

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Orientasi Kancan dan Persiapan

1. Orientasi Kancan

Penelitian ini ditujukan pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di perguruan tinggi yang ada di Daerah Istimewa Yogyakarta. Alasannya untuk memilih perguruan tinggi di D.I Yogyakarta karena Yogyakarta dikenal sebagai kota universitas karena budaya akademik yang kuat dengan peringkat atas. Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) memiliki reputasi yang kuat sebagai pusat pendidikan tinggi di Indonesia. Hal ini membuat D.I Yogyakarta menjadi tujuan populer bagi mahasiswa dari seluruh Indonesia. Daerah Istimewa Yogyakarta sebagai provinsi dengan jumlah mahasiswa/perguruan tinggi yang banyak. Mengacu pada data Badan Pusat Statistik Provinsi D.I. Yogyakarta, (2020), jumlah perguruan tinggi di Daerah Istimewa Yogyakarta pada tahun 2020 sebanyak 110 dengan total mahasiswa 368.066. Angka ini mewakili mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Mahasiswa tersebut minimal berada pada semester 7 ataupun merupakan mahasiswa pada angkatan 2020, 2019, dan 2018. Sehingga peneliti memutuskan mahasiswa di Daerah Istimewah Yogyakarta sebagai populasi dalam penelitian.

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh resiliensi terhadap *academic burnout* pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi

di perguruan tinggi di Daerah Istimewa Yogyakarta. Subjek dari studi ini merupakan mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi. Pengambilan data dilakukan pada tanggal 24 Juli 2024 hingga 28 Juli 2024 menggunakan platform *google form* yang terdapat didalamnya persetujuan penelitian, skala resiliensi juga skala *academic burnout* yang dibagikan kepada *platform online tiktok, instagram, X,* dan *whatsapp* oleh peneliti.

2. Persiapan Penelitian

Persiapan penelitian dilakukan dengan beberapa tahapan, sehingga dengan hal tersebut dapat memastikan bahwa penelitian yang dilakukan adalah penelitian yang layak. Berikut beberapa tahapan dalam penelitian ini:

a. Persiapan administrasi

Pada tahapan ini peneliti melakukan penentuan subjek yaitu mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi pada perguruan tinggi yang ada di D.I. Yogyakarta. Data pada penelitian ini dibuat dengan menggunakan media *google form* dan penyebaran skala dilakukan melalui media sosial seperti *whatsapp, instagram, telegram, twitter dan tiktok*. Penelitian ini tidak memerlukan surat izin penelitian kepada instansi manapun. Karena penelitian ini sudah dilengkapi dengan *informed consent* sebagai persetujuan partisipan dalam mengikuti penelitian yang dilampirkan dalam *google form*.

Persetujuan tersebut dilakukan sebelum subjek mengisi skala, sebagai bentuk persetujuan dan kerahasiaan data subjek.

b. Persiapan alat ukur

Peneliti menggunakan dua skala yaitu skala *academic burnout* dan resiliensi. Peneliti melakukan modifikasi alat ukur melalui beberapa tahapan. Tahap pertama peneliti memodifikasi aitem dengan mengubah bunyi aitem sesuai dengan partisipan penelitian. Menurut Azwar (2017) memodifikasi skala dapat dilakukan dengan mengubah aitem, menambah atau mengurangi banyaknya aitem bila format aitem juga akan dirubah.

Berikutnya, peneliti meminta penilaian pada 11 ahli pada bidang keilmuan psikologi untuk menilai kesesuaian aitem dengan konstruk *academic burnout* dan resiliensi. Dari hasil penilaian, didapatkan koefisien validitas isi Aiken's V serta masukan yang kemudian digunakan untuk perbaikan kata. Selanjutnya, peneliti menganalisis validitas isi Aiken's V menggunakan *microsoft excel* dengan batasan nilai berdasarkan tabel *expert judgement* untuk 11 rater adalah 0,70 (Aiken, 1985) .

1) Skala Resiliensi

Skala ini menggunakan skala yang dimodifikasi dari alat ukur resiliensi oleh Prawita dan Heryadi (2023), berdasarkan aspek resiliensi dari Connor dan Davidson, (2003) yang telah

divalidasi dan diadaptasi. Dalam skala ini terdiri dari 25 aitem yang sudah menunjukkan lima aspek resiliensi. Terdiri dari lima pilihan kategori, yaitu Sangat Tidak Sesuai (STS), Tidak Sesuai (TS), Netral (N), Sesuai (S), dan Sangat Sesuai (SS).

2) Skala *Academic Burnout*

Peneliti memodifikasi aitem-aitem pada alat ukur MBI-SS dari penelitian Arlinkasari dan Akmal (2017) berdasarkan teori Schaufeli (2002). untuk mengetahui tingkat *academic burnout* yang dimiliki oleh mahasiswa tingkat akhir. Modifikasi dilakukan dengan menyesuaikan ruang lingkup dalam penelitian yaitu, mahasiswa yang mengerjakan skripsi. MBI-SS terdiri dari tiga dimensi, yaitu *exhaustion*, *cynicism*, dan *professional efficacy* dengan total 15 aitem yaitu terdiri dari 9 aitem favorable dan 6 aitem unfavorable. Terdiri dari lima pilihan kategori, yaitu Sangat Tidak Sesuai (STS), Tidak Sesuai (TS), Netral (N), Sesuai (S), dan Sangat Sesuai (SS).

c. Uji coba alat ukur penelitian

Uji coba dilakukan sebelum melakukan pengambilan data. Tujuan dari uji coba alat ukurnya yaitu untuk mengetahui validitas reliabilitas pada variabel *academic burnout* dan resiliensi sehingga alat ukur dapat digunakan untuk penelitian. Tahapan pertama dilakukan oleh peneliti yaitu memodifikasi skala untuk disesuaikan

dengan subjek penelitian, kemudian dilakukan *review* bersama dosen pembimbing. Peneliti melakukan uji coba alat ukur pada tanggal 22 Juli 2024 yang terdiri atas 40 responden sesuai dengan kriteria penelitian. Menurut Sugiyono (2019) Menurut Sugiyono, jumlah minimal subjek uji coba yang direkomendasikan adalah 30 responden. Metode ini digunakan untuk memastikan bahwa sampel yang diambil cukup representatif untuk menghasilkan generalisasi yang lebih luas ke populasi yang lebih besar.

Peneliti melakukan analisis dengan menggunakan bantuan dari *IBM SPSS Statistics 26*. Peneliti menggunakan reliabel dengan *Alpha Cronbach* dengan nilai koefisien reliabilitas yaitu berkisar mulai dari 0 sampai 1,0 dengan rentang $> 0,70$ (Azwar, 2021).

d. Hasil analisis uji validitas dan reliabilitas skala

Berdasarkan hasil uji coba yang telah dilaksanakan, didapatkan hasil sebagai berikut:

1) Skala *Academic Burnout*

Hasil analisis validitas isi Aikens'V menunjukkan dari 15 aitem tidak terdapat aitem yang gugur pada skala *academic burnout*. Koefisien validitas dilihat dari validitas Aikens'V bergerak dari 0,75 – 0,90 sehingga aitem – aitemnya dapat dikatakan valid. Berdasarkan hasil uji coba skala *academic burnout* memperoleh reliabilitas *cronbach's alpha* pada

dimensi *exhaustion* 0,820, pada dimensi *cynicism* 0,784 dan pada dimensi *professional efficacy* 0,829. Terdapat 3 aitem yang gugur pada dimensi *professional efficacy*, yaitu pada nomor 11, 12 dan 14 karena diskriminasi dibawah 0,3. Daya diskriminasi 12 aitem yang digunakan untuk penelitian bergerak antara 0,470 sampai 0,809.

Berikut blueprint sesudah dilakukan uji coba:

Tabel 4. 1 *Blueprint Akhir Academic Burnout*

Dimensi	Item		Jumlah
	Favorable	Unfavorable	
Kelelahan (<i>Exhaustion</i>)	1,2,3,4,5		5
Sinisme (<i>Cynicism</i>)	6,7,8,9		4
<i>Professional Efficacy</i>		10,11,12	3
Jumlah	9	3	12

2) Skala Resiliensi

Hasil analisis validitas isi Aikens'V menunjukkan dari 25 aitem terdapat 2 aitem yang gugur pada aitem nomor 9 dan 17 karena diskriminasi dibawah 0,70 untuk 11 rater. Sehingga koefisien validitas dilihat dari validitas Aikens'V bergerak dari 0,79 – 0,90 pada 23 aitem yang dinyatakan valid. Berdasarkan hasil uji coba skala resiliensi memperoleh reliabilitas *cronbach's alpha* pada skala resiliensi 0,891. Terdapat 1 aitem yang gugur pada skala resiliensi, yaitu pada nomor 1 karena diskriminasi dibawah 0,3. Daya diskriminasi 22 aitem yang digunakan untuk penelitian bergerak antara 0.301 sampai 0,755.

Berikut adalah *blueprint* setelah hasil dari uji coba.

Tabel 4. 2 *Blueprint* Akhir Resiliensi

Aspek	Item		Jumlah
	Favorable	Unfavorable	
Kompetensi personal, standar tinggi, dan keuletan yang dimiliki individu	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7		7
Keyakinan terhadap insting, toleran terhadap hal negatif, dan fokus pada dampak dari stress	8, 9, 10, 11, 12, 13		6
Penerimaan yang positif dan memiliki hubungan yang aman	14, 15, 16, 17		4
Kontrol diri	18, 19, 20		3
Pengaruh spiritulitas	21, 22		2
Jumlah	22		22

B. Laporan Pelaksanaan Penelitian

Penyebaran data dilaksanakan dari tanggal, 24 Juli 2024 sampai dengan 28 Juli 2024. Data disebar dengan menggunakan bantuan dari *google form* yang terdiri dari *informed consent*, kuesioner dari skala resiliensi dan *academic burnout*. Data disebar dengan menggunakan link dari *google form* yang dibagikan melalui media sosial yang dimiliki oleh peneliti seperti *whatsApp*, *tiktok*, *instagram*, dan *twitter*, dengan subjek sesuai dengan ciri-ciri yang telah ditentukan sebelumnya yaitu mahasiswa yang mengerjakan skripsi di perguruan tinggi D.I Yogyakarta. Data awal yang diperoleh oleh peneliti terdapat 129 responden yang kemudian peneliti mengurangi responden karena terdapat outlier sebanyak 17 responden, sehingga responden yang dapat digunakan untuk uji lebih lanjut lanjut terdapat 112 responden.

C. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Partisipan penelitian

Berdasarkan data penelitian yang didapatkan, partisipan dari penelitian ini yaitu mahasiswa/i dari berbagai kampus di D.I Yogyakarta berjumlah 112 partisipan. Berikut gambaran partisipan dalam penelitian ini:

Tabel 4.3 Deskripsi Partisipan Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	F	Persentase
Laki – laki	30	26,8%
Perempuan	82	73,2%
Total	112	100%

Berdasarkan tabel 4.3, responden terbanyak berjenis kelami perempuan yakni sebanyak 82 nahasiswa atau sebesar 73,2%. sementara itu, responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 30 mahasiswa atau sebesar 26,8% dengan total responden sebanyak 112 mahasiswa.

Tabel 4.4 Deskripsi Partisipan Berdasarkan Perguruan tinggi

No.	Perguruan tinggi	Partisipan	%
1	Universitas Gadjah Mada	43	38.4%
2	Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta	19	17.0%
3	Universitas Negeri Yogyakarta	10	8.9%
4	Universitas Alma Ata Yogyakarta	9	8.0%
5	Universitas Respati Yogyakarta	1	0.9%
6	Universitas Muhammadiyah Yogyakarta	5	4.5%
7	UPN "VETERAN" Yogyakarta	2	1.8%
8	Universitas Islam Indonesia	2	1.8%
9	STIKES Yogyakarta	1	0.9%
10	Universitas Aisyiyah yogyakarta	1	0.9%
11	Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta Sunan Kalijaga Yogyakarta	2	1.8%
12	STIE YKPN	3	2.7%
13	Institut ilmu Al Qur'an an nur Yogyakarta	1	0.9%
14	Universitas Widya Mataram Yogyakarta	1	0.9%

No.	Perguruan tinggi	Partisipan	%
15	Universitas Sanata Dharma	1	0.9%
16	UNU Yogyakarta	2	1.8%
17	Universitas PGRI Yogyakarta	1	0.9%
18	ISI Yogyakarta	1	0.9%
19	Universitas Mercu Buana Yogyakarta	1	0.9%
20	Universitas Ahmad Dahlan	6	5.4%
	Jumlah	112	100%

Berdasarkan tabel 4.4, peneliti mendapatkan sampel dari 20 perguruan tinggi dan didominasi responden terbanyak dari Universitas Gadjah Mada yakni sebanyak 43 mahasiswa atau sebesar 38,4%. Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta sebanyak 19 atau sebesar 17%. Universitas Negeri Yogyakarta sebanyak 9 atau sebesar 8%. Universitas Alma Ata sebanyak 9 atau sebesar 8%. Universitas Respati Yogyakarta sebanyak 1 atau sebesar 0,9%. Universitas Muhammadiyah Yogyakarta sebanyak 5 atau sebesar 4,5%. UPN “Veteran” Yogyakarta sebanyak 2 atau sebesar 1,8%. Universitas Islam Indonesia sebanyak 2 atau sebesar 1,8%. STIKES Yogyakarta sebanyak 1, sebesar 0,9%. Universitas Aisyiyah Yogyakarta sebanyak 1 atau sebesar 0,9%. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta sebanyak 2 atau sebesar 1,8%. STIE YKPN Yogyakarta sebanyak 3 atau sebesar 2,7%. Instistut Ilmu Al-Qur’an Annur Yogyakarta sebanyak 1 atau sebesar 0,9%. Universitas Widya Mataram sebanyak 1 atau sebesar 0,9%. Universitas Sanata Darma sebanyak 1 atau sebesar 0,9%. UNU Yogyakarta sebanyak 2 atau sebesar 1,8%. Universitas PGRI Yogyakarta sebanyak 1 atau sebesar 0,9%. ISI Yogyakarta sebanyak 1 atau sebesar 0,9%. Universtas Mercu Buana Yogyakarta sebanyak 1 atau sebesar 0,9%.

Universitas Ahmad Dahlan sebanyak 6 atau sebesar 5,4%. Total responden sebanyak 112 mahasiswa.

2. Deskripsi data penelitian

Deskripsi data penelitian merupakan komponen penting dalam laporan penelitian. Bagian ini menyajikan gambaran menyeluruh tentang data numerik yang dimanfaatkan dalam penelitian. Deskripsi data penelitian ini berfungsi untuk membantu peneliti lebih mudah memahami, menganalisis dan menafsirkan temuan dari penelitian yang dilakukan.

Tabel 4.5 Deskripsi Data Penelitian

Variabel	Hipotetik				Empirik			
	Min	Max	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD
Resiliensi	22	110	66	22	69	110	92	9,9
Kelelahan (<i>Exhaustion</i>)	5	25	15	3,3	5	25	13,5	4,7
Sinisme (<i>Cynicism</i>)	4	20	12,5	2,5	4	20	9,7	3,9
<i>Professional Efficacy</i>	3	15	9	2	3	9	5,1	1,6

Keterangan:

Hipoteti : data berdasarkan skala

Empirik : data berdasarkan hasil penelitian

Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa variabel resiliensi memiliki mean hipotetik sebesar 66 dengan standar deviasi sebesar 22. Selain itu diketahui pula nilai mean empirik resiliensi sebesar 92 dengan standar deviasi 9,9. Skala *academic burnout* pada dimensi kelelahan memiliki nilai mean hipotetik sebesar 15 dengan standar deviasi sebesar 3,3 dan memiliki nilai mean empiric sebesar 13,5 dengan standar deviasi 4,7. Pada dimensi sinisme memiliki nilai mean hipotetik sebesar 12,5 dengan standar deviasi sebesar 2,5 dan memiliki nilai mean empiric sebesar 9,7 dengan standar deviasi 3,9. Kemudian pada dimensi *professional efficacy*

memiliki nilai mean hipotetik sebesar 9 dengan standar deviasi sebesar 1,6 dan memiliki nilai mean empiric sebesar 5,1 dengan standar deviasi 1,6.

Deskripsi data pada tabel kemudian digunakan untuk menentukan kategorisasi skor yang diperoleh subjek. Menurut Azwar (2019) kategorisasi digunakan untuk mengategorikan setiap subjek berdasarkan jenjang dari suatu kontinum atribut yang diukur. Ada lima kategorisasi yang digunakan untuk membuat kategorisasi ini.

Tabel 4.6 Rumus Norma Kategorisasi

No	Kategorisasi	Rumus Norma
1	Sangat rendah	$X < (M - 1,8 \text{ SD})$
2	Rendah	$(M - 1,8 \text{ SD}) \leq X < (M - 0,6 \text{ SD})$
3	Sedang	$(M - 0,6 \text{ SD}) \leq X < (M + 0,6 \text{ SD})$
4	Tinggi	$(M + 0,6 \text{ SD}) \leq X < (M + 1,8 \text{ SD})$
5	Sangat tinggi	$X > (M + 1,8 \text{ SD})$

Keterangan:

X : total skor

M : rata-rata

SD : standar deviasiasi

Berdasarkan rumus norma diatas, peneliti mendapatkan hasil kategorisasi untuk variabel resiliensi dan *academic burnout* yang dibagi menjadi lima kategori.

Tabel 4.7 Persentil kategorisasi Variabel

Kategori sasi	Resiliensi	Kelelahan (<i>Exhaustion</i>)	Sinisme (<i>Cynicism</i>)	<i>Professional Efficacy</i>
Sangat rendah	$X < 74,18$	$X < 5,04$	$X < 2,68$	$X < 2,22$
Rendah	$74,18 \leq X < 86,06$	$5,04 \leq X < 10,68$	$2,68 \leq X < 7,36$	$2,22 \leq X < 4,14$
Sedang	$86,06 \leq X < 97,94$	$10,68 \leq X < 16,32$	$7,36 \leq X < 12,04$	$4,14 \leq X < 6,06$
Tinggi	$97,94 \leq X < 109,82$	$16,32 \leq X < 21,96$	$12,04 \leq X < 16,72$	$6,06 \leq X < 7,98$
Sangat tinggi	$X > 109,82$	$X > 21,96$	$X > 16,72$	$X > 7,98$

Tabel 4. 8 Kategorisasi Data Penelitian Variabel

Kategori sasi	Resiliensi		Kelelahan (<i>Exhaustion</i>)		Sinisme (<i>Cynicism</i>)		<i>Professional Efficacy</i>	
	Frekue nsi	Persent ase (%)	Frekue nsi	Persent ase (%)	Frekue nsi	Persent ase (%)	Frekue nsi	Persent ase (%)
Sangat rendah	6	5,3%	3	2,7%	0	0%	0	0%
Rendah	24	21,4%	34	30,4%	31	27,7%	44	39,3%
Sedang	51	45,5%	44	39,3%	53	47,3%	49	43,8%
Tinggi	22	19,6%	22	19,6%	23	20,5%	9	8%
Sangat tinggi	9	8%	9	8%	5	4,5%	10	8,9%
Total	112	100%	112	100%	112	100%	112	100%

Berdasarkan tabel kategorisasi diatas, diketahui dari 112 subjek dengan persentase 100% dari skala resiliensi, subjek yang memiliki resiliensi pada kategori sangat tinggi sebanyak 9 subjek dengan persentase 8%, kemudian pada kategori tinggi sebanyak 22 subjek dengan persentase 19,6%, kemudian pada kategori sedang sebanyak 51 subjek dengan persentase 45,5%, kemudian pada kategori rendah sebanyak 24 subjek dengan persentase 21,4%, dan pada kategori sangat rendah sebanyak 6 subjek dengan persentase 5,3%. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa subjek memiliki resiliensi yang tinggi yaitu berada pada kategori sedang sebanyak 51 subjek dengan persentase 45,59%.

Berdasarkan tabel kategorisasi diatas, diketahui dari 112 subjek dengan persentase 100% dari skala *academic burnout* pada dimensi kelelahan kategori sangat tinggi sebanyak 9 subjek dengan persentase 8%, kemudian pada kategori tinggi sebanyak 22 subjek dengan persentase 19,6%, kemudian pada kategori sedang sebanyak 44 subjek dengan persentase

39,3%, kemudian pada kategori rendah sebanyak 34 subjek dengan persentase 30,4%, dan pada kategori sangat rendah sebanyak 3 subjek dengan persentase 2,7%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa subjek memiliki *academic burnout* pada dimensi kelelahan yang tinggi yaitu berada pada kategori sedang sebanyak 44 subjek dengan persentase 39,3%.

Pada skala *academic burnout* dimensi sinisme kategori sangat tinggi sebanyak 5 subjek dengan persentase 4,5%, kemudian pada kategori tinggi sebanyak 23 subjek dengan persentase 20,5%, kemudian pada kategori sedang sebanyak 53 subjek dengan persentase 47,3%, kemudian pada kategori rendah sebanyak 31 subjek dengan persentase 27,7%, dan pada kategori sangat rendah sebanyak 0 subjek dengan persentase 0%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa subjek memiliki *academic burnout* pada dimensi sinisme yang tinggi yaitu berada pada kategori sedang sebanyak 53 subjek dengan persentase 47,3%.

Kemudian pada skala *academic burnout* dimensi *professional efficacy* kategori sangat tinggi sebanyak 10 subjek dengan persentase 8,9%, kemudian pada kategori tinggi sebanyak 9 subjek dengan persentase 8%, kemudian pada kategori sedang sebanyak 49 subjek dengan persentase 43,8%, kemudian pada kategori rendah sebanyak 44 subjek dengan persentase 39,3%, dan pada kategori sangat rendah sebanyak 0 subjek dengan persentase 0%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa subjek memiliki *academic burnout* pada dimensi *professional efficacy* yang tinggi

yaitu berada pada kategori sedang sebanyak 49 subjek dengan persentase 43,8%.

3. Uji Asumsi

Uji asumsi merupakan uji untuk memastikan bahwa data penelitian memenuhi persyaratan.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas ini bertujuan untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal atau tidak, yang dimaksud dengan data berdistribusi normal adalah data akan mengikuti bentuk data yang berdistribusi normal, dimana uji ini dapat digunakan jika sebaran data dapat dikatakan normal jika hasil yang diperoleh $> 0,05$ (Azwar, 2019). Setelah dilakukan uji secara *non-parametrik* menggunakan SPSS 26 *for windows* diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 4. 9 Hasil Uji Normalitas

Variabel	Nilai Signifikansi	Interpretasi
Resiliensi (X)	0,200	Normal
Dimensi <i>Exhaustion</i> (Y1)	0,399	Normal
Dimensi <i>Cynicism</i> (Y2)	0,169	Normal
Dimensi <i>professional efficacy</i> (Y3)	0,269	Normal

Berdasarkan uji normalitas menggunakan *monte carlo*, jika nilai signifikansi $< 0,05$ maka data tidak terdistribusi normal, tetapi jika nilai $> 0,05$ maka data terdistribusi normal. Diketahui nilai signifikansi yang diperoleh adalah 0,200., 0,399., 0,169., 0,269 dimana contoh salah satunya $0,200 > 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa nilai residual berdistribusi normal.

Hasil data uji normalitas diatas dapat disimpulkan bahwa variabel resiliensi terhadap variabel *academic burnout* pada dimensi *exhaustion*, *cynicism* dan *professional efficacy* mendapatkan nilai sig > 0,05 yang dimana hal tersebut dapat disimpulkan bahwa data tersebut terdistribusi dengan normal.

b. Uji linieritas

Uji linieritas merupakan sebuah uji yang bertujuan untuk mengetahui hubungan yang terjadi antara variabel. Adanya linieritas antara variabel menjadikan variabel memiliki perubahan, maka akan memengaruhi variabel lainnya. Penghitungan uji linearitas dilakukan dengan bantuan *software SPSS Statistics 26*, untuk mengetahui pengaruh antara dua variabel secara signifikan atau tidak. Uji linieritas dilakukan pada variabel resiliensi terhadap *academic burnout* dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4. 10 Hasil Uji Linieritas

Variabel	Nilai Signifikans		Interpretasi
	<i>Linearity</i>	<i>Deviation From Linearity</i>	
Dimensi <i>Exhaustion</i> (Y1) Resiliensi (X)	0,707	0,653	Linier
Dimensi <i>Cynicism</i> (Y2) Resiliensi (X)	0,255	0,817	Linier
Dimensi <i>professional efficacy</i> (Y3) Resiliensi (X)	0,000	0,423	Linier

Tabel data diatas dikatakan memiliki linieritas ketika memiliki nilai > 0,05 dan dinyatakan tidak linieritas ketika nilai < 0,05 . Sehingga

diketahui nilai signifikansi yang diperoleh adalah 0,653., 0,817., dan 0,423 dimana nilai tersebut $> 0,05$ yang berarti data yang digunakan tersebut sudah linier.

4. Uji Hipotesis

Peneliti melaksanakan uji hipotesis dengan teknik *spearman rank* untuk menguji pengaruh antara variabel resiliensi terhadap *academic burnout* pada dimensi *exhaustion*, *cynicism* dan *professional efficacy*. Hipotesis dapat diterima apabila nilai signifikansi $p < 0.05$ (Sugiyono, 2019).

Adapun hipotesis dalam penelitian ini yaitu:

- a. Uji Hipotesis resiliensi dengan dimensi *exhaustion* mendapatkan hasil berikut :

Tabel 4. 11 Hasil Uji Hipotesis Resiliensi dengan Dimensi *Exhaustion*

Variabel	R	p	Interpretasi
Resiliensi X * (<i>Exhaustion</i>) Kelelahan	-0,037	0,701	tidak terdapat pengaruh

** Correlation is significant at the 0,01 level (2-tailed).

Uji hipotesis terhadap variabel resiliensi (*exhaustion*) kelelahan dengan menggunakan teknik *spearman rank* menghasilkan Nilai r (*Spearman's rank correlation coefficient*) sebesar -0,037 menunjukkan korelasi yang sangat lemah antara resiliensi dan kelelahan (*exhaustion*). Nilai p sebesar 0,701 menunjukkan bahwa hasil korelasi ini tidak signifikan (karena $p > 0,01$ atau bahkan $p > 0,05$). Kesimpulan

berdasarkan nilai p: karena nilai $p > 0,01$, yang menyatakan bahwa tidak ada pengaruh antara resiliensi dan kelelahan (*exhaustion*).

- b. Uji Hipotesis resiliensi dengan dimensi *cynicism* mendapatkan hasil berikut :

Tabel 4. 12 Hasil Uji Hipotesis Resiliensi dengan Dimensi *Cynicism*

Variabel	R	p	Interpretasi
Resiliensi X * (<i>Cynicism</i>) Sinisme	-0,113	0,235	tidak terdapat pengaruh

** . Correlation is significant at the 0,01 level (2-tailed).

Uji hipotesis terhadap variabel resiliensi dan (*cynicism*) sinisme dengan menggunakan teknik *spearman rank* menghasilkan Nilai r (Spearman's rank *correlation coefficient*) sebesar -0,113 menunjukkan korelasi yang sangat lemah antara resiliensi dan (*cynicism*) sinisme Nilai p sebesar 0,235 menunjukkan bahwa hasil korelasi ini tidak signifikan (karena $p > 0,01$ atau bahkan $p > 0,05$). Kesimpulan berdasarkan nilai p: karena nilai $p > 0,01$, yang menyatakan bahwa tidak ada pengaruh antara resiliensi dan (*cynicism*) sinisme.

- c. Uji Hipotesis resiliensi dengan dimensi *professional efficacy* mendapatkan hasil berikut :

Tabel 4. 13 Hasil Uji Hipotesis Resiliensi dengan Dimensi *Professional Efficacy*

Variabel	R	p	Interpretasi
Resiliensi X * <i>Professional Efficacy</i>	-0,611	0,000	terdapat pengaruh

** . Correlation is significant at the 0,01 level (2-tailed).

Uji hipotesis terhadap variabel resiliensi dan *professional efficacy* dengan menggunakan teknik *spearman rank* menghasilkan Nilai r (Spearman's rank *correlation coefficient*) sebesar $-0,611$ menunjukkan korelasi negatif antara resiliensi dan *professional efficacy*. Nilai p sebesar $0,000$ menunjukkan bahwa hasil korelasi ini signifikan (karena $p < 0,01$ atau bahkan $p < 0,05$). Kesimpulan berdasarkan nilai p : karena nilai $p < 0,01$, yang menyatakan bahwa ada pengaruh antara resiliensi dan *professional efficacy*.

Koefisien Determinasi:

Tabel 4.14 Hasil Uji Determinasi

Variabel	R	R Square
Resiliensi X * <i>Professional Efficacy</i>	$-0,611$	$0,374$

Koefisien determinasi (r^2) adalah sebesar $0,374$ (atau $37,4\%$), yang berarti hanya $37,4\%$ dari variasi dalam *efficacy* dapat dijelaskan oleh variasi dalam resiliensi. Ini juga menunjukkan *professional* bahwa pengaruh tersebut cukup kuat. Jadi, kesimpulan yang diberikan dalam pernyataan tersebut, ada pengaruh yang signifikan antara resiliensi dan *professional efficacy* berdasarkan hasil uji korelasi *Spearman* yang dilakukan. Artinya semakin tinggi resiliensi, maka semakin rendah *academic burnout* pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi.

D. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh antara resiliensi terhadap *academic burnout* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Daerah Istimewa Yogyakarta. *Academic burnout* didefinisikan sebagai kondisi kelelahan emosional, fisik, dan mental yang disebabkan oleh tuntutan akademik yang berlebihan. Kondisi ini sering kali terjadi pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir atau skripsi, di mana mereka menghadapi berbagai tekanan seperti beban kerja yang berat, tenggat waktu yang ketat, dan ekspektasi yang tinggi dari dosen pembimbing dan diri sendiri (Hasbillah & Rahmasari, 2022).

Sesui dengan penjelasan tersebut dalam penelitian ini peneliti menjadikan mahasiswa minimal semester 7 yang sedang mengerjakan skripsi di perguruan tinggi yang ada di D.I. Yogyakarta. Hasil dari penyebaran data, didapatkan hasil total responden yang tergabung pada partisipasi ini sejumlah 112 subjek meliputi gender perempuan sejumlah 82 subjek dan laki – laki sebanyak 30 subjek. Kemudian, partisipasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa dari 20 perguruan tinggi di D.I Yogyakarta.

Penelitian memiliki sejumlah tiga hipotesis yang telah diuji sebelumnya. Hipotesis pertama adalah bahwa resiliensi tidak berpengaruh terhadap dimensi kelelahan (*exhaustion*) pada *academic burnout*. Hipotesis kedua menyatakan bahwa resiliensi tidak berpengaruh terhadap dimensi sinisme (*cynicism*) pada *academic burnout*. Sedangkan hipotesis ketiga

menyatakan bahwa resiliensi berpengaruh terhadap dimensi *professional efficacy* pada variabel *academic burnout*.

Hasil analisis menunjukkan bahwa hipotesis ketiga resiliensi berpengaruh terhadap dimensi *professional efficacy* pada variabel *academic burnout*. Hal ini dibuktikan dengan nilai signifikansi antara resiliensi dan *professional efficacy* sebesar 0,000 ($p < 0,01$) dan nilai korelasi sebesar 0,611. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara resiliensi terhadap *professional efficacy* dengan pengaruh dari uji determinasi sebesar 37,4% dimana individu dengan resiliensi yang baik dapat memperkuat efikasi diri dalam menghadapi tantangan dalam dirinya.

Hasil tersebut sejalan dengan penelitian Linggi dan Hindiarto (2021) resiliensi meningkatkan kemampuan individu dalam menghadapi tantangan akademik, memperkuat efikasi diri, dan mengurangi risiko burnout karena resiliensi membantu individu untuk bangkit kembali setelah mengalami kegagalan atau kesulitan, menjaga fokus pada tujuan akademik, dan mengembangkan keterampilan hidup yang penting. Penelitian menunjukkan bahwa resiliensi berhubungan dengan kemampuan untuk mengatasi stres dan menjaga motivasi dalam situasi yang menantang.

Selain itu, resiliensi memperkuat efikasi diri dengan membantu individu mengembangkan keyakinan terhadap kemampuan mereka untuk menyelesaikan tugas tertentu, yang pada gilirannya meningkatkan kepercayaan diri mereka (Utami & Helmi, 2017). Resiliensi juga membantu individu mengelola stres dengan lebih efektif, sehingga mengurangi risiko

burnout dengan menyediakan strategi *coping* yang lebih baik dan kemampuan untuk melihat kegagalan sebagai peluang untuk belajar dan tumbuh (Salim & Fakhurrozi, 2019).

Menurut Surya dan Armiati (2023) terdapat beberapa faktor juga mempengaruhi resiliensi terhadap *academic burnout* diantaranya adalah dukungan sosial, optimisme dan spiritualitas. Dukungan sosial dalam situasi stres, dukungan social dari orang tua, teman dan dosen pembimbing dapat menjadi penopang yang bermanfaat untuk mengatasi stress. Mahasiswa sedang menyelesaikan skripsi dan memiliki tingkat optimimse yang tinggi cenderung yakin bahwa mereka akan meraih hasil yang positif, membawa harapan yang optimis. Siritualitas yang baik pada mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam menyelesaikan tugas cenderung tidak mudah stress atau tertekan karena meyakini bahwa pertolongan dari Tuhan akan datang dengan cara tidak terduga. Dengan demikian, mahasiswa tersebut, memilki kemampuan lebih baik untuk menghadapi kesulitan-kesulitan yang muncul selama proses penyelesaian skripsi.

Kemudian, dua hipotesis lainnya, yakni hipotesis pertama dan kedua, tidak diterima. Hipotesis pertama adalah bahwa resiliensi tidak berpengaruh terhadap dimensi kelelahan (*exhaustion*) pada *academic burnout*. Hal ini dibuktikan dengan nilai signifikasi antara resiliensi dan kelelahan (*exhaustion*) sebesar 0,701 ($p > 0,01$) dan nilai korelasi sebesar 0,037 sehingga tidak terdapat pengaruh. Hipotesis kedua menyatakan bahwa resiliensi tidak berpengaruh terhadap dimensi sinisme (*cynicism*)

pada *academic burnout*. Hal ini dibuktikan dengan nilai signifikansi antara resiliensi dan sinisme (*cynicism*) sebesar 0,235 ($p > 0,01$) dan nilai korelasi sebesar 0,113 sehingga tidak terdapat pengaruh.

Resiliensi tidak berpengaruh signifikan terhadap dimensi kelelahan dan sinisme pada variabel *academic burnout* karena sifat dasar resiliensi lebih berfokus pada kemampuan individu untuk bangkit kembali dan beradaptasi setelah menghadapi kesulitan, dari pada mencegah kelelahan atau sinisme secara langsung. Hasil ini menguatkan penelitian (Utami & Helmi, 2017) bahwa resiliensi membantu individu mengembangkan strategi coping yang efektif dan menjaga keseimbangan emosional, tetapi tidak selalu cukup untuk mengatasi kelelahan fisik yang intens atau sikap sinis yang berkembang dari pengalaman negatif yang berulang. Dengan kata lain, meskipun resiliensi dapat membantu individu tetap termotivasi dan optimis, efeknya mungkin tidak cukup kuat untuk sepenuhnya mengatasi kelelahan dan sinisme yang sudah mendalam.

Faktor lain yang mempengaruhi dimensi kelelahan dan sinisme pada variabel *academic burnout* meliputi kurangnya dukungan sosial, dan kondisi lingkungan belajar yang tidak kondusif. Kurangnya dukungan sosial dari teman, keluarga, atau dosen dapat membuat mahasiswa merasa terisolasi dan kurang termotivasi, yang pada akhirnya meningkatkan risiko kelelahan dan sinisme. Penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial yang rendah berhubungan dengan peningkatan kelelahan emosional dan sinisme pada mahasiswa (Putri & Masitoh, 2023). Selain itu, kondisi

lingkungan belajar yang tidak mendukung, seperti fasilitas yang kurang memadai atau metode pengajaran yang tidak efektif, dapat menambah tekanan dan frustrasi pada mahasiswa, sehingga memperburuk gejala *burnout* (Linggi & Hindiarto, 2021). Perubahan metode pembelajaran, seperti peralihan mendadak ke pembelajaran daring selama pandemi COVID-19, juga dapat meningkatkan stres dan kelelahan pada mahasiswa karena kurangnya interaksi langsung dan kesulitan dalam memahami materi secara online (Gumasing & Sesnorio, 2022). Semua faktor ini berkontribusi secara signifikan terhadap peningkatan kelelahan dan sinisme pada mahasiswa yang mengalami *academic burnout*.

Berdasarkan kategorisasi dari hasil penelitian ini diketahui dari 112 subjek dengan persentase 100% dari skala *academic burnout* pada dimensi kelelahan kategori sangat tinggi sebanyak 9 subjek dengan persentase 8%, kemudian pada kategori tinggi sebanyak 22 subjek dengan persentase 19,6%, kemudian pada kategori sedang sebanyak 44 subjek dengan persentase 39,3%, kemudian pada kategori rendah sebanyak 34 subjek dengan persentase 30,4%, dan pada kategori sangat rendah sebanyak 3 subjek dengan persentase 2,7%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa subjek memiliki *academic burnout* pada dimensi kelelahan yang tinggi yaitu berada pada kategori sedang sebanyak 44 subjek dengan persentase 39,3%. Sehingga berarti mahasiswa dominan merasa lelah, kehilangan energi dan ketidakmampuan menghadapi tugas skripsi yang dikerjakan.

Pada skala *academic burnout* dimensi sinisme kategori sangat tinggi sebanyak 5 subjek dengan persentase 4,5%, kemudian pada kategori tinggi sebanyak 23 subjek dengan persentase 20,5%, kemudian pada kategori sedang sebanyak 53 subjek dengan persentase 47,3%, kemudian pada kategori rendah sebanyak 31 subjek dengan persentase 27,7%, dan pada kategori sangat rendah sebanyak 0 subjek dengan persentase 0%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa subjek memiliki *academic burnout* pada dimensi sinisme yang tinggi yaitu berada pada kategori sedang sebanyak 53 subjek dengan persentase 47,3%. Sehingga mahasiswa cenderung bersikap menjauh dan acuh terhadap tugas skripsi.

Pada skala *academic burnout* dimensi *professional efficacy* kategori sangat tinggi sebanyak 10 subjek dengan persentase 8,9%, kemudian pada kategori tinggi sebanyak 9 subjek dengan persentase 8%, kemudian pada kategori sedang sebanyak 49 subjek dengan persentase 43,8%, kemudian pada kategori rendah sebanyak 44 subjek dengan persentase 39,3%, dan pada kategori sangat rendah sebanyak 0 subjek dengan persentase 0%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa subjek memiliki *academic burnout* pada dimensi *professional efficacy* yang tinggi yaitu berada pada kategori sedang sebanyak 49 subjek dengan persentase 43,8%. Sehingga berarti mahasiswa mampu dan yakin untuk menyelesaikan tugas skripsi mereka.

Berdasarkan kategori pada variabel skala resiliensi, subjek yang memiliki resiliensi pada kategori sangat tinggi sebanyak 9 subjek dengan

persentase 8%, kemudian pada kategori tinggi sebanyak 22 subjek dengan persentase 19,6%, kemudian pada kategori sedang sebanyak 51 subjek dengan persentase 45,5%, kemudian pada kategori rendah sebanyak 24 subjek dengan persentase 21,4%, dan pada kategori sangat rendah sebanyak 6 subjek dengan persentase 5,3%. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa subjek memiliki resiliensi yang tinggi yaitu berada pada kategori sedang sebanyak 51 subjek dengan persentase 45,59%. Sehingga menunjukkan mahasiswa dominan mampu untuk bertahan dan menyesuaikan diri setelah kejadian yang traumatis, yang artinya membuat individu beradaptasi dalam menghadapi kesulitan.

Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki kemampuan yang cukup untuk mengatasi *academic burnout*. Resiliensi membantu mahasiswa beradaptasi dan ketahanan resiliensi dapat berfungsi sebagai faktor pelindung bagi individu saat menghadapi masa-masa sulit atau tekanan. Dengan kata lain, resiliensi adalah kemampuan individu untuk menyesuaikan diri dan bangkit kembali dari tantangan sehingga tetap fokus pada tujuan yang ingin dicapai.

Berdasarkan pemaparan penelitian tersebut, peneliti menyadari bahwa penelitian yang dilakukan masih memiliki banyak kekurangan. Oleh karena itu limitasi pada penelitian ini terkait dengan pilihan jawaban yang dimodifikasi di kedua skala, dimana peneliti menggunakan skala likert yang berfungsi untuk persetujuan atau ketidaksetujuan. Skala yang digunakan semestinya adalah skala frekuensi yang berfungsi untuk mengukur seberapa

sering suatu nilai atau kategori muncul dalam kumpulan data azwar). Kemudian keterbatasan jumlah responden yang tidak mencakup seluruh perguruan tinggi di D.I Yogyakarta. Dari 110 perguruan tinggi yang ada di D.I. Yogyakarta, penelitian ini hanya melibatkan 20 perguruan tinggi. Keterbatasan ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor seperti keterbatasan waktu, minim akses kepada responden, serta minat responden untuk berpartisipasi. Hal ini mungkin mempengaruhi generalisasi temuan penelitian ini. Oleh karena itu, penelitian lanjutan yang melibatkan lebih banyak perguruan tinggi dan subjek yang lebih beragam diperlukan untuk mendapatkan gambaran yang lebih komprehensif mengenai pengaruh resiliensi terhadap *academic burnout*.