

BAB III

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

1. Sejarah Pondok Pesantren Miftahu Falah

Pondok Pesantren Miftahul Falah didirikan pada tahun 1930 oleh Kyai Haji Ahmad Syafi'i dan istrinya Mama Hj. Siti Sa'adah dengan tujuan untuk mengembangkan pendidikan agama Islam bagi masyarakat di daerah Gedebage, khususnya di Rancabolang. Pada awalnya jumlah santri di Pondok Pesantren Miftahul Falah ini sebanyak 7 orang, bertambah menjadi 12 orang, dan hingga sampai saat ini santri di Pondok Pesantren Miftahul Falah yang sedang mondok dan menempuh Lembaga Pendidikan formal baik itu tingkat Madrasah Tsanawiyah ataupun Madrasah Aliyah sebanyak 168 orang.

Seiring berjalannya waktu, pesantren ini terus berkembang dan tetap bertahan hingga saat ini karena memiliki keunggulan dalam sistem pendidikan serta peran penting dalam membentuk generasi yang berakhlak dan berilmu. Selain menjadi pusat pendidikan keagamaan yang berbasis pesantren, Miftahul Falah juga mengembangkan sistem pendidikan formal untuk memberikan pendidikan yang lebih luas bagi para santri. Lembaga pendidikan formal yang berdiri di bawah naungan pesantren ini adalah:

a. Madrasah Ibtidaiyah (MI) – 1983

Madrasah Ibtidaiyah di Pondok Pesantren Miftahul Falah didirikan pada tahun 1983 dan dikelola oleh tiga putra Kyai Haji Ahmad Syafi'i, yaitu KH. Dadang

Mansyur, KH. Zaenal Abidin, dan KH. Ahmad Djahid. Lembaga ini menjadi wadah pendidikan dasar bagi santri dalam menempuh pendidikan formal yang tetap berlandaskan nilai-nilai keislaman.

b. Madrasah Tsanawiyah (MTs) - 1992

Seiring dengan kebutuhan pendidikan menengah pertama bagi para santri, pada tahun 1992 didirikan Madrasah Tsanawiyah di bawah kepemimpinan KH. Ahmad Djahid dan putra keduanya, H. Hapid Ahmad Syakir. Madrasah ini berfungsi sebagai jembatan bagi para santri yang telah menyelesaikan pendidikan dasar untuk melanjutkan ke jenjang yang lebih tinggi dengan kurikulum yang terintegrasi antara ilmu agama dan umum.

c. Madrasah Aliyah (MA) - 2014

Pada tahun 2014, Pondok Pesantren Miftahul Falah semakin mengembangkan sistem pendidikannya dengan mendirikan Madrasah Aliyah yang berperan sebagai pendidikan menengah atas bagi para santri. Madrasah ini didirikan oleh KH. Agus Ahmad Syakur, yang saat ini juga menjabat sebagai Kepala Madrasah sekaligus Pimpinan Pondok Pesantren Miftahul Falah. Lembaga ini bertujuan untuk mencetak generasi penerus yang memiliki wawasan keislaman yang luas sekaligus memiliki bekal akademik yang mumpuni.

Lembaga Pendidikan yang ada di lingkungan Pondok Pesantren Miftahul Falah yaitu Madrasah Ibtidaiyah, Madrasah Tsanawiyah dan Madrasah Aliyah memiliki visi yang sama dan sejalan yaitu ingin membentuk pribadi para siswa/i yang berakhlak mulia, berwawasan yang luas dan berprestasi.

Dengan adanya jenjang pendidikan yang lengkap, mulai dari Madrasah Ibtidaiyah, Madrasah Tsanawiyah, hingga Madrasah Aliyah, Pondok Pesantren Miftahul Falah telah menjadi salah satu lembaga pendidikan Islam yang berperan besar dalam membangun generasi Muslim yang unggul di kawasan Gedebage dan sekitarnya. Pesantren ini tidak hanya mempertahankan tradisi pendidikan pesantren, tetapi juga mengakomodasi perkembangan zaman dengan menyediakan pendidikan formal yang berkualitas.

Seiring dengan meningkatnya perkembangan Pondok Pesantren Miftahul Falah, pihak pesantren memiliki rencana untuk semakin memperluas sistem pendidikannya dengan mendirikan pendidikan formal tingkat Taman Kanak-Kanak (TK) serta Perguruan tinggi di lingkungan pesantren. Langkah ini bertujuan untuk memberikan pendidikan yang lebih komprehensif dan berjenjang bagi generasi penerus umat Islam.

Pondok Pesantren Miftahul Falah yaitu Pondok Pesantren yang berbasis pesantren salafi tapi sudah modern. Pondok Pesantren Miftahul Falah membentuk para santri dengan 10 karakter utama, yaitu:

- 1) Salimul Aqidah (Beraqidah yang bersih)
- 2) Shahihul Ibadah (Beribadah dengan benar)
- 3) Mutsaqoful Fikri (Berwawasan luas)
- 4) Qowiyul Jismi (Mempunyai fisik yang kuat)
- 5) Matinul Khuluq (Berakhlak tinggi)

- 6) Mujahidu Linafsi (Bersemangat juang tinggi)
- 7) Nafi'un Liqoirihi (Bermanfaat bagi orang lain)
- 8) Qodirun 'Alal Kasbi (Mandiri)
- 9) Haritsun 'Ala Waqtihi (Disiplin waktu)
- 10) Munadzomun Fi Su'unihi (Menata urusannya)

Dengan konsep pendidikan yang mengutamakan akhlak, kemandirian, dan kedisiplinan, Pondok Pesantren Miftahul Falah berkomitmen untuk terus mencetak generasi muslim yang tangguh, berilmu, serta bermanfaat bagi umat dan masyarakat luas.

2. Letak Geografis Pondok Pesantren Miftahul Falah Bandung

Jl. Gedebage Selatan No. 115, Rancabolang Kel. Derwati Kec. Rancasari Kota Bandung Jawa Barat 40296

Website : <https://miftahulfalah.ponpesbdg.id>

Email : ponpesmifa.bdg@gmail.com

Call center : 087720036339

3. Visi dan Misi Pondok Pesantren Miftahul Falah Bandung

- a. Visi : Sebaik-baiknya manusia adalah yang bermanfaat bagi manusia lainnya
- b. Misi :
 - 1) Mencetak santri yang rajin ibadah dan berakhlak mulia.
 - 2) Mencetak santri gemar membaca dan produktif.

3) Mencetak santri hidup mandiri dan sederhana.

4. Sarana dan Prasarana Pondok Pesantren Miftahul Falah Bandung

Tabel 3.1 Sarana Prasarana Pondok Pesantren Miftahul Falah Bandung

No	Jenis Bangunan	Jumlah	Keterangan
1.	Masjid	1	Baik
2.	Madrasah	1	Baik
3.	Asrama Putra	1	Baik
4.	Asrama Puri	1	Baik
5.	Kantor Kepala MI	1	Baik
6.	Kantor Kepala MTs	1	Baik
7.	Kantor Kepala MA	1	Baik
8.	Ruang TU	1	Baik
9.	Ruang Guru	1	Baik
10.	Ruang Sekretariat	1	Baik
11.	Laboratorium Komputer	1	Baik
12.	Perpustakaan	1	Baik
13.	Sarana olahraga	2	Baik
14.	Aula	1	Baik
15.	Ruang belajar (kelas)	25	Baik
16.	Dapur santri	1	Baik
17.	Mifa mart (kantin)	1	Baik
18.	Gazebo	3	Baik
Total		40 jenis ruangan	

Dari tabel yang ditampilkan di atas, dapat dilihat bahwa Pondok Pesantren Miftahul Falah di Bandung memiliki 18 jenis ruangan dengan total sebanyak 40 ruangan. Keberadaan berbagai jenis ruangan ini berperan penting dalam

mendukung dan memotivasi proses belajar mengajar bagi para peserta didik di Pondok Pesantren Miftahul Falah.

5. Struktur Organisasi Pondok Pesantren Miftahul Falah Bandung

 PONDOK PESANTREN MIFTAHUL FALAH Jl. Gedebage Selatan No. 115, Kel. Derwati Kec. Rancasari Bandung Jawa Barat HP : 087720036339	
STRUKTUR PENGASUHAN PONDOK PESANTREN MIFTAHUL FALAH	
DEWAN PIMPINAN PONDOK PESANTREN	: KH. Agus Ahmad Syakur, Lc., Mh Hj. Ranie Qubayla L'Fitry, S.Pd.
PEMBINA UNIT DIVISI	
1. Pengasuhan Santri Putra	: Sigit Abdulloh, Lc.
2. Pengasuhan Santri Putri	: Syifa A Nur Azizah
3. Administrasi dan Tata Usaha	: Praninda Citra Lestari, S.Pd.
4. Kesekretariatan	: Fifit Sapitri
5. Kurikulum	: Farid Abdul Najib
6. Pengajaran Al-Qur'an Dan Tahsin	: Nurfadila
7. Pengajaran Metode Amsilati	: Sufyan Sauri Azhari Irma Rahmawati
8. Kesehatan	: Dina Nurjamilah
9. Pengelolaan Uang Saku Santri	: Nida Mutmainnah
10. Penerimaan Tamu	: Nanda Ayu Adzani
11. Kewirausahaan	: Yuni Zidna Afada
12. Data dan Operator EMIS	: Ahmad Daffa Zuan'gra Udayana
13. Media Dan Publikasi	: Irfan Rusdianto
14. Humas	: Guntur Satalaksana

Gambar 3. 1 Struktur Organisasi Pondok Pesantren Miftahul Falah Bandung

Di Pondok Pesantren Miftahul Falah selain ada struktur organisasi mengenai pengasuhan pondok pesantren, ada juga yang disebut dengan OSMIFA. OSMIFA itu singkatan dari (Organisasi Santri Miftahul Falah) di Pondok Pesantren Miftahul Falah memiliki peran yang sangat strategis dalam membantu proses pendidikan dan pembinaan santri. OSMIFA berfungsi sebagai jembatan antara tingkat santri dan mahasantri, memberikan penguatan dalam aspek pengelolaan diri, pengembangan kepribadian, serta keterampilan kepemimpinan yang sangat dibutuhkan untuk melanjutkan pengabdian mereka dalam dunia pesantren.

Sebagai salah satu lembaga yang terdapat di pondok pesantren, OSMIFA memiliki tugas utama untuk mengelola dan memfasilitasi kebutuhan serta perkembangan santri dalam berbagai aspek kehidupan, baik itu pendidikan agama maupun sosial. Organisasi ini berperan aktif dalam menciptakan lingkungan yang mendukung pembinaan karakter, mengarahkan santri agar siap untuk menghadapi berbagai tantangan, baik di lingkungan pesantren maupun masyarakat luas setelah mereka mencapai tingkat mahasantri.

Fungsi utama dari OSMIFA adalah sebagai wadah bagi santri untuk belajar mengorganisir kegiatan-kegiatan pesantren, mengasah keterampilan kepemimpinan, serta meningkatkan kedisiplinan dan tanggung jawab. Selain itu, OSMIFA juga bertugas untuk mengkoordinasi berbagai kegiatan sosial, keagamaan, serta kegiatan ekstrakurikuler lainnya yang dapat memperkaya pengalaman santri dalam proses pembelajaran mereka. Dengan demikian, OSMIFA bukan hanya berperan dalam aspek akademik, namun juga dalam pembentukan karakter santri yang mandiri, bertanggung jawab, dan memiliki kepedulian sosial yang tinggi.

Lebih lanjut lagi, OSMIFA juga bertanggung jawab dalam mempersiapkan santri untuk menghadapi transisi menuju tingkat mahasantri. Sebagai bagian dari pesantren yang lebih tinggi dalam struktur pendidikan, mahasantri memiliki tanggung jawab yang lebih besar dalam mengelola pondok pesantren. Oleh karena itu, OSMIFA membantu mempersiapkan santri melalui berbagai program yang bertujuan untuk memperkuat pengetahuan, kemampuan manajerial, serta nilai-nilai kepemimpinan yang akan diterapkan di tingkat selanjutnya.

Dalam hal ini, OSMIFA tidak hanya berfungsi sebagai organisasi yang mempertemukan santri dengan berbagai peluang pengembangan diri, tetapi juga menjadi sarana bagi para santri untuk memperoleh pengalaman dalam bekerja sama, berkomunikasi, serta menghadapi masalah yang ada di lingkungan pesantren. Semua kegiatan yang dijalankan oleh OSMIFA dirancang untuk memperkuat daya tahan mental, integritas, serta etika santri, sehingga mereka dapat menjadi pribadi yang siap menjalankan tugas dan fungsi mereka ketika mencapai tingkat yang lebih tinggi.

Dengan demikian, keberadaan OSMIFA di Pondok Pesantren Miftahul Falah sangat penting dalam memastikan kontinuitas kualitas pembinaan dan pengelolaan santri menuju tingkat yang lebih tinggi, sekaligus membangun generasi penerus yang kompeten dan siap memberikan kontribusi bagi keberlanjutan kehidupan pesantren. Melalui tugas dan fungsi yang diemban, OSMIFA berperan dalam membentuk generasi santri yang tidak hanya siap dari segi akademis, tetapi juga memiliki integritas moral dan spiritual yang tinggi, sehingga dapat menjadi agen perubahan yang positif di masyarakat. Berikut Struktur Organisasi Santri Miftahul Falah (OSMIFA):

Tabel 3.2 Struktur Organisasi Santri Putra Miftahul Falah

Nama Bidang	Nama Anggota
Rais	Hilmi Ahmad Ghazali
Sekretaris	Muhammad Azzam M.A
Bendahara	Muhammad Fikri Abdul. L
Pendidikan	Septian Maulana Putra
	Nashat Muhammad Fauzi
	Hasan Nasrulloh
Keamanan	Adit Abdul Basit
	Isya Ramadhani
	M. Dika Al-fiansyah
Kebersihan	Muhammad Deva Maulana
	Sabil Anugrah Putra. S
	Rizki Ali Wardana
Kesehatan	Raffa Fakhriza
	Rezki Alvi Hamzah
	Muhammad Malik Ibrahim
Tim Khusus	
Mifa Mart	Septian Ragis Purnama
Media	M. Faisal Maulana
	Naufal Dzaki

Tabel 3.3 Struktur Organisasi Santri Putri Miftahul Falah

Nama Bidang	Nama Anggota
Raisah	Wafa A Zahrah Salsabila
Sekretaris	Hasna Maula Syifa
Bendahara	Gina Musyaffa
Pendidikan	Anggia Puspa Nagara
	Nabila Khairunnisa
	Keyza Ayu Fadilah
Kemanan	Siti Aida Fadilah
	Aristi Nur Adini Asaidah
	Salwa Zhafira Fitria
Kebersihan	Nabila Zulfatussa'adah
	Zalva Aura Khoirunnisa
	Luthfia Cantika
Kesehatan	Rina Nur Yasmin
	Lhea Azifah
	Keiko Harumi
Ubudiyah	Siti Gustiani
	Ismah Almuti
	Fira Rahma Syakira. H
Tim Khusus	
Mifa Mart	Hilya Auliya
	Cinta Aryani Tri Haprari
Media	Quansha Maira

6. Program dan Kegiatan di Pondok Pesantren Miftahul Falah

Pondok Pesantren Miftahul Falah adalah sebuah lembaga pendidikan Islam yang mengembangkan berbagai program ilmiah untuk membentuk santri yang berakhlak baik dan memiliki pemahaman agama yang mendalam. Beberapa program utama yang dilaksanakan di lembaga ini antara lain adalah:

- a. Tahsin Al-Qur'an bertujuan untuk meningkatkan kualitas bacaan Al-Qur'an sesuai dengan aturan tajwid yang berlaku.
- b. Tilawati Al-Qur'an mengajarkan cara membaca Al-Qur'an dengan melodi yang indah dan sesuai dengan kaidah yang benar.
- c. Pengajian Kitab Kuning, tujuan yaitu untuk memberikan pemahaman mendalam terhadap literatur klasik Islam guna memperkaya wawasan keislaman santri.
- d. Metode Amsilati, sebuah pendekatan sistematis dalam pembelajaran nahwu dan sharf guna mempermudah santri dalam memahami struktur bahasa Arab.
- e. Tahfidz Al-Qur'an dirancang untuk mendukung santri dalam proses menghafal al-Qur'an dengan menggunakan metode yang efisien dan berkelanjutan.

Dengan adanya berbagai program tersebut, Pondok Pesantren Miftahul Falah mampu menjadi lembaga pendidikan Islam yang komprehensif dalam membentuk santri yang tidak hanya memiliki kecakapan dalam membaca, memahami, dan menghafal al-Qur'an, tetapi juga mendalami ilmu-ilmu keislaman klasik. Pendekatan sistematis dalam pembelajaran, seperti Metode Amsilati dan pengajian kitab kuning, semakin memperkuat kompetensi santri dalam memahami bahasa

arab dan literatur Islam. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa program-program di Pondok Pesantren Miftahul Falah memiliki peran yang signifikan dalam mencetak generasi muslim yang berilmu, berakhlak, dan siap mengamalkan ajaran Islam dalam kehidupan bermasyarakat.

B. Hasil Penelitian

1. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian dilakukan di Pondok Pesantren Miftahul Falah Bandung beralamat di Jl. Gedebage Selatan Rancabolang Gang Pondok Pesantren Miftahul Falah No. 115 Kelurahan Derwati, Kecamatan Rancasari Kota. Bandung. Santri yang bermukim di pondok tersebut sebanyak 186 santri terdiri dari tingkat Madrasah Tsanawiyah dan Madrasah Aliyah. Alasan peneliti memilih pondok pesantren miftahul falah karena dinilai memiliki banyak sekali kegiatan yang mengakibatkan para santri mengeluh kelelahan. Peneliti melakukan pbservasi dan wawancara terbuka dengan Mahasantri yang dilaksanakan pada tanggal 10 Oktober 2024.

Pelaksanaan penelitian berikutnya dilakukan pada tanggal 24 Februari 2025 sampai dengan 15 Maret 2025 dengan menyebar kuesioner dengan menggunakan media kertas yang disebar langsung oleh peneliti kepada responden yaitu santri kelas 7 dan 8 tingkat madrasah tsanawiyah. Pada saat penyebaran kuesioner ada 9 santri yang tidak dapat mengisi kusioner dikarekana sedang berhalangan untuk berada di pondok pesantren karena sakit dan izin pulang. Maka santri yang hanya bisa mengisi kusioner itu sebanyak 70 orang dari jumlah keseluruhan kelas 7 dan 8

yaitu 79 orang. Sehingga 70 orang santri tersebut menjadi subjek dalam penelitian ini.

2. Analisa Deskriptif

Analisis data merupakan langkah penting dalam setiap penelitian, karena hal ini memungkinkan peneliti untuk menarik kesimpulan yang valid dan dapat dipertanggungjawabkan. Dalam konteks penelitian ini, terdapat beberapa teknik analisis yang diterapkan untuk mengolah data yang telah dikumpulkan. Teknik-teknik ini dirancang untuk memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai fenomena yang diteliti dan untuk memastikan bahwa hasil yang diperoleh dapat diinterpretasikan dengan tepat:

a. Kategorisasi Variabel *Academic Burnout*

Academic burnout dalam penelitian ini merujuk pada teori Schaufeli et al. (2002) yang mendefinisikan burnout akademik sebagai kondisi kelelahan yang dialami oleh individu akibat tekanan akademik yang berlebihan. Schaufeli membagi *academic burnout* menjadi tiga aspek utama:

Aspek-Aspek *Academic Burnout* (Schaufeli et al., 2002):

- 1) Kelelahan Emosional (*Exhaustion*) : Kelelahan fisik dan emosional akibat beban akademik yang berlebihan.
- 2) Sikap Sinis Terhadap Pembelajaran (*Cynicism*) : Perasaan negatif atau menjauh dari aktivitas akademik.

3) Perasaan Tidak Kompeten dalam Akademik (*Personal Inneficacy*) :

Keyakinan bahwa individu tidak mampu menyelesaikan tugas akademik dengan baik.

Dalam penelitian ini, academic burnout berfungsi sebagai variabel dependen yang terdiri dari tiga komponen utama, yaitu kelelahan (exhaustion), sinisme (cynicism), dan ketidakmampuan pribadi (personal inefficacy). Ketiga komponen tersebut kemudian dirumuskan menjadi 36 item pernyataan dalam instrumen penelitian. Namun, setelah dilakukan pengujian validitas, ditemukan bahwa 8 item pernyataan tidak memenuhi kriteria validitas dan oleh karena itu, dihapus dari instrumen yang digunakan. Hal ini dilakukan untuk memastikan bahwa alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini dapat memberikan hasil yang akurat dan dapat diandalkan. Berdasarkan hasil analisis awal, diperoleh nilai sebagai berikut:

Tabel 3.4 Nilai Kategorisasi skala *Academic Burnout*

Nilai Minimal	41
Nilai Maksimal	94
Mean Hipotetik	64.77
Standar Deviasi	13.09

Berdasarkan hasil data pada tabel skala diatas, dapat disusun table distribusi frekuensi *Academic Burnout* sebagai berikut:

Tabel 3.5 Data Rentang Frekuensi Academic Burnout

Kategorisasi	Rentang	Frekuensi	Presentase
Rendah	$X < 52$	18	25.7%
Sedang	52 – 78	38	54.3%
Tinggi	$X > 78$	14	20.0%
Total		70	100%

Berdasarkan hasil yang disajikan dalam Tabel 3.10, diketahui bahwa dari total 70 responden, sebanyak 18 orang (25,7%) mengalami tingkat *academic burnout* yang rendah. Sementara itu, mayoritas responden, yaitu 38 orang (54,3%), berada pada kategori *academic burnout* tingkat sedang. Adapun sisanya, sebanyak 14 orang (20,0%), mengalami *academic burnout* dalam kategori tinggi.

Dengan demikian, santri dengan *burnout* tinggi biasanya menunjukkan kelelahan emosional yang berlebihan, kehilangan minat terhadap belajar, dan merasa tidak mampu menyelesaikan tugas akademik. Sebaliknya, santri dengan *burnout* rendah lebih mampu menghadapi tekanan *academic* dengan baik.

b. Kategoriasi Variabel Dukungan Sosial

Teori dukungan sosial yang diusulkan oleh House (1981) dan Cohen dan Wills (1985) digunakan dalam penelitian ini. House mengklasifikasikan dukungan sosial menjadi empat komponen utama: dukungan emosional, dukungan praktis, dukungan informasi, dan dukungan penghargaan.

Aspek-Aspek Dukungan Sosial (House, 1981):

- 1) Dukungan Emosional : Perasaan dicintai, dihargai, dan diperhatikan oleh orang lain.
- 2) Dukungan Instrumental : Bantuan konkret yang diberikan dalam bentuk materi atau tenaga.
- 3) Dukungan Informatif : Penyampaian informasi atau saran yang dapat membantu individu dalam menghadapi masalah.
- 4) Dukungan Penghargaan (*Appraisal Support*) : Umpan balik atau evaluasi positif yang dapat meningkatkan rasa percaya diri seseorang.

Dalam penelitian ini, dukungan sosial berfungsi sebagai variabel independen yang terdiri dari empat aspek utama, yaitu dukungan emosional, dukungan penilaian, dukungan informatif, dan dukungan instrumental. Keempat aspek tersebut dikembangkan menjadi 40 butir pernyataan dalam instrumen penelitian. Namun, setelah melalui uji validitas, sebanyak 9 butir dinyatakan tidak valid dan dieliminasi. Berdasarkan hasil analisis awal, diperoleh hasil di bawah ini:

Tabel 3.6 Nilai Kategorisasi Skala Dukungan Sosial

Nilai Minimal	89
Nilai Maksimal	143
Mean Hipotetik	118.40
Standar Deviasi	13.640

Berdasarkan tabel di atas, maka dapat diketahui distribusi sosial sebagai berikut:

Tabel 3.7 Data Rentang Frekuensi Skala Dukungan Sosial

Kategorisasi	Rentang	Frekuensi	Presentase
Rendah	$X < 105$	15	21.4%
Sedang	105 - 132	40	57.1%
Tinggi	$X > 132$	15	21.4%
Total		70	100%

Berdasarkan hasil yang disajikan dalam Tabel 3.12, diketahui bahwa dari total 70 responden, sebanyak 15 orang (21,4%) memperoleh dukungan sosial dalam kategori rendah. Sementara itu, mayoritas responden, yaitu 40 orang (57,1%), menerima dukungan sosial pada tingkat sedang. Adapun sisanya, sebanyak 15 orang (21,4%), mendapatkan dukungan sosial dalam kategori tinggi.

Dengan demikian, Santri yang memperoleh dukungan sosial tinggi cenderung lebih mampu menghadapi tekanan akademik, sedangkan santri dengan dukungan sosial rendah lebih rentan mengalami stres dan burnout.

3. Uji Validitas Dan Realibilitas

a. Uji Validitas

Dalam penelitian ini, uji validitas dilaksanakan untuk memastikan bahwa alat ukur yang digunakan benar-benar mampu mengukur variabel yang menjadi perhatian dalam respon penelitian. Proses ini penting untuk mengurangi kemungkinan terjadinya bias dalam hasil. Untuk pengukuran validitas, digunakan Skala Likert sebagai alat ukur.

Berdasarkan hasil rekapitulasi angket tertutup mengenai dukungan sosial oleh mahasiswa terhadap kondisi *academic burnout* santri dapat dilihat pada lampiran. Setelah diketahui hasil rekapitulasi jawaban responden peneliti melakukan pengujian validitas kuesioner yang telah di sebarakan menggunakan SPSS versi 30.0. menggunakan banyaknya jumlah responden sebanyak 29 responden. Kriteria yang digunakan dalam proses pengujian validitas adalah sebagai berikut:

- a. Jika $r_{hitung} > r_{tabel}$ (Uji 2 sisi dengan Sig. 0.05) maka instrument dinyatakan valid.
- b. Jika $r_{hitung} < r_{tabel}$ (Uji 2 sisi dengan Sig. 0.05) maka instrument dinyatakan tidak valid.

1) Hasil Uji Validitas butir skala dukungan sosial

Skala dukungan sosial terdiri dari 40 item, namun setelah proses validasi, sembilan item dinyatakan tidak valid dan dihapus. Dengan demikian, jumlah item yang digunakan untuk pengujian hipotesis berkurang menjadi 31 item. Rincian mengenai distribusi item yang valid dan yang gugur dalam skala dukungan sosial dapat dilihat pada Tabel 3.4 yang disajikan di bawah ini:

Tabel 3.8 Butir-butir Valid Skala Dukungan Sosial

No	Aspek-aspek	Nomor Butir		Jumlah
		<i>favorable</i>	<i>unfavorable</i>	
1	Emosional	2, 3, 22, 24	15, 20, 37, 38	8
2	Penilaian	18, 21	13, 19, 29, 39	6
3	Informatif	8, 10, 28, 31, 34	16, 17, 25, 35	9
4	Instrumental	4, 23, 32	5, 7, 27, 23, 40	8
Total butir valid				31
Nomr butir gugur :				9
1, 6, 9, 11, 12, 14, 26, 30, 36				

Suatu butir dalam instrumen penelitian dapat dikategorikan tidak valid apabila nilai korelasi *Pearson* yang diperoleh lebih besar dari nilai *r* tabel pada tingkat signifikansi 0,05. Untuk menentukan nilai *r* tabel pada taraf signifikansi 0,05, dapat merujuk pada tabel *r Product Moment* berdasarkan jumlah sampel (*n*) sebesar 70 responden. Dari tabel yang disajikan, diperoleh nilai *r* tabel sebesar 0,231. Oleh karena itu, item yang memiliki nilai korelasi di bawah 0,231 dianggap tidak valid dan akan dihapus dari instrumen. Penomoran terbaru untuk item dalam skala dukungan sosial dapat dilihat pada Tabel 3.5 yang terlampir di bawah ini:

Tabel 3.9 Butir-Butir Valid Skala Dukungan Soaial (Penomoran Baru)

No	Aspek-aspek	Nomor Butir		Jumlah
		<i>favorable</i>	<i>unfavorable</i>	
1	Emosional	1, 2, 16, 18	9, 14, 28, 29	8
2	Penilaian	12, 15	8, 13, 22, 30	6
3	Informatif	6, 7, 20, 23, 26	10, 5, 19, 27	9
4	Instrumental	3, 17, 24	4, 5, 20, 17, 31	8
Total butir valid				31

2) Hasil Uji Validitas butir skala *academic burnout*

Skala *academic burnout* awalnya terdiri dari 36 item, namun setelah proses validasi, delapan item dinyatakan tidak valid dan dihapus. Oleh karena itu, jumlah item yang digunakan untuk pengujian hipotesis berkurang menjadi 28 item. Rincian mengenai distribusi item yang valid dan yang gugur dalam skala *academic burnout* dapat dilihat pada Tabel 3.6 yang disajikan di bawah ini:

Tabel 3.10 Tabel 3 10 Butir-butir Valid Skala Academic Burnout

No	Aspek-aspek	Nomor Butir		Jumlah
		<i>favorable</i>	<i>unfavorable</i>	
1	<i>Exhaustion</i>	2, 5, 6, 9, 10	3, 4, 7, 8, 11	10
2	<i>Cynicism</i>	13, 14, 22	15, 16, 19, 20, 23	8
3	<i>Personal Inneficacy</i>	26, 29, 30, 33, 34	27, 28, 31, 32, 35	10
Total butir valid				28
Nomr butir gugur :				8
1, 12, 17, 18, 21, 24, 25, 36				

Sebuah item dalam instrumen penelitian dianggap tidak valid jika nilai korelasi Pearson yang diperoleh lebih rendah daripada nilai r tabel pada tingkat signifikansi 0,05. Untuk menentukan nilai r tabel pada tingkat signifikansi tersebut, dapat merujuk pada tabel r Product Moment dengan jumlah sampel sebanyak 70 responden. Berdasarkan referensi tersebut, nilai r tabel yang diperoleh adalah 0,231. Dengan demikian, item yang memiliki nilai korelasi di bawah 0,231 akan dinyatakan tidak valid dan dihapus dari instrumen. Penomoran terbaru untuk item skala dukungan sosial dapat dilihat pada Tabel 3.7 yang disajikan berikut ini.

Tabel 3.11 Butir-butir Skala *Academic Burnout* (Penomoran baru)

No	Aspek-aspek	Nomor Butir		Jumlah
		<i>favorable</i>	<i>unfavorable</i>	
1	<i>Exhaustion</i>	1, 4, 5, 8, 9	2, 3, 6, 7, 10	10
2	<i>Cynicism</i>	11, 12, 17	13, 14, 15, 16, 18	8
3	<i>Personal Inefficacy</i>	19, 22, 23, 26, 27	20, 21, 24, 25, 28	10
Total butir valid				28

b. Uji Realibilitas

Menurut Azwar (2015) dalam Syafira (2024), uji reliabilitas merupakan metode untuk mengevaluasi sejauh mana suatu instrumen penelitian memiliki tingkat keandalan dalam mengukur suatu variabel. Sebuah instrumen dapat dikatakan reliabel apabila respon yang diberikan oleh subjek penelitian bersifat konsisten. Reliabilitas berkaitan dengan tingkat konsistensi hasil pengukuran yang diperoleh dari pencatatan berulang pada subjek yang sama.

Dalam penelitian ini, metode yang diterapkan untuk menguji reliabilitas adalah Cronbach's Alpha. Sebuah distribusi data dianggap memiliki tingkat reliabilitas yang memadai jika nilai yang diperoleh melebihi 0,06. Melalui analisis yang dilakukan dengan menggunakan perangkat lunak Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) versi 30.0 untuk Windows, hasil perhitungan yang diperoleh dalam penelitian ini adalah sebagai berikut. Temuan ini memberikan gambaran mengenai konsistensi instrumen yang digunakan dalam mengukur variabel yang diteliti:

Tabel 3.12 Rangkuman Hasil Uji Realibilitas Instrumen

No	Variabel	<i>Cronbach's Alpha</i>
1.	Dukungan Sosial	0.890
2.	<i>Academic Burnout</i>	0.882

Berdasarkan analisis yang dilakukan terhadap kedua variabel yang ditampilkan dalam tabel sebelumnya, menggunakan perangkat lunak SPSS versi 30.0 untuk Windows, diperoleh nilai reliabilitas sebesar 0.890 untuk variabel dukungan sosial dan 0.882 untuk variabel academic burnout. Temuan ini menunjukkan bahwa hasil uji reliabilitas untuk kedua variabel tersebut berada di atas ambang batas 0,06. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa semua item dalam instrumen pengukuran untuk variabel dukungan sosial dan academic burnout dapat dianggap reliabel. Hal ini menegaskan bahwa instrumen yang digunakan dalam penelitian ini memiliki konsistensi yang baik dalam mengukur kedua variabel tersebut.

4. Uji Asumsi Dasar

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah nilai residual dari data yang dikumpulkan berdistribusi normal. Distribusi nilai residual biasanya dapat ditemukan, yang menunjukkan bahwa model regresi yang digunakan adalah baik. Secara khusus, untuk memeriksa nilai signifikansi untuk mengetahui apakah nilai residual berdistribusi normal. Analisis uji normalitas dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan SPSS versi 30.0 untuk Windows melalui Teknik One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test. Keputusan dalam uji normalitas ini diambil berdasarkan nilai Sig. p; jika nilainya ≥ 0.05 , maka data penelitian dianggap berdistribusi normal. Adapun hasil uji normalitas dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 3.13 Rangkuman Hasil Uji Normalitas

Variabel	Normalitas
Dukungan Sosial – <i>Academic Burnout</i>	0.200

Berdasarkan tabel 3.13 di atas, Asymp. Sig. (0.200) dari perhitungan nilai residual untuk kedua variabel penelitian menunjukkan bahwa nilai yang diperoleh lebih besar dari (0.05), yang menunjukkan bahwa data penelitian ini terdistribusi secara normal. Akibatnya, H0 diterima pada uji normalitas.

b. Uji Linieritas

Salah satu asumsi penting yang harus dipenuhi selama penelitian ini adalah uji linearitas, yang dilakukan untuk menentukan apakah ada hubungan linier antara variabel independen dan variabel dependen. Hubungan yang membentuk garis lurus

digambarkan dengan istilah "linear". Perangkat lunak SPSS 30.0 untuk Windows digunakan untuk menganalisis uji linearitas dalam penelitian ini.

Kriteria pengambilan keputusan dalam uji linearitas didasarkan pada nilai Sig. *Deviation from Linearity*. Jika nilai tersebut lebih besar dari 0,05, maka hubungan antara variabel independen dan variabel dependen dapat dikatakan linier. Sebaliknya, jika nilai Sig. *Deviation from Linearity* kurang dari 0,05, maka hubungan antara kedua variabel tidak bersifat linier.

Tabel 3.14 Hasil Uji Linearitas

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	2916.402	1	2916.402	22.263	<,001 ^b
	Residual	8907.941	68	130.999		
	Total	11824.343	69			
a. Dependent Variable: Academic Burnout						
b. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial						

Berdasarkan hasil uji ANOVA pada tabel 3.14 diatas, diperoleh nilai F = (22.263) dengan Sig. < 0.001. Karena nilai ditemukan nilai < 0.05, maka hipotesis H0 ditolak. Artinya variabel dukungan sosial memiliki pengaruh yang signifikan terhadap variabel *academic Burnout*.

c. Uji Heterokedastisitas

Uji Heterokedastisitas merupakan langkah penting untuk memastikan bahwa varians dari residual tidak bergantung pada variabel independen. Salah satu metode yang umum digunakan untuk mendeteksi adanya heterokedastisitas adalah metode Glesjer. Metode ini menguji hubungan antara nilai absolut residual dengan variabel independen untuk mengidentifikasi pola variabilitas yang tidak konstan. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis ada atau tidaknya heterokedastisitas dalam model regresi yang digunakan.

Tabel 3.15 Hasil Uji Heterokedastisitas metode Glesjer

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	-2.495	9.611		-.260	.798
	Dukungan Sosial	.114	.095	.247	1.194	.245

a. Dependent Variable: abs_res

Berdasarkan hasil uji heteroskedastisitas yang ditampilkan dalam tabel 3.15 di atas, yang dilakukan dengan metode Glesjer, diperoleh output statistik yang tercantum dalam tabel Koefisien.

Hasil dari uji heterokedastisitas menunjukkan nilai signifikansi untuk variabel Dukungan Sosial adalah (0.245). Diketahui nilai tersebut lebih besar dari tingkat alpha standar yaitu (0.05). artinya, dari hasil tersebut dinyatakan bahwa tidak ada hubungan signifikan antara variabel Dukungan Sosial dengan nilai absolut residual.

Dengan demikian, hasil uji heterokedastisitas dengan nilai signifikansi (0.245) > dari (0.05), maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat masalah heterokedastisitas dalam model regresi penelitian ini. Hal tersebut berarti varian dari residual adalah homogen atau konstan di sepanjang nilai variabel Dukungan Sosial. Dengan terpenuhi asumsi heterokedastisitas ini, maka peneliti dapat melanjutkan analisis regresi dengan keyakinan bahwa tidak ada pelanggaran asumsi heterokedastisitas dalam model. Hasil ini mendukung validitas analisis regresi yang akan dilakukan untuk meneliti pengaruh dukungan sosial terhadap *academic burnout* pada santri.

d. Uji Regresi Linier Sederhana

Uji regresi linier sederhana bertujuan untuk menentukan apakah dukungan sosial yang diberikan kepada mahasiswa (X) memengaruhi tingkat kelelahan akademik (Y) mereka. Analisis ini dilakukan untuk memprediksi nilai variabel dependen (Y) ketika terjadi perubahan pada variabel independen (X), guna mengetahui adanya hubungan, baik positif maupun negatif, antara kedua variabel tersebut. Berikut adalah hasil pengujian yang dilakukan menggunakan SPSS versi 30.0.

Tabel 3.16 Hasil Uji Regresi Sederhana

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	121.206	12.039		10.068	<,001
	Dukungan Sosial	-.477	.101	-.497	-4.718	<,001

a. Dependent Variable: Academic Burnout

Berdasarkan hasil uji analisis regresi linier sederhana yang ditunjukkan dalam tabel *Coefficients* pada tabel 3.16 di atas, dapat disimpulkan bahwasannya pengaruh dukungan sosial oleh mahasantri terhadap *academic burnout* santri melalui hipotesis dalam penelitian ini yang dirumuskan sebagai berikut:

H₀ : Tidak ada pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial oleh mahasantri terhadap *academic burnout*.

H₁ : Terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial oleh mahasantri terhadap *academic burnout* santri.

Berdasarkan hasil uji analisis regresi linier sederhana, dapat dilihat bahwa variabel dukungan sosial memiliki koefisien regresi (-0.477). Nilai ini menunjukkan bahwa setiap peningkatan unit dukungan sosial mahasantri akan menyebabkan peningkatan (-0.477) unit dalam tingkat kelelahan akademik mahasantri. Tanda negative pada koefisien ini menunjukkan adanya hubungan yang negative antara dukungan sosial oleh mahasantri terhadap *academic burnout* santri. Hal ini menunjukkan bahwasannya santri yang mendapatkan lebih banyak dukungan sosial akan memiliki tingkat *academic burnout* yang lebih rendah. Namun

sebaliknya, apabila santri mendapatkan dukungan sosial yang rendah cenderung akan mengalami *academic burnout* yang lebih tinggi.

Selain itu, nilai signifikansi yang diperoleh ($p < 0.001$) lebih kecil dari batas toleransi $\alpha = 0.05$, sehingga hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_1) diterima. Dengan demikian, hasil penelitian ini menegaskan bahwa dukungan sosial memiliki peran penting dalam mengurangi tingkat **academic burnout** pada santri. Oleh karena itu, upaya peningkatan dukungan sosial, baik dari sesama mahasiswa maupun lingkungan pesantren, dapat menjadi salah satu strategi efektif dalam menjaga kesejahteraan psikologis santri serta meningkatkan kualitas pembelajaran mereka.

5. Uji Koefisien Determinasi (R-Square)

Uji Koefisien Determinasi (R-Square) adalah salah satu metode statistik yang digunakan untuk mengukur sejauh mana variabel independen dalam suatu model regresi dapat menjelaskan variasi pada variabel dependen. Nilai R-Square berkisar antara 0 hingga 1, di mana semakin mendekati 1, semakin besar proporsi variasi variabel dependen yang dapat dijelaskan oleh variabel independen dalam model tersebut. Sebaliknya, nilai R-Square yang rendah menunjukkan bahwa model regresi hanya mampu menjelaskan sebagian kecil dari variasi variabel dependen, sehingga ada kemungkinan faktor lain di luar model yang mempengaruhi hasil penelitian.

Tabel 3.17 Hasil Uji *R-Square*

Model Summary ^b					
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Durbin-Watson
1	.497 ^a	.247	.236	11.445	2.063
a. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial					
b. Dependent Variable: Academic Burnout					

Berdasarkan hasil uji Koefisien Determinasi (*R-Square*), penelitian ini menunjukkan bahwa variabel dukungan sosial memiliki kontribusi sebesar 24,7% dalam menjelaskan variabilitas *academic burnout* pada santri di Pondok Pesantren Miftahul Falah Kota Bandung. Hal ini mengindikasikan bahwa dukungan sosial berperan sebagai faktor yang cukup berpengaruh dalam mengurangi tingkat *academic burnout*, meskipun masih terdapat 75,3% variabilitas yang dipengaruhi oleh faktor lain di luar model penelitian ini.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa meskipun dukungan sosial memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *academic burnout*, faktor lain seperti lingkungan belajar, tekanan akademik, serta kondisi psikologis santri juga perlu diperhatikan dalam upaya mengurangi tingkat kelelahan belajar. Oleh karena itu, penguatan dukungan sosial di lingkungan pesantren dapat menjadi strategi yang efektif untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis santri serta mendukung pencapaian akademik yang lebih optimal.

6. Uji T (Uji Parsial)

Variabel independent dukungan sosial dan variabel dependen kelelahan akademik diukur dengan Uji T atau Uji Parsial.

Tabel 3.18 Hasil Uji T

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	121.206	12.039		10.068	<,001
	Dukungan Sosial	-.477	.101	-.497	-4.718	<,001

a. Dependent Variable: Academic Burnout

Berdasarkan hasil pengujian T (parsial) menunjukkan bahwa nilai t hitung sebesar (- 4.718), yang dibandingkan dengan nilai t tabel pada tingkat signifikansi 5% ($\alpha = 0.05$) dan derajat kebebasan (df). Dengan demikian, nilai t hitung (- 4.718) lebih besar dari nilai t tabel (1.699), yang menunjukkan bahwa variabel dukungan sosial memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kelelahan akademik siswa.

Oleh karena itu, dapat diterima hipotesis bahwa dukungan sosial berpengaruh secara signifikan terhadap kelelahan akademik. Temuan ini menunjukkan bahwa santri tidak mengalami kelelahan akademik jika mereka menerima lebih banyak dukungan sosial. Ini menunjukkan bahwa dukungan yang kuat dari lingkungan sosial dapat membantu santri mengurangi perasaan kelelahan akademik. Ini memungkinkan mereka untuk lebih baik mengelola stres yang terkait dengan tuntutan akademik.

C. Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial berperan penting dalam memengaruhi tingkat kelelahan akademik santri di Pondok Pesantren Miftahul Falah. Nilai t hitungnya (-4.718) lebih besar dari nilai t tabel yang

ditetapkan sebesar 1.699 pada tingkat signifikansi 5%. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini, yang menunjukkan adanya hubungan antara anta Ini menunjukkan betapa pentingnya dukungan sosial untuk mengurangi kelelahan akademik santri.

Dukungan sosial memiliki peranan penting dalam menjaga kesehatan mental individu, terutama dalam konteks pendidikan yang sering kali dibebani dengan tekanan akademik yang besar. Berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Cohen dan Wills (1985), dukungan sosial berfungsi sebagai pelindung atau penyangga terhadap stres, termasuk dalam situasi akademik. Sumber dukungan ini bisa datang dari berbagai pihak, seperti teman, pengajar, atau komunitas di sekitarnya, yang semuanya berkontribusi dalam menciptakan rasa aman dan mengurangi stres psikologis yang mungkin dialami oleh santri. Dengan adanya dukungan tersebut, individu dapat lebih mampu menghadapi tantangan akademik dan menjaga kesehatan mental mereka.

Koefisien regresi negatif yang signifikan menunjukkan bahwa peningkatan dukungan sosial berkaitan dengan penurunan tingkat kelelahan akademik. Ini menunjukkan bahwa semakin besar dukungan sosial yang diterima, semakin sedikit kelelahan akademik yang dirasakan oleh santri. Studi sebelumnya oleh Reghinasari (2024) menemukan bahwa dukungan sosial berpengaruh signifikan terhadap kelelahan akademik mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung. Penelitian serupa oleh Haulia et al. (2024) juga menemukan hubungan

negatif yang signifikan antara kelelahan akademik siswa dan dukungan sosial dari teman sebaya

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat kelelahan akademik yang dialami santri cenderung menurun seiring dengan meningkatnya dukungan sosial yang mereka terima. Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa dukungan sosial berperan penting dalam membantu individu mengelola stres dan meningkatkan ketahanan dalam bidang akademik (Schaufeli & Bakker, 2004). *Academic burnout* yang tinggi sering kali dikaitkan dengan kelelahan emosional, sikap sinis terhadap studi, serta berkurangnya efektivitas pribadi. Namun, keberadaan dukungan sosial yang kuat dapat membantu santri merasa lebih dihargai, termotivasi, dan memiliki strategi koping yang lebih baik dalam menghadapi tekanan akademik.

Selain itu, hasil uji regresi sederhana menunjukkan adanya hubungan negatif antara dukungan sosial dan *academic burnout*, dengan koefisien regresi sebesar (-0.477). Dengan kata lain, setiap kenaikan satu unit dalam dukungan sosial akan menurunkan tingkat kelelahan akademik sebesar 0,477 unit. Hal ini mendukung teori *Self-Determination Theory* (Deci & Ryan, 1985) yang menyatakan bahwa individu yang merasa mendapatkan dukungan dari lingkungannya akan memiliki motivasi yang lebih tinggi dalam mencapai tujuan akademiknya, sehingga mengurangi kemungkinan mengalami burnout.

Dengan demikian, koefisien regresi negative dalam konteks ini menunjukkan bahwa peningkatan dukungan social berkontribusi pada penurunan *academic*

burnout, selain itu dapat disimpulkan pula bahwa penguatan sistem dukungan sosial dalam lingkungan pesantren dapat menjadi strategi yang efektif dalam menekan tingkat *academic burnout* pada santri. Oleh karena itu, penting untuk mengimplementasikan kebijakan yang mendorong interaksi sosial yang konstruktif antara santri, pembimbing, dan pengurus pesantren. Hal ini bertujuan untuk menciptakan suasana belajar yang mendukung dan meningkatkan kesejahteraan psikologis santri secara maksimal.

