

BAB IV

PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Orientasi Kancan dan Persiapan

1. Orientasi Kancan

Penelitian memiliki tujuan untuk mengetahui pengaruh antara dukungan sosial dengan *burnout* akademik pada mahasiswa tingkat akhir. Subjek pada penelitian yaitu, mahasiswa tingkat akhir, program strata 1 dari universitas yang sedang mengerjakan skripsi, dengan rentang usia dari 20 tahun sampai dengan 25 tahun.

Alasan mengapa peneliti menjadikan mahasiswa tingkat akhir menjadi subjek pada penelitian sebab, banyaknya ditemukan kasus bunuh diri yang dilakukan oleh mahasiswa tingkat akhir, hal tersebut terjadi karena mahasiswa tingkat akhir mengalami stres berkepanjangan yang diakibatkan oleh tugas akhir yaitu berupa skripsi. Mahasiswa program strata 1 juga dijadikan kriteria dalam penelitian sebab apabila dibandingkan dengan mahasiswa pada tingkatan diploma, maka beban stres yang dimiliki akan berbeda dengan mahasiswa dari program strata 1, sebab dilihat dari lama perkuliahan menjadi salah satu faktor penyebab mengapa mahasiswa program strata 1 lebih memiliki kemungkinan untuk mengalami beban stres berat dibandingkan dengan mahasiswa pada tingkat diploma.

Rentang usia yang digunakan adalah, dari 20 tahun sampai dengan 25 tahun, hal tersebut karena mahasiswa tingkat akhir ada pada periode antara 20 hingga 25 tahun. Mayoritas subjek yang ikut

berpartisipasi pada penelitian ini yaitu mahasiswa tingkat akhir dengan usia 22 tahun, kemudian mahasiswa yang bertempat tinggal di Nusa Tenggara Barat.

Penelitian mengenai pengaruh dukungan sosial dengan *burnout* akademik pada mahasiswa tingkat akhir ini, disebar dengan menggunakan kuesioner secara *online* dengan bantuan dari *google form*. Peneliti menyebarkan kuesioner secara *online* dengan meminta bantuan kepada teman-teman peneliti berdasarkan kriteria yang telah ditentukan sebelumnya.

Peneliti sebelumnya melakukan pendataan terkait provinsi asal dari teman-teman peneliti, hal tersebut dilakukan untuk memudahkan peneliti dalam mengelompokkan subjek sesuai dengan provinsi asal, sehingga dapat tercapainya penyebaran data ke 38 provinsi dengan merata dan menyeluruh.

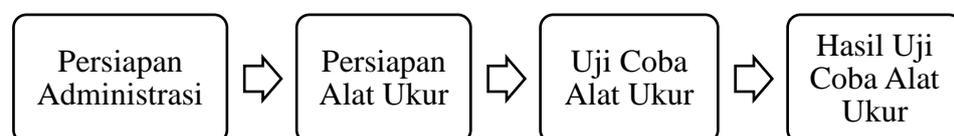
Penelitian dilakukan sesuai dari penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa tuntutan yang diterima oleh mahasiswa tingkat akhir cenderung tinggi, hal tersebut dapat menyebabkan munculnya stres. Stres yang dirasakan oleh mahasiswa tingkat akhir seringkali bersumber dari kegiatan akademik, misalnya selama mengerjakan skripsi yaitu dari proses bimbingan, kemudian ujian proposal, serta pada proses ujian hasil skripsi. Mahasiswa tingkat akhir yang mengalami stres berkepanjangan serta tingginya intensitas stres yang terjadi dan ketika mahasiswa tingkat

akhir yang mengalami stres tidak sanggup untuk mengendalikan stres yang dimiliki, maka hal tersebut bisa mengakibatkan *burnout* akademik.

Burnout akademik ini tidak serta merta terjadi dengan begitu saja, tetapi terdapat faktor yang mampu memicu terjadinya kondisi *burnout* akademik, salah satunya adalah dukungan sosial. Mahasiswa tingkat akhir bisa mendapatkan dukungan sosial dari orang-orang yang ada di kehidupannya, sehingga ketika mahasiswa tingkat akhir merasa bahwa dukungan sosial yang dimiliki tidak sesuai, maka hal tersebutlah yang dapat mengakibatkan terjadinya gejala *burnout* akademik. Dukungan sosial adalah faktor penting yang harus dimiliki agar dapat mengatasi stres dan mampu menurunkan kemungkinan untuk terjadinya *burnout* akademik.

2. Persiapan Penelitian

Persiapan penelitian dilakukan dengan beberapa tahapan, sehingga dengan hal tersebut dapat memastikan bahwa penelitian yang dilakukan adalah penelitian yang layak. Tahapan persiapan penelitian yang dilakukan yaitu sebagai berikut:



Gambar 4.1 Persiapan Penelitian

a) Persiapan Administrasi

Tahapan awal adalah menentukan kriteria subjek dalam penelitian, yaitu mahasiswa tingkat akhir, program strata 1 dari universitas, dan memiliki usia dari 20 tahun sampai dengan 25 tahun. Data pada penelitian ini disebar dengan menggunakan bantuan *google form* melalui media sosial milik peneliti, sehingga dalam proses pengambilan data, peneliti tidak membutuhkan surat izin penelitian sebab tidak memerlukan perizinan kepada instansi manapun.

Kuesioner penelitian *burnout* akademik dan dukungan sosial yang dibagikan oleh peneliti sudah dilengkapi dengan *informed consent* atau lembar persetujuan sebagai bentuk keikutsertaan dalam penelitian, sebab penelitian ini diharapkan dapat berjalan sesuai dengan kode etik dalam psikologi.

b) Persiapan Alat Ukur

Alat ukur yang digunakan oleh peneliti pada penelitian, yaitu alat ukur *burnout* akademik dan alat ukur dukungan sosial. Persiapan alat ukur ini bertujuan untuk memperoleh data pada penelitian. Peneliti melakukan uji aiken's v kepada *expert judgement*, tujuannya untuk mengetahui kesesuaian antara aspek, indikator dan aitem yang telah dibuat, apakah relevan atau tidak. Data dari aiken's v setelah mendapatkan *feedback*, selanjutnya peneliti melakukan perbaikan berdasarkan saran yang diberikan oleh *expert judgement* agar

kuesioner yang akan disebar oleh peneliti sesuai dengan apa yang ingin diteliti.

Peneliti setelah melakukan perbaikan berdasarkan saran, selanjutnya data diolah sehingga didapatkan hasil apakah seluruh aitem telah terpenuhi atau tidak. Peneliti melakukan *try out* atau uji coba kepada 51 sampel. *Try out* dilakukan untuk memastikan bahwa alat ukur dalam penelitian ini layak atau tidak sebelum proses penyebaran data, hal tersebut dilihat dari hasil analisis validitas dan reliabilitas.

1) Skala *Burnout* Akademik

Instrumen atau alat ukur yang dijadikan acuan dalam penelitian ini yaitu *Maslach Burnout Inventory-Student Survey* (MBI-SS). Peneliti melakukan modifikasi pada aitem-aitem yang ada pada alat ukur *Maslach Burnout Inventory-Student Survey* (MBI-SS) dari penelitian Arlinkasari dan Rauf (2020) yang mengacu kepada teori Schaufeli dkk. (2002) untuk mengetahui tingkat *burnout* akademik yang dimiliki oleh mahasiswa tingkat akhir. Modifikasi dilakukan dengan menyesuaikan ruang lingkup pada penelitian yaitu, mahasiswa tingkat akhir. 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), Cukup Sesuai (CS), Sesuai (S), dan Sangat Sesuai (SS).

2) Skala Dukungan Sosial

Instrumen yang digunakan pada variabel dukungan sosial dimodifikasi dari penelitian Liling dan Sarajar (2023) yang mengarah pada aspek-aspek teori dari House (1981). Instrumen ini memiliki 4 aspek, yaitu dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan penghargaan. Peneliti menggunakan skala tersebut tujuannya mengetahui besarnya dukungan sosial yang dimiliki oleh mahasiswa tingkat akhir. Aitem awal berjumlah 32, dimana terdapat 18 aitem favorable dan 14 aitem unfavorable, namun ketika melewati uji aiken's *v* kepada *expert judgement*, maka keseluruhan total aitem berjumlah 31 aitem, sebab terdapat 1 aitem yang dihapus oleh peneliti atas pertimbangan dan saran yang diberikan oleh *expert judgement*.

Total aitem keseluruhan yaitu terdiri dari 31 aitem dimana, terdapat 17 aitem favorable dan 14 aitem unfavorable. Terdiri dari lima pilihan kategori, yaitu Sangat Tidak Sesuai (STS), Tidak Sesuai (TS), Cukup Sesuai (CS), Sesuai (S), dan Sangat Sesuai (SS).

c) Uji Coba Alat Ukur

Uji coba alat ukur yang digunakan yaitu menggunakan metode *try out*. Uji coba alat ukur adalah tahapan penting pada saat melakukan penelitian kuantitatif sebab dengan melakukan uji coba, peneliti dapat memastikan bahwa instrumen yang digunakan valid dan reliabel. Validitas yaitu kesanggupan alat ukur untuk mampu mengukur apa yang seharusnya diukur, sementara itu reliabilitas dilakukan untuk menentukan tingkat kepercayaan dari alat ukur. Uji coba alat ukur dilaksanakan tanggal 5 April 2024 hingga 10 April 2024 dan diberikan kepada 51 responden berdasarkan kriteria yang telah dipastikan sebelumnya oleh peneliti.

Data yang telah ada, kemudian akan dilakukan analisis menggunakan IBM SPSS *Statistics* 24. Peneliti menggunakan standar validitas aitem yaitu berjumlah $\geq 0,03$ dan menentukan aitem yang reliabel menggunakan metode *Alpha Cronbach* dengan nilai koefisien reliabilitas yaitu bergerak dari 0 sampai 1,0 dengan rentang $> 0,70$.

d) Hasil Uji Coba Alat Ukur

Data dianalisis dengan bantuan dari IBM SPSS *Statistics* 24, sehingga dari hasil yang telah didapatkan oleh peneliti, data diperoleh sebagai berikut:

1) Skala *Burnout* Akademik

Hasil analisis menggunakan IBM SPSS *Statistics* 24, dari *item total statistics* yang dilihat dari *corrected item total correlation* diketahui dari 15 aitem, tidak ada aitem yang gugur pada saat data dianalisis. Koefisien validitas bergerak dari 0,409 sampai dengan 0,762 dengan jumlah koefisien reliabilitas *cronbach's alpha* sebesar 0,829 pada dimensi *exhaustion*, 0,800 pada dimensi *cynicism*, dan 0,808 pada dimensi *professional efficacy*. Berikut adalah *blueprint* setelah hasil dari uji coba.

Tabel 4.1 *Blueprint Burnout Akademik* (sesudah try out)

No.	Dimensi	Indikator	F	U	Jumlah Item
1.	<i>Exhaustion</i>	Kelelahan secara emosional	1, 2	-	5
		Kelelahan secara fisik	3, 4, 5	-	
2.	<i>Cynicism</i>	Memberi jarak kepada tugas	6,7	-	4
		Sikap sinisme	8, 9	-	
3.	<i>Professional Efficacy</i>	Tidak cukup dengan diri sendiri	-	10,11,12	6
		Kepercayaan diri rendah	-	13, 14, 15	
Total			9	6	15

2) Skala Dukungan Sosial

Hasil analisis yang dilakukan dengan menggunakan IBM SPSS *Statistics* 24, dari hasil *item total statistics* yang dilihat dari *corrected item total correlation* didapatkan dari 31 aitem, terdapat 4 aitem yang gugur dan terdapat 27 aitem yang valid pada saat data dianalisis. Aitem yang gugur antara lain, aitem nomor 6, 7, 9, dan

23. Koefisien validitas bergerak dari 0,305 sampai dengan 0,754 dengan jumlah koefisien reliabilitas *cronbach's alpha* sebesar 0,921. Berikut adalah *blueprint* setelah hasil dari uji coba:

Tabel 4.2 Blueprint Dukungan Sosial (sesudah try out)

NO	Aspek	Indikator	Jumlah		Jumlah
			F	U	
1	Dukungan emosional	Empati	5	-	8
		Kepedulian	2, 10	-	
		Mendapat Perhatian	1, 3	4	
2	Dukungan instrumental	Memberi dan meminjamkan uang	8	-	7
		Membantu saat stres	32	11, 13, 14	
3	Dukungan informasi	Pemberian saran	15, 16, 20	19	8
		Membantu dengan nasihat	17	18, 21, 22	
4	Dukungan penghargaan	Ekspresi positif	29, 31, 25, 26	27	9
		Sependapat dan menilai orang dalam konteks baik	30	24, 28	
Total			16	11	27

B. Laporan Pelaksanaan Penelitian

Penyebaran data dilakukan dengan tujuan untuk memperoleh data penelitian, sehingga diketahui bahwa apakah terdapat pengaruh dukungan sosial dengan *burnout* akademik. Data disebar mulai dari tanggal, 15 April 2024 sampai dengan 2 Mei 2024. Data disebar dengan menggunakan bantuan dari *google form* yang terdiri dari lembar persetujuan atau *informed*

consent, kuesioner *burnout* akademik, dan kuesioner dukungan sosial. Data disebar dengan menggunakan link dari *google form* yang dibagikan dari media sosial milik peneliti seperti whatsApp, tiktok, facebook, instagram, telegram, dan twitter, dengan responden berdasarkan kriteria yang sudah dipertimbangkan sebelumnya yaitu mahasiswa tingkat akhir, program strata 1 dari universitas, rentang usia dari 20 sampai 25 tahun.

Total didapatkan setelah data disebar, yaitu berjumlah 422 responden, hal tersebut memenuhi target yang telah ditentukan sebelumnya oleh peneliti dan didukung dengan pendapat dari Sugiyono (2019) bahwa untuk populasi yang tidak diketahui jumlah pastinya, dapat menggunakan rumus cochrane agar sampel yang akan digunakan pada penelitian bisa ditentukan berapa jumlahnya. Rumus Cochran adalah $n = \frac{z^2 pq}{e^2}$, maka $n = \frac{(1,96)^2(0,5)(0,5)}{(0,5)^2} = 385$ orang.

C. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Data Penelitian

Deskripsi data penelitian dilakukan untuk mengetahui gambaran dari data yang sebelumnya telah dikumpulkan oleh peneliti dengan cara sistematis dan mudah dipahami. Deskripsi data penelitian dilakukan agar dapat mengetahui gambaran yang jelas mengenai karakteristik dari data dan dapat mempermudah peneliti dalam melakukan analisis dan menginterpretasi data.

Tabel 4.3 Deskripsi Data Penelitian

Variabel	Hipotetik				Empirik			
	Min	Max	Mean	SD	Min	Max	Mean	SD
Dukungan Sosial	27	135	81	18	50	135	100,6	15,6
<i>Burnout</i> Akademik	15	75	52,5	10	18	70	40,1	8,6

Keterangan :

Hipotetik : data berdasarkan skala

Empirik : data berdasarkan hasil penelitian

Tabel di atas, bertujuan untuk menentukan kategorisasi skor hasil dari masing-masing responden pada setiap variabel yang digunakan pada penelitian. Saraswati, Noviekayati, dan Ananta, (2024) mengatakan bahwa, kategorisasi bertujuan untuk mengelompokkan dari masing-masing responden yang sesuai dengan tingkatan dari ukuran atribut. Berikut adalah kategorisasi sesuai dengan rumus norma.

Tabel 4.4 Rumus Norma Kategorisasi

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

Keterangan:

X : total skor

M : rata-rata

SD: standar deviasi

Tabel di atas menunjukkan rumus norma kategorisasi, sehingga dengan hal tersebut, peneliti membagi responden ke dalam lima kategorisasi yang mengacu kepada Tabel 4.8, sehingga didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 4.5 Persentil Untuk Kategorisasi Tiap Variabel

Kategorisasi	Dukungan Sosial	Burnout Akademik
Sangat Rendah	$X < 77,2$	$X < 27,2$
Rendah	$77,2 \leq X < 92,8$	$27,2 \leq X < 35,8$
Sedang	$92,8 \leq X < 108,4$	$35,8 \leq X < 44,4$
Tinggi	$108,4 \leq X < 124$	$44,4 \leq X < 53$
Sangat Tinggi	$X > 124$	$X > 53$

Tabel 4.6 Kategorisasi Data Penelitian Tiap Variabel

Kategorisasi	Dukungan Sosial		Burnout Akademik	
	Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi	Persentase (%)
Sangat Rendah	26	6,2%	25	5,9%
Rendah	98	23,2%	106	25,1%
Sedang	156	37,0%	159	37,7%
Tinggi	119	28,2%	106	25,1%
Sangat Tinggi	23	5,5%	26	6,2%
Total	422	100%	422	100%

Tabel kategorisasi di atas, berarti bahwa responden yang mempunyai dukungan sosial dengan skor tinggi, yaitu memiliki dukungan sosial dengan kategorisasi yang sedang. Data kategorisasi dukungan sosial di atas, didapatkan bahwa terdapat 156 responden atau berkisar 37,0% termasuk ke dalam kategori sedang. Kategori sangat rendah yaitu sebanyak 26 responden atau berkisar 6,2%, sementara itu untuk kategori rendah yaitu sebanyak 98 responden atau berkisar 23,2%. 119 responden yang berkisar 28,2% termasuk ke dalam kategori tinggi, sedangkan untuk 23 responden yang berkisar 5,5% termasuk ke dalam kategori sangat tinggi.

Variabel selanjutnya adalah *burnout* akademik, di mana untuk responden yang memiliki *burnout* akademik dengan skor tinggi, yaitu memiliki *burnout* akademik dengan kategorisasi yang sedang. Data kategorisasi *burnout* akademik di atas, didapatkan bahwa terdapat 159

responden atau berkisar 37,7% termasuk ke dalam kategori sedang. Kategori sangat rendah yaitu sebanyak 25 responden atau berkisar 5,9%, sementara itu untuk kategori rendah yaitu sebanyak 106 responden atau berkisar 25,1%. 106 responden yang berkisar 25,1 termasuk ke dalam kategori tinggi, sedangkan untuk 26 responden yang berkisar 6,2% termasuk ke dalam kategori sangat tinggi.

2. Uji Asumsi

Uji asumsi merupakan langkah awal yang dilakukan oleh peneliti dalam proses pengolahan data. Peneliti menggunakan analisis regresi linear berganda dengan pengolahan dibantu oleh IBM SPSS *Statistics* 24, sehingga penelitian ini bertujuan untuk mencari tahu apakah terdapat hubungan secara fungsional atau kausal dari variabel bebas (Hidayani & Arief, 2023).

a) Uji Normalitas

Uji Normalitas dilakukan dengan uji satu sampel *Kolmogorov-Smirnov* dengan menggunakan metode *exact monte carlo*. Metode *exact monte carlo* bertujuan untuk melihat sebaran data yang sudah diuji dari sampel yang bernilai acak atau data terlalu ekstrem (Kinanti & Rosdiana, 2022). Mustofa dan Nurfadillah (Suryawan, Wijaya, Meryawan & Krisna, 2023) mengatakan bahwa langkah alternatif yang dapat dilakukan ketika data tidak terdistribusi dengan normal adalah, dengan menggunakan metode *exact monte carlo*, sebab

metode ini menggunakan pengembangan yang sistematis dengan memanfaatkan bilangan acak.

Ghozali (Hidayani & Arief, 2023) mengatakan bahwa uji satu sampel *Kolmogorov-Smirnov* dengan menggunakan metode uji *exact monte carlo* ketika menghasilkan nilai jauh di bawah 5% atau 0,05, maka data tidak mempunyai penyebaran normal.

Tabel 4.7 Hasil Uji Normalitas Kolmogorov Smirnov

Variabel	Sig.	Interpretasi
Dukungan Sosial	0,445	Terdistribusi Normal
<i>Exhaustion</i>	0,053	Terdistribusi Normal
<i>Cynicism</i>	0,767	Terdistribusi Normal
<i>Professional Efficacy</i>	0,136	Terdistribusi Normal

Hasil dari uji normalitas yang telah diolah, maka diperoleh nilai sig. 0,445 dari variabel dukungan sosial, selanjutnya nilai Sig. 0,053 dari variabel *burnout* akademik pada dimensi *exhaustion*. Nilai Sig. 0,767 dari variabel *burnout* akademik pada dimensi *cynicism*, dan diperoleh nilai Sig. 0,136 dari variabel *burnout* akademik pada dimensi *professional efficacy*, sehingga dapat dikatakan bahwa sebaran data pada penelitian ini adalah terdistribusi dengan normal.

Rivani dan Irsan (2024) menjelaskan bahwa data dapat dikatakan terdistribusi dengan normal ketika data yang didapatkan mempunyai nilai $L_{hitung} < L_{tabel}$ dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$, namun apabila $L_{hitung} > L_{tabel}$ maka data yang didapatkan terdistribusi tidak normal.

Penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa dari uji normalitas yang telah dilakukan, maka data dari variabel dukungan

sosial, variabel *burnout* akademik pada dimensi *exhaustion*, *burnout* akademik pada dimensi *cynicism*, dan variabel *burnout* akademik pada dimensi *professional efficacy* dapat dikatakan bahwa semua data terdistribusi dengan normal.

b) Uji Linearitas

Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel apakah linear atau tidak secara signifikan. Variabel dikatakan memiliki hubungan yang linear ketika nilai signifikan $p < 0,05$ kemudian apabila kedua variabel tidak memiliki hubungan yang signifikan maka $p > 0,05$ (Anadita, 2021). Peneliti menggunakan bantuan IBM SPSS *Statistics* 24 untuk mengetahui hasil dari uji linearitas terhadap alat ukur yang digunakan dalam penelitian. Tabel dibawah ini, menjelaskan bahwa data yang didapatkan dari hasil penelitian sudah linear.

Tabel 4.8 Hasil Uji Linearitas

Variabel	P	DFL	Interpretasi
Dukungan sosial* <i>Exhaustion</i>	0,001	0,054	Linear
Dukungan sosial* <i>Cynicism</i>	0,000	0,415	Linear
Dukungan sosial* <i>Professional efficacy</i>	0,000	0,022	Linear

Hasil dari uji linearitas yang telah dilakukan, maka diperoleh $\text{linearity} = 0,001$ dan $\text{deviation from linearity} = 0,054$ pada variabel dukungan sosial dan variabel *burnout* akademik pada dimensi *exhaustion*, maka data atau variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah linear. $\text{Linearity} = 0,000$ dan $\text{deviation from linearity} = 0,415$ pada variabel dukungan sosial dan variabel *burnout* akademik

pada dimensi *cynicism*, sehingga data atau variabel dalam penelitian linear. $Linearity = 0,000$ dan $deviation\ from\ linearity = 0,022$ pada variabel dukungan sosial dan variabel *burnout* akademik pada dimensi *professional efficacy*, artinya data atau variabel dalam penelitian ini linear akan tetapi tidak ideal sebab dilihat dari nilai *deviation from linearity*.

Data dari masing-masing variabel dapat disimpulkan linear, akan tetapi terdapat satu dimensi dari variabel *burnout* akademik yang memiliki linearitas yang tidak ideal. Hal tersebut terjadi, sebab nilai *linearity* dilihat dari $p < 0,05$ dan nilai *deviation from linearity* yaitu $p > 0,05$ sehingga data dapat dikatakan linear dan ideal.

c) Uji Multikolinearitas

Machali (2021) mengatakan bahwa multikolinearitas dilakukan untuk mengetahui apakah ada hubungan signifikan antara variabel independen. Ini dilakukan dengan menggunakan uji regresi, yang melihat nilai (*variance inflation factor*) VIF dan *correlation coefficient* antara variabel independen. Kriteria yang digunakan adalah, tidak ada permasalahan multikolinearitas pada model regresi, ketika $\text{sig VIF} < 10$ atau memiliki tolerance sebesar $> 0,1$. Tidak ada permasalahan multikolinearitas, apabila koefisien korelasi dari variabel bebas $< 0,5$. Hasil dari uji multikolinearitas yang didapatkan adalah:

Tabel 4.9 Hasil Uji Multikolinearitas

Variabel	Tolerance	VIF
Dukungan sosial* <i>Exhaustion</i>		
Dukungan sosial* <i>Cynicism</i>	1,000	1,000
Dukungan sosial* <i>Professional efficacy</i>		

Tabel di atas dapat dilihat bahwa variabel dukungan sosial terhadap variabel *burnout* akademik pada dimensi *exhaustion* memiliki nilai tolerance sebesar 1,000 dan VIF yaitu 1,000, selanjutnya variabel dukungan sosial terhadap variabel *burnout* akademik pada dimensi *cynicism* memiliki nilai tolerance sebesar 1,000 dan VIF yaitu 1,000. Terakhir adalah variabel dukungan sosial terhadap variabel *burnout* akademik pada dimensi *professional efficacy* memiliki nilai tolerance sebesar 1,000 dan VIF yaitu 1,000.

Penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa, dilihat dari nilai VIF (variance inflation factor) yaitu $1,000 < 10$, serta nilai dari tolerance sebesar $1,000 > 0,10$, sehingga dapat dikatakan bahwa model ini tidak terjadi multikolinearitas.

d) Uji Autokorelasi

Uji autokorelasi bertujuan untuk menentukan apakah ada hubungan antara anggota-anggota dari serangkaian data yang diamati dan dianalisis. Selain itu, uji ini mencoba menentukan apakah ada hubungan antara residual dari satu pengamatan dengan pengamatan lain pada model. Gujarati (Machali, 2021) menyatakan bahwa ada beberapa metode untuk mengetahui apakah ada autokorelasi, yaitu uji

statistik non parametrik, metode runtest, metode durbin-watson, dan metode grafik.

Peneliti memilih menggunakan metode durbin-watson untuk melakukan uji autokorelasi. Nilai durbin-watson sebesar ($>0,05$) menunjukkan bahwa tidak ada gejala autokorelasi (Machali, 2021). Hasil dari uji autokorelasi yang didapatkan adalah:

Tabel 4.10 Hasil Uji Autokorelasi

Variabel	Durbin-Watson
Dukungan sosial* <i>Exhaustion</i>	1,818
Dukungan sosial* <i>Cynicism</i>	1,653
Dukungan sosial* <i>Professional efficacy</i>	1,907

Tabel di atas berarti bahwa variabel dukungan sosial dengan variabel *burnout* akademik pada dimensi *exhaustion* memiliki nilai durbin-watson yaitu 1,818, selanjutnya adalah variabel dukungan sosial terhadap variabel *burnout* akademik pada dimensi *cynicism* memiliki nilai durbin-watson sebesar 1,653, dan variabel dukungan sosial terhadap variabel *burnout* akademik pada dimensi *professional efficacy* memiliki nilai durbin-watson yaitu 1,907.

Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa variabel yang digunakan dalam penelitian ini tidak mengalami gejala autokorelasi, sebab dilihat dari masing-masing nilai durbin-watson yang diperoleh yaitu ($> 0,05$).

e) Uji Heteroskedastitas

Data dapat dikatakan memiliki gejala atau masalah heteroskedastisitas ketika ada varian pada variabel dalam model yang tidak sama. Gejala tersebut juga bisa memiliki arti bahwa pada model ini mengalami ketidaksamaan varian dari residual pada model regresi tersebut. Uji heteroskedastisitas perlu dilakukan agar dapat mengetahui ada atau tidaknya gejala ini.

Tabel 4.11 Hasil Uji Heteroskedastisitas

Variabel	Sig.
Dukungan sosial* <i>Exhaustion</i>	1,000
Dukungan sosial* <i>Cynicism</i>	1,000
Dukungan sosial* <i>Professional efficacy</i>	1,000

Tabel di atas menunjukkan bahwa, taraf signifikansi atau probabilitas dari masing-masing variabel yaitu bernilai 1,000 sehingga dapat dikatakan bahwa model tersebut tidak memiliki gejala heteroskedastisitas atau berarti korelasi dari masing-masing variabel dengan nilai residunya berjumlah lebih besar dari alphanya.

3. Uji Hipotesis

Analisis dilakukan dengan menggunakan uji regresi linear berganda dan data diolah dengan bantuan dari IBM SPSS *Statistics* 24. Uji F digunakan dalam penelitian ini untuk mengetahui hipotesis dalam penelitian diterima atau ditolak. Gozali (Suhartono & Sari, 2023) mengatakan bahwa uji F memiliki tujuan untuk mengetahui kelayakan model dalam penelitian, apakah persamaan model regresi dapat

digunakan untuk melihat pengaruh variabel independen terhadap dependen.

Menurut Ghozali (Hidayani & Arief, 2023) uji F adalah dimana variabel bebas pada model, berkorelasi yang sama terhadap variabel terikat saat menguji hipotesis pada signifikansi 5% atau 0,05. Model regresi tidak bisa memprediksi variabel terikat apabila $p < 0,05$. Hal tersebut, membuktikan bahwa kombinasi dari variabel bebas tidak mempunyai dampak.

Tabel 4.12 Hasil Uji Hipotesis Dukungan Sosial dengan Dimensi 1

Variabel	Sig.	Interpretasi
Dukungan Sosial <i>Exhaustion</i>	0,001	Terdapat Pengaruh

Tabel di atas menjelaskan bahwa dari hasil uji hipotesis, maka didapatkan antara variabel dukungan sosial dengan dimensi *exhaustion* dengan menggunakan uji F, sehingga didapatkan nilai F hitung sebesar 11,207, sedangkan hasil Sig. = 0,001 yaitu $p < 0,05$, maka dapat dikatakan bahwa terdapat pengaruh antara variabel dukungan sosial dengan dimensi *exhaustion*.

Tabel 4.13 Hasil Uji Hipotesis Dukungan Sosial dengan Dimensi 2

Variabel	Sig.	Interpretasi
Dukungan Sosial <i>Cynicism</i>	0,000	Terdapat Pengaruh

Tabel di atas menjelaskan bahwa dari hasil uji hipotesis, maka didapatkan antara variabel dukungan sosial dengan dimensi *cynicism* dengan menggunakan uji F, sehingga didapatkan nilai F hitung sebesar 52,401, sedangkan hasil Sig. = 0,000 yaitu $p < 0,05$, maka dapat

dikatakan bahwa terdapat pengaruh antara variabel dukungan sosial dengan dimensi *cynicism*.

Tabel 4.14 Hasil Uji Hipotesis Dukungan Sosial dengan Dimensi 3

Variabel	Sig.	Interpretasi
Dukungan Sosial <i>Professional efficacy</i>	0,000	Terdapat Pengaruh

Tabel di atas menjelaskan bahwa dari hasil uji hipotesis, maka didapatkan antara variabel dukungan sosial dengan dimensi *professional efficacy* dengan menggunakan uji F, sehingga didapatkan nilai F hitung sebesar 59,571, sedangkan hasil Sig. = 0,000 yaitu $p < 0,05$, maka dapat dikatakan bahwa terdapat pengaruh antara variabel dukungan sosial dengan dimensi *professional efficacy*.

Penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan oleh peneliti dapat diterima, sebab dilihat dari hasil analisis hipotesis dimana, dari masing-masing variabel didapatkan hasil bahwa $F < 0,05$ sehingga hipotesis dapat diterima.

4. Uji Koefisien determinasi

Peneliti dapat melihat hasil dari uji koefisien determinasi dari variabel dukungan sosial dengan variabel *burnout* akademik, hal tersebut bertujuan untuk dapat mengetahui persentase dari pengaruh yang diberikan dari variabel dukungan sosial secara simultan pada variabel *burnout* akademik.

Tabel 4.15 Hasil Uji Determinasi

Variabel	R	R Squared
Dukungan sosial* <i>Exhaustion</i>	0,160	0,026
Dukungan sosial* <i>Cynicism</i>	0,333	0,111
Dukungan sosial* <i>Professional efficacy</i>	0,352	0,124

Tabel di atas menunjukkan bahwa, hasil dari R Squared adalah 0,026, 0,111, dan 0,124. Diketahui bahwa pengaruh dari variabel dukungan sosial secara simultan terhadap *burnout* akademik pada dimensi *exhaustion* yaitu sebesar 2,6%, pengaruh dari variabel dukungan sosial secara simultan terhadap *burnout* akademik pada dimensi *cynicism* yaitu sebesar 11,1%, dan pengaruh dari variabel dukungan sosial secara simultan terhadap *burnout* akademik pada dimensi *professional efficacy* yaitu sebesar 12,4%.

D. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh antara dukungan sosial dengan *burnout* akademik pada mahasiswa tingkat akhir. Hipotesis dari penelitian ini adalah terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap *burnout* akademik pada mahasiswa tingkat akhir. Penelitian ini diberikan kepada mahasiswa tingkat akhir, program strata 1 dan sedang mengerjakan skripsi dengan rentang usia dari 20 sampai dengan 25 tahun, kemudian berasal dari Universitas.

Hasil dari penyebaran data, didapatkan jumlah subjek yang ikut berpartisipasi dalam penelitian ini yaitu 422 subjek, meliputi 362 total subjek Perempuan, dan 60 total subjek laki-laki, kemudian jumlah responden paling banyak ikut berpartisipasi dalam penelitian ini yaitu memiliki usia 22 tahun, kemudian berasal dari Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta dan lebih dominan berada pada Provinsi Nusa Tenggara Barat.

Hasil dari data yang telah didapatkan dan diolah oleh peneliti, dapat dikatakan bahwa hipotesis yang diajukan sebelumnya diterima. Terdapat pengaruh dari dukungan sosial terhadap *burnout* akademik pada mahasiswa tingkat akhir. Mahasiswa tingkat akhir yang memiliki dukungan sosial yang tinggi maka *burnout* akademik yang ada akan semakin rendah, begitu juga sebaliknya.

Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Hanimah dan Kelly (2024) bahwa *burnout* akademik yang dimiliki oleh seseorang akan berkurang ketika seseorang tersebut memiliki dukungan sosial yang baik. Kim, Jee, Lee, An, dan Lee (Purnamasari, Fitriana, & Ismah, 2024) mengatakan bahwa salah satu faktor dari *burnout* akademik adalah dukungan sosial, yang diketahui bahwa dukungan sosial memberikan partisipasi kepada *burnout* akademik, sebab dukungan sosial bisa membuat mahasiswa beradaptasi dengan tekanan akademik yang dimiliki, sehingga hal tersebut dapat mencegah terjadinya gejala dari *burnout* akademik. Hartono (2024) juga mengatakan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima oleh seseorang, maka kemungkinan seseorang akan mengalami *burnout* akademik semakin rendah.

Aspek dari dukungan sosial dengan *burnout* akademik pada dimensi *exhaustion*, didapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh. Seseorang yang mendapatkan dukungan sosial yang tinggi, maka dapat menurunkan tingkat *exhaustion* atau kelelahan yang dimiliki oleh seseorang. Hal tersebut sejalan dengan pendapat dari Leary (Nadia & Murkhana, 2022) bahwa seseorang

yang memiliki dukungan sosial yang rendah, dapat menyebabkan harga diri yang dimiliki semakin menurun, sehingga hal tersebut membuat seseorang merasa ragu atas kemampuan yang dimiliki, selalu merasa cemas akan kegagalan, dan akan mengalami penurunan, sehingga dapat membuat seseorang mengembangkan sikap kelelahan secara emosional. Kelelahan secara emosional ini, antara lain mudah marah, merasa sedih, dan mudah merasa tersinggung.

Aspek dari dukungan sosial dengan *burnout* akademik pada dimensi *cynicism*, didapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh. Seseorang yang menerima dukungan sosial yang tinggi, maka dapat menurunkan tingkat sinisme atau sikap menarik diri dari lingkungan akademik yang dimiliki oleh seseorang. Sinisme memiliki hubungan yang kompleks dan saling berkaitan dengan dukungan sosial. Dukungan sosial dapat membantu seseorang yang memiliki sikap sinis agar dapat merasa bahwa dirinya lebih berharga dan diterima oleh orang lain, sehingga hal tersebut dapat mengurangi sikap sinis yang ada dalam diri seseorang.

Sejalan dengan penelitian Melania dkk. (2022) dimana seseorang yang kurang mendapatkan dukungan sosial dapat berpengaruh terhadap keadaan mental ataupun psikisnya, sebab seseorang akan merasa bahwa orang lain kurang menghargai dirinya sehingga ia akan merasa tidak percaya kepada dirinya sendiri dan atas usaha yang sudah dilakukannya, sehingga seseorang akan menarik diri dari lingkungannya.

Terakhir adalah aspek dari dukungan sosial dengan *burnout* akademik pada dimensi *professional efficacy*. Hasil penelitian dan pengolahan data didapatkan bahwa ada pengaruh antara dukungan sosial dengan *professional efficacy*, dimana ketika seseorang memiliki dukungan sosial yang tinggi, maka hal tersebut dapat mengurangi tingkat *professional efficacy* atau penurunan kepercayaan akademik yang dimiliki oleh seseorang. Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian dari Hartono, dan Duryati (2024) bahwa dukungan sosial sangat efektif untuk dapat meningkatkan kepercayaan akademik yang dimiliki oleh seseorang.

Hasil kategorisasi dari variabel dukungan sosial menunjukkan bahwa terdapat 158 responden berada pada kategori sedang. Hal tersebut menunjukkan bahwa dominan subjek pada penelitian ini memiliki tingkat dukungan sosial yang sedang. 119 responden dengan kategori tinggi, dan 23 responden dengan kategori sangat tinggi. Dukungan sosial yang dimiliki oleh subjek sudah cukup baik, hal tersebut dibuktikan dari hasil kategorisasi yang telah dijelaskan sebelumnya. Rif'ati, Arumsari, Fajriani, Maghfiroh, Abidi, Chusairi, dan Hadi, (2018) mengatakan bahwa seseorang yang memiliki dukungan sosial yang tinggi dapat mengurangi permasalahan psikologis yang ada pada dirinya dengan cara menjalin hubungan interpersonal.

Sejalan dengan hal tersebut Sarafino (Nurmalasari & Putri, 2015) juga mengatakan bahwa seseorang yang memiliki dukungan sosial yang tinggi dapat membantu dalam mencari jalan keluar ketika terdapat

permasalahan yang dihadapi. Menurut Cobb (Nurmalasari & Putri, 2015) dukungan sosial merupakan kenyamanan, penghargaan, dan perhatian yang diberikan oleh orang lain kepada diri kita.

Variabel selanjutnya adalah *burnout* akademik, di mana terdapat 159 responden berada pada kategori sedang. Hal tersebut menunjukkan bahwa dominan subjek pada penelitian ini memiliki tingkat *burnout* akademik yang sedang. 106 responden dengan kategori tinggi, dan 26 responden dengan kategori sangat tinggi. Biremanoe (2021) mengatakan bahwa seseorang yang memiliki *burnout* akademik bisa mengakibatkan perilaku yang negatif, salah satunya adalah tidak memiliki keinginan untuk mengerjakan tugas dalam kuliah, selalu berpikir negatif, membolos selama perkuliahan, motivasi menurun, dan *drop out*.

Berdasarkan penjelasan di atas, dapat dikatakan bahwa terdapat pengaruh antara dukungan sosial dengan *burnout* akademik pada mahasiswa tingkat akhir. Hal tersebut terjadi, apabila mahasiswa tingkat akhir menerima dukungan sosial yang baik, maka kemungkinan terjadinya *burnout* akademik akan menurun. Dukungan sosial sangat penting dan dibutuhkan oleh mahasiswa tingkat akhir, apalagi pada saat proses menyusun skripsi agar mahasiswa tingkat akhir tidak mengalami *burnout* akademik.

Penelitian yang dilakukan ini mempunyai kelemahan pada ketidaktepatan uji asumsi, dimana seharusnya uji yang digunakan pada penelitian ini adalah uji regresi linear berganda multivariat, jika dilihat dari

jumlah variabel Y atau terikat, akan tetapi peneliti hanya menggunakan uji regresi linear berganda. Hal tersebut terjadi karena adanya keterbatasan pengetahuan yang dimiliki oleh peneliti.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA