

**PENGARUH *JOB BURNOUT* TERHADAP PROKRASTINASI
AKADEMIK PADA MAHASISWA YANG BEKERJA**

SKRIPSI



OLEH:

EKA MALADA

1811102433023

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR

SAMARINDA

2022

**Pengaruh *Job Burnout* terhadap Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa
yang Bekerja**

SKRIPSI

Untuk memenuhi salah satu persyaratan

Mencapai derajat Sarjana Psikologi



Oleh:

Eka Malada

1811102433023

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR

SAMARINDA

2022

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

**PENGARUH *JOB BURNOUT* TERHADAP PROKRASTINASI
AKADEMIK PADA MAHASISWA YANG BEKERJA**

Oleh

Eka Malada

1811102433023

Samarinda, 11 Juli 2022

Telah disetujui oleh :

Pembimbing,



Dewi Kamaratih, S.Psi., M.Psi, Psikolog
NIDN. 1103108904

**LEMBAR PENGESAHAN
SKRIPSI**

**PENGARUH *JOB BURNOUT* TERHADAP PROKRASTINASI
AKADEMIK PADA MAHASISWA YANG BEKERJA**

Yang disiapkan dan disusun oleh :


Nama : Eka Malada


NIM : 1811102433023

Fakultas : Psikologi

Telah dipertahankan di depan penguji pada hari Kamis, 14 Juli 2022 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima sebagai kelengkapan guna mencapai derajat Sarjana Psikologi.

Susunan penguji :

Penguji I : Desita Dyah Damayanti, M.Psi., Psikolog (..........)

Penguji II : Dewi Kamaratih, M.Psi. Psikolog (..........)

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi


DR. R. Yudhi Satria, R.A., M.Si
NIDN. 061007720

Ketua Program Studi


Desita Dyah Damayanti, M.Psi., Psikolog
NIDN. 1111129301

PERNYATAAN ORISINILITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Eka Malada

NIM : 1811102433023

Fakultas : Psikologi

Judul Skripsi : Pengaruh Antara *Job Burnout* terhadap Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Bekerja.

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi adalah asli dan benar-benar hasil karya sendiri, baik sebagian atau keseluruhan, bukan hasil karya orang lain dengan mengatasnamakan saya, serta bukan merupakan hasil penjiplakan (*plagiarism*) hasil karya orang lain dan tidak melakukan pembuatan skripsi oleh orang lain.
2. Karya dan pendapat orang lain yang dijadikan sebagai bahan rujukan (referensi) dalam skripsi ini, secara tertulis dan secara jelas dicantumkan sebagai bahan sumber acuan. Nama pengarang disebutkan dan dicantumkan pada daftar pustaka sesuai dengan ketentuan penulisan ilmiah yang berlaku.
3. Pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan atau ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademis dan sanksi lainnya yang berlaku sesuai dengan peraturan perundang-undangan.

Samarinda. 11 Juli 2022

Yang menyatakan



Eka Malada

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-NYA kepada saya serta memberikan saya kesempatan dan kelancaran untuk dapat menyelesaikan skripsi ini dengan tepat waktu. Saya mengucapkan rasa syukur yang tak terhingga kepada Allah SWT atas segala diberikannya nikmat kesehatan fisik maupun akal pikiran untuk saya agar dapat menyelesaikan pembuatan skripsi atau tugas akhir saya yang berjudul “Pengaruh *Job Burnout* terhadap Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Bekerja”.

Proses penyusunan skripsi ini tidak lepas dari dukungan dari berbagai pihak, oleh karena itu peneliti juga turut mengucapkan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Allah SWT yang telah memberikan banyak jalan serta kelancaran bagi saya untuk setiap proses dalam penyusunan skripsi ini hingga selesai.
2. Keluarga saya yakni Bapak Suwito, Ibu Niswatun dan Adik Saya Niki Ariska yang telah membantu dan memberikan dukungan dari berbagai hal agar saya dapat sampai dan bisa menyelesaikan Skripsi ini untuk mencapai gelar Sarjana Psikologi.
3. Bapak Dr. R. Yudhi Satria R.A., M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur yang berkenan memberikan dukungan kepada mahasiswa/i S1 Psikologi.
4. Ibu Desita Dyah Damayanti, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Ketua Program Studi Psikologi dan Wakil Dekan I Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur sekaligus sebagai dosen penguji skripsi saya yang telah berkenan memberikan kesempatan dan banyak dukungan bagi mahasiswa/i Psikologi UMKT agar tetap konsisten untuk dapat menyelesaikan tanggung jawab sebagai mahasiswa, salah satunya adalah terselesaikannya Skripsi dan tugas akhir ini.
5. Ibu Dewi Kamaratih, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing saya selama masa penyusunan skripsi dari awal hingga akhir telah memberikan

banyak ilmu dan arahan kepada saya sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

6. Ibu Aniq Hadiyah Bil Haq, S.Psi., M.A selaku dosen Pembimbing Akademik saya dari awal semester hingga akhir yang telah banyak memberikan saran dan masukan terkait akademik maupun penelitian saya dalam skripsi ini.
7. Dosen Psikologi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur yang telah banyak meluangkan waktu untuk memberikan arahan kepada mahasiswa/i untuk menyelesaikan skripsi dan tugas akhir ini.
8. Pasangan, Sahabat – sahabat yang sudah selayaknya keluarga bagi saya dan rekan kerja di Bidang Keuangan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur yang senantiasa memberikan dukungan selama masa penyusunan skripsi ini.
9. Mahasiswa/i Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur yang menjadi subjek maupun yang membantu saya dalam proses melakukan penelitian.

Saya tentu menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna dan masih banyak kekeliruan serta kekurangan di dalamnya. Oleh karena itu peneliti mengharapkan kritik serta saran dari pembaca skripsi ini agar nantinya dapat diperbaiki untuk lebih baik lagi. Jika terdapat kesalahan dalam skripsi ini, peneliti memohon maaf yang sebesar-besarnya dan semoga skripsi dan penelitian ini dapat bermanfaat. Terima Kasih.

Samarinda, 14 Juli 2022

Eka Malada

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINILITAS.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR BAGAN.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
ABSTRAK.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Prokrastinasi Akademik.....	9
B. <i>Burnout</i> atau Kelelahan.....	16
C. Kerangka Berpikir.....	26
D. Hipotesis.....	28
BAB III METODE PENELITIAN.....	29
A. Jenis Penelitian.....	29
B. Definisi Konseptual.....	30
C. Definisi Operasional.....	31
D. Populasi dan Sampel.....	32
E. Tempat dan Waktu Penelitian.....	34
F. Metode Pengumpulan Data.....	34
G. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	39
H. Teknik Analisa Data.....	40
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	43

A. Persiapan Penelitian	43
B. Hasil Uji Coba Alat Ukur	44
C. Prosedur Pengumpulan Data.....	49
D. Pembahasan.....	74
BAB V PENUTUP.....	79
A. Kesimpulan	79
B. Saran.....	79
DAFTAR PUSTAKA	80
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Table 1. <i>Blueprint</i> Prokrastinasi Akademik	35
Table 2. <i>Blueprint Job Burnout</i>	37
Table 3. Skor Penilaian Item.....	38
Table 4. Sebaran Item setelah seleksi item pada.....	45
Table 5. <i>Blueprint</i> Skala Prokrastinasi Akademik	46
Table 6. Sebaran Item setelah seleksi item pada.....	47
Table 7. <i>Blueprint</i> Skala <i>Job Burnout</i>	47
Table 8. Hasil Uji Reliabilitas.....	48
Table 9. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	50
Table 10. Distribusi karakteristik subjek berdasarkan Usia.....	51
Table 11. Karakteristik Berdasarkan Status Pernikahan	51
Table 12. Karakteristik responden berdasarkan	52
Table 13. Karakteristik responden berdasarkan	53
Table 14. Karakteristik Berdasarkan Jumlah	54
Table 15. Karakteristik Durasi Jam Bekerja	55
Table 16. Karakteristik Berdasarkan Bidang Pekerjaan	55
Table 17. Karakteristik berdasarkan tempat bekerja.....	57
Table 18. Statistik Deskriptif Hasil Prokrastinasi Akademik	58
Table 19. Kategorisasi Hasil Pengukuran	59
Table 20. Statistik Deskriptif Hasil Job Burnout	60
Table 21. Kategorisasi Hasil Pengukuran Skala <i>Job Burnout</i>	61
Table 22. Hasil Uji Normalitas	63
Table 23. Hasil Uji Linieritas.....	64
Table 24. Model Metode	65
Table 25. Hasil Uji Koefisien Determinasi	65
Table 26. Hasil Uji F.....	66
Table 27. Uji Regresi Linier Sederhana.....	67
Table 28. Data Variabel Prokrastinasi Akademik.....	68
Table 29. Data Variabel <i>Job Burnout</i>	68
Table 30. Rentang Nilai dan Kategorisasi Skor Subjek.....	69
Table 31. Kategorisasi Skor Variabel Prokrastinasi Akademik.....	69
Table 32. Rentang Nilai dan Kategorisasi Skor Subjek.....	70
Table 33. Kategorisasi Variabel <i>Job Burnout</i>	70
Table 34. Hasil Deskriptif Lama Masa Kerja dan <i>Job Burnout</i>	71
Table 35. Hasil Deskriptif Lama Masa Kerja dan Prokrastinasi Akademik	73

DAFTAR BAGAN

Bagan 1. Kerangka Berpikir.....	26
---------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Biodata Peneliti
- Lampiran 2. Lembar *Expert Judgement* 1
- Lampiran 3. Lembar *Expert Judgement* 2
- Lampiran 4. Hasil *Aiken* (Hasil dari *Expert Judgement*)
- Lampiran 5. *Blueprint Aitem* Prokrastinasi Akademik sebelum *Expert Judgement*
- Lampiran 6. Tabel *Blueprint Aitem Job Burnout* sebelum *Expert Judgement*
- Lampiran 7. Tabel *Blueprint Aitem Prokrastinasi Akademik* sebelum *Expert Judgement*
- Lampiran 8. Tabel *Blueprint Job Burnout* sebelum *Expert Judgement*
- Lampiran 9. Skala *Aitem* Prokrastinasi Akademik hasil *Expert Judgement*
- Lampiran 10. Skala *Aitem Job Burnout* Hasil *Expert Judgement*
- Lampiran 11. Tabel *Blueprint* Prokrastinasi Akademik Setelah *Expert Judgement*
- Lampiran 12. Tabel *Blueprint Job Burnout* setelah *Expert Judgement*
- Lampiran 13. *Blueprint Aitem* Prokrastinasi Akademik
- Lampiran 14. *Blueprint Aitem Job Burnout*
- Lampiran 15. Tabel *Blueprint* Prokrastinasi Akademik setelah *Expert Judgement*
- Lampiran 16. Tabel *Blueprint Job Burnout* setelah *Expert Judgement*
- Lampiran 17. Surat Keterangan Uji Validitas
- Lampiran 18. Surat Izin Pengambilan Data ke LPPM UMKT
- Lampiran 19. Surat Izin Pengambilan Data ke BAA UMKT
- Lampiran 20. Hasil Uji Validitas Prokrastinasi Akademik
- Lampiran 21. Tabel Hasil Uji Validitas *Job Burnout*
- Lampiran 22. Hasil Penelitian Item Prokrastinasi Akademik sebelum Uji Validitas
- Lampiran 23. Hasil Penelitian *Item Job Burnout* sebelum Uji Validitas
- Lampiran 24. Item Prokrastinasi Akademik setelah uji Validitas
- Lampiran 25. Item *Job Burnout* setelah uji Validitas
- Lampiran 26. Hasil *Output* SPSS Karakteristik Responden
- Lampiran 27. Lembar Bimbingan Skripsi
- Lampiran 28. Hasil Uji Turnitin Skripsi

Pengaruh *Job Burnout* terhadap Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa yang Bekerja

The Effect of Job Burnout on Academic Procrastination on Working Students

Eka Malada¹ Dewi Kamaratih²

Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Email¹ : maladaeka@gmail.com Email² : dk939@umkt.ac.id

Abstrak : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh job burnout terhadap prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang bekerja. Dengan menggunakan metode teknik pengumpulan data yakni skala yang peneliti bagikan melalui goggle - form, kemudian dalam menganalisis data, penelitian ini menggunakan analisis regresi linier sederhana berdasarkan hasil perhitungan dari bantuan spss 26 for windows. Hasil penelitiannya ini diperoleh $Y = 60,981 + 0,385X$. Dengan hasil perhitungan tersebut, konstanta variabel prokrastinasi sebesar 60,981 dan koefisien regresi X sebesar 0,385 menyatakan bahwa setiap penambahan 1% nilai job burnout, maka nilai prokrastinasi akademik bertambah sebesar 0,385. Koefisien regresi tersebut bernilai positif sehingga dapat dikatakan bahwa arah pengaruh variabel job burnout terhadap prokrastinasi akademik adalah positif sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa variabel bebas yakni job burnout berpengaruh terhadap variabel terikat yakni prokrastinasi akademik. Manfaat penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan tambahan wawasan pengetahuan pada bidang Psikologi mengenai job burnout dan prokrastinasi akademik.

Kata Kunci : Kelelahan Kerja, Prokrastinasi Akademik, Mahasiswa, Bekerja.

Abstract : This study aims to determine the effect of job burnout on academic procrastination in working students. Research Methods data collection techniques a scale that the researchers shared via google - forms, then in analyzing the data, this study used a simple linear regression analysis based on the results of calculations with the help of SPSS 26 for Windows. Result in this research based on the data obtained, $Y = 60.981 + 0.385X$. with the results of these calculations, the constant of the procrastination variable is 60,981 and the regression coefficient X is 0.385 which states that for every 1% addition to the value of job burnout, the value of academic procrastination increases by 0.385. The regression coefficient is positive, so it can be said that the direction of the influence of the job burnout variable on academic procrastination is positive so it can be concluded that the independent variable, namely job burnout, affects the dependent variable, namely academic procrastination. Applications This research is expected to be a reference and additional knowledge in the field of Psychology regarding job burnout and academic procrastination.

Keyword : Job Burnout, Academic Procrastination, Student, Working .