

SKRIPSI

PENGARUH *SELF-ESTEEM* TERHADAP *ACADEMIC BURNOUT* PADA SANTRI PROGRAM TAHFIDZ ASRAMA AR-ROUDLOH PONDOK PESANTREN DARUSSALAM PUTRI UTARA BLOKAGUNG



Oleh :
Imma Khimatul Lutfi
NIM: 2012211023

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM
UNIVERSITAS KH. MUKHTAR SYAFAAT
BLOKAGUNG BANYUWANGI
2024**

PRASYARAT GELAR
PENGARUH *SELF-ESTEEM* TERHADAP *ACADEMIC BURNOUT*
PADA SANTRI PROGRAM TAHFIDZ ASRAMA AR-ROUDLOH
PONDOK PESANTREN DARUSSALAM PUTRI UTARA
BLOKAGUNG

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam
Universitas KH Mukhtar Syafaat Blokagung Banyuwangi
untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan
Program Sarjana Sosial (S.Sos)

Oleh:

Imma Khimatul Lutfi
NIM: 2012211023

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM
UNIVERSITAS KH. MUKHTAR SYAFAAT
BLOKAGUNG BANYUWANGI
2024

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul:

**PENGARUH *SELF-ESTEEM* TERHADAP *ACADEMIC BURNOUT*
PADA SANTRI PROGRAM TAHFIDZ ASRAMA AR-ROUDLOH
PONDOK PESANTREN DARUSSALAM PUTRI UTARA
BLOKAGUNG**

Telah disetujui untuk diajukan dalam sidang ujian skripsi
Pada tanggal: 22 Juni 2024

Mengetahui,

Ketua Prodi
Bimbingan dan Konseling Islam



Halimatus Sa'diah, S.Psi., M.A.
NIPY. 3151301019001

Dosen Pembimbing



Halimatus Sa'diah, S.Psi., M.A.
NIPY. 3151301019001

PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi saudara Imma Khimatul Lutfi telah di munaqosah kepada dewan penguji skripsi Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Universitas KH Mukhtar Syafaat Blokagung Banyuwangi pada tanggal:

(Senin, 08 Juli 2024)

dan telah diterima serta disahkan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos)

Tim penguji:

Ketua

Halimatus Sa'diah, S.Psi., M.A.
NIPY. 3151301019001

Penguji I

M. Rizqon Al Musafiri, M.Pd
NIPY. 3151629129101

Penguji II

Masnida, M.Ag
NIPY. 3151706068901



Agus Baihaqi, S.Ag., M.I.Kom
NIPY. 3150128107201

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto:

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya.”
(QS. Al-Baqarah: 286)

“Hanya dengan mengenali diri, kita bisa mencapai puncak prestasi”

Persembahan:

Dengan penuh rasa syukur dan cinta, skripsi ini kupersembahkan kepada:

“Sege nap Pengasuh Pondok Pesantren Darussalam dan motivator saya Ibu Ny. Hj Handariyatul Masruroh dan Ibu Ny. Hj Mahmudah Hisyam yang tak henti-hentinya memberikan wejangan dan do’a”

Ibuku tercinta,

“Sosok yang telah menjadi sumber inspirasi dan kekuatan dalam setiap langkahku. Meskipun Ibu telah tiada, semangat, cinta, dan pengorbananmu selalu menyertai setiap detik perjuanganku. Terima kasih atas doa dan cintamu yang tak pernah pudar. Semoga Ibu tenang di sisi-Nya dan bangga melihat pencapaian ini.”

Bapakku terhebat,

“Yang selalu memberikan dukungan, cinta dan semangat tanpa henti. Terima kasih atas segala pengorbanan dan usaha keras yang telah Bapak lakukan demi keberhasilanku.”

Kakakku tersayang,

“Yang telah menjadi teladan, sumber inspirasi, dan motivasi dalam setiap langkahku. Terima kasih atas segala dukungan, cinta, dan pengorbanan yang telah menjadi contoh yang sangat berharga bagi hidupku.”

Teman-teman pejuang skripsi asrama Ar-Roudloh,

“Yang selalu berbagi tawa, air mata dan telah memberi dukungan serta semangat bersama-sama. Terima kasih atas kebersamaan dan dukungannya”

Seperjuangan BKI 20 Squad

“Terima kasih atas support yang telah ditampilkan serta partisipasi yang diberikan dalam memberikan semangat”

*Diri Sendiri khususnya,
“Terimakasih untuk saya yang tetap ingin bertahan, anda hebat terimakasih
sudah dapat berkerjasama dengan baik”*

*Semua pihak yang telah membantu,
“Kepada semua pihak yang telah membantu yang tidak bisa saya sebutkan
satu-persatu. Terima kasih atas segala bantuan, dukungan dan do’a yang
diberikan”*

*Skripsi ini adalah bukti nyata dari cinta, dukungan dan pengorbanan kalian
semua. Semoga karya ini dapat memberikan manfaat dan menjadi awal dari
langkah-langkah berikutnya yang lebih gemilang.*

**PERNYATAAN
KEASLIAN SKRIPSI**

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Yang bertanda tangan di bawah ini, Saya:

Nama : Imma Khimatul Lutfi
NIM : 2012211023
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Alamat Lengkap : Unjulan Desa Kilongan Kecamatan Luwuk Utara
Kabupaten Banggai Provinsi Sulawesi Tengah

Dengan sungguh-sungguh menyatakan bahwa skripsi ini secara keseluruhan adalah hasil penelitian saya/karya saya sendiri, kecuali pada bagian-bagian yang dirujuk sumbernya.

Banyuwangi, 08 Juli 2024
Yang Menyatakan,


Imma Khimatul Lutfi
NIM: 2012211023

ABSTRAK

Imma Khimatul Lutfi. 2024. Pengaruh *Self-Esteem* Terhadap *Academic Burnout* Pada Santri Program Tahfidz Asrama Ar-Roudloh Pondok Pesantren Darussalam Putri Utara Blokagung. Skripsi, Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam, Universitas KH Mukhtar Syafaat. Pembimbing: Halimatus Sa'diah, S.Psi., M.A.

Kata Kunci: *Self-esteem, Academic Burnout*

Mengikuti program tahfidz memiliki banyak tantangan. Seorang santri program tahfidz menghadapi kebutuhan yang unik dan sulit. Mereka perlu mempertahankan hafalan mereka, menghafal banyak ayat Al-Qur'an dengan tepat, dan seringkali mengambil bagian dalam kegiatan akademik lainnya. *Self-esteem* memainkan peran penting dalam bagaimana seseorang merespons tekanan akademik, terutama jika tidak didukung dengan *self-esteem* yang sehat.

Self-esteem yang tinggi dapat meningkatkan resiliensi, motivasi, dan kemampuan untuk mengatasi tantangan, sehingga mengurangi risiko *academic burnout*. Sebaliknya, *self-esteem* yang rendah dapat meningkatkan kecemasan, mengurangi motivasi, dan mempercepat terjadinya *burnout*. Oleh karena itu, mendapatkan dan mempertahankan *self-esteem* yang sehat adalah penting. Ini dapat dicapai melalui dukungan sosial, lingkungan yang positif, dan teknik manajemen stres yang baik.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *self-esteem* terhadap *academic burnout* pada santri program tahfidz asrama Ar-Roudloh Pondok Pesantren Darussalam Putri Utara Blokagung. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif. Sampling dalam penelitian ini menggunakan teknik *Non Probability Sampling* dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *Purposive Sampling* dengan teknik analisis data menggunakan analisis regresi linear sederhana. Berdasarkan penelitian ini diperoleh hasil bahwa terdapat pengaruh antara *self-esteem* terhadap *academic burnout* pada santri program tahfidz asrama Ar-Roudloh Pondok Pesantren Darussalam Putri Utara Blokagung dengan arah pengaruh yang negatif.

ABSTRACT

Imma Khimatul Lutfi. 2024. The Influence Of *Self-Esteem* On *Academic Burnout* Among Tahfidz Program Students At The Ar-Roudloh Dormitory, Darussalam Putri Utara Blokagung Islamic Boarding School. Thesis, Islamic Guidance and Counseling Study Program, Darussalam Islamic Da'wah and Communication Faculty, University KH Mukhtar Syafaat. Supervisor: Halimatus Sa'diah, S. Psi., M.A.

Keywords: *Self-esteem; Academic Burnout*

Participating in a tahfidz program comes with many challenges. A tahfidz student faces unique and difficult needs. They need to maintain their memorization, accurately memorize many verses of the Qur'an, and often take part in other academic activities. Self-esteem plays an important role in how one responds to academic pressure, especially if not supported by healthy *self-esteem*.

High *self-esteem* can increase resilience, motivation, and the ability to overcome challenges, thereby reducing the risk of *academic burnout*. Conversely, low *self-esteem* can increase anxiety, reduce motivation, and accelerate *burnout*. Therefore, achieving and maintaining healthy *self-esteem* is important. This can be achieved through social support, a positive environment, and good stress management techniques.

This research aims to determine the influence of *self-esteem* on *academic burnout* among tahfidz program students at the Ar-Roudloh dormitory, Darussalam Putri Utara Blokagung Islamic Boarding School. This study uses a descriptive quantitative method. The sampling in this study uses *Non-Probability Sampling* with a *Purposive Sampling* technique, and the data analysis technique uses simple linear regression analysis. Based on this study, it was found that there is an influence of *self-esteem* on *academic burnout* among tahfidz program students at the Ar-Roudloh dormitory, Darussalam Putri Utara Blokagung Islamic Boarding School, with a negative direction of influence.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puji pada Allah SWT., skripsi ini hanya bisa selesai semata karena rahmat, ridho dan kasih-Nya. Sholawat dan salam semoga tetap terlimpahkan kepada Nabi Muhammad SAW yang menjadi teladan bagi umatnya.

Penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Dr. KH. Ahmad Munib Sy., Lc., M.E.I selaku Rektor Universitas KH Mukhtar Syafaat Blokagung Banyuwangi.
2. Bapak Agus Baihaqi, S.Ag., M.I.Kom. selaku Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam.
3. Ibu Halimatus Sa'diah, S.Psi., M.A. selaku Ketua Prodi Bimbingan dan Konseling Islam serta dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, saran dan motivasi yang sangat berharga selama proses penyusunan skripsi ini.
4. Seluruh Dosen Universitas KH Mukhtar Syafa'at Blokagung Banyuwangi
5. Dan semua pihak baik secara langsung maupun tidak langsung telah menyumbangkan tenaga dan pikirannya demi terselesaikannya penulisan skripsi ini

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan demi perbaikan dan penyempurnaan skripsi ini di masa yang akan datang. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membacanya dan dapat memberikan kontribusi positif bagi perkembangan ilmu pengetahuan.

Akhirnya kepada Allah Azza Wajjala, penulis kembalikan segala suatunya dengan harapan semoga skripsi ini tersusun dengan ridho-Nya serta dapat memberikan manfaat. Amin Ya Robbal 'Alamin.

Banyuwangi, 08 Juli 2024
Peneliti

Imma Khimatul Lutfi
NIM: 2012211023

DAFTAR ISI

Sampul	i
Prasyarat Gelar	ii
Persetujuan Pembimbing	iii
Pengesahan Penguji	iv
Motto dan Persembahan	v
Pernyataan Keaslian Skripsi	vii
Abstrak	viii
Abstract	ix
Kata Pengantar	x
Daftar Isi	xi
Daftar Tabbel	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6
1. Teoritis	6
2. Praktis	6
E. Batasan Penelitian	7
F. Definisi Operasional	7
1. <i>Self-esteem</i>	7
2. <i>Academic Burnout</i>	7
3. Santri Program Tahfidz	7
4. Asrama Ar-Roudloh	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
A. Landasan Teori	9
B. Penelitian Terdahulu	17
C. Kerangka Konseptual	18
D. Hipotesis	20
BAB III METODE PENELITIAN	21
A. Jenis Penelitian	21
B. Waktu dan Tempat Penelitian	21
C. Populasi dan Sampel	21
D. Teknik Pengambilan Sampel	22
E. Data dan Sumber Data	23
F. Teknik Pengumpulan Data	23
G. Variabel Penelitian	24
H. Uji Validitas dan Reliabilitas Normalitas	24
I. Teknik Analisis Data	27
BAB IV HASIL PENELITIAN	28
A. Deskripsi Umum	28
1. Lokasi Penelitian	28

2. Karakteristik Responden.....	29
B. Analisis Data	29
BAB V PEMBAHASAN.....	33
BAB VI PENUTUP.....	40
A. Kesimpulan	40
B. Keterbatasan Penelitian	40
C. Saran	40
DAFTAR PUSTAKA	42
LAMPIRAN	46

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Hasil Uji Validitas Skala <i>Self-Esteem</i>	56
Tabel 3.2 Hasil Uji Validitas Skala <i>Academic Burnout</i>	57
Tabel 4.1 Aktifitas Harian Santri Asrama Ar-Roudloh.....	58
Tabel 4.2 Aktifitas Mingguan Santri Asrama Ar-Roudloh	58
Tabel 4.3 Aktifitas Bulanan Santri Asrama Ar-Roudloh	59
Table 4.4 Hasil Uji Normalitas.....	59
Tabel 4.5 Histogram	60

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan mengartikan pendidikan sebagai “usaha sadar dan terencana untuk menciptakan suasana belajar dan belajar bagi peserta didik agar secara aktif mengembangkan potensi dirinya agar memiliki kekuatan spiritual keagamaan dan pengendalian diri”. Kepribadian, kecerdasan, moralitas, keluhuran budi dan keterampilan yang diperlukan untuk diri sendiri dan masyarakat (Pristiwanti dkk., 2022). Pendidikan merupakan suatu proses yang berkesinambungan dan tiada habisnya, untuk mampu menciptakan kualitas yang langgeng, yang bertujuan untuk mewujudkan citra manusia masa depan dan bersumber dari nilai-nilai budaya bangsa dan Pancasila. Pendidikan harus memajukan pengembangan nilai-nilai filosofis dan budaya bangsa secara menyeluruh dan menyeluruh (Sujana, 2019).

Sebagai negara muslim terbesar di dunia, Indonesia tentunya memiliki lembaga pendidikan yang bertujuan untuk menyebarkan nilai-nilai agama. Lembaga pendidikan tertua ke di Indonesia adalah Pondok Pesantren. Pondok pesantren dapat dikatakan sebagai salah satu fasilitas pendidikan yang khas di Indonesia, karena model pengajaran pesantren hanya berkembang pesat di Indonesia, sedangkan di negara lain akan sulit untuk menemukan model sekolah seperti itu. Pesantren mempunyai ciri-ciri khusus yang tidak dimiliki sepenuhnya oleh sekolah negeri seperti kyai, santri, pesantren, kitab kuning dan masjid sebanyak (Awanis, 2018). Pondok pesantren dewasa ini merupakan lembaga gabungan antara sistem pondok dan pesantren yang memberikan pendidikan dan pengajaran agama Islam dengan sistem bandongan, sorogan, syawir ataupun program tahfidz, yang bagi para santrinya disediakan pondokan yang biasa disebut dengan Pondok Pesantren Modern yang memenuhi kriteria pendidikan nonformal serta penyelenggaraan pendidikan formal baik madrasah maupun sekolah umum dalam berbagai tingkatan.(Hadi, 2022).

Pondok Pesantren Darussalam Blokagung memiliki banyak kegiatan sebagaimana pondok pesantren lainnya juga program pesantren yang berbeda-beda, seperti pendidikan formal meliputi; PAUD, TK, SD, SMP/MTS, SMA/SMK/MA, AKD/MA'HAD ALY serta IAIDA, program pengajian diniyah, program salafi dan juga program tahfidz al-qur'an. Khususnya program tahfidz al-Qur'an bertujuan untuk membantu santri memiliki akhlak mulia, kemandirian dan keterampilan khususnya hafalan Alquran. Prioritas pendidikan Pondok Pesantren Darussalam Blokagung adalah menumbuhkan akhlak, membentuk kemandirian santri dan mengembangkan potensi

diri khususnya menghafal Al-Quran. Dalam program ini santri dibimbing oleh ustadz/ustadzah untuk mampu menghafal ayat-ayat Al Quran. Program Tahfidz Al-Quran di Darussalam Blokagung sudah terstruktur dengan baik, terbukti dari perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi programnya.

Berdasarkan buku panduan raport santri Pondok Pesantren Darussalam Blokagung, Program Tahfidz di Pondok Pesantren Darussalam Blokagung ini mempunyai target yakni sepuluh juz dalam satu tahun yang mana hari efektif yang ada yaitu 200 hari dengan jumlah halaman 200 halaman. Dalam pelaksanaan tahfidz tersebut perlu adanya upaya dan dorongan dari diri sendiri maupun lembaga tahfidz yang menaungi, serta dukungan orangtua, demi menunjang pelaksanaan kegiatan dan mencapai target hafalan yang telah ditetapkan.

Koordinator Lembaga Tahfidz menjelaskan bahwasanya program Tahfidz tidak hanya menetapkan target saja, salah satu upaya yang telah dilaksanakan oleh koordinator lembaga tahfidz yaitu adanya evaluasi tahfidz setiap tiga bulan sekali untuk mengetahui sejauh mana perkembangan peserta tahfidz, selain itu bagi santri yang mencapai tiga juz dan lancar dalam pelafalannya mendapatkan penghargaan (komunikasi pribadi, 10 Oktober 2023). Hal tersebut bertujuan untuk menambah motivasi, semangat dan tanggungjawab diri yang ada pada siswa (Anwar & Iswanti, 2023). Tata aturan yang peneliti peroleh dari pengurus program tahfidz yaitu terkait sistem hafalan yang mana di bagi menjadi tiga; sistem harian, baik menambah atau muroja'ah adalah baca-simak (santri membaca dan pengasuh menyimak). Waktu pelaksanaannya yaitu setiap ba'da shubuh dengan menambah minimal 1 halaman serta dilanjutkan muroja'ah (mengulang hafalan) maksimal 1 juz dari materi yang telah dihafalkan dengan membaca bersama-sama, sistem mingguan yakni dilakukan setiap Jum'at (ba'da Isya) secara bergilir melakukan semaan Al-Qur'an di musholla serta asrama-asrama dengan materi setengah juz yang disesuaikan jadwal. Serta mengadakan tes ceremonial (5 juz) dan tes kenaikan juz (1 juz) di lembaga tahfidz Al-Qur'an Pondok Pesantren Darussalam Blokagung, sistem bulanan yakni setiap Jum'at Kliwon dengan para hafidzoh mengadakan semaan kelompok hafalan sesuai tingkatan hafalan dan berpasangan yang diadakan di maqom KH. Mukhtar Syafa'at ataupun di sekitar pesantren. Serta mengadakan tes triwulan yang wajib diikuti oleh seluruh santri program tahfidz (komunikasi pribadi, 10 Oktober 2023).

Para ahli al-Qur'an berpedoman bahwa orang yang menghafal al-Qur'an harus mengutamakan al-Qur'an, bagi mereka al-Qur'an adalah segala-segalanya. Seperti dalam Al-Qur'an surat Al-Qamar ayat

17 yang menjelaskan keutamaan orang yang menghafal Al-Qur'an, sebagai berikut:

وَلَقَدْ يَسَّرْنَا الْقُرْآنَ لِلذِّكْرِ فَهَلْ مِنْ مُدَكِّرٍ (١٧)

Artinya:

“Sungguh, Kami benar-benar telah memudahkan Al-Qur'an sebagai pelajaran. Maka, adakah orang yang mau mengambil pelajaran?” (Q.S. Al-Qamar:17)

Dan ada juga hadist yang membahas tentang keutamaan orang yang menghafal Al-Qur'an, sebagai berikut:

خَيْرُكُمْ مَنْ تَعَلَّمَ الْقُرْآنَ وَعَلَّمَهُ

Artinya:

“Sebaik-baik kamu adalah orang yang mempelajari Al-Qur'an dan mengajarkannya.” HR. Al-Bukhari.

Oleh karena itu, merupakan suatu kewajiban bagi seorang muslim untuk selalu berinteraksi aktif dengan Al-Qur'an, menjadikannya sebagai sumber inspirasi, berpikir dan bertindak. Membaca Al-Qur'an merupakan langkah pertama dalam berinteraksi dengannya, kemudian diteruskan dengan tadabbur, yaitu dengan merenungkan dan memahami maknanya sesuai petunjuk salafus shalih, lalu mengamalkannya dalam kehidupan sehari-hari, kemudian dilanjutkan dengan mengajarkannya.

Tetapi dalam kenyataannya banyak kegiatan lain yang tidak bisa ditinggalkan, seperti diberi amanah menjadi pengurus baik kamar, asrama atau pesantren serta kegiatan salafi pondok lainnya. Mereka mengikuti program tahfidz di luar jam kegiatan belajar di sekolah. Sedangkan jadwal kegiatan pembelajaran tahfidz yaitu pagi hari setelah shalat Subuh sampai pukul 07.00. (Amir dkk., 2021)

Tahun-tahun melelahkan bagi para penghafal Al-Qur'an yaitu berada pada fase antara tahun ke tiga, ke empat dan seterusnya. Menurut ASA, salah satu santri penghafal Al-Qur'an permasalahan terutama adalah perasaan malas. Kedua, kurang fokus. Ketiga, banyaknya ayat yang serupa. Keempat, gangguan lingkungan. Kelima, faktor waktu. Ketujuh, kurang pembimbing. Keenam, banyaknya kesibukan/kegiatan. Ditengah-tengah padatnya kesibukan, penghafal Al-Qur'an dituntut untuk bisa menentukan skala prioritas. Memilah dan menentukan aktivitas penting yang harus tetap dijalankan tanpa menimbulkan hambatan untuk tetap menghafal (ASA, komunikasi pribadi, 15 Oktober 2023).

Menghafal bukan perkara yang mudah, peneliti telah melakukan observasi dengan pembimbing dan salah satu santri program tahfidz Pondok Pesantren Darussalam Blokagung, dan narasumber pun membenarkan hal itu. Santri yang disebut dalam penelitian ini adalah santri yang mengalami kelelahan terhadap menghafal al-qur'an yang disebabkan oleh beberapa faktor yang telah disebutkan di atas. Kendala yang paling besar disebabkan karena rasa malas serta kurang fokus. Malas merupakan salah satu penyakit yang sering dihadapi santri dalam menghafal al-Qur'an. Rasa malas sangat menghambat perolehan jumlah setoran, dan akan mengurangi jumlah hafalan yang akan diulang. Rasa malas hanya membuang-buang waktu. EF salah seorang santri menjelaskan: "*Saya udah mulai malas dan jenuh menghafal. Saya udah mau lulus, udah 5 tahun di sini*" (EF, komunikasi pribadi, 15 Oktober 2023). Menurut laporan ini bahwa permasalahan dalam menghafal Al-Qur'an adalah rasa malas. Sedangkan faktor kurang fokus tersebut dituturkan oleh salah satu pembimbing lembaga Tahfidz: "*Problematika anak/santri tidak takhassus, yang namanya menghafal al-Qur'an itu membutuhkan kefokuskan, apalagi di sini santri sambil sekolah*". Hal ini menyebabkan pencapaian hafalan setiap santri menjadi tidak merata, karena tidak ada target yang jelas. Menghafal al-Qur'an itu membutuhkan kefokuskan, tidak bisa dicampur dengan banyak kegiatan yang lain.

Ketika individu merasa mampu atau tidak mampu mengontrol aktivitas dan luaran akademik yang penting ataupun kurang penting menurut individu tersebut maka emosi akademik akan muncul. Rasa jenuh (*burnout*) merupakan salah satu emosi negatif yang dapat muncul dalam aktivitas akademik yang akan berdampak pada prestasi yang dicapai individu. *Burnout* dalam bidang akademik atau *academic burnout* didefinisikan sebagai perasaan lelah karena tuntutan studi, memiliki sikap sinis terhadap tugas-tugas akademik, dan perasaan tidak kompeten sebagai pelajar (Maharani, 2019).

Academic Burnout ditandai dengan kelelahan emosional, perasaan terpisah (depersonalisasi) dan rasa pencapaian pribadi yang rendah. Paparan terhadap individu dengan prognosis yang buruk, tanggungan beban yang tinggi, hubungan interpersonal yang buruk dan ambiguitas peran dapat menyebabkan burnout (Johnson dkk., 2020).

Program tahfidz dapat berpotensi mengalami kegagalan yang disebabkan santri menemui kesulitan menambah hafalan, kesulitan mencari motivasi dan waktu yang relevan untuk mengoptimalkan hafalan, serta santri yang merasa cemas ketika berhadapan dengan guru pembimbing. Santri menyikapi kondisi tersebut dengan cara yang berbeda beda, ada yang mampu bertahan mengatasi situasi tersebut dan ada juga yang tidak. Santri yang tidak mampu bertahan dapat

mengalami *academic burnout* dan mengakibatkan pengerjaan hafalan dapat terhambat (Wasito, 2020).

Sadar akan dampak negatif dari *academic burnout* yang dialami oleh santri, maka lembaga tahfidz dan santri itu sendiri perlu menentukan cara untuk menghindari terjadinya *academic burnout* agar aktivitas tahfidz mereka tidak terganggu. Proses terjadinya *academic burnout* pada santri dipengaruhi oleh beberapa faktor. Faktor-faktor ini terdiri atas faktor situasional yaitu faktor eksternal dan faktor individual/internal (Maslach dkk., 2001).

Faktor eksternal yang dapat mempengaruhi *academic burnout* santri yaitu dukungan sosial. Sedangkan faktor internal *academic burnout* santri, yaitu *self-esteem* (Sujadi dkk., 2022). Rosenberg (dalam Srisayekti & Setiady, 2015) mengemukakan jika *self-esteem* merupakan suatu penilaian atau evaluasi yang dibuat oleh individu terhadap dirinya sendiri (*self*), baik positif ataupun negatif. Pada saat melakukan evaluasi diri, individu akan melihat dan menyadari konsep-konsep dasar tentang dirinya menyangkut pikiran-pikiran, pendapat, kesadaran mengenai siapa dan bagaimana dirinya, serta kemampuan membandingkan keadaan diri saat itu dengan bayangan diri ideal yang berkembang dalam pikirannya. Individu yang mampu menilai dirinya secara positif akan mengembangkan *self-esteem* tinggi. Sebaliknya, individu yang menilai dirinya secara negatif akan mengembangkan *self-esteem* rendah.

مَنْ كَانَ يُرِيدُ الْعِزَّةَ فَلِلَّهِ الْعِزَّةُ جَمِيعًا إِلَيْهِ يَصْعَدُ الْكَلِمُ الطَّيِّبُ وَالْعَمَلُ الصَّالِحُ يَرْفَعُهُ وَالَّذِينَ
يَمْكُرُونَ نَالِ سَيِّئَاتٍ لَهُمْ عَذَابٌ شَدِيدٌ وَمَكْرُ أُولَئِكَ هُوَ يُبْوَ (١٠)

Artinya:

“Siapa yang menghendaki kemuliaan (ketahuilah) kemuliaan itu semuanya milik Allah. Kepada-Nyalah akan naik perkataan-perkataan yang baik dan amal saleh akan diangkat-Nya. Adapun orang-orang yang merencanakan kejahatan akan mendapat azab yang sangat keras dan rencana jahat mereka akan hancur.” (Q.S. Fathir:10)

Santri dengan *self-esteem* tinggi tentunya dapat menghadapi dan menyelesaikan tugas akademik dengan lebih baik dibandingkan individu dengan *self-esteem* rendah. Hal ini karena santri dengan *self-esteem* tinggi memahami dirinya sebagai seseorang yang berharga sehingga memiliki keyakinan diri sebagai manifestasi kompetensi diri yang berguna dalam menyelesaikan tugas akademik dan mencapai prestasi akademik. Pernyataan tersebut didukung Lawrence (dalam Happy & Widjajanti, 2014) bahwa individu dengan *self-esteem* tinggi,

cenderung percaya diri dalam menghadapi situasi sosial dan percaya diri dalam menangani tugas-tugas akademik.

Harga diri (*self-esteem*) dipandang sebagai salah satu aspek penting dalam pembentukan kepribadian seseorang. Manakala seseorang tidak dapat menghargai dirinya sendiri, maka akan sulit baginya untuk dapat menghargai orang-orang di sekitarnya. Dengan demikian harga-diri (*self-esteem*) merupakan salah satu elemen penting bagi pembentukan konsep diri seseorang, dan akan berdampak luas pada sikap dan perilakunya (Srisayekti & Setiady, 2015)

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan dari permasalahan yang ada maka problematika dari penelitian ini adalah apakah ada pengaruh dari *Self-Esteem* terhadap *Academic Burnout* pada santri program tahfidz di asrama Ar-Roudloh Pondok Pesantren Darussalam Putri Utara Blokagung?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *Self-Esteem* terhadap *Academic Burnout* pada santri program tahfidz di asrama Ar-Roudloh Pondok Pesantren Darussalam Putri Utara Blokagung.

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan dari tujuan yang ingin dicapai, maka hasil dari penelitian ini nanti diharapkan dapat memberikan manfaat bagi semua pihak yang terkait, antara lain:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan bisa menambahkan wawasan ilmu terutama dalam Bimbingan dan Konseling Islam khususnya mengenai Pengaruh *Self-Esteem* terhadap *Academic Burnout* pada Santri Program Tahfidz di Asrama Ar-Roudloh Pondok Pesantren Darussalam Putri Utara Blokagung.

2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi:

a. Bagi Subjek (Santri Program Tahfidz di Asrama Ar-Roudloh Pondok Pesantren Darussalam Putri Utara Blokagung)

Penelitian ini diharapkan dapat membantu santri untuk lebih bisa menyikapi setiap fase atau keadaan yang bisa membuat mereka lelah atau jenuh dengan mengembangkan *self-esteem* tinggi.

b. Bagi Konselor

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai salah satu upaya konselor dalam menangani kasus-kasus yang serupa maupun sebagai sarana untuk meningkatkan pembentukan program tahfidz santri di asrama Ar-Roudloh Pondok Pesantren Darussalam Putri Utara Blokagung.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil dari penelitian ini nanti diharapkan dapat menjadi sarana acuan untuk penelitian selanjutnya tentang *self-esteem* dan *academic burnout* pada individu.

d. Bagi Instansi

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan sumbangan informasi mengenai pentingnya tolak ukur santri untuk menuntaskan program Tahfidz agar mereka mampu menuntaskan hafalan sesuai target yang telah ditentukan.

E. Batasan Penelitian

Batasan penelitian berguna untuk memfokuskan penelitian dalam skripsi ini agar tidak terjadi adanya penyimpangan dan pelebaran pokok masalah. Dengan tujuan agar penelitian lebih terarah untuk mencapai tujuan penelitian. Dalam hal ini peneliti membatasi masalah pada “Pengaruh *Self-Esteem* Terhadap *Academic Burnout* Pada Santri Program Tahfidz Asrama Ar-Roudloh Pondok Pesantren Darussalam Putri Utara Blokagung”.

F. Definisi Operasional

Adapun definisi operasional dari variabel-variabel yang ada pada penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. *Self-esteem*

Self-esteem adalah pandangan keseluruhan dari individu tentang dirinya sendiri. Secara sederhana *self-esteem* dapat didefinisikan sebagai perasaan orang tentang diri mereka sendiri terkait dengan pentingnya prestasi, hubungan interpersonal yang positif, dan kesejahteraan psikologis (Refnadi, 2018).

2. *Academic burnout*

Suatu kondisi yang dipenuhi oleh rasa jenuh dan lelah sehingga banyak energi dan tenaga yang terbuang sia-sia secara fisik maupun psikologis, karena disebabkan oleh belajar, memiliki sikap yang sinis terhadap kegiatan sekolah, dan merasa tidak kompeten sebagai seorang siswa (Oktia, 2022).

3. Santri Program Tahfidz

Santri program tahfidz adalah siswa atau peserta didik di sebuah lembaga pendidikan Islam yang berfokus pada penghafalan Al-Qur'an. Tujuan program ini adalah untuk mengajarkan santri untuk menghafal seluruh atau sebagian besar isi Al-Qur'an, mulai dari surat-surat pendek hingga keseluruhan Al-Qur'an (Suryana dkk., 2018).

4. Asrama Ar-Roudloh

Salah satu asrama di Pondok Pesantren Darussalam Putri Utara Blokagung adalah Asrama Ar-Roudloh, yang dirancang khusus untuk santri yang mengikuti program tahfidz Al-Qur'an. Asrama ini adalah tempat tinggal yang disediakan oleh lembaga pendidikan Islam untuk santri yang mengikuti program tahfidz Al-Qur'an. Tujuan utama dari asrama ini adalah untuk menyediakan lingkungan belajar yang kondusif dan mendukung bagi para santri untuk melanjutkan pendidikan mereka.

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Landasan Teori

1. SELF-ESTEEM

a) Pengertian *Self-esteem*

Self-esteem merupakan evaluasi yang dibuat individu dan kebiasaan memandang dirinya, terutama sikap menerima, menolak, dan indikasi besarnya kepercayaan individu terhadap kemampuan, keberartian, kesuksesan, keberhargaan. Secara singkat, harga diri adalah personal judgment mengenai perasaan berharga atau berarti yang ekspresikan dalam sikap-sikap individu terhadap dirinya (Nurmalitasari & Widyana, 2021).

Mengikuti pendapat Rosenberg (1965), harga-diri (*self-esteem*) merupakan suatu evaluasi positif ataupun negatif terhadap diri sendiri (*self*). Dengan kata lain harga-diri (*self-esteem*) adalah bagaimana seseorang memandang dirinya sendiri. Harga-diri (*self-esteem*) global adalah sikap positif atau negatif seseorang akan dirinya secara keseluruhan. Harga-diri (*self-esteem*) juga dapat berhubungan dengan dimensi spesifik, seperti kemampuan akademik, kecakapan sosial dan penampilan fisik (Srisayekti & Setiady, 2015).

Para peneliti mendefinisikan *Organization Based Self-Esteem* (OBSE) atau sering disebut *self-esteem* berkaitan dengan keyakinan terhadap nilai-nilai yang dianut oleh karyawan secara individu sebagai anggota organisasi. Individu yang memiliki keyakinan terhadap nilai diri sendiri yang tinggi cenderung memandang diri mereka sendiri sebagai orang yang penting, berharga, berpengaruh dan berarti dalam konteks organisasi (Sebayang & Sembiring, 2017). Dari definisi tersebut dapat diartikan bahwa individu dengan tingkat *self-esteem* yang tinggi akan memiliki kinerja yang lebih baik dibandingkan dengan individu dengan tingkat *self-esteem* yang rendah.

Self-esteem mengacu pada suatu penilaian individu mengenai kelayakan dirinya dan menunjukkan sejauh mana individu percaya dirinya mampu, signifikan, sukses, dan berharga (Khairat & Adiyanti, 2015).

أَنَّ النَّبِيَّ ﷺ كَانَ : اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ الْهُدَى، وَالتَّقَى، وَالْعِفَافَ، وَالْغِنَى رَوَاهُ مُسْلِمٌ
يَقُولُ

Artinya:

“Sesungguhnya Nabi Muhammad SAW berkata: “ Ya Allah, Sesungguhnya aku memohon kepada-Mu petunjuk, ketakwaan, kesucian dan kecukupan.” (H.R Imam Muslim)

Hadist ini diriwayatkan oleh beberapa sahabat, salah satunya adalah Imam Muslim. Hadist yang dimaksud ini merupakan bagian dari do'a yang diriwayatkan dari Nabi Muhammad SAW. Do'a ini menunjukkan betapa pentingnya memohon kepada Allah SWT untuk diberikan petunjuk (hidayah), ketakwaan (taqwa), kesucian atau penjagaan diri dari maksiat ('afaf) dan kecukupan dalam kehidupan (ghina). Do'a ini mengajarkan kita untuk selalu memohon kepada Allah agar diberikan kualitas-kualitas yang akan membantu kita menjalani kehidupan dengan baik dan penuh berkah.

Self-esteem merupakan salah satu faktor keberhasilan individu dalam kehidupannya, karena perkembangan *self-esteem* pada seorang remaja akan menentukan keberhasilan maupun kegagalan dimasa mendatang. Sebagai penilaian terhadap diri sendiri, maka pengembangan *self-esteem* menjadi bagian penting dalam pendidikan karena diharapkan mampu memproses penemuan konsep diri positif pada jiwa anak (Refnadi, 2018)

Berdasarkan berbagai pendapat di atas, maka dapat disimpulkan bahwa *self-esteem* adalah suatu penilaian atau evaluasi global yang dibuat oleh individu terhadap dirinya sendiri (*self*) baik positif maupun negatif, sebagai hasil dari interaksi antara dirinya dan lingkungan serta perlakuan orang lain terhadap dirinya yang akan menghasilkan perasaan keberhargaan atau kebergunaan diri dalam menjalani kehidupan.

b) Aspek-aspek *Self-esteem*

Aspek-aspek *Self-esteem* dibagi menjadi dua, yaitu *competence* dan *worthiness* (Mruk, 2013). Berikut penjelasannya:

1. *Competence*

Competence (kompetensi) mengacu pada kemampuan seseorang untuk mengatasi tuntutan dan tantangan dalam mencapai tujuan. Kompetensi berkaitan dengan kesuksesan, namun orang yang berkompeten pada dasarnya hanya berusaha mencapai

kesuksesan, bukan menghindari kegagalan. Faktanya, kompetensi pribadi muncul ketika kita mengalami kegagalan dalam mencapai tujuan. Selain itu, kompetensi juga melibatkan motivasi, kemampuan kognitif, kemampuan fisik, dan kelemahan pribadi.

2. *Worthiness*

Worthiness (kelayakan) mengacu pada nilai harga diri seseorang, yang berkaitan dengan perasaan mengenai evaluasi hasil yang dicapai. *Worthiness* melibatkan penilaian subjektif seperti konsep baik dan buruk, benar dan salah, serta melibatkan hubungan interpersonal dan sosial. Orang yang memiliki *Worthiness* adalah orang yang mampu menilai baik buruknya perbuatannya guna mencapai hasil yang sesuai dengan tujuannya. *Worthiness* muncul bukan hanya karena individu ingin mengharap pujian dari orang lain ketika berhasil mencapai tujuannya, namun juga karena adanya perasaan berharga atas pencapaian yang diinginkannya.

c) **Komponen *Self-esteem***

Menurut Battle (dalam Refnadi, 2018), komponen *Self-esteem* terdiri atas tiga, yaitu:

1. *General Self-esteem*

General self-esteem mengacu pada perasaan keseluruhan seseorang terhadap *self-worth* yang bertentangan dengan *self-esteem* dalam kaitannya dengan aktivitas tertentu atau keterampilan dan perasaan harga diri dan kepercayaan diri serta persepsi keseluruhan individu dari nilai mereka yang merupakan hasil dari pengalaman masa lalu dan sejarah individu.

Self-esteem juga digunakan sebagai variabel independen, yaitu sebagai penyebab dari perilaku. Seorang individu dikatakan berperilaku dengan cara tertentu karena tinggi atau rendahnya tingkat *self-esteem*. Beberapa berpendapat bahwa pemeliharaan *self-esteem*, seseorang adalah kebutuhan dasar. Kebutuhan untuk terlihat baik, baik secara pribadi maupun publik begitu menyebar sehingga individu akan berperilaku dengan cara yang mempertahankan harga diri mereka. Semua aspek *self-esteem* saling terkait. *General self-esteem* mempengaruhi tujuan dan kegiatan yang sedang dalam proses, dan juga membantu menentukan perilaku sehari-hari.

2. *Social self-esteem*

Social self-esteem adalah aspek harga diri yang mengacu pada persepsi individu terhadap kualitas hubungan mereka dengan teman sebaya serta kemampuan untuk terlibat dalam interaksi interpersonal individu hidup dalam dunia sosial. Kenyamanan merupakan hal yang penting untuk interaksi sosial.

Dalam studi terakhir *social self-esteem* secara luas diperkirakan penanda penting dari kesehatan psikososial, seperti ukuran jaringan dukungan interpersonal dan sosial, penyesuaian pribadi dan psikopatologi.

3. *Personal Self-esteem*

Personal self-esteem adalah cara melihat diri sendiri dan berkaitan erat dengan *self-image*. Hal ini sangat penting karena akan mempengaruhi cara seseorang merasa tentang dirinya dan bagaimana seseorang berperilaku dalam situasi yang menantang.

Yang paling penting untuk disadari tentang *personal self-esteem* adalah bahwa hal itu berhubungan dengan bagaimana orang lain melihat Anda. Dalam hal ini seseorang akan berada pada harmoni dengan dunia dan orang lain di sekitarnya atau dapat sangat berbeda dari bagaimana orang lain melihat dirinya dan sebagainya. Individu mungkin merasa salah paham dan merasa hidup adalah pertempuran untuk membuat orang lain menghargai siapa dirinya.

Langkah pertama menuju *self-esteem* yang lebih tinggi adalah menjadi jelas tentang siapa dan apa yang percaya. Ini adalah tujuan dari kesadaran diri. Sebelum individu dapat meningkatkan *self-esteem* atau bahkan membuat perubahan positif bagi hidup dirinya, seseorang perlu menyediakan waktu untuk membentuk perbaikan diri. Oleh karena itu, memahami *personal self-esteem* adalah langkah pertama yang diperlukan dan hanya setelah langkah ini seseorang dapat berpikir tentang bagaimana mengubah hidup secara positif.

d) **Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Self-esteem***

Self-esteem yang sehat bisa dibina dan tentunya dipengaruhi oleh beberapa faktor. Faktor-faktor yang mempengaruhi *Self-esteem* menurut (Lutan, 2003), yaitu sebagai berikut:

1. Orang tua

Orang tua merupakan faktor utama pembentukan *Self-esteem*, pengasuhan yang baik, pengembangan kepercayaan diri merupakan pondasi pembentukan *Self-esteem* pada anak.

2. Teman sejawat

Ketika seorang anak berada di lingkungan pertemanan yang kurang baik sering terkena bullying maka *Self-esteem* anak juga kurang baik, akan tetapi apabila berada di lingkungan anak-anak yang selalu mendukungnya maka *Self-esteem* juga akan terbentuk dengan baik.

3. Pencapaian atau prestasi

Hasil yang dicapai merupakan salah satu faktor pengembangan *Self-esteem*, apabila kegagalan terjadi beruntun akan memberikan kesan yang mendalam bahwa dirinya tidak bisa melakukan tugas dengan baik, apabila sering memperoleh keberhasilan membuat kepercayaan diri seseorang meningkat.

4. Diri sendiri

Diri sendiri juga memiliki potensi paling besar dalam membangun *self-esteem*. Selalu memberi semangat pada diri sendiri, memandang dirinya mampu, itulah cara untuk meningkatkan *self-esteem* pada diri sendiri.

Dari beberapa faktor tersebut dapat disimpulkan bahwa *Self-esteem* terbentuk oleh faktor dari dalam diri maupun dari luar, dari dalam diri seperti dukungan untuk dirinya sendiri, positif thinking bahwa dirinya mampu, dan dari luar seperti dukungan dari orang tua, teman sejawat, pencapaian prestasi dan juga dukungan guru.

2. **ACADEMIC BURNOUT**

a) **Pengertian *Academic Burnout***

Schaufeli (dalam Arlinkasari & Akmal, 2017) menyatakan bahwa *academic burnout* mengacu pada perasaan lelah karena tuntutan studi, memiliki sikap sinis terhadap tugas-tugas perkuliahan, dan perasaan tidak kompeten sebagai mahasiswa.

Burnout didefinisikan sebagai suatu kondisi yang dipenuhi oleh rasa jenuh sehingga banyak energi dan tenaga yang terbuang sia-sia. *Academic burnout* didefinisikan sebagai perasaan lelah, kecenderungan depersonalisasi, dan perasaan bahwa prestasinya rendah di antara siswa yang lainnya (Oktia, 2022).

Hal yang sama juga disampaikan oleh (Schaufeli dkk., 2016) yang mendefinisikan *academic burnout* adalah keadaan lelah secara fisik maupun psikologis, karena disebabkan oleh belajar, memiliki sikap yang sinis terhadap kegiatan sekolah, dan merasa tidak kompeten sebagai seorang siswa.

Menurut Ayala Pines dan Elliot Aronson, *burnout* merupakan kondisi emosional dimana seseorang merasa lelah dan jenuh secara fisik sebagai akibat tuntutan tugas yang meningkat (Christiana, 2020). *Burnout* merupakan respon terhadap situasi yang menuntut secara emosional. Namun secara singkat mendefinisikan *burnout* sebagai bentuk kelelahan secara fisik dan emosional meskipun intensitas, duras, frekuensi serta konsekuensi beragam. *Burnout* merupakan kelelahan secara emosional, fisik, dan mental yang disebabkan oleh suasana tempat belajar yang kaku, keras sangat menuntut baik secara ekonomi maupun psikologis (Maslach dkk., 2001).

Academic Burnout dalam perspektif islam dijelaskan pada hadist Al-Baihaqi:

حَدَّثَنَا رَوْحٌ، حَدَّثَنَا سُبَيْعَةُ، أَخْبَرَنِي خُصَيْنٌ، سَمِعْتُ مِنْ مُجَاهِدٍ عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ قَالٍ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: إِنَّ لِكُلِّ عَمَلٍ شِرَّةً وَلِكُلِّ عَمْرٍو قَالَ: شِرَّةٌ فَتَرَةٌ، فَمَنْ كَانَتْ شِرَّتُهُ إِلَى سُنَّتِي فَقَدْ أَفْلَحَ وَمَنْ كَانَتْ فَتَرَتُهُ إِلَى غَيْرِ ذَلِكَ فَقَدْ هَلَكَ

Artinya:

“Menceritakan pada kami Rauh, menceritakan pada kami Sub'ah, mengabarkan kepadaku Husoin, aku mendengar dari Mujahid dari Abdillah bin Amr berkata: Rasulullah bersabda: sesungguhnya setiap amal itu ada masa giatnya dan setiap giat itu ada masa jenuhnya (future), maka barang siapa yang jenuhnya membawa sunnah, maka dia mendapat petunjuk. Namun barang siapa yang jenuhnya membawa ke selain itu (selain Sunnah Nabi SAW), maka dia binasa” (HR. AL-Baihaqi).

Hadits ini menjelaskan bahwa kejenuhan bisa dibawa ke dalam Sunnah sehingga individu dapat menerima petunjuk, namun apabila membawa kearah selain Sunnah Rasulullah SAW maka dapat menjadi sesuatu yang binasa. Setiap individu pasti akan merasakan

jenuh, stress, dan muak. Hal tersebut dapat dialami individu pada proses perkuliahan secara terus menerus dan juga tugas yang berat sehingga menyebabkan *academic burnout*, namun *academic burnout* tidak selamanya ada dalam diri individu, jika individu segera mencari pertolongan. Pertolongan yang mereka dapatkan salah satunya bisa pada dukungan sosial, yaitu dukungan keluarga, teman, atau orang sekitar *significant other*, sehingga mereka dapat terlepas dari *academic burnout*.

Academic burnout mengacu pada stres, beban atau faktor psikologis lainnya karena proses pembelajaran yang diikuti mahasiswa sehingga menunjukkan keadaan kelelahan emosional, kecenderungan untuk depersonalisasi, dan perasaan prestasi pribadi yang rendah (Orpina & Prahara, 2019).

Berdasarkan berbagai pendapat di atas, maka dapat disimpulkan bahwa *academic burnout* adalah suatu peristiwa psikologis yang dialami oleh individu dalam lingkungan akademis, dimana individu merasa lelah, apatis, dan sinis terhadap kegiatan akademiknya sehingga menyebabkan pencapaian pribadi menurun.

b) Dimensi *Academic Burnout*

Dimensi *Academic Burnout* menurut (Schaufeli dkk., 2016) mengembangkan *Maslach Burnout Inventory-Student Survey* (MBI-SS) juga mengukur *burnout* melalui tiga dimensi, yaitu:

1. *Exhaustion* (Kelelahan)

Exhaustion menyebabkan seseorang merasakan hal-hal lain secara berlebihan, baik secara emosional dan fisik. Perasaan yang timbul itu seperti: merasa kering, dimanfaatkan, dan tidak dapat bersantai dan kembali fit. Ketika bangun pagi, merasa lelah seperti ketika pergi ke tempat tidur. Kelelahan akan membuat individu merasa kekurangan energi untuk menghadapi tugas atau orang lain. *Exhaustion* adalah reaksi pertama terhadap stres dari tuntutan tugas atau perubahan besar (Maslach dkk., 2001).

2. *Cynicism* (Sinisme)

Perasaan sinis akan membuat orang mengambil sikap yang dingin dan berjarak terhadap tugas dan orang-orang disekitarnya. Perasaan tersebut meminimalisir keterlibatan mereka di tempat kerja dan bahkan melupakan cita-cita mereka. Disatu sisi, sinisme merupakan upaya untuk melindungi diri dari

kelelahan dan kekecewaan. Merasa lebih aman untuk menjadi acuh tak acuh, terutama ketika masa depan tidak pasti atau menganggap hal-hal tidak akan berhasil. Tapi berpadangan negatif dapat menghancurkan kesejahteraan dan kapasitas seseorang untuk bekerja secara efektif (Maslach dkk., 2001).

3. ***Reduced Academic Efficacy*** (Berkurangnya keyakinan akademik)

Reduced academic efficacy mengacu pada menurunnya keyakinan akademik akibat menurunnya kompetensi, motivasi, dan produktivitas diri (Maslach dkk., 2001). Individu yang mengalami penurunan keyakinan akademik akan merasa tidak kompeten sehingga menyebabkan mereka merasa tidak puas pada diri sendiri, pekerjaan, bahkan kehidupan.

c) **Faktor-faktor penyebab *Academic Burnout***

Faktor-faktor yang memengaruhi *Academic Burnout* ada tiga (Christiana, 2020), yaitu:

1. Jenis kelamin

Secara umum baik laki-laki maupun perempuan memiliki kemiripan dalam hal pengalaman mereka mengalami burnout, namun ada perbedaan di antaranya, bahwa laki-laki menunjukkan sedikit lebih dari yang lain. Perempuan cenderung mengalami kelelahan emosional, dan intensitas mengalaminya lebih sering dibandingkan dengan laki-laki, sementara laki-laki lebih cenderung memiliki perasaan depersonalisasi atau perasaan sinis. Di sisi lain mengatakan bahwa laki-laki mempunyai nilai rata-rata yang lebih tinggi pada kelelahan emosional dan depersonalisasi daripada perempuan. Hal tersebut menyebabkan perbedaan pula dalam hal pekerjaan baik perempuan dan laki-laki, misalnya kebanyakan dokter, polisi, dan psikiater adalah laki-laki, sementara sebagian besar perawat, pekerja sosial dan konselor adalah perempuan (Pourghaz dkk., 2011).

2. Usia

Terdapat hubungan yang jelas antara usia dan burnout. Berdasarkan penelitian, orang dengan usia muda lebih rentan mengalami burnout daripada orang dengan usia yang lebih tua. Hal tersebut dikarenakan orang dengan usia yang lebih tua memiliki banyak kemampuan menyelesaikan tugas, dibandingkan dengan orang yang berusia lebih muda. Selain itu

orang yang berusia lebih tua cenderung berhasil menangani ancaman awal dari burnout yang mungkin akan terjadi pada mereka, dikarenakan mereka lebih stabil dan lebih matang secara psikologis.

3. Kepribadian

Burnout tidak terjadi untuk semua orang sepanjang waktu. Jelas ada variasi individu dalam pola keseluruhan, variasi yang tampaknya berkaitan dengan perbedaan kepribadian individu berdasarkan kepribadian atau karakter penting dari seorang individu seperti kualitas mental, emosional, dan sosial atau sifat-sifat yang menggabungkan menjadi satu kesatuan yang unik, salah satu gaya interpersonal, metode penanganan masalah, ekspresi dan pengendalian emosi, dan konsepsi diri adalah semua aspek kepribadian yang memiliki makna khusus bagi *burnout*.

d) Karakteristik *Academic Burnout*

Adapun Karakteristik *Academic Burnout* ada empat (Dinata dkk., 2023), yaitu:

1. Kelelahan fisik yang ditandai dengan serangan sakit kepala, mual, susah tidur, dan kurangnya nafsu makan.
2. Kelelahan emosional, ditandai dengan depresi, perasaan tidak berdaya, merasa terperangkap dalam tugasnya, mudah marah serta cepat tersinggung.
3. Kelelahan mental, ditandai dengan bersikap sinis terhadap orang lain, bersikap negatif terhadap orang lain, cenderung merugikan diri sendiri, tugas, organisasi dan kehidupan pada umumnya.
4. Rendahnya penghargaan terhadap diri sendiri, ditandai dengan tidak pernah puas terhadap hasil kerja sendiri, merasa tidak pernah melakukan sesuatu yang memuaskan.

B. Penelitian Terdahulu

Penelitian mengenai *self-esteem* dan *academic burnout* telah banyak dilakukan. Adapun penelitian terdahulu yang digunakan sebagai berikut:

- a) Penelitian D.M Maharani (2019) yang meneliti tentang hubungan antara *self-esteem* dengan *academic burnout* pada siswa kelas XI SMA negeri 1 semarang. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *self-esteem* terhadap *academic burnout*. Adapun metode yang

digunakan adalah metode kuantitatif. Hasil penelitian ini menunjukkan *self-esteem* sangat berpengaruh terhadap *academic burnout* siswa.

- b) Penelitian kedua oleh Yusuf Andi Pratama (2020) yang meneliti tentang pengaruh dukungan sosial, *self esteem* dan *self efficacy* terhadap burnout mahasiswa. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh keadaan dukungan sosial, *self esteem* dan *self efficacy* terhadap burnout mahasiswa. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif. Hasil penelitian ini diketahui jika variabel dukungan sosial berpengaruh negatif terhadap burnout mahasiswa. Sedangkan pada variabel *self-esteem* menunjukkan pengaruh positif terhadap burnout mahasiswa.
- c) Penelitian Sugara & Gian Sugiana (2011), hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa memiliki intensitas kejenuhan, dengan area kejenuhan paling banyak ditemukan yaitu pada area kelelahan emosi. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif.

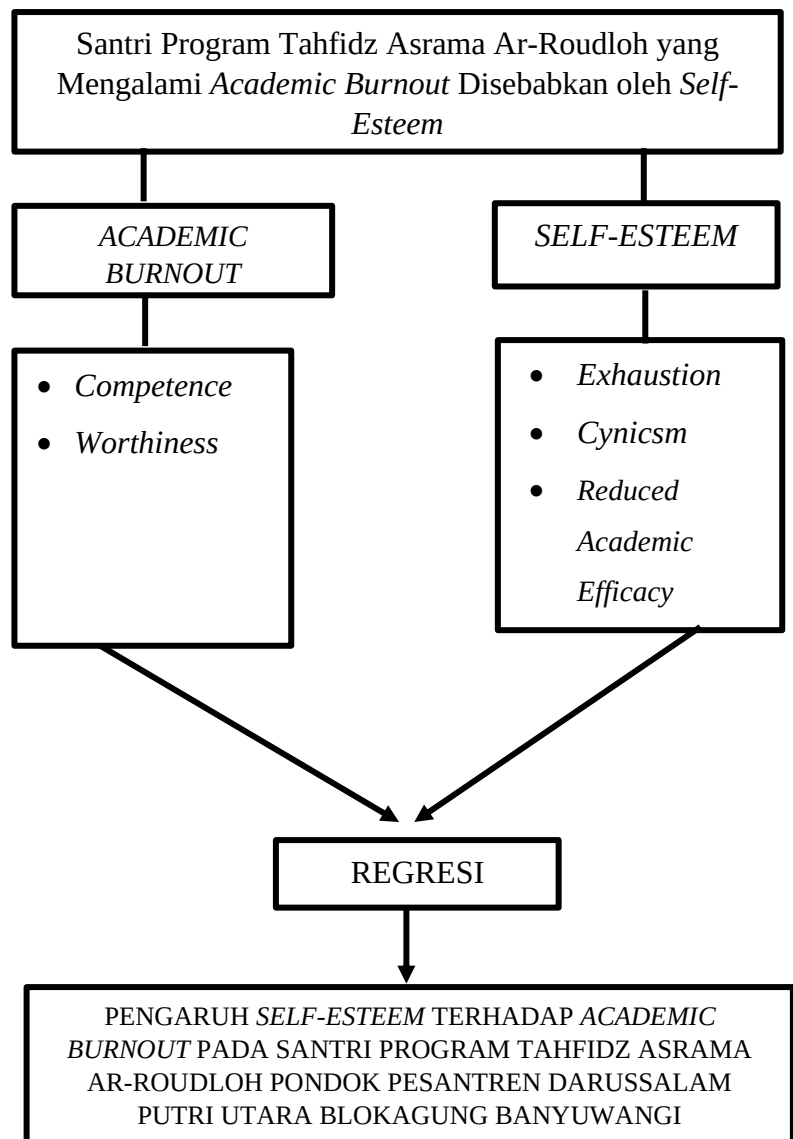
Dari tiga penelitian terdahulu di atas, tercantum penelitian penelitian yang dapat mendukung dan memperkuat penelitian yang akan dilakukan peneliti untuk mengetahui pengaruh *self-esteem* secara utuh dengan *academic burnout*. Secara umum, penelitian terdahulu memberikan informasi bahwa beberapa aspek dan indikator dari penelitian memberikan kontribusi bahwa ada pengaruh antara kedua variabel tersebut. Hal ini menarik perhatian peneliti untuk melihat lebih lanjut tentang “Pengaruh *Self-Esteem* Terhadap *Academic Burnout* Pada Santri Program Tahfidz Di Asrama Ar-Roudloh Pondok Pesantren Darussalam Putri Utara Blokagung”.

C. Kerangka Konseptual

Kerangka konseptual penelitian adalah suatu hubungan atau kaitan antara konsep satu terhadap konsep yang lainnya dari masalah yang ingin diteliti. Kerangka konsep ini gunanya untuk menghubungkan atau menjelaskan secara panjang lebar tentang suatu topik yang akan dibahas. Kerangka ini didapatkan dari konsep ilmu/teori yang dipakai sebagai landasan penelitian yang didapatkan pada tinjauan pustaka atau kalau boleh dikatakan oleh peneliti merupakan ringkasan dari tinjauan pustaka yang dihubungkan dengan garis sesuai variabel yang diteliti.

Kerangka konsep dari penelitian ini adalah melihat adanya pengaruh antara *self-esteem* terhadap *academic burnout* santri program tahfidz asrama ar-roudloh. Dalam penelitian ini akan dipaparkan tentang adanya pengaruh antara *self esteem* terhadap *academic burnout* pada santri program tahfidz asrama ar-roudloh. Berdasarkan pada analisis diatas, maka kerangka konsep penelitian ini sebagai berikut:

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual Pengaruh *Self-Esteem* Terhadap *Academic Burnout*



D. Hipotesis

Hipotesis adalah jawaban sementara dari rumusan permasalahan dalam sebuah penelitian, dimana rumusan permasalahan tersebut ada di dalam penelitian tersebut dan telah dinyatakan dalam bentuk pernyataan (Sugiyono, 2019). Jadi hipotesis dalam penelitian ini adalah :

Ha : Adanya pengaruh signifikan antara *Self-esteem* terhadap *Academic Burnout* pada Santri Program Tahfidz di Asrama Ar-Roudloh Pondok Pesantren Darussalam Putri Utara Blokagung.

Ho : Tidak adanya pengaruh signifikan antara *Self-esteem* terhadap *Academic Burnout* pada Santri Program Tahfidz di Asrama Ar-Roudloh Pondok Pesantren Darussalam Putri Utara Blokagung.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian pendekatan kuantitatif, yakni metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivism, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara random, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2019). Sehingga peneliti menggunakan metode ini (kuantitatif) karena agar mengetahui pengaruh antara *self-esteem* terhadap *academic burnout* pada santri program tahfidz di asrama Ar-Roudloh Pondok Pesantren Darussalam Putri Utara Blokagung.

Dari jenis masalah yang dikaji, penelitian ini merupakan penelitian korelasi (*correlation*), yang bertujuan untuk mengetahui ada dan tidaknya pengaruh atau hubungan antara dua variabel atau lebih (Sugiyono, 2019). Korelasi terbagi menjadi dua jenis, yaitu korelasi sejajar dan korelasi sebab akibat. Dalam korelasi sejajar keadaan variabel pertama dengan kedua tidak terdapat hubungan sebab akibat, tetapi dicari alasan mengapa diperkirakan ada hubungan. Sedangkan korelasi sebab akibat dimana variabel pertama berpengaruh terhadap variabel kedua, korelasi ini dapat juga disebut penelitian pengaruh (Arikunto, 2010).

Penelitian ini menggunakan penelitian korelasi sebab akibat dengan menggunakan rumus uji regresi linear sederhana, uji regresi linear sederhana adalah pengujian terhadap data yang mana terdiri dari dua variabel, yaitu variabel independen dan satu variabel dependen, dimana variabel tersebut bersifat kausal (berpengaruh) (Sugiyono, 2019). Sesuai dengan masalah yang telah dijelaskan, maka dengan rumus ini diharapkan bisa mengetahui apakah terdapat pengaruh antara *Self-esteem* terhadap *Academic Burnout* pada santri program tahfidz asrama Ar-Roudloh.

B. Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dimulai pada tanggal 19 Maret 2024 sampai dengan 30 Mei 2024 oleh peneliti di Asrama Ar-Roudloh Pondok Pesantren Darussalam Putri Utara, Blokagung, Banyuwangi.

C. Populasi dan Sampel

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik

kesimpulannya yang meliputi seluruh karakteristik/sifat yang dimiliki oleh subjek atau objek itu (Sugiyono, 2019). Populasi dalam penelitian ini adalah santri yang tinggal di asrama Ar-Roudloh ada sebanyak 100 orang.

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2019). Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang akan diteliti. Dalam penentuan sampel, (Sugiyono, 2019) mengemukakan bahwa ukuran sampel yang layak dalam penelitian antara 30 sampai dengan 500. Bila dalam penelitian akan melakukan analisis regresi linear sederhana, maka jumlah anggota sampel minimal 15 hingga 20 kali dari jumlah variable yang diteliti. Dalam penelitian ini, penulis menggunakan ukuran sampel menurut (Sugiyono, 2019) dimana analisis yang digunakan adalah uji regresi linear sederhana maka, jumlah anggota sampel diambil 15 kali dari jumlah variabel yang diteliti. Variabel dalam penelitian ini ada 2 (independen + dependen), maka jumlah anggota sampel = $15 \times 2 \text{ variabel} = 30$.

Dari hasil perhitungan diatas, maka diperoleh jumlah sampel yang diteliti adalah sebesar 30 santri putri asrama Ar-Roudloh Pondok Pesantren Darussalam Putri Utara Blokagung.

D. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik pengambilan sampel yang dapat digunakan yaitu *Probability Sampling* dan *Non Probability Sampling* (Sugiyono, 2019). *Probability Sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang memberikan peluang yang sama bagi setiap unsur (anggota) populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel, teknik ini meliputi *simple random sampling*, *proportionate stratified random sampling*, *disproportionate stratified random sampling*, *sampling area (cluser)*. Sedangkan *Non Probability Sampling* adalah teknik pengambilan sampel yang tidak memberi peluang atau kesempatan sama bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel, teknik ini meliputi *sampling sistematis*, *kuota*, *aksidental*, *purposive sampling*, *jenuh*, *snowball*.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik *purposive sampling* yaitu penentuan pada pengambilan sampel dengan menetapkan suatu ciri khusus yang cocok dengan penelitian sehingga permasalahan dalam penelitian ini dapat terjawab. Kriteria partisipan dalam penelitian adalah santri tahfidz yang telah menempati di asrama Ar-Roudloh minimal 2 tahun dan pencapaian hafalan di bawah 20 juz.

Teknik ini digunakan peneliti karena penelitian ini memerlukan kriteria agar sampel yang diambil akan sesuai dengan tujuan penelitian dan dapat memecahkan masalah dan dapat memberikan nilai yang representatif (mewakili).

E. Data dan Sumber Data

1) Data

Menurut (Hamidi, 2004) data dapat diartikan sebagai fakta diduga akibat fenomena alam. Pada penelitian ini peneliti menggunakan data nominal. Data nominal adalah data statistik kualitatif yang memberi label pada variabel tanpa memberikan nilai numerik, contohnya huruf, simbol, kata, dan lain sebagainya. Sehingga label tidak melambangkan kedudukan atau tingkatan namun hanya sebagai label atau kode saja (Barlian, 2016).

2) Sumber Data

Sumber data yang digunakan dalam survei informasi dan data diporelasi dalam penelitian ini menggunakan:

a) Data primer

Data primer adalah data yang diambil dan diolah sendiri oleh seseorang atau suatu organisasi secara langsung dari objeknya (Suryani, 2018). Data ini diperoleh dari hasil penyebaran angket kepada santri terkait, kemudian peneliti melakukan pengumpulan data primer dengan melakukan pengamatan terhadap aktivitas dan kejadian tertentu yang terjadi. Peneliti datang langsung di Asrama Ar-Roudloh Pondok Pesantren Darussalam Putri Utara Blokagung untuk menyesuaikan informasi yang telah dipaparkan oleh kepala asrama Ar-Roudloh.

b) Data sekunder

Data sekunder adalah data yang direkam atau dikumpulkan peneliti dan data ini diperoleh untuk dukungan informasi primer dari bahan pustaka, sastra, studi pendahuluan, buku, dan lain-lain (Hasan, 2002). Peneliti mendapatkan data sekunder ini dengan cara melakukan permohonan izin kepada kepala asrama Ar-Roudloh Pondok Pesantren Darussalam Putri Utara Blokagung.

F. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini metode pengumpulan data yang digunakan adalah sebagai berikut:

1. Observasi

Observasi adalah suatu usaha sadar untuk mengumpulkan data yang dilakukan secara sistematis, dengan prosedur yang standar (Arikunto, 2010).

2. Metode Angket (Kuesioner)

Angket atau kuesioner ini merupakan salah satu teknik pengumpulan data utama dalam pendekatan kuantitatif yang berfungsi sebagai bahan dalam melakukan analisis data, baik data

statistik deskriptif maupun data statistik inferensial (Mulyadi, 2011).

Kaitannya dengan angket, (Abdussamad & Sik, 2021) mengartikan angket adalah daftar pertanyaan yang didistribusikan melalui pos untuk diisi dan dikembalikan atau dapat juga dijawab dibawah pengawasan peneliti. Penggunaan skala *Likert* digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial (Sugiyono, 2019).

3. Metode Wawancara (*Interview*)

Wawancara merupakan teknik pengambilan data dimana peneliti langsung berdialog dengan responden untuk menggali informasi dari responden (Arikunto, 2010).

G. Variabel Penelitian

Variabel merupakan suatu objek penelitian yang akan menjadi titik perhatian suatu penelitian (Sugiyono, 2019). Dalam penelitian ini, peneliti mengambil judul “Pengaruh *Self-Esteem* terhadap *Academic Burnout* pada Santri Program Tahfidz di Asrama Ar-Roudloh Pondok Pesantren Darussalam Putri Utara Blokagung”. Maka akan ada variabel yang mempengaruhi (bebas) dan variabel yang dipengaruhi (terikat).

- a. Variabel bebas : *Self-esteem* (X)
- b. Variabel terikat : *Academic Burnout* (Y)

H. Uji Validitas dan Reliabilitas Normalitas

Kualitas data hasil penelitian dipengaruhi oleh kualitas instrumen penelitian dan teknik pengumpulan data. Kualitas instrumen penelitian bergantung pada validitas dan realibilitasnya (Sugiyono, 2019). Dengan menggunakan instrumen yang valid dan reliabel, data penelitian yang akan digunakan pun bersifat valid dan reliabel (Sugiyono, 2019).

1. Validitas Instrumen

Untuk mengetahui apakah instrumen penelitian yang digunakan itu valid atau tidak maka diperlukan adanya uji validitas. Hasil penelitian dikatakan valid apabila ada kesamaan antara data yang terkumpul dengan data yang sesungguhnya terjadi pada obyek yang diteliti (Sugiyono, 2019).

Instrumen yang valid adalah instrumen atau alat ukur yang dapat digunakan untuk mengukur apa yang seharusnya diukur. Alat ukur yang kurang valid berarti memiliki validitas rendah.

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{[N \sum X^2 - (\sum X)^2][N \sum Y^2 - (\sum Y)^2]}}$$

Keterangan:

- r_{xy} : koefisien korelasi r pearson
- N : jumlah sampel/observasi
- X : variabel bebas/variabel pertama
- Y : variabel terikat/variabel kedua

Penelitian ini menggunakan taraf signifikan sebesar 5%. Analisis butir dilakukan untuk mengetahui valid atau tidaknya butir soal dalam instrumen dengan cara yaitu skor-skor yang ada dalam butir soal dikorelasikan dengan skor total, kemudian dibandingkan pada taraf signifikan 5%.

Adapun hasil uji validitas skala *Self-esteem* yang memiliki 13 item butir pertanyaan nomor 1 sampai dengan 13 mempunyai nilai $r_{hitung} > r_{tabel}$. Nilai $r_{tabel} = 0,3061$, sedangkan nilai r_{hitung} berada diantara $0,408 - 0,744$. Sehingga seluruh item dinyatakan valid dan diterima (lihat tabel 3.1).

Adapun hasil uji validitas skala *Academic Burnout* yang memiliki 13 item butir pertanyaan nomor 1 sampai dengan 13 mempunyai nilai $r_{hitung} > r_{tabel}$. Nilai $r_{tabel} = 0,3061$, sedangkan nilai r_{hitung} berada diantara $0,369 - 0,746$. Sehingga seluruh item dinyatakan valid dan diterima (lihat tabel 3.2).

2. Reliabilitas Instrumen

Suatu alat ukur dikatakan memiliki reliabilitas yang baik apabila alat ukur tersebut dapat memberikan skor yang relatif sama pada seorang responden, jika responden tersebut mengisi angket pada waktu yang tidak bersamaan atau pada tempat yang berbeda, walaupun harus memperhatikan adanya aspek persamaan karakteristik (Sugiyono, 2019).

Dalam penelitian ini, pengujian reliabilitas instrumen menggunakan uji *Alpha Cronbach's* yang perhitungannya dibantu dengan program *Statistical Product and Services Solution* (SPSS) versi 27.0 dengan rumus sebagai berikut:

$$\alpha = \left(\frac{K}{K - 1} \right) \left(\frac{sr^2 - \sum si^2}{sx^2} \right)$$

Keterangan:

- α : koefisien reliabilitas *Alpha Croanbach*
- K : Jumlah item pertanyaan yang di uji
- $\sum si^2$: jumlah varian skor item
- sx^2 : varian skor-skor tes (seluruh item K)

Untuk menginterpretasikan koefisien reliabilitas digunakan klarifikasi rentang koefisien reliabilitas sebagai berikut:

Interval koefisien	Tingkat hubungan
0,000 – 0,199	Sangat rendah

0,200 – 0,399	Rendah
0,400 – 0,599	Sedang
0,600 – 0,799	Kuat
0,800 – 1,000	Sangat kuat

Tabel 3. 1 Reliabilitas Skala *Self-Esteem*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,855	13

Sumber: Data Sekunder Diolah 2024

Hasil reliabilitas pada tabel dengan menggunakan rumus *alpha* cronbach's untuk alat ukur *Self-esteem* diperoleh nilai sebesar 0,855. Dengan ketentuan interpretasi koefisien korelasi antara 0,800 – 0,1000, maka alat ukur ini dinyatakan sangat kuat. Artinya reliabilitas alat ukur ini mempunyai tingkat hubungan yang sangat kuat.

Tabel 3. 2 Reliabilitas Skala *Academic Burnout*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,817	13

Sumber: Data Sekunder Diolah 2024

Hasil reliabilitas pada tabel dengan menggunakan rumus *alpha* cronbach's untuk alat ukur *Academic Burnout* diperoleh nilai sebesar 0,817. Dengan ketentuan interpretasi koefisien korelasi antara 0,800 – 0,1000, maka alat ukur ini dinyatakan sangat kuat. Artinya reliabilitas alat ukur ini mempunyai tingkat hubungan yang sangat kuat.

3. Normalitas Instrumen

Uji normalitas merupakan uji prasyarat statistik parametris yang digunakan untuk mengetahui sebaran data dari suatu variabel terdistribusi normal atau tidak. Statistik parametris mengharuskan data memiliki sebaran data yang normal (Sugiyono, 2019). Uji Normalitas berguna untuk menentukan data yang telah dikumpulkan berdistribusi normal atau diambil dari populasi normal. Metode klasik dalam pengujian normalitas suatu data tidak begitu rumit.

I. Teknik Analisis Data

Data yang sudah terkumpul akan dianalisis menggunakan metode statistik inferensial, metode ini digunakan untuk menarik kesimpulan dan menggeneralisasikannya ke populasi sementara data yang digunakan untuk membuat kesimpulan menggunakan sampel dari populasi (Sugiyono, 2019).

Teknik yang digunakan untuk menganalisis data yaitu dengan menggunakan statistik deskriptif dan statistik inferensial. Statistik deskriptif yakni statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara menggambarkan data yang terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat generalisasi atau kesimpulan umum. Sedangkan statistik inferensial yakni teknik statistik yang digunakan untuk menganalisis data sampel dari populasi yang diambil secara *purposive*. Statistik inferensial terdapat statistik parametrik dan statistik nonparametrik. Statistik parametrik digunakan untuk menganalisis data interval atau rasio, yang diambil dari populasi yang berdistribusi normal. Sedangkan nonparametrik digunakan untuk menganalisis data nominal dan ordinal dari populasi yang bebas distribusi.

Dalam penelitian ini menggunakan statistik inferensial yang berupa parametrik untuk menganalisis data interval dan rasio. Alat analisis yang digunakan adalah regresi sederhana.

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Umum

1. Lokasi Penelitian

Pondok Pesantren Darussalam Blokagung didirikan oleh Almarhum Al-Maghfurlah KH. Mukhtar Syafa'at Abdul Ghofur pada tanggal 15 Januari 1951. Pada awalnya berupa bangunan musholla kecil yang sederhana terbuat dari bambu dan beratap ilalang dengan ukuran 7 x 5 M². Musholla ini diberi nama "Darussalam" dengan harapan semoga akhirnya menjadi tempat pendidikan masyarakat sampai akhir zaman.

Musholla tersebut awalnya digunakan untuk mengaji, namun dalam perkembangan selanjutnya, banyak masyarakat luas datang untuk ikut serta menitipkan putra putrinya untuk dididik di tempat ini. Sehingga musholla Darussalam tidak muat untuk menampung santri, sehingga timbullah gagasan Kyai untuk mengumpulkan wali santri untuk diajak mendirikan bangunan yang baru, bergotong royong membangun tanpa ada tekanan dan paksaan.

Hingga saat ini tempat menimba ilmu yang dinamai "Darussalam" itu telah mempunyai beberapa cabang pondok dan asrama seperti Pondok Pesantren Putri Utara dan Pondok Pesantren Putri Selatan. Pondok Pesantren Putri Utara mempunyai beberapa asrama didalamnya, Asrama Ar-Roudloh salah satunya yang merupakan Asrama Tahfidzul Qur'an putri yang dirintis pertama kali oleh Almukarromah Ibu Ny.Hj Mahmudah Hisyam sejak pendiri dan pengasuh pertama KH. Mukhtar Syafa'at Abdul Ghofur. Terletak di lantai tiga ndalem Almukarromah Ibu Ny.Hj Mahmudah Hisyam. Asrama dengan kode L itu terdiri dari lima kamar dengan jumlah warga (per 2024) sebanyak 100 warga.

Visi asrama ini adalah unggul dalam menghasilkan santri yang hamilul qur'an, lafdzan wa ma'nan wa 'amalan. Dengan beberapa misi: (a) melaksanakan kegiatan setoran bin nadzri; (b) melaksanakan kegiatan setoran bil hifdzi; (c) melaksanakan kegiatan pembinaan fashahah; (d) melaksanakan kegiatan sekolah diniyah; (e) melaksanakan kegiatan pengajian tafsir dan ihya' 'ulumiddin.

Aktifitas harian santri tahfidz asrama Ar-Roudloh dimulai dari pukul 03.15 WIB hingga 21.30 WIB dengan rincian detail kegiatan terdapat pada (lihat tabel 4.1).

Adapula aktifitas mingguan dan bulanan santri tahfidz asrama Ar-Roudloh. Adapun aktifitas mingguan santri yaitu: (a) malam jum'at, ba'da maghrib melaksanakan khataman al-qur'an

dan ba'da isya' melaksanakan istima'ul qur'an; (b) hari jum'at, pukul 05.30 WIB hingga 06.00 WIB melaksanakan senam kebugaran jasmani dan pukul 06.00 WIB hingga selesai melaksanakan ro'an kebersihan; (c) hari selasa, pukul 05.30 WIB hingga selesai mengikuti pengajian pengasuh (lihat tabel 4.2). Sedangkan aktifitas bulanan santri yaitu: (a) jum'at kliwon, melaksanakan sema'an kliwonan; (b) pertengahan bulan, melaksanakan tes kenaikan juz (lihat tabel 4.3).

2. Karakteristik Responden

Penelitian ini dilakukan pada santri tahfidz yang telah menempati di asrama Ar-Roudloh minimal 2 tahun dan pencapaian hafalan di bawah 20 juz dengan jumlah 30 santri.

B. Analisis Data

1. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui normal atau tidaknya distribusi penyebaran variabel. Pengujian normalitas juga dapat dilakukan dengan melihat nilai *Asymp. Sig.* pada uji normalitas dengan menggunakan *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test* (Sugiyono, 2019).

Hasil nilai *Asymp. Sig.* pada tabel *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test* sebesar 0,200. Bila dibandingkan dengan nilai probabilitas lebih besar dari pada 0,05 ($0,200 > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa data dari sampel penelitian ini berdistribusi normal (lihat tabel 4.4).

2. Uji Linearitas

Tabel 4. 5 Hasil Uji Linearitas

ANOVA Table			Sum of				
			Square	df	Mean	F	Sig.
ACADEMIC BURNOUT * SELF- ESTEEM	Between Groups	(Combined)	371,783	14	26,556	2,023	,094
		Linearity	207,661	1	207,661	15,818	,001
		Deviation from Linearity	164,122	13	12,625	,962	,523
	Within Groups		196,917	15	13,128		
	Total		568,700	29			

Sumber: Data Sekunder Diolah 2024

Berdasarkan hasil uji linearitas diketahui nilai *sig. deviation from linearity* sebesar $0,523 > 0,05$ maka dapat disimpulkan terdapat pengaruh yang linear antara *Self-esteem* terhadap *Academic Burnout* pada santri program tahfidz asrama Ar-Roudloh.

3. Analisis Regresi Linear Sederhana

Analisis regresi linear digunakan untuk melihat ada tidaknya pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen sebuah penelitian. Dalam penelitian ini analisis regresi linear sederhana dilakukan dengan menggunakan dua cara yaitu menggunakan manual dan SPSS. Adapun penyelesaian regresi linear sederhana dalam penelitian ini menggunakan SPSS.

Tabel 4.6 Hasil Uji Regresi Linear Sederhana

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	207,661	1	207,661	16,105	,000 ^b
	Residual	361,039	28	12,894		
	Total	568,700	29			

a. Dependent Variable: ACADEMIC BURNOUT

b. Predictors: (Constant), SELF-ESTEEM

Sumber: Data Sekunder Diolah 2024

Berdasarkan tabel di atas diperoleh nilai $F_{hitung} = 16,105$ dan probabilitas sebesar 0,000. Jika dibandingkan dengan $F_{tabel} = 4,17$ maka $F_{hitung} 16,105 > F_{tabel} 4,17$ dan $p 0,000 < 0,05$ dapat disimpulkan bahwa variabel independen (X) *Self-esteem* mempengaruhi variabel dependen (Y) *Academic Burnout* secara signifikan atau hipotesis (H_a) diterima.

4. Hasil Uji t

Uji t digunakan untuk menguji signifikan pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen. Pengujian ini menggunakan taraf signifikan sebesar 0,05. Apabila nilai probabilitas kurang dari 0,05 atau jika $t_{hitung} > t_{tabel}$ berarti ada pengaruh antara variabel independen secara signifikan terhadap variabel dependen begitu juga sebaliknya.

Tabel 4.7 Hasil Uji T

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	43,420	5,106		8,504	,000
	SELF-ESTEEM	-,518	,129	-,604	-4,013	,000

a. Dependent Variable: ACADEMIC BURNOUT

Sumber: Data Sekunder Diolah 2024

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa variabel *Self-esteem* diperoleh nilai $t_{hitung} = -4,013$ dan probabilitas sebesar 0,000. Jika dibandingkan dengan $t_{tabel} 1,697$ maka $t_{hitung} -4,803 < t_{tabel} 1,697$. Arah pengaruh yang dimiliki bersifat negatif dilihat dari nilai koefisien relasi yang bertanda negatif. Artinya, semakin tinggi *Self-esteem* maka *Academic Burnout* akan semakin rendah. Nilai signifikasi yang diperoleh dapat dilihat pada *Sig.* memiliki nilai sebesar 0,000. Nilai signifikasi yang diperoleh lebih kecil dari 0,05 ($0,000 < 0,005$), yang dapat diartikan terdapat pengaruh yang signifikan antara kedua variabel. Berdasarkan hasil yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh negatif dengan kekuatan lemah yang signifikan antara *Self-esteem* terhadap *Academic Burnout* pada santri program tahfidz.

5. Hasil Uji Determinasi (R^2)

Koefisien determinasi adalah salah satu nilai statistik yang dapat digunakan untuk mengetahui apakah ada pengaruh antara dua variabel. Nilai koefisien determinasi menunjukkan presentase variasi nilai variabel dependen yang dapat dijelaskan oleh persamaan regresi yang dihasilkan (Riduwan, 2022). Nilai R^2 yang kecil berarti kemampuan variabel independen dalam menjelaskan variasi variabel dependen amat terbatas. Sedangkan jika nilai R^2 besar atau mendekati satu maka hampir semua informasi yang dibutuhkan dapat memprediksi variabel dependen.

Tabel 4.8 Hasil Uji Koefisien Determinasi (R^2)

Model Summary ^b				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,604 ^a	,365	,342	3,591

a. Predictors: (Constant), SELF-ESTEEM

b. Dependent Variable: ACADEMIC BURNOUT

Sumber: Data Sekunder Diolah 2024

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui R sebesar 0,604 yang menunjukkan korelasi antara variabel independen dengan variabel dependen. Hasil *R Square* sebesar 0,365 atau 36,5% yang artinya variabel dependen (*Academic Burnout*) dapat dijelaskan oleh variabel independen (*Self-esteem*) sebesar 36,5%. Sedangkan sisanya ($100\% - 36,5\% = 63,5\%$) dijelaskan oleh faktor lain. Dengan kata lain, *Self-esteem* memberi pengaruh sekitar 36,5% terhadap *Academic Burnout* santri program tahfidz asrama Ar-Roudloh.

BAB V PEMBAHASAN

Setelah dilakukannya penelitian peneliti telah menemukan sebab dari *academic burnout*, selanjutnya hasil penelitian dapat dianalisis pada bab lima. Tujuan dari analisis pada bab lima ini yaitu untuk menjawab tujuan dari penelitian pengaruh *Self-esteem* terhadap *Academic Burnout* pada santri program tahfidz asrama Ar-Roudloh Pondok Pesantren Darussalam Putri Utara Blokagung.

Hasil nilai *Asymp. Sig.* pada tabel *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test* sebesar 0,200. Bila dibandingkan dengan nilai probabilitas lebih besar dari pada 0,05 ($0,200 > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa data dari sampel penelitian ini berdistribusi normal. Hasil uji data selanjutnya yaitu uji linearitas diketahui nilai *sig. deviation from linearity* sebesar $0,523 > 0,05$ maka dapat disimpulkan terdapat pengaruh yang linear antara *Self-esteem* terhadap *Academic Burnout* pada santri program tahfidz asrama Ar-Roudloh.

Berdasarkan hasil uji linearitas diketahui nilai *sig. deviation from linearity* sebesar $0,523 > 0,05$ maka dapat disimpulkan terdapat pengaruh yang linear antara *Self-esteem* terhadap *Academic Burnout* pada santri program tahfidz asrama Ar-Roudloh.

Hasil uji analisis Regresi Linear Sederhana diperoleh nilai $F_{hitung} = 16,105$ dan probabilitas sebesar 0,000. Jika dibandingkan dengan $F_{tabel} = 4,17$ maka $F_{hitung} 16,105 > F_{tabel} 4,17$ dan $p 0,000 < 0,05$ dapat disimpulkan bahwa variabel independen (X) *Self-esteem* mempengaruhi variabel dependen (Y) *Academic Burnout* secara signifikan atau hipotesis (H_a) diterima.

Hasil uji t diketahui bahwa variabel *Self-esteem* diperoleh nilai $t_{hitung} = -4,013$ dan probabilitas sebesar 0,000. Jika dibandingkan dengan $t_{tabel} 1,697$ maka $t_{hitung} -4,013 < t_{tabel} 1,697$ dan $p 0,000 < 0,05$. Berdasarkan hasil yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh negatif dengan kekuatan lemah yang signifikan antara *Self-esteem* terhadap *Academic Burnout* pada santri program tahfidz.

Hasil uji selanjutnya yaitu hasil dari output uji koefisien determinasi dapat diketahui hasil *R Square* sebesar 0,365 atau 36,5% yang artinya variabel dependen (*Academic Burnout*) dapat dijelaskan oleh variabel independen (*Self-esteem*) sebesar 36,5%.

Hasil analisis keberhasilan santri dalam menghafal Al-Qur'an tentunya dipengaruhi oleh berbagai faktor baik dari dalam diri individu (faktor intern) maupun dari luar diri individu (faktor ekstern). Sulistiyo & Muhroji (2022) mengungkapkan bahwa faktor intern yang mempengaruhi menghafal dikelompokkan menjadi tiga, yaitu faktor jasmaniah, faktor psikologis, dan faktor kelelahan. Sementara faktor ekstern yang berpengaruh terhadap menghafal juga dikelompokkan

menjadi tiga, yaitu faktor keluarga, faktor sekolah/lembaga, dan faktor masyarakat/teman sejawat.

Faktor intern seringkali dianggap sebagai faktor utama yang tidak hanya merintangi menghafal, tetapi juga motivasi untuk mencapai prestasi sebaik mungkin (Sulistiyo & Muhroji, 2022). Dari pendapat tersebut, dapat diketahui bahwa meskipun santri berada dalam lingkungan keluarga, sekolah/lembaga, maupun masyarakat/teman sejawat yang baik, namun jika dari dalam dirinya sedang tidak sehat secara jasmani, sedang mengalami tekanan secara psikologis, maupun kelelahan, maka proses menghafal dan prestasi yang dicapainya juga akan cenderung tidak optimal.

Hasil survei terhadap 2.133 pelajar di Taiwan yang dilaporkan surat kabar *The China Post* (Soong dalam Shih, 2015) menunjukkan bahwa 61,9% pelajar menghadiri sekolah hanya untuk melengkapi pendidikan reguler mereka. Selanjutnya, 35,9% pelajar sering merasa kelelahan setelah seharian sekolah; 21,9% dari mereka juga menganggap sekolah sebagai beban yang berat; dan 19,4% dari mereka merasa terbebani secara fisik maupun mental.

Situasi dilematis antara tuntutan studi yang tidak seimbang dengan kemampuan atau sumber daya yang dimiliki pada kenyataannya dapat membuat peserta didik tertekan secara psikologis sehingga akhirnya rentan terhadap *academic burnout*. Seperti dikemukakan oleh Salmela-Aro & Upadyaya (2014) bahwa dalam lingkungan akademis, peserta didik dihadapkan pada berbagai tuntutan studi dan sumber daya yang berbeda-beda, yang kemudian dapat dimanifestasikan dalam tingkat keterlibatan dan *burnout* di sekolah, serta kesejahteraan peserta didik secara keseluruhan.

Berdasarkan *control-value theory*, ketika individu merasa mampu atau tidak mampu mengontrol aktivitas dan luaran akademik yang penting ataupun kurang penting menurut individu tersebut maka emosi akademik akan muncul. Rasa jenuh (*burnout*) merupakan salah satu emosi negatif yang dapat muncul dalam aktivitas akademik yang akan berdampak pada prestasi yang dicapai individu (Pekrun, 2006). *Burnout* dalam bidang akademik atau *academic burnout* didefinisikan sebagai perasaan lelah karena tuntutan studi, memiliki sikap sinis terhadap tugas-tugas akademik, dan perasaan tidak kompeten sebagai pelajar (Schaufeli dkk., 2002).

Santri yang mengalami *Academic Burnout* menunjukkan gejala-gejala seperti: (a) kelelahan emosional; (b) penurunan performa akademik; (c) perasaan tidak mampu dan rendah diri; (d) menghindari tanggung jawab akademik; (e) masalah kesehatan fisik; (f) keterasingan sosial; (g) penurunan motivasi; (h) cenderung menyalahkan diri sendiri; (i) perilaku menghindar; serta (j) kesulitan dalam pengambilan keputusan (Marchella dkk., 2023). Dengan

demikian, gejala *academic burnout* pada peserta didik dapat dilihat melalui beberapa area, diantaranya kelelahan (*exhaustion*), depersonalisasi (*cynicism*), dan menurunnya keyakinan akademik (*reduced academic efficacy*).

Penelitian Sugara (2011) terhadap siswa SMA Angkasa Bandung, menunjukkan bahwa sebanyak 72,97% siswa memiliki intensitas kejenuhan, dengan area kejenuhan paling banyak ditemukan yaitu pada area kelelahan emosi. Sementara penelitian Priambodo (2016) yang dilakukan pada siswa kelas XI SMA di Kota Yogyakarta menunjukkan bahwa sebanyak 93,98% siswa mengalami kejenuhan, dengan area kejenuhan paling banyak ditemukan yaitu pada area kelelahan emosi. Dari kedua penelitian tersebut, diketahui bahwa intensitas kejenuhan siswa cenderung tinggi dan paling banyak ditemukan pada area kelelahan emosi. Selain itu, fenomena kejenuhan (*burnout*) juga ditemukan pada siswa di SMA Negeri 1 Semarang (Maharani, 2019). Berdasarkan studi pendahuluan dengan menyebar angket *academic burnout* kepada 72 siswa diperoleh hasil bahwa sebanyak 44,1% siswa mengalami gejala *academic burnout*, dengan area kejenuhan paling banyak juga ditemukan pada area kelelahan (*exhaustion*).

Melihat fenomena-fenomena yang ada di lapangan, *academic burnout* menjadi masalah yang banyak dialami oleh individu dalam lingkungan akademis. (Maslach dkk., 2001) mengemukakan bahwa ada dua faktor yang menjadi penyebab utama terjadinya kejenuhan (*burnout*), yaitu: (1) faktor situasional yang berupa kondisi lingkungan, dan (2) faktor individu yang berupa karakteristik demografi, karakteristik kepribadian, dan sikap individu terhadap pekerjaan. (Chen dkk., 2023) menjelaskan bahwa faktor individu dan lingkungan eksternal adalah penyebab utama *academic burnout*. Faktor individu yang menyebabkan *academic burnout* berkaitan dengan karakteristik kepribadian, seperti *self-efficacy*, *self-esteem*, *locus of control*, dan *trait-anxiety*. Sedangkan faktor lingkungan eksternal yang menyebabkan *academic burnout* terutama berasal dari tuntutan studi yang berlebihan.

Beragam faktor baik internal maupun eksternal menjadi penyebab *academic burnout*, dimana akibat serius dari masalah tersebut adalah lemahnya motivasi belajar, timbulnya rasa malas yang berat, dan menurunnya prestasi akademik (Hamzah dkk., 2017). Pekrun (2006) menjelaskan bahwa dalam *control-value theory*, emosi akademik yang dirasakan oleh individu berasal dari penilaian (*appraisal*) baik kognitif maupun non-kognitif. Dengan demikian, diketahui bahwa emosi akademik muncul karena adanya penilaian yang dibuat oleh individu. Salah satu faktor penilaian dari diri individu

yang dapat mempengaruhi kecenderungan untuk mengalami emosi akademik berupa kejenuhan (*burnout*) adalah *self-esteem* (harga diri).

Mengikuti pendapat Rosenberg (1965), harga-diri (*self-esteem*) merupakan suatu evaluasi positif ataupun negatif terhadap diri sendiri (*self*). Dengan kata lain harga-diri (*self-esteem*) adalah bagaimana seseorang memandang dirinya sendiri. Terlihat bahwa harga-diri (*self-esteem*) yang tinggi mencerminkan kondisi pribadi positif, yang akan memunculkan sikap yang baik dalam berinteraksi dengan orang lain. Seseorang dengan harga-diri (*self-esteem*) tinggi dikatakan memiliki resiliensi yang tinggi, yaitu memiliki kemampuan untuk bangkit kembali, dengan cara mengatasi tekanan yang dialami. Namun demikian, seseorang dengan harga-diri (*self-esteem*) tinggi bisa saja suatu saat mengalami kegagalan atau kekecewaan yang membuat harga-diri (*self-esteem*) mereka menurun. Kondisi inilah yang dikenal sebagai harga-diri (*self-esteem*) yang terancam. Pada kondisi tersebut harga-diri (*self-esteem*) dapat mengalami penurunan. Ancaman terhadap harga-diri (*self-esteem*) ini kemudian memunculkan reaksi untuk mempertahankan diri, yang menurut Vohs and Heatherton (2000); dalam Myers (2005) dapat dilakukan dengan memandang rendah orang lain dan melebih-lebihkan keunggulan mereka atas diri orang lain.

Dalam konteks menghafal Al-Qur'an, baik motivasi maupun semangat memiliki peran penting dan saling melengkapi. Motivasi adalah alasan di balik tindakan seseorang. Ini bisa datang dari dalam diri (motivasi intrinsik) atau dari luar (motivasi ekstrinsik) (Ena & Djami, 2021). Adapun motivasi intrinsik meliputi: (a) menghafal Al-Qur'an karena cinta kepada Allah; (b) keinginan untuk mendekatkan diri kepada-Nya; (c) hasrat untuk memahami firman-Nya lebih dalam. Ini adalah motivasi yang sangat kuat dan tahan lama karena berasal dari keyakinan dan niat yang tulus. Sedangkan motivasi ekstrinsik yaitu bisa berupa dorongan dari keluarga, guru, teman, atau bahkan iming-iming hadiah. Meskipun ini juga efektif, motivasi ini mungkin tidak sekuat dan setahan lama motivasi intrinsik.

Semangat sendiri mengacu pada energi dan antusiasme yang seseorang bawa dalam melakukan suatu kegiatan (Suryana dkk., 2018). Semangat ini penting untuk menjaga konsistensi dan kecepatan dalam menghafal. Semangat mempunyai beberapa aspek yaitu: (a) menjaga semangat, menghafal Al-Qur'an adalah proses panjang yang membutuhkan kesabaran. Semangat membantu seseorang tetap berkomitmen meski menghadapi kesulitan; (b) lingkungan yang mendukung, berada di lingkungan yang mendukung, seperti komunitas penghafal Al-Qur'an, dapat meningkatkan semangat; (c) metode pengajaran yang menarik, guru yang mampu membuat proses

menghafal menjadi menyenangkan dapat meningkatkan semangat santri.

Tidak dipungkiri dinamika pengaruh *Self-esteem* terhadap *Academic Burnout* dimediasi oleh beberapa faktor, yaitu: (a) resiliensi terhadap stress (Busti & Rivai, 2023), jika individu dengan *Self-esteem* tinggi maka cenderung lebih tahan terhadap stres karena mereka memiliki keyakinan pada kemampuan mereka untuk mengatasi tantangan. Mereka lebih mungkin untuk mengembangkan strategi coping yang efektif, seperti manajemen waktu dan teknik relaksasi. Akan tetapi jika *Self-esteem* rendah maka individu mungkin merasa lebih tertekan oleh tuntutan akademik dan kurang percaya diri dalam menghadapi tantangan. Hal ini dapat mempercepat terjadinya burnout; (b) pemahaman diri dan ekspektasi (Calicchio, 2023), jika dengan penghargaan diri yang tinggi, individu lebih mampu menetapkan tujuan yang realistis dan memiliki ekspektasi yang seimbang terhadap diri mereka sendiri. Mereka cenderung lebih menerima kegagalan sebagai bagian dari proses belajar. Sedangkan jika *Self-esteem* rendah maka individu mungkin menetapkan ekspektasi yang terlalu tinggi atau terlalu rendah terhadap diri mereka sendiri, yang bisa menyebabkan perasaan putus asa atau ketidakmampuan. Mereka juga mungkin lebih cenderung menginternalisasi kegagalan sebagai kekurangan pribadi; (c) interaksi sosial dan dukungan (Pasaribu, 2016), jika individu dengan *self-esteem* tinggi maka cenderung memiliki hubungan sosial yang lebih positif dan mendukung. Mereka lebih mungkin untuk mencari dukungan saat menghadapi kesulitan akademik. Akan tetapi jika individu dengan *self-esteem* rendah mungkin merasa lebih terisolasi dan enggan mencari bantuan, memperburuk perasaan burnout; (d) motivasi dan kepuasan akademik (Putra dkk., 2021), jika individu memiliki penghargaan diri yang baik, maka individu lebih termotivasi dan merasa lebih puas dengan pencapaian akademik mereka, sehingga mengurangi risiko burnout. Sedangkan jika *Self-esteem* rendah maka kurangnya penghargaan diri dapat menurunkan motivasi dan kepuasan akademik, meningkatkan risiko burnout.

Dalam konteks Islam, konsep *self-esteem* dan *academic burnout* tidak secara eksplisit disebutkan dalam Al-Qur'an atau Hadis, tetapi ada prinsip-prinsip dan ajaran-ajaran yang berkaitan dengan kesehatan mental, ketahanan diri, dan upaya mengatasi kesulitan yang dapat dihubungkan dengan konsep-konsep tersebut. Kepercayaan diri dan rasa tanggung jawab merupakan dua komponen penting dalam pengembangan *self-esteem*. Dalam Islam, kedua hal ini banyak disinggung dalam Al-Qur'an dan Hadis, yang memberikan landasan untuk membangun *self-esteem* yang kuat dan sehat, seperti firman Allah SWT dalam Surah Al-Baqarah ayat 286:

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ
 أَخْطَأْنَا رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إَصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ
 وَاعْفُ عَنَّا وَارْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ ﴿٢٨٦﴾

Artinya:

“Allah tidak membebani seseorang, kecuali menurut kesanggupannya. Baginya ada sesuatu (pahala) dari (kebaikan) yang diusahakannya dan terhadapnya ada (pula) sesuatu (siksa) atas (kejahatan) yang diperbuatnya. (Mereka berdoa,) “Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami salah. Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau bebani kami dengan beban yang berat sebagaimana Engkau bebankan kepada orang-orang sebelum kami. Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tidak sanggup kami memikulnya. Maafkanlah kami, ampunilah kami, dan rahmatilah kami. Engkaulah pelindung kami. Maka, tolonglah kami dalam menghadapi kaum kafir.”

Dalam ayat tersebut dijelaskan bahwa dalam mencapai tujuan hidup itu, manusia diberi beban oleh Allah sesuai kesanggupannya, mereka diberi pahala lebih dari yang telah diusahakannya dan mendapat siksa seimbang dengan kejahatan yang telah dilakukannya. Amal yang dibebankan kepada seseorang hanyalah yang sesuai dengan kesanggupannya. Agama Islam adalah agama yang tidak membebani manusia dengan beban yang berat dan sukar. Mudah, ringan dan tidak sempit adalah asas pokok dari agama Islam. Kemudian Allah menerangkan hasil amalan yang telah dibebankan dan dilaksanakan oleh manusia, yaitu amal saleh yang dikerjakan mereka. Maka balasannya akan diterima dan dirasakan oleh mereka berupa pahala dan surga. Sebaliknya perbuatan dosa yang dikerjakan oleh manusia, maka hukuman mengerjakan perbuatan dosa itu, akan dirasakan dan ditanggung pula oleh mereka, yaitu siksa dan azab di neraka. Ayat ini mendorong manusia agar mengerjakan perbuatan yang baik serta menunaikan kewajiban yang telah ditetapkan agama. Ayat ini memberi pengertian bahwa perbuatan baik itu adalah perbuatan yang mudah dikerjakan manusia karena sesuai dengan watak dan tabiatnya, sedang perbuatan yang jahat adalah perbuatan yang sukar dikerjakan manusia karena tidak sesuai dengan watak dan tabiatnya. Manusia dilahirkan dalam keadaan fitrah yang suci dan telah tertanam dalam hatinya jiwa ketauhidan (Yunus, 1973).

Ayat tersebut selaras dengan hasil penelitian Nurvia & Safitri (2009) bahwasanya *Self-esteem* atau penghargaan diri adalah faktor

penting yang memengaruhi bagaimana seseorang menghadapi tantangan dan tekanan dalam kehidupan, termasuk dalam konteks akademik. Ketidakmampuan mengelola *self-esteem* dapat berdampak signifikan pada risiko terjadinya *academic burnout*. Adapun salah satu cara mengatasi *academic burnout* dengan cara berdzikir. Dzikir, yang berarti mengingat Allah, merupakan praktik spiritual penting dalam Islam yang melibatkan pengucapan kata-kata pujian, syukur, dan permohonan kepada Allah. Dzikir bertujuan untuk mendekatkan diri kepada Allah, memperkuat iman, dan membawa ketenangan hati. Dalam konteks kesehatan mental dan pencegahan burnout, dzikir memiliki peran signifikan dalam mengurangi stres dan memberikan ketenangan batin, seperti dalam firman Allah SWT Surah Ar-Ra'd ayat 28:

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴿٢٨﴾

Artinya:

“(Yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, bahwa hanya dengan mengingat Allah hati akan selalu tenteram.”

Dalam ayat ini, Allah menjelaskan orang-orang yang mendapat tuntunan-Nya, yaitu orang-orang beriman dan hatinya menjadi tenteram karena selalu mengingat Allah. Dengan mengingat Allah, hati menjadi tenteram dan jiwa menjadi tenang, tidak merasa gelisah, takut, ataupun khawatir. Mereka melakukan hal-hal yang baik, dan merasa bahagia dengan kebajikan yang dilakukannya.

Ayat tersebut sejalan dengan pengertian dzikir yang diutarakan oleh Kamila (2020) menyatakan bahwa ketenangan hati dapat diperoleh melalui mengingat Allah. Ketika seseorang melakukan dzikir, mereka mengarahkan pikiran dan hatinya kepada Allah, mengurangi kecemasan dan kekhawatiran yang sering kali menjadi penyebab stres dan burnout. Dzikir membantu menenangkan pikiran yang gelisah dan memberikan perasaan damai serta keyakinan bahwa Allah selalu bersama mereka.

Konsep *self-esteem* dan *academic burnout* dapat ditemukan dalam ajaran Islam melalui prinsip-prinsip yang terkait dengan kepercayaan diri, keseimbangan hidup, dan pengelolaan stres. Meskipun terminologi modern seperti *self-esteem* dan *burnout* tidak disebutkan secara langsung, nilai-nilai yang mendasarinya dapat ditemukan dalam Al-Qur'an dan Hadis. Ajaran-ajaran ini menekankan pentingnya menjaga kesehatan mental, spiritual, dan fisik melalui keseimbangan, dukungan sosial, dan hubungan yang kuat dengan Allah.

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan dari rumusan masalah, hipotesis dan hasil penelitian maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh yang negatif antara *self-esteem* terhadap *academic burnout* pada santri program tahfidz di asrama Ar-Roudloh Pondok Pesantren Darussalam Putri Utara Blokagung. Berdasarkan hasil penelitian dapat ditarik kesimpulan bahwa *Self-esteem* berpengaruh signifikan terhadap *Academic Burnout* santri program tahfidz asrama Ar-roudloh. Semakin tinggi *Self-esteem* maka semakin rendah *Academic Burnout* yang terjadi pada santri tersebut. *Self-esteem* memberikan pengaruh sekitar 36,5% terhadap *Academic Burnout* santri program tahfidz asrama Ar-Roudloh.

B. Keterbatasan Penelitian

Berdasarkan pengalaman dari peneliti dalam proses penelitian, peneliti menemukan berbagai keterbatasan dengan faktor yang berbeda dan perlu sekali untuk diperhatikan bagi penelitian dengan tema yang memiliki kesamaan agar dapat menyempurnakan penelitian dengan baik karena penelitian ini sendiri tentu memiliki kekurangan yang perlu terus diperbaiki dalam penelitian-penelitian kedepannya. Beberapa keterbatasan dalam penelitian tersebut, antara lain:

1. Sulitnya melakukan pengontrolan pada jawaban yang tepat pada angket disebabkan karna sebagian santri malas membaca dan memilih untuk memberi jawaban yang kurang tepat.
2. Jumlah responden yang hanya 30 orang, tentunya masih kurang untuk menggambarkan keadaan yang sesungguhnya.

C. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dijalankan ada beberapa saran yang dapat diajukan, sebagai berikut:

1. Bagi santri program tahfidz asrama Ar-Roudloh

Penelitian ini diharapkan dapat membantu santri untuk lebih bisa menyikapi setiap fase atau keadaan yang bisa membuat mereka lelah atau jenuh dengan mengembangkan *self-esteem* tinggi.

2. Bagi konselor

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai salah satu upaya konselor dalam menangani kasus-kasus yang serupa maupun sebagai sarana untuk meningkatkan pembentukan program tahfidz santri di asrama Ar-Roudloh Pondok Pesantren Darussalam Putri Utara Blokagung.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah disajikan, maka peneliti menyampaikan saran yang sekiranya dapat memberikan manfaat kepada pihak-pihak dalam penelitian ini. Adapun saran-saran peneliti sampaikan adalah sebagai berikut:

- a. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan menggunakan jumlah responden yang lebih banyak.
- b. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan untuk menambah waktu penelitian.
- c. Disarankan untuk mempelajari atau meneliti lebih luas lagi dengan menggunakan lebih banyak variabel dan faktor-faktor lain yang dapat menurunkan *burnout* santri.

4. Bagi instansi

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan sumbangan informasi mengenai pentingnya tolak ukur santri untuk menuntaskan program Tahfidz agar mereka mampu menuntaskan hafalan sesuai target yang telah ditentukan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdussamad, H.Z., Sik, M.S., 2021. Metode penelitian kualitatif. CV. Syakir Media Press.
- Amir, S., Fauzi, M.R., Isomudin, M., 2021. Problematika pembelajaran tahfidz di pondok pesantren. *Jurnal At-Tadbir: Media Hukum Dan Pendidikan*.
- Anwar, S., Iswantir, M., 2023. Implementasi Program Pembelajaran Tahfidz Al-Qur'an di Pondok Pesantren Tahfidzul Qur'an Syech Ahmad Chatib Al-Minangkabawi. *Jurnal Kajian Penelitian Pendidikan dan Kebudayaan*.
- Arikunto, S., 2010. Metode peneltian. Jakarta: Rineka Cipta 173.
- Arlinkasari, F., Akmal, S.Z., 2017. Hubungan antara School Engagement, Academic Self-Efficacy dan Academic Burnout pada Mahasiswa. *Humanitas*. <https://doi.org/10.28932/humanitas.v1i2.418>
- Awanis, A., 2018. Sistem Pendidikan Pesantren 2.
- Barlian, E., 2016. Metodologi penelitian kualitatif & kuantitatif.
- Busti, M.F., Rivai, H.A., 2023. Pengaruh Beban Kerja dan Resiliensi terhadap Job Burnout dengan Stres Kerja sebagai Variabel Mediasi. *Jurnal Informatika Ekonomi Bisnis*.
- Calicchio, S., 2023. Albert Bandura dan faktor efikasi diri: Sebuah perjalanan ke dalam psikologi potensi manusia melalui pemahaman dan pengembangan efikasi diri dan harga diri. Stefano Calicchio.
- Chen, C., Shen, Y., Zhu, Y., Xiao, F., Zhang, J., Ni, J., 2023. The effect of academic adaptability on learning burnout among college students: the mediating effect of self-esteem and the moderating effect of self-efficacy. *Psychology Research and Behavior Management*.
- Christiana, E., 2020. Burnout akademik selama pandemi covid 19. Presented at the Prosiding Seminar Bimbingan Dan Konseling, pp.
- Dinata, W., Wahyudi, W., Fikry, Z., 2023. Hubungan antara Prokrastinasi Akademik dengan Burnout Akademik pada Peserta Didik. *Jurnal Pendidikan Tambusai*.
- Ena, Z., Djami, S.H., 2021. Peranan motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik terhadap minat personel bhabinkamtibmas polres kupang kota. Among Makarti.
- Hadi, A., 2022. Pondok Pesantren Merupakan Sebuah Sistem Dalam Pendidikan Islam.
- Hamidi, J., 2004. Metode penelitian kualitatif. Malang: UMM Pres.
- Hamzah, H., Sugiharto, D.Y.P., Tadjri, I., 2017. Efektifitas konseling kelompok dengan teknik relaksasi religius untuk mengurangi kejenuhan belajar mahasiswa. *Jurnal Bimbingan Konseling*.
- Happy, N., Widjajanti, D.B., 2014. Keefektifan PBL ditinjau dari kemampuan berpikir kritis dan kreatif matematis, serta self-esteem siswa SMP. *Jurnal Riset Pendidikan Matematika*.
- Hasan, M.I., 2002. Pokok-pokok materi metodologi penelitian dan aplikasinya.

- Johnson, A.R., Jayappa, R., James, M., Kulnu, A., Kovayil, R., Joseph, B., 2020. Do Low Self-Esteem and High Stress Lead to Burnout Among Health-Care Workers? Evidence From a Tertiary Hospital in Bangalore, India. *Safety and Health at Work* 11, 347–352. <https://doi.org/10.1016/j.shaw.2020.05.009>
- Kamila, A., 2020. Psikoterapi Dzikir Dalam Menangani Kecemasan. *Happiness: Journal of Psychology and Islamic Science*.
- Khairat, M., Adiyanti, M., 2015. Self-esteem dan prestasi akademik sebagai prediktor subjective well-being remaja awal. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*.
- Lutan, R., 2003. Self esteem: Landasan kepribadian. Jakarta: Bagian proyek peningkatan mutu organisasi dan tenaga keolahragaan dirjen olahraga depdiknas.
- Maharani, D.M., 2019. Hubungan antara Self-esteem dengan Academic Burnout pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Semarang Tahun Ajaran 2018/2019. Universitas Negeri Semarang.
- Marchella, F., Matulessy, A., Pratitis, N., 2023. Academic burnout pada mahasiswa tingkat akhir: Bagaimana peranan prokrastinasi akademik dan academic burnout? *INNER: Journal of Psychological Research*.
- Maslach, C., Schaufeli, W.B., Leiter, M.P., 2001. Job burnout. *Annual review of psychology*.
- Mruk, C.J., 2013. Self-esteem and positive psychology: Research, theory, and practice. Springer Publishing Company.
- Mulyadi, M., 2011. Penelitian kuantitatif dan kualitatif serta pemikiran dasar menggabungkannya. *Jurnal studi komunikasi dan media*.
- Nurmalitasari, A., Widyana, R., 2021. The Relationship Between Self-Esteem and Social Support with Subjective Well-Being of MTs Students Living in Islamic Boarding Schools. *Duconomics Sci-meet*.
- Nurvia, L., Safitri, R.M., 2009. Hubungan antara Harga Diri dengan Burnout pada Karyawan Bidang Pemasaran. *Jurnal Psikologi*.
- Oktia, V., 2022. Pengaruh Academic Burnout dan Academic Engagement Terhadap School Well-Being Santri Pesantren. *Nusant. J. Behav. and. Soc. Sci* 1. <https://doi.org/10.47679/202213>
- Orpina, S., Prahara, S.A., 2019. Self-Efficacy dan Burnout Akademik pada Mahasiswa yang Bekerja. *IJEC*. <https://doi.org/10.30653/001.201932.93>
- Pasaribu, S., 2016. Hubungan Konsep Diri Dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Interaksi Sosial Mahasiswa. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*.
- Pekrun, R., 2006. The control-value theory of achievement emotions: Assumptions, corollaries, and implications for educational research and practice. *Educational psychology review*.
- Pourghaz, A., Tamini, K., Karamad, A., 2011. Do demographic characteristics make a difference to job satisfaction, organizational commitment and

- burnout among travel agency drivers?(A Case Study in Iran). *Journal of Basic and Applied Scientific Research*.
- Priambodo, M.G., 2016. Efektivitas senam otak dalam menurunkan tingkat kejenuhan belajar siswa kelas XI SMAN 11 Yogyakarta. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*.
- Pristiwanti, D., Badariah, B., Hidayat, S., Dewi, R.S., 2022. Pengertian Pendidikan. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK)*.
- Putra, F.P., Khadijah, K., Fatia, A., 2021. Pengaruh motivasi menghafal al-qur'an terhadap kualitas hafalan al-qur'an santri. *Journal Cerdas Mahasiswa*.
- Refnadi, R., 2018. Konsep self-esteem serta implikasinya pada siswa. *J.Edu*. <https://doi.org/10.29210/120182133>
- Riduwan, M., 2022. Skala pengukuran variabel-variabel penelitian.
- Rosenberg, M., 1965. Rosenberg self-esteem scale (RSE). *Acceptance and commitment therapy. Measures package*.
- Salmela-Aro, K., Upadyaya, K., 2014. School burnout and engagement in the context of demands-resources model. *British journal of educational psychology*.
- Schaufeli, W.B., Martínez, I.M., Pinto, A.M., Salanova, M., Bakker, A.B., 2016. Burnout and Engagement in University Students. *Journal of Cross-Cultural Psychology*.
- Schaufeli, W.B., Martinez, I.M., Pinto, A.M., Salanova, M., Bakker, A.B., 2002. Burnout and engagement in university students: A cross-national study. *Journal of cross-cultural psychology*.
- Sebayang, S., Sembiring, J., 2017. Pengaruh self esteem dan self efficacy terhadap kinerja karyawan studi kasus di PT. Finnet Indonesia. *eProceedings of Management*.
- Shih, S.-S., 2015. An investigation into academic burnout among Taiwanese adolescents from the self-determination theory perspective. *Social Psychology of Education*.
- Srisayekti, W., Setiady, D.A., 2015a. Harga-diri (self-esteem) terancam dan perilaku menghindar. *Jurnal psikologi*.
- Srisayekti, W., Setiady, D.A., 2015b. Harga-diri (Self-esteem) Terancam dan Perilaku Menghindar. *Jurnal Psikologi* 42, 141. <https://doi.org/10.22146/jpsi.7169>
- Sugara, G.S., 2011. Efektivitas Teknik Self Instruction Dalam Menangani Kejenuhan Belajar Siswa (Pra Eksperimen Terhadap Siswa Kelas Xi Ipa Sma Angkasa Lanud Husen Sastranegara Bandung Tahun Ajaran 2010/2011).
- Sugiyono, P., 2019. Metode Penelitian Pendidikan (Kuantitatif, Kualitatif, Kombinasi, R&d dan Penelitian Pendidikan). *Metode Penelitian Pendidikan*.
- Sujadi, E., Meditamar, M.O., Ahmad, B., 2022. Pengaruh Stres Akademik dan Self-Efficacy terhadap Penyesuaian Diri Santriwati Pondok Pesantren

- Tahun Pertama: Efek Mediasi Self-Esteem. Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application.
- Sujana, I.W.C., 2019. Fungsi dan tujuan pendidikan Indonesia. Adi Widya: Jurnal Pendidikan Dasar.
- Sulistiyo, G.I., Muhroji, M., 2022. The Influence of the Role of Parents and Peers on the Self-Concept of High Grade Students at SD N Klumprit 1. Al Hikmah: Journal of Education.
- Suryana, Y., Dian, D., Nuraeni, S., 2018. Manajemen Program Tahfidz Al-Quran. Jurnal Isema: Islamic Educational Management.
- Suryani, H., 2018. Metode riset kuantitatif: Teori dan aplikasi pada penelitian bidang manajemen dan ekonomi Islam.
- Vohs, K.D., Heatherton, T.F., 2000. Self-regulatory failure: A resource-depletion approach. Psychological science.
- Wasito, A.A., 2020. Pengaruh Academic Self Efficacy Terhadap Academic Burnout Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi.
- Yunus, M., 1973. Tafsir Qur'an karim. Diskursus Metodologi Dan Karya-Karya Tafsir Al-Qur'an Generasi Awal Di Indonesia.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Pengantar Penelitian



UNIVERSITAS KH. MUKHTAR SYAFAAT
FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM
Blokagung – Banyuwangi

Jalan PP. Darussalam Blokagung Banyuwangi 68491
No Hp : 08113129333, E-Mail: official@uimsya.ac.id, Website: uimsya.ac.id

Nomor : S1.2.12/007.18/UIMSYA/FDKI/C.3/III/2024

Lamp. : -

Hal : PENGANTAR PENELITIAN

Kepada Yang Terhormat:

Kepala Asrama Ar-Roudloh Pondok Pesantren Darussalam Putri Utara
Blokagung
di tempat

Assalamu 'alaikum Wr. Wb.

Yang bertanda tangan di bawah ini Dekan Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam Universitas KH. Mukhtar Syafaat (UIMSYA) Blokagung Banyuwangi, memohonkan izin penelitian atas mahasiswa kami:

Nama : Imma Khimatul Lutfi
NIM : 2012211023
Fakultas : Fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Alamat : Luwuk Utara, Banggai, Sulawesi Tengah
HP : 0821-3261-3393

Untuk dapat diterima/melaksanakan penelitian di lembaga/instansi yang Bapak/Ibu pimpin, dalam rangka penyelesaian program skripsi.

Adapun judul penelitiannya adalah:

“Pengaruh Self-Esteem Terhadap Academic Burnout Pada Santri Program Tahfidz di Asrama Ar-Roudloh Pondok Pesantren Darussalam Putri Utara Blokagung”

Atas perkenan dan kerja samanya yang baik diucapkan banyak terima kasih.

Wassalamu 'alaikum Wr. Wb.



19 Maret 2024

Agus Baihaqi, S.Ag., M.I.Kom
NIPY. 3150128107201

Lampiran 2. Surat Keterangan Penelitian



SURAT KETERANGAN PENELITIAN NOMOR: 51.3.1/369/PPDSP/PU/VI/2024

Yang bertanda tangan dibawah ini, Pengurus Pondok Pesantren Darussalam Putri Utara kecamatan Tegalsari Kabupaten Banyuwangi, dengan ini menerangkan dengan sebenarnya bahwa mahasiswa yang beridentitas dibawah ini:

Nama : IMMA KHIMATUL LUTFI
Perguruan Tinggi : UNIVERSITAS KH. MUKHTAR SYAFAAT
Program Studi : BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
NIM : 2012211023

Benar-benar telah mengadakan penelitian di lembaga kami dengan penulisan studi pendahuluan yang berjudul "Pengaruh Self-Esteem Terhadap Academic Burnout Pada Santri Program Tahfidz di Asrama Ar-Roudloh Pondok Pesantren Darussalam Putri Utara Blokagung" untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan Program Sarjana Prodi Bimbingan dan Konseling Islam.

Demikian surat keterangan ini kami buat, untuk sedapatnya dipergunakan sebagaimana mestinya.

Blokagung, 23 Juni 2024

Pengurus Pondok Pesantren Darussalam Putri


Aulia Hidia Ayusha

Lampiran 3. Cek Plagiasi

IMMA KHAMATUL LUTFI 2012211023.docx			
ORIGINALITY REPORT			
22%	22%	5%	7%
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS
PRIMARY SOURCES			
1	lib.unnes.ac.id Internet Source		4%
2	conference.um.ac.id Internet Source		2%
3	ejournal.iaida.ac.id Internet Source		2%
4	repository.unisma.ac.id Internet Source		2%
5	repository.uinsu.ac.id Internet Source		1%
6	etheses.iainkediri.ac.id Internet Source		1%
7	www.scribd.com Internet Source		1%
8	media.neliti.com Internet Source		1%
9	pdffox.com Internet Source		1%



Lampiran 4. Kartu Bimbingan



INSTITUT AGAMA ISLAM DARUSSALAM **IAIDA** FAKULTAS DAKWAH DAN KOMUNIKASI ISLAM TERAKREDITASI BLOKAGUNG - BANYUWANGI

Alamat: Pkn. Per. Darussalam Blokagung 62019 Karangsari Tegayohar Banyuwangi Jawa Timur - 68491 Telp. (0333) 847039, Fax. (0333) 841231, Hp. 08220666133, Website: www.iaida.ac.id Email: iaidabanyuwangi@gmail.com

KARTU BIMBINGAN SKRIPSI

Nama : Imam Khumail Luthi

NIM : 202211023

Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam

Judul Skripsi : Pengaruh Self-esteem terhadap Academic Burnout pada santri
Program Tahfidz di Asrama Al-Roudhot Pondok pesantren
Darussalam putih utara Blokagung

Pembimbing : Ibu Hafimatul Sa'diah S.Psi M.A.

No.	Topik Pembahasan	Tanggal	Tanda Tangan Pembimbing
1	Pengenalan dan Pemantapan judul	08/11-23	
2	Latar Belakang	15/11-23	
3	Definisi operasional, variabel	29/11-23	
4	Metode penelitian	03/01-24	
5	Analisis Data	11/02-24	
6	Skoring penelitian	25/05-24	
7	Hasil penelitian	30/05-24	
8	Pembahasan	20/06-24	
9	Acc Sidang	22/06-24	
10			
11			
12			

Blokagung, 22 Juni 2023

Ketua Prodi
Bimbingan dan Konseling Islam

Hafimatul Sa'diah, S.Psi., M.A
NIPY. 3151301019001

Lampiran 5. Data Responden

NO.	NAMA	UMUR	THN MASUK ASRAMA
1.	Izzah	17 TAHUN	2021
2.	Firda	17 TAHUN	2019
3.	Dini	22 TAHUN	2021
4.	Inayah	22 TAHUN	2021
5.	Maghfiroh	25 TAHUN	2021
6.	Nia	18 TAHUN	2018
7.	Alza	20 TAHUN	2021
8.	Mutia	18 TAHUN	2021
9.	Nabila	19 TAHUN	2021
10.	Hanifah	18 TAHUN	2021
11.	Riva	22 TAHUN	2021
12.	Liana	20 TAHUN	2021
13.	Elok	20 TAHUN	2021
14.	Novi	21 TAHUN	2018
15.	Azka	22 TAHUN	2021
16.	Nurul	18 TAHUN	2021
17.	Qorry	22 TAHUN	2020
18.	Khoirun	19 TAHUN	2021
19.	Qoim	20 TAHUN	2021
20.	Laila	18 TAHUN	2021
21.	Nadhifa	18 TAHUN	2021
22.	Nur	20 TAHUN	2021
23.	Ana	19 TAHUN	2019
24.	Nafis	19 TAHUN	2020
25.	Firda Afka	23 TAHUN	2021
26.	Indana	18 TAHUN	2021
27.	Aulia	18 TAHUN	2021
28.	Maziyatul	22 TAHUN	2021
29.	Dalilah	19 TAHUN	2020
30.	Mila	22 TAHUN	2021

Lampiran 6. Blue Print Skala Self-Esteem Dan Academic Burnout

Variabel	Aspek	Indikator	Nomor Item		Jumlah
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
<i>Self-esteem</i> (X), (Mruk, 2013).	Kompetensi (<i>Competence</i>)	Penilaian individu yang mampu melakukan hal-hal sebaik yang kebanyakan orang lain lakukan	4,12	5,13	4
		Perasaan individu mengenai kualitas mereka yang baik	1,9,10	2,8	5
	Kelayakan (<i>Worthiness</i>)	Perasaan individu sebagai orang yang berguna, paling tidak sama seperti orang lain	11		1
		Sikap positif individu terhadap dirinya		3	1
		Menunjukkan kepedulian terhadap sesama	6	7	2
<i>Academic Burnout</i> (Y), (Schaufeli dkk., 2016)	Kelelahan (<i>Exhaustion</i>)	Perasaan individu ketika kondisi tubuh kekurangan energi, baik secara fisik maupun emosional	1,4,6,9	11	5
	Sinisme (<i>Cynicism</i>)	Menjauh dan ketidakpedulian terhadap	10,12		2

		tugas akademi			
	Berkurangnya keyakinan akademik (<i>Reduced Academic Efficacy</i>)	Penurunan keyakinan akademik dan merasa upayanya sia- sia	2,5	3,7,8,13	6
JUMLAH			15	11	26

Lampiran 7. Kuesioner Penelitian

KUESIONER PENELITIAN

Sehubungan dengan adanya penelitian dalam rangka penyusunan skripsi, maka saya Imma Khimatul Lutfi Mahasiswi Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam UIMSYA dengan NIM 2012211023 membutuhkan bantuan Anda untuk dapat menjadi responden dalam mengisi kuesioner penelitian sebagaimana yang terlampir di bawah ini. Oleh karena itu, kami dengan hormat meminta Anda untuk mengisi kuesioner berikut ini selama 10-15 menit saat Anda sibuk. Semua data yang kami peroleh hanya digunakan untuk kepentingan penelitian dan pengembangan ilmu pengetahuan, serta kami tidak akan mempublikasikannya.

Atas kesediaan dan partisipasi Anda sekaligus untuk mengisi kuesioner yang ada saya ucapkan banyak terima kasih.

Jika Anda telah menyetujui untuk mengisi kuesioner ini, silahkan isi identitas Anda di bawah ini:

IDENTITAS RESPONDEN

Nama :
Usia :
Jenis kelamin :
Tahun masuk asrama Ar-Roudloh :

PETUNJUK PENGISIAN:

Mohon untuk memberikan tanda (√) pada setiap pernyataan yang Anda pilih.

Keterangan:

SS : Sangat Setuju
S : Setuju
TS : Tidak Setuju
STS : Sangat Tidak Setuju

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Secara keseluruhan, saya puas dengan pengetahuan dan kemampuan yang saya miliki				
2.	Saya merasa tidak memiliki banyak hal yang bisa dibanggakan				
3.	Terkadang saya merasa pesimis dalam mencapai prestasi tahfidz/hafalan				
4.	Saya merasa bahwa saya adalah orang yang serba bisa, paling tidak saya memiliki kemampuan yang sama dengan orang lain				

5.	Secara keseluruhan, saya cenderung merasa sebagai orang yang tidak berprestasi di bidang apapun				
6.	Teman-teman meminta pendapat saya, ketika mereka mengalami kesusahan pada saat proses menghafal				
7.	Saya tidak dianggap dalam halaqoh				
8.	Saya merasa gagal dalam proses hafalan karena itu sulit				
9.	Saya selalu lebih giat ketika hasil perolehan hafalan saya rendah				
10.	Saya selalu mengerahkan usaha saya secara maksimal sesuai dengan kemampuan yang saya miliki				
11.	Saya merasa kemampuan dan bakat saya bermanfaat bagi diri saya dan orang lain				
12.	Saya percaya bahwa saya dapat mengatasi tantangan yang sama dengan baiknya seperti yang orang lain lakukan				
13.	Saya merasa memiliki keterbatasan yang membuat saya tidak bisa melakukan banyak hal sebaik orang lain				
14.	Saya merasa jenuh dengan kegiatan tahfidz/hafalan saya				
15.	Saya menjadi kurang tertarik dengan kegiatan tahfidz/hafalan sejak tahun kedua				
16.	Saya bisa menyelesaikan masalah tahfidz/hafalan saya dengan efektif				
17.	Saya merasa sangat lelah saat jam tahfidz/hafalan berlangsung				
18.	Saya menjadi kurang antusias untuk memulai kegiatan tahfidz/hafalan				
19.	Saya merasa beban di asrama terlalu berat				
20.	Menurut saya, saya adalah orang yang optimis dalam menghadapi tugas				
21.	Saya telah mempelajari banyak cara untuk mempermudah proses tahfidz/hafalan				
22.	Saya merasa kelelahan saat harus istiqomah dalam kegiatan tahfidz				
23.	Saya merasa usaha saya tidak ada gunanya				
24.	Saya merasa bersemangat ketika hasil usaha yang saya capai memuaskan				

25.	Saya lebih memilih untuk tidak berada di halaqoh karena merasa minder				
26.	Selama berada di asrama Ar-Roudloh, saya percaya jika saya bisa memusatkan perhatian saya terhadap tahfidz/hafalan saya				

Tabel 3.1 Hasil Uji Validitas Skala *Self-Esteem*

		Correlations													
		VAR00001	VAR00002	VAR00003	VAR00004	VAR00005	VAR00006	VAR00007	VAR00008	VAR00009	VAR00010	VAR00011	VAR00012	VAR00013	VAR00014
VAR00001	Pearson Correlation	1	.471**	.293	.593**	.414*	.298	-.021	.228	.125	.267	.409*	.246	.177	.592**
	Sig. (2-tailed)		.009	.116	<.001	.023	.110	.913	.226	.509	.154	.025	.189	.350	<.001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
VAR00002	Pearson Correlation	.471**	1	.335	.409*	.460*	.240	.220	.368*	.287	.293	.661**	.592**	.413*	.744**
	Sig. (2-tailed)	.009		.070	.025	.011	.201	.244	.046	.124	.116	<.001	<.001	.023	<.001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
VAR00003	Pearson Correlation	.293	.335	1	.435*	.241	.185	.389*	.508**	.195	.223	.089	.319	.475**	.611**
	Sig. (2-tailed)	.116	.070		.016	.200	.329	.033	.004	.303	.236	.642	.086	.008	<.001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
VAR00004	Pearson Correlation	.593**	.409*	.435*	1	.503**	.402*	.102	.184	-.017	.006	.362*	.355	.302	.633**
	Sig. (2-tailed)	<.001	.025	.016		.005	.028	.593	.330	.929	.977	.049	.054	.104	<.001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
VAR00005	Pearson Correlation	.414*	.460*	.241	.503**	1	.245	.309	.374*	-.052	.270	.360	.405*	.388*	.657**
	Sig. (2-tailed)	.023	.011	.200	.005		.193	.096	.042	.787	.149	.051	.026	.034	<.001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
VAR00006	Pearson Correlation	.298	.240	.185	.402*	.245	1	.132	.459*	.264	.259	.240	.388*	.446*	.560**
	Sig. (2-tailed)	.110	.201	.329	.028	.193		.488	.011	.159	.167	.202	.034	.014	.001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
VAR00007	Pearson Correlation	-.021	.220	.389*	.102	.309	.132	1	.363*	.111	.191	.025	.082	.391*	.408*
	Sig. (2-tailed)	.913	.244	.033	.593	.096	.488		.049	.559	.312	.895	.667	.032	.025
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
VAR00008	Pearson Correlation	.228	.368*	.508**	.184	.374*	.459*	.363*	1	.363*	.594**	.165	.237	.545**	.665**
	Sig. (2-tailed)	.226	.046	.004	.330	.042	.011	.049		.049	<.001	.384	.206	.002	<.001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
VAR00009	Pearson Correlation	.125	.287	.195	-.017	-.052	.264	.111	.363*	1	.627**	.354	.191	.313	.424*
	Sig. (2-tailed)	.509	.124	.303	.929	.787	.159	.559	.049		<.001	.055	.312	.092	.020
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
VAR00010	Pearson Correlation	.267	.293	.223	.006	.270	.259	.191	.594**	.627**	1	.422*	.250	.256	.537**
	Sig. (2-tailed)	.154	.116	.236	.977	.149	.167	.312	<.001	<.001		.020	.183	.172	.002
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
VAR00011	Pearson Correlation	.409*	.661**	.089	.362*	.360	.240	.025	.165	.354	.422*	1	.695**	.356	.639**
	Sig. (2-tailed)	.025	<.001	.642	.049	.051	.202	.895	.384	.055	.020		<.001	.053	<.001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
VAR00012	Pearson Correlation	.246	.592**	.319	.355	.405*	.388*	.082	.237	.191	.250	.695**	1	.487**	.661**
	Sig. (2-tailed)	.189	<.001	.086	.054	.026	.034	.667	.206	.312	.183	<.001		.006	<.001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
VAR00013	Pearson Correlation	.177	.413*	.475**	.302	.388*	.446*	.391*	.545**	.313	.256	.356	.487**	1	.718**
	Sig. (2-tailed)	.350	.023	.008	.104	.034	.014	.032	.002	.092	.172	.053	.006		<.001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
VAR00014	Pearson Correlation	.592**	.744**	.611**	.633**	.657**	.560**	.408*	.665**	.424*	.537**	.639**	.661**	.718**	1
	Sig. (2-tailed)	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	.001	.025	<.001	.020	.002	<.001	<.001	<.001	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Tabel 3.2 Hasil Uji Validitas Skala *Academic Burnout*

		Correlations													
		VAR00001	VAR00002	VAR00003	VAR00004	VAR00005	VAR00006	VAR00007	VAR00008	VAR00009	VAR00010	VAR00011	VAR00012	VAR00013	VAR00014
VAR00001	Pearson Correlation	1	,243	,465**	,438*	,461*	,438*	,046	-,046	,291	,071	,190	,160	,308	,566**
	Sig. (2-tailed)		,196	,010	,015	,010	,015	,808	,810	,118	,710	,313	,399	,097	,001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
VAR00002	Pearson Correlation	,243	1	,301	,816**	,528**	,195	-,020	,045	,089	,304	,162	,394*	,164	,582**
	Sig. (2-tailed)	,196		,106	<,001	,003	,301	,916	,815	,639	,102	,393	,031	,387	<,001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
VAR00003	Pearson Correlation	,465**	,301	1	,331	,393*	,416*	,426*	,298	,598**	,129	,254	,430*	,263	,746**
	Sig. (2-tailed)	,010	,106		,074	,032	,022	,018	,109	<,001	,497	,175	,018	,161	<,001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
VAR00004	Pearson Correlation	,438*	,816**	,331	1	,571**	,252	-,008	-,070	,173	,245	,110	,296	,191	,606**
	Sig. (2-tailed)	,015	<,001	,074		<,001	,179	,967	,712	,362	,192	,564	,112	,311	<,001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
VAR00005	Pearson Correlation	,461*	,528**	,393*	,571**	1	,571**	,212	,068	,365*	,261	,012	,439*	,324	,730**
	Sig. (2-tailed)	,010	,003	,032	<,001		<,001	,260	,720	,047	,164	,951	,015	,080	<,001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
VAR00006	Pearson Correlation	,438*	,195	,416*	,252	,571**	1	,229	,399*	,486**	,154	,110	,194	,417*	,670**
	Sig. (2-tailed)	,015	,301	,022	,179	<,001		,223	,029	,006	,416	,564	,304	,022	<,001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
VAR00007	Pearson Correlation	,046	-,020	,426*	-,008	,212	,229	1	,079	,557**	-,033	,237	-,032	,054	,413*
	Sig. (2-tailed)	,808	,916	,018	,967	,260	,223		,677	,001	,862	,208	,868	,777	,023
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
VAR00008	Pearson Correlation	-,046	,045	,298	-,070	,068	,399*	,079	1	,334	,159	,122	,231	,198	,363*
	Sig. (2-tailed)	,810	,815	,109	,712	,720	,029	,677		,071	,401	,520	,220	,295	,048
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
VAR00009	Pearson Correlation	,291	,089	,598**	,173	,365*	,486**	,557**	,334	1	,015	,041	,291	,019	,622**
	Sig. (2-tailed)	,118	,639	<,001	,362	,047	,006	,001	,071		,936	,830	,118	,921	<,001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
VAR00010	Pearson Correlation	,071	,304	,129	,245	,261	,154	-,033	,159	,015	1	,343	,419*	,368*	,451*
	Sig. (2-tailed)	,710	,102	,497	,192	,164	,416	,862	,401	,936		,064	,021	,045	,012
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
VAR00011	Pearson Correlation	,190	,162	,254	,110	,012	,110	,237	,122	,041	,343	1	,040	,279	,369*
	Sig. (2-tailed)	,313	,393	,175	,564	,951	,564	,208	,520	,830	,064		,834	,136	,045
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
VAR00012	Pearson Correlation	,160	,394*	,430*	,296	,439*	,194	-,032	,231	,291	,419*	,040	1	,521**	,590**
	Sig. (2-tailed)	,399	,031	,018	,112	,015	,304	,868	,220	,118	,021	,834		,003	<,001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
VAR00013	Pearson Correlation	,308	,164	,263	,191	,324	,417*	,054	,198	,019	,368*	,279	,521**	1	,530**
	Sig. (2-tailed)	,097	,397	,161	,311	,080	,022	,777	,295	,921	,045	,136	,003		,003
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
VAR00014	Pearson Correlation	,566**	,582**	,746**	,606**	,730**	,670**	,413*	,363*	,622**	,451*	,369*	,590**	,530**	1
	Sig. (2-tailed)	,001	<,001	<,001	<,001	<,001	<,001	,023	,048	<,001	,012	,045	<,001	,003	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Tabel 4.1 Aktifitas Harian Santri Asrama Ar-Roudloh

WAKTU	JENIS KEGIATAN
03.15-04.00 WIB	Sholat malam
04.18-05.00 WIB	Sholat shubuh berjamaah
05.30-07.15 WIB	Kegiatan tahfidz
07.15-07.30 WIB	Sholat dhuha
07.30-08.00 WIB	Persiapan kuliah pagi
08.00-12.00 WIB	Kegiatan perkuliahan
12.15-12.30 WIB	Sholat dzuhur berjamaah
13.15-14.30 WIB	Taqror
14.30-15.15 WIB	Sholat ashar berjamaah dan pembacaan rotibul hadad
15.20-17.00 WIB	Deresan dan semaan
17.22-18.15 WIB	Sholat maghrib berjamaah dan pembacaan yasiin
18.15 WIB-Selesai	Pengajian tafsir jalalain
19.15-19.35 WIB	Sholat isya' berjamaah
19.35-19.55 WIB	Persiapan sekolah diniyah
20.00-21.30 WIB	Kegiatan sekolah diniyah
21.30-03.00 WIB	Istirahat

Tabel 4.2 Aktifitas Mingguan Santri Asrama Ar-Roudloh

WAKTU		JENIS KEGIATAN
Malam jum'at	Ba'da maghrib	Khataman Al-Qur'an
	Ba'da isya'	Istima'ul Qur'an
Jum'at	05.30-06.15 WIB	Senam
	06.00 WIB-Selesai	Roan kebersihan
Selasa	05.30 WIB-Selesai	Pengajian pengasuh

Tabel 4.3 Aktivitas Bulanan Santri Asrama Ar-Roudloh

WAKTU	JENIS KEGIATAN
Jum'at kliwon	Semaan kliwonan
Pertengahan bulan	Tes kenaikan juz

Tabel 4.4 Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

			Unstandardized Residual
N			30
Normal Parameters ^{a,b}	Mean		,0000000
	Std. Deviation		3,52840239
Most Extreme Differences	Absolute		,085
	Positive		,085
	Negative		-,068
Test Statistic			,085
Asymp. Sig. (2-tailed) ^c			,200 ^d
Monte Carlo Sig. (2-tailed) ^e	Sig.		,836
	99% Confidence Interval	Lower Bound	,826
		Upper Bound	,846

a. Test distribution is Normal.

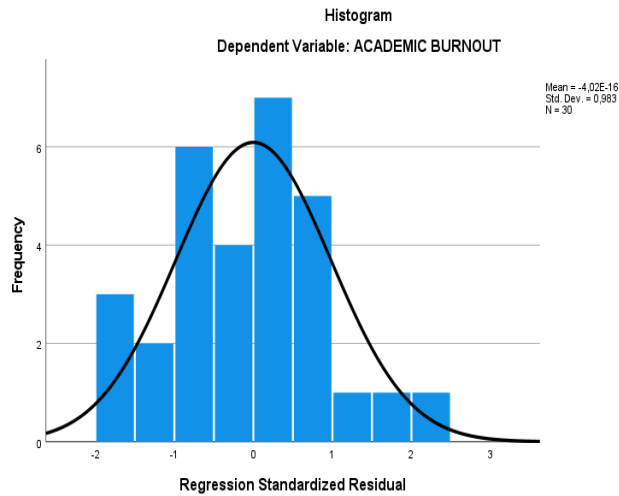
b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

e. Lilliefors' method based on 10000 Monte Carlo samples with starting seed 2000000.

Tabel 4.5 Histogram



DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama : Imma Khimatul Lutfi
 NIM : 2012211023
 TTL : Sragen, 12 Juni 2002
 Jenis Kelamin : Wanita
 Agama : Islam
 Prodi : Bimbingan Konseling Islam
 Telp : 0821-3261-3393
 Alamat : Unjulan Desa Kilongan
 Kecamatan Luwuk Utara
 Kabupaten Banggai Provinsi
 Sulawesi Tengah

Riwayat Pendidikan Formal

Jenjang Pendidikan	Tahun Masuk	Tahun Lulus	Nama Sekolah/Perguruan	Bidang Studi
TK	2007	2008	TK Indriya	
SD	2008	2014	SD Inpres Sentral Sari	
MTs	2014	2017	MTs. Ibnu Khaldun	
MA	2017	2020	MA Al-Amiriyyah	AGAMA
S1	2020	2024	UIMSYA	BKI

Riwayat Pendidikan Non Formal

Jenjang Pendidikan	Tahun Masuk	Tahun Lulus	Nama Sekolah
Ula	2017	2019	Madrasah Diniyyah Al-Amiriyyah Pondok Pesantren Darussalam Blokagung
Wustho	2019	2021	Madrasah Diniyyah Al-Amiriyyah Pondok Pesantren Darussalam Blokagung

Ulya	2021	2023	Madrasah Diniyyah Al-Amiriyyah Pondok Pesantren Darussalam Blokagung
------	------	------	--

Banyuwangi, 08 Juli 2024

Imma Khimatul Lutfi
NIM: 2012211023