang signifikan dengan sikap apatis belajar pada siswa. Hasil analisis korelasi Pearson menunjukkan koefisien korelasi sebesar r = 0,691 dengan p < 0,001, yang menunjukkan hubungan positif dengan kekuatan yang relatif kuat. Temuan tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi burnout akademik yang dialami siswa, semakin tinggi pula kecenderungan siswa menunjukkan sikap apatis dalam belajar.

Secara psikologis, *burnout* akademik dapat berkaitan dengan kelelahan yang muncul akibat tuntutan akademik yang berlangsung secara terus-menerus. Kondisi tersebut dapat diikuti oleh berkurangnya energi, menurunnya minat terhadap aktivitas akademik, serta munculnya sikap negatif atau menjaga jarak terhadap aktivitas belajar. Dengan demikian, ketika siswa mengalami tuntutan akademik yang dirasakan semakin berat sementara sumber daya psikologis untuk menghadapinya terbatas, keterlibatan dalam pembelajaran dapat menurun dan perilaku apatis lebih mudah muncul.

Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian Cong et al. (2024) terhadap 197 pembelajar EFL yang menemukan bahwa *burnout* akademik berhubungan secara berlawanan dengan *learning engagement* dan *academic self-efficacy*. Penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa keterlibatan belajar dan efikasi akademik memiliki hubungan penting dengan *burnout*. Temuan ini memperkuat pemahaman bahwa *burnout* bukan hanya berkaitan dengan kelelahan akademik, tetapi juga dengan menurunnya keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran.

Hasil yang lebih baru juga ditunjukkan oleh Jin et al. (2025) dalam penelitian terhadap 1.030 siswa remaja. Penelitian tersebut menemukan adanya hubungan yang signifikan antara *academic self-concept*, *academic burnout*, dan *learning engagement*. Academic self-concept dan burnout bahkan berperan sebagai mediator berantai dalam hubungan antara ketidakseimbangan usaha-imbalan dengan keterlibatan belajar. Temuan tersebut menunjukkan bahwa kondisi psikologis siswa berkaitan erat dengan kemampuan mereka untuk tetap terlibat dalam aktivitas pembelajaran.

Dengan demikian, hasil penelitian ini memberikan indikasi bahwa *burnout* akademik merupakan salah satu kondisi psikologis yang perlu diperhatikan dalam memahami munculnya sikap apatis belajar siswa. Namun demikian, karena penelitian ini menggunakan desain korelasional, hubungan yang ditemukan tidak dapat diinterpretasikan sebagai bukti bahwa burnout akademik secara kausal menyebabkan sikap apatis belajar. Faktor lain yang tidak diteliti juga mungkin berkontribusi terhadap munculnya sikap apatis.

2. Hubungan *Self Branding* dengan *Burnout* Akademik

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self branding* memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan burnout akademik, dengan nilai r = -0,561 dan p < 0,001. Hasil tersebut menunjukkan bahwa siswa dengan skor self branding yang lebih tinggi cenderung memiliki skor *burnout* akademik yang lebih rendah.Dalam konteks penelitian ini, *self branding* dapat dipahami sebagai kemampuan siswa dalam mengenali, mengembangkan, dan mengomunikasikan karakteristik, potensi, kompetensi, serta citra positif dirinya secara adaptif. Siswa yang memiliki persepsi positif terhadap kompetensi dan karakteristik dirinya berpotensi mempunyai sumber daya psikologis yang lebih baik dalam menghadapi tuntutan akademik.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Alghtany et al. (2024) yang menunjukkan adanya hubungan antara *professional self-concept* dan *academic burnout* pada mahasiswa keperawatan. Penelitian tersebut menyimpulkan bahwa penguatan konsep diri profesional dapat menjadi sumber daya psikologis positif yang membantu mahasiswa menghadapi *burnout*.Temuan serupa juga terlihat pada penelitian Jin et al. (2025) yang menunjukkan bahwa *academic self-concept* memiliki keterkaitan dengan academic burnout dan learning engagement pada siswa remaja. Peneliti menekankan pentingnya perhatian terhadap konsep diri akademik yang negatif dan burnout karena keduanya berkaitan dengan keterlibatan siswa dalam pembelajaran.

Dengan demikian, hasil penelitian ini dapat dipahami bahwa *self branding* yang positif dapat menjadi salah satu sumber daya internal siswa dalam menghadapi tuntutan akademik. Ketika siswa mengenali potensi dan kompetensi dirinya secara realistis, siswa dapat memiliki persepsi kemampuan diri yang lebih positif sehingga lebih mampu menghadapi tuntutan belajar.

Akan tetapi, perlu diperhatikan bahwa self branding tidak identik dengan *self-concept* atau *self-efficacy*. Oleh karena itu, penelitian-penelitian mengenai *self-concept* dan *self-efficacy* digunakan sebagai dukungan konseptual, bukan sebagai bukti empiris langsung mengenai *self branding*.

3. Hubungan Self Branding dengan Sikap Apatis Belajar

Hasil penelitian selanjutnya menunjukkan bahwa self branding memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan sikap apatis belajar, dengan nilai r = -0,634 dan p < 0,001. Artinya, semakin tinggi *self branding* siswa, semakin rendah kecenderungan sikap apatis belajar.Hubungan tersebut dapat dijelaskan melalui kemungkinan adanya sumber daya psikologis internal yang mendukung keterlibatan siswa dalam pembelajaran. Siswa yang memiliki pemahaman yang lebih positif terhadap potensi dan kompetensi dirinya cenderung lebih mampu melihat dirinya sebagai individu yang memiliki kemampuan untuk berkembang. Persepsi tersebut dapat mendukung keterlibatan, motivasi, dan kemauan untuk menghadapi tuntutan pembelajaran.

Penelitian Cong et al. (2024) memberikan dukungan terhadap argumentasi tersebut. Dalam penelitian terhadap pembelajar EFL, *academic self-efficacy* dan *learning engagement* berkaitan dengan *burnout,* dan peningkatan sumber daya psikologis tersebut berhubungan dengan kondisi akademik yang lebih adaptif. Sementara itu, Jin et al. (2025) menemukan bahwa *academic self-concept* dan *academic burnout* berkaitan dengan learning engagement pada siswa remaja. Hasil tersebut memperlihatkan bahwa persepsi siswa terhadap dirinya dalam konteks akademik dan kondisi burnout mempunyai keterkaitan dengan tingkat keterlibatan dalam belajar.

Berdasarkan hasil tersebut, *self branding* dalam penelitian ini dapat dipandang sebagai salah satu faktor psikologis yang berpotensi berkaitan dengan keterlibatan siswa dalam pembelajaran. Siswa yang mampu mengembangkan citra diri akademik yang positif berpotensi lebih mampu mempertahankan keterlibatan dalam aktivitas pembelajaran sehingga kecenderungan untuk bersikap apatis menjadi lebih rendah.

4. Peran Self Branding sebagai Moderator Hubungan *Burnout* Akademik dengan Sikap Apatis Belajar

Untuk hipotesis ketiga, penelitian ini menguji apakah *self branding* memoderasi hubungan antara *burnout* akademik dengan sikap apatis belajar. Berbeda dengan hubungan langsung pada H1 dan H2, pengujian ini tidak hanya melihat apakah *self branding* berhubungan dengan *burnout* atau sikap apatis, tetapi apakah tingkat *self*

branding mengubah kekuatan hubungan *burnout* akademik dengan sikap apatis belajar.

Model moderasi menempatkan *burnout* akademik sebagai variabel prediktor (X), sikap apatis belajar sebagai variabel kriterium (Y), dan *self branding* sebagai moderator (W). Oleh karena itu, parameter utama yang harus diperhatikan adalah interaksi antara burnout akademik dan self branding (X × W).Secara konseptual, apabila koefisien interaksi *Burnout* Akademik × *Self Branding* bernilai negatif dan signifikan, maka hasil tersebut mendukung hipotesis bahwa self branding memperlemah hubungan positif antara *burnout* akademik dan sikap apatis belajar. Dengan kata lain, pada siswa dengan *self branding* yang lebih tinggi, peningkatan burnout akademik diharapkan berkaitan dengan peningkatan sikap apatis yang lebih kecil dibandingkan siswa dengan *self branding* yang lebih rendah.

Pendekatan ini sejalan dengan konsep analisis interaksi dalam penelitian psikologi, yaitu moderator digunakan untuk menjelaskan kapan atau pada kondisi apa suatu hubungan menjadi lebih kuat atau lebih lemah. Baranger et al. (2023) menjelaskan bahwa analisis interaksi digunakan untuk menguji apakah hubungan antara suatu prediktor dan *outcome* berubah bergantung pada tingkat variabel moderator.Temuan penelitian terbaru mengenai sumber daya psikologis siswa memberikan dasar teoritis bagi kemungkinan pola tersebut. Alghtany et al. (2024) menunjukkan bahwa konsep diri profesional dapat menjadi sumber daya positif yang berkaitan dengan *burnout* pada mahasiswa, sedangkan Jin et al. (2025) menunjukkan keterkaitan antara *academic self-concept*, *academic burnout*, dan *learning engagement* pada siswa remaja.

Dengan demikian, apabila hasil PROCESS Hayes Model 1 menunjukkan interaksi yang signifikan dan *conditional effect* memperlihatkan bahwa hubungan *burnout* akademik dengan sikap apatis belajar semakin lemah pada *self branding* tinggi, maka dapat disimpulkan bahwa self branding berfungsi sebagai moderator yang bersifat protektif dalam hubungan tersebut.Namun, istilah "protektif" harus digunakan secara hati-hati. Hasil penelitian korelasional menunjukkan adanya pola hubungan yang konsisten dengan fungsi protektif, tetapi belum membuktikan bahwa peningkatan self branding secara kausal akan mencegah atau mengurangi burnout maupun apatisme.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai "Hubungan *Burnout* Akademik dengan Sikap Apatis Belajar serta Peran *Self Branding* pada Siswa", yang melibatkan 125 siswa, dapat disimpulkan sebagai berikut:

Terdapat hubungan positif yang signifikan antara burnout akademik dengan sikap apatis belajar pada siswa. Hasil uji korelasi Pearson menunjukkan nilai r = 0,691 dengan p < 0,001. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi burnout akademik, semakin tinggi pula kecenderungan sikap apatis belajar pada siswa. Sebaliknya, siswa dengan tingkat burnout akademik yang lebih rendah cenderung menunjukkan sikap apatis belajar yang lebih rendah.

Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara self branding dengan burnout akademik pada siswa. Hasil analisis menunjukkan nilai r = -0,561 dengan p < 0,001. Artinya, semakin tinggi self branding siswa, semakin rendah tingkat burnout akademik yang ditunjukkan dalam penelitian ini.

Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara self branding dengan sikap apatis belajar pada siswa. Hasil analisis menunjukkan nilai r = -0,634 dengan p < 0,001. Hal ini menunjukkan bahwa siswa dengan self branding yang lebih tinggi cenderung memiliki sikap apatis belajar yang lebih rendah.

Self branding diuji sebagai variabel moderator dalam hubungan antara burnout akademik dengan sikap apatis belajar. Pengujian dilakukan menggunakan Moderated Regression Analysis (MRA) atau PROCESS Macro Hayes Model 1. Kesimpulan mengenai H3 harus didasarkan pada signifikansi interaksi burnout akademik × self branding, bukan pada korelasi langsung antara self branding dengan variabel lainnya. Apabila koefisien interaksi negatif dan signifikan, maka self branding dapat dinyatakan memperlemah hubungan positif antara burnout akademik dan sikap apatis belajar. Hasil *conditional effect* dan *simple slopes* selanjutnya digunakan untuk memperjelas pola moderasi tersebut.

Secara keseluruhan, penelitian menunjukkan bahwa burnout akademik, sikap apatis belajar, dan self branding merupakan variabel yang saling berkaitan dalam konteks kondisi psikologis dan keterlibatan belajar siswa. Burnout akademik berkaitan dengan

meningkatnya sikap apatis belajar, sedangkan self branding berkaitan dengan rendahnya burnout akademik dan rendahnya sikap apatis belajar. Temuan ini memberikan implikasi bagi layanan Bimbingan dan Konseling, khususnya dalam upaya deteksi dini burnout akademik, penguatan potensi dan citra diri positif siswa, serta peningkatan keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran.

DAFTAR PUSTAKA

Alghtany, S., Madhuvu, A., Fooladi, E., & Crawford, K. (2024). Assessment of academic burnout and professional self-concept in undergraduate nursing students: A cross-sectional study. *Journal of Professional Nursing*, *52*, 7-14.

Baranger, D. A., Finsaas, M. C., Goldstein, B. L., Vize, C. E., Lynam, D. R., & Olino, T. M. (2023). Tutorial: Power analyses for interaction effects in cross-sectional regressions. *Advances in Methods and Practices in Psychological Science*, *6*(3), 25152459231187531.

Blbas, H. T. A., Mansurzada, A. E., & Hasanov, T. (2025). Data-Informed Professional Development for Strengthening Teacher Assessment Literacy in the Digital Era. *Edu Spectrum: Journal of Multidimensional Education*, *2*(2), 115-137.

Cong, Y., Yang, L., & Ergün, A. L. P. (2024). Exploring the relationship between burnout, learning engagement and academic self-efficacy among EFL learners: A structural equation modeling analysis. *Acta Psychologica*, *248*, 104394.

Husein, M. M. (2016). *Hubungan reactive teaching dengan pereduksian sikap apatis siswa dalam mata pelajaran Sejarah Kebudayaan Islam di MTs NU Mafatihul Ulum Sidorekso Kaliwungu Kudus tahun pelajaran 2016/2017* (Skripsi). Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri Kudus.

Illah, A. R. (2022). *Academic burnout siswa kelas XI MIPA SMAN 3 Karawang pada mata pelajaran kimia* (Bachelor's thesis, Jakarta: FITK UIN Syarif Hidayatullah Jakarta).

Jin, G., Wang, Q., Lei, J., Chen, Y., & Liu, S. (2025). The Relationship Between Effort–Reward Imbalance and Learning Engagement: The Chain‐Mediating Role of Academic Self‐Concept and Academic Burnout. *Psychology in the Schools*, *62*(3), 899-907.

Liu, Y., Sun, J., Yang, B., Li, Y., Shi, P., Li, X., ... & Lu, W. (2026). Impact of self-directed learning ability on undergraduate nursing students' learning engagement: the chain-mediating role of academic buoyancy and academic burnout in a cross-sectional study. *BMJ open*, *16*(1), e106817.

Mahmudah, N. A. R. A. A., & Muali, C. (2026). Pendampingan Inovasi Pembelajaran Berbasis Media Visual untuk Mengurangi Kejenuhan Belajar Peserta Didik. *Salwatuna: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, *6*(1), 63-74.

Maisyaroh, S., & Kholisna, T. (2024). Pengaruh academic burnout terhadap motivasi belajar mahasiswa. *Psikodinamika: Jurnal Literasi Psikologi*, *4*(1), 001-014.

Maulana, T., Mawarni, A. S., Salsabila, R. I., Kirani, D. A., Khasanah, P. N., & Nugraha, J. T. (2025). Analisis Self-branding: Persepsi Mahasiswa Universitas Tidar terhadap Prabowo Subianto. *ANTASENA: Governance and Innovation Journal*, *3*(1), 160-175.

Mustaotinah, D. M. S., Arumsari, C., & Isti'adah, F. N. L. (2026). Strategi Coping Siswa Dalam Mengelola Burnout Akademik. *EDU SOCIATA (JURNAL PENDIDIKAN SOSIOLOGI)*, *9*(1), 137-144.

Ramadhan, A. D., Santoso, H., Ulya, E. D., & Pranata, R. T. H. (2026). Penggunaan Instagram dalam Membentuk Personal Branding Siswa SMAN 5 Bogor Angkatan 2026. *Edutik: Jurnal Pendidikan Teknologi Informasi dan Komunikasi*, *6*(1), 1-15.

Rossanti, T., & Mudhar, M. (2025). The Relationship between Self-efficacy and Academic Stress among College Students. *QUANTA: Kajian Bimbingan dan Konseling dalam Pendidikan*, *9*(2), 164-170.