

HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN *BURNOUT* AKADEMIK PADA MAHASISWA YANG MELAKSANAKAN PEMBELAJARAN JARAK JAUH DI MASA PANDEMI *COVID-19*

Fachrul Rahman Hartono^{1*}, Duryati²

^{1,2}Departemen Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Negeri Padang

E-mail: hartono.fachrul@gmail.com

ABSTRAK

Dimasa pandemi covid-19 melanda dunia, proses pembelajaran jarak jauh yang dilaksanakan menunjukkan adanya kesenjangan dengan pelaksanaan proses pembelajaran sebelum adanya pandemi. Selama pandemi, mahasiswa mengalami berkurangnya rasa motivasi, kelelahan secara fisik maupun mental, hingga kejenuhan kronis dan stress berkepanjangan. Tujuan Penelitian ini adalah untuk melihat hubungan dukungan sosial dengan *burnout* akademik pada mahasiswa yang melakukan pembelajaran jarak jauh, Desain penelitian ini adalah kuantitatif korelasional karena bertujuan untuk mencari hubungan dua buah variabel atau lebih. Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data dengan skala sikap model Likert yang terdiri dari 2 angket yaitu dari skala dukungan sosial dan skala *burnout* akademik. Alat ukur yang digunakan merupakan peneliti konstruksi sendiri dari teori Sarafino untuk dukungan sosial dan untuk *burnout* peneliti konstruksi juga dari teori Maslach et al. Kedua skala tersebut kemudian disebarluaskan secara daring menggunakan media Google form kepada subjek. Berdasarkan uji korelasi diatas didapatkan hasil nilai signifikansi .002 ($p < 0,05$) dengan nilai $r = -0,500$. Maka dari itu bisa diambil kesimpulan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan *burnout* akademik, H_a diterima dan H_0 ditolak.

Kata kunci: *Dukungan sosial; burnout; pembelajaran online; covid-19*

ABSTRACT

During the COVID-19 pandemic that swept the world, the implementation of distance learning revealed disparities compared to the pre-pandemic learning processes. Throughout the pandemic, students experienced a decrease in motivation, physical and mental fatigue, chronic boredom, and prolonged stress. The objective of this research is to examine the relationship between social support and academic burnout among students engaged in distance learning. The research design is quantitative correlational, aiming to explore the relationship between two or more variables. Data collection employed Likert scale attitude surveys, consisting of two questionnaires on social support and academic burnout. The measurement tools were constructed by the researcher, drawing from Sarafino's theory for social support and Maslach et al.'s theory for burnout. Both scales were then distributed online via Google Forms to the subjects. Based on the correlation test, the obtained significance value was .002 ($p < 0.05$) with a correlation coefficient of $r = -0.500$. Therefore, it can be concluded that there is a significant relationship between social support and academic burnout, supporting the acceptance of the alternative hypothesis (H_a) and rejection of the null hypothesis (H_0).

Kata kunci: *Social support; fatigue; online learning; covid-19*

PENDAHULUAN

Pada tanggal 11 Maret 2020, Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mengumumkan secara resmi bahwa novel coronavirus (COVID-19) telah mencapai status pandemi, menandakan penyebarannya yang luas dan signifikan secara global (Cucinotta & Vanelli,

2020). Novel coronavirus (COVID-19) merupakan penyakit yang ditularkan dari orang ke orang yang disebabkan oleh sindrom pernapasan akut corona virus 2 (SARS-CoV-2) (Siahaan, M., 2020). Dampak yang dirasakan dari pandemi COVID-19 telah membuat sendi kehidupan manusia mulai berubah. Sehingga macam-macam kebijakan telah dilakukan oleh pemerintah Indonesia untuk mengurangi tingkat penyebaran virus corona dengan memberlakukan sosial distancing, physical distancing hingga pemberlakuan PSBB (pembatasan social berskala besar) pada beberapa daerah di Indonesia (Herliandry, Nurhasanah, Suban, & Kuswanto, 2020).

Situasi pandemi Covid-19 ini menimbulkan perubahan yang hebat, termasuk dalam sektor pendidikan. Seakan-akan seluruh jenjang pendidikan yang ada 'dipaksa' untuk berubah dan beradaptasi secara tiba-tiba untuk melakukan pembelajaran jarak jauh dari rumah melalui media daring (online) (Atsani, 2020; Rafsanjani, 2020). Pembelajaran jarak jauh atau online merupakan pembelajaran yang memanfaatkan jaringan internet dengan aksesibilitas, konektivitas, fleksibilitas, dan kemampuan untuk membentuk berbagai jenis interaksi pembelajaran (Moore, Dickson-Deane, & Galyen, 2011). Pembelajaran jarak jauh memakai jaringan internet dimana Kegiatan Belajar dan Mengajar tidak dilakukan secara tatap muka namun dilakukan dengan menggunakan media baik media cetak (Modul) maupun non cetak (audio/video), komputer, siaran radio dan televisi (Patria & Yulianto, 2011).

Dimasa pandemi covid-19 melanda dunia, proses pembelajaran jarak jauh yang dilaksanakan menunjukkan adanya kesenjangan dengan pelaksanaan proses pembelajaran sebelum adanya pandemi. Selama pandemi, mahasiswa mengalami berkurangnya rasa motivasi, kelelahan secara fisik maupun mental, hingga kejenuhan kronis dan stress berkepanjangan (Castillo, 2021; Hutauruk & Sidabutar, 2020; Sari, Setiawan, Rajiani, & Muin, 2020). Hasil dari penelitian yang telah dilakukan menyebutkan bahwa hal tersebut disebabkan adanya hambatan-hambatan dari proses pembelajaran jarak jauh, seperti tidak seluruh proses perkuliahan dapat diliaksakan dengan metode online, akibatnya mahasiswa terhambat dalam peningkatan keterampilannya (Jariyah & Tyastirin, 2020).

Hambatan lainnya yang dirasakan oleh mahasiswa adalah jaringan internet yang kurang memadai, sehingga menghambat proses belajar mengajar, selanjutnya pasifnya interaksi mahasiswa baik kepada dosen ataupun sesama mahasiswa, serta lingkungan belajar yang tidak mendukung juga dapat menjadi hambatan bagi mahasiswa (Hikmat, Hermawan, Aldim, & Irwandi, 2020; Jariyah & Tyastirin, 2020; Nurkholis, 2020; Pawicara & Conilie,

2020; Siahaan, 2020). Hambatan-hambatan tadi dirasakan mahasiswa secara terus menerus dan dalam jangka waktu yang lama selama proses pembelajaran jarak jauh, sehingga menimbulkan permasalahan yang dapat mempengaruhi dari segi prestasi dan motivasi mahasiswa, serta stress berkepanjangan yang memicu kecenderungan burnout akademik (Castillo, 2021). Menurut Maslach & Laiter, (2000) burnout merupakan kelelahan emosional, fisik, dan mental dari lingkungan belajar yang keras dan kaku sangat merugikan baik secara ekonomi maupun psikologis

Faktor yang dapat mempengaruhi burnout akademik salah satunya adalah adanya dukungan sosial (Gold & Roth, 1993). Dimana mahasiswa yang mengalami burnout akademik diakibatkan karena kurangnya perasaan mendapat dukungan sosial dari orang-orang terdekatnya, sehingga dengan adanya dukungan sosial, dapat mengurangi kecenderungan burnout akademik pada mahasiswa (Andi, Sunaryo & Anwarudin, 2020; Kim, Jee, Lee, An, & Lee, 2017). Pada masa pandemi, intensitas seseorang untuk berinteraksi itu dibatasi dengan diterapkannya kebijakan-kebijakan pemerintah, hal tersebut dapat menjadikan individu merasa kurang mendapatkan dukungan sosial dari orang-orang di sekitarnya.

Dukungan sosial didefinisikan sebagai suatu persepsi yang dimiliki individu mengenai perasaan diperhatikan, dicintai, dihargai, dan dianggap penting oleh orang-orang di sekitarnya (Greindl, 2020; Gungor, 2019; Kim et al., 2017; Y. Ye et al., 2021; Z. Ye et al., 2020). Beberapa teori menyebutkan bahwa dukungan sosial dipercaya dapat mengurangi stress, burnout, bahkan rasa trauma yang dimiliki individu (Kim et al., 2017; Z. Ye et al., 2020). Dukungan sosial juga mampu memberikan dampak positif bagi individu seperti kepuasan hidup, motivasi, prestasi akademik, penyesuaian dan konsep diri yang baik, serta kemampuan dalam beradaptasi dan bersosialisasi dalam lingkungan, hal tersebut dapat membantu individu memiliki kesehatan secara psikologis (Gungor, 2019).

Penelitian mengenai pengaruh persepsi dukungan sosial terhadap burnout akademik saat pandemi yang dilakukan oleh Muflihah, & Savira (2021) menunjukkan hasil yang negatif antara persepsi dukungan sosial dengan burnout akademik selama pandemi pada mahasiswa. Penelitian tersebut juga menemukan bahwa dukungan dari keluarga dapat mempengaruhi penyesuaian terhadap burnout akademik selama pandemi.

Berdasarkan uraian diatas serta fenomena tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai pengaruh dukungan sosial terhadap burnout akademik pada mahasiswa yang melakukan pembelajaran jarak jauh. Hipotesis yang diajukan dalam

penelitian ini adalah terdapat pengaruh positif antara dukungan sosial dengan burnout akademik pada mahasiswa yang melakukan pembelajaran jarak jauh.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah kuantitatif korelasional karena bertujuan untuk mencari hubungan dua buah variabel atau lebih (Winarsunu, 2009). Populasi dari penelitian ini adalah Mahasiswa Kampus V Universitas Negeri Padang Sedangkan Sampel dari penelitian ini adalah mahasiswa jurusan psikologi dan pendidikan guru sekolah dasar. Teknik sampel yang digunakan adalah teknik *accidental sampling*. *Accidental sampling* merupakan salah satu teknik pengambilan sampel secara kebetulan/insidental, yang mana sampel penelitian didapat dari anggota populasi yang secara tidak sengaja ditemui oleh peneliti secara daring melalui media sosial (Whatsapp, Telegram) (Rangkuti, 2017).

Penelitian ini menggunakan metode pengumpulan data dengan skala sikap model Likert yang terdiri dari 2 angket yaitu dari skala dukungan sosial dan skala burnout akademik. Alat ukur yang digunakan merupakan peneliti konstruksi sendiri dari teori Sarafino (2006) untuk dukungan sosial dan untuk burnout peneliti konstruksi juga dari teori Maslach et al., (2001). Kedua skala tersebut kemudian disebarakan secara daring menggunakan media Google form kepada subjek.

Teknik pengolahan data menggunakan analisis uji analisis *product moment* untuk melihat secara keseluruhan hubungan dari variabel dukungan sosial dengan burnout akademik pada mahasiswa selama belajar jarak jauh. Teknik korelasional digunakan dalam penelitian karena dapat mengetahui bagaimana variabel burnout akademik (variabel dependen) dapat diprediksikan melalui variabel dukungan sosial (variabel independen). Teknik pengolahan data dilakukan dengan bantuan aplikasi SPSS version 25 for windows.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Uji Validitas

Instrumen yang valid diartikan sebagai alat ukur yang dipakai itu valid dengan kata lain instrumen didalam alat ukur dapat digunakan untuk mengukur yang ingin diukur (Sugiyono, 2015)

Tabel 1. Uji Validitas

Variabel	Item	Tidak Valid	Item Valid
----------	------	-------------	------------

Dukungan Sosial	26	1	25
<i>Burnout Akademik</i>	24	3	21

Hasil Uji Validitas menunjukkan ada 4 item yang tidak valid dan tidak bisa digunakan dalam penelitian selanjutnya.

Uji Realibilitas

Instrumen reliabel adalah instrumen yang digunakan kembali untuk objek yang sama akan menghasilkan data yang sama juga(Sugiyono, 2015).

Tabel 2. Uji Reabilitas

Variabel	Jumlah Item	Cronbanch's Alpha
Dukungan Sosial	26	.902
<i>Burnout Akademik</i>	24	.829

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa variabel dukungan sosial sebesar .902 dan variabel burnout akademik sebesar .829 yang mana $p > 0,05$, sehingga semua instrument bersifat reliabel.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode uji analisis regresi untuk menganalisis data penelitian. Namun ketika ingin menentukan hasil dari penelitian harus memenuhi dua persyaratan yaitu data harus bersifat normal dan linier.

Uji Normalitas

Uji normalitas memiliki fungsi untuk menguji apakah dalam sebuah model regresi variabel dependen, variabel independen atau keduanya mempunyai distribusi normal atau tidak (Imam Ghazali, 2013). Uji normalitas menggunakan teknik *One Sample Kolmogrov-Smirnov*. Kaidah yang digunakan yaitu $p > 0,05$ maka sebaran data tersebut normal, sedangkan jika $p < 0,05$ maka sebaran data tersebut tidak normal.

Tabel 3. Uji Normalitas

Variabel	Nilai Signifikansi
Dukungan Sosial	,200
<i>Burnout Akademik</i>	,200

Berdasarkan hasil uji normalitas diatas, diketahui nilai signifikansi Asymp. Sig. (2-tailed) sebesar .200 dan dapat dilihat bahwa nilai signifikansi $.200 > 0,05$. Maka dapat disimpulkan bahwa data variabel dukungan sosial dan brunout akademik berdistribusi normal.

Uji Linearitas

Uji linieritas berfungsi untuk melihat hubungan antara variabel independen dan variabel dependen mempunyai hubungan yang linear secara signifikan atau tidak (Ghozali, 2013). Jika nilai signifikansi dari variabel $p < 0.05$ maka dikatakan linier sebaliknya jika nilai signifikansinya dari variabel $p > 0,05$ dikatakan tidak linier (Sugiyono, 2010).

Tabel 4. Uji Linearitas

Sum of Squares	df	Mean Square	F	Signifikansi
1612,106	1	1612,106	60,975	,000

Berdasarkan hasil uji linieritas diatas diperoleh yaitu taraf signifikansi lebih kecil dari 0,05 yaitu 0,000. Maka didapatkan hasil bahwa hubungan dukungan sosial dan burnout akademik adalah linear atau searah. Selanjutnya, bila terpenuhi bahwa kedua variabel linear maka dua variabel tadi berhak untuk dilakukan uji hipotesis.

Uji Hipotesis

Dalam riset ini, pengujian hipotesis dilakukan dengan tujuan untuk mengevaluasi hipotesis kriteria penilaiannya adalah diterima jika nilai p yang diperoleh $p < 0.05$ (Sugiyono, 2007). Dalam hal ini, peneliti menggunakan bantuan program SPSS Versi 25 *for windows* untuk melakukan uji statistik korelasi *product moment*.

Tabel 1. Uji Hipotesis

		Dukungan Sosial	Brunout
Dukungan Sosial	Pearson Correlation	1	-,500
	Sig. (2-tailed)		,002
	N	73	73
Brunout	Pearson Correlation	-,500	1
	Sig. (2-tailed)		,002
	N	73	73

Berdasarkan uji korelasi diatas didapatkan hasil nilai signifikansi .002 ($p < 0,05$) dengan nilai $r = -0,500$. Maka dari itu bisa diambil kesimpulan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan burnout akademik, H_a diterima dan H_o ditolak.

Pembahasan

Tujuan dari penelitian ini adalah ingin melihat hubungan dukungan sosial dengan burnout pada mahasiswa disaat pandemic covid-19. Hasil penelitian menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan burnout akademik pada Mahasiswa Kampus V UNP saat pembelajaran daring. Hal ini dapat dilihat nilai signifikansi 0.002 ($p < 0,05$) dengan nilai $r = -0,500$. Hal tersebut berarti persepsi dukungan sosial terbukti mampu memprediksikan kondisi burnout akademik pada mahasiswa. Bentuk pengaruh yang negatif menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang dirasakan oleh mahasiswa, maka semakin rendah kemungkinan mahasiswa mengalami burnout akademik selama pandemi. Begitupun sebaliknya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Jannah, Bahri, dan Pamungkas, (2019); Antina, Handayani dan Yulianto, (2023); Muflihah dan Savira, (2021) yang mengatakan bahwa terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan burnout akademik. Menurut penelitian Schaufeli et al., (2002) menjelaskan bahwa mahasiswa yang mengalami academic burnout, maka mahasiswa tersebut akan menunjukkan gejala seperti tidak tertarik dengan pembelajaran dan merasa tidak nyaman, sehingga mahasiswa tersebut memilih untuk tidak bertanggung jawab dengan tugasnya sebagai mahasiswa, berpikiran negatif kepada Dosen, dan hilangnya ketertarikan terhadap mata kuliah tertentu.

Fernandez-Castillo (2021) menjelaskan bahwa kondisi burnout akademik dapat dialami seseorang apabila perasaan jenuh telah dirasakan cukup lama dan tidak bisa dihilangkan. Pandemi menjadi salah satu pemicu utama dikarenakan periode terjadinya pandemi memiliki rentang yang cukup lama mengakibatkan mahasiswa merasakan perasaan jenuh yang lama sehingga mereka melakukan tindakan burnout. Menurut Christiana (2020) burnout akademik berasal dari *emotional exhaustion* yang tidak tertangani sehingga membuat individu mulai memberikan jarak dengan lingkungan sekitar atau disebut dengan *cynicism* sebagai upaya menghindarkan dirinya dari tugas atau tuntutan yang membuat individu stress dan tertekan, ketidakmampuan individu menangani tugas yang diterima, memunculkan perasaan tidak percaya diri dengan kemampuan yang dimiliki (*low personal accomplishment*).

Kim et al (2017) menemukan bahwa dukungan sosial memberikan pengaruh lebih besar pada dimensi low personal accomplishment daripada dimensi burnout akademik yang lainnya, dimana dukungan sosial yang diterima efektif mampu meningkatkan kepercayaan dan prestasi diri pada individu. Kim et al (2017) juga menyebutkan bahwa langkah pertama yang perlu diperhatikan dalam penanganan burnout akademik adalah bagaimana kemampuan yang dimiliki individu dalam efikasi diri dan bagaimana dukungan sosial yang diterima oleh individu.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat diketahui bahwa ada hubungan negative yang signifikan antara dukungan sosial dengan burnout akademik selama pembelajaran jarak jauh pada mahasiswa Kampus V UNP, artinya bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang dirasakan oleh mahasiswa, maka semakin rendah kemungkinan mahasiswa mengalami burnout akademik selama pandemi, begitupun sebaliknya. Hal ini dapat dilihat nilai signifikansi 0.002 ($p < 0,05$) dengan nilai $r = -0,500$.

Adapun saran dalam penelitian ini adalah penelitian ini masih banyak memiliki kekurangan dari segi partisipan dan juga masih kurangnya variabel yang lain untuk dimasukkan dalam penelitian ini untuk itu jika ingin meneliti dengan judul yang sama usahakan untuk mencari partisipan yang lebih luas dan juga menambahkan variabel lain selain dukungan sosial.

DAFTAR PUSTAKA

- Andi, Y., Sunaryo, H., & Anwarudin, M. K. (2020). Pengaruh dukungan sosial, self-esteem dan selfefficacy terhadap burnout mahasiswa. *Jurnal ilmiah riset manajemen*, 09(13).
- Antina, R. R., Handayani, N. I., & Yulianto, S. (2023). Analisis korelasional self efficacy dan dukungan sosial dengan burnout akademik pada mahasiswa keperawatan di stikes ngudia husada madura. *Nursing update: Jurnal ilmiah ilmu keperawatan* P-ISSN: 2085-5931 e-ISSN: 2623-2871, 14(2), 424-430.
- Atsani, K. L. G. M. Z. (2020). Transformasi media pembelajaran pada masa Pandemi COVID-19. *Al-Hikmah: Jurnal studi islam*, 1(1), 82-93.
- Cucinotta, D., & Vanelli, M. (2020). WHO declares COVID-19 a pandemic. *Acta Biomedica*, 91(1), 157–160. <https://doi.org/10.23750/abm.v91i1.9397>
- Fernandez-Castillo, A. (2021). State-anxiety and academic burnout regarding university access selective examinations in spain during and after the covid-19 lockdown. *Frontier in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.621863>

- Herliandry, L. D., Nurhasanah, N., Suban, M. E., & Kuswanto, H. (2020). Pembelajaran pada masa pandemi covid-19. *JTP-Jurnal Teknologi Pendidikan*, 22(1), 65-70.
- Hikmat, Hermawan, E., Aldim, & Irwandi. (2020). Efektivitas pembelajaran daring selama masa pandemi Covid-19: *Sebuah survey online*.
- Hutauruk, A., & Sidabutar, R. (2020). Kendala pembelajaran daring selama masa pandemi di kalangan mahasiswa pendidikan matematika: Kajian kualitatif deskriptif. *SEPREN: Journal of Mathematics Education and Applied*, 02(01).
- Jannah, M., Bahri, A. S., & Pamungkas, I. Y. (2019). Hubungan dukungan sosial dengan burnout pada mahasiswa program studi ilmu keperawatan universitas sahid surakarta (Doctoral dissertation, Universitas Sahid Surakarta).
- Jariyah, I. A., & Tyastirin, E. (2020). Proses dan kendala pembelajaran biologi di masa pandemi Covid-19: Analisis respon mahasiswa. *Jurnal Penelitian dan Pengkajian ilmu pendidikan: e-Saintika*, 4(2).
- Kim, B., Jee, S., Lee, J., An, S., & Lee, S. M. (2017). Relationship between social support and students burnout: A meta-analytic approach. *Stress and Health*, 34(1). <https://doi.org/10.1002/smi.2771>
- Maslach, C. (2003). Burnout: The cost of caring. ISHK.
<https://books.google.co.id/books?id=Pigg1phJhgC&printsec=frontcover&dq=the+cost+of+caring&hl=en&sa=X&ved=2ahUKEwifrcHPpNLsAhXXXCsKHXXeBBQQ6AEwAHoECAMQAq>
- Moore, J. L., Dickson-Deane, C., & Galyen, K. (2011). E-Learning, online learning, and distance learning environments: Are they the same? *Internet and Higher Education*. <https://doi.org/10.1016/j.iheduc.2010.10.001>
- Muflihah, L., & Savira, S. I. (2021). Pengaruh persepsi dukungan sosial terhadap burnout akademik selama pandemi. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(02).
- Muflihah, L., & Savira, S. I. (2021). Pengaruh persepsi dukungan sosial terhadap burnout akademik selama pandemi. *Jurnal Penelitian Psikologi Mahasiswa*, 8(02), 201-211.
- Patria, L., & Yulianto, K. (2011). Pemanfaatan facebook untuk menunjang kegiatan belajar mengajar online secara mandiri. *Repository UT*, 1(1).
- Rangkuti, A. A. (2017). *Statistika inferensial untuk psikologi dan pendidikan*. Prenada Media Group.
- Sarafino, E. P. (2007). Health psychology biopsychosocial interactions. *Journal of Experimental Psychology*.
- Sari, N. P., Setiawan, M. A., Rajiani, I., & Muin, F. (2020). Analisis hubungan stres akademik mahasiswa terhadap akses internet terbatas saat belajar selama pandemi covid-19 (Studi pada mahasiswa Universitas Lambung Mangkurat dan Universitas Islam Negeri Antasari).
- Siahaan, M. (2020). Dampak pandemi Covid-19 terhadap dunia pendidikan. *Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Dunia Pendidikan*, 20(2).

- Ye, Y., Huang, X., & Liu, Y. (2021). Social support and academic burnout among university students: A moderated mediation model. *Psychology research and behaviour management*, 14, 335–344.
- Ye, Z., Yang, X., Zeng, C., Li, X., Wang, Y., Shen, Z., & Lin, D. (2020). Resilience, social support, and coping as mediators between Covid-19 related stressful experiences and acute stress disorder among college students in China. *Applied Psychology: Health and Well-Being*. <https://doi/epdf/10.1111/aphw.12211>