

BAB IV

PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Orientasi Kanchah dan Persiapan

1. Orientasi Kanchah

Penelitian dilakukan kepada seluruh mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi, berada di Indonesia, menempuh pendidikan di sebuah universitas, serta berusia 20 hingga 25 tahun. Peneliti melakukan pengambilan data dimulai pada tanggal 16 April 2024 hingga 1 Mei 2024. Pengambilan data tersebut dilakukan dengan cara menyebarkan kuesioner melalui *google form* dan disebarakan melalui sosial media. *Google form* tersebut terdiri dari beberapa bagian, seperti halaman persetujuan, identitas responden, instruksi pengerjaan, serta aitem-aitem pernyataan terkait variabel penelitian.

2. Persiapan

Penelitian yang dilakukan memiliki beberapa tahapan persiapan yaitu sebagai berikut:

a. Persiapan Administrasi

Penelitian tidak memerlukan surat izin secara khusus karena pengambilan data dilakukan dengan cara menyebarkan kuesioner melalui media sosial seperti whatsapps, instagram dan twitter, walaupun demikian kuesioner yang disebarakan kepada responden terdapat halaman persetujuan guna memastikan

responden tersebut bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian yang dilakukan.

b. Persiapan Alat Ukur

Peneliti juga mempersiapkan terlebih dahulu alat ukur yang akan digunakan untuk pengumpulan data. Alat ukur yang digunakan yaitu *Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS)* untuk mengukur *burnout akademik*, serta *Resilience Quotient (RQ Test)* untuk mengukur resiliensi. Kedua alat ukur tersebut dimodifikasi yang disesuaikan dengan ruang lingkup penelitian yaitu mahasiswa tingkat akhir.

Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS) memiliki 15 aitem yang terdiri dari, 9 aitem *favourable* dan 6 aitem *unfavourable*, sedangkan *Resilience Quotient (RQ Test)* memiliki 25 aitem yang terdiri dari, 19 aitem *favourable* dan 6 aitem *unfavourable*.

Sebelum skala disebarakan kepada responden melalui kuesioner, skala tersebut akan melalui tahap uji coba. Kuesioner yang disebarakan kepada responden berisi lima pilihan jawaban yaitu, sangat sesuai (SS), sesuai (S), netral (N), tidak sesuai (TS) dan sangat tidak sesuai (STS).

c. Validitas Isi Aitem

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian akan dimodifikasi dan disesuaikan dengan ruang lingkup penelitian yaitu mahasiswa tingkat akhir. Aitem yang telah dimodifikasi akan diberikan penilaian oleh para ahli yang memiliki pengetahuan mengenai alat ukur atau biasa disebut dengan *expert judgement*. Para *expert* yang terdapat dalam penelitian berjumlah 7 *expert* sehingga batas koefisien validitas isi yaitu $> 0,75$.

Berdasarkan hasil validitas isi yang telah dilakukan menunjukkan bahwa semua aitem pada alat ukur *burnout* akademik memiliki nilai $> 0,75$ sehingga dapat dikatakan bahwa semua aitem tersebut valid, sedangkan pada alat ukur *Resilience Quotient* (RQ Test) menunjukkan bahwa terdapat 2 aitem yang memiliki nilai $< 0,75$ yaitu aitem 6 dan 23 sehingga aitem tersebut dapat dikatakan gugur atau tidak dapat digunakan untuk uji coba alat ukur.

d. Uji Coba Alat Ukur Penelitian

Uji coba alat ukur dilakukan oleh peneliti guna mengetahui validitas dan reliabilitas dari alat ukur yang akan digunakan yaitu *Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS)* dan *Resilience Quotient* (RQ Test). Uji coba alat ukur disebarkan melalui *google form* kepada para responden yang sesuai dengan kriteria penelitian. Uji coba tersebut dilakukan pada tanggal 5 April

2024 kepada 52 responden yang telah sesuai dengan kriteria, yaitu mahasiswa tingkat akhir strata (S-1) yang mengerjakan skripsi, mahasiswa tingkat akhir di seluruh Indonesia, menempuh pendidikan di universitas, serta berusia sekitar 20-25 tahun. Data yang telah diperoleh dari para responden akan dianalisis menggunakan bantuan aplikasi IBM SPSS *Statistics 24*.

e. Hasil Uji Coba Alat Ukur Penelitian

Berdasarkan uji coba yang telah dianalisis menggunakan IBM SPSS *Statistics 24*, didapatkan hasil sebagai berikut:

1) *Burnout Akademik*

Hasil uji coba pada skala *Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS)* menunjukkan tidak terdapat aitem gugur, dimana 15 aitem pernyataan dinyatakan reliabel karena memperoleh nilai koefisien reliabilitas *Cronbach's alpha* pada dimensi 1 sebesar 0,808, dimensi 2 sebesar 0,802 dan dimensi 3 sebesar 0,845.

Tabel 4. 1 *Blueprint Burnout Akademik* (sesudah *try out*)

No.	Dimensi	Favorable	Unfavorable	Jumlah Item
1.	<i>Exhaustion</i>	1, 2,3,4,5	-	5
2.	<i>Cynicism</i>	6,7,8,9	-	4
3.	<i>Professional Efficacy</i>	-	10,11,12,13,14,15	6
	Total	9	6	15

2) Resiliensi

Hasil uji coba pada skala *Resilience Quotient* (RQ Test) menunjukkan bahwa dari 25 aitem terdapat 7 aitem gugur yaitu pada aitem nomor (3,5,6,17,18,23,25). Koefisien reliabilitas *Cronbach's alpha* yang diperoleh yaitu 0,952 sehingga dapat dikatakan bahwa alat ukur tersebut reliabel.

Tabel 4. 2 *Blueprint* Resiliensi (sesudah *try out*)

No.	Aspek	Favorable	Unfavorable	Jumlah Item
1.	<i>Emotional Regulation</i>	1, 2	-	2
2.	<i>Impulse Control</i>	3	-	1
3.	<i>Causal Analysis</i>	4, 5, 17, 18, 20	-	5
4.	<i>Self Efficacy</i>	6, 7, 13, 19	-	4
5.	<i>Realistic and Optimism</i>	8, 9, 14, 21	-	4
6.	<i>Empathy</i>	10	-	1
7.	<i>Reaching Out</i>	12	-	1
	Total	18	-	18

B. Laporan Pelaksanaan Penelitian

Proses penelitian diawali dengan pengambilan data untuk uji coba alat ukur yang akan digunakan. Uji coba dilakukan pada 52 responden yang sesuai dengan kriteria, yaitu mahasiswa tingkat akhir strata (S-1) yang mengerjakan skripsi, mahasiswa tingkat akhir di seluruh Indonesia, menempuh pendidikan di universitas, serta berusia sekitar 20-25 tahun. Data yang diperoleh dari hasil uji coba akan dilakukan analisa dengan menggunakan IBM SPSS *Statistics* 24, setelah dilakukannya analisa peneliti

akan membuat kuesioner berisi aitem-aitem pernyataan yang masih dapat digunakan setelah hasil analisa pada uji coba.

Peneliti melakukan pengambilan data kepada responden dimulai pada tanggal 16 April 2024 hingga 1 Mei 2024. Pengumpulan data dilakukan dengan cara menyebarkan kuesioner melalui *link google form* yang terdiri dari beberapa bagian yaitu, bagian pertama terdiri dari halaman persetujuan, bagian kedua berisi identitas responden, bagian selanjutnya yaitu instruksi pengerjaan kuesioner beserta pernyataan-pernyataan mengenai *burnout* akademik dan pada bagian terakhir berisi pernyataan-pernyataan mengenai resiliensi. *Link google form* tersebut disebarkan melalui sosial media seperti whatsapps, Instagram, twitter, telegram dan tiktok.

Berdasarkan penyebaran kuesioner yang telah dilakukan peneliti memperoleh 436 responden penelitian, dimana hasil tersebut telah sesuai dengan target awal yang dimiliki peneliti yaitu 385 responden. Target yang dimiliki peneliti telah disesuaikan dengan pendapat dari Sugiyono (2019) yaitu apabila populasi dalam penelitian tidak dapat diketahui secara pasti jumlah secara keseluruhannya, maka perhitungan jumlah sampel dapat menggunakan rumus Cochran. Rumus tersebut yaitu sebagai berikut:

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

n: Jumlah sampel yang diperlukan

z: Harga dalam kurva normal untuk simpangan 5%, dengan nilai 1,96

p: Peluang benar 50% = 0,5

q : Peluang salah 50% = 0,5

e : Tingkat kesalahan sampel (sampling error), biasanya 5%

C. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Subjek Penelitian

Berikut terdapat beberapa tabel mengenai gambaran umum mengenai data subjek penelitian yang telah mengisi kuesioner yang telah disebarkan peneliti, yaitu sebagai berikut:

Tabel 4. 3 Deskripsi data responden berdasarkan asal kota

Provinsi	N	Persentase (%)
Jawa barat	100	22,94%
Jawa tengah	62	14,22%
Jawa timur	61	13,99%
Lampung	9	2,06%
Kalimantan barat	8	1,83%
Kalimantan timur	9	2,06%
Kalimantan tengah	2	0,46%
Kalimantan Selatan	6	1,38%
Daerah Istimewa Yogyakarta	49	11,24%
DKI jakarta	48	11,01%
Sulawesi tengah	6	1,38%
Sumatera selatan	9	2,06%
Banten	26	5,96%
Bengkulu	2	0,46%
Kepulauan riau	2	0,46%
NTB	1	0,23%
Jambi	1	0,23%
Sumatera barat	4	0,92%

Maluku utara	1	0,23%
Bangka belitung	1	0,23%
Nangroe Aceh Darussalam	2	0,46%
Papua	1	0,23%
Sulawesi tenggara	2	0,46%
Bali	1	0,23%
Sumatera utara	4	0,92%
Riau	2	0,46%
NTT	1	0,23%
Sulawesi selatan	16	3,67%
Total	436	100,00%

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa terdapat beberapa asal kota dari subjek yang ikut berpartisipasi dalam penelitian. Jumlah keseluruhan kota asal subjek yaitu 95 kota yang berada di 28 provinsi.

Provinsi tersebut terdiri dari masing-masing 1 subjek yang berasal dari Provinsi Nusa Tenggara Barat, Jambi, Maluku Utara, Bangka Belitung, Papua, Bali dan NTT dengan persentase sebesar 0,23%, kemudian masing-masing 2 subjek berasal dari Kalimantan Tengah, Bengkulu, Kepulauan Riau, Nanggroe Aceh Darussalam, Sulawesi Tenggara dan Riau dengan persentase sebesar 0,46%, selanjutnya masing-masing 4 subjek berasal dari Sumatera Barat dan Sumatera Utara dengan persentase sebesar 0,92%.

Terdapat masing-masing 6 subjek berasal dari Provinsi Kalimantan Selatan dan Sulawesi Tengah dengan persentase sebesar 1,38%, serta 8 subjek berasal dari Kalimantan Barat dengan persentase

1,83%, masing-masing 9 subjek berasal dari Provinsi Lampung, Kalimantan Timur dan Sumatera Selatan dengan persentase sebesar 2,06%, selain itu terdapat 16 subjek berasal dari Provinsi Sulawesi Selatan dengan persentase 3,67%.

26 subjek berasal dari Provinsi Banten dengan persentase 5,96%, 48 subjek berasal dari Provinsi DKI Jakarta dengan persentase 11,01%, 49 subjek berasal dari Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta dengan persentase 11,24%, 61 subjek berasal dari Jawa Timur dengan persentase 13,99%, 62 subjek berasal dari Jawa Tengah dengan persentase 14,22%, serta 100 subjek berasal dari Provinsi Jawa Barat dengan persentase 22,94%.

Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan bahwa jumlah subjek tertinggi terdapat pada subjek yang berasal dari Provinsi Jawa Barat. Hal tersebut dapat disebabkan karena peneliti berasal dari Provinsi Jawa Barat sehingga responden terbanyak berasal dari Provinsi Jawa Barat.

2. Deskripsi Data Penelitian

Deskripsi data penelitian dapat menjelaskan mengenai gambaran umum terkait hasil penelitian guna memberikan kemudahan dalam menginterpretasi data penelitian.

Tabel 4. 4 Deskripsi Data Penelitian

Variabel	Hipotetik				Empirik			
	Min	Max	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD
Resiliensi	18	90	45	12	40	90	73,77	8,6
<i>Burnout</i> Akademik	15	75	37,5	10	17	67	39,65	8,4

Keterangan
 Hipotetik : didapatkan berdasarkan skala
 Empirik : didapatkan berdasarkan hasil penelitian

Berdasarkan tabel diatas, peneliti dapat mengetahui kategorisasi skor dari hasil pada setiap responden dalam setiap variabel penelitian yaitu resiliensi dan *burnout* akademik. Berikut terdapat kategorisasi berdasarkan rumus norma.

Tabel 4. 5 Rumus Norma Kategorisasi

No	Kategorisasi	Rumus Norma
1	Sangat rendah	$X < M - 1,5 \sigma$
2	Rendah	$M - 1,5 \sigma \leq X < M - 0,5 \sigma$
3	Sedang	$M - 0,5 \sigma \leq X < M + 0,5 \sigma$
4	Tinggi	$M + 0,5 \sigma \leq X < M + 1,5 \sigma$
5	Sangat Tinggi	$X > M + 1,5 \sigma$

Keterangan
 X: total skor
 M: rata-rata
 σ : standar deviasi

Peneliti mengklasifikasikan responden ke dalam lima kategorisasi yang disesuaikan dengan rumus norma kategorisasi yang telah menghasilkan temuan sebagai berikut:

Tabel 4. 6 Persentil untuk Kategorisasi Tiap Variabel

No	Kategorisasi	Resiliensi	<i>Burnout Akademik</i>
1	Sangat rendah	$X < 60,87$	$X < 27,05$
2	Rendah	$60,8 \leq X < 69,47$	$27,05 \leq X < 35,45$
3	Sedang	$69,47 \leq X < 78,07$	$35,45 \leq X < 43,85$
4	Tinggi	$78,07 \leq X < 86,67$	$43,85 \leq X < 52,25$
5	Sangat Tinggi	$X > 86,67$	$X > 52,25$

Tabel 4. 7 Kategorisasi Data Penelitian Tiap Variabel

Kategorisasi	Resiliensi		<i>Burnout Akademik</i>	
	Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat Rendah	30	6,9%	31	7.1%
Rendah	85	19,5%	112	25,7%
Sedang	195	44,5%	147	33.7%
Tinggi	100	22,9%	121	27.8%
Sangat Tinggi	27	6,2%	25	5.7%
Total	436	100%	436	100%

Berdasarkan data kategorisasi di atas dapat terlihat bahwa pada variabel resiliensi terdapat 195 atau 44,6% subjek termasuk pada kategori sedang, 100 atau 22,9% subjek berada pada kategori tinggi dan 21 subjek atau 6,2% berada pada kategori sangat tinggi. Terdapat pula 81 atau 18,5% subjek berada pada kategori rendah, serta 34 atau 7,8% berada pada kategori sangat rendah, sehingga berdasarkan data tersebut dapat diketahui bahwa resiliensi tertinggi terdapat pada kategori sedang.

Kategorisasi pada variabel *burnout* akademik dapat terlihat bahwa terdapat 147 atau 33,6% subjek berada pada kategori sedang,

122 atau 25,6% berada pada kategori tinggi, serta 25 atau 5,7% berada pada kategori sangat tinggi, kemudian terdapat 112 atau 27,9% berada pada kategori rendah, serta 31 atau 7,1% berada pada kategori sangat rendah. Dari data tersebut dapat diketahui bahwa *burnout* akademik tertinggi berada pada kategori sedang.

3. Uji Asumsi

Uji asumsi merupakan salah satu syarat yang harus dipenuhi sebelum peneliti melanjutkan ke tahap uji hipotesis. Uji asumsi meliputi uji normalitas dan linearitas. Uji asumsi tersebut dilakukan dengan bantuan IBM SPSS *Statistics* 24.

a. Uji normalitas

Uji normalitas dilakukan guna mengetahui data yang diperoleh terdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas yang digunakan yaitu *one sample kolmogorov smirnov test* menggunakan metode monte carlo. Kriteria yang dimiliki yaitu $p > 0,05$, sehingga apabila data memiliki nilai $p < 0,05$ maka dapat dikatakan data tersebut tidak terdistribusi normal (Sugiyono, 2019).

Tabel 4. 8 Hasil Uji Normalitas

Variabel	Sig.	Interpretasi
Resiliensi	0,080	Terdistribusi normal
Dimensi 1	0,061	Terdistribusi normal
Dimensi 2	0,818	Terdistribusi normal
Dimensi 3	0,511	Terdistribusi normal

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan monte carlo, diperoleh nilai sig. pada variabel resiliensi yaitu 0,080, sehingga dapat dikatakan bahwa data terdistribusi dengan normal. Terdapat hasil lainnya yaitu pada dimensi 1 *burnout* akademik memperoleh nilai sig. sebesar 0,061, sehingga dapat dikatakan bahwa data terdistribusi dengan normal, selain itu berdasarkan tabel tersebut menunjukkan bahwa nilai sig. dimensi 2 *burnout* akademik sebesar 0,818, sehingga dapat dikatakan bahwa data terdistribusi dengan normal, kemudian dimensi 3 *burnout* akademik memperoleh nilai sig. sebesar 0,511, sehingga dapat dikatakan bahwa data terdistribusi dengan normal.

Berdasarkan hasil uji normalitas tersebut dapat disimpulkan bahwa semua data yang dimiliki dapat terdistribusi dengan normal.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas dilakukan untuk mengetahui hubungan antar variabel memiliki hubungan yang linear atau tidak. Kriteria pengujian linearitas dalam penelitian ini yaitu apabila nilai signifikansi memiliki nilai 0,05 ($p < 0,05$) maka, dapat dinyatakan bahwa hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat memiliki hubungan yang linier.

Tabel 4. 9 Hasil Uji Linearitas

Variabel	P	Interpretasi
Resiliensi*Dimensi 1	0,827	Tidak Linear
Resiliensi*Dimensi 2	0,005	Linear
Resiliensi*Dimensi 3	0,000	Linear

Data tersebut menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang linear antara resiliensi dan dimensi 1 *burnout* akademik karena memperoleh nilai p sebesar 0,827, sedangkan hubungan dari resiliensi dan dimensi 2 *burnout* akademik menunjukkan bahwa memiliki hubungan yang linear dengan nilai p sebesar 0,005, serta resiliensi dan dimensi 3 memperoleh nilai p sebesar 0,000 sehingga dapat dikatakan memiliki hubungan yang linear dimana p tersebut $< 0,05$.

Berdasarkan data tersebut menunjukkan bahwa secara keseluruhan variabel resiliensi dan dimensi *burnout* akademik memiliki hubungan yang linear, tetapi kurang ideal karena terdapat satu dimensi *burnout* akademik yang memiliki nilai $p > 0,05$. Salah

satu kriteria yang tidak terpenuhi tersebut masih dapat dikatakan linear tetapi kurang ideal, sehingga masih bisa dilakukan untuk ke tahap analisis selanjutnya (Ekawati, Kinayung, Ardiyanti, Hidayat & Utomo, 2019)

c. Uji Multikolinearitas

Uji Multikolinearitas dilakukan guna melihat ada tidaknya korelasi yang signifikan antar variabel bebas. Apabila terdapat hubungan yang cenderung tinggi maka dapat menunjukkan bahwa terdapat aspek yang sama diukur pada variabel bebas, jika nilai $VIF < 10$ atau memiliki tolerance $> 0,1$, maka dikatakan tidak terdapat masalah multikolinearitas dalam model regresi (Machali, 2021).

Tabel 4. 10 Hasil Uji Multikolinearitas

Variabel	VIF	Interpretasi
Resiliensi*Dimensi 1	1,000	Tidak terjadi multikolinearitas
Resiliensi*Dimensi 2	1,000	Tidak terjadi multikolinearitas
Resiliensi*Dimensi 3	1,000	Tidak terjadi multikolinearitas

Berdasarkan tabel diatas, menunjukkan bahwa resiliensi dan tiga dimensi dari *burnout* akademik tidak terjadi multikolinearitas. Hal tersebut dapat dilihat dari nilai *Variance Inflation Factor* (VIF) sebesar $1,000 < 10$ sehingga dapat dikatakan bahwa tidak terjadi multikolinearitas.

d. Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas digunakan untuk mengetahui penyimpangan dalam uji asumsi yang dilakukan. Hal tersebut dapat terjadi karena terdapat varian variabel dalam model yang tidak sama. Peneliti melakukan uji heteroskedastisitas dengan menggunakan uji park gleyser, jika nilai signifikansi $> 0,05$, maka model tidak mengalami heteroskedastisitas.

Tabel 4. 11 Hasil Uji Heteroskedastisitas

Variabel	Sig.	Interpretasi
Resiliensi*Dimensi 1	1,000	Tidak mengalami heteroskedastisitas
Resiliensi*Dimensi 2	1,000	Tidak mengalami heteroskedastisitas
Resiliensi*Dimensi 3	1,000	Tidak mengalami heteroskedastisitas

Berdasarkan tabel diatas, menunjukkan bahwa dari tiap dimensi memiliki nilai Sig. 1,000 sehingga dapat dikatakan bahwa setiap variabel tidak mengalami gejala heteroskedastisitas.

4. Uji Hipotesis

Uji hipotesis menggunakan uji F simultan, dimana uji tersebut dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh dari semua variabel independen secara bersama-sama terhadap variabel dependen. Menurut Imam Ghozali (Daud & Monica, 2022) jika nilai Sig $< 0,05$ maka artinya variabel independen secara simultan berpengaruh terhadap variabel dependen.

Tabel 4. 12 Hasil Uji Hipotesis

Variabel	Sig.	Interpretasi
Resiliensi*Dimensi 1	0,273	Tidak berpengaruh secara simultan
Resiliensi*Dimensi 2	0,020	Berpengaruh secara simultan
Resiliensi*Dimensi 3	0,000	Berpengaruh secara simultan

Berdasarkan tabel tersebut, menunjukkan bahwa pada variabel resiliensi dan dimensi 1 *burnout* akademik memperoleh nilai sig. sebesar 0,273, sehingga dapat dikatakan bahwa variabel resiliensi dan dimensi 1 tidak memiliki pengaruh yang simultan.

Hasil lainnya menunjukkan bahwa resiliensi dan dimensi 2 *burnout* akademik memperoleh nilai sig. sebesar 0,020, sehingga dapat dikatakan bahwa variabel resiliensi dan *burnout* akademik memiliki pengaruh secara simultan, sama halnya dengan variabel resiliensi dan dimensi 3 *burnout* akademik memperoleh nilai sig. sebesar 0,000, sehingga menunjukkan bahwa resiliensi dan dimensi 3 *burnout* akademik memiliki pengaruh secara simultan.

Berdasarkan hasil yang telah diperoleh dapat disimpulkan bahwa H2 dan H3 memiliki pengaruh yang simultan, sedangkan pada H1 tidak memiliki pengaruh secara simultan karena memiliki nilai sig. $> 0,05$.

5. Koefisien Determinasi

Koefisien determinasi dilakukan karena ingin mengetahui pengaruh yang diberikan resiliensi secara simultan pada variabel *burnout* akademik.

Tabel 4. 13 Hasil Uji Determinasi

Variabel	R	R square
Resiliensi*Dimensi 1	0,072	0,005
Resiliensi*Dimensi 2	0,111	0,012
Resiliensi*Dimensi 3	0,747	0,558

Berdasarkan hasil determinasi di atas, menunjukkan bahwa resiliensi dan dimensi 1 *burnout* akademik memperoleh hasil R square sebesar 0,005, sedangkan pada resiliensi dan dimensi 2 memiliki nilai R square sebesar 0,012 serta resiliensi dan dimensi 3 memperoleh nilai sebesar 0,558, sehingga dapat dikatakan bahwa pengaruh variabel resiliensi secara simultan terhadap dimensi *burnout* akademik yaitu pada dimensi 1 sebesar 0,5%, dimensi 2 sebesar 1,2%, serta dimensi 3 yaitu 55,8%.

D. Pembahasan

Penelitian dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh dari resiliensi terhadap dimensi *burnout* akademik pada mahasiswa tingkat akhir. Seorang mahasiswa diharapkan mampu menyelesaikan masa studinya dengan baik agar dapat lulus tepat waktu. Mahasiswa yang telah menyelesaikan semester sebelumnya akan memiliki tugas

akhir atau skripsi sehingga mereka harus menyelesaikan tugas akhir tersebut dengan baik agar mampu lulus dan mendapatkan gelar sarjana (Al Musafiri & Umroh, 2022).

Berdasarkan hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa variabel resiliensi dan dimensi 1 atau *exhaustion* memperoleh nilai sig. sebesar 0,273, sehingga dapat dikatakan bahwa variabel resiliensi dan dimensi 1 tidak memiliki pengaruh yang simultan. Hal tersebut dapat disebabkan karena seorang mahasiswa masih berada di usia yang muda sehingga cenderung lebih mampu mengatasi kelelahan yang dirasakan. Penelitian yang dilakukan oleh Kusgiyanto, Suroto dan Ekawati (2017), menyebutkan bahwa persentase seseorang yang berusia 45 tahun keatas sebanyak 57,6% cenderung lebih mudah merasakan kelelahan dibandingkan dengan seseorang yang berusia dibawah 45 tahun, sehingga dapat dikatakan bahwa resiliensi tidak berpengaruh pada dimensi 1 karena rentang usia pada seorang mahasiswa cenderung tidak mudah mengalami kelelahan.

Dimensi lain dari *burnout* akademik yaitu *cynicism* memperoleh nilai sig. sebesar 0,020, sehingga dapat dikatakan bahwa variabel resiliensi dan *burnout* akademik memiliki pengaruh secara simultan. Hasil tersebut sama halnya dengan penelitian yang dilakukan oleh Emerson, Hair dan Smith (2023), bahwa ditemukan pengaruh antara resiliensi dan *cynicism*.

Seseorang dengan resiliensi yang tinggi cenderung memiliki pikiran yang positif mengenai kehidupan, serta selalu meyakini bahwa dirinya mampu mengatasi semua kesulitan yang dapat menghambat tujuan yang dimiliki, sehingga berdasarkan hal tersebut seseorang dapat terhindar dari sikap sinisme yang dapat memberikan pengaruh buruk bagi kehidupannya. *Cynicism* yang dimiliki seorang mahasiswa dapat mengacu pada sikap sinis seperti mengabaikan tugas yang menjadi tanggung jawabnya bahkan orang-orang yang berada di sekitarnya, serta rasa malas belajar yang begitu besar, sehingga menjadikan mahasiswa tersebut menjadi tidak produktif dalam segala hal yang berkaitan dengan akademik (Rusandi, Liza, & Situmorang, 2022).

Berdasarkan uji hipotesis pada resiliensi dan dimensi terakhir dari *burnout* akademik yaitu *professional efficacy* memperoleh nilai sig. sebesar 0,000, sehingga menunjukkan bahwa resiliensi dan dimensi 3 *burnout* akademik memiliki pengaruh secara simultan. Resiliensi merupakan suatu salah satu kemampuan penting yang dapat membantu seseorang untuk mengatasi situasi sulit yang berkaitan dengan akademik dan mempertahankan kepercayaan diri mereka dalam belajar. Menurut Zain (Wardhani, Murdiana & Ismail, 2024) mengatakan bahwa penurunan kepercayaan akademik dapat menjadikan seseorang merasa kesulitan pada saat menyelesaikan tugas yang dimiliki, sehingga hal tersebut menyebabkan perasaan tidak kompeten pada diri seseorang.

Terdapat perbedaan yang signifikan dari data penelitian yang ditinjau berdasarkan jenis kelamin, sehingga dapat dikatakan bahwa perempuan lebih memiliki kemungkinan besar untuk mengalami *burnout* akademik karena perempuan cenderung kurang mampu dalam mengatasi beban akademik yang dimilikinya. Hasil yang diperoleh peneliti sejalan dengan penelitian Vinter, Aus, Arror (Permatasari, Susanto & Ismail, 2020) yang menunjukkan bahwa perempuan cenderung mudah mengalami *burnout* dibandingkan laki-laki dikarenakan perempuan memiliki perasaan yang sensitif secara emosional dibandingkan dengan laki-laki, disamping itu perempuan juga cenderung menggunakan resiliensi untuk mengatasi permasalahan yang dimilikinya.

Hal tersebut dijelaskan juga dalam penelitian yang dilakukan oleh Sun dan Stewart (Oktaverina & Kritinawati, 2021) bahwa perempuan lebih mampu menggunakan faktor yang dimiliki resiliensi seperti empati, adanya komunikasi dengan orang lain untuk mencari sumber bantuan, serta dukungan sosial lainnya pada saat seseorang sedang mengalami kesulitan tertentu.

Penelitian yang dilakukan tidak luput dari adanya kekurangan. Kekurangan yang dimiliki dalam penelitian ini yaitu pernyataan yang terdapat dalam kuesioner penelitian tidak terdistribusi secara merata karena masih terdapat 10 provinsi tidak terdapat dalam data penelitian. Peneliti memiliki keterbatasan untuk menjangkau semua provinsi yang

berada di seluruh Indonesia, sehingga provinsi yang terkumpul dalam dalam penelitian hanya berjumlah 28 Provinsi.

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
PERPUSTAKAAN
YOGYAKARTA