

**PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP *BURNOUT* AKADEMIK
PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI KALIMANTAN TIMUR**

SKRIPSI



Oleh

Nurmayani

1911102433037

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR
SAMARINDA
2023**

**Pengaruh Dukungan Sosial terhadap *Burnout* Akademik pada Mahasiswa
Tingkat Akhir di Kalimantan Timur**

SKRIPSI

Untuk memenuhi salah satu persyaratan
Mencapai derajat Sarjana Psikologi



Oleh

Nurmayani

1911102433037

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR
SAMARINDA
2023**

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

**PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP BURNOUT AKADEMIK
PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI KALIMANTAN TIMUR**

Oleh:

Nurmayani

1911102433037

Samarinda, 15 Juli 2023

Telah disetujui oleh:

Pembimbing,



Aniq Hudyah Bil Haq, S.Psi., M.A

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

**PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP BURNOUT AKADEMIK
PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI KALIMANTAN TIMUR**

Yang disiapkan dan disusun oleh:

Nama : Nurmayani
NIM : 1911102433037
Fakultas : Psikologi

Telah menyatakan di depan penguji pada tanggal 15 Juli 2023 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima sebagai salah satu persyaratan untuk mencapai derajat Sarjana Psikologi.

Susunan Penguji

Penguji I : Aniq Hudiyah Bil Haq, S.Psi., M.A

Penguji II : Desita Dyah Damayanti, M.Psi., Psikolog



(.....)
(.....)

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur



Prof. Drs. Kumaidi., M.A., Ph.D

NIDN. 8993050022

LEMBAR PERNYATAAN ORISINILITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Nurmayani
NIM : 1911102433037
Fakultas/Jurusan : Psikologi
Judul Skripsi : Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap *Burnout* Akademik
Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Kalimantan Timur

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini adalah asli dan benar-benar hasil karya sendiri, baik sebagian maupun 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 kemudian 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, Juli 2023

Yang menyatakan,


Nurmayani

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah Rabbil' Alamin segala puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT. Karena atas berkat, rahmat, anugerah, dan nikmat-Nya serta telah memberikan kesehatan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap *Burnout* Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Kalimantan Timur”

Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk meraih gelar Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur. Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini akan sangat sulit terwujud jika tidak adanya bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh sebab itu, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H Bambang Setiaji, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
2. Ibu Desita Dyah Damayanti, M.Psi., Psikolog, selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur sekaligus sebagai dosen penguji pada penelitian ini.
3. Ibu Aniq Hudiyah Bil Haq, S.Psi., M.A, selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu dan memberikan arahan serta masukan dalam penelitian ini. Berkat bimbingan dan bantuannya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan tepat waktu.
4. Seluruh dosen dan tenaga pendidik di lingkungan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
5. Kepada Almh. Karsiyah, seseorang yang saya panggil mama. Alhamdulillah, saya telah berhasil menyelesaikan skripsi ini. Teruntuk Mama terimakasih telah mengantarkan Nurma ke dunia perkuliahan ini. Meskipun mama tidak membersamai langkah Nurma hingga akhir namun keberhasilan ini dapat Nurma capai berkat kasih sayang, perhatian dan doa-doa yang dipanjatkan mama semasa hidup untukku. Untuk Bapak Mahlan terima kasih telah memberikan perhatian, motivasi, mendoakan, dan memberikan dukungan penuh kepada Nurma dari kecil sampai dengan sekarang dan terimakasih

banyak atas semua perjuangan bapak selama ini. Untuk mamak dan bapak iloveyou more-more and more than world. mama I missyou so much.

6. Untuk kakak-kakakku terimakasih telah memberikan motivasi, doa, dukungan serta selalu ada bersama penulis baik suka maupun duka.
7. Kepada keponakan-keponakanku yang selalu menebarkan keceriaan bagi penulis.
8. kepada seluruh teman-teman penulis terima kasih telah memberikan dukungan, semangat, dan doa bagi penulis serta telah membersamai penulis dari awal perkuliahan hingga selesai.
9. Kepada Hindia terima kasih atas semangat dan motivasi yang disiratkan dalam musik-musikmu, berkat lagumu yang berjudul “besok mungkin kita sampai” membuat penulis menjadi lebih percaya diri dan yakin dapat menyelesaikan proses yang berat ini hingga akhirnya penulis berhasil mencapai tujuan.
10. *Last but not least, I want to thank me, I want to thank me for doing all this hard work, I want to thank me for never quitting, I want to thank me for trying to do more right than wrong, I want to thank me for just being me all times.*

Penulis juga mengucapkan terima kasih banyak kepada kerabat dekat dan pihak-pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu. Semoga Allah SWT selalu melimpahkan berkah, rahmat, dan karunia-Nya. Dalam hal ini, tentunya peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, oleh sebab itu peneliti mengharapakan kritik dan saran yang membangun agar hasil penelitian ini dapat bermanfaat kepada pihak-pihak yang membutuhkan.

Penulis

Nurmayani

DAFTAR ISI

COVER	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
ABSTRAK	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
A. Dukungan Sosial	8
B. <i>Burnout</i> Akademik.....	13
C. Kerangka Berpikir	18
D. Hipotesis	21
BAB III METODE PENELITIAN	22
A. Jenis Penelitian	22
B. Definisi Sosial.....	22
C. Definisi Operasional	23
D. Populasi dan Sampel.....	24
E. Metode Pengumpulan Data.....	25
F. Uji Validitas dan Realibilitas	27
G. Teknik Analisis Data	27
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	30
A. Persiapan Penelitian	30
B. Hasil Uji Coba Alat Ukur.....	31

C. Prosedur Pengumpulan Data	33
D. Hasil Analisis Data	34
BAB V PENUTUP.....	49
A. Kesimpulan	49
B. Saran	49
DAFTAR PUSTAKA	51
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 distribusi skala MSPSS	26
Tabel 3. 2 distribusi skala SBI	27
Tabel 4. 1 Uji Reliabilitas	33
Tabel 4. 2 Gambaran Subjek Penelitian	34
Tabel 4. 3 Rumus Kategorisasi	36
Tabel 4. 4 Kategorisasi Data Penelitian Dukungan Sosial.....	37
Tabel 4. 5i Kategorisasi Data Penelitian Burnout Akademik	37
Tabel 4. 6 Hasil Uji Normalitas	38
Tabel 4. 7 Hasil Uji Linieritas	39
Tabel 4. 8 Hasil Uji R-Square	40
Tabel 4. 9 Gambaran Signifikansi Keseluruhan Dimensi Variabel Bebas.....	40
Tabel 4. 10 Hasil Analisis Regresi Berganda	42

DAFTAR GAMBAR

gambar 1. Bagan kerangka Berpikir.....	20
--	----

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Biodata Peneliti
- Lampiran 2. Surat Keterangan
- Lampiran 3. Skala Dukungan sosial
- Lampiran 4. Skala burnout akademik
- Lampiran 5. Tabulasi Data Skala Dukungan sosial
- Lampiran 6. Tabulasi Data *Burnout* Akademik
- Lampiran 7. Uji Validitas Skala Dukungan sosial
- Lampiran 8. Uji Validitas Skala *Burnout* Akademik
- Lampiran 9. Hasil Uji Reliabilitas Skala Dukungan Sosial
- Lampiran 10. Hasil Uji Reliabilitas Skala *Burnout* Akademik
- Lampiran 11. Hasil Uji Normalitas
- Lampiran 12. Hasil Uji Linieritas
- Lampiran 13. Hasil Uji Hipotesis
- Lampiran 15. Hasil Turnitin

Pengaruh Dukungan Sosial terhadap *Burnout* Akademik pada Mahasiswa

Nurmayani¹, Aniq Hudiya Bil Haq², Desita Dyah Damayanti³
Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
e-mail: nurmayani502@gmail.com

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap *burnout* akademik pada mahasiswa tingkat akhir. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pengumpulan data menggunakan penyebaran kuisioner skala dengan teknik *purposive sampling*. Subjek yang digunakan sebanyak 102 mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi di Kalimantan Timur. Instrumen yang digunakan adalah skala *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) oleh Zimet (1988) dan *School Burnout Inventory* (SBI) oleh Samela-Aro & Näätänen (2005). Analisis data dilakukan menggunakan analisis regresi linier berganda. Hasil analisis regresi berganda menunjukkan nilai R-Square = 0.741, nilai F = 93.590, dan nilai p = <0.001 (p<0.05) pada hasil tersebut diketahui dukungan sosial memiliki pengaruh yang bersifat positif terhadap *burnout* akademik. artinya semakin tinggi dukungan sosial yang didapatkan oleh mahasiswa, maka semakin tinggi pula *burnout* akademik yang dialami oleh mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi di Kalimantan Timur. Dengan demikian hipotesis penelitian ini dapat diterima dimana kontribusi dukungan sosial terhadap *burnout* akademik sebesar 74.1%.

Kata kunci: *Burnout* Akademik, Dukungan Sosial, Mahasiswa tingkat akhir

This research aims to determine the effect of social support on academic burnout in final year students. This research method is quantitative with data collection using scale questionnaires using purposive sampling techniques. The subjects used were 102 final year students who were working on their thesis in East Kalimantan. The measuring instruments used are the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) by Zimet (1988) and the School Burnout Inventory (SBI) by Salmela-Aro & Näätänen (2005). The data analysis used is multiple linear regression analysis. The results of multiple regression analysis show the R-Square value = 0.741, F value = 93.590, and p value = <0.001 (p<0.05). In these results it is known that social support has a positive influence on academic burnout. This means that the higher the social support received by students, the higher the academic burnout experienced by final year students who are working on their theses in East Kalimantan. Thus, this research hypothesis can be accepted where the contribution of social support to academic burnout is 74.1%.

Keywords: *Academic Burnout, Social Support, Final Year Student*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan adalah aspek penting dalam suatu bangsa dan menjadi sebuah tolak ukur dalam menilai kualitas ataupun kemampuan seseorang. Pendidikan tentunya memiliki beberapa tahapan yang harus ditempuh oleh seorang pelajar untuk mencapai karir pendidikannya, yakni sekolah dasar, sekolah menengah dan sekolah tinggi atau universitas. Peserta didik yang melanjutkan pendidikannya di sekolah tinggi atau universitas dikenal juga dengan mahasiswa.

Menurut Muflihah & Savira (2021) mahasiswa adalah peserta didik yang sedang belajar di jenjang universitas dengan intensitas tugas yang lebih tinggi dibandingkan peserta didik di tingkat sekolah. Kemudian dalam Permendikbud, nomor 49 tahun 2014 ditentukan bahwa masa studi untuk mahasiswa program sarjana (S1) memiliki batas waktu selama 4 sampai dengan 5 tahun. Dalam masa studinya mahasiswa dihadapkan pada berbagai macam tuntutan dunia perkuliahan seperti dituntut untuk selalu hadir dalam setiap pertemuan, menyelesaikan tugas-tugas perkuliahan, beradaptasi dengan sistem belajar dan adanya tuntutan dari orang tua serta keinginan dalam mencapai keberhasilan akademik. Kemudian untuk mencapai kelulusan di sekolah tinggi atau universitas mahasiswa diharuskan untuk membuat suatu penelitian atau yang disebut juga dengan tugas skripsi. Penugasan skripsi telah ditetapkan dalam Permendikbud, nomor 49 tahun 2014 yang mewajibkan mahasiswa program sarjana untuk mendapatkan edukasi dalam bentuk penelitian atau tugas skripsi.

Skripsi adalah penyusunan penelitian yang dilakukan mahasiswa dengan membicarakan suatu pokok permasalahan dan mengacu pada hasil karya ilmiah yang disusun oleh para ahli, penelitian lapangan, dan hasil eksperimen (Mansnur, 2009; Wakhyudin & Putri 2020). Adapun permasalahan yang biasanya dialami mahasiswa saat melakukan penyusunan skripsi ialah, tidak memiliki pengetahuan tentang tata tulis, kompetensi akademis yang rendah, dan kurang berminat pada tugas skripsi (Slamet, 2003; Dini & Iswanto, 2019). Permasalahan ini jika ditambah dengan proses bimbingan dan revisi membuat mahasiswa merasa semakin terbebani hingga munculnya stres dan perasaan lelah. Permasalahan tersebut jika tidak terselesaikan dengan efektif, maka akan menimbulkan burnout akademik pada mahasiswa.

Peneliti melakukan penyebaran kuisisioner dengan pertanyaan terbuka kepada 3 orang mahasiswa yang sedang menempuh tugas skripsi. Secara keseluruhan diketahui bahwa mahasiswa tingkat akhir dan menempuh tugas skripsi, menyatakan bahwa mereka merasa sungguh terbebani dengan tugas skripsi, merasa khawatir dan takut tidak dapat menyelesaikan tugas skripsi tersebut. Selain itu, diketahui pula bahwa mereka sering menunda waktu tidur karena sibuk mengerjakan skripsi dan tidak bisa tidur karena memikirkan pengerjaan skripsinya. Mereka juga mengalami perasaan tidak nafsu makan, sering menunda atau mengabaikan waktu makannya karena hanya fokus mengerjakan skripsi dan merasa lelah untuk menjalani kesehariannya. Adapun mahasiswa berinisial S menyatakan bahwa adanya konflik dalam keluarga yang

ia alami membuat dirinya merasa semakin lelah untuk mengerjakan tugas skripsinya tersebut.

Menurut Puspitaningrum (2018) mahasiswa yang menempuh tugas skripsi merasa dihadapkan pada beban yang sangatlah berat, hingga menimbulkan kekhawatiran, ketegangan, stres, kelelahan, rendah diri, kehilangan motivasi, hingga frustrasi. Kemudian diketahui bahwa saat tanggal 3 Maret 2023, diberitakan suatu kasus bunuh diri atas nama GR yang merupakan mahasiswa Universitas Jambi ditemukan tewas karena bunuh diri akibat depresi dalam menghadapi pengerjaan skripsi, masalah keuangan dan konflik dengan orang sekitar (Hidayat; merdeka.com, 2023). Ketika seseorang mengalami stres dengan cara yang terus berkelanjutan maka dapat memicu kelelahan baik secara fisik maupun psikis karena terkurasnya energi dalam menghadapi keadaan yang terlalu menuntut. Hasbillah & Rahmasari (2022) menyatakan bahwasanya *burnout* berdampak pada kondisi mental mahasiswa, dampak tersebut dapat berupa berubahnya suasana hati, mengalami kecemasan, dan adanya tindakan untuk melukai diri sendiri dan berubahnya aktivitas sehari-hari seperti terganggunya jam tidur dan tidak terpenuhinya kegiatan olahraga.

Burnout akademik merupakan kelelahan yang disebabkan oleh tuntutan akademik, bersikap sinis pada tugas-tugas akademik, dan merasa tidak memiliki kompetensi sebagai mahasiswa (Schaufeli, 2002). Menurut Gold & Roth (1993) *burnout* akademik merupakan keadaan yang dialami oleh individu, seperti merasa kelelahan fisik, mental, emosional, hingga bersikap sinisme seperti menjauhi lingkungannya, dan memandang dirinya secara negatif. Kemudian

terdapat tiga dimensi *burnout* akademik menurut Salmela-Aro & Näätänen (2005) yang berdasarkan pada teori Schaufeli (2002), yakni kelelahan emosional (*emotional exhaustion*), sinisme (*cynicism*), penurunan pencapaian personal (*personal inadequacy*).

Seseorang yang menghadapi kondisi dengan intensitas tuntutan yang tinggi diharapkan mempunyai dukungan sosial untuk membantunya dalam menghadapi kondisi berat tersebut. Menurut Bunnk (Puspitaningrum, 2018) dukungan sosial sangatlah penting karena dapat mengatasi masalah stres kerja dan mampu menetralkan *burnout*. Kemudian menurut Kim (2017) *burnout* yang dialami mahasiswa disebabkan oleh rendahnya dukungan sosial yang diterimanya dari orang terdekatnya, oleh sebab itu banyaknya dukungan yang diberikan, akan meminimalisir terjadinya *burnout* akademik yang dialami oleh mahasiswa.

Dukungan sosial adalah kehadiran orang-orang terdekat individu yang menawarkan bantuan dan memberikan nasihat, motivasi, arahan, memberikan petunjuk ketika seseorang tengah menghadapi permasalahan dan hambatan pada saat melaksanakan kegiatan yang telah ditargetkan dalam menggapai tujuannya (Bastaman; Da'awi & Nisa, 2021). Sarafino & Smith (2011) mengatakan orang yang menerima dukungan sosial mempunyai perasaan disayangi, dihargai, dan merasa diakui di lingkungan sekitarnya serta keluarga dan orang-orang terdekatnya hadir dan memberikan bantuan pada saat individu tersebut membutuhkannya. Zimet (1988) mengemukakan dukungan sosial,

ialah dukungan yang diberikan oleh keluarga, teman, dan orang di lingkungan sekitar.

Berdasarkan pada *burnout* akademik yang terjadi kepada mahasiswa tingkat akhir yang tengah menempuh tugas akhir, memberikan pandangan kepada peneliti untuk melaksanakan analisis tentang pengaruh dukungan sosial terhadap *burnout* akademik dikalangan mahasiswa tingkat akhir. Berdasarkan pada penelitian Muflihah & Savira (2021) tentang dukungan sosial dan *burnout* akademik yang terjadi saat pandemi diketahui dukungan sosial memiliki pengaruh terhadap *burnout* akademik. selanjutnya Puspitaningrum (2018) melaksanakan penelitian tentang pengaruh dukungan sosial orang tua terhadap *burnout* akademik pada mahasiswa saat membuat skripsi diketahui bahwa dukungan yang diberikan oleh orang tua dapat mengurangi *burnout* yang dialami oleh mahasiswa saat mengerjakan tugas skripsi.

Penelitian-penelitian terdahulu mengungkap masalah *burnout* akademik pada saat pandemi dan memiliki variabel dukungan sosial yang hanya mengarah pada dukungan orang tua. Sementara itu, dalam kajian yang dilakukan oleh peneliti akan mengungkap keadaan *burnout* pada mahasiswa tingkat akhir di situasi setelah pandemi dan variabel dukungan sosial yang digunakan lebih mengarah ke dukungan sosial keluarga, teman dan orang disekitar lainnya. Berdasarkan uraian sebelumnya didapatkan kesimpulan bahwasanya penelitian ini berbeda dari penelitian-penelitian terdahulu. Penelitian ini bertujuan untuk mencari tahu apakah dukungan sosial dari keluarga, teman dan orang disekitar lainnya berpengaruh terhadap *burnout* akademik pada mahasiswa tingkat akhir.

Berdasarkan pada penelitian sebelumnya, membuat peneliti semakin yakin untuk melaksanakan kajian ilmiah yang berjudul “Pengaruh Dukungan Sosial terhadap *Burnout* akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir”.

B. Rumusan Masalah

Berikut rumusan masalah yang dibuat berdasarkan penjelasan pada latar belakang.

1. Apakah dukungan sosial dimensi dukungan keluarga berpengaruh terhadap *burnout* akademik pada mahasiswa tingkat akhir?
2. Apakah dukungan sosial dimensi dukungan teman berpengaruh terhadap *burnout* akademik pada mahasiswa tingkat akhir?
3. Apakah dukungan sosial dimensi dukungan orang disekitar berpengaruh terhadap *burnout* akademik pada mahasiswa tingkat akhir?

C. Tujuan Penelitian

Berikut adalah tujuan dilaksanakannya penelitian ini, yaitu:

1. Mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap *burnout* akademik pada mahasiswa tingkat akhir di Kalimantan Timur.
2. Mengetahui pengaruh dukungan sosial dimensi dukungan keluarga terhadap *burnout* akademik pada mahasiswa tingkat akhir.
3. Mengetahui pengaruh dukungan sosial dimensi dukungan teman terhadap *burnout* akademik pada mahasiswa tingkat akhir.
4. Mengetahui pengaruh dukungan sosial dimensi dukungan orang sekitar terhadap *burnout* akademik pada mahasiswa tingkat akhir.

D. Manfaat Penelitian

1. Secara teoritis

Harapannya penelitian ini nantinya dapat memberikan sumbangsih pemahaman dalam keilmuan psikologi mengenai pengaruh dukungan sosial terhadap *burnout* akademik pada mahasiswa tingkat akhir. Adapun harapan lainnya yaitu hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi sebuah bacaan ilmiah dan bisa dijadikan sebagai referensi di penelitian berikutnya.

2. Secara praktis

Penelitian ini memiliki manfaat berupa memberikan sumbangsih pengetahuan atau pemecahan masalah bagi pembahasan dan tema yang serupa dengan penelitian ini. Kemudian penelitian ini memiliki manfaat untuk memperbaiki keadaan *burnout* yang dialami oleh seseorang dan untuk mencari solusi pemecahan masalah yang ditemukan pada penelitian. Kemudian manfaat lainnya, yaitu bagi keluarga, institusi perguruan tinggi dan lingkungan sekitar lainnya dapat mengetahui dan menyadari bahwa sikap dan dukungan dari mereka dapat sangat berharga bagi mahasiswa maupun orang lain.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Dukungan Sosial

1. Pengertian Dukungan Sosial

Dukungan sosial (*social support*) ialah dukungan yang mengarah pada pertukaran hubungan interpersonal yang timbal balik dimana individu membantu individu lainnya. Cohen dan Syme (1985) mengartikan dukungan sosial secara umum yakni seluruh sumber daya yang disediakan oleh individu lain. Irwan (2017) menyatakan dukungan sosial ialah informasi verbal dan nonverbal, gagasan, maupun perlakuan nyata yang diterima dari seseorang yang memiliki kedekatan dengan individu tersebut. selanjutnya Cohen (2000) berpendapat bahwa dukungan sosial ialah informasi (*appraisal support*), keterlibatan (*belonging support*), dan material (*tangible support*). Adapun pendapat lain mengatakan bahwasanya dukungan sosial ialah berbagai bentuk perhatian, dukungan dan bentuk pertolongan lainnya yang didapatkan oleh seseorang dari orang lain maupun dari sekelompok orang (Sarafino & Smith, 2011).

Dukungan sosial mampu meningkatkan kesehatan karena, memiliki *locus of control* dan perasaan optimisme, hal tersebut mampu meningkatkan sistem kekebalan (Pangaribuan, 2020). Seseorang yang mengalami stres, tidak menunjukkan penurunan fungsi sistem kekebalan jika mereka memiliki banyak dukungan sosial (Hawkey, 2003; Uchino dkk, 1996). Dukungan sosial ialah informasi dari individu lain yang menunjukkan individu tersebut dicintai, dirawat, dihargai, dan diikutsertakan dalam

komunikasi serta kewajiban hukum (Taylor, 2007). Menurut Sarafino & Smith (2011) dukungan sosial tidak hanya mencakup tindakan yang diberikan, tetapi juga persepsi orang mengenai kenyamanan, dan bantuan yang dirasakan dari dukungan yang diberikan.

Berdasarkan pendapat sebelumnya maka diperoleh pengertian dukungan sosial, yaitu berupa dukungan yang diterima oleh seseorang dari keluarganya, temannya dan orang disekitar yang memiliki kedekatan dengannya. Dukungan yang diterima bisa berupa informasi, perhatian, nasehat dan dilibatkannya seseorang dalam komunikasi.

2. Dimensi Dukungan Sosial

Dimensi dukungan sosial menurut Zimet (1988) yang mengarah pada sumber dukungannya, yaitu:

a. Dukungan keluarga

Dukungan keluarga dapat berupa perhatian, finansial, kehangatan, dan nasehat yang didapatkan oleh penerima dari keluarganya

b. Dukungan teman

Dukungan teman dapat berupa bantuan informasi, tempat berbagi keluh kesah dan perasaan dihargai yang didapatkan oleh penerima dari teman sebaya yang ia miliki.

c. Dukungan orang sekitar.

Dukungan orang sekitar dapat berupa empati, pendapat, perhatian dan perasaan nyaman yang didapatkan oleh penerima dari orang-orang disekitarnya seperti kekasih, tetangga, dosen dan lainnya.

Menurut Sarafino (2002) dukungan sosial mempunyai lima dimensi, yakni:

a. Dukungan emosi

Dukungan emosi adalah pemberian bantuan seperti memberikan semangat, kasih sayang, perhatian, rasa aman dan empati kepada individu yang sedang membutuhkannya.

b. Dukungan penghargaan

Dukungan penghargaan yaitu pemberian ungkapan seperti pujian, rasa hormat, dan keberpihakan pada gagasan serta perasaan yang dirasakan orang tersebut.

c. Dukungan instrumental,

Dukungan instrumental yaitu, bantuan yang diberikan dengan cara langsung, bantuan tersebut berupa materi, waktu, hingga tenaga.

d. Dukungan informasi

Dukungan informasi yaitu memberikan sugesti, saran, nasihat, dan informasi yang mempunyai kegunaan dalam menyelesaikan masalah yang tengah dialami oleh orang lain.

e. Dukungan jaringan sosial

Dukungan jaringan sosial yaitu adanya perasaan diakui di lingkungan sosialnya dan mempunyai tempat untuk bercerita dan berbagi suka dan dukanya.

3. Faktor dukungan sosial

Cohen & Syme (1985) mengemukakan bahwa terdapat faktor-faktor yang memberikan pengaruh pada dukungan sosial, yaitu:

a. Pemberian dukungan sosial

Dukungan dari teman dan orang yang mengerti dengan permasalahan yang dihadapi individu akan lebih mudah diterima dibandingkan dengan dukungan dari orang yang tidak memiliki kedekatan dengannya.

b. Jenis dukungan sosial

Bentuk bantuan yang diberikan akan lebih bermanfaat apabila sesuai dengan keadaan penerima

c. Penerimaan dukungan sosial

Penerima dukungan sosial menetapkan efektivitas bantuan yang diberikan.

d. Permasalahan yang dihadapi

Ketepatan jenis bantuan yang diberikan sesuai dengan yang dibutuhkan seseorang untuk menghadapi permasalahannya.

e. Waktu pemberian dukungan

Dukungan sosial akan efektif dengan maksimal apabila diberikan disaat individu memerlukannya

f. Lamanya pemberian dukungan

Berapa lama atau singkatnya dukungan yang diberikan bergantung pada kapasitas orang tersebut. Kapasitas didefinisikan sebagai kemampuan penyedia dukungan untuk memberikan dukungan yang ditawarkan selama jangka waktu tertentu. Menurut Myers (Hobfoll, 1986) terdapat tiga variabel yang dapat mempengaruhi individu untuk memberikan dukungan sosial, yaitu:

a. Empati

Berpartisipasi dalam kesulitan orang lain dengan tujuan untuk mengantisipasi emosi dan motivasi perilaku guna mengurangi penderitaan dan meningkatkan kesejahteraan mereka.

b. Norma -norma dan nilai sosial

Norma-norma dan nilai sosial yang diterima oleh seseorang secara pribadi pada masa pertumbuhan dan perkembangan merupakan pengalaman sosial yang mereka miliki. Norma dan nilai ini akan membantu seseorang dalam berperilaku serta memenuhi kewajibannya di kehidupan sosial dengan tepat.

c. Pertukaran sosial

Pertukaran sosial adalah hubungan timbal balik antara kasih sayang dan informasi. Interaksi antar pribadi akan memuaskan jika terjadi keseimbangan dalam pertukaran.

B. *Burnout* Akademik

1. Pengertian *Burnout* Akademik

Burnout merupakan keadaan emosional yang dirasakan oleh individu seperti kelelahan fisik dan emosional dikarenakan adanya beban kerja yang berat dan kaku, serta adanya tuntutan untuk mencapai hasil seperti yang diharapkan, namun tidak sesuai atau sangat berbeda dengan kenyataan yang terjadi pada pekerjaan tersebut (Khairani & Ifdil, 2015). pada bidang pendidikan, *burnout* disebut juga dengan *burnout* akademik. Menurut Schaufeli (2002) *burnout* akademik merupakan kelelahan yang terjadi karena adanya tuntutan akademik, bersikap sinisme pada tugas akademik, serta merasa tidak berkompeten sebagai mahasiswa.

Burnout akademik juga diartikan sebagai kondisi dimana seorang siswa merasa tidak dapat melakukan atau menjalani proses pendidikan secara maksimal yang mengacu pada sikap negatif seperti kritisisme, penilaian yang rendah, hilangnya minat dan motivasi untuk menyelesaikan pendidikannya (Heiderich & Caballero, 2016). Kemudian menurut Chao (2012) *burnout* yang dirasakan oleh mahasiswa ialah akumulasi dari beban tanggung jawab akademik, permasalahan dalam menemukan jati diri, masa depan yang tidak pasti, permasalahan dalam membina hubungan

interpersonal, dan keraguan kepada diri sendiri. Berdasarkan pada gagasan-gagasan sebelumnya, maka dibuat kesimpulan bahwa *burnout* akademik merupakan keadaan lelah secara fisik, psikis dan emosional yang dirasakan oleh mahasiswa dikarenakan adanya tekanan akademik yang tinggi dan menyebabkan munculnya sikap negatif seperti sinis, hilangnya minat dan motivasi dalam proses pembelajaran serta merasa dirinya tidak berkompeten sebagai seorang pelajar.

2. Dimensi Burnout Akademik

Menurut Schaufeli (2002) *burnout* akademik memiliki 3 dimensi yaitu, sebagai berikut:

a. *Exhaustion*

Exhaustion atau kelelahan merupakan kondisi yang mengacu pada perasaan kelelahan emosional

b. *cynicism*

cynicism merupakan sikap tidak peduli terhadap urusan akademik atau pembelajaran.

c. *reduce of professional efficacy*

reduce of professional efficacy merupakan kondisi yang merasa tidak sanggup dalam menghadapi tugas-tugas akademik atau perasaan tidak kompeten sebagai pelajar.

Menurut Salmela-Aro & Näätänen (2009) tentang *burnout* akademik yang berdasarkan pada teori *burnout* akademik menurut Schaufeli (2002), yaitu sebagai berikut:

- a. Kelelahan emosional (*emotional exhaustion*) suatu kondisi ketegangan yang berkaitan dengan pembelajaran, terutama kelelahan jangka panjang yang disebabkan oleh beban tugas akademis yang berat.
 - b. Sinisme (*cynicism*), yaitu bersikap tidak peduli dan menjauhkan diri hal-hal umum yang berkaitan dengan akademis, kurangnya minat terhadap pendidikan secara umum, hilangnya minat terhadap tugas-tugas akademis dan tujuannya.
 - c. Penurunan pencapaian personal (*personal inadequacy*), yaitu berkurangnya rasa kompetensi dan kurangnya prestasi baik dalam tugas akademis maupun di sekolah secara keseluruhan.
3. Faktor Yang Mempengaruhi Burnout Akademik

Gold & Roth (1993) menyebutkan faktor yang mengakibatkan terjadinya *burnout* akademik, yaitu:

- a. Kurangnya dukungan sosial (*lack of social support*)

Dukungan sosial berpengaruh secara positif terhadap burnout akademik, dikarenakan dukungan sosial dapat membantu mahasiswa pada proses penyesuaiannya, sehingga dengan dukungan sosial yang diberikan mampu membuat mahasiswa terhindar dari *burnout* akademik (Kim, 2017).

- b. Faktor demografis (*demographic factors*)

Laki-laki cenderung lebih mudah merasakan burnout dibandingkan dengan perempuan, dikarenakan laki-laki cenderung sulit untuk mengutarakan apa yang sedang ia rasakan. oleh sebab itu laki-laki

cenderung tidak mendapatkan perhatian atau dukungan dari orang-orang disekitarnya sehingga merasa terasingkan (Gold & Roth, 1993).

c. Konsep diri (*self concept*)

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Maslach (1982) membuktikan bahwa seseorang dengan konsep diri yang rendah mudah mengalami burnout.

d. Konflik peran dan ambiguitas (*role conflict & role ambiguity*)

Permasalahan peran dan ambiguitas merupakan hal yang dapat menyebabkan seseorang tidak memiliki peran yang konkrit. Konflik peran terjadi dikarenakan syarat yang diterima tidak sepadan dengan tugas yang seharusnya diselesaikan, sedangkan ambiguitas terjadi dikarenakan informasi yang diterima tidak tersampaikan dengan baik dan tidak dapat dipahami (Schaufeli & Enzmann, 1998).

e. Isolasi (*isolation*)

Isolasi merupakan kondisi seseorang yang merasakan kesepian dan terisolasi, perasaan tersebut terjadi biasanya dikarenakan individu belum terbiasa dengan lingkungan baru yang sedang ia tempati, jika perasaan kesepian ini dibiarkan maka akan memicu munculnya *burnout* (Gold & Roth, 1993).

4. Gejala-Gejala Burnout

Menurut Bikar dkk (2018) terdapat beberapa gejala atau ciri-ciri burnout, yakni:

- a. Merasa Lelah karena adanya tuntutan dan prosedur akademik yang harus dipenuhi (kelelahan akademik)
- b. Bersikap pesimis dan kehilangan minat pada tugas perkuliahan (apatis akademis)
- c. Merasa dirinya lemah hingga sulit untuk berkembang dalam hal Pendidikan (inefisiensi akademik)

Menurut Khairani & Ifdil (2015) terdapat sebelas gejala *burnout* yang biasa terlihat pada seseorang yang mengalami *burnout*, yaitu:

- a. Kelelahan yang disebabkan dari kehilangan energi yang disertai dengan kelelahan emosional
- b. Menghindar dari kenyataan sebagai penyangkalan dari masalah yang dialami
- c. Kebosanan yang dikerjakan, munculnya perasaan apatis dan pesimis dengan bidang pekerjaannya
- d. Emosi meningkat dikarenakan merasa tidak mampu dalam melaksanakan kegiatannya
- e. Merasa yakin terhadap kemampuan diri sendiri
- f. Merasa tidak penting
- g. Disorientasi
- h. Adanya masalah psikosomatis
- i. Depresi
- j. Tidak menerima keadaan dirinya

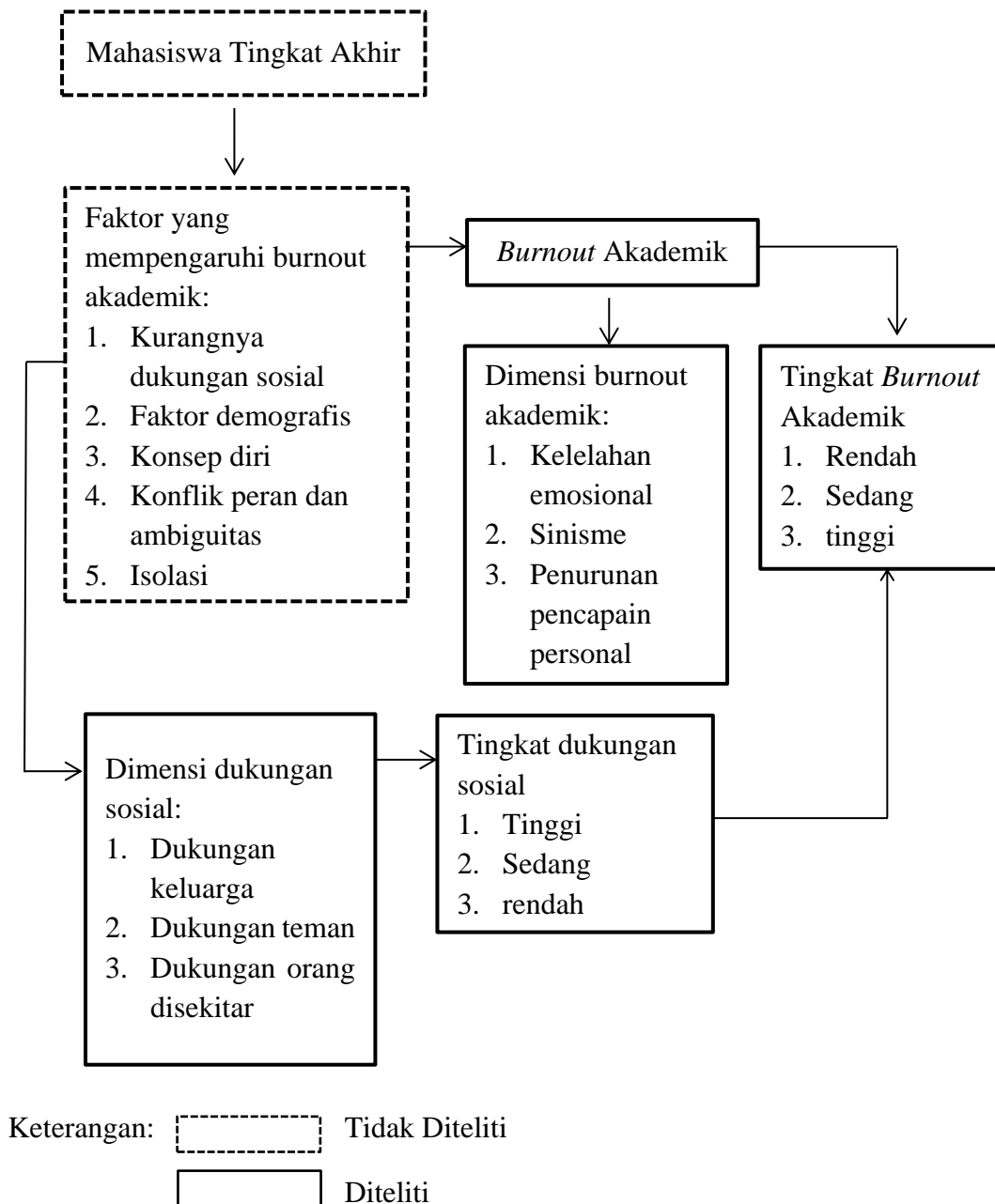
C. Kerangka Berpikir

Skripsi adalah tugas karya ilmiah atau penelitian yang harus dikerjakan bagi mahasiswa untuk memperoleh gelar pendidikan sarjana (S1). Dalam proses pengerjaannya mahasiswa ditantang untuk melaksanakan kegiatan yang bersifat ilmiah, seperti mencari fenomena beserta pemecahan masalah yang berdasarkan pada sebuah teori, dan dituntut untuk berpikir secara kritis serta adanya revisi tugas skripsi yang harus segera diselesaikan. Dari tuntutan dan permasalahan tersebut tak jarang membuat mahasiswa merasa lelah secara fisik maupun mental. Kelelahan yang terjadi karena tuntutan akademik disebut juga dengan *burnout* akademik.

Burnout akademik merupakan kelelahan fisik dan mental serta hilangnya motivasi mahasiswa yang diakibatkan oleh berbagai macam tuntutan studi yang harus dipenuhinya. Hal ini sejalan dengan pernyataan Gold & Roth (1993) *burnout* akademik merupakan keadaan yang dialami oleh individu, seperti merasa kelelahan fisik, mental, emosional, hingga bersikap sinisme seperti menjauhi lingkungannya, dan memandang dirinya secara negatif. Saat merasa lelah dan hilangnya motivasi dalam mengerjakan skripsi maka diperlukan adanya dukungan untuk menurunkan perasaan lelah atau *burnout*. Kemudian Kim (2017) juga menyatakan bahwa *burnout* yang dialami mahasiswa disebabkan oleh rendahnya dukungan sosial yang diterimanya dari orang terdekatnya, oleh sebab itu banyaknya dukungan yang diberikan, akan meminimalisir terjadinya *burnout* akademik yang dirasakan oleh mahasiswa.

Dukungan yang dimaksud adalah dukungan sosial yang berdasar pada dimensi dukungan keluarga, teman dan orang disekitar. Pada umumnya dukungan yang diberikan oleh keluarga adalah perhatian, finansial dan nasehat yang mana tiga hal tersebut dapat memberikan perasaan atau emosi positif bagi penerima. Kemudian adanya dukungan dari teman seperti adanya pemberian motivasi, informasi dan tempat untuk berkeluh kesah dapat membuat penerima merasa berharga. Selanjutnya adanya dukungan perhatian dari orang sekitar seperti pacar, dosen dan sebagainya dapat memberikan perasaan nyaman dan tidak merasa kesepian berada di lingkungan tersebut.

Secara garis besar dukungan sosial dibutuhkan oleh mahasiswa tingkat akhir untuk mendapatkan bantuan berupa motivasi, informasi, gagasan, perasaan nyaman dan dihargai. Bantuan tersebut akan berdampak positif bagi mahasiswa dalam menjalani proses pengerjaan tugas skripsi. Kemudian mahasiswa yang banyak menerima dukungan sosial dapat menurunkan tingginya *burnout* akademik yang dialaminya. Akan tetapi mahasiswa yang memperoleh sedikit dukungan sosial memiliki kecenderungan mengalami *burnout* akademik lebih tinggi. dari penjelasan sebelumnya maka dapat disimpulkan bahwasanya dukungan sosial memiliki pengaruh langsung pada tinggi rendahnya tingkat *burnout* yang dialami mahasiswa tingkat akhir.



gambar 1. Bagan kerangka Berpikir

D. Hipotesis

Berikut adalah hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu:

1. Hipotesis mayor

Ha: Terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial terhadap *burnout* akademik pada mahasiswa tingkat akhir

2. Hipotesis minor

Ha1: Terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan keluarga terhadap *burnout* akademik pada mahasiswa tingkat akhir

Ha2: Terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan teman terhadap *burnout* akademik pada mahasiswa tingkat akhir

Ha3: Terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan orang sekitar terhadap *burnout* akademik pada mahasiswa tingkat akhir

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Metodologi yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik kuantitatif. Kuantitatif ialah sebuah penelitian dengan berfokus kepada permasalahan yang menjadi topik pembahasan yang diteliti dengan cara menyajikan angka melalui hasil pengolahan , dan eksperimen terkontrol (Hamdi & Baharuddin, 2015). Kemudian Sugiyono (2021) berpendapat bahwasanya penelitian kuantitatif ialah metode yang memuat data penelitian dengan bentuk angka yang dianalisis dengan statistik. Selanjutnya data akan dianalisis menggunakan regresi linier berganda yang memiliki tujuan dalam mencari tahu pengaruh masing-masing dimensi variabel dukungan sosial terhadap burnout akademik.

B. Definisi Konseptual

1. Dukungan sosial

Dukungan sosial didefinisikan sebagai suatu bantuan yang didapatkan oleh seseorang seperti perhatian, dukungan, dan bantuan lainnya yang diberikan oleh individu lain maupun sekelompok orang (Sarafino & Smith, 2011). Menurut Zimet (1988) bahwa terdapat tiga dimensi dukungan sosial berdasarkan pada sumber dukungannya, yakni dukungan keluarga, dukungan teman, dan dukungan orang sekitar.

2. Burnout akademik

Menurut Schaufeli (2002) burnout akademik merupakan kelelahan dikarenakan adanya tuntutan akademik, bersikap sinisme pada tugas akademik, dan merasa tidak berkompeten sebagai mahasiswa

C. Definisi Operasional

1. Dukungan sosial

Dukungan sosial merupakan bantuan yang didapatkan oleh mahasiswa dari orang-orang disekitarnya seperti keluarganya, temannya dan orang disekitar. Dukungan sosial akan membuat seseorang merasa nyaman, dihargai, diperhatikan, dan dicintai. studi ini merujuk pada teori dan skala yang dikembangkan oleh Zimet (1988), yaitu skala *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) yang akan digunakan untuk memperoleh tingkat dukungan sosial yang didapatkan oleh mahasiswa tingkat akhir

2. Burnout akademik

Burnout akademik merupakan keadaan lelah baik fisik maupun mental yang terjadi sebab adanya tuntutan akademik yang dialami oleh mahasiswa. Kelelahan yang dialami mahasiswa dapat menimbulkan konsep diri yang negatif, seperti tidak memiliki motivasi, memiliki pikiran untuk menyakiti diri dan perasaan tidak kompeten dalam menyelesaikan tugasnya. Penelitian ini merujuk pada teori Schaufeli (2002) dan menggunakan alat ukur yang dikembangkan oleh Salmela-Aro dan Näätänen (2005), yaitu skala *School*

Burnout Inventory (SBI) yang akan digunakan untuk memperoleh tinggi rendahnya burnout akademik yang dialami oleh mahasiswa tingkat akhir.

D. Populasi dan Sampel

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini ialah mahasiswa tingkat akhir di perguruan tinggi yang berada di Kalimantan Timur. Penelitian ini dilakukan dengan teknik *purposive sampling*. Sugiyono (2021) *purposive sampling* ialah teknik yang menentukan sampel berdasarkan pada pertimbangan tentang ciri-ciri sampel yang akan digunakan. Pada penelitian ini, peneliti telah menentukan kriteria sampel yang akan menjadi sumber data, yaitu sebagai berikut:

1. Laki-laki/Perempuan
2. Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi
3. Mahasiswa yang berkuliah di provinsi Kalimantan Timur
4. Berusia 19-30 tahun

Jumlah populasi penelitian ini tidak diketahui. Untuk menentukan jumlah populasi yang tidak diketahui, maka diperlukan rumus Cochran (Sugiyono, 2021):

$$n = \frac{Z^2 pq}{e^2}$$

Keterangan:

n: Jumlah sampel yang dibutuhkan

z: Tingkat keyakinan yang dibutuhkan dalam sampel, yaitu 95%

p: Peluang benar 50%

q: Peluang salah 50%

Moe: Margin of error atau tingkat kesalahan maksimal yang dapat ditoleransi yaitu 10%. Dengan tingkat keyakinan 95%, nilai Z yang digunakan adalah 1,96. Maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

$$n = \frac{(1,96)^2(0,5)(0,5)}{(0,1)^2}$$

$$n = 96,04$$

Berdasarkan pada hasil tersebut, maka jumlah minimal sampel yang diperlukan adalah sebanyak 96 responden.

E. Metode Pengumpulan Data

Peneliti menggunakan Metode kuisisioner dengan jenis skala likert. Berdasarkan pada jenis kuisisioner yang digunakan, maka jawaban yang akan tersedia pada kuisisioner, yakni sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (ST), dan sangat tidak setuju (STS). terdiri dari dua skala, yaitu:

1. Skala Dukungan Sosial

Untuk mengetahui tingkat dukungan sosial dikalangan responden, peneliti memodifikasi instrumen skala dukungan sosial oleh Zimet (1988) yang dikenal dengan *multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS). Skala dukungan sosial terdiri dari tiga komponen, yaitu dukungan keluarga, dukungan teman, dan dukungan dari orang sekitar. MSPSS terdiri dari 12 item dengan tiap dimensinya terdiri dari 4 item yang bersifat *favorable*.

Cohen & Swerdlik (2005) menyatakan bahwa skala MSPSS memiliki nilai reliabilitas sebesar 0.903. maka dengan nilai tersebut skala MSPSS cukup reliabel untuk digunakan dalam mengukur variabel dukungan sosial.

Mengacu pada hasil uji validitas skala MSPSS oleh Aiken & Groth-Marnat (2006) diketahui bahwa semua item skala MSPSS memiliki skor *corrected item-total correlation* lebih dari 0,2. Maka skala MSPSS cukup valid untuk digunakan dalam mengukur dukungan sosial.

Tabel 3. 1 distribusi skala MSPSS

	Dimensi	Nomor Butir
1.	Keluarga	3,4,8,11
2.	Teman	6,7,9,12
3.	Orang disekitar	1, 2, 5,10
	jumlah	12

2. Skala burnout akademik

Pada penelitian ini, peneliti melakukan adaptasi Instrumen skala *School Burnout Inventory* (SBI) yang telah disusun oleh Samela-Aro & Näätänen (2005) yang telah dimodifikasi oleh Marzuki (2022). Instrumen skala SBI memiliki 9 item dengan tiga dimensi, yakni kelelahan (*exhaustion*), sinisme (*cynicism*), serta perasaan tidak kompeten (*inefficacy*). Mengacu pada hasil uji validasi dan reliabilitas yang dilakukan oleh Rahman (2020) dapat diketahui item-item skala SBI memiliki *loading factor* di atas 0,50, dengan sehingga item-item tersebut dianggap valid dan dapat digunakan untuk mengukur burnout akademik. sedangkan hasil uji reliabilitas menunjukkan bahwa skor *alpha cronbach* untuk item skala SBI lebih besar dari 0,70. Dengan nilai tersebut, skala SBI dapat diinterpretasikan sebagai skala yang reliabel.

Tabel 3. 2 distribusi skala SBI

	Dimensi	Nomor Butir
1.	Kelelahan emosional (<i>Emotional Exhaustion</i>)	1,2,4,7,9,
2.	Sinisme (Cynicism)	5,6
3.	Penurunan Pencapaian Personal (Personal Inadequacy)	3,8
	jumlah	9

F. Uji Validitas dan Reliabilitas

Sugiyono (2021) menyatakan uji validitas sebagai pengujian alat ukur mengenai aspek yang akan diukur berdasarkan pada teori tertentu. Menurut Sugiyono (2021) korelasi antara skor keseluruhan dapat digunakan untuk mengidentifikasi instrumen yang valid. Instrumen dianggap tidak valid jika hasil korelasi $r > 0,3$ atau nilai $r < 0,3$. Uji validitas yang digunakan ialah *Corrected Item-Total Correlation*.

Azwar (2021) menyatakan bahwa reliabilitas merupakan seberapa tinggi hasil pengukuran dapat dipercaya. Uji reliabilitas dalam penelitian ini akan dilakukan dengan menggunakan *Cronbach's Alpha*. Adapun peneliti melakukan *tryout* skala dengan cara *tryout* terpakai.

G. Teknik Analisis Data

Teknik analisa data yang digunakan ialah teknik regresi linier berganda. Regresi linier berganda dilakukan dengan tujuan mencari tahu arah dan seberapa besar pengaruh variabel independen terhadap r pada variabel dependen (Ghozali, 2018). Lebih lanjut, dilakukannya regresi linier berganda dengan maksud tujuan untuk melihat besar pengaruh dimensi-dimensi variabel dukungan sosial terhadap variabel burnout akademik pada mahasiswa tingkat

akhir. Kemudian peneliti menggunakan persamaan regresi linier berganda, yakni:

$$Y = a + bx_1 + bx_2 + e$$

Keterangan:

Y = Variabel terikat

a = Konstanta

b = Koefisien estimate

x = Variabel bebas

e = Error

Sebelum melakukan analisis regresi berganda, peneliti terlebih dahulu melakukan uji asumsi klasik. Berikut uji asumsi klasik yang dilakukan:

1. Uji Normalitas

Bertujuan untuk menilai data terhadap variabel-variabel yang diteliti mengikuti distribusi normal atau tidak (Sugiyono, 2017).

2. Uji Linieritas

Bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan linier antara variabel bebas dan variabel terikat (Sugiyono, 2015).

Setelah melakukan uji asumsi klasik, selanjutnya peneliti melakukan uji hipotesis, yaitu sebagai berikut:

1. Uji Koefisien Determinasi (R^2)

Uji koefisien determinasi (R^2) digunakan untuk menghitung besarnya persentase pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen.

Nilai koefisien determinasi dimulai dari 0-1. Artinya jika nilai koefisien determinasi mendekati 0, maka pengaruh variabel independen terhadap variabel dependen semakin kecil. Begitupun sebaliknya, semakin mendekati 1, maka variabel independen semakin berpengaruh terhadap variabel dependen.

2. Uji F

Uji F dilakukan untuk melihat apakah seluruh dimensi variabel independen berpengaruh signifikan terhadap variabel dependen.

3. Uji T

Uji T digunakan untuk mengetahui apakah setiap dimensi variabel independen (dukungan sosial) berpengaruh terhadap variabel dependen (*burnout* akademik).

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Persiapan Penelitian

Ada berbagai hal yang disiapkan oleh peneliti sebelum melakukan penelitian, yaitu:

1. Menentukan Kriteria Subjek

Pengambilan data pada penelitian ini dilakukan dengan teknik *purposive sampling*. Pada tahap ini peneliti menentukan kriteria responden yang bertujuan untuk mendapatkan data penelitian sesuai dengan yang dibutuhkan. Adapun kriteria responden, yaitu:

- a. Berjenis kelamin Laki-laki/Perempuan
- b. Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi
- c. Mahasiswa yang berkuliah di provinsi Kalimantan Timur
- d. Berusia 19-30 tahun

2. Menyiapkan Alat Ukur

Setelah menentukan kriteria responden, peneliti menyiapkan alat ukur penelitian dengan cara mengadaptasi skala terdahulu. Skala tersebut ialah skala dukungan sosial dan skala *burnout* akademik.

3. Pengambilan Data

Peneliti melakukan pengambilan data dari tanggal 16 Juni sampai 23 Juni 2023. Pengambilan data dilakukan dengan cara menyebarkan kuesioner menggunakan *Google Form*. Kuisisioner tersebut disebar

melalui media sosial kepada mahasiswa semester akhir yang ada di Kalimantan Timur.

B. Hasil Uji Coba Alat Ukur

instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala dukungan sosial (Zimet, 1988) dan *burnout* akademik (Samela-Aro & Näätänen, 2005). Sebelumnya skala tersebut telah dinyatakan valid dan reliabel oleh peneliti terdahulu. Namun pada penelitian ini, peneliti melakukan *tryout* ulang dikarenakan adanya perbedaan karakteristik subjek penelitian yang dimiliki oleh peneliti sekarang dengan penelitian terdahulu. Perbedaan tersebut ialah wilayah penelitian, tingkat tugas dan tingkat semester mahasiswa.

Tryout yang dilakukan oleh peneliti ialah *tryout* terpakai, dimana data hasil *tryout* akan digunakan kembali dalam penelitian. Dilakukannya *Tryout* karena bertujuan untuk melihat apakah skala dukungan sosial yang terdiri dari 12 item dan skala *burnout* akademik yang terdiri dari 9 item ini masih layak digunakan pada subjek penelitian sekarang. Kemudian peneliti melakukan pengolahan data menggunakan program analisis statistik (SPSS) *version 29. 0 for windows*. Adapun jumlah subjek yang digunakan dalam *tryout* ini sebanyak 102 mahasiswa. Kemudian uji validitas dilakukan menggunakan *corrected item total* dan uji reliabilitas dilakukan menggunakan *Cronbach's Alpha*. Berdasarkan hasil *tryout* yang telah dilakukan oleh peneliti, maka didapatkan hasil sebagai berikut:

1. Uji Validitas

Mengacu pada hasil uji validitas yang dilakukan oleh peneliti terhadap skala dukungan sosial, maka didapatkan hasil indeks *corrected item total correlation* yang bergerak dari 0.484-0.743. Dalam hal ini dapat diketahui bahwa nilai indeks *corrected aitem total correlation* $p > 0.03$. Mengacu pada hasil tersebut maka tidak ada aitem skala dukungan sosial yang gugur dan dapat dinyatakan semua aitem tersebut layak untuk digunakan dalam pengambilan data penelitian sekarang. Sedangkan untuk skala *burnout* akademik yang terdiri dari 9 item tersebut memperoleh nilai indeks *corrected item total correlation* yang bergerak dari 0.441-0.765. berdasarkan pada hasil tersebut diketahui bahwa nilai indeks *corrected aitem total correlation* $p > 0.03$, maka diketahui bahwa tidak terdapat aitem yang gugur dan semua aitem skala *burnout* akademik dinyatakan valid atau layak untuk digunakan.

2, Uji Reliabilitas

Merujuk pada hasil analisis maka didapatkan nilai koefisien reliabilitas untuk skala dukungan sosial dengan nilai 0.901. Sedangkan untuk skala *burnout* akademik diperoleh nilai koefisien sebesar 0.894. selain itu, terdapat hasil uji reliabilitas pada skala dukungan sosial dan skala *burnout* akademik, yaitu:

Tabel 4. 1 Uji Reliabilitas

No	Variabel	Cronbach's Alpha	keterangan
1	Dukungan Sosial	0.901	Reliabel
2	<i>Burnout</i> Akademik	0.894	Reliabel

Berdasarkan pada tabel 4.1, maka didapatkan hasil skala dukungan sosial dan skala *burnout* akademik memiliki nilai *Cronbach's Alpha* yang lebih mendekati ke angka 1. Mengacu pada nilai tersebut maka skala dukungan sosial dan skala *burnout* akademik dinyatakan reliabel untuk digunakan pada subjek penelitian sekarang.

C. Prosedur Pengumpulan Data

Prosedur pengambilan data yang dilakukan oleh peneliti, yaitu melakukan penyebaran kuisisioner skala penelitian kepada mahasiswa semester akhir yang ada di Kalimantan Timur. Kriteria subjek tersebut diambil berdasarkan pada kriteria yang ditetapkan peneliti menggunakan teknik *purposive sampling*. Selanjutnya kuisisioner skala penelitian disebarakan dengan *Google Form* melalui media sosial Instagram dan *Whatsapp*. Kuisisioner yang disebarakan oleh peneliti mencakup variabel-variabel yaitu dukungan sosial dan *burnout* akademik. Penyebaran kuisisioner skala penelitian dimulai dari tanggal 16 Juni sampai 23 Juni 2023

Berdasarkan pada penyebaran kuisisioner skala penelitian maka didapatkan responden penelitian sebanyak 102 orang mahasiswa semester akhir yang sedang menempuh tugas akhir. Jumlah tersebut telah melebihi jumlah yang telah ditetapkan oleh peneliti, yaitu 96 orang. Selanjutnya perlu diketahui bahwa penelitian ini menggunakan *tryout* terpakai, oleh karena itu responden data responden yang telah didapatkan oleh peneliti sebanyak 102 orang tersebut akan digunakan sebagai data penelitian.

D. Hasil Analisis Data

1. Deskripsi Kriteria Subjek

Penelitian ini mencakup 102 subjek dari mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan tugas akhir. Berikut gambaran subjek penelitian pada tabel

4.2:

Tabel 4. 2 Gambaran Subjek Penelitian

Deskripsi	Jumlah Responden	Persentase
Jenis Kelamin		
Laki-laki	26	25.5%
Perempuan	76	74.5%
Usia		
19	1	1.0%
20	2	2.0%
21	20	19.6%
22	49	48.0%
23	14	13.7%
24	2	2.0%
25	7	6.9%
26	3	2.9%
27	1	1.0%
29	2	2.0%
30	1	1.0%
Universitas		
ITK	6	5.9%
STIE Madani	2	2.0%
Balikpapan		
STIE Nusantara	2	2.0%
Sangatta		
STIEPAN	1	1.0%
UINSI	5	4.9%
UMKT	50	49.0%
UNMUL	3	2.9%
UNIKARTA	7	6.9%
Universitas Balikpapan	8	7.9%
UMB	15	14.7%
UNTAG	1	1.0%
UT	1	1.0%

mengacu pada data di tabel 4, dapat dijelaskan bahwa responden pada penelitian ini terdiri dari laki-laki dan perempuan. Jumlah responden didominasi oleh perempuan sebanyak 76 orang (74.5%), dan laki-laki ada sebanyak 26 orang (25.5%). Selanjutnya pada gambaran usia subjek penelitian, responden mendominasi pada usia 22 tahun sebanyak 49 orang (48%), 21 tahun sebanyak 20 orang (19.6%), 23 tahun sebanyak 14 orang (13.7%), 25 tahun sebanyak 7 orang (6.9%), 26 tahun sebanyak 3 orang (2.9%), usia pada 20, 24, dan 29 tahun sebanyak 2 orang (2.0%), pada usia 19, 27 dan 30 tahun sebanyak 1 orang (1.0%).

Gambaran subjek penelitian selanjutnya, yaitu status Universitas. Berdasarkan pada tabel 4.2, diketahui bahwa responden pada penelitian ini merupakan mahasiswa tingkat akhir yang dari beberapa Universitas yang ada di Kalimantan Timur. Asal universitas mendominasi dari UMKT sebanyak 50 orang (49.0%), UMB sebanyak 15 orang (15.7%), Universitas Balikpapan sebanyak 8 orang (7.9%), UNIKARTA terdapat 7 orang (6.9%), ITK sebanyak 6 orang (5.9%), UINSI terdapat 5 orang (4.9%), UNMUL terdapat 3 orang (2.9%), pada STIE Madani Balikpapan dan STIE Nusantara Sangatta terdapat 2 orang (2.0%), pada STIEPAN, UNTAG dan UT terdapat 1 orang (1.0%),

2. Deskripsi Data Penelitian

Peneliti melakukan kategorisasi untuk mengetahui sejauh mana tingkat dukungan sosial dan *burnout* akademik pada mahasiswa tingkat akhir. Peneliti melakukan kategorisasi guna mengetahui persentase masing-masing kategori kelompok penelitian di dalam kedua variabel tersebut. Selanjutnya peneliti melakukan kategorisasi menggunakan rumus statistik hipotetik 3 kategorisasi (Azwar, 2012). Rumus tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4. 3 Rumus Kategorisasi

Dukungan Sosia (X)	Kategorisasi	<i>Burnout</i> Akademik
$X < M - 1SD$	Rendah	$X < M - 1SD$
$M - 1SD \leq X < M + 1SD$	Sedang	$M - 1SD \leq X < M + 1SD$
$M + 1SD \leq X$	Tinggi	$M + 1SD \leq X$

a. Skala Dukungan Sosial

Tabel 4. 4 Kategorisasi Data Penelitian Dukungan Sosial

Kategori	Frekuensi	%
Rendah ($x < 28$)	11	10.8%
Sedang ($28 \leq X < 44$)	81	79.4%
Tinggi ($44 \leq X$)	10	9.8%

Berdasarkan pada tabel 4.4, yaitu variabel dukungan sosial dapat dilihat bahwa subjek mendominasi pada tingkat sedang terdapat 81 orang (79.4%), tingkat rendah terdapat 11 orang (10.8%) dan pada tingkat tinggi terdapat 10 orang (9.0%).

b. Skala *Burnout* Akademik

Tabel 4. 5i Kategorisasi Data Penelitian *Burnout* Akademik

	Frekuensi	%
Rendah ($X < 21$)	39	38.2%
Sedang ($21 \leq X < 33$)	58	56.9%
Tinggi ($33 \leq X$)	5	4.9 %

Mengacu pada tabel 4.5 variabel *burnout* akademik dapat dilihat bahwa subjek mendominasi pada tingkat sedang sebanyak 58 orang subjek dengan nilai 56.9%, tingkat rendah terdapat 39 orang (38.2%), dan pada tingkat tinggi terdapat 5 orang subjek ada pada tingkat tinggi dengan nilai sebesar 4.9%.

3. Hasil Uji Asumsi

uji asumsi yang digunakan yaitu uji normalitas dan uji linieritas. Uji asumsi tersebut dilakukan karena merupakan syarat agar dapat melaksanakan uji regresi linier berganda. Uji asumsi dilaksanakan menggunakan aplikasi SPSS *version 29. 0 for windows*.

a. Uji Normalitas

Peneliti melakukan Uji normalitas bertujuan untuk melihat distribusi data variabel *independent* dan variabel *dependent* apakah data terdistribusi normal atau tidak. Sebaran data dapat dinyatakan normal jika $p > 0.05$, dan jika $p < 0.05$ maka sebaran data dinyatakan tidak normal. Pada uji normalitas, peneliti menggunakan teknik *Test of Normality Kolmogorov-Smirnov*. Hasil uji normalitas dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 4. 6 Hasil Uji Normalitas

Uji Normalitas	
Sig.	0.200

Mengacu pada hasil pengolahan data, maka diketahui hasil uji normalitas sebesar $p=0.200$ ($p>0.05$). mengacu pada hasil analisis maka sebaran data variabel dukungan sosial dan *burnout* akademik dapat dikatakan normal.

b. Uji Linieritas

Peneliti melakukan uji linieritas yang bertujuan untuk melihat apakah ada hubungan yang linier antara variabel dukungan sosial (X) dan *burnout* akademik (Y). Kedua variabel tersebut dapat dinyatakan linier apabila $p>0.05$. kemudian apabila hasil linier variabel memiliki nilai $p<0.05$ maka variabel tersebut tidak linier. Berikut hasil uji linieritas dari kedua variabel tersebut:

Tabel 4. 7 Hasil Uji Linieritas

Variabel	Sig.
Dukungan Sosial dan <i>Burnout</i> Akademik	<i>Deviation from linierity</i> 0.31 2

Berdasarkan pada hasil uji linieritas maka diketahui bahwa variabel dukungan sosial dan *burnout* akademik mempunyai nilai signifikansi *Deviation from linierity*=0.312. Dengan demikian, asumsi linieritas antara variabel dukungan sosial (X) dan variabel *burnout* akademik memiliki hubungan.

4. Hasil Uji Hipotesis

Penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi yaitu regresi linier berganda, pada penelitian ini, peneliti melakukan uji hipotesis untuk melihat hasil uji R-Square, Uji F dan Uji T. Berikut uraian hasil uji asumsi klasik:

a. Hasil uji R-Square

Peneliti melakukan uji R-Square bertujuan untuk melihat jumlah persentase (%) varians yang dijelaskan oleh variabel bebas. Berikut hasil uji R-Square:

Tabel 4. 8 Hasil Uji R-Square

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.861 ^a	.741	.733	2.824

a. Predictors: (Constant), Orang sekitar, keluarga, teman

Mengacu pada hasil uji R-Square, diketahui nilai R-Square=0.209. Berdasarkan nilai tersebut diketahui terdapat pengaruh antara variabel dukungan sosial terhadap variabel *burnout* akademik sebesar 74.1%, sedangkan 25.9% dipengaruhi oleh variabel lain diluar dari penelitian ini.

b. Hasil Uji F

Peneliti melakukan uji F untuk melihat apakah seluruh dimensi variabel dukungan sosial memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *burnout* akademik. Hasil uji F dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4. 9 Gambaran Signifikansi Keseluruhan Dimensi Variabel Bebas

Model		Sum of Square	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	22238.645	3	746.215	93.590	<,001 ^b
	Residual	781.378	98	7.973		
	Total	3020.023	101			

a. Dependent Variable: burnout akademik

b. Predictors: (Constant), Keluarga, Orang Sekitar, Teman

Berdasarkan pada tabel 4.9, didapatkan hasil nilai Sig.= 0.001. kemudian diketahui bahwa nilai $p < 0.05$, maka hipotesis mayor yang berbunyi bahwa H_a “terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial (dukungan keluarga, dukungan teman dan dukungan orang sekitar) terhadap *burnout* akademik pada mahasiswa tingkat akhir” diterima. Mengacu pada hal ini, maka dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan dukungan sosial (dukungan keluarga, dukungan teman dan dukungan orang sekitar) mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap *burnout* akademik.

c. Hasil Uji T

Peneliti melakukan melakukan uji T bertujuan untuk mengetahui nilai signifikansi dari masing-masing dimensi variabel dukungan sosial terhadap *burnout* akademik. Selanjutnya hasil uji T hipotesis minor dari masing-masing dimensi dukungan sosial terhadap *burnout* akademik dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4. 10 Hasil Analisis Regresi Berganda

Model		Unstandardized Coefficient		Standardized Coefficients		
		B	Std. error	Beta	t	Sig.
1	(constant)	27.879	1.806		15.437	<.001
	Keluarga	-.978	.059	-.899	-16.648	<.001
	Teman	.320	.160	.117	1.996	.049
	Orang sekitar	.214	.089	.138	2.402	.018

a. Dependent Variable: burnout akademik

Mengacu pada hasil tersebut, diketahui hasil analisis regresi berganda. Pengambilan keputusan dilihat dari nilai $p < 0.05$, jika nilai $p < 0.05$ maka terdapat pengaruh antara dimensi-dimensi dukungan sosial terdapat *burnout* akademik.

1) Dimensi Dukungan Keluarga

Pada dimensi dukungan keluarga didapatkan nilai $p = < 0.001$ dan nilai $T_{hitung} = -16.648$. maka diketahui bahwa dimensi dukungan keluarga memiliki pengaruh negatif yang signifikan terhadap burnout akademik. pada hal ini maka Hal yang menyatakan “Terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan keluarga terhadap burnout akademik pada mahasiswa tingkat akhir”. Nilai T_{hitung} yang bertanda negatif artinya semakin rendah dukungan keluarga yang diterima maka semakin tinggi burnout akademik yang dialami oleh mahasiswa tingkat akhir.

2) Dimensi Teman

Pada dimensi teman didapatkan nilai $p=0.049$ dan $T_{hitung}=1.996$. maka diketahui bahwa dimensi dukungan teman berpengaruh positif yang signifikan terhadap *burnout* akademik. Berdasarkan pada hal tersebut maka hal yang menyatakan “Terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan teman terhadap *burnout* akademik pada mahasiswa tingkat akhir”. Diketahui T_{hitung} bersifat positif, maknanya semakin tinggi dukungan teman yang diterima maka semakin tinggi *burnout* akademik yang diterima oleh mahasiswa tingkat akhir.

3) Dimensi Orang Sekitar

Pada dimensi orang sekitar diperoleh hasil $p=0.018$ dan nilai $T_{hitung}=2.402$. berdasarkan pada nilai tersebut dapat diketahui bahwa dimensi dukungan orang sekitar memiliki pengaruh positif yang signifikan terhadap *burnout* akademik. Hal ini memiliki arti bahwa H_{a3} yang menyatakan bahwa “Terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan orang sekitar terhadap *burnout* akademik pada mahasiswa tingkat akhir”. Kemudian diketahui bahwa T_{hitung} bersifat positif, artinya semakin tinggi dukungan orang sekitar maka semakin tinggi *burnout* akademik yang dialami oleh mahasiswa semester akhir.

d. Hasil Persamaan Linier

merujuk pada tabel 4.10, diketahui nilai constant (α) = 27.879. sedangkan nilai dimensi keluarga (x_1) = -978, nilai dimensi teman (x_2) = 320 dan nilai dimensi orang sekitar (x_3) = 214. Mengacu pada hasil persamaan regresi linier, maka dapat dijabarkan dalam bentuk berikut:

$$Y = a + bx_1 + bx_2 + bx_3$$

$$Y = 27.879 + (-0.978) + 0.320 + 0.214$$

Hasil persamaan regresi linier dapat diuraikan sebagai berikut:

- 1) Nilai konstanta +27.879. maka, apabila x_1 , x_2 , dan $x_3 = 0$ maka $Y = 27.879$. artinya variabel dukungan sosial memiliki nilai konsistensi sebanyak 27.879
- 2) Nilai koefisien x_1 sebesar -0.978. maka setiap 1 unit nilai x_1 akan mengurangi nilai Y sebanyak 0.978. artinya setiap menurunnya 1% nilai dukungan keluarga, maka akan mengurangi nilai *burnout* akademik sebesar 0.978. selanjutnya dapat disimpulkan dukungan keluarga memiliki nilai koefisien yang bersifat negatif, artinya semakin berkurang dukungan keluarga maka semakin berkurang *burnout* akademik mahasiswa.
- 3) Nilai koefisien x_2 sebesar +0.320. maka, setiap 1 unit nilai x_2 akan menambah nilai Y sebanyak 0.320. artinya setiap kenaikan 1% nilai dukungan teman, maka akan meningkatkan nilai *burnout* akademik sebesar 0.320%. kemudian diketahui bahwa dukungan teman

memiliki nilai koefisien yang bersifat positif, artinya semakin tinggi dukungan teman, maka semakin tinggi pula *burnout* akademik mahasiswa.

- 4) Nilai koefisien x3 sebesar 0.214. maka, setiap 1 unit x3 akan menambah nilai Y sebanyak 0.214. artinya setiap kenaikan 1% dukungan orang sekitar, maka akan meningkatkan nilai *burnout* akademik sebesar 0.214. dalam hal ini diketahui bahwa dukungan orang sekitar memiliki nilai koefisien yang bersifat positif, artinya semakin tinggi dukungan orang sekitar, maka semakin tinggi *burnout* akademik mahasiswa.

E. Pembahasan

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui apakah dukungan sosial memiliki pengaruh terhadap *burnout* akademik pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan tugas akhir. Mengacu hasil kategorisasi tingkat dukungan sosial diketahui bahwa subjek penelitian mendominasi pada tingkat sedang dengan nilai persentase sebanyak 79.4%, dengan demikian sebagian besar subjek hanya sesekali menerima dukungan sosial dari keluarga, teman dan orang disekitar. Menurut Faqih (2020) dukungan sosial pada tingkat sedang menunjukkan bahwa seseorang tidak selalu mendapatkan dukungan seperti bantuan, pengakuan, perhatian, dan penghargaan dari orang lain serta merasa kurang dibutuhkan oleh lingkungan sosialnya.

Selanjutnya, pada kategorisasi *burnout* akademik diketahui bahwa subjek mendominasi pada tingkat sedang dengan nilai persentase 56.9%. hal ini

bermakna bahwa terdapat banyak mahasiswa yang mengalami *burnout* akademik akan tetapi tidak mencapai pada keadaan yang kronis. Artinya selama mahasiswa mengerjakan skripsi, sesekali mereka mengalami *burnout* seperti merasa lelah secara emosional, dan menghindar dari urusan akademik, dan merasa rendah diri. Setelah dilakukannya uji hipotesis diketahui bahwa hipotesis mayor dan minor diterima. Artinya dukungan sosial memiliki pengaruh terhadap *burnout* akademik.

Merujuk pada hasil uji hipotesis mayor pada tabel 4.9, diketahui bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh positif yang signifikan terhadap *burnout* akademik. Pengaruh yang bersifat positif memiliki makna bahwa mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi akan mengalami lebih banyak *burnout* akademik jika semakin banyak dukungan sosial yang mereka terima. Di sisi lain, mahasiswa akan merasakan lebih sedikit *burnout* akademik jika mereka menerima sedikit dukungan sosial.

Hal tersebut searah dengan hasil penelitian oleh Muflihah & Savira (2021) tentang dukungan sosial dan *burnout* akademik yang terjadi saat pandemi, diketahui bahwa terdapat pengaruh dukungan terhadap *burnout* akademik. selanjutnya, Buunk (Luthfi, Mardani, dan Athania; 2022) mengemukakan bahwa dukungan sosial adalah hal penting untuk menetralkan *burnout*.

Berdasarkan hasil uji hipotesis minor pada tabel 4.10, diketahui bahwa dimensi dukungan sosial yang terdiri dari dukungan keluarga, teman, dan orang sekitar memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *burnout* akademik pada mahasiswa tingkat akhir. Dari tiga dimensi tersebut diketahui bahwa dukungan

keluarga berpengaruh paling besar terhadap *burnout* akademik. sedangkan dukungan yang memiliki pengaruh terkecil terhadap *burnout* akademik ialah dukungan teman.

Dimensi dukungan keluarga diketahui berpengaruh negatif secara signifikan terhadap *burnout* akademik. hal ini menyiratkan bahwa semakin rendah dukungan sosial yang diterima maka semakin tinggi *burnout* akademik yang dialami oleh mahasiswa. Sesuai dengan penelitian yang dilaksanakan oleh Sulthon (2020), mengatakan mahasiswa yang merasakan dukungan sosial rendah cenderung mengalami tingkat *burnout* akademik yang tinggi. Selanjutnya penelitian yang dilaksanakan oleh Saragih (2021), juga menyatakan dukungan keluarga dapat meningkatkan motivasi belajar mahasiswa, dimana keluarga mempunyai peran penting untuk membantu mahasiswa, seperti memberikan nasehat, saran dan bantuan lainnya kepada mahasiswa untuk dapat memecahkan masalahnya.

Dimensi dukungan teman diketahui memiliki pengaruh positif yang signifikan. Artinya semakin tinggi dukungan teman yang diterima maka semakin tinggi *burnout* akademik yang dialami oleh mahasiswa tingkat akhir. Sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Kim (2017), yang menyatakan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *burnout* akademik. selanjutnya Askar & Novratilofa (2017), menyatakan peran dukungan teman pada mahasiswa memiliki pengaruh perkembangan sosial, dimana hubungan dengan teman dapat membangun kerjasama, kemampuan sosial, kontrol diri, emosi dan pemecahan masalah.

Berdasarkan pada penelitian Muflihah & Safira (2022), diketahui bahwa hubungan persahabatan tidak selalu menunjukkan pengaruh yang baik dalam mendukung individu, hal tersebut tergantung pada efektivitas dukungan dari teman dan bagaimana individu mempersepsikan dukungan tersebut. Kemudian dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti kepada dua mahasiswa tingkat akhir yang sedang menulis skripsi mengatakan bahwa dukungan dari teman seperti kata “semangat, ayo kerjakan bersama” tidak membuat dirinya merasa semakin termotivasi, namun mereka menganggap bahwa kalimat tersebut terdengar seperti kalimat basa basi. Selain itu mereka mengatakan bahwa melihat teman yang telah selesai lebih dahulu dari dirinya membuatnya merasa semakin tidak percaya diri, merasa semakin terbebani dan merasa tidak kompeten serta melakukan perilaku penghindaran. Perasaan tersebut dapat membuat mahasiswa mengalami kelelahan emosional.

Dimensi dukungan orang sekitar diketahui ada pengaruh positif yang signifikan terhadap *burnout* akademik pada mahasiswa tingkat akhir. Maksudnya semakin tinggi dukungan orang sekitar maka semakin tinggi *burnout* akademik yang dialami oleh mahasiswa semester akhir. Mengacu pada hasil penelitian yang dilaksanakan oleh Sulthon (2020) mengatakan bahwa mahasiswa yang merasa banyak mendapatkan dukungan dari orang sekitar seperti pasangan, sahabat, dan lainnya membuat mahasiswa tersebut merasa lebih tertekan, hal ini memberikan dampak pada kelelahan emosi dan menurunnya tingkat kepercayaan diri. Terdapat hal yang dapat menjadi tolak ukur dari hasil

penelitian ini, yaitu dukungan yang diberikan oleh orang sekitar kurang sesuai dengan apa yang dibutuhkan oleh penerima.

Berdasarkan pada pembahasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial tidak memberikan dampak atau pengaruh yang cukup besar terhadap *burnout* akademik pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi. Hal ini dapat dibuktikan dengan hasil Uji R-Square, yaitu terdapat pengaruh antara variabel dukungan sosial terhadap variabel *burnout* akademik sebesar 74.1%, sedangkan 25.9% dipengaruhi oleh variabel lain diluar dari penelitian ini.

Penelitian ini tentunya memiliki kekurangan, yaitu tidak menjelaskan secara luas apa sebab dan akibat dari *burnout* akademik dan data responden yang didapatkan oleh peneliti masih tergolong kecil. Sehingga untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat memberikan informasi lebih luas tentang sebab akibat dari *burnout* akademik. selanjutnya untuk dapat menjangkau responden lebih merata agar mendapatkan jumlah responden yang lebih banyak.

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Mengacu pada hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis mayor dan minor penelitian ini diterima, yaitu dukungan sosial memiliki pengaruh terhadap *burnout* akademik pada mahasiswa tingkat akhir dengan nilai $p=0.001 < 0.05$. Selanjutnya dari hasil kategorisasi tingkat dukungan sosial diketahui bahwa subjek penelitian mendominasi pada tingkat sedang dengan nilai persentase sebanyak 79.4%, dan pada kategorisasi *burnout* akademik diketahui bahwa subjek mendominasi pada tingkat sedang dengan nilai persentase 56.9%.

B. Saran

1. Kepada peneliti selanjutnya.

Diharapkan kepada peneliti selanjutnya untuk dapat melakukan penelitian dengan subjek yang lebih besar dan melakukan riset yang lebih luas agar mendapatkan data yang lebih konkrit. Serta pada penelitian selanjutnya untuk dapat melaksanakan penelitian menggunakan variabel bebas lainnya seperti *self-efficacy*, *self-esteem*, dan sebagainya agar mendapatkan informasi yang lebih luas mengenai faktor penyebab *burnout*. Peneliti selanjutnya juga dapat menggunakan skala *burnout* lainnya seperti MBI-SS (*Maslach Burnout Inventory-Student Survey*).

2. Kepada Subjek Penelitian

Diharapkan kepada mahasiswa untuk dapat menciptakan hubungan yang baik dengan orang-orang yang ada di lingkungannya. Apabila telah mengalami *burnout*, segera tangani hal yang membuat *burnout* tersebut dan meminta bantuan kepada orang-orang terdekat dalam lingkungan sosial.

DAFTAR PUSTAKA

- Aiken, L. R., & Groth-Marnat, G. (2006). *Psychological testing and assessment*. New York, NY: Pearson Education.
- Andi, Y., Sunaryo, H., & Anwaruddin, M. K. (2020). Pengaruh dukungan sosial, self-esteem dan self-efficacy terhadap burnout mahasiswa (studi kasus pada mahasiswa jurusan manajemen fakultas ekonomi dan bisnis universitas islam Malang. *E-Jurnal Riset Manajemen Prodi Manajemen*, 17-31.
- Askar, R. O., & Novratilofa, F. (2017). Peran teman sebaya terhadap hasil belajar mahasiswa tingkat II prodi DIII Kebidanan STIKes Ranah Minang Padang tahun 2016. *Journal of Social and Economics Research*, 2(1). <http://ojs.ekasakti.org/index.php/UJSCR/article/view/92/92>
- Budiono, A. N., Nugraha, Y. P., Mulyadi, & Jaenuri, M. (2022, Agustus). Semester berpengaruh terhadap perilaku burnout mahasiswa. apa yang perlu dilakukan pendidik? *Jurnal Integrasi Sains dan Quran (JisQu)*, 1(2), 1-7.
- Cohen, S., Syme, S. L. (1985). *Social Support and health*. London: Academic Press Inc
- Cohen, S., Underwood, L. G., & Gottlieb, B. H. (2000). *Social support measurement and intervention: A guide for health and social scientists*. Oxford University Press. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1093/med:psych/9780195126709.001.0001>
- Chao, R. C. L. (2012) Managing perceived stress among college students: The roles of social support and dysfunctional coping. *Journal of College Counseling*, 15(1),5-21. <https://doi.org/10.1002/j.2161-1882.2012.00002>.
- Dini, P. R., & Arif, I. (2019, Juli). Hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat stres dalam menyusun tugas akhir pada mahasiswa stikes ngudi waluyo ungaran. *Jurnal Ilmu Kebidanan dan Kesehatan (Journal of Midwifery Science and Health)*, 10(2), 88-148.
- Da'awi, M. M., & Nisa, W. I. (2021, Januari). Pengaruh dukungan sosial terhadap tingkat stres dalam penyusunan tugas akhir skripsi. *Psikodinamika: Jurnal Literasi Psikologi*, 1(1), 067-075.
- Evelyn, & Savitri, S. L. (2015, Desember). Pengaruh dukungan sosial terhadap pola pengasuhan orang tua anak berusia middle childhood dari keluarga miskin. *jurnal Psikologi Ulayat*, 2(2), 434-449.
- Fadillah, A. R. (2022). *Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Academic Burnout pada Mahasiswa Rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang*. (Skripsi Sarjana, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang)

- Faqih, M. F. (2020). Pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap stres akademik mahasiswa Malang yang bekerja [Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang]. <http://etheses.uinmalang.ac.id/18822/7/14410205.pdf>
- Febriani, R. D., Triyono, Hariko, R., Yuca, V., & Magistarina, E. (2021). Factors affecting student's burnout in online learning. *Jurnal Neo Konseling*, 3(2), 32-38. <https://doi.org/10.24036/00567kons2021>
- Fun, L. F., Nyoman, A. I., Imelia, L., & Silvia, F. (2021). Peran bentuk social support terhadap academic burnout pada mahasiswa psikologi di universitas "x" Bandung. *Mediapsi*, 7(1), 17-26. <https://doi.org/10.21776/ub.mps.2021.007.01.3>
- Gold, Y., & Roth, R. A. (1993). Teachers managing stress and preventing burnout: The professional health solution. The Flamer Press.
- Hamdi, A. S., & Bahruddin, E. (2015). *Metode penelitian kuantitatif aplikasi dalam pendidikan*. Palembang: Deepublish.
- Hasbillah, M. S., & Rahmasari, D. (2022). Burnout akademik pada mahasiswa yang sedang menempuh tugas akhir. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 09(6), 122-132.
- Hastari, A. (2018). *Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Kebermaknaan Hidup pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Yogyakarta*. (Skripsi Sarjana, Universitas Islam Indonesia).
- Hedrich, C., & Caballero, C. C. (2016). Validacion de cuestionario maslach burnout inventory-student survey (MBI-SS) en contexto academico colombiano. *Revistas CES Psicología*, 9(1), 1-15. <https://dx/doi.org/10.21615/cesp.9.1.1>
- Irwan. (2017). *Etika dan perilaku kesehatan*. Yogyakarta: Cv. Absolute Media.
- Kim, B., Jee, S., Lee, J., An, S., & Lee, S. M. (2017). Relationships between social support and student burnout: A meta-analytic approach. *Stress and Health*, 34(1), 127– 134. <https://doi.org/10.1002/smi.2771>
- Istiqomah, N., & Hamdani. (2021). Survei tingkat kejenuhan akademik mahasiswa jurusan pendidikan olahraga selama pandemi covid-19. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 09(03), 229-234.
- Khairani, Y., & Ifdil. (2015, Desember). Konsep burnout pada mahasiswa bimbingan dan konseling. *Konselor*, 4(4), 208-214. <http://103.216.87.80/index.php/konselor/article/view/6474>
- Luthi, M., Mardani, R. M., & Athia, I. (2022). pengaruh dukungan sosial, self-esteem, self-efficacy terhadap burnout mahasiswa (studi pada Mahasiswa Universitas Islam Malang). *Jurnal Riset Manajemen Prodi Manajemen*.

- Mansur. 2009. *Metode Penelitian Dan Teknik Penulisan Laporan Karya Ilmiah*. Bandung: Universitas Padjajaran.
- Marzuki, Q. Z. (2022). *Pengaruh Efikasi Diri Akademik dan Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Burnout Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir*. (Skripsi Sarjana, Universitas Muhammadiyah Malang)
- Meiryani. (2021, Agustus 12). *Memahami analisis regresi linier berganda*. Retrieved Januari 10, 2023, from Binus University School of Accounting: [https://accounting.binus.ac.id/2021/08/12/memahami-analisis-regresi-linier-berganda/#:~:text=Regresi%20linier%20berganda%20merupakan%20model,dependen%20\(Ghozali%202018](https://accounting.binus.ac.id/2021/08/12/memahami-analisis-regresi-linier-berganda/#:~:text=Regresi%20linier%20berganda%20merupakan%20model,dependen%20(Ghozali%202018)
- Muflihah, L., & Savira, S. I. (2021). Pengaruh persepsi dukungan sosial terhadap burnout akademik selama pandemi. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 08(02), 201-211.
- Novianti, R. (2021). Academic burnout pada proses pembelajaran daring. *Jurnal Kesehatan Perintis*, 8(2), 128-133.
- Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 49 Tahun 2014 Tentang Standar Nasional Pendidikan Tinggi*. Diunduh dari: <https://www.unpad.ac.id/pengumuman/permendikbud-nomor-49-tahun-2014-tentang-standar-nasional-pendidikan-tinggi/>
- Permatasari, D., Latifah, L., & Pambudi, R. P. (2021, Desember). Studi academic burnout dan self-efficacy mahasiswa. *Jurnal Prakarsa Paedagogia*, 4(2), 373-384. <https://doi.org/10.24176/jpp.v4i2.7418>
- Pratama, Y.D. (2020). *Pengaruh Dukungan Sosial, Self-Esteem dan Self-Efficacy terhadap Burnout Mahasiswa (Studi Kasus Pada Mahasiswa Jurusan Manajemen Fakultas Ekonomi Dan Bisnis Universitas Islam Malang)* (Skripsi Sarjana, Universitas Islam Malang)
- Rahman , D. H. (2020). Validasi school burnout inventory versi bahasa indonesia. *Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan*, 13(2), 85-93. <https://doi.org/10.21831/jpipfip.v13i2.32579>
- Ramadhan, M. R., Rizal, G. L., & Fikry, Z. (2022, Desember). Tingkat burnout akademik pada mahasiswa jurusan psikologi universitas negeri malang. *Attadib: Journal of Elementary Education*, 6(2), 255-264.
- Salmela-Aro, K., Leskinen, E., Kiuru, N., & Nurmi, J.-E. (2009, October). School burnout inventory (SBI): reliability and validity. *European Journal of Psychological Assessment*, 25(1), 48-57. <https://doi.org/10.1027/1015-5759.25.1.48>
- Saragih, M., Silitonga, E., Sinaga, T, R., & MIslika, M.(2021). Hubungan dukungan keluarga dengan motivasi belajar mahasiswa selama pandemi Covid-19 di

- program studi Ners Fakultas Farmasi dan Ilmu Kesehatan Universitas Sari Mutiara Indonesia. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 7(1). <http://Jurnal.iumedan.ac.id/indeks.php/JURNALKEPERAWATAN>
- Evelyn, & Savitri, S. L. (2015, Desember). Pengaruh dukungan sosial terhadap pola pengasuhan orang tua anak berusia middle childhood dari keluarga miskin. *jurnal Psikologi Ulayat*, 2(2), 434-449.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health psychology biopsychosocial interactions*. United States of America.
- Sarafino, E. P., Martin, P. R., D, B., & L, C. M. (2002). *Health psychology: biopsychosocial interactions*. John Wiley & Sons Australia: Seng Lee Press Pte Ltd.
- Schaufeli, W. B., & Buunk, B. P. (2004). Burnout: an overview of 25 years of research and theorizing. *The Handbook of Work and Health Psychology*, 384-424.
- Schaufeli, W. B., & Enzmann, D. (1998). *The burnout companion to study and practice: A critical analysis*. London: Taylor & Francis.
- Schaufeli, W. B., Martínez, I. M., Pinto, A. M., Salanova, M., & Barker, A. B. (2002). Burnout 6 and engagement in university students a cross-national study. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 33(5), 464-481. <https://doi.org/10.1177/0022022102033005003>
- Septiani, Y., & Triariani, M. (2022). Pengaruh burnout terhadap produktivitas mahasiswa PGSD universitas kuningan. *Jurnal Kiprah Pendidikan*, 1(3), 161-167. <https://doi.org/10.33578/kpd.v1i3.46>
- Sulthon, M. (2020). pengaruh self-efficacy, dukungan sosial, coping stress, dan faktor demografi terhadap academic burnout pada mahasiswa tingkat kahir uin syarif hidayatullah jakarta
- Simarmata, S. W., Ningsih, Harahap, A. S., & Batubara, A. (2022). Mahasiswa laki-laki dan perempuan dalam perspektif academic burnout. *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 4(4), 2747-2753.
- Trimulatsih, P, D. (2021). *Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Burnout Akademik pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi saat Pandemi* (Skripsi Sarjana, Universitas Sriwijaya Indralaya)
- Zhang, Y., Gan, Y., & Cham, H. (2007). Perfectionism, academic burnout and engagement among Chinese college students: A structural equation modeling analysis. In *Personality and Individual Differences* (Vol. 43, Issue 6). <https://doi.org/10.1016/j.paid.2007.04.010>
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30-41. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2

LAMPIRAN

Lampiran 1. Biodata Peneliti

BIODATA PENELITI



A. Data Pribadi

Nama	: Nurmayani
Tempat, Tanggal Lahir	: Tuana Tuha, 09 November 2001
Alamat Asal	: Jl. Husni Thamrin, Rt.008, Desa Tuana Tuha, Kecamatan Kenohan, Kabupaten Kutai Kartanegara
Alamat di Samarinda	: Jl. Nusyirwan Ismail/Ring Road II, Perumahan Green Palm Blok B4, No.10
Email	: Nurmayani502@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan

Pendidikan Formal	
Tamat SD Tahun	: 2013 di SD Negeri 02 Kenohan
Tamat SMP Tahun	: 2016 di SMP Negeri 02 Kenohan
Tamat SMA Tahun	: 2019 di SMA Negeri 01 Kenohan

Masuk di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur pada tahun 2019

Lampiran 2. Surat Keterangan

SURAT KETERANGAN

Assalamu 'alaikum warrahmatullahi wabarakatuh

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama :Nurmayani
NIM :1911102433037
Program Studi/Fakultas :Psikologi/Psikologi
Judul Penelitian :Pengaruh Dukungan Sosial terhadap *Burnout* Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Kalimantan Timur

Menyatakan bahwa benar melakukan penelitian dengan menyebarkan google form melalui sosial media (*instagram* dan *whatsapp*) dengan kriteria subjek sebagai berikut:

1. Laki-laki/Perempuan
2. Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi
3. Mahasiswa yang berkuliah di provinsi Kalimantan
4. Berusia 19-30 tahun

Demikian surat keterangan ini saya buat agar dapat dipergunakan dengan sebagaimana mestinya. Atas perhatiannya saya ucapkan terima kasih.

Wassalamu 'alaikum warrahmatullahi wabarakatuh

Samarinda, 10 Oktober 2024

Pembimbing

Aniq Hadiyah Bil Haq, M.A
NIDN. 0610018902

Peneliti

Nurmayani
Nim. 1911102433037

Ketua
Program Studi Psikologi



Desita Dyah Damayanti, M.Psi., Psikolog
NIDN. 111112930

Lampiran 3. Skala Dukungan sosial

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Ada seseorang yang spesial yang selalu siap Ketika saya membutuhkannya.				
2	Ada seseorang yang spesial yang dengannya saya dapat berbagi duka dan duka.				
3	Keluarga saya selalu berusaha untuk membantu saya.				
4	Saya mendapatkan dukungan emosional dan bantuan yang saya butuhkan dari keluarga saya.				
5	Saya mempunyai seseorang yang spesial yang memberikan kenyamanan				
6	Teman-teman saya selalu mencoba membantu saya				
7	Saya bisa mengandalkan teman-teman Ketika terjadi sesuatu yang tidak diinginkan.				
8	Saya dapat menceritakan permasalahan saya kepada keluarga saya.				
9	Saya memiliki teman-teman untuk berbagi suka dan duka.				
10	Ada seseorang yang spesial dalam hidup saya yang peduli mengenai perasaan saya				
11	Keluarga saya mau membantu saya untuk membuat keputusan.				
12	Saya dapat menceritakan masalah saya kepada teman-teman saya.				

Lampiran 4. Skala burnout akademik

NO	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1	Saya merasa kewalahan dengan penyusunan skripsi.				
2	Saya sering tidak nyenyak tidur karena hal-hal yang berkaitan dengan skripsi.				
3	Di waktu luang, saya banyak merenungi hal-hal yang berkaitan dengan penyusunan skripsi.				
4	Tekanan tugas skripsi menyebabkan masalah dalam hubungan saya dengan orang dekat.				
5	Saya merasa kurang termotivasi untuk mengerjakan skripsi saya dan sering berpikir untuk menyerah.				
6	Saya merasa kehilangan minat dalam menyelesaikan skripsi.				
7	Saya terus bertanya-tanya apakah tugas skripsi ini ada artinya.				
8	Saya sering merasa tidak mampu untuk menyelesaikan skripsi.				
9	Dulu saya memiliki harapan yang tinggi terhadap skripsi, namun sekarang tidak lagi.				

Lampiran 5. Tabulasi Data Skala Dukungan sosial

No responden	Variabel X											
	x1	x2	x3	x4	x5	x6	x7	x8	x9	x10	x11	x12
1	3	3	4	4	3	3	3	3	4	4	4	4
2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2
3	1	1	4	4	1	3	3	3	3	1	3	3
4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3
5	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
6	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	4
7	4	3	3	2	3	4	4	1	4	3	2	4
8	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2
9	2	2	4	4	2	3	3	4	4	2	2	2
10	2	2	4	3	2	3	3	3	4	3	3	3
11	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
12	1	1	2	2	2	3	3	1	3	1	3	3
13	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2
14	1	1	1	1	1	3	3	2	2	2	2	3
15	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3
16	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3
17	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3
18	4	4	3	2	4	4	3	2	4	4	2	4
19	3	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4
20	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
21	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4
22	3	4	3	2	3	3	3	1	3	3	4	2
23	1	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	2
24	1	1	4	4	1	4	4	4	4	1	4	4
25	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3
26	1	1	3	3	1	2	2	3	2	1	3	2
27	4	4	3	3	4	3	3	2	3	4	1	1
28	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3
29	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
30	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3
31	4	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	3
32	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
33	2	4	3	3	2	3	3	2	4	1	3	1
34	2	3	1	1	3	1	1	1	1	3	1	1

35	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3
36	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
37	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
38	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
39	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3
40	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
41	2	2	4	4	2	3	3	3	3	2	4	3
42	3	3	4	4	2	3	3	2	3	1	2	3
43	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4
44	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
45	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
46	2	2	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3
47	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
48	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	2
49	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3
50	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
51	3	3	3	3	4	3	3	1	3	4	2	3
52	4	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3
53	3	3	2	2	3	3	3	1	3	3	1	3
54	2	2	4	4	1	3	3	1	3	1	1	1
55	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
56	2	3	3	3	1	3	3	2	3	2	3	3
57	3	3	4	4	4	3	2	3	3	4	3	3
58	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
59	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
60	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	2
61	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3
62	3	4	4	3	4	3	2	2	3	4	3	3
63	1	2	3	4	1	3	3	3	4	1	4	3
64	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	4	4
65	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	4	2
66	3	3	4	4	4	2	2	4	2	4	4	4
67	2	2	2	1	2	3	1	1	3	4	1	3
68	3	3	4	4	3	4	4	1	4	3	3	4
69	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2
70	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	2
71	4	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3
72	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2

73	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
74	1	3	2	2	2	2	2	2	3	1	2	3
75	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3
76	1	1	1	1	2	3	3	3	3	3	4	4
77	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4	4	2
78	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
79	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	3	2
80	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3
81	3	3	1	3	4	3	3	2	3	3	3	3
82	3	2	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3
83	3	2	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4
84	2	1	4	4	1	4	3	4	4	1	3	3
85	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3
86	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	4	1
87	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	3
88	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
89	3	3	3	3	3	3	3	1	3	2	2	3
90	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
91	3	3	3	3	3	4	3	1	3	2	3	3
92	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4
93	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3
94	1	1	4	4	2	4	4	3	4	1	4	4
95	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
96	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
97	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
98	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
99	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3
100	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	3	3
101	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3
102	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	3	3

Lampiran 6. Tabulasi Data *Burnout* Akademik

No responden	Variabel Y								
	y1	y2	y3	y4	y5	y6	y7	y8	y9
1	3	3	3	2	2	3	2	2	2
2	3	4	3	1	3	3	3	3	3
3	2	4	3	2	1	1	2	1	1
4	2	3	4	1	2	2	1	1	1
5	2	3	2	2	2	2	2	2	2
6	3	4	4	3	3	3	3	3	3
7	2	1	1	3	1	1	1	1	1
8	2	3	2	2	2	2	2	2	2
9	3	3	4	2	3	2	3	2	3
10	3	4	3	1	2	2	2	2	1
11	1	1	1	2	2	2	2	2	2
12	3	3	3	2	3	3	4	2	3
13	3	3	3	2	3	3	3	3	3
14	3	2	2	1	3	3	3	3	2
15	3	2	3	2	2	2	2	2	2
16	2	2	3	2	1	1	1	1	1
17	3	3	3	2	2	2	3	3	3
18	3	3	3	4	4	4	4	4	4
19	4	4	4	4	4	1	1	2	4
20	4	4	4	1	1	1	1	1	1
21	1	1	3	1	1	1	1	1	1
22	3	2	2	3	2	2	2	3	2
23	4	4	4	3	3	3	3	3	3
24	4	4	4	3	3	4	4	3	4
25	3	3	3	1	2	2	3	1	3
26	1	1	1	1	1	1	1	1	1
27	4	3	3	3	4	4	4	3	3
28	2	3	4	1	1	1	2	1	1
29	2	3	3	2	2	1	2	1	1
30	3	3	3	4	2	3	4	2	3
31	3	4	4	3	3	3	3	3	3
32	3	4	4	2	1	1	1	2	1
33	4	3	2	1	3	3	3	3	3
34	2	2	2	2	2	2	3	2	2

73	3	3	3	2	2	3	2	3	2
74	4	4	3	3	4	3	4	3	3
75	4	4	4	3	2	4	3	3	3
76	3	3	3	3	3	3	3	3	4
77	3	4	4	2	2	1	2	2	3
78	3	3	3	3	3	3	3	3	3
79	2	2	2	2	2	2	2	2	1
80	3	3	3	2	3	3	2	2	3
81	3	3	3	3	4	3	4	3	2
82	3	3	4	2	3	3	4	3	3
83	3	3	3	4	2	2	2	2	4
84	3	2	2	2	1	1	1	1	1
85	3	2	2	2	2	2	2	2	2
86	1	1	1	1	1	1	1	1	1
87	2	2	2	2	2	2	2	2	2
88	3	2	3	3	3	3	3	3	3
89	2	3	3	2	2	1	1	1	1
90	2	3	3	1	1	1	1	1	1
91	1	2	3	2	2	1	1	1	3
92	2	2	3	1	1	1	1	1	1
93	2	3	4	3	3	2	4	1	1
94	4	4	4	2	2	2	2	3	2
95	2	2	2	2	2	2	2	2	2
96	2	1	3	1	1	1	2	2	1
97	3	3	3	3	2	2	2	2	3
98	2	1	1	1	1	1	1	2	1
99	3	3	3	2	2	2	2	2	2
100	4	4	3	3	3	3	4	4	4
101	3	3	3	3	2	2	3	1	3
102	3	3	3	1	2	2	3	2	2

Lampiran 7. Uji Validitas Skala Dukungan sosial

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X1	34.09	38.438	.743	.886
x2	34.00	39.881	.624	.893
x3	33.69	40.673	.673	.891
x4	33.74	40.593	.657	.891
x5	34.03	38.702	.677	.890
x6	33.74	42.434	.657	.893
x7	33.90	42.129	.585	.895
x8	34.17	40.002	.588	.895
x9	33.75	41.994	.596	.894
x10	33.97	38.682	.661	.891
x11	33.86	41.011	.580	.895
x12	33.97	42.306	.484	.899

Lampiran 8. Uji Validitas Skala *Burnout* Akademik

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
y1	19.48	30.133	.673	.881
y2	19.35	30.389	.575	.888
y3	19.26	32.137	.441	.897
y4	19.97	30.405	.551	.890
y5	19.93	28.243	.764	.873
y6	20.07	27.985	.765	.873
y7	19.92	28.291	.700	.878
y8	20.12	29.333	.713	.878
y9	20.01	28.465	.697	.878

Lampiran9. Hasil Uji Reliabilitas Skala Dukungan Sosial

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.901	12

Lampiran 10. Hasil Uji Reliabilitas Skala *Burnout* Akademik

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha
.894

Lampiran 11. Hasil Uji Normalitas

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	17.978	1	17.978	.482	.489 ^b
	Residual	3730.375	100	37.304		
	Total	3748.353	101			

- a. Dependent Variable: VAR00002
 b. Predictors: (Constant), VAR00001

Lampiran 12. Hasil Uji Linieritas

ANOVA Table

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
VAR00002 *	Between Groups	1052.896	26	40.496	1.127	.336
VAR00001	Linearity	17.978	1	17.978	.500	.482
	Deviation from Linearity	1034.918	25	41.397	1.152	.312
	Within Groups	2695.457	75	35.939		
	Total	3748.353	101			

Lampiran 13. Hasil Uji Hipotesis

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.861 ^a	.741	.733	2.824

a. Predictors: (Constant), Orang sekitar, keluarga, teman

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	2238.645	3	746.215	93.590	<,001 ^b
	Residual	781.378	98	7.973		
	Total	3020.023	101			

a. Dependent Variable: burnout akademik

b. Predictors: (Constant), Orang sekitar, keluarga, teman

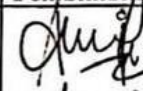
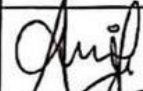
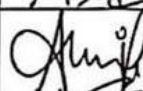
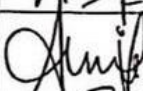
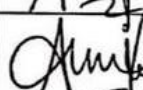
Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		
		B	Std. Error	Beta	t	Sig.
1	(Constant)	27.879	1.806		15.437	<,001
	keluarga	-.978	.059	-.899	-16.648	<,001
	teman	.320	.160	.117	1.996	.049
	Orang sekitar	.214	.089	.138	2.402	.018

a. Dependent Variable: burnout akademik


Lampiran 14. Lembar Konsultasi

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR
KARTU KENDALI BIMBINGAN SKRIPSI**

Nama Mahasiswa : Nurmayani
 Nomor Induk Mahasiswa : 191102433037
 Dosen Pembimbing : Aniq Hudyah Bil Haq, S.Psi., M.A
 Judul Skripsi : Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Burnout Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir




No.	Tanggal	Hasil Bimbingan	Paraf Pembimbing
1	17/02/2023	Mengumpulkan Hardfile revisi	
2	20/02/2023	Perbaiki bab I dan II	
3	24/02/2023	Perbaiki hipotesis, penambahan dapus teori.	
4	16/03/2023	Bimbingan hasil perbaikan kerangka berpikir dan bab III	
5	17/03/2023	Bimbingan tentang alat ukur yang akan digunakan.	

Lampiran 15. Hasil Turnitin

 Page 1 of 60 - Cover Page Submission ID trn:oid::1.3043603209


Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

SK 1 Nurmayani

-  Papers Submitted
-  Uji Similarity UMKT
-  Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Document Details

Submission ID	trn:oid::1.3043603209	51 Pages 8,057 Words 52,733 Characters
Submission Date	Oct 16, 2024, 3:08 PM GMT+8	
Download Date	Oct 16, 2024, 3:36 PM GMT+8	
File Name	Nurmayani_1911102433037.docx	
File Size	605.4 KB	

 Page 1 of 60 - Cover Page Submission ID trn:oid::1.3043603209

29% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

Filtered from the Report

- Bibliography

Top Sources

- 28%  Internet sources
- 17%  Publications
- 13%  Submitted works (Student Papers)

Integrity Flags

1 Integrity Flag for Review

-  **Hidden Text**
65 suspect characters on 11 pages
Text is altered to blend into the white background of the document.

Our system's algorithms look deeply at a document for any inconsistencies that would set it apart from a normal submission. If we notice something strange, we flag it for you to review.

A Flag is not necessarily an indicator of a problem. However, we'd recommend you focus your attention there for further review.