

**TINGKAT *BURN OUT* MAHASISWA TINGKAT 1 DALAM PROSES  
PEMBELAJARAN DARING PADA MASA PANDEMI COVID-19  
DI FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS „AISYIYAH BANDUNG**

**SKRIPSI**



**Oleh:**

**UTARI SUCI ANJANI**

**NIM302017076**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**UNIVERSITAS „AISYIYAH BANDUNG**

**2021**

**TINGKAT BURN OUT MAHASISWA TINGKAT 1 DALAM PROSES  
PEMBELAJARAN DARING PADA MASA PANDEMI COVID-19  
DI FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS „AISYIYAH BANDUNG**

Diajukan untuk Menyelesaikan Pendidikan Program  
Studi Sarjana Keperawatan Universitas „Aisyiyah  
Bandung



Oleh:

**UTARI SUCI ANJANI  
NIM302017076**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS „AISYIYAH BANDUNG  
2021**

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**UTARI SUCI ANJANI**

**NIM: 302017076**

**TINGKAT *BURNOUT* MAHASISWA TINGKAT 1 DALAM PROSES  
PEMBELAJARAN DARING PADA MASA PANDEMI COVID-19  
DI FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS „AISYIYAH BANDUNG**

Oleh:

Pembimbing Utama



Sajodin, S.Kep., Ners., M.Kes., AIFO  
NPP 2014280373049

Pembimbing Pendamping



Perla Yualita, S.Pd., M.Pd  
NPP 199604077300

## LEMBAR PENGESAHAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa Skripsi yang berjudul:  
**TINGKAT *BURNOUT* MAHASISWA TINGKAT 1 DALAM PROSES  
PEMBELAJARAN DARING PADA MASA PANDEMI COVID-19  
DI FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS "AISYIYAH BANDUNG**

Disusun Oleh:

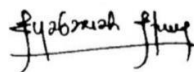
**UTARI SUCI ANJANI**

**NIM: 302017076**

Telah disetujui dan dipertahankan dihadapan Tim Penguji Sidang Skripsi  
Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Kesehatan  
Universitas „Aisyiyah Bandung  
dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Bandung, 25 Juli 2021

Penguji I



**Dr. Sitti Syabarivah, S.Kep., MS. Biomed**

Penguji II



**Ns. Santy Sanusi, S.Kep., M.Kep**

Ka Prodi Sarjana Keperawatan



**Angga Wilandika, S.Kep., Ners., M.Kep.**

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama Mahasiswa : Utari Suci Anjani

NIM : 302017076

Program studi : Sarjana Keperawatan

Dengan ini menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiarism atau penjiplakan/ pengambilan karangan, pendapat atau karya orang lain dalam penulisan Karya Ilmiah Akhir yang berjudul:

### **TINGKAT *BURNOUT* MAHASISWA TINGKAT 1 DALAM PROSES PEMBELAJARAN DARING PADA MASA PANDEMI COVID-19 DI FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS "AISYIYAH BANDUNG**

Apabila suatu saat nanti saya terbukti melakukan plagiarisme, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi ini.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan kesadaran sendiri dan tidak atas tekanan ataupun paksaan dari pihak manapun demi menegakkan integritas akademik di institusi ini.

Bandung, Agustus 2021



**SURAT PERNYATAAN  
KESEDIAAN PUBLIKASI ILMIAH**

Saya yang bertandatangan dibawah ini

Nama: Utari Suci Anjani

Nim: 302017076

Program Studi: Sarjana Keperawatan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk memberikan kepada Universitas „Aisyiyah Bandung Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive RoyaltyFree Right) atas karya skripsi saya yang berjudul:

**TINGKAT BURNOUT MAHASISWA TINGKAT 1 DALAM PROSES PEMBELAJARAN SECARA DARING PADA MASA PANDEMI COVID-19 DI FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS „AISYIYAH BANDUNG**

Hak bebas Royalti Noneksklusif ini, Universitas „Aisyiyah Bandung berhak menyimpan, mengalihkan dalam bentuk media lain, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta.

Demikian pernyataan ini saya buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Mengetahui  
Pembimbing



Sajodin, S.Kep.,M.Kes., AIFO

Bandung Juli 202  
yang menyatakan



Utari Suci Anjani

## **MOTTO**

*“Belajarlal menikmati pedihnya kesabaran, sampai anda merasakan manisnya kesuksesan”*

( Mario Teguh )

## **PERSEMBAHAN**

*Skripsi ini penulis dedikasikan kepada kedua orang tua tercinta, Ayahanda dan Ibunda,*

*ketulusanya dari hati atas doa yang tak pernah putus, semangat yang tak ternilai.*

*Serta untuk orang-orang terdekatku yang tersayang, dan untuk*

*Almamater Hijau Kebanggaanku.*



## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur atas kehadiran Allah SWT, karena atas ridho dan rahmat-Nya yang maha besar penulis dapat menyelesaikan tugas akhir penelitian ini yang berjudul “Tingkat *Burnout* Mahasiswa Dalam Proses Pembelajaran Secara Daring Pada Masa Pandemi Covid-19 di Universitas „Aisyiyah Bandung”.

Dalam menyelesaikan proposal ini, tidak sedikit kesulitan dan hambatan yang penulis jumpai, namun puji dan syukur Alhamdulillah berkat rahmat dan hidayah-Nya serta kesungguhan yang disertai bantuan dan dukungan dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung, segala kesulitan dapat diatasi dengan sebaik-baiknya dan pada akhirnya penelitian ini dapat diselesaikan.

Penulis menyadari bahwa tanpa bimbingan, bantuan serta saran dari berbagai pihak sangatlah sulit untuk menyelesaikan tugas ini dengan baik. Oleh sebab itu sudah sepantasnya pada kali ini penulis ingin mengucapkan terimakasih banyak kepada :

1. Tia Setiawati, S.Kep. Ners. M.Kep., Sp.,Kep.An, selaku Rektor Universitas „Aisyiyah Bandung dan Pembimbing Akademik yang telah memberikan arahan, masukan, motivasi,informasi serta dukungan dalam menjalani perkuliahan selama 4 tahun di Universitas „Aisyiyah Bandung.
2. Dewi Mustikaningsih, S.Kep., Ners., M.Kep selaku Wakil Rektor 1 Universitas „Aisyiyah Bandung yang senantiasa mendukung dalam pembuatan skripsi.
3. H. Yayat Hidayat, S.Kep., Ners., M.Kep selaku Wakil Rektor 2 Universitas „Aisyiyah Bandung yang senantiasa mendukung dalam pembuatan skripsi.
4. Dr. Sitti Syabariyah, S.Kep., MS. Biomed., selaku Dekan Universitas „Aisyiyah Bandung yang senantiasa memotivasi dan mendukung dalam pembuatan skripsi.
5. Angga Wilandika, S.Kep., Ners.,M.Kep., selaku Ketua Program Studi Keperawatan Program Sarjana Keperawatan Universitas „Aisyiyah Bandung yang telah mendukung proses penyusunan skripsi.
6. Sajodin, S.Kep., M.Kes., AIFO., selaku Pembimbing utama yang senantiasa memotivasi, memberikan arahan dan dukungan serta membimbing penulis dengan penuh rasa sabar, bijaksana dan bersedia meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan dalam penyusunan skripsi.



7. Perla Yualita, S.Pd., M.Pd selaku Pembimbing pendamping yang senantiasa memotivasi, memberikan arahan dan dukungan serta membimbing penulis dengan penuh rasa sabar, bijaksana dan bersedia meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan dalam penyusunan skripsi.
8. Inggriane Puspita Dewi S.Kep., Ners., M.Kep., selaku Koordinator skripsi yang telah memberikan masukan serta pemahaman kepada penulis terkait penyusunan skripsi.
9. Bapak/Ibu Dosen Program Studi Sarjana Keperawatan yang senantiasa menjadi sumber ilmu dan wawasan yang bermanfaat bagi penulis.
10. Seluruh Civitas Akademik Universitas „Aisyiyah Bandung yang telah memberikan motivasi dan dukungan kepada penulis.
11. Kepada Orang Tua saya Ayah handa Dede Muhtar Sadeli dan Ibunda Santi Sulastri serta keluarga yang selalu memberikan kasih sayang, bantuan dan spritual serta selalu mendukung dan mendo“akan saya hingga saat ini.
12. Sahabat-sahabat saya Vegi, Nia, Sekar, Hilda dan Mia yang telah memberikan dukungan dan motivasi dalam penyusunan skripsi.
13. Rekan-rekan Sarjana Keperawatan angkatan 2017 yang sudah mendampingi sejak awal kuliah hingga saat ini.

Penulis berharap penelitian proposal ini dapat memberikan informasi tentang *burnout* mahasiswa dalam pembelajaran daring dimasa pandemic covid-19. Penulis telah berusaha sebaik mungkin dalam penyusunan proposal ini, namun kritik dan saran yang membangun untuk memperbaiki penulisan lainnya di masa yang akan

datang. Semoga penyusunan proposal ini dapat memberikan manfaat yang baik bagi penulis maupun bagi dunia pendidikan. Aamiin.

Bandung, Juli 2021



Penulis

## ABSTRAK

Utari Suci Anjani  
302017076

### TINGKAT BURNOUT MAHASISWA TINGKAT 1 DALAM PROSES PEMBELAJARAN DARING PADA MASA PANDEMI COVID-19 DI FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS „AISYIYAH BANDUNG

(V; 2021; 75 halaman; 6 tabel; 12 lampiran)

Burnout belajar merupakan suatu kondisi seseorang yang mengalami lelah secara emosi maupun fisik dikarenakan banyaknya pekerjaan atau tugas dan tanggung jawab yang harus diselesaikan dalam waktu yang telah ditetapkan, begitupun yang dirasakan oleh mahasiswa Unisa Bandung yang dimana didapatkan keluhan mahasiswa yang merasakan jenuh dalam belajar secara daring dan mahasiswa ingin merasakan perkuliahan secara luring atau bertatap muka. Adanya virus Covid-19 ini membuat mahasiswa Unisa Bandung mengalami burnout dikarenakan dari awal masuk kuliah tidak bertatap muka secara langsung dan tidak bisa berkenalan dengan dosen serta teman-teman secara langsung. Transformasi sistem pembelajaran yang dihadapi mahasiswa baru merupakan masa adaptasi dengan kebutuhan akademik dan perubahan pembelajaran di perguruan tinggi. Mahasiswa yang sulit penyesuaiannya akan mengalami kesulitan berinteraksi dalam lingkungannya, gangguan cara belajar yang akan menyebabkan terhambatnya proses pembelajaran untuk dirinya sendiri ataupun pengerjaan tugas kelompok dengan temannya. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui tingkat burnout pada mahasiswa tingkat 1 di Universitas "Aisyiyah Bandung. Metode penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif dengan pendekatan *cross sectional* terhadap 198 sampel dengan menggunakan sebar kuesioner secara online. Sampel pada penelitian ini adalah seluruh mahasiswa tingkat 1 tahun ajaran 2021 di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas „Aisyiyah Bandung. Pengambilan sampel dilakukan secara total sampling. Analisa data menggunakan distribusi frekuensi. Hasil penelitian ini menunjukkan *burnout* secara emosi, fisik, kognitiv, dan motivasi berada pada kategori sedang. Saran untuk penelitian selanjutnya yaitu perlu dilakukan penelitian yang lebih mendalam mengenai burnout.

**Kata Kunci :** Burnout, Mahasiswa tingkat 1, Pembelajaran daring

**Referensi:** 32 (2010-2021)

## ***ABSTRACT***

**Utari Suci Anjani**  
**302017076**

### **LEVEL 1 STUDENT BURNOUT IN THE LEARNING PROCESS THAN DURING THE COVID-19 PANDEMIC AT THE FACULTY OF HEALTH SCIENCES, UNIVERSITY OF 'AISYIYAH BANDUNG**

(U; 2021; 75 pages; 6 tables; 12 attachments)

Learning burnout is a condition of a person who is emotionally and physically tired due to the large number of jobs or tasks and responsibilities that must be completed within a set time. The impact of burnout on mental health is the emergence of a sense of laziness, decreased achievement, and decreased motivation. As for physical health in the form of lack of sleep, changes in appetite, muscle pain, and headaches. Burnout must be treated immediately, otherwise it can trigger depression to invite various diseases. The disease caused by burnout is burnout syndrome. According to WHO, burnout syndrome is a chronic stress condition due to work. One of the characteristics is feeling annoyed with what they are doing, feeling tired, and never satisfied. Things like this can be felt emotionally as well as physically. The purpose of this study was to determine the level of burnout in level 1 students at Aisyiyah University Bandung. This research method uses a descriptive research design with a cross-sectional approach to 198 samples by distributing online questionnaires. The sample in this study were students of level 1. Sampling was carried out by total sampling. Data analysis using frequency distribution. The results of this study indicate that emotional, physical, cognitive, and motivational burnout is in the moderate category. Suggestions for further research is that more in-depth research on burnout is needed.

**Keywords:** Burnout, Level 1 student, online learning

**Reference:** 32 (2010-2021)

## DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN .....	i
LEMBAR PENGESAHAN .....	iv
PERSEMBAHAN.....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
<i>ABSTRACT</i> .....	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah .....	3
C. Tujuan Penelitian .....	3
D. Manfaat Penelitian .....	4
E. Sistematika Penulisan .....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
A. Tinjauan Pustaka.....	7
1. Proses Adaptasi Mahasiswa Baru .....	7
2. Perbedaan Pembelajaran Daring dan Luring .....	7
a. Dampak Pembelajaran Daring.....	8
b. Faktor-faktor yang Memengaruhi <i>Burnout</i> .....	9
4. Belajar .....	10
b. Klasifikasi Sumber Belajar .....	10
c. Tujuan Belajar.....	10
5. Pembelajaran Daring di Masa Covid 19 .....	10
6. Faktor-Faktor Penyebab <i>Burnout</i> Mahasiswa dalam Mengikuti Perkuliahan Daring .....	11
7. Strategi Pembelajaran dalam Mengurangi <i>Burnout</i> Mahasiswa Mengikuti Pembelajaran Daring .....	11
8. Pembelajaran Daring di Universitas „Aisyiyah Bandung .....	12
B. Penelitian yang Relevan.....	12
BAB III METODE PENELITIAN .....	33
A. Metode Penelitian .....	33
B. Variabel Penelitian.....	33
C. Definisi Konseptual dan Operasional .....	33
D. Instrumen Penelitian .....	35

Tabel 3.2 Kisi-kisi Skala Burnout Belajar .....	36
E. Populasi dan Sampel .....	39
F. Teknik Pengumpulan Data.....	39
G. Validitas dan Reabilitas .....	40
H. Teknik Analisis Data.....	40
I. Prosedur Penelitian .....	42
J. Tempat dan Waktu Penelitian.....	42
K. Etika Penelitian .....	42
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>44</b>
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	44
1. Analisis Univariat .....	45
C. Pembahasan.....	47
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>50</b>
A. Kesimpulan .....	50
B. Saran .....	50
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>51</b>
Lampiran 1 Lampiran Daftar Riwayat Hidup.....	61
Lampiran 2 Lembar Permohonan Menjadi Responden .....	62
<b>LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN .....</b>	<b>63</b>
<b>KISI-KISI PERTANYAAN UNTUK RESPONDEN .....</b>	<b>64</b>
Lampiran 5 Lembar Kuisisioner Tingkat Burnout .....	66
Lampiran 6 Lembar Hasil Cek Plagiarisme.....	74

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lampiran Daftar Riwayat Hidup .....	56
Lampiran 2 Lembar Permohonan Menjadi Responden .....	57
Lampiran 3 Lembar Persetujuan Menjadi Responden .....	58
Lampiran 4 Lembar Kisi-kisi Pertanyaan Untuk Responden .....	59
Lampiran 5 Lembar Kuisisioner Tingkat Burnout .....	61
Lampiran 6 Lembar Hasil Cek Plagiarisme .....	69
Lampiran 7 Lembar Hasil Study Pendahuluan .....	70
Lampiran 8 Lembar Hasil Study Penelitian .....	71
Lampiran 9 Lembar Hasil Permohonan Kode Etik.....	72
Lampiran 10 Lembar Persetujuan Etik .....	73
Lampiran 11 Izin Persetujuan Memakai Instrument Kuisisioner .....	74
Lampiran 12 Lembar Hasil Penelitian .....	75

## DAFTAR BAGAN

1 Bagan 2.1 Kerangka Pemikiran .....	31
--------------------------------------	----



## DAFTAR PUSTAKA

- Aedi, N. (2010). Bahan Belajar Mandiri Metode Penelitian Pendidikan Pengolahan Dan Analisis Data Hasil Penelitian. *Pengolahan Dan Analisis Data Hasil Penelitian*, 10, 27, 1–30.  
[http://file.upi.edu/Direktori/DUAL-MODES/PENELITIAN\\_PENDIDIKAN/BBM\\_7.pdf](http://file.upi.edu/Direktori/DUAL-MODES/PENELITIAN_PENDIDIKAN/BBM_7.pdf)
- Arikunto. (2019). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. In *Metodelogi Penelitian*. Rineka Cipta.
- Bianchi dkk, 2019. (2019). TINGKAT KEJENUHAN BELAJAR SISWA SEKOLAH MENENGAH PERTAMA DI KOTA BANDAR LAMPUNG. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 1, 45–52.
- D H Subhan dkk. (2021). Perbedaan status kesehatan mental mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Yarsi Angkatan 2019 pada saat sebelum dengan pada saat pandemi Covid-19. *Seminar Nasional Riset Kedokteran*, 2(1), 193–204.
- Darmansyah. (2010). *Strategi Pembelajaran Menyenangkan dengan Humor*. PT Bum Aksara.
- Dewi Sumaryani Soemarko. (2021). 82% Tenaga Kesehatan Alami Burnout Hadapi Pandemi. <https://mediaindonesia.com/humaniora/342248/82-tenaga-kesehatan-alami-burnout-hadapi-pandemi>
- Fransina Luhukay. (2021). *PEMBELAJARAN DI MASA PANDEMI COVID-19*. <https://kaltim.tribunnews.com/2021/04/05/pembelajaran-di-masa-pandemi-covid-19?page=2>
- Gerber dkk. (2018). Psychometric properties of the Shirom-Melamed Burnout Measure (SMBM) among adolescents: Results from three cross-sectional studies. *BMC Psychiatry*, 18(1), 1–13. <https://doi.org/10.1186/s12888-018-1841-5>
- Habibi dan Jannah. (2017). *PROSES ADAPTASI BELAJAR MAHASISWA FAKULTAS KEPERAWATAN UNIVERSITAS YIAH KUALA BANDA ACEH AN ADAPTATION IN LEARNING PROCESS OF NURSING STUDENTS*, SYIAH Manusia dalam kehidupannya pasti menghadapi lingkungan baru dari sebelumnya . *Ketika pertama kali manusi*. 1–5.
- Hasanah. (2020). Pembelajaran daring di masa pandemi covid-19 pada perguruan tinggi keagamaan islam negeri ( studi di IAIN Pekalongan ). *Indonesian Journal of Educational Science (IJES)*, 03(01), 12–23.
- Herawati, A. A., Afriyati, V., Habibah, S., & Pratiwi, C. (2020). Efektifitas Penggunaan Media Pembelajaran Berbasis Blended Learning untuk Mengurangi Burnout Belajar Pada Perkuliahan Bimbingan dan Konseling Keluarga di Prodi Bimbingan dan Konseling Universitas Bengkulu. *Educational Guidance and Counseling Development Journal*, 3(2), 40–48.
- Herdiana. (2021). Kejenuhan Mahasiswa dalam Mengikuti Perkuliahan Daring dan Strategi Penanggulangannya. *Edunesia : Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 2(1), 293–307.

<https://doi.org/10.51276/edu.v2i1.128>

- Huda, F. A. (2018). *Pengertian Sumber Belajar*. Fatkhan.Web.Id. <https://fatkhan.web.id/pengertian-sumber-belajar/>
- Isra Hayati. (2018). *Intiqad: Jurnal Agama dan Pendidikan Islam*. *Intiqad: Jurnal Agama Dan Pendidikan Islam*, 10(1), 162–173.
- Khairina Afni. (2020). *DAMPAK PEMBELAJARAN DARING BAGI MAHASISWA DI MASA PANDEMI COVID-19*. 6(2), 80–85.
- Ma'soem University. (2021). *KUNCI SUKSES MAHASISWA BARU BERADPTASI DENGAN SITUASI PERKULIAHAN*. <https://masoemuniversity.ac.id/berita/kunci-sukses-mahasiswa-baru-beradaptasi-dengan-situasi-perkuliahan.php>
- Ningsih. (2020). *KEJENUHAN BELAJAR MASA PANDEMI COVID-19 SISWA SMTA DI KEDUNGWUNGU INDRAMAYU* Disusun. 2507(February), 1–9.
- Nursalam. (2016). *Metode Penelitian Ilmu Keperawatan*. Salemba Medika.
- Nursalam. (2017). *peroses dan penerapan metodologi penelitian ilmu keperawatan* (4th ed.). Salemba Medika.
- Pane, A. (2017). Belajar dan Pembelajaran Aprida Pane Muhammad Darwis Dasopang. *Fitrah*, 03(2), 333–352.
- Rifa Fauziyyah dkk. (2021). Dampak Pembelajaran Jarak Jauh terhadap Tingkat Stres dan Kecemasan Mahasiswa selama Pandemi COVID-19. *Jurnal Biostatistik, Kependudukan, Dan Informatika Kesehatan*, 1(2), 113. <https://doi.org/10.51181/bikfokes.v1i2.4656>
- Rizal Fadli. (2019). *Sindrom Burnout Mulai Muncul, Awas Depresi di Kantor*. Halodoc. <https://www.halodoc.com/artikel/sindrom-burnout-mulai-muncul-awas-depresi-di-kantor>
- Sartika. (2019). *WHO Tetapkan "Fenomena Kelelahan Bekerja" Jadi Penyakit Internasional Baru* Artikel ini telah tayang di Kompas.com dengan judul "WHO Tetapkan „Fenomena Kelelahan Bekerja" Jadi Penyakit Internasional Baru", *Klik untuk baca: https://sains.kompas.com/read/2019/06/14/173500023/who-tetapkan-fenomena-kelelahan-bekerja-jadi-penyakit-internasional-baru?page=1*
- Steven. (2020). Marketing, Green Brand Image, Packaging, Nilai Pelanggan Terhadap Kepuasan Serta Dampaknya Pada Loyalitas (Survey Pada Pelanggan Starbucks di Kota .... *Jurnal Produktivitas: Jurnal ...*, 7, 189–195. <http://openjurnal.unmuhpnk.ac.id/index.php/jp/article/viewFile/2196/1532>
- Sudirman. (2020). *Apa Arti Belajar, Bagaimana Manfaat, Tujuan dan Macam Cara Orang Melakukannya*. Pelayanan Publik Id. [https://pelayananpublik.id/2020/02/26/apa-arti-belajar-bagaimana-manfaat-tujuan-dan-macam-cara-orang-melakukannya/#:~:text=Menurut Sadirman %282011%3A 26-28%29%2C secara umum ada tiga,kemampuan berfikir seseorang kemampuan berfikir seseorang akan meningka](https://pelayananpublik.id/2020/02/26/apa-arti-belajar-bagaimana-manfaat-tujuan-dan-macam-cara-orang-melakukannya/#:~:text=Menurut Sadirman%202011%3A%2026-28%29%2C%20secara%20umum%20ada%20tiga,kemampuan%20berfikir%20seseorang%20kemampuan%20berfikir%20seseorang%20akan%20meningka)
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Alfabeta (ed.)).
- Suswanto Insan. (2019). Burnout Guru BK di Kota Singkawang. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 9(2), 127. <https://doi.org/10.25273/counsellia.v9i2.5186>

Suyanta. (2014). *PARADIGMA DALAM PEMBELAJARAN DI PERGURUAN TINGGI*. 0–8.

Thityn Ayu Nengrum dkk. (2021). Kelebihan dan Kekurangan Pembelajaran Luring dan Daring dalam Pencapaian Kompetensi Dasar Kurikulum Bahasa Arab di Madrasah Ibtidaiyah 2 Kabupaten Gorontalo. *Jurnal Pendidikan*, 30(1), 1–12.  
<http://journal.univetbantara.ac.id/index.php/jp/article/view/1190>

Vitasari, I. (2016). Kejenuhan (Burnout) Belajar Ditinjau Dari Tingkat Kesepian Dan Kontrol Diri Pada Siswa Kelas XI Sma Negeri 9 Yogyakarta. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.

Yuvalianda. (2020). *Analisis Univariat: Pengertian, Manfaat, Hingga Contoh Lengkap*.  
<https://yuvalianda.com/analisis-univariat/>

Zulfiansyah. (2014). *PENGARUH SUMBER BELAJAR DI LINGKUNGAN SEKOLAH TERHADAP HASIL BELAJAR PADA SISWA MA KHULAFUR RASYIDIN M*. 1–10.  
<https://www.bing.com/search?form=MOZLBR&pc=MOZD&q=PENGARUH+SUMBER+BELAJAR+DI+LINGKUNGAN+SEKOLAH+TERHADAP+HASIL+BELAJAR+PADA+SISWA+MA+KHULAFUR+RASYIDIN>