

Pengaruh Grit Terhadap *Academic Burnout* Dengan Mediasi Dukungan Sosial Teman Sebaya Siswa SMK Semen Gresik

Tsaqifa Nirwana Firman^{1*}, Asri Rejeki²

^{1,2} Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Gresik

E-mail: tsaqifanirwanafirman@gmail.com

ABSTRAK

Tuntutan beban akademik yang tinggi berupa kombinasi pembelajaran teori di kelas dan persiapan praktik kerja lapangan sering kali memicu kejenuhan belajar (*academic burnout*) yang berat bagi siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK), khususnya pada siswa kelas X yang sedang menghadapi masa transisi sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bagaimana kapasitas internal berupa *grit* (kegigihan) dan dukungan eksternal berupa dukungan sosial teman sebaya dapat menurunkan tingkat kejenuhan tersebut, serta menguji peran mediasi dukungan sosial di antara keduanya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Partisipan penelitian berjumlah 155 siswa yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan skala *Grit*, *School Burnout Inventory* (SBI), dan skala dukungan sosial teman sebaya. Analisis data dilakukan menggunakan *path analysis* dengan uji mediasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *grit* berpengaruh negatif dan signifikan terhadap *academic burnout* ($p = 0,020$), sedangkan dukungan sosial teman sebaya juga berpengaruh negatif dan signifikan terhadap *academic burnout* ($p = 0,044$). Namun, *grit* tidak berpengaruh signifikan terhadap dukungan sosial teman sebaya ($p = 0,294$), sehingga dukungan sosial teman sebaya tidak memediasi hubungan antara *grit* dan *academic burnout* ($p = 0,353$). Temuan ini menunjukkan bahwa *grit* dan dukungan sosial teman sebaya berkontribusi secara langsung dalam menurunkan *academic burnout*, tetapi bekerja melalui mekanisme yang berbeda.

Kata kunci: *Academic Burnout*; *Grit*; Dukungan sosial teman sebaya; Siswa SMK

ABSTRACT

The high academic demands which involve a combination of theoretical classroom learning and preparation for fieldwork often lead to severe academic burnout among vocational high school (SMK) students, particularly those in 10th grade who are going through a transitional phase in their schooling. This study aims to analyze how internal capacity in the form of grit and external support in the form of peer social support can reduce the level of burnout, as well as to examine the mediating role of social support between the two. This study uses a quantitative approach with a correlational design. The study participants consisted of 155 students selected using purposive sampling. Data were collected using the Grit Scale, the School Burnout Inventory (SBI), and the Peer Social Support Scale. Data analysis was conducted using path analysis with a mediation test. The results indicate that grit has a significant negative effect on academic burnout ($p = 0.020$), while peer social support also has a significant negative effect on academic burnout ($p = 0.044$). However, grit did not have a significant effect on peer social support ($p = 0.294$), so peer social support did not mediate the relationship between grit and academic burnout ($p = 0.353$). These findings suggest that grit and social support from peers directly contribute to reducing academic burnout, but through different mechanisms.

Kata kunci: *Academic Burnout*; *Grit*; Peer Social Support; Vocational High School Students

PENDAHULUAN

Sistem pendidikan di SMK dirancang untuk mempersiapkan siswa agar matang dan siap di dunia kerja setelah lulus. Untuk mencapai tujuan ini pendidikan SMK memadukan pembelajaran di kelas dengan kerja praktek di lapangan. Hal ini pasti akan meningkatkan tekanan pada siswa karena harus menerapkan berbagai keterampilan yang sudah mereka kuasai. Tekanan, tuntutan dan kesibukan aktivitas di SMK dapat membuat siswa menjadi kebosanan (Basith et al., 2023). Fenomena *academic burnout* pada siswa SMKN 13 Singkawang kelas X mengalami *academic burnout*. hasil

penelitian menunjukkan bahwa 86% siswa berada dalam kategori menengah, yang artinya semua siswa mengalami kelelahan akademik yang mengarah ke kategori tinggi (Basith et al., 2023). Kondisi serupa juga ditemukan pada kelas X SMK Negeri 1 Gorontalo menunjukkan bahwa 68% siswa mengalami *academic burnout* yang dipicu oleh faktor materi pelajaran, strategi mengajar guru, dan sarana prasarana (Pulumoduyo et al., 2024). Tekanan akademik yang berlebihan yang dialami oleh siswa menimbulkan menurunnya motivasi internal, yang artinya siswa tidak dapat menikmati pengalaman dalam belajar atau menemukan arti dalam dunia pendidikan (M. Y. Lee et al., 2020). Secara umum kelelahan dapat terjadi karena merasa kewalahan, energi terkuras secara emosional, dan tidak dapat memenuhi tuntutan yang berlangsung terus menerus (Latson, 2021). Salmela Aro menyatakan *academic burnout* sebagai konstruksi dari tiga dimensi yang meliputi *exhaustion* (kelelahan emosional), *cynism* (sinisme), dan *personal inadequacy* (perasaan kurang mampu) (Salmela-Aro et al., 2009).

Di fase remaja ini adalah fase untuk mengumpulkan beberapa minat, dimana minat ini menjadi pusat sebuah motivasi dalam diri mereka. Minat ini memiliki peran penting dalam mempersiapkan kehidupan masyarakat dewasa (Suryana et al., 2022). Ketika tekanan akademik besar, maka siswa akan kehilangan minat mereka yang pada akhirnya dapat melemahkan motivasi mereka dalam belajar. Seiring dengan meningkatnya yang dialami siswa, keberhasilan akademik siswa nantinya akan mengalami penurunan. Dalam hal ini, kelelahan sekolah yang dialami oleh siswa dapat dianggap sebagai faktor risiko penting untuk keberhasilan akademik siswa (Özhan & Yüksel, 2022). Kelelahan akademik juga terkait dengan penurunan konsentrasi (Aghajani Liasi et al., 2021). Prestasi belajar siswa akan dipengaruhi oleh konsentrasi belajar yang rendah dan kejenuhan yang tinggi (Agry Sativa & Purwanto, 2022).

Kemalasan biasanya muncul karena kebosanan dan kejenuhan. Kebosanan dan kejenuhan dalam belajar membuat siswa merasa frustrasi dan mengakibatkan kehilangan minat, yang pada akhirnya mendorong siswa untuk bolos sekolah sebagai pelarian (Tsani et al., 2024). Gejala dalam seseorang yang kelelahan membuat mengalami depresi dan hal tersebut menjadi faktor utama yang mempengaruhi kelelahan itu sendiri (Wang et al., 2024). Hal tersebut sejalan dengan psikodinamika *academic burnout* yang menjelaskan bahwa, tidak hanya dipicu oleh beban akademiknya saja yang berat tetapi juga kemampuan individu dalam mengelola konflik internal yang ada pada dirinya seperti ketidakpuasan dan ketidakmampuan dalam mencapai tujuan, perasaan kehilangan minat dan makna dalam belajar yang pada akhirnya memperkuat kelemahan tersebut.

Berdasarkan fenomena, dan dampak yang disebabkan oleh *academic burnout*, siswa harus memahami strategi yang efektif untuk mencegah dan mengurangi hal tersebut. Upaya ini ditinjau melalui dua faktor utama, yaitu faktor internal yang berasal dari dalam diri siswa dan faktor eksternal dari lingkungan sosial sekitar. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Ziwen dkk menunjukkan bahwa grit (kegigihan) menjadi faktor pelindung dalam mengatasi *academic burnout*. Ketika siswa mempunyai ketekunan, maka siswa akan berupaya untuk meningkatkan keterlibatan siswa dalam menyelesaikan tugas sekolah (Teuber et al., 2021). Seseorang yang memiliki grit mungkin tidak terlalu rentan untuk berhenti melakukan tugas, terkadang menghentikan suatu aktivitas tertentu adalah hal yang tepat dan sehat (D. H. Lee et al., 2021). Duckworth mendefinisikan grit sebagai gairah, semangat, dan antusiasme (*passion*) yang sangat tinggi disertai dengan ketekunan, ketahanan, dan konsistensi (*perseverance*) yang sangat tinggi untuk meraih tujuan jangka panjang yaitu tujuan yang pastinya tidak mudah tetapi sangat bermakna dan layak untuk diperjuangkan (Duckworth et al., 2007). Ketika seseorang memiliki sifat kegigihan atau yang biasa disebut dengan grit mereka dapat berusaha keras untuk mengatasi sebuah kegagalan, masalah, dan tantangan. Siswa yang memiliki grit akan melakukan sebuah perubahan untuk mencapai keberhasilan dalam proses belajar (Syarifuddin & Siregar, 2022).

Faktor internal tersebut tidak dapat berdiri sendiri dan perlu didukung oleh faktor eksternal yaitu berupa dukungan sosial teman sebaya. Sarafino mengungkapkan bahwa dukungan sosial adalah suatu kenyamanan, perhatian, penghargaan, ataupun bantuan yang diberikan individu dari orang lain maupun kelompok yang mana dapat mengurangi tingkat stress kelelahan seseorang (Sarafino., 2011). Menurut Yuqio Ye dkk menunjukkan bahwa dukungan sosial ini memiliki peranan penting dalam mengurangi *academic burnout*. Teman sekolah, misalnya dapat memberikan berbagai saran yang bermanfaat seperti halnya yang berkaitan dengan tugas sekolah. Sehingga, dapat meringankan belajar

mereka dan dapat kembali optimis meskipun berada dalam berbagai tekanan (Ye et al., 2021). Jika remaja merasakan dukungan sosial yang lebih besar, ada kemungkinan mereka juga lebih cenderung bekerja dengan penuh semangat untuk mencapai tujuan jangka panjang dan bertahan melalui rintangan yang menantang, sehingga mereka akan menunjukkan ketekunannya (Clark et al., 2020).

Berdasarkan teori dan hasil penelitian terdahulu, grit dan dukungan sosial teman sebaya diketahui memiliki hubungan dengan *academic burnout*. Namun, kajian mengenai peran dukungan sosial teman sebaya sebagai mediasi dalam hubungan tersebut masih belum banyak dilakukan, khususnya pada siswa SMK. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk menguji pengaruh grit terhadap *academic burnout* dengan mediasi dukungan sosial teman sebaya pada siswa SMK Semen Gresik.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif asosiatif dengan hubungan kausal (Sugiyono, 2013). Partisipan penelitian ini adalah siswa kelas X SMK Semen Gresik dari 11 kelas dengan total populasi 254 siswa, kemudian dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* dan rumus slovin dengan taraf 5% diperoleh sampel representative sebanyak 155 responden yang terdiri dari siswa laki-laki dan perempuan di berbagai program keahlian.

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner terstruktur dengan tiga jenis alat ukur. Skala *academic burnout* menggunakan School Burnout Inventory (SBI) yang dikembangkan oleh Salmela Aro (Salmela-Aro et al., 2009) dan diterjemahkan versi bahasa Indonesia oleh Rahman (Rahman, 2020). Skala ini terdiri dari 9 aitem yang mengukur dari 3 aspek, yaitu *exhaustion* (kelelahan emosional), *cynism* (sinisme), dan *personal inadequacy* (perasaan kurang mampu). Salah satu contoh aitemnya adalah “saya merasa kewalahan dengan tugas-tugas sekolah”. Skala ini menggunakan skala likert dengan 4 pilihan jawaban, yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS), dengan rentang skor 1-4. Hasil uji reliabilitas menunjukkan nilai (Cronbach’s $\alpha = 0,766$).

Variabel bebas (X) dalam penelitian ini adalah grit. Penelitian ini menggunakan alat ukur *Short Grit Scale* yang mengacu pada teori Angela Duckworth (Duckworth et al., 2007), yang memiliki aspek *consistency of interest* (konsistensi minat) dan *perseverance of effort* (ketahanan atau kegigihan dalam berusaha). Peneliti menggunakan skala grit yang diadopsi dari Rusdi Rusli (Rusli et al., 2021). Pada skala ini terdapat 4 pernyataan dengan 4 pilihan jawaban yang meliputi sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS) dengan rentang skor 1-4. Salah satu aitemnya adalah “Saya akan menyelesaikan apapun yang sudah mulai saya kerjakan”. Hasil uji reliabilitas menunjukkan nilai (Cronbach’s $\alpha = 0,601$).

Dukungan sosial teman sebaya dalam penelitian ini menjadi variabel mediasi (Z) yang mengacu pada teori Wills dan Shinnar (2000) serta diadaptasi dari Alaei dan Hosseinneshad (Alaei & Hosseinneshad, 2021). Skala ini terdiri dari 22 aitem yang mencakup aspek dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi, dukungan persahabatan, dan validasi. Contoh aitemnya yaitu “ketika saya mendapatkan dukungan dari teman sebaya, saya diberi pemahaman yang dibutuhkan untuk mengatasi permasalahan dalam pembelajaran saya”. Skala menggunakan format Likert 5 pilihan jawaban, yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Netral (N), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS), dengan rentang skor 1–5. Hasil uji reliabilitas menunjukkan nilai (Cronbach’s $\alpha = 0,942$).

Penelitian ini dilaksanakan setelah memperoleh izin resmi dari pihak sekolah, di mana seluruh responden berpartisipasi secara sukarela dengan jaminan kerahasiaan data (*informed consent*). Sebelum pengujian hipotesis dilakukan, uji asumsi klasik diterapkan terlebih dahulu yang meliputi uji normalitas, linearitas, heteroskedastisitas, dan multikolinearitas. Selanjutnya, analisis data diuji menggunakan teknik analisis jalur (*path analysis*) dengan fitur *mediation analysis* melalui bantuan program JASP (*Jeffry's Amazing Statistics Program*).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh grit terhadap *academic burnout* dengan mediasi dukungan sosial teman sebaya pada siswa kelas X SMK Semen Gresik. Data penelitian diperoleh melalui pengisian skala grit, *academic burnout* dan dukungan sosial teman sebaya.

Tabel 1. Statistik Deskriptif

Variabel	Mean	SD
Grit	35.55	3.966
Academic Burnout	19.42	4.117
Dukungan Sosial Teman Sebaya	82.04	13.108

Sumber: Olah Data Menggunakan JASP

Berdasarkan Tabel 1, variabel grit memiliki nilai rata-rata sebesar 35,55 (SD = 3,966), *academic burnout* sebesar 19,42 (SD = 4,117), dan dukungan sosial teman sebaya sebesar 82,04 (SD = 13,108). Hasil tersebut menunjukkan variasi skor pada masing-masing variabel penelitian yang selanjutnya digunakan dalam analisis hipotesis.

Tabel 2. Hasil Uji Hipotesis

Jalur Pengaruh	Std.Estimasi	Std.error	z-value	p-value
Dukungan Sosial Teman Sebaya → Academic Burnout	-0.156	0.077	-2.014	0.44
Grit → Academic Burnout	-0.179	0.077	-2.324	0.020
Grit → Dukungan Sosial Teman Sebaya	0.084	0.080	1.049	0.294

Sumber: Olah Data Menggunakan JASP

Berdasarkan hasil tabel 2 didapatkan pada baris pertama yakni variable dukungan sosial teman sebaya terhadap *academic burnout* yang menghasilkan nilai p-value sebesar $0,044 < 0,05$ hasil tersebut menunjukkan bahwa peningkatan dukungan sosial teman sebaya diikuti dengan penurunan tingkat *academic burnout* pada siswa. Pada baris kedua yakni grit terhadap *academic burnout* menghasilkan nilai p-value sebesar $0.020 < 0.05$ yang mengindikasikan bahwa siswa dengan tingkat grit yang lebih tinggi cenderung memiliki tingkat *academic burnout* yang lebih rendah. Pada baris ketiga yakni variable grit terhadap dukungan sosial teman sebaya menghasilkan nilai p-value sebesar $0,294 > 0,05$ yang berarti grit tidak menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap dukungan sosial teman sebaya.

Tabel 3. Hasil Uji Mediasi

Jalur Pengaruh	Std.Estimation	Std.error	z-value	p-value
Grit → Academic Burnout → Dukungan sosial teman sebaya	-0.013	0.014	-0.929	0.353

Sumber: Olah Data Menggunakan JASP

Berdasarkan Tabel 3, hasil uji mediasi menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,353 ($p > 0,05$). Temuan ini mengindikasikan bahwa dukungan sosial teman sebaya tidak memediasi hubungan antara grit dan *academic burnout* pada siswa SMK Semen Gresik.

PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan pada siswa kelas X SMK Semen Gresik untuk menguji pengaruh grit terhadap *academic burnout* dengan mediasi dukungan sosial teman sebaya. Pada jenjang SMK, siswa tidak hanya dituntut memahami materi secara teoritis, tetapi juga mengikuti pembelajaran praktik sesuai dengan kompetensi keahlian masing-masing. Kondisi tersebut menuntut kemampuan adaptasi yang lebih tinggi karena siswa kelas X masih berada pada masa transisi dari jenjang SMP. Apabila tuntutan tersebut tidak diimbangi dengan kemampuan bertahan dan dukungan yang memadai, maka siswa berpotensi mengalami *academic burnout*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa grit berpengaruh signifikan terhadap *academic burnout* ($p = 0,020$). Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi grit yang dimiliki siswa, maka semakin rendah tingkat *academic burnout* yang dialami. Ketika seseorang memiliki grit yang tinggi maka akan berkorelasi dengan kelelahan yang lebih rendah. Sehingga grit diidentifikasi sebagai prediktor yang signifikan untuk kelelahan (Bds & Bds, 2022). Secara psikodinamika, grit mempengaruhi proses internal individu dalam menghadapi *academic burnout*, individu dengan grit yang tinggi cenderung memiliki regulasi emosi yang baik, optimisme, dan growth mindset, sehingga mereka mampu memaknai tantangan ini sebagai peluang untuk berkembang, bukan sebagai ancaman (Sarwer et al., 2025).

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa grit tidak berpengaruh signifikan terhadap dukungan sosial teman sebaya ($p = 0,294$). Temuan ini menunjukkan bahwa karakteristik internal berupa ketekunan dan konsistensi dalam mencapai tujuan tidak secara langsung mempengaruhi tingkat dukungan sosial yang diterima siswa. Hal ini menunjukkan bahwa grit tidak berkontribusi secara langsung dalam meningkatkan dukungan sosial, melainkan keduanya adalah dua faktor yang berbeda namun saling berkaitan. Secara psikodinamika, grit merupakan hasil interaksi motivasi intristik, regulasi emosi dan pengalaman sosial. Dukungan sosial teman sebaya dapat memberikan rasa diterima dan meningkatkan harga diri, namun tidak selalu cukup kuat untuk membuat seseorang bersemangat dan tekun dalam mencapai sebuah tujuannya (Park, 2025).

Selanjutnya, dukungan sosial teman sebaya terbukti berpengaruh signifikan terhadap *academic burnout* ($p = 0,044$). Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima siswa, maka semakin rendah tingkat *academic burnout* yang dialami. Dukungan dari teman sebaya dapat berupa dukungan emosional, bantuan informasi, maupun bantuan dalam menyelesaikan permasalahan akademik. Keberadaan teman sebaya yang mampu memberikan motivasi, perhatian, dan bantuan dalam proses belajar membuat siswa merasa tidak menghadapi tekanan akademik seorang diri sehingga mampu mengurangi kelelahan akademik. Hasil ini sejalan dengan penelitian Kim bahwa dukungan sosial teman sebaya ini menjadi faktor eksternal yang dapat memperkuat ketahanan individu dalam menghadapi tekanan akademik (Kim et al., 2017). Dapat ditekan bahwa semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya, semakin rendah tingkat kelelahan yang dialami (Sefianmi et al., 2025). Dukungan emosional dari teman sebaya ini dapat meningkatkan motivasi intristik dan keterlibatan dalam aktivitas belajar, sehingga siswa nantinya lebih bisa mampu untuk mengatasi tantangan akademik yang dihadapinya (Kusuma Rd. et al., 2022)

Hasil uji mediasi menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya tidak memediasi hubungan antara grit dan *academic burnout* ($p = 0,353$). Temuan ini mengindikasikan bahwa grit tidak bekerja melalui mediasi dukungan sosial teman sebaya dalam menurunkan *academic burnout*, sehingga grit dan dukungan sosial terhadap *academic burnout* berjalan secara terpisah. Jika individu memiliki tingkat grit yang tinggi, mereka cenderung mengandalkan sumber daya internal dalam menghadapi tekanan akademik, sehingga kontribusi dukungan sosial teman sebaya menjadi relatif kurang menonjol. Selain itu, apabila hubungan sosial yang dimiliki tidak memberikan dukungan emosional yang optimal atau justru menimbulkan tekanan tambahan, maka peran mediasi dukungan sosial tidak dapat berjalan secara efektif. Pada kondisi tertentu individu dengan grit yang tinggi menunjukkan kecenderungan lebih bersifat mandiri dan tidak banyak bergantung pada bantuan dari lingkungan sosial (Teuber et al., 2021).

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa grit berpengaruh negatif terhadap *academic burnout* pada siswa SMK Semen Gresik, sehingga semakin tinggi grit yang dimiliki siswa maka semakin rendah tingkat *academic burnout* yang dialami. Selain itu, dukungan sosial teman sebaya juga berpengaruh negatif terhadap *academic burnout*, yang menunjukkan bahwa dukungan dari teman sebaya berkontribusi dalam menurunkan kelelahan akademik siswa. Namun, grit tidak berpengaruh terhadap dukungan sosial teman sebaya, sehingga dukungan sosial teman sebaya tidak berperan sebagai variabel mediasi dalam hubungan antara grit dan *academic burnout*. Dengan demikian, grit dan dukungan sosial teman sebaya merupakan dua faktor yang secara langsung berkontribusi terhadap *academic burnout*, tetapi bekerja melalui mekanisme yang berbeda.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, penelitian selanjutnya disarankan untuk mengkaji variabel lain yang berpotensi memediasi hubungan antara grit dan *academic burnout*, seperti *academic resilience*, *self-efficacy*, *coping strategy*, atau regulasi emosi. Penelitian berikutnya juga dapat memperluas karakteristik responden dengan melibatkan siswa dari berbagai sekolah maupun jenjang pendidikan agar hasil penelitian memiliki daya generalisasi yang lebih baik. Selain itu, penelitian selanjutnya diharapkan dapat melibatkan responden dengan karakteristik yang lebih beragam, baik dari sekolah maupun jenjang pendidikan yang berbeda, sehingga hasil penelitian dapat memberikan gambaran yang lebih luas mengenai hubungan antara grit, dukungan sosial teman sebaya, dan *academic burnout*.

DAFTAR PUSTAKA

- Aghajani Liasi, G., Mahdi Nejad, S., Sami, N., Khakpour, S., & Ghorbani Yekta, B. (2021). The prevalence of educational burnout, depression, anxiety, and stress among medical students of the Islamic Azad University in Tehran, Iran. *BMC Medical Education*, 21(1), 1–8. <https://doi.org/10.1186/s12909-021-02874-7>
- Agry Sativa, Y., & Purwanto, J. (2022). Pengaruh Konsentrasi Belajar Dan Kejenuhan Belajar Terhadap Prestasi Belajar Matematika. *Jurnal MathEdu (Mathematic Education Journal)*, 5(2), 11–14. <http://journal.ipts.ac.id/index.php/>
- Alaei, M. M., & Hosseinneshad, H. (2021). *The Development and Validation of Peer Support Questionnaire (PSQ)*. 39, 67–109. <https://doi.org/10.22099/jtls.2021.38853.2906>
- Basith, A., Rahman, M. S., & Moseki, U. R. (2023). Academic Burnout in Vocational High School Students. *International Journal of Multi Discipline Science (IJ-MDS)*, 6(1). <https://doi.org/10.26737/ij-mds.v6i1.4143>
- Bds, A. O. A., & Bds, S. A. (2022). *Impact of grit , resilience , and stress levels on burnout and well-being of dental students*. September 2021, 443–455. <https://doi.org/10.1002/jdd.12819>
- Clark, K. N., Dorio, N. B., Eldridge, M. A., Malecki, C. K., & Demaray, M. K. (2020). Adolescent academic achievement: A model of social support and grit. *Psychology in the Schools*, 57(2), 204–221. <https://doi.org/10.1002/pits.22318>
- Duckworth, A. L., Peterson, C., Matthews, M. D., & Kelly, D. R. (2007). Grit: Perseverance and Passion for Long-Term Goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(6), 1087–1101. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.92.6.1087>
- Kim, B., Lee, J., & Lee, S. M. (2017). *Relationships between social support and student burnout : A meta - analytic approach*. May, 1–8. <https://doi.org/10.1002/smi.2771>
- Latson, R. (2021). *Causes of Burnout Among K-12 Public School Dance Teachers: Preventative Strategies to Improve Teacher Retention in 21st Century Education*. <https://digscholarship.unco.edu/theses/236/%0Ahttps://digscholarship.unco.edu/cgi/viewcontent?article=1295&context=theses>
- Lee, D. H., Reasoner, K., Lee, D., Davidson, C., Pennings, J. S., Blazar, P. E., Frick, S. L., Kelly, A. M., LaPorte, D. M., Lese, A. B., Mercer, D. M., Ring, D., Salazar, D. H., Scharschmidt, T. J., Snoddy, M. C., Strauch, R. J., Tuohy, C. J., & Wongworawat, M. D. (2021). Is grit associated with burnout and well-being in orthopaedic resident and faculty physicians? A multi-institution longitudinal study across training levels. *Clinical Orthopaedics and Related Research*, 479(12), 2576–2586. <https://doi.org/10.1097/CORR.0000000000001987>
- Lee, M. Y., Lee, M. K., Lee, M. J., & Lee, S. M. (2020). Academic Burnout Profiles and Motivation Styles Among Korean High School Students. *Japanese Psychological Research*, 62(3), 184–195. <https://doi.org/10.1111/jpr.12251>
- ÖZHAN, M. B., & YÜKSEL, G. (2022). The Effect of School Burnout on Academic Achievement

- and Well-Being in High School Students: A Holistic Model Proposal. *International Journal of Contemporary Educational Research*, 8(1), 145–162. <https://doi.org/10.33200/ijcer.824488>
- Park, S. (2025). *Trait and state of grit among middle school students in South Korea : the influence of peer , teacher , and parental variables*.
- Prof. Dr. Sugiyono. (2013). Metode Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif Serta R&D. In *Alfabeta, CV* (Issue April).
- Pulumoduyo, M. F., Suhada, S., Dwinanto, A., & Vickraien, E. (2024). *Analisis Kejenuhan Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Informatika Di SMK Negeri 1 Gorontalo Abstrak*. 4(2).
- Rahman, D. H. (2020). *Validasi School Burnout Inventory versi Bahasa Indonesia The validation of School Burnout Inventory-Indonesian version*. 13(2), 85–93.
- Rusli, R., Ainy Fardana, N., & Hendriani, W. (2021). Grit in Medical Professional Education Students. *Jurnal Pendidikan Kedokteran Indonesia: The Indonesian Journal of Medical Education*, 10(1), 1. <https://doi.org/10.22146/jpki.57068>
- 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>
- Sarwer, S., Abid, M. N., Chao, H., Siming, L., & Dukhaykh, S. (2025). *Examining the impact of positive psychological attributes on emotional stability and academic burnout among undergraduate students : a cross-sectional study*.
- Sefianmi, D., Sari, R., & Rachmani, I. S. (2025). *Ketika Teman Jadi Penyelamat : Studi Dukungan Sosial Sebaya dalam Mengatasi Academic Burnout Mahasiswa*. 4, 1–7.
- Suryana, E., Hasdikurniati, A. I., Harmayanti, A. A., & Harto, K. (2022). Perkembangan Remaja Awal, Menengah Dan Implikasinya Terhadap Pendidikan. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 8(3), 1917–1928. <https://doi.org/10.58258/jime.v8i3.3494>
- Syarifuddin, N. A. S., & Siregar, S. M. (2022). Relationship between Grit and Achievement Motivation for University Student During Online Learning. *Psikologia : Jurnal Psikologi*, 5(1), 1–10. <https://doi.org/10.21070/psikologia.v5i1.1400>
- Teuber, Z., Nussbeck, F. W., & Wild, E. (2021). The Bright Side of Grit in Burnout-Prevention: Exploring Grit in the Context of Demands-Resources Model among Chinese High School Students. *Child Psychiatry and Human Development*, 52(3), 464–476. <https://doi.org/10.1007/s10578-020-01031-3>
- THE RELATIONSHIP BETWEEN PEER EMOTIONAL SUPPORT AND BURNOUT IN*. (2022). 1(12), 3649–3656.
- Tsani, B. A., Muh, M. F. A. F., Az Zuhdi, M. A. W., & Habib, F. R. (2024). Konformitas Perilaku Membolos Siswa di Sekolah Tingkat SMA/SMK. *Indonesian Journal of Innovation Science and Knowledge*, 1(1), 139–155.
- Wang, X., Yang, M., Ren, L., Wang, Q., Liang, S., Li, Y., Li, Y., Zhan, Q., Huang, S., Xie, K., Liu, J., Li, X., & Wu, S. (2024). Burnout and depression in college students. *Psychiatry Research*, 335(March). <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2024.115828>
- Ye, Y., Huang, X., & Liu, Y. (2021). Social support and academic burnout among university students: A moderated mediation model. *Psychology Research and Behavior Management*, 14, 335–344. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S300797>