

**PENGARUH TERAPI BENAR PADA *ACADEMY BURNOUT*  
SISWA SMP 2 TURI YOGYAKARTA**

**SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan  
Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



Disusun oleh:

**RAJA RAFLI**  
**192201054**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN (S1)  
FAKULTAS KESEHATAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA  
2023**

LEMBAR PENGESAHAN LAPORAN SKRIPSI

**PENGARUH TERAPI BENAR PADA *ACADEMY BURNOUT*  
SISWA SMP 2 TURI YOGYAKARTA**

Diajukan oleh:

**RAJA RAFLI**  
192201054

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji dan Dinyatakan Sah  
Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Keperawatan  
di Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Tanggal : 24 Agustus 2023

Mengesahkan :

Penguji,



Retno Sumiyarini, M. Med., Ed  
NIDN : 05-1708-8302

Pembimbing,



Rizqi Wahyu Hidayati, M.Kep  
NIDN : 05-2909-8904

Ketua Prodi Keperawatan (S-1)

  


Dewi Utari, MNS  
NPP : 2010-13-0033

## PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta,

Nama : Raja Rafli

NPM : 192201054

Program Studi : Keperawatan (S1)

Judul Skripsi : Pengaruh Terapi Benar Pada *Academy burnout* Siswa SMP 2 Turi Yogyakarta

Menyatakan bahwa hasil penelitian dengan judul di atas adalah hasil karya tulis saya yang buat sendiri bukan hasil plagiarism. Referensi dan sumber yang berkaitan dengan karya tulis ini telah dibuat berdasarkan peraturan pembuatan karya tulis ilmiah yang berlaku. Dengan ini, saya menyatakan untuk menyerahkan hak cipta peneliti kepada Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta guna kepentingan ilmiah.

Demikian surat pernyataan yang saya buat dengan sebaik-baiknya tanpa ada paksaan dari pihak manapun. Apabila terdapat kesalahan yang ditemukan atau pelanggaran akademik di kemudian hari, saya bersedia menerima konsekuensi yang berlaku sesuai dengan ketentuan akademik.

Yogyakarta, 24 Agustus 2023

  
Raja Rafli

## PRAKATA

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan judul **“Pengaruh Terapi Benar Pada *Academy burnout* Siswa SMP 2 Turi Yogyakarta”** Skripsi ini diajukan untuk memenuhi salah satu syarat dalam menempuh ujian Sarjana Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta. Penulis menyadari bahwa penyusunan laporan ini masih banyak terdapat kekurangan dan masih jauh dari kesempurnaan, hal ini dikarenakan keterbatasan kemampuan yang penulis miliki. Dalam kesempatan kali ini penulis mengucapkan banyak terima kasih dengan setulusnya kepada :

1. Ida Nursanti, S.Kep.,Ns.,MPH selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan untuk menyelesaikan studi.
2. Dewi Utari, S.Kep.,Ns.,MNS selaku Ketua Prodi S1 Ilmu Keperawatan yang telah memberikan dukungan semangat dan pendapat dalam penyelesaian proposal dan skripsi.
3. Rizqi Wahyu Hidayati, M.Kep selaku Dosen Pembimbing yang memberikan bimbingan, dukungan dan motivasi dalam mengerjakan proposal dan skripsi penelitian ini.
4. Retno Sumiyarini, M.Med.,Ed selaku penguji yang telah memberikan bimbingan proposal dan ujian skripsi ini.
5. Ibu,kakak,abang, yang selalu memberikan doa, semangat, dukungan, motivasi kepada penulis dalam melakukan penyusunan proposal dan skripsi  
Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan kebaikan dan Kesehatan kepada kita semua, harapan penulis semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan dapat menambahkan ilmu bagi banyak pihak.

Yogyakarta, 24 Agustus 2023



Raja Rafli

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>PRAKATA .....</b>	<b>iv</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>v</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>ix</b>
<b>INTISARI .....</b>	<b>x</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>xi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>6</b>
A. Landasan Teori.....	6
1. Konsep Remaja .....	6
2. Konsep Academy burnout.....	11
3. Konsep Terapi Benar.....	16
4. Meditasi.....	18
5. Penelitian Terdahulu .....	19
B. Kerangka Teori.....	21
C. Kerangka Konsep .....	22
D. Hipotesis.....	22
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>23</b>
A. Desain Penelitian.....	23
B. Lokasi dan Waktu.....	24
C. Populasi dan Sampel .....	25
D. Variabel Penelitian .....	27
E. Definisi Operasional .....	28
F. Alat dan Metode Pengumpulan Data .....	28
G. Validitas dan Reliabilitas .....	31
H. Pengolahan Data dan Analisa Data .....	32
I. Etika Penelitian .....	35
J. Pelaksanaan Penelitian .....	36
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>39</b>
A. Hasil .....	39
1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	39

2. Analisis Hasil .....	40
B. Pembahasan.....	43
1. Karakteristik Responden .....	43
2. Rata-rata Academy burnout Sebelum Dan Sesudah Perlakuan Pada Kelompok Kontrol .....	47
3. Rata-rata Academy burnout Sebelum Dan Sesudah Perlakuan Pada Kelompok Intervensi.....	48
4. Pengaruh Meditasi Pada Academy burnout Kelompok Kontrol.....	49
5. Pengaruh Terapi Benar Pada Academy burnout Kelompok Intervensi	51
C. Keterbatasan Penelitian.....	53
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>54</b>
A. Kesimpulan .....	54
B. Saran.....	54
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>56</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>60</b>

PERPUSTAKAAN  
 UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
 YOGYAKARTA

## DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Flowerhart Penelitian .....	24
Tabel 3. 2 Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	28
Tabel 3. 3 Ketentuan Peskoran Instrumen Penelitian .....	29
Tabel 3. 4 Kisi-Kisi Skala <i>Academy burnout</i> .....	30
Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden (n=30).....	40
Tabel 4. 2. Rata-Rata <i>Academy burnout</i> Sebelum Dan Sesudah Pada Kelompok Kontrol .....	42
Tabel 4. 3. Rata-Rata <i>Academy burnout</i> Sebelum Dan Sesudah Pada Kelompok Intervensi.....	42
Tabel 4. 4. Hasil uji <i>t-test</i> Pengaruh Terapi Benar Terhadap <i>Academy burnout</i> ..	43

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACIMALYAN  
YOGYAKARTA

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori.....	21
Gambar 2. 2 Kerangka Konsep .....	22

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI  
YOGYAKARTA



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Studi Pendahuluan.....	61
Lampiran 2. Surat Izin Uji Validitas .....	62
Lampiran 3. Surat Keterangan Persetujuan Etik Penelitian .....	63
Lampiran 4. Surat Izin Penelitian.....	64
Lampiran 5. Surat Izin Penelitian dari Sekolah .....	65
Lampiran 6. Lembar Permohonan Menjadi Responden .....	66
Lampiran 7. Surat Persetujuan Menjadi Reponden.....	67
Lampiran 8. Data Demografi Responden.....	68
Lampiran 9. Skala <i>Academy burnout</i> .....	70
Lampiran 10. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas .....	72
Lampiran 11. Karakteristik Responden.....	73
Lampiran 12. Data Penelitian.....	75
Lampiran 13. Hasil Olah Data SPSS.....	76
Lampiran 14. Hasil Uji SPSS.....	77
Lampiran 15. Lembar Bimbingan Skripsi.....	83
Lampiran 16. Jadwal Penelitian .....	84
Lampiran 17. Dokumentasi Penelitian.....	85
Lampiran 18. Hasil Cek Plagiarisme .....	86