

BAB IV

PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Orientasi Kancan dan Persiapan

1. Orientasi Kancan

Kota Yogyakarta dikenal dengan sebutan Jogja, adalah ibu kota Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) dan terkenal sebagai pusat kebudayaan, pendidikan, dan pariwisata. Kota ini terletak di selatan Pulau Jawa dan memiliki peran penting sebagai pusat akademik dan budaya Jawa. Yogyakarta memiliki banyak perguruan tinggi negeri maupun swasta. Berdasarkan data dari LLDIKTI Wilayah V per April 2024, jumlah mahasiswa aktif di DIY mencapai 282.093 orang yang tersebar di 100 perguruan tinggi dan 782 program studi, dengan besarnya populasi mahasiswa tersebut, Yogyakarta menjadi lingkungan yang sangat dinamis dan representatif untuk studi terkait kehidupan akademik dan sosial mahasiswa.

Berdasarkan pertimbangan tersebut, penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 2-12 Juni 2025. Data dikumpulkan secara *online* melalui *link Google Form* yang disebarluaskan melalui media sosial. Pemilihan metode pengumpulan data secara *online* disesuaikan dengan teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu teknik *purposive sampling*, dimana subjek dipilih berdasarkan kriteria tertentu yang telah ditentukan peneliti. Adapun subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang menjalani peran ganda sebagai mahasiswa

sekaligus pekerja paruh waktu. Dengan metode pengambilan data secara *online*, diharapkan data yang diperoleh dapat tersebar secara merata dan mencerminkan keberagaman karakteristik subjek sesuai dengan tujuan penelitian.

2. Persiapan Penelitian

a. Persiapan Administrasi

Pada tahap ini, peneliti memilih partisipan yang memenuhi kriteria tertentu sesuai dengan penelitian sebelumnya, yakni pria dan wanita berusia 18-25 tahun dan sedang menjalani kuliah sambil bekerja paruh waktu di wilayah Yogyakarta. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan metode secara *online* melalui penyebaran *link google form* kepada partisipan, sehingga tidak memerlukan surat izin dari lembaga manapun. Sebelum mengisi instrumen penelitian, partisipan diberikan pernyataan kesediaan sebagai bentuk persetujuan untuk berpartisipasi dalam studi ini.

b. Persiapan Alat Ukur

Penelitian ini menggunakan instrumen berupa skala sebagai alat ukur. Dua skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *grit* dan skala *academic burnout*.

Alat ukur *academic burnout* ini peneliti modifikasi dari peneliti Widhianingtanti dan van Lujtelaar (2022) yang berdasarkan dimensi-dimensi dari Maslach, Schaufeli dan Leiter (2001) yang terdiri dari dimensi *exhaustion*, *cynicism*, dan *personal*

accomplishment. Skala *academic burnout* terdiri dari 22 aitem pernyataan yang terdiri dari 14 aitem *favourable* dan 8 aitem *unfavourable*. Kriteria penilaian jawaban skala adalah Tidak Pernah memilih skor 1, Beberapa Kali dalam Sebulan memilih skor 2, Bulanan memilih skor 3, Beberapa Kali dalam Sebulan memilih skor 4, Setiap Minggu memilih skor 5, Beberapa Kali dalam Seminggu memilih skor 6, Setiap Hari memilih skor 7.

Alat ukur *grit* ini, peneliti memodifikasi dari peneliti Priyohadi, Suhariadi dan Fajrianti (2019) yang berdasarkan dimensi-dimensi dari Duckworth (2007) yang terdiri dari dimensi *consistency of interest* dan *perseverance of efforts*. Skala dari *grit* ini terdiri dari 8 aitem *favourable*, kriteria penilaian jawaban skala adalah Sangat Tidak Sesuai (STS) memilih skor 1, Tidak Sesuai (TS) memilih skor 2, Sesuai (S) memilih skor 3 dan Sangat Sesuai (SS) memilih skor 4.

c. Uji Validitas Alat Ukur

Uji validitas isi dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana butir-butir pernyataan dalam alat ukur telah mewakili konstruk yang hendak diukur. Proses penilaian dilakukan secara *online* menggunakan *google form* dan *spreadsheet* dalam rentang waktu 20-28 Mei 2025.

Validitas isi diuji menggunakan teknik Aiken's V melibatkan 10 orang *expert judgement* yang diantaranya merupakan 3 dosen

Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, 2 praktisi psikolog, dan 5 lainnya merupakan lulusan Sarjana Psikologi (S1) yang telah memiliki pengetahuan serta pengalaman yang relevan dalam bidang pengukuran psikologi, sehingga dianggap memiliki kompetensi dalam menilai relevansi item terhadap konstruk. Para rater diminta memberikan penilaian terhadap setiap item pada skala 1–5, yang kemudian dianalisis menggunakan rumus Aiken's V.

Standar minimal koefisien validitas Aiken's V yang digunakan dalam penelitian ini merujuk pada tabel nilai validitas aikens V sesuai jumlah rater yang dilibatkan (Aiken, 1985). Dengan jumlah 10 rater, nilai batas minimal koefisien validitas Aiken's V adalah 0,70 pada taraf signifikansi 0,05 (Shadiqi, 2023).

1) *Academic Burnout*

Alat ukur untuk menilai variabel *academic burnout* dalam penelitian ini mencakup 22 butir pernyataan yang disusun berdasarkan 3 dimensi utama yaitu, *exhaustion*, *cynicism*, dan *personal accomplishment*. Seluruh item dalam alat ukur *academic burnout* telah diuji validitas isinya menggunakan teknik Aiken's V.

Dari hasil uji validitas isi menggunakan Aiken's V terhadap 22 item pada alat ukur *academic burnout*, seluruh item dinyatakan valid karena memiliki koefisien di atas batas minimum 0,70. Tidak ada item yang gugur dalam proses

validasi ini. Koefisien Aiken's *V* dari item-item tersebut bergerak dari 0,73 hingga 0,98, sehingga tidak ada item yang gugur. Hasil ini menunjukkan bahwa setiap item dianggap cukup representatif oleh para ahli dalam mengukur dimensi-dimensi *academic burnout*.

2) *Grit*

Instrumen untuk mengukur variabel *grit* dalam penelitian ini terdiri dari 8 item, yang disusun berdasarkan 2 dimensi utama yaitu *consistency of interest* dan *perseverance of effort*. Berdasarkan hasil analisis, diketahui bahwa dari total 8 item, tidak ada item yang gugur, seluruh koefisien Aiken's *V* melebihi nilai batas minimal 0,70 sesuai dengan jumlah rater yang digunakan. Dengan demikian, 8 item dinyatakan valid dan dapat digunakan dalam pengukuran variabel *grit*.

Adapun nilai koefisien Aiken's *V* pada item-item *grit* bergerak dari 0,73 hingga 0,98, yang menunjukkan bahwa item-item tersebut memiliki tingkat representasi terhadap konstruk yang cukup tinggi.

d. Uji Coba Alat Ukur Penelitian

Skala yang disusun oleh peneliti akan melalui tahap uji coba terlebih dahulu sebelum digunakan dalam proses pengambilan data. Instrumen dalam penelitian ini terlebih dahulu diuji coba dengan tujuan untuk mengetahui sejauh mana instrumen yang telah disusun memenuhi kriteria validitas dan reliabilitas sebelum

digunakan pada pengumpulan data utama. Proses uji coba dilaksanakan dalam kurun waktu 2 -18 Juni 2025.

Instrumen disebarakan melalui *google form* secara *online* kepada partisipan yang sesuai dengan karakteristik subjek penelitian. Pada tahap ini, sebanyak 79 partisipan telah mengisi kuesioner yang disebarakan secara *online*. Namun, hanya 73 data yang dapat digunakan dalam analisis karena 6 partisipan tidak memenuhi kriteria penelitian, yaitu tidak bekerja paruh waktu. Analisis data uji coba dilakukan dengan bantuan *SPSS 16 for windows* untuk menguji nilai reliabilitas dan seleksi aitem.

e. Hasil Reliabilitas Alat Ukur dan Seleksi Aitem

Berdasarkan hasil analisis data uji coba kepada 73 partisipan ditunjukkan hasil sebagai berikut:

1) Skala *Academic Burnout*

Uji coba pada variabel *academic burnout* dilakukan dalam satu putaran analisis yang mencakup uji reliabilitas serta seleksi item berdasarkan daya diskriminasi. Instrumen *academic burnout* yang terdiri dari 22 item dianalisis menggunakan *SPSS 16 for windows*. Hasil uji menunjukkan seluruh item memiliki koefisien daya diskriminasi yang memenuhi syarat.

Nilai koefisien daya diskriminasi bergerak dari 0,38 hingga 0,82. Selain itu, uji reliabilitas menggunakan metode *alpha*

Cronbach menghasilkan nilai sebesar 0,95 yang menunjukkan bahwa alat ukur memiliki konsistensi internal yang sangat tinggi untuk mengukur *academic burnout*. Berdasarkan hasil uji coba ini, *blueprint* akhir skala *academic burnout* tetap terdiri dari 22 item dan digunakan sepenuhnya dalam proses pengumpulan data utama penelitian.

Tabel 5. *Blue print* akhir skala *Academic Burnout* (setelah uji coba)

Dimensi	Favourable	Unfavourable	Jumlah
1. <i>Exhaustion</i>	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9	-	9
2. <i>Cyniscism</i>	10, 11, 12, 13, 14	-	5
3. <i>Personal Accomplishment</i>	-	15,16,17,18,1 9, 20,21,22	8

2) Skala *Grit*

Skala ini terdiri dari 2 dimensi yaitu *consistency of interest* dan *perseverance of effort*. Uji analisis reliabilitas dan seleksi item dilakukan secara terpisah untuk masing-masing dimensi dengan dua kali putaran pada tiap dimensi. Pada dimensi pertama, yaitu *consistency of interest*, dilakukan dua kali putaran uji analisis. Pada putaran pertama, salah satu item, yaitu item nomor 4, harus gugur karena nilai koefisien daya diskriminasinya hanya sebesar 0,073, yang berada jauh di bawah batas kelayakan. Setelah item tersebut dibuang, analisis dilanjutkan ke putaran kedua dengan tiga item yang tersisa. Hasil pada putaran kedua menunjukkan bahwa koefisien daya

diskriminasi item bergerak dari 0,27 hingga 0,48. Nilai reliabilitas dimensi ini berdasarkan perhitungan *alpha Cronbach* adalah sebesar 0,56.

Pada dimensi kedua, yaitu *perseverance of effort*, analisis juga dilakukan sebanyak dua putaran. Pada putaran pertama, item nomor 8 dinyatakan tidak memenuhi kriteria karena memiliki koefisien daya diskriminasi sebesar 0,056, sehingga item tersebut digugurkan. Putaran kedua dilakukan dengan tiga item yang tersisa, hasilnya menunjukkan bahwa koefisien daya diskriminasi item berada dalam rentang 0,37 hingga 0,59, sehingga nilai reliabilitas dari dimensi ini adalah 0,61.

Meskipun nilai reliabilitas dari masing-masing dimensi tidak tinggi, hal tersebut karena jumlah item yang tersisa hanya 3 dari total 8 aitem pada masing-masing dimensi. Dengan demikian, setelah proses uji coba dan seleksi item, skala *grit* yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 6 item, masing-masing 3 item untuk setiap dimensi. Hal ini berdasarkan penelitian oleh Widhiarso dan Mada (2024) nilai *alpha* sekitar 0,50 sampai 0,60 masih dianggap dapat diterima, terutama jika jumlah item yang digunakan sedikit. Hal ini karena semakin sedikit jumlah item, biasanya nilai *alpha* cenderung lebih rendah, dan standar yang lebih ketat tidak selalu berlaku.

Tabel 6. *Blue Print* Akhir Skala *Grit* (Setelah Uji Coba)

Dimensi	Butir <i>favourable</i> Nomor Aitem	Jumlah
1. <i>COI</i>	1, 2, 3	3
2. <i>POE</i>	5, 6, 7	3
Total		6

**COI* : *Consistency of interest*

**POE* : *Perseverance of effort*

B. Laporan Pelaksanaan

Waktu pelaksanaan pengambilan data dalam penelitian ini dilakukan pada tanggal 18-25 Juni 2025. Proses tersebut dilakukan secara *online* dengan menyebarkan *link google form* kepada partisipan yang sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan dalam penelitian. Formulir yang dibagikan mencakup bagian pembuka berupa penjelasan singkat mengenai penelitian, persetujuan partisipasi (*informed consent*), informasi identitas responden, panduan pengisian, serta dua instrumen yang digunakan, yaitu skala *grit* dan skala *academic burnout*.

Link google form disebarluaskan dari berbagai *platform* media sosial seperti *Whatsapp*, *Instagram*, *Telegram*, dan *X*, dengan tujuan menjangkau partisipan secara lebih luas dan merata. Hanya mahasiswa yang berusia 18-25 tahun, sedang menempuh pendidikan tinggi sambil bekerja paruh waktu di wilayah Yogyakarta, yang diperbolehkan untuk mengisi kuesioner tersebut. Selama periode pengumpulan data, peneliti secara aktif memantau perkembangan jumlah responden setiap harinya, menyebarkan kembali *link* kuesioner melalui media sosial, serta meminta bantuan rekan-rekan untuk memperluas jangkauan penyebaran. Peneliti juga terus mengecek jumlah

partisipan yang telah mengisi sebagai upaya untuk mencapai jumlah target responden sesuai kebutuhan penelitian.

Pada tahap pengambilan data, peneliti memperoleh total 339 partisipan yang telah mengisi kuesioner secara *online* melalui *google form*. Namun, sebelum data dianalisis lebih lanjut, dilakukan proses seleksi untuk memastikan bahwa data yang dikumpulkan memenuhi kriteria jawaban. Berdasarkan hasil penyaringan, sebanyak 79 responden dinyatakan tidak memenuhi kriteria kelayakan data dan tidak dilibatkan dalam analisis, karena terdapat ketidaksesuaian dalam pengisian kuesioner.

Salah satu upaya yang dilakukan peneliti untuk memastikan validitas data adalah dengan menyisipkan satu aitem pengecoh pada kuesioner yang diletakkan di antara aitem nomor 7 dan 8. Aitem ini dirancang untuk menguji konsistensi dan kesungguhan responden dalam menjawab pertanyaan dengan instruksi khusus agar responden memilih opsi nomor 2. Namun, dari 79 responden tersebut tidak mengikuti instruksi dan memilih opsi lain, sehingga dianggap tidak mengisi kuesioner dengan sungguh-sungguh atau kurang cermat dalam membaca petunjuk. Berdasarkan pertimbangan tersebut, data dari responden-responden tersebut tidak digunakan dalam analisis akhir. Seluruh data yang tersisa, yaitu sebanyak 260 responden, telah diperiksa secara menyeluruh dan dinyatakan layak serta bebas dari permasalahan teknis tanpa adanya data-data yang bermasalah.

C. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Subjek Penelitian

Sebanyak 260 partisipan yang memenuhi kriteria berhasil dikumpulkan melalui skala yang disebarakan secara *online* menggunakan *Google Form*. Informasi mengenai karakteristik subjek penelitian ini bermanfaat bagi peneliti dalam mengidentifikasi pusat data, memahami distribusinya, serta memperoleh gambaran menyeluruh melalui visualisasi data yang diperoleh.

Penelitian oleh Mubdiyah, Rahmawati dan Ramadhan (2023) pada mahasiswa yang menjalani perkuliahan sambil bekerja pada rentang usia 18–25 tahun menunjukkan adanya kecenderungan mengalami burnout akademik. Hal ini disebabkan oleh keterlibatan yang berlangsung lama dalam kondisi yang penuh tekanan, baik dari tuntutan akademik maupun pekerjaan, sehingga menimbulkan stres dan menurunnya minat terhadap lingkungan belajar. Penjelasan ini juga berkaitan dengan sebaran data responden dalam penelitian. Gambaran dari sebaran data responden penelitian dilampirkan pada tabel berikut:

Tabel 7.
Deskripsi Responden Penelitian Berdasarkan Usia

Usia	N	Persentase (%)
18	16	6,2
19	24	9,2
20	43	16,5
21	58	22,3
22	52	20,0
23	31	11,9
24	20	7,7
25	16	6,2
Total	260	100

Merujuk pada Tabel 7, diperoleh data mengenai rentang usia responden yang sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan dalam penelitian yang berada pada usia 18-25 tahun, sebagaimana telah ditetapkan oleh peneliti. Dari tabel tersebut, diketahui bahwa jumlah responden berusia 18 dan 25 tahun masing-masing sebanyak 16 orang atau sebesar 6,2%. Sementara itu, responden berusia 19 tahun tercatat sebanyak 24 orang dengan persentase 9,2%.

43 responden dengan jumlah persentase sebesar 16,5% berada pada usia 20 tahun. Pada usia 21 tahun, jumlah responden terbanyak ditemukan, yaitu sebanyak 58 orang dengan persentase 22,3%. Selanjutnya, sebanyak 52 responden berusia 22 tahun, yang setara dengan 20,0% dari total responden. Responden berusia 23 tahun tercatat sebanyak 31 orang atau 11,9%, dan terakhir, responden berusia 24 tahun berjumlah 20 orang dengan persentase sebesar 7,7%.

Tabel 8.

Deskripsi Responden Berdasarkan Bidang Pekerjaan

Bidang Pekerjaan	Jumlah
<i>Food & Beverages</i>	80
<i>Retail & Fashion</i>	68
Administrasi & Perkantoran	58
Kurir/Driver ojek online	54
Total	260

Pada tabel 8 menunjukkan mayoritas responden dalam penelitian ini bekerja pada bidang *Food & Beverages* (F&B), yaitu sebanyak 80 mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa sektor F&B menjadi pilihan utama bagi mahasiswa yang bekerja paruh waktu. Hal ini sejalan

dengan temuan Sari dan Cahyani (2021), yang menyebutkan bahwa bidang F&B cenderung menawarkan fleksibilitas waktu dan ketersediaan lapangan kerja yang tinggi di daerah perkotaan, khususnya kota pelajar seperti Yogyakarta. Selanjutnya, bidang *Retail & Fashion* juga cukup diminati dengan jumlah 68 responden, diikuti oleh bidang Administrasi & Perkantoran sebanyak 58 responden. Sementara itu, sebanyak 54 responden bekerja sebagai kurir atau *driver* ojek *online*, yang menunjukkan bahwa pekerjaan berbasis *platform* digital juga menjadi alternatif pilihan bagi mahasiswa, terutama karena sistem kerja yang fleksibel.

Tabel 9.
Deskripsi Responden Berdasarkan Lama Bekerja

Lama Bekerja	Jumlah
3 Bulan	73
3-6 Bulan	64
6-12 Bulan	83
>1 tahun	40
Total	260

Dalam hal durasi bekerja, pada tabel 9 menunjukkan sebagian besar responden sebanyak 73 mahasiswa menyatakan bahwa mereka baru bekerja selama tiga bulan terakhir. Sebanyak 64 responden telah bekerja selama 3–6 bulan, 83 responden selama 6–12 bulan, dan 40 responden telah bekerja lebih dari satu tahun. Data ini menggambarkan bahwa banyak mahasiswa yang baru memulai pekerjaan paruh waktunya, namun ada juga sebagian yang telah cukup lama menyeimbangkan tanggung jawab akademik dan pekerjaan. Penelitian oleh Fitriana (2020)

menunjukkan bahwa durasi bekerja yang lebih lama dapat memengaruhi tingkat kelelahan akademik karena tekanan waktu yang terus berulang, namun juga dapat meningkatkan kemampuan manajemen waktu jika disertai adaptasi yang baik pada mahasiswa.

Tabel 10.

Deskripsi Responden Berdasarkan Rata-Rata Jam Kerja

Rata-rata jam bekerja	Jumlah
< 15 Jam	25
15-35 jam	218
> 35 jam	17
Total	260

Dari segi rata-rata jam kerja per minggu, mayoritas mahasiswa dalam penelitian ini (218 orang) bekerja antara 15–35 jam per minggu. Sementara itu, terdapat 25 responden yang bekerja kurang dari 15 jam, dan sebanyak 17 responden bekerja lebih dari 35 jam per minggu. Temuan ini sejalan dengan penelitian Octavia dan Nugraha (2013) yang menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa yang kuliah sambil bekerja memiliki jam kerja yang berkisar antara 25–36 jam per minggu. Hal ini menunjukkan bahwa beban kerja mahasiswa yang tinggi dapat menimbulkan konflik pada mahasiswa yang bekerja. Konflik dapat terjadi karena kurangnya waktu yang tersedia untuk memenuhi kewajiban tugas lain. Hal ini menunjukkan bahwa keseimbangan antara tanggung jawab akademik dan pekerjaan lebih mudah dicapai ketika beban kerja berada dalam batas waktu yang wajar.

Dengan demikian, meskipun sebagian kecil responden dalam penelitian ini bekerja lebih dari 35 jam per minggu, kondisi tersebut tetap penting untuk dianalisis, mengingat tingginya beban kerja berpotensi meningkatkan risiko stres akademik dan burnout. Keberadaan kelompok ini memberikan perspektif tambahan mengenai bagaimana variasi jam kerja dapat memengaruhi keseimbangan peran sebagai mahasiswa sekaligus pekerja.

2. Deskripsi Data Penelitian

Setelah data diperoleh, peneliti melakukan perhitungan untuk mendapatkan nilai empirik dan nilai hipotetik. Nilai empirik diperoleh dari data asli sampel penelitian sedangkan untuk nilai hipotetik diperoleh dari hasil nilai *mean* dan standar deviasi sejumlah aitem

Tabel 11.
Deskripsi Data Penelitian

Variabel	Skor Empirik				Skor Hipotetik			
	Xmin	Xmax	Mean	SD	Xmin	Xmax	Mean	SD
COI	3	12	8,407	2,802	3	12	7,5	1,5
POE	3	12	8,388	2,738	3	12	7,5	1,5
AB	29	145	94,70	24,78	22	154	88,0	22,0

Keterangan:

Skor Empirik diperoleh dari hasil data penelitian

Skor Hipotetik diperoleh dari skala

Berdasarkan tabel 11 diatas, diketahui berdasarkan hasil analisis deskriptif, diketahui bahwa skor empirik untuk dimensi *consistency of interest* memiliki nilai minimum 3, maksimum 12, dengan rata-rata 8,41 dan standar deviasi sebesar 2,80. Skor hipotetik dimensi ini berada pada rentang 3 hingga 12, dengan *mean* 7,5 dan standar deviasi 1,5. Dimensi

perseverance of effort, skor empirik menunjukkan nilai minimum 3 dan maksimum 12, dengan nilai rata-rata 8,39 dan standar deviasi 2,74. Skor hipotetiknya sama seperti X1, yaitu minimum 3, maksimum 12, rata-rata 7,5 dan standar deviasi 1,5. Sedangkan pada dimensi *academic burnout*, diperoleh skor empirik dengan nilai minimum 29, maksimum 145, *mean* 94,70 dan standar deviasi 24,79. Skor hipotetik dimensi *academic burnout* adalah minimum 22, maksimum 154, *mean* 88,0 dan standar deviasi 22,0.

Hasil dari deskripsi penelitian ini akan diaplikasikan oleh peneliti untuk mengelompokkan nilai yang didapatkan oleh tiap responden pada masing-masing variabel yang diteliti. Azwar (2021) menyatakan bahwa proses kategorisasi didasarkan pada anggapan bahwa skor individu dalam suatu kelompok merepresentasikan estimasi skor dalam satuan hipotetik tertentu, serta berlandaskan pada anggapan bahwa skor dalam populasi berdistribusi normal. Tujuan dari kategorisasi ini adalah untuk mengetahui distribusi data penelitian, apakah berada pada tingkat yang rendah, sedang, atau tinggi.

Tabel 12.
Rumus Kategorisasi

Rumus Kategorisasi	
Sangat Tinggi	$X \geq M + 1,8 \text{ SD}$
Tinggi	$M + 0,6 \text{ SD} \leq X < M + 1,8 \text{ SD}$
Sedang	$M - 0,6 \text{ SD} \leq X < M + 0,6 \text{ SD}$
Rendah	$M - 1,8 \text{ SD} \leq X < M - 0,6 \text{ SD}$
Sangat Rendah	$X < M - 1,8 \text{ SD}$

Tabel 13.

Kriteria Kategorisasi Tiap Variabel

Kategorisasi	<i>Consistency of interest</i>	<i>Perseverance of effort</i>	<i>Academic Burnout</i>
Sangat Tinggi	$X > 13$	$X > 13$	$X > 139$
Tinggi	$10 \leq X < 13$	$10 \leq X < 13$	$110 \leq X < 139$
Sedang	$7 \leq X < 10$	$7 \leq X < 10$	$80 \leq X < 110$
Rendah	$3 \leq X < 7$	$3 \leq X < 7$	$50 \leq X < 80$
Sangat Rendah	$X < 3$	$X < 3$	$X < 50$

Tabel 14.

Kategorisasi Data Penelitian Tiap Variabel

Kategorisasi	<i>Consistency of interest</i>		<i>Perseverance of effort</i>		<i>Academic Burnout</i>	
	Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat Tinggi	0	0,0	0	0,0	5	1,9
Tinggi	146	56,2	140	53,8	67	25,8
Sedang	37	14,2	37	14,2	87	33,5
Rendah	77	29,6	83	31,9	90	34,6
Sangat Rendah	0	0,0	0	0,0	11	4,2

Mengacu pada Tabel 14 di atas mengungkapkan mayoritas responden memiliki *consistency of interest* pada kategori tinggi, yaitu sebanyak 146 responden dengan persentase sebesar 56,2%. Selanjutnya, sebanyak 77 responden (29,6%) berada pada kategori rendah, dan 37 responden (14,2%) berada pada kategori sedang. Tidak terdapat responden yang berada pada kategori sangat tinggi maupun sangat rendah pada dimensi ini.

Pada dimensi *perseverance of effort*, sebagian besar responden juga berada pada kategori tinggi, yaitu sebanyak 140 responden atau 53,8%. Sebanyak 83 responden (31,9%) berada dalam kategori rendah, dan 37 responden (14,2%) dalam kategori sedang. Sama seperti pada

consistency of interest, tidak ditemukan responden yang tergolong dalam kategori ekstrim, baik sangat tinggi maupun sangat rendah.

Sementara itu, hasil kategorisasi pada variabel *academic burnout* menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada kategori rendah, yaitu sebanyak 90 responden dengan persentase sebesar 34,6%. Sebanyak 87 responden (33,5%) berada pada kategori sedang, dan 67 responden (25,8%) berada pada kategori tinggi. Selain itu, terdapat 11 responden (4,2%) yang berada dalam kategori sangat rendah, dan 5 responden (1,9%) pada kategori sangat tinggi.

3. Uji Asumsi

Sebagai langkah awal sebelum menguji hipotesis, peneliti terlebih dahulu melakukan uji asumsi. Dalam hal ini, peneliti melakukan uji asumsi dengan menerapkan uji normalitas dan uji linearitas. Proses analisis dilakukan menggunakan program *SPSS versi 16 for Windows*, dan berikut ini disajikan hasil dari uji normalitas yang telah dilaksanakan.

1. Uji normalitas

Uji normalitas dilakukan oleh peneliti untuk mengetahui apakah data dalam penelitian ini berdistribusi normal. Pengujian dilakukan dengan menggunakan *software SPSS versi 16 for windows* dan metode Kolmogorov-Smirnov. Jika nilai signifikansi yang diperoleh $>0,05$, maka data tersebut dianggap berdistribusi normal.

Tabel 15.
Hasil Uji Normalitas

Variabel	Sig.	Interpretasi
COI	0,00	Tidak normal
POE	0,00	Tidak normal
AB	0,00	Tidak normal

*COI : *Consistency of interest*

*POE : *Perseverance of effort*

*AB : *Academic burnout*

Berdasarkan hasil uji normalitas yang ditampilkan pada Tabel 15, diketahui bahwa skala *consistency of interest* memiliki nilai sig 0,00 yang berarti $<0,05$. Hal ini menunjukkan data pada skala tersebut tidak berdistribusi normal. Selanjutnya, pada skala *perseverance of effort*, nilai signifikansi yang diperoleh yaitu 0,00, sehingga menunjukkan distribusi data pada skala ini tidak normal. Begitu pula pada skala *academic burnout* dengan nilai signifikansi 0,00 yang mengindikasikan bahwa data tidak terdistribusi normal karena tidak memenuhi kriteria nilai signifikansi $>0,05$.

Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa data tidak berdistribusi normal, sehingga analisis selanjutnya tidak memungkinkan untuk menggunakan uji statistik parametrik. Maka dalam penelitian ini, peneliti menggunakan uji korelasi *Spearman Rank (Spearman's rho)* sebagai metode alternatif non-parametrik untuk menganalisis keterkaitan antar variabel dalam penelitian ini.

2. Uji Linieritas

Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui apakah dua variabel memiliki hubungan yang bersifat linear secara signifikan. Pengujian biasanya diperlukan sebelum melakukan perhitungan korelasi atau analisis regresi linear. Terdapat dua acuan dalam menarik kesimpulan dari hasil uji linearitas. Pertama, pada baris *Linearity*, jika nilai signifikansi $<0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan linier antara variabel X dan Y. Selanjutnya, pada bagian *Deviation from Linearity*, apabila nilai signifikansinya $>0,05$, maka hubungan antara X dan Y juga dapat dianggap bersifat linier (Shadiqi, 2023).

Tabel 16.
Hasil Uji Linearitas

Variabel		F	P	Interpretasi
COI	AB	9.425	.000	Tidak Linier
POE	AB	8.612	.000	Tidak Linier

*COI : *Consistency of interest*

*POE : *Perseverance of effort*

Hasil uji linearitas di atas pada baris *Deviation from Linearity* menunjukkan hasil yang dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan linier antara dimensi *consistency of interest* dengan *academic burnout* dan pada dimensi *perseverance of effort* dengan *academic burnout*, hal ini ditunjukkan oleh nilai signifikansi pada dimensi *consistency of interest* bagian *deviation from linearity* sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Kemudian, hubungan antara dimensi *perseverance of effort* dengan *academic burnout* menunjukkan nilai

signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$), kedua dimensi ini menunjukkan pola yang tidak linier atau menunjukkan terjadinya penyimpangan.

3. Uji Hipotesis Dengan Uji *spearman Rank*

Setelah dipastikan bahwa data tidak berdistribusi normal, maka analisis dilanjutkan dengan menggunakan uji korelasi *Spearman Rank*. Uji ini bertujuan untuk melihat adanya hubungan antara variabel independen (X1 dan X2) dengan variabel dependen (Y).

Tabel 17.
Hasil uji *Spearman rank*

	<i>Spearman Rho</i>	<i>COI (X1)</i>	<i>POE (X2)</i>	<i>AB(Y)</i>
<i>COI (X1)</i>	<i>Correlation Coefficient</i>	1.000	.725**	-.507**
	<i>Sig. (2-tailed)</i>	.	.000	.000
	<i>N</i>	260	260	260
<i>POE (X2)</i>	<i>Correlation Coefficient</i>	.725**	1.000	-.463**
	<i>Sig. (2-tailed)</i>	.000	.	.000
	<i>N</i>	260	260	260
<i>AB (Y)</i>	<i>Correlation Coefficient</i>	-.507**	-.463**	1.000
	<i>Sig. (2-tailed)</i>	.000	.000	.
	<i>N</i>	260	260	260

**COI* : *Consistency of interest*

**POE* : *Perseverance of effort*

**AB* : *Academic burnout*

Berdasarkan hasil uji korelasi *Spearman Rank*, hubungan antara dimensi *consistency of interest (X1)* dan *academic burnout (Y)* menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar -0,507 dengan signifikansi 0,000 ($< 0,05$). Hasil ini menunjukkan adanya hubungan negatif yang sangat signifikan dengan kekuatan sedang (moderat) antara kedua variabel tersebut.

Hasil ini menunjukkan semakin tinggi kemampuan individu untuk mempertahankan minat terhadap tujuan jangka panjang, maka tingkat *academic burnout* yang dialami cenderung lebih rendah. Hal ini dapat dijelaskan karena individu yang konsisten dalam minatnya lebih mampu menjaga motivasi dan arah tujuan, sehingga tidak mudah mengalami kejenuhan, sinisme, atau kelelahan emosional dalam menjalankan aktivitas akademik.

Sementara itu, hubungan antara dimensi *perseverance of effort* (X2) dan *academic burnout* (Y) menghasilkan nilai koefisien korelasi sebesar -0,463 dengan signifikansi 0,000 ($< 0,05$). Meskipun juga menunjukkan hubungan negatif yang sangat signifikan, kekuatan hubungannya berada pada kategori lemah.

Hal ini menunjukkan, individu yang memiliki tingkat ketekunan dalam menghadapi tantangan cenderung mengalami *burnout* yang lebih rendah. Mereka tidak mudah menyerah saat menghadapi tekanan akademik, tetapi karena hubungan ini tidak sekuat *consistency of interest*, dapat disimpulkan bahwa mempertahankan minat jangka panjang mungkin lebih penting dalam mencegah *burnout* dibanding hanya sekadar gigih secara fisik atau usaha.

Secara keseluruhan, kedua dimensi *grit* memiliki hubungan yang berlawanan arah terhadap *academic burnout*, yang berarti semakin tinggi *grit* seseorang baik dalam hal ketekunan maupun

konsistensi minat maka semakin rendah kemungkinan individu tersebut mengalami *academic burnout*. Namun, dimensi *consistency of interest* memiliki pengaruh yang lebih kuat dibanding dimensi *perseverance of effort*, yang menunjukkan bahwa stabilitas minat jangka panjang memiliki peran yang lebih dominan dalam menjaga kesehatan mental akademik mahasiswa.

Tabel 18.

Interpretasi Nilai *Spearman Rho* (Nelvidawati dan Kasman, 2023)

Rho positif	Rho negatif	Kategori
$0,9 \leq \rho < 1$	$-0,9 \leq \rho < -1$	Sangat kuat
$0,7 \leq \rho < 0,9$	$-0,7 \leq \rho < -0,9$	Kuat
$0,5 \leq \rho < 0,7$	$-0,5 \leq \rho < -0,7$	Moderat
$0,3 \leq \rho < 0,5$	$-0,3 \leq \rho < -0,5$	Lemah
$0 \leq \rho < 0,3$	$-0 \leq \rho < -0,3$	Sangat lemah

4. Analisis Tambahan

a. Uji beda berdasarkan jenis kelamin

Uji beda dalam penelitian ini menggunakan pendekatan non-parametrik, yaitu melalui analisis *Mann-Whitney*. Uji *Mann-Whitney* digunakan sebagai uji non-parametrik untuk menilai perbedaan antara dua kelompok independen ketika distribusi data tidak normal atau ketika variabel yang dianalisis berada pada skala ordinal (Sugiyono, 2022). Uji dikatakan signifikan jika nilai *asympt.sig* $< 0,05$ (Yamin dan Kuniawan, 2013) Uji ini berfungsi sebagai alternatif dari uji t-test independen untuk data yang tidak terdistribusi secara normal.

Pada penelitian ini uji ini digunakan sebagai analisis tambahan yang bertujuan untuk mengetahui tingkat *academic burnout* berdasarkan pembagian jenis kelamin antara laki-laki dan perempuan. Kelompok ini dibagi menjadi 2 kelompok dengan jumlah total responden sebanyak 260 orang.

Tabel 19.
Hasil uji *Mann-Whitney U*

	LP	N	Mean Rank	Sum of Ranks
<i>Academic Burnout</i>	Laki-laki	121	113.41	13723.00
	Perempuan	139	145.37	20207.00
	Total	260		

Tabel 20.
Test Statistic Mann-Whitney U

	<i>Burnout</i>
<i>Mann-Whitney U</i>	4916.5
<i>Wilcoxon W</i>	14927.5
Z	-5.753
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>	.000

Berdasarkan hasil uji *Mann-Whitney U*, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0.000 ($p < 0.05$), yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat *academic burnout* yang signifikan antara dua kelompok tersebut. Hal ini dibuktikan dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 $< 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa perbedaan tersebut signifikan secara statistik. Rata-rata (*mean rank*) untuk kelompok wanita tercatat sebesar 145,37, sedangkan kelompok laki-laki sebesar 113,41.

Selisih nilai *mean rank* ini menunjukkan bahwa mahasiswi cenderung memiliki tingkat *academic burnout* yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa perbedaan jenis kelamin turut memengaruhi tingkat *academic burnout* pada mahasiswa yang menjalani perkuliahan sambil bekerja.

D. Pembahasan

Penelitian ini dimaksudkan untuk mengkaji keterkaitan antara *grit* yang terdiri dari 2 dimensi, yaitu *consistency of interest* dan *perseverance of effort*, dengan *academic burnout* pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu di Yogyakarta. Peneliti menguji dua hipotesis, yang menunjukkan adanya hubungan negatif yang sangat signifikan antara kedua variabel tersebut. Arah kedua hubungan antar variabel ini berada pada kategori moderat dan lemah, dimana adanya hubungan negatif antara *consistency of interest* dengan *academic burnout*, dan adanya hubungan negatif antara *perseverance of effort* dengan *academic burnout*.

Temuan dalam penelitian ini selaras dengan hasil studi yang dilakukan oleh Zahra, Aini, Ningsih, Nuwansa, Amna (2024) yang menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa yang bekerja paruh waktu mengalami tingkat *burnout* yang tinggi, hal ini menunjukkan bahwa tekanan dan kelelahan yang dialami mahasiswa kerja paruh waktu perlu menjadi perhatian karena dampaknya yang besar terhadap kesejahteraan dan performa akademik mahasiswa. Aru dan Wulandari (2024) yang

menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan pada kegigihan dan *academic burnout*, semakin tinggi kegigihan maka akan semakin rendah *academic burnout* pada mahasiswa. Sebaliknya, semakin rendah kegigihan maka akan semakin tinggi *academic burnout* pada mahasiswa.

Meskipun kedua penelitian sebelumnya memiliki fokus penelitian yang berbeda terutama pada subjek penelitian, keduanya sama-sama menunjukkan tingkat *burnout* yang tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa *academic burnout* dapat muncul dalam berbagai situasi yang menuntut mahasiswa menghadapi tekanan berkepanjangan, baik itu berasal dari beban kerja antara kuliah dan pekerjaan, maupun dari tekanan akademik internal seperti tugas akhir. Keduanya mencerminkan kondisi stres yang menguras energi emosional dan mental mahasiswa. Ini menguatkan pandangan bahwa *academic burnout* tidak hanya dipengaruhi oleh satu jenis stresor, melainkan oleh akumulasi tuntutan akademik dan non-akademik yang tidak tertangani secara adaptif.

Kemudian penelitian oleh Ibrahim, Alenezi, Hagrass, dan Abdou (2025) yang mengungkapkan adanya hubungan signifikan antara tingkat *grit* dan *burnout* akademik pada mahasiswa. Secara khusus, semakin tinggi *grit* yang dimiliki, maka semakin rendah tingkat *burnout* yang dirasakan. Dalam penelitian tersebut, nilai korelasi antara *grit* dan *burnout* menunjukkan kekuatan hubungan dalam kategori sedang (moderat). Selain

itu, penelitian yang dilakukan oleh Amelia, Asiyah dan Anto (2025) juga menemukan adanya hubungan negatif yang signifikan antara kedua variabel tersebut, yang mengindikasikan bahwa mahasiswa dengan tingkat *grit* yang lebih tinggi cenderung mengalami *burnout* akademik yang lebih rendah.

Jumlah responden dalam penelitian ini terdiri dari 121 laki-laki dan 139 perempuan, dengan kelompok usia mayoritas berada pada rentang 22–25 tahun. Proporsi usia ini menunjukkan bahwa banyak mahasiswa yang bekerja paruh waktu cenderung berada di jenjang akhir studi, hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Kastaman dan Coralia (2022) dimana usia rata-rata responden berada di usia 22-25 tahun, hasil penelitian menunjukkan bahwa usia tersebut lebih rentang mengalami *burnout*. Penelitian sebelumnya oleh Arifah dan Sari (2023) juga menunjukkan bahwa mahasiswa tingkat akhir usia 22-25 tahun lebih rentan terhadap *burnout* akademik, hal ini dibuktikan dengan survey yang dilakukan peneliti sebelumnya kepada responden penelitian yang menyatakan kelelahan dalam menjalani kuliah sambil bekerja, menyatakan tugas terasa sangat berat, dan memang mengabaikan perkuliahannya dan lebih memilih untuk bekerja. Selain itu, faktor beban kerja dan stres yang dialami mahasiswa tersebut juga berkontribusi terhadap kejadian *burnout*, sebagaimana dijelaskan dalam berbagai studi terdahulu yang menyatakan bahwa konflik peran dan beban kerja menjadi faktor utama penyebab *burnout* pada mahasiswa yang bekerja.

Pada penelitian ini menunjukkan mayoritas responden dalam penelitian ini bekerja di bidang *food and beverages* (F&B) dengan jumlah sebanyak 80 orang. Selanjutnya, sebanyak 68 responden bekerja di bidang *retail dan fashion*, diikuti oleh 58 orang yang bekerja di bidang administrasi dan perkantoran. Sementara itu, sebanyak 54 responden tercatat bekerja sebagai kurir atau driver ojek online. Temuan ini sejalan dengan penelitian oleh Happsari, Zikrinawati, dan Ikhrom (2025) yang menunjukkan mayoritas mahasiswa yang melakukan pekerjaan paruh waktu berasal dari bidang *Food and Beverage* (FnB), seperti menjadi barista di *coffeshop*. Selain itu, sebagian mahasiswa lainnya juga banyak bekerja sebagai *content creator*.

Temuan ini menunjukkan bahwa pekerjaan paruh waktu yang paling umum dilakukan oleh mahasiswa adalah di sektor jasa makanan dan minuman serta bidang kreatif. Hal ini dipengaruhi oleh kerja yang fleksibel dan sesuai dengan kebutuhan mahasiswa untuk mengisi waktu luang maupun mendukung kebutuhan ekonomi mahasiswa. Sektor F&B menjadi pilihan pekerjaan yang paling dominan di kalangan mahasiswa yang bekerja paruh waktu. Hal ini dapat disebabkan oleh ketersediaan lapangan kerja yang luas, fleksibilitas waktu kerja, serta kemudahan akses bagi mahasiswa dalam sektor tersebut. Selain itu, dominasi pekerjaan di sektor-sektor jasa dan layanan juga menunjukkan kecenderungan mahasiswa memilih pekerjaan yang dapat dijalani secara fleksibel di tengah tuntutan akademik yang mereka hadapi.

Dari total 260 responden, sebagian besar telah bekerja selama 6-12 bulan, yaitu sebanyak 83 orang. Selanjutnya, sebanyak 73 responden menyatakan baru bekerja selama 3 bulan, dan 64 responden telah bekerja selama 3 hingga 6 bulan. Sementara itu, hanya 40 responden yang memiliki pengalaman kerja lebih dari satu tahun. Data ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa yang bekerja paruh waktu berada pada tahap awal hingga menengah dalam pengalaman kerja mereka.

Temuan ini sejalan dengan penelitian oleh Mubdiyah, Rahmawati dan Ramadhan (2023) yang menunjukkan rata-rata lama bekerja pada mahasiswa berkisar dari waktu 6-12 bulan, hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa telah menjalani aktivitas kerja sambil menempuh studi selama cukup lama, sehingga kemungkinan besar mahasiswa mengalami kondisi stres dan kelelahan emosional. Hal ini dapat mengindikasikan bahwa sebagian besar dari mahasiswa mungkin masih dalam proses penyesuaian terhadap dunia kerja dan tengah membangun ritme antara tanggung jawab akademik dan pekerjaan. Durasi kerja yang relatif singkat ini juga bisa mencerminkan fleksibilitas atau tingginya perputaran pekerjaan dalam jenis pekerjaan yang umum diambil oleh mahasiswa.

Kemudian rata-rata jam kerja dalam penelitian ini menunjukkan sebagian besar responden, yaitu sebanyak 218 mahasiswa, memiliki jam kerja antara 15 hingga 35 jam per minggu. Sementara itu, terdapat 25 responden yang bekerja kurang dari 15 jam per minggu dan 17 responden

yang bekerja lebih dari 35 jam per minggu. Zahra, Aini, Ningsih, Nuwansa, dan Amna (2024) mengungkapkan bahwa mayoritas mahasiswa pekerja paruh waktu memiliki rata-rata jam kerja 6 jam per hari, temuan ini menegaskan bahwa semakin tinggi intensitas jam kerja mingguan, semakin besar risiko mengalami *academic burnout* pada mahasiswa pekerja paruh waktu. Hal ini dapat mengindikasikan adanya upaya dari mahasiswa untuk menjaga keseimbangan antara waktu kerja dan tanggung jawab akademik mereka. Jam kerja yang tidak terlalu sedikit namun juga tidak berlebihan memberikan ruang bagi mahasiswa untuk tetap terlibat dalam pekerjaan sambil tetap mempertahankan performa akademik yang stabil.

Demikian pula, proporsi jumlah mahasiswa perempuan yang mengalami *academic burnout* lebih tinggi dibandingkan mahasiswa laki-laki. Pada penelitian yang dilakukan oleh Amarsa, Ramdhani, Taufiq, Saripah (2023) menunjukkan ada perbedaan yang signifikan terhadap perbedaan tingkat *burnout* pada mahasiswa laki-laki dan perempuan, dimana mahasiswa perempuan memiliki skor *academic burnout* cenderung lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Hal ini dapat mencerminkan peningkatan partisipasi perempuan dalam pekerjaan paruh waktu, yang turut berdampak pada tingkat kelelahan akademik yang mereka alami.

Pada uji Hipotesis menggunakan analisis korelasi *Spearman Rank*, hasil uji menunjukkan bahwa kedua hipotesis diterima, dengan arah hubungan negatif dan sangat signifikan. Dimensi *consistency of interest*

memiliki nilai koefisien korelasi sebesar $-0,507$ ($p = 0,000$), sementara dimensi *perseverance of effort* memiliki nilai korelasi sebesar $-0,463$ ($p = 0,000$). Kedua hubungan tersebut termasuk dalam kategori lemah hingga moderat, di mana nilai $-0,507$ tergolong korelasi sedang dan $-0,463$ termasuk dalam kategori lemah. Meskipun kekuatannya tidak tinggi, temuan ini konsisten dengan teori *grit* yang menyatakan bahwa individu yang memiliki minat yang stabil dan tekun cenderung lebih mampu menghadapi tekanan akademik dalam jangka panjang.

Nilai korelasi yang diperoleh dalam penelitian ini memiliki persamaan dari beberapa penelitian sebelumnya, seperti pada penelitian Kastaman dan Coralia (2022) Perbedaan ini mungkin disebabkan oleh karakteristik subjek penelitian, seperti beban kerja sebagai mahasiswa dan pekerja, yang membuat mereka lebih rentan terhadap *burnout* meskipun memiliki *grit*. Dalam konteks ini, *grit* memang berperan dalam menurunkan tingkat *burnout*, namun faktor lain di luar *grit* juga dapat mempengaruhi tingkat *burnout* mahasiswa. Beberapa faktor yang mungkin relevan adalah regulasi emosi, dukungan sosial, beban akademik, manajemen waktu, hingga motivasi intrinsik. Untuk mahasiswa yang bekerja paruh waktu, tekanan dari pekerjaan, serta kurangnya waktu istirahat juga berpotensi memperburuk kondisi *burnout*.

Uji nonparametrik merupakan metode statistik yang tidak memerlukan asumsi tentang distribusi data populasi, sehingga sering

disebut sebagai metode bebas distribusi. Metode ini sangat berguna ketika data berskala nominal atau ordinal dan tidak berdistribusi normal (Annisak, Zainuri dan Fadilla, 2024). Uji ini didesain untuk analisis data yang tidak memenuhi asumsi statistik parametris, seperti distribusi normal, dan biasanya digunakan ketika data yang tersedia terbatas atau pengukuran dengan skala lemah. Selain menganalisis hubungan antar variabel, peneliti juga melakukan uji perbedaan tingkat *burnout* berdasarkan jenis kelamin menggunakan uji *Mann-Whitney U*. Hasilnya menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara laki-laki dan perempuan dalam hal tingkat *academic burnout*, dengan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$. Nilai *mean rank* kelompok perempuan sebesar 145,37 lebih tinggi dibandingkan kelompok laki-laki sebesar 113,41, yang menunjukkan bahwa perempuan cenderung mengalami *academic burnout* lebih tinggi.

Hal ini dapat dikaitkan dengan temuan penelitian sebelumnya oleh Puspita dan Kusumaputri (2021) yang menyebutkan bahwa perempuan lebih rentan terhadap tekanan emosional dan kelelahan, terutama karena faktor psikososial dan beban ganda yang dihadapi di lingkungan akademik maupun pekerjaan. Hal ini dijelaskan bahwa perempuan cenderung mengalami stres lebih mudah karena peran ganda dan perasaan yang lebih sensitif, serta harapan tinggi terhadap tanggung jawab pribadi dan profesional. Selain itu, penelitian menunjukkan bahwa perempuan memiliki skor *burnout* yang lebih tinggi, terutama pada dimensi kelelahan emosional.

Pada kategorisasi skor *grit* dan *burnout*, sebagian besar responden memiliki tingkat *consistency of interest* dan *perseverance of effort* yang tinggi. Sebanyak 56,2% responden termasuk dalam kategori tinggi pada dimensi *consistency of interest*, sedangkan 53,8% responden berada pada kategori tinggi untuk *perseverance of effort*. Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa yang bekerja paruh waktu dalam penelitian ini memiliki minat yang konsisten serta upaya yang gigih dalam menjalani aktivitas akademik dan pekerjaan mereka. Hal ini selaras dengan penelitian oleh Amelia, Asiyah dan Anto (2025) yang menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *grit* yang dimiliki mahasiswa, semakin rendah kemungkinan mereka mengalami *burnout*. Hal ini karena *grit* memungkinkan mahasiswa untuk mempertahankan motivasi, mengatasi stres, dan terus berusaha walaupun menghadapi tekanan dan hambatan dalam studi. dengan karakteristik individu yang memiliki *grit* tinggi, yaitu tetap bertahan pada tujuan jangka panjang meskipun menghadapi berbagai hambatan.

Sementara itu, pada variabel *academic burnout*, responden paling banyak berada pada kategori rendah yaitu sebesar 34,6%, diikuti oleh kategori sedang sebesar 33,5%, dan tinggi sebesar 25,8%. Hanya 1,9% responden yang tergolong dalam kategori sangat tinggi *burnout* dan 4,2% dalam kategori sangat rendah. Distribusi ini mengindikasikan bahwa sebagian besar mahasiswa dalam penelitian ini tidak mengalami kelelahan akademik yang ekstrem. Mereka cenderung berada pada tingkat *burnout* yang masih dalam batas wajar atau moderat. Temuan ini memperkuat hasil

uji korelasi sebelumnya yang menunjukkan bahwa semakin tinggi *grit* seseorang, maka semakin rendah tingkat *academic burnout* yang mereka alami. Mahasiswa yang memiliki konsistensi minat dan ketekunan dalam berusaha dapat lebih mampu mengelola tekanan akademik dan pekerjaan secara bersamaan, sehingga risiko mereka mengalami *burnout* menjadi lebih kecil. Selain itu, hasil kategorisasi ini juga mendukung fungsi *grit* sebagai faktor protektif terhadap kelelahan akademik.

Penelitian ini menunjukkan bahwa kedua dimensi *grit*, yaitu *consistency of interest* dan *perseverance of effort*, memiliki hubungan negatif yang signifikan terhadap *academic burnout*. Secara teoritis, hal ini sejalan dengan konsep *grit* yang dikembangkan oleh Duckworth, Peterson, Matthews, dan Kelly (2007), yang memandang *grit* sebagai kombinasi dari dimensi *consistency of interest* dan dimensi *perseverance of effort*. Mahasiswa yang memiliki *grit* yang tinggi cenderung mampu mempertahankan tujuan jangka panjangnya meskipun menghadapi kesulitan, karena memiliki regulasi diri yang kuat.

Pada mahasiswa yang berkuliah sambil bekerja, *grit* memungkinkan mahasiswa untuk menyatukan tekanan akademik dan pekerjaan sebagai bagian dari proses menuju tujuan hidup jangka panjang, sehingga tekanan tersebut tidak langsung memicu kelelahan akademik. Ketika motivasi seseorang berasal dari dalam diri dan tidak bergantung pada tekanan eksternal, maka mahasiswa lebih tahan terhadap stres dan kelelahan. Oleh

karena itu, *grit* bukan hanya mencerminkan upaya keras, tetapi juga terkait erat dengan kualitas motivasi yang lebih adaptif, yang dalam jangka panjang melindungi individu dari gejala *burnout*.

Sementara itu, dari perspektif teori *burnout* yang dikembangkan oleh Maslach, Schaufeli dan Leiter (2001) *academic burnout* merupakan kondisi kelelahan yang bersumber dari tekanan akademik yang berlebihan. Dalam hal ini, mahasiswa yang memiliki *grit* cenderung lebih mampu menjaga ketahanan psikologis mereka, sehingga tidak mudah mengalami kelelahan akademik yang mendalam. *Grit* bertindak sebagai faktor protektif yang dapat mengurangi kecenderungan terhadap *burnout* dengan membantu mahasiswa tetap fokus dan berkomitmen pada tujuan akademiknya.

Secara empiris, hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Aru dan Wulandari (2024), Ibrahim, Anelezi, Hagrass, Abdou (2025), serta Amelia, Asiyah dan Anto (2025), yang secara konsisten menunjukkan adanya hubungan negatif antara *grit* dan *academic burnout*. Penelitian-penelitian tersebut menegaskan bahwa mahasiswa dengan tingkat *grit* yang tinggi menunjukkan kecenderungan *burnout* yang lebih rendah. Hal ini memperkuat temuan bahwa *grit* bukan hanya terkait dengan pencapaian prestasi, tetapi juga berperan penting dalam menjaga kesejahteraan psikologis, khususnya dalam konteks tekanan akademik. Dengan demikian, baik secara teoritis maupun empiris, hasil penelitian ini mendukung bahwa *grit* memiliki kontribusi penting dalam mengurangi tingkat *burnout* pada

mahasiswa, terutama mereka yang menghadapi tekanan ganda antara tanggung jawab akademik dan pekerjaan.

Berdasarkan pembahasan yang telah dijabarkan diatas, peneliti menyadari bahwa dalam penelitian ini masih terdapat banyak sekali kekurangan selama proses penelitian. Adapun kekurangan dari penelitian ini adalah penggunaan metode pengumpulan data secara *online* yang tidak dapat peneliti pastikan secara langsung apakah partisipan benar-benar memenuhi kriteria penelitian yang dapat menyebabkan kemungkinan terjadi bias respon, terutama jika responden tidak menjawab dengan jujur atau tidak membaca instruksi secara teliti. Dalam penelitian ini juga belum mencakup semua perguruan tinggi yang ada di Yogyakarta karena keterbatasan oleh peneliti, sehingga hanya beberapa perguruan tinggi saja yang terlibat dalam penelitian ini.

Kemudian, karakteristik responden yang tidak seimbang dalam hal jenis kelamin juga dapat menjadi keterbatasan. Dalam penelitian ini, jumlah mahasiswi lebih banyak dibandingkan mahasiswa, yang berpotensi memengaruhi temuan terutama dalam uji perbedaan tingkat *burnout* berdasarkan jenis kelamin. Ketidakseimbangan proporsi ini dapat menyebabkan hasil analisis tidak sepenuhnya merepresentasikan populasi secara adil. Penelitian ini juga belum mempertimbangkan variabel lain seperti dukungan sosial, stres kerja, atau keterlibatan akademik, yang kemungkinan besar turut memengaruhi *burnout*.

Penelitian ini belum melakukan analisis lebih lanjut berdasarkan tingkat semester atau tahun kuliah pada mahasiswa. Padahal, beban akademik dan tekanan psikologis cenderung berbeda antara mahasiswa tingkat awal dan tingkat akhir. Mahasiswa tingkat akhir umumnya menghadapi tuntutan yang lebih berat, seperti tugas akhir, magang, atau persiapan kelulusan, yang dapat meningkatkan risiko *burnout*. Tidak adanya pengelompokan data berdasarkan tingkat semester membuat temuan penelitian ini belum sepenuhnya merepresentasikan perbedaan kondisi psikologis berdasarkan fase studi.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional untuk melihat hubungan antara variabel *grit* dan *academic burnout*. Meskipun pendekatan ini mampu menunjukkan ada tidaknya hubungan antar variabel, namun metode korelasional memiliki keterbatasan dalam menggambarkan dinamika psikologis yang lebih kompleks. Penelitian ini tidak menjelaskan secara mendalam bagaimana proses atau mekanisme psikologis yang terjadi di balik hubungan antara *grit* dan *academic burnout*, seperti pola perubahan emosi, motivasi, atau pengalaman subjektif mahasiswa yang bekerja paruh waktu.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria mahasiswa berusia 18–25 tahun yang bekerja paruh waktu dan sedang menempuh pendidikan strata S1 di Yogyakarta. Meskipun teknik ini membantu memperoleh responden yang sesuai dengan

fokus penelitian, penggunaan teknik *purposive sampling* membuat hasil penelitian ini tidak dapat digeneralisasikan secara luas. Hal ini dikarenakan responden yang terlibat dalam penelitian ini belum mewakili secara merata mahasiswa dari seluruh perguruan tinggi di Yogyakarta. Setiap kampus tentu memiliki karakteristik, budaya akademik, dan lingkungan yang berbeda, yang dapat memengaruhi pengalaman mahasiswa dalam menjalani perkuliahan sambil bekerja. Oleh karena itu, hasil penelitian ini tidak bisa digeneralisasikan untuk seluruh populasi mahasiswa di Yogyakarta.

Pada penelitian ini terdapat keberagaman jam kerja responden, termasuk adanya sebagian kecil mahasiswa yang bekerja lebih dari 35 jam per minggu. Meskipun secara umum beban kerja tersebut masih dapat diterima dalam konteks mahasiswa paruh waktu seperti pada penelitian sebelumnya, keberagaman ini tetap menjadi catatan tersendiri. Hal ini karena tidak semua literatur sepakat dalam mendefinisikan batas jam kerja paruh waktu secara pasti. Namun demikian, keberadaan responden yang bekerja lebih dari 35 jam juga memberikan gambaran yang lebih realistis terhadap kondisi mahasiswa pekerja di lapangan, di mana beban kerja bisa sangat bervariasi. Keterbatasan ini penting untuk diperhatikan dalam penelitian lanjutan agar dapat mempertimbangkan klasifikasi jam kerja secara lebih terperinci.

Keterbatasan lainnya dalam penelitian ini adalah penggunaan alat ukur dengan rentang skala yang berbeda pada kedua variabel. Skala pada

instrumen *grit* memiliki rentang jawaban dari 1-4, sedangkan skala pada instrumen *academic burnout* memiliki rentang dari 1-7. Perbedaan rentang ini menyulitkan peneliti dalam proses pengolahan data, terutama saat melakukan analisis statistik dan interpretasi skor. Perbedaan skala juga berisiko menghasilkan perbedaan persepsi tingkat intensitas respon dari partisipan terhadap pernyataan-pernyataan pada masing-masing instrumen. Hal ini dapat memengaruhi akurasi hasil korelasi yang dihitung, sehingga menjadi salah satu keterbatasan dalam studi ini.

Penelitian ini hanya melibatkan mahasiswa pada jenjang pendidikan strata S1, tanpa mempertimbangkan jenjang lain seperti jenjang pascasarjana (S2 atau S3). Padahal, tingkat akademik atau jenjang pendidikan dapat memengaruhi pengalaman, tekanan, serta bentuk tanggung jawab akademik yang dihadapi mahasiswa. Perbedaan dalam sistem perkuliahan, kebijakan kampus antara institusi tersebut dapat menjadi faktor kontekstual penting yang turut memengaruhi *grit* maupun *burnout*. Karena penelitian ini tidak melibatkan mahasiswa dari berbagai jenjang pendidikan, pemahaman terhadap perbedaan *academic burnout* pada mahasiswa pekerja paruh waktu menjadi kurang menyeluruh.

Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk memperluas cakupan subjek, mempertimbangkan analisis berdasarkan metode, karakteristik, pendekatan, teknik, alat ukur, tingkat pendidikan dan jenjang pendidikan guna memperoleh pemahaman yang lebih menyeluruh,

dan menambahkan variabel lain yang relevan untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif terhadap dinamika *burnout* pada mahasiswa yang kuliah sambil bekerja.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA