

HUBUNGAN ANTARA *ADVERSITY QUOTIENT* DENGAN *BURNOUT SYNDROME* DALAM PENYUSUNAN SKRIPSI PADA MAHASISWA PSIKOLOGI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

SKRIPSI

Oleh:

Corinna Elvina Nathania

15410163



FAKULTAS PSIKOLOGI

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM
MALANG**

2019

HUBUNGAN ANTARA *ADVERSITY QUOTIENT* DENGAN *BURNOUT SYNDROME* DALAM PENYUSUNAN SKRIPSI PADA MAHASISWA PSIKOLOGI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

SKRIPSI

Diajukan kepada Dosen Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Memperoleh Gelar Sarjana
Psikologi (S.Psi)

Oleh:

Corinna Elvina Nathania

15410163

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM
MALANG**

2019

HALAMAN PERSETUJUAN

HUBUNGAN ANTARA *ADVERSITY QUOTIENT* DENGAN *BURNOUT SYNDROME* DALAM PENYUSUNAN SKRIPSI PADA MAHASISWA PSIKOLOGI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

SKRIPSI

Oleh:

Corinna Elvina Nathania

NIM. 15410163

Telah disetujui oleh

Dosen Pembimbing Skripsi I

Dosen Pembimbing Skripsi II

Prof. Dr. H. Mulyadi, M.Pd.I

NIP.19550717 198203 1 005

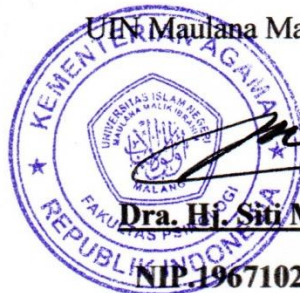
Dra.Hj. Siti Mahmudah, M.Si

NIP.19671029 199403 2 001

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi

UIN Maulana Malik Ibrahim Malang



Dra. Hj. Siti Mahmudah M.Si

NIP.19671029 199403 2 001

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

HUBUNGAN ANTARA *ADVERSITY QUOTIENT* DENGAN *BURNOUT SYNDROME* DALAM PENYUSUNAN SKRIPSI PADA MAHASISWA PSIKOLOGI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
pada tanggal, 13 September 2019

Susunan Dewan Penguji

Dosen Pembimbing

Prof. Dr. H. Mulyadi, M.Pd.I
NIP. 19550717 198203 1 005

Penguji Utama

Drs. H. Yahya, M.A
NIP.19660518 199103 1 004

Ketua Penguji

Muh. Anwar Fu'ady, S.Psi, MA
NIP.19850110 20160801 1 037

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
Untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Tanggal, 13 September 2019

Mengesahkan

**Dekan Fakultas Psikologi
UIN Maulana Malik Ibrahim Malang**



Dr. Siti Mahmudah, M.Si
NIP. 19671029 199403 2 001

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Corinna Elvina Nathania
NIM : 15410163
Fakultas : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul “Hubungan antara *Adversity Quotient* dengan *Burnout Syndrome* dalam Penyusunan Skripsi pada Mahasiswa Psikologi UIN Malang”, adalah benar-benar hasil karya sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika dikemudian hari ada claim dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawan Dosen Pembimbing dan Ppihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar saya bersedia mendapatkan sanksi.

Malang, 13 September 2019

Penulis,



Corinna Elvina Nathania

NIM. 15410163

MOTTO

“ Hargai diri sendiri, usaha, proses dan selalu berikan nyawa pada setiap harapan ”



HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya ini saya persembahkan kepada:

1. Kedua orang tua saya, Riyanto & Linda Krismawati dan juga kakak-kakak saya Niken Retno W dan Mada Yulia yang telah memberikan motivasi, doa, serta dukungan kepada saya
2. Dosen pembimbing skripsi, Prof. Dr. H. Mulyadi, M.Pd.I yang telah membantu dan memandu saya dalam proses penulisan skripsi
3. Semua dosen serta staff Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
4. Teman-Teman Psikologi Dandelion'15, PPBA C-2 serta teman-teman yang senantiasa menemani saya dari awal hingga saat ini

KATA PENGANTAR

Puji syukur Alhamdulillah senantiasa penulis ucapkan atas kehadiran Allah SWT yang selalu memberikan rahmat serta hidayah-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan tugas akhir ini. Sholawat serta salam senantiasa penulis hanturkan kehadiran Nabi Muhammad SAW yang senantiasa kita nantikan syafa'atnya kelak dihari akhir.

Karya ini tidak pernah ada tanpa bantuan dari pihak yang telah terlibat. Untuk itu dengan segala kerendahan hati, peneliti mengucapkan rasa terima kasih yang setinggi-tingginya kepada :

1. Prof. Dr. Abdul Haris, M.Ag selaku rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Dra. Hj.Siti Mahmudah, M.Si selaku Dekan fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Prof. Dr. H. Mulyadi, M.Pd.I selaku dosen pembimbing skripsi yang telah memberi banyak arahan, nasihat, motivasi, dan berbagai pengalaman yang berharga kepada penulis.
4. Bapak Zainal Habib, M.Hum selaku dosen wali yang senantiasa memberikan arahan selama proses kuliah.
5. Kedua orangtua saya, Riyanto dan Linda Krismawati serta kakak-kakak saya Niken Retno Widyastuti dan Mada Yulia yang selalu memberikan doa serta semangat
6. Segenap dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang telah mendidik dan memberikan ilmu selama kuliah dan seluruh staff yang sabar dan selalu melayani segala administrasi selama proses penelitian ini.
7. *Partner* terbaik saya, Much. Romi Imanudin yang selalu membantu, menemani dan memberikan *support* dalam proses penyusunan skripsi
8. Sahabat-sahabat saya Fajar, Riananda, Naila, Bella, Sonni, Safira, Memey, Farah, Mami yang selalu membantu dan saling memberikan support
9. Semua pihak yang ikut membantu dalam menyelesaikan penelitian ini baik secara moril maupun materiil

Saran dan kritik yang membangun sangat penulis harapkan demi menyempunakan karyatulis ilmiah ini. Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis dan pembaca.

Malang, 18 Mei 2019

Penulis

Corinna Elvina Nathania



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
LEMBAR PERNYATAAN	iv
MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
ABSTRAK	xvi
ABSTRACT	xvii
المخلص.....	xviii
 BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	11
C. Tujuan.....	12
D. Manfaat Penelitian	
1. Secara Teoritis	13
2. Secara Praktis	13
 BAB II. KAJIAN TEORI	
A. Kesiapan Kerja	
1. Definisi <i>Adversity Quotient</i>	14
2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Adversity Quotient</i>	15
3. Aspek-aspek <i>Adversity Quotient</i>	17
4. Kategori <i>Adversity Quotient</i>	19

B. EfikasiDiri	
1. Definisi <i>Burnout Syndrome</i>	21
2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Burnout Syndrome</i>	22
3. Aspek-Aspek <i>Burnout Syndrome</i>	23
C. Hubungan antara <i>Adversity Quotient</i> dengan <i>Burnout Syndrome</i>	24
D. Hipotesis Penelitian.....	28

BAB III. METODOLOGI PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian	29
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	30
C. Definisi Operasional.....	31
D. Subjek Penelitian	
1. Populasi	32
2. Sampel	33
E. Teknik Pengambilan Data	35
F. Instrumen Penelitian.....	35
1. Blueprint Skala <i>Adversity Quotient</i>	38
2. Blueprint Skala <i>Burnout Syndrome</i>	39
G. ValiditasdanReliabilitas	
1. Validitas.....	40
2. Reliabilitas	42
H. Metode Analisis Data	43
1. Analisis Deskriptif.....	44
2. Uji Normalitas	45
3. Uji Linearitas	46
4. Uji Hipotesis.....	46

BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Objek Penelitian	
1. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.....	55

a) Visi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.....	49
b) Misi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.....	49
c) Tujuan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang	50
d) Mahasiswa Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.....	51
B. Pelaksanaan Penelitian	
1. Waktu dan Tempat Penelitian.....	53
2. Jumlah Subjek Penelitian	54
3. Jumlah Subjek yang Dianalisis.....	54
4. Prosedur.....	54
C. Hasil Penelitian	
1. Uji Validitas Instrumen Penelitian	55
a) <i>Adversity Quotient</i>	55
b) <i>Burnout Syndrome</i>	56
2. Uji Reliabilitas.....	57
3. Analisis Deskriptif	58
4. Uji Normalitas	63
5. Uji Linieritas.....	64
6. Uji Hipotesis.....	65
D. Pembahasan.....	66
1. Tingkat <i>Adversity Quotient</i> pada Mahasiswa UIN Malang.....	66
2. Tingkat <i>Burnout</i> pada Mahasiswa Psikologi UIN Malang.....	67
3. Hubungan antara <i>Adversity Quotient</i> dengan <i>Burnout Syndrome</i> pada Mahasiswa Psikologi UIN Malang dalam Proses Penyusunan Skripsi	68
BAB V. PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	72
B. Saran.....	73

DAFTAR PUSTAKA75



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Populasi Penelitian.....	33
Tabel 3.2 Sampel Penelitian.....	34
Tabel 3.3 Ketentuan Pemberian Skor pada Angket	37
Tabel 3.4 <i>Blueprint</i> Skala <i>Adversity Quotient</i>	38
Tabel 3.5 <i>Blueprint</i> Skala <i>Burnout Syndrome</i>	39
Tabel 3.6 Hasil Uji Validitas <i>Adversity Quotient Scale</i>	41
Tabel 3.7 Hasil Uji Validitas <i>Burnout Syndrome Scale</i>	42
Tabel 3.8 Hasil Uji Reliabilitas.....	43
Tabel 3.9 Norma Kategorisasi.....	53
Tabel 4.1 Hasil Uji Validitas <i>Adversity Quotient</i>	56
Tabel 4.2 Hasil Uji Validitas <i>Burnout Syndrome</i>	57
Tabel 4.3 Hasil Uji Reliabilitas.....	58
Tabel 4.4 Hasil Skor Mean dan Standar Deviasi	59
Tabel 4.5 Norma Kategorisasi <i>Adversity Quotient</i>	60
Tabel 4.6 Tingkat <i>Adversity Quotient</i>	60
Tabel 4.7 Norma Kategorisasi <i>Burnout Syndrome</i>	61
Tabel 4.8 Tingkat <i>Burnout Syndrome</i>	62
Tabel 4.9 Uji Normalitas.....	63
Tabel 4.10 Hasil Uji Linearitas	64
Tabel 4.11 Hasil Uji Korelasi.....	65

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1 Skema Penelitian	31
Gambar 4.1 Diagram Tingkat Adversity Quotient.....	61
Gambar 4.2 Diagram Tingkat Burnout Syndrome.....	62



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Blueprint <i>Adversity Quotient</i> Uji Coba	78
Lampiran 2 Blueprint <i>Burnout</i> Uji Coba	81
Lampiran3 Blueprint Penelitian <i>Adversity Quotient</i>	83
Lampiran 4 Blueprint Penelitian <i>Burnout</i>	86
Lampiran 5 Skala Uji Coba Penelitian	89
Lampiran 6 Skala Penelitian	95
Lampiran 7 Hasil Validitas Reliabilitas Uji Coba <i>Adversity Quotient</i>	101
Lampiran 8 Hasil Validitas Reliabilitas Uji Coba <i>Burnout Syndrome</i>	107
Lampiran 9 Hasil Validitas Reliabilitas <i>Adversity Quotient</i>	110
Lampiran 10 Hasil Validitas Reliabilitas <i>Burnout Syndrome</i>	116
Lampiran 11 Hasil Uji Normalitas	121
Lampiran 12 Hasil Uji Linearitas.....	122
Lampiran 13 Hasil Uji Hipotesis Hubungan Antara <i>Adversity Quotient</i> dengan <i>Burnout Syndrome</i>	124

ABSTRAK

Corinna Elvina, Nathania (2019). Hubungan Antara *Adversity Quotient* dengan *Burnout Syndrome* dalam Penyusunan Skripsi Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Pembimbing : Prof. Dr. H. Mulyadi, M.Pd.I

Kata Kunci : *Adversity Quotient*, *Burnout Syndrome*

Dalam penyusunan skripsi mahasiswa banyak sekali menemui kendala-kendala yang dapat menjadi tekanan. Ketika tekanan-tekanan tersebut berlangsung lama maka dapat memicu terjadinya *burnout* yang berdampak langsung pada produktifitas mereka dalam proses penyusunan skripsi. Namun tentunya hal tersebut tidak akan terjadi ketika mereka memiliki tingkat kegigihan yang tinggi dalam mengatasi kendala yang mereka alami. Kemampuan ini bisa dilihat melalui tingkat *adversity quotient* yang dimiliki oleh seorang individu.

Adversity Quotient menurut pendapat Paul G. Stoltz (2000) adalah kecerdasan yang dimiliki oleh individu dalam menghadapi suatu rintangan maupun kesulitan yang ada. *Adversity quotient* yang dimiliki oleh individu melalui aspek control, origin-ownership, reach, endurance atau biasa disingkat dengan CO2RE. Sedangkan *burnout* Pines dan Aronson (2005) mendefinisikan *burnout* sebagai respons berkepanjangan terhadap stresor emosional dan interpersonal kronis pada pekerjaan. Tiga komponen dalam *burnout* antara lain kelelahan emosional, kelelahan fisik, dan kelelahan mental.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan subyek penelitian mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang dalam proses penyusunan skripsi. Penelitian ini menggunakan teknik *random sampling* pada 102 mahasiswa. Instrumen yang digunakan dalam pengambilan data yaitu dengan menggunakan skala *Adversity Respons Profile* dari Paul G. Stoltz (2000) dan *Burnout Measure Short version* (BMS) dari Pines Aronson yang dimodifikasi oleh Marcel Lourel (2008).

Hasil penelitian diketahui bahwa 75% mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang memiliki tingkat *adversity quotient* tinggi dan 25% berada pada kategori sedang. Sedangkan untuk tingkat *burnout* terdapat 2% mahasiswa berada pada kategori tinggi, 68% pada kategori sedang, dan 30% pada kategori rendah. Berdasarkan hasil korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *adversity quotient* dengan *burnout syndrome* dalam proses penyusunan skripsi pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dengan nilai *pearson corelation* yaitu -0.670 dan signifikansi 0.000 ($p < 0.05$).

ABSTRACT

Corinna Elvina, Nathania (2019). Relationship between Adversity Quotient with Burnout Syndrome in drafting a thesis on the psychology student of Islamic State University of Maulana Malik Ibrahim Malang.

Instructor: Prof. Dr. H. Mulyadi, M. Pd. I

Keywords: Adversity Quotient, Burnout Syndrome

In the preparation of the student thesis has many problems that can be a pressure. When the pressures last long it can trigger a burnout that directly impacts their productivity in the process of drafting a thesis. But certainly it will not happen when they have a high degree of persistence in overcoming the obstacles that they are experiencing. This ability can be seen through the level of adversity quotient owned by an individual.

Adversity Quotient in the opinion of Paul G. Stoltz (2000) is the intelligence that is possessed by the individual in the face of obstacles and difficulties. Adversity quotient possessed by individuals through control, origin-ownership, reach, endurance or commonly abbreviated with CO2RE aspects. While the burnout of Pines and Aronson (2005) defines burnout as a prolonged response to chronic emotional and interpersonal environmental stressors on the job. Three components in the burnout include emotional fatigue, physical fatigue, and mental fatigue.

The method of research used in this research is a quantitative method with the subject of study of the Faculty of Psychology student of Islamic State Maulana Malik Ibrahim Malang which is in the process of drafting a thesis. The study used random sampling techniques at 102 students. The instrument used in data retrieval is using the Adversity response Profile scale of Paul G. Stoltz (2000) and Burnout Measure Short version (BMS) of Pines Aronson modified by Marcel Lourel (2008).

The results of the research are known that 75% of Faculty of psychology Students of the Islamic State Maulana Malik Ibrahim Malang have a high adversity quotient rate and 25% are in medium category. As for the level of burnout there are 2% of students are in high category, 68% in medium category, and 30% in low category. Based on the results of the correlation indicates that there is a negative relationship between adversity quotient with Burnout syndrome in the process of drafting a thesis on students of the Faculty of Psychology University Islamic State Maulana Malik Ibrahim Malang with value Pearson Correlation is-0670 and the significance of 0.000 ($P < 0.05$).

الملخص

كورينا إلفينا ، ناثانيا (٢٠١٩). العلاقة بين المحنة الشديدة ومتلازمة Burnout في صياغة أطروحة عن طالب علم النفس بجامعة مولانا مالك إبراهيم مالانج.

مدرس: بروفييسور د. ح. موليدي ، م. أنا

الكلمات المفتاحية: محنة الشدائد ، متلازمة الإرهاق

في إعداد أطروحة الطالب لديه العديد من المشاكل التي يمكن أن تكون الضغط. عندما تستمر الضغوط لفترة طويلة ، يمكن أن تؤدي إلى حدوث اضطراب يؤثر بشكل مباشر على إنتاجيتها في عملية صياغة أطروحة. ولكن بالتأكيد لن يحدث ذلك عندما يكون لديهم درجة عالية من الثبات في التغلب على العقبات التي يواجهونها. يمكن رؤية هذه القدرة من خلال مستوى حاصل الشدائد الذي يملكه الفرد.

Adversity Quotient في رأي (2000) Paul G. Stoltz هو الذكاء الذي يمتلكه الفرد في مواجهة العقبات والصعوبات. حاصل الشدائد التي يمتلكها الأفراد من خلال التحكم أو الملكية الأصلية أو الوصول أو القدرة على التحمل أو اختصارًا بشكل شائع مع جوانب CO2RE. بينما يُعرّف الإرهاق بين (2005) Pines and Aronson بأنه استجابة مطولة للضغط البيئية العاطفية والشخصية المزمنة أثناء العمل. ثلاثة مكونات في الإرهاق تشمل التعب العاطفي ، التعب البدني ، والتعب العقلي.

طريقة البحث المستخدمة في هذا البحث هي طريقة كمية مع موضوع دراسة طالب كلية علم النفس في الدولة الإسلامية مولانا مالك إبراهيم مالانج والتي هي بصدد صياغة أطروحة. استخدمت الدراسة تقنيات أخذ العينات العشوائية عند ١٠٢ طالب. تستخدم الأداة المستخدمة في استرداد البيانات مقياس ملف تعريف استجابة Adversity من (2000) Paul G. Stoltz ونسخة قصيرة لقياس الإرهاق (BMS) من Pines Aronson معدلة بواسطة Marcel Lourel (2008).

تُعرف نتائج البحث أن ٧٥٪ من طلاب كلية علم النفس في الدولة الإسلامية مولانا مالك إبراهيم مالانج لديهم معدل حاصل على نسبة عالية من الشدة و ٢٥٪ في الفئة المتوسطة. بالنسبة لمستوى الإرهاق ، يوجد ٢٪ من الطلاب في الفئة العليا ، و ٦٨٪ في الفئة المتوسطة ، و ٣٠٪ في الفئة المنخفضة. استنادا إلى نتائج العلاقة تشير إلى أن هناك علاقة سلبية بين محنة الضيق مع متلازمة Burnout في عملية صياغة أطروحة على طلاب كلية علم النفس جامعة الدولة الإسلامية مولانا مالك إبراهيم مالانج مع قيمة بيرسون علاقته مترابطه هو ٠٦٧٠ و أهمية ٠٠٠٠٠٠ (P < 0.05).

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG MASALAH

Mahasiswa bertanggung jawab menyelesaikan segala tugas-tugas yang diberikan oleh pihak lembaga perguruan tingginya. Tugas-tugas tersebut meliputi tugas kuliah, praktikum-praktikum dan juga tugas akhir atau skripsi yang harus mereka selesaikan demi mendapatkan gelar sarjana. Tentunya sebagian besar mahasiswa menganggap bahwa tugas akhir atau skripsi ini merupakan tugas individu yang tidak mudah untuk dikerjakan.

Skripsi merupakan tugas yang wajib diselesaikan oleh seorang mahasiswa yang berbentuk karya tulis ilmiah melalui penelitian yang dilakukan secara mandiri dengan melakukan penelitian terhadap kasus atau fenomena yang muncul dengan menggunakan teori-teori yang relevan, yang selanjutnya dilakukan analisis untuk mendapatkan hasil penelitian yang dilakukan. Seluruh tenaga dan pikiran dikerahkan dalam proses penyusunan skripsi dengan harapan skripsi yang mereka susun dapat terselesaikan dan menjadi hasil penelitian yang baik. Menurut Rudestam dan Newton dalam proses penyusunan skripsi mahasiswa membutuhkan kedisiplinan, inisiatif, pemikiran kreatif, bekerja dengan orang lain dan mengatasikeraguan diri (dalam Sadeghi, 2015:357).

Berdasarkan hasil data yang diperoleh melalui Badan Akademik dan Kemahasiswaan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang diketahui bahwa terdapat 3846 mahasiswa angkatan 2013-2015 yang masih memprogram skripsi yang terbagi dari berbagai jurusan. Pada Jurusan Pendidikan

Agama Islam terdapat 318 mahasiswa, Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial 180 mahasiswa, Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah 186 mahasiswa, Pendidikan Bahasa Arab 186 mahasiswa, Pendidikan Islam Anak Usia Dini 39 mahasiswa, Manajemen Pendidikan Islam 44 mahasiswa, Al-akhwal Al-syakhsyah 231 mahasiswa, Hukum Bisnis Syariah 227 mahasiswa, Hukum Tata Negara 101 mahasiswa, Bahasa dan Sastra Arab 190 mahasiswa, Bahasa dan Sastra Inggris 226 mahasiswa, Psikologi 369 mahasiswa, Manajemen 261 mahasiswa, Akuntansi 171 mahasiswa, Perbankan S106 mahasiswa, Matematika 163, Biologi 145 mahasiswa, Kimia 160 mahasiswa, Fisika 99 mahasiswa, Teknik Informatika 187 mahasiswa, Arsitektur 152 mahasiswa, Farmasi 96 mahasiswa.

Berdasarkan data tersebut diketahui bahwa Jurusan psikologi merupakan jurusan dengan jumlah mahasiswa tertinggi yang mengalami keterlambatan dalam proses penyusunan skripsi dengan jumlah 369 orang. Hal tersebut dapat terjadi karena beberapa faktor serta kendala yang mereka temukan saat proses penyusunan skripsi sehingga proses penyelesaian skripsi menjadi lebih lama.

Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Mujiyah yang dilakukan dengan menyebarkan angket terbuka kepada mahasiswa, diperoleh hasil bahwa terdapat beberapa kendala yang dialami mahasiswa dalam penyusunan skripsi, yaitu sebanyak 40 % kendala disebabkan oleh faktor internal yaitu rasa malas, menurunnya motivasi sebesar 26,7%, ketakutan dalam menemui dosen pembimbing sebesar 6,7%, sulitnya dalam menyesuaikan diri dengan dosen pembimbing sebesar 6,7 %. Sedangkan untuk faktor eksternal seperti sulitnya bertemu dengan dosen pembimbing sebesar 36,7%, kurangnya intensitas waktu

bimbingan sebanyak 23,3 %, serta kurang adanya kecocokan antara pembimbing 1 dan 2 sebesar 23,3 %, serta kurangnya buku referensi sebesar 53,3 %, kendala penentuan judul serta fenomena sebesar 13,3 %, bingung dalam pengembangan teori sebesar 3,3 %, dan kurangnya pengetahuan mengenai metodologi penelitian sebesar 10% (Mujiyah dkk, 2001).

Penelitian lain juga menyebutkan bahwa dalam penulisan skripsi bukanlah hal yang bisa dianggap mudah karena dalam penulisan di setiap bab banyak ditemukan tantangan yang berbeda-beda (Komba, 2016:79). Kendala-kendala tersebut dapat membebani serta mempengaruhi perilaku mahasiswa dalam penyusunan skripsinya. Tekanan-tekanan yang muncul ini jika berlangsung lama dan cenderung menetap akan memicu mahasiswa tersebut mengalami *burnout syndrome* sebagai mana menurut Maslach *burnout* merupakan kelelahan emosional kronis yang disebabkan oleh tuntutan yang luar biasa dalam situasi pekerjaan yang mengakibatkan seseorang mengalami kelelahan atau sinisme dan penurunan produktifitas (Maslach, 2001: 403).

Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Anggita tentang Pengaruh Konflik Peran Terhadap Terjadinya *Burnout* pada Mahasiswa, seorang individu yang dituntut melakukan banyak pekerjaan dengan waktu tertentu, maka tidak menutup kemungkinan mereka akan mengalami stres. Stres yang tidak bisa ditangani dengan baik dapat menjadi beban yang sangat berat dan dapat menghilangkan motivasi individu sehingga beresiko terhadap terjadinya *burnout syndrome*. *Burnout* yang terjadi merupakan bentuk respon terhadap stres berlebihan yang disebabkan adanya ketidakpuasan dalam pekerjaan, dan merupakan salah satu bentuk coping yang dipilih individu untuk mengatasi stres

yang dialaminya. *Burnout Syndrome* ditandai dengan adanya penarikan diri yang memunculkan perilaku-perilaku seperti mudah tersinggung, menyalahkan orang lain, kehilangan motivasi, rasa tidak berdaya, tidak berkompeten dalam pekerjaannya (Angita, 2012). Hal tersebut juga dapat terjadi pada mahasiswa dalam penyusunan skripsi. Banyaknya tuntutan serta kendala yang terjadi pada saat penyusunan skripsi dapat menjadikan mereka mengalami stres yang tinggi dan beresiko mengalami *burnout syndrome*.

Tidak menutup kemungkinan mahasiswa yang mengalami *burnout syndrome* akan cenderung merespon secara negatif ketika disinggung tentang tugas skripsi. Respon negatif tersebut dapat berbentuk luapan kejengkelan, putus asa, cemas atau merasa bahwa dirinya tertekan dengan tuntutan skripsi yang sedang mereka lakukan, atau bahkan menyalahkan dosen karena sulit untuk ditemui serta banyaknya revisi sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Pines dan Aronson yang menyatakan bahwa pada salah satu aspek *burnout* yaitu pada aspek kelelahan emosional yang ditandai dengan rasa bosan terhadap pekerjaan, mudah tersinggung, sinisme, perasaan tidak menolong, ratapan yang tidak henti terhadap permasalahan yang menimpanya, emosi yang tidak terkontrol (mudah cepat marah), gelisah, kesal, tidak peduli terhadap tujuan, tidak peduli dengan orang lain, merasa bahwa yang dilakukannya akan sia-sia, putus asa, sedih, merasa tertekan dan tidak berdaya (dalam Marcel Lourel, 2008:110).

Tentu *burnout* yang terjadi pada mahasiswa sangat berpengaruh terhadap kinerja mereka dalam menyelesaikan skripsi yang mengakibatkan kerugian bagi mahasiswa karena salah satu dampak dari terjadinya *burnout* adalah individu akan mengalami penurunan produktifitas (Maslach, 2001:403). Sehingga proses

penyelesaian pengerjaan skripsi menjadi lebih lama dan kelulusan pun menjadi tertunda. Selain itu, mahasiswa yang tidak dapat menyelesaikan skripsi dengan tepat waktu akan menghambat dirinya dalam meraih masa depannya. Misalnya, mereka yang belum menyelesaikan skripsi akan terlambat dalam memperoleh pekerjaan, menambah beban orang tua karena harus mengeluarkan biaya lebih untuk anaknya yang sedang menempuh kuliah atau bahkan mereka yang ingin melanjutkan studinya untuk S2 juga akan terlambat dari target yang telah mereka rencanakan.

Berdasarkan dari data yang diperoleh dari Badan Akademik Fakultas Psikologi UIN Malang, yaitu terdapat 369 mahasiswa angkatan 2013-2015 Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim yang sedang dalam proses penyelesaian skripsi, yang terbagi 47 mahasiswa dari angkatan 2013, 90 mahasiswa dari angkatan 2014, dan 232 mahasiswa dari angkatan 2015. Adanya keterlambatan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi ini dapat menimbulkan beberapa kerugian pada beberapa pihak, baik untuk diri mahasiswa, orang tua, maupun untuk pihak fakultas.

Dari hasil wawancara yang dilakukan kepada dua orang mahasiswa psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang berinisial I dan N, menunjukkan bahwa terdapat beberapa faktor yang menimbulkan mahasiswa tersebut terlambat dalam menyelesaikan skripsinya, antara lain rasa malas, kejenuhan, stres, pekerjaan yang dijalani, dan lainnya.

Wawancara dilakukan terhadap dua orang mahasiswa Psikologi angkatan 2013 dan 2014, dan dari hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 10 Oktober 2018 kepada seorang mahasiswa berinisial I angkatan 2013 mengungkapkan bahwa adanya rasa putus asa dengan segala kendala yang diterima sehingga memutuskan untuk tidak melanjutkan skripsi dan memilih untuk bekerja.

“Saya dulu sangat bersemangat dalam mengerjakan skripsi, sampai saya itu ngebut dan berhasil melaksanakan sempro di semester 7, saya kira setelah sempro itu bisa cepet sidang dan lulus. Tapi ternyata dugaan saya salah, soalnya saya aja baru bisa sidang skripsi di semester 11 ini soalnya setelah sempro itu saya disuruh ganti judul skripsi. Saya ganti judul skripsi sampai tiga kali untuk bisa benar-benar fix. Saya sedikit putus asa waktu itu jadi saya memutuskan untuk meninggalkan skripsi sejenak dan bekerja. Setelah bekerja sama lebih malas lagi mengerjakan skripsi karna saya lebih nyaman dengan pekerjaan saya dan baru di semester 11 ini saya punya niat kembali untuk menyelesaikan skripsi saya.”

Untuk menguatkan data, pada 14 Oktober 2018 dilakukan wawancara terhadap mahasiswa lain yaitu pada salah satu mahasiswa psikologi dari angkatan 2014 dengan inisial N juga mengungkapkan hal yang serupa, dimana ia merasa mengalami masa sulit saat mengerjakan skripsi.

“Saya ini sebenarnya sudah capek dek, saya dulu ambil skripsi di semester 7 dan yakin saya bisa lulus 3,5 tahun. Tapi ternyata malah seperti ini. Saya di semester 7 ternyata belum bisa lulus, akhirnya IP saya di semester 7 sangat jelek. Dan sekarang pun di semester 9 ini skripsi saya belum juga selesai soalnya saya pakai metode kualitatif jadi harus lebih mendalami, di sisi lain dosen pembimbing saya terkadang juga bikin bingung karna antara dosen pembimbing 1 dengan dosen pembimbing 2 karang tidak sejalan. Padahal saya juga sebenarnya pengen cepet-cepet selesai ”.

Namun, tidak semua mahasiswa merasakan bahwa skripsi merupakan beban yang berat, karena sebagian dari mahasiswa mampu menyelesaikan skripsinya dengan baik. Mereka menganggap bahwa skripsi merupakan tanggung jawab yang harus segera diselesaikan dan kendala-kendala yang mereka temui pada saat melakukan penyusunan skripsi ini sebagai sebuah tantangan yang harus dihadapi dan ditaklukkan untuk memperjuangkan gelar sarjana yang ingin mereka peroleh. Perbedaan respon terhadap kendala serta kesulitan dalam penyusunan skripsi yang penuh tantangan tentunya dipengaruhi oleh kecerdasan dan beberapa faktor lain, salah satunya kemampuan bertahan seorang individu dalam menghadapi dan mengatasi berbagai kesulitan untuk dapat mencapai sebuah kesuksesan. Dengan *adversity quotient* kita dapat melihat respon individu dalam menghadapi kesulitan dan bertahan untuk tetap gigih meskipun dalam situasi yang menekan dan penuh tantangan dan merupakan kunci bagi kesuksesan dalam pekerjaan maupun hidup (Stotz, 2000:9).

Hal ini sejalan dengan pendapat Paul G. Stoltz yang menyatakan bahwa kesuksesan seseorang dalam pekerjaan maupun hidup ditentukan dan didasari oleh *Adversity Quotient* (AQ). Dengan *Adversity Quotient* (AQ) kita dapat memprediksikan serta melihat siapakah orang yang mampu menghadapi kesulitannya, siapa orang yang hancur dengan kesulitan yang dihadapinya serta siapa orang yang mampu melampaui harapan dan gagal dalam menghadapi kesulitannya (Paul G Stoltz, 2000:8),.

Individu yang memiliki *Adversity Quotient* (AQ) yang tinggi akan cenderung dapat menikmati serta memiliki rangkaian aktivitas yang mereka lakukan. Selain itu kinerja, produktivitas, kreativitas, ketekunan, daya tahan dan

vitalitas yang mereka miliki juga lebih besar dibandingkan individu yang memiliki *Adversity Quotient* (AQ) yang rendah (Stoltz, 2000:11).

Menurut hasil penelitian dari Nita Fitria pada tahun 2017 menunjukkan bahwa mahasiswa dengan kepribadian *climber* akan fokus pada usaha dan pencapaian tujuan tanpa menghiraukan keadaan yang dialaminya dan tidak pernah terkendala oleh hambatan yang dihadapinya dengan mencoba berbagai alternatif, sehingga kendala dapat diatasi dengan baik. Selain itu mereka juga akan mengevaluasi tindakan yang sudah dilakukan sebelumnya, jika terdapat kekeliruan maka ia akan segera memperbaikinya. Mahasiswa dengan *adversity quotient* pada kelompok transisi *camper* ke *climber* adalah mahasiswa yang sudah cukup bertahan dalam menghadapi tantangan, mereka dapat mengembangkan potensinya ketika berhadapan dengan suatu tantangan. Sedangkan mahasiswa dengan tingkat *Adversity Quotient* pada kelompok transisi *quitters* ke *campers* adalah seorang yang kurang memanfaatkan peluang dan juga kemampuannya terlebih saat dihadapkan pada suatu tantangan. Mereka menganggap bahwa kesulitan merupakan suatu hal yang dapat menimbulkan kerugian besar sehingga akan cepat merasa puas dengan pencapaiannya saat ini dan berhenti serta tidak berusaha melanjutkan dan mengakhiri pencapaiannya dan berpotensi untuk mengundurkan diri dalam menghadapi tantangan. Tingkat *Adversity Quotient* (AQ) yang tinggi pada mahasiswa dapat menjadikan dirinya sebagai individu yang tidak mudah menyerah terhadap segala tantangan yang ditemui.

Namun di sisi lain terdapat penelitian yang menyebutkan bahwa tingkat *Adversity Quotient* tidak berhubungan dengan tingkat *burnout* yang dialami seseorang. Penelitian ini dilakukan oleh Putri Maharani pada tahun 2006

mengenai Hubungan Antara *Adversity Quotient* dengan *Burn out* pada Atlet Sepak Bola. Hasil dari penelitian ini adalah bahwa tidak ada korelasi antara *adversity quotient* dengan *burnout* pada atlet sepak bola karena tidak menutup kemungkinan sebagian atlet dengan tingkat *adversity quotient* yang tinggi dapat memiliki tingkat *burnout* sedang. *Burnout* yang terjadi pada atlet sepak bola ini pun dapat disebabkan oleh faktor-faktor lain diluar *adversity quotient* yang tidak bisa dikendalikan oleh para pemain sepak bola.

Sedangkan dalam teori *Adversity Quotient* yang menyatakan bahwa seseorang dengan tingkat *adversity* yang tinggi cenderung tidak akan menyalahkan orang lain karena mereka akan menganggap bahwa kesulitan merupakan bagian dari kesuksesan yang tertunda dan mereka akan senantiasa siap menghadapi berbagai kendala-kendala yang akan dihadapi (Stoltz, 2000:37). Begitu pula dengan orang dengan tingkat *adversity quotient* yang sedang akan memiliki kemampuan yang cukup dalam menghadapi setiap masalah maupun hambatan yang ada dialami namun dengan mempertimbangkan segala resiko dan imbalan sehingga menjadikan mereka individu yang tidak memanfaatkan potensinya dengan sepenuhnya (Stolz, 2000:34).

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat kesenjangan antara teori *adversity quotient* yang dikemukakan oleh Stolz yang menyatakan adanya hubungan antara *adversity quotient* dan terjadinya *burnout* dengan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Puri Maharani pada tahun 2006 yang menunjukkan bahwa tidak ada korelasi antara *adversity quotient* dengan *burnout* yang terjadi pada individu.

Adanya kesenjangan antara hasil penelitian mengenai hubungan antara *adversity quotient* dengan *burnout* yang telah dilakukan oleh Putri Maharani dengan teori Stotz mengenai *adversity quotient* yang dapat mempengaruhi tingkat *burnout* seseorang, maka dalam penelitian ini peneliti ingin mengetahui apakah penelitian sebelumnya memiliki kesesuaian atau ketidaksesuaian dengan fenomena yang terjadi pada mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Malang dengan melihat apakah terdapat hubungan antara *Adversity quotient* (AQ) dengan *burnout syndrome* dalam penyusunan skripsi pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.



B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan uraian permasalahan diatas, maka rumusan masalah yang muncul adalah

1. Bagaimana tingkat *adversity quotient* dalam proses penyusunan skripsi pada mahasiswa psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang?
2. Bagaimana tingkat *burnout syndrome* dalam proses penyusunan skripsi pada mahasiswa psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang?
3. Adakah hubungan antara *adversity quotient* dengan *burnout syndrome* dalam proses penyusunan skripsi pada mahasiswa psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang ?

C. TUJUAN PENELITIAN

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah

1. Untuk mengetahui tingkat *adversity quotient* dalam proses penyusunan skripsi pada mahasiswa psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
2. Untuk mengetahui tingkat *burnout syndrome* pada proses penyusunan skripsi pada mahasiswa psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
3. Untuk mengetahui adakah hubungan antara *adversity quotient* dengan *burnout syndrome* dalam proses penyusunan skripsi pada mahasiswa psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

D. MANFAAT PENELITIAN

Dari hasil penelitian yang diperoleh, diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pengembangan keilmuan baik dari aspek teoritis maupun praktis, adapun manfaat tersebut antara lain:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian yang telah dilakukan diharapkan dapat bermanfaat dan memberikan sumbangan pengetahuan bagi keilmuan psikologi khususnya dalam dunia pendidikan

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan kajian serta memberikan pandangan kepada para pendidik dan mahasiswa mengenai *burnout syndrome* yang dikaitkan dengan *Adversity Quotient*

BAB II

KAJIAN TEORI

A. *Adversity Quotient*

1. Definisi *Adversity Quotient*

Adversity menurut bahasa berasal dari bahasa Inggris yang berarti kegagalan atau kemalangan. Sedangkan kata *quotient* dalam bahasa Inggris berarti kemampuan atau kecerdasan (Echols & Shadily, 1993:14).

Adversity quotient menurut pendapat Paul G. Stoltz adalah kecerdasan yang dimiliki oleh individu dalam menghadapi suatu rintangan maupun kesulitan yang ada (Paul G. Stoltz, 2000:9). Usha Parvathy mendefinisikan *adversity quotient* sebagai kemampuan individu dalam menghadapi kesulitan dalam hidupnya yang menyangkut pada ketahanan dalam diri individu (Usha Parvathy, 2014:23). *Adversity quotient* terbentuk melalui tiga cabang ilmu pengetahuan yaitu psikologi kognitif, psikoneuroimunologi, dan neurofisiologi (Stoltz, 2000:8).

Adversity quotient juga dapat menentukan kesuksesan seseorang dalam pekerjaan maupun kesuksesan dalam hidup karena *adversity quotient* merupakan kunci penting bagi sebuah kesuksesan dan merupakan faktor yang dapat menentukan bagaimana, jadi atau tidaknya, sejauh mana sikap, kemampuan, dan kinerja seseorang (Stoltz, 2000:47). Melalui *adversity quotient*, kita dapat mengetahui respon individu dengan melihat sejauh mana individu tersebut dapat bertahan untuk menghadapi kesulitan serta kemampuan untuk mengatasinya. Selain itu dengan *adversity*

quotient kita juga dapat mengetahui kreativitas, kinerja, ketekunan serta daya tahan yang dimiliki oleh individu (Stoltz, 2000:11).

Stoltz menyatakan bahwa semakin lama *adversity quotient* akan semakin penting seiring dengan semakin meningkatnya kesulitan yang ditemui oleh individu (Stoltz, 2000:50). Apabila kesulitan meningkat, maka dibutuhkan kreativitas, keberanian, keteguhan hati, ketekunan dan keuletan yang lebih besar. Selain itu untuk mengatasi dan bertahan dalam kesulitan tersebut, individu harus memperbaiki cara mereka dalam merespons kesulitan dengan cara memahami, mengukur dan meningkatkan *adversity quotient* yang dimilikinya (Stoltz, 2000:62).

Berdasarkan penjelasan dari beberapa tokoh tersebut dapat disimpulkan bahwa *adversity quotient* merupakan kecerdasan yang dimiliki individu dalam menghadapi rintangan atau kesulitan yang ada dengan melihat tingkat ketangguhan yang dimilikinya.

2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Adversity quotient*

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *adversity quotient* pada seorang individu digambarkan oleh Paul G. Stoltz (2000:41) dengan sebuah pohon kesuksesan. Pada pohon kesuksesan tersebut terdapat bagian-bagian pohon yang saling berhubungan, diantaranya:

1. Daun : Daun menggambarkan kinerja seseorang. Daun merupakan bagian yang paling terlihat dari sebuah pohon dan daun merupakan sering dinilai. Seperti halnya kinerja, seseorang akan dinilai tentang

keberhasilannya dalam meraih impiannya melalui kinerja yang dihasilkannya

2. Cabang : Cabang menggambarkan sebuah bakat dan kemauan. Dalam mencapai suatu keberhasilan dibutuhkan keterampilan, komeptensi, pengalaman serta pengeetahuan yang dimiliki dan hal inilah yang disebut dengan bakat. Namun bakat tidak akan mampu berkembang ketika individu tersebut tidak memiliki kemauan yang tinggi dalam mencapai keberhasilannya

3. Batang : Batang menggambarkan kecerdasan, kesehatan, serta karakter individu. Kecerdasan yang dimiliki oleh individu akan menentukan perjalanan seseorang dalam meraih kesuksesan. Kesehatan fisik dan psikis pun juga mempengaruhi kinerja seseorang dalam mencapai kesuksesan karena apabila kesehatan baik maka semua proses untuk mencapai kesuksesan akan baik pula. Karakter individu baik, cerdas dan tangguh menentukan kemampuan mereka untuk sukses dalam menghadapi rintangan yang ada

4. Akar : akar ini menggambarkan genetika, pendidikan serta keyakinan seseorang. Pilihan seseorang dalam menentukan sesuatu termasuk kesuksesan dipengaruhi oleh genetika, selain itu pendidikan juga termasukfaktor penting dalam meraih sebuah kesuksesan karena pendidikan dapat berpengaruh terhadap kecerdasan, pembentukan kebiasaan, keterampilan serta kinerja yang dihasilkan. Namun disamping itu, keyakinan memiliki peranan penting untuk terwujudnya sebuah kesuksesan .

Berdasarkan pemaparan di atas maka dapat disimpulkan bahwa, terdapat beberapa faktor yang berpengaruh dalam *adversity quotient* antara lain kinerja, kemampuan dan bakat, genetika, kepribadian serta keyakinan yang kemudian digambarkan dengan pohon kesuksesan

3. Aspek-aspek *Adversity quotient*

Adversity quotient menurut Paul G.Stoltz (2000:140) memiliki beberapa aspek yang dibentuk dalam empat dimensi yang disingkat dengan CO2RE yang meliputi *control*, *origin-ownership*, *reach*, dan *endurance*.

1. *Control* atau Pengendalian

Control digunakan untuk mengukur sejauh mana individu dapat mempengaruhi serta mengendalikan respon secara positif terhadap setiap masalah dan dalam situasi apapun. Contoh dari individu yang memiliki *control* yang rendah dalam menghadapi masalah akan cenderung berpikir : ini di luar jangkauan saya!, tidak ada yang bisa saya lakukan sama sekali. Sementara pada individu yang memiliki *control* yang tinggi akan merespon kesulitan yang sama akan berpikir: Wow ini sulit tapi saya pernah menghadapi yang lebih sulit lagi, pasti ada yang bisa saya lakukan, saya yakin bahwa akan selalu ada jalan dala setiap permasalahan, saya harus mencari cara lain.

2. *Origin-Ownership* atau asal-usul dan pengakuan

Origin-Ownership melihat bagaimana individu dapat belajar dari kesalahan yang pernah dilakukannya dan menjadikannya individu yang lebih baik. Sedangkan pada aspek pengakuan, melihat bagaimana individu

memiliki tanggung jawab pada setiap kesulitan yang diterima. Contoh respons orang dengan tingkat *origin-ownership* rendah ketika dihadapkan pada suatu masalah akan cenderung berpikir : ini semua kesalahan saya, saya memang bodoh sekali, saya sudah mengacaukan semuanya, saya memang orang yang gagal. Sedangkan orang dengan tingkat *origin-ownership* tinggi akan cenderung berpikir : tidak ada seorang pun yang dapat meramalkan datangnya masalah ini; setelah mempertimbangkan segala sesuatunya, saya tahu ada cara untuk menyelesaikan pekerjaan ini dengan lebih baik dan saya akan menerapkannya bila saya berada pada situasi yang sama.

3. *Reach* atau Jangkauan

Reach atau jangkauan merupakan aspek yang melihat bagaimana seseorang membiarkan kesulitan yang dialaminya menjangkau kepada hal lain dalam kehidupan maupun pekerjaannya. Contoh respon seseorang dengan tingkat *reach* yang rendah ketika dihadapkan pada suatu masalah akan berpikir: ketika seorang menelpon sahabatnya dan tidak mendapatkan balasan maka dia menganggap bahwa mungkin hubungan persahabatan mereka sudah berakhir dan tidak berharga. Sedangkan contoh respon untuk individu dengan tingkat *reach* yang tinggi : ketika mengalami konflik dengan seseorang yang dikasihi, ia menganggap bahwa itu hanya sebuah kesalahan pahaman bukan kehancuran dari suatu hubungan

4. *Endurance* atau Daya Tahan

Pada *endurance* ini melihat bagaimana seorang individu mempersepsikan kesulitan yang dihadapinya. Individu dengan *adversity quotient* yang

tinggi biasanya memandang bahwa kesulitan yang dihadapinya merupakan sesuatu yang bersifat sementara. Semakin rendah tingkat endurance yang dimiliki seseorang maka semakin ia menganggap bahwa kesulitan akan berlangsung lama atau mungkin selama-lamanya. Contoh : masalah ini selalu terjadi, saya bodoh dan selalu gagal.

Berdasarkan pemaparan tentang aspek-aspek *adversity quotient* maka dapat disimpulkan bahwa terdapat aspek CO2RE yang meliputi *control, origin-ownership, reach* dan *endurance*.

4. Kategori *Adversity quotient*

Kesuksesan dapat dirumuskan sebagai tingkat di mana seseorang bergerak ke depan dan ke atas, terus maju dalam menghadapi hidupnya, meskipun didalamnya terdapat berbagai rintangan atau bentuk kendala-kendala lainnya (Stoltz, 2000:6).

Dalam *adversity quotient* terdapat tiga kategori respons seseorang dalam menghadapi tantangan-tantangan hidup menurut Stoltz (2000:18). Kategori tersebut meliputi :

1. AQ tingkat *quitters* (orang-orang yang berhenti)

Orang dengan kategori *quitters* merupakan seseorang yang berhenti. Mereka menghentikan perjuangan dalam meraih impian, dengan menolak kesempatan yang telah diberikan dengancenderung meninggalkan dorongan untuk berjuang. Tindakan-tindakan yang mereka lakukan ini akan mengakibatkan prestasi yang dicapainya tidak akan maksimal.

2. AQ tingkat *campers* (orang yang berkemah)

Orang dengan tingkat AQ *campers* adalah orang yang berkemah. Yang dimaksud dalam berkemah yaitu dalam berjuang, individu tersebut belum terlalu berjuang, namun sudah merasa bosan sehingga mereka memutuskan untuk mengakhiri perjuangan mereka dan memilih untuk tetap berada pada zona nyaman untuk menghindari situasi yang kurang bersahabat.

3. AQ tingkat *climbers* (orang yang mendaki)

Orang dengan tingkat AQ *climbers* adalah orang yang terus berjuang dalam menggapai kesuksesannya. Orang dengan AQ *climbers* tidak akan menghiarukan hal-hal yang dapat menghalangi kesuksesan mereka dan tetap terus berjuang. Orang dengan tingkat AQ *climbers* adalah individu yang gigih, ulet, tabah, serta terus bekerja keras. Mereka cenderung menghadapi kesulitan-kesulitan dengan penuh keberanian.

Adversity quotient adalah kecerdasan yang dimiliki oleh individu dalam menghadapi suatu rintangan maupun kesulitan yang ada. Selain itu, *Adversity quotient* juga dapat menentukan kesuksesan seseorang dalam pekerjaan maupun kesuksesan dalam hidup karena *Adversity quotient* merupakan kunci penting bagi sebuah kesuksesan. Beberapa faktor yang dapat menentukan *Adversity quotient* antara lain kinerja, karakter individu, kesehatan, kecerdasan, bakat dan kemauan, genetika, pendidikan serta keyakinan yang ada dalam diri individu tersebut.

B.BURNOUT

1. Definisi *Burnout Syndrome*

Dalam kamus *burnout* didefinisikan sebagai kata kerja “*burn-out*” yang diartikan sebagai kegagalan (dalam Freudenberger, 1974:154). Istilah “*burnout*” pertama kali digunakan dalam artian klinis pada awal 1970-an oleh Herbert Freudenberger seorang psikolog Amerika yang kemudian dikembangkan lebih lanjut oleh seorang psikolog bernama Christina Maslach (Wilmar B. Schaufeli, 2017:105).

Pada awalnya para ilmuwan menganggap *burnout* sebagai ilmu semu “*pseudoscientific*” dan mengecam sebagai psikologi populer, namun hal tersebut berubah setelah diperkenalkannya MBI yang memicu adanya gelombang penelitian empiris mengenai *burnout* (Schaufeli 2017:108).

Pines dan Aronson mendefinisikan *burnout* sebagai respons berkepanjangan terhadap stresor emosional dan interpersonal kronis pada pekerjaan (Pines dan Aronson, 2005:626). Menurut Maslach *burnout* merupakan kelelahan emosional kronis yang disebabkan oleh tuntutan yang luar biasa dalam situasi pekerjaan yang mengakibatkan seseorang mengalami kelelahan atau sinisme dan penurunan produktifitas (Maslach, 2001: 403).

Sedangkan Freudenburger menggambarkan bahwa *burnout* sebagai keadaan kelelahan yang dialami seseorang karena pekerjaan yang terlalu intens dan motivasi kerja yang kurang (dalam Byrne, 1994:647). Schaufeli menggambarkan *burnout* dengan kondisi kelelahan emosional

yang di alami oleh seseorang karena emosi yang tertahan dalam pekerjaannya (Schaueli, 1999:17).

Berdasarkan penjelasan dari beberapa tokoh di atas dapat disimpulkan bahwa *burnout* merupakan sindrom psikologis yang diakibatkan oleh stres kerja serta kelelahan emosional yang kronis sehingga mengakibatkan kelelahan, depersonalisasi serta menurunnya produktifitas, timbulnya sinisme, bahkan memicu terjadinya depresi.

2. Fator-faktor yang mempengaruhi *Burnout Syndrome*

Maslach (2001:407) menyatakan bahwa *burnout* merupakan sindrom yang dialami oleh individu dalam hal pekerjaan dan dalam 25 tahun terakhir terdapat beberapa faktor yang dapat menyebabkan terjadinya *burnout* diantaranya:

1. Karakteristik pekerjaan, yaitu faktor dimana dalam bekerja seseorang diberikan beban kerja yang terlalu tinggi dengan tekanan waktu pengerjaan yang disediakan sehingga individu tersebut mengalami kelelahan dan ketegangan dalam menghadapi tuntutan pekerjaannya. Misalnya, terlalu banyak pekerjaan yang diterima oleh individu untuk waktu yang tersedia. Hal tersebut telah banyak dipelajari oleh banyak peneliti *burnout* bahwa *burnout* merupakan respons terhadap beban yang berlebihan dan menunjukkan bahwa beban kerja dan tekanan waktu sangat mempengaruhi terjadinya *burnout*.
2. Konflik peran dalam pekerjaan, yaitu dimana dalam suatu pekerjaan tersebut seseorang mengalami masalah saat berhubungan atau berinteraksi

dengan orang lain atau rekan kerja mereka. Lingkungan kerja yang mendukung sangat berhubungan dengan stresor *burnout*.

3. Karakteristik organisasi, dimana faktor ini merupakan faktor penting dalam terjadinya *burnout* karena menurut penelitian yang telah dilakukan ditemukan bahwa karakteristik organisasi yang meliputi aturan, sumber daya sangat berpengaruh terhadap situasional pekerjaan yang berhubungan dengan terjadinya *burnout*.

2. Aspek-aspek *Burnout Syndrome*

Pines dan Aronson (dalam Marcel Lourel, 2008:110) menyatakan bahwa meskipun intensitas, durasi maupun frekuensi *burnout* yang dialami tiap individu berbeda, namun mereka berpendapat bahwa terdapat tiga komponen dalam *burnout syndrome* :

1. Kelelahan emosional, yang merupakan perasaan kehabisan atau kehilangan banyak emosi yang ditandai dengan ketidakberdayaan dan depresi dalam diri individu. Kelelahan emosional ini biasanya dicirikan dengan rasa bosan terhadap pekerjaan, mudah tersinggung, sinisme, perasaan tidak menolong, ratapan yang tidak henti terhadap permasalahan yang menyimpannya, emosi yang tidak terkontrol (mudah cepat marah), gelisah, kesal, tidak peduli terhadap tujuan, tidak peduli dengan orang lain, merasa bahwa yang dilakukannya akan sia-sia, putus asa, sedih, merasa tertekan dan tidak berdaya.

2. Kelelahan fisik, yang merupakan bentuk kelelahan yang bersifat sakit fisik dan energi fisik dalam diri individu. Kelelahan fisik ini biasanya memiliki ciri-ciri rentan terhadap penyakit seperti sakit kepala, sakit

punggung, mual, energi dalam tubuh yang rendah sehingga individu mudah sekali merasa lelah, lemah. Selain itu juga terjadinya perubahan-perubahan dalam pola kehidupannya seperti susah tidur, perubahan kebiasaan makan.

3. Kelelahan mental, yaitu kondisi kelelahan pada individu yang berhubungan dengan rendahnya penghargaan pada diri, rasa tidak berdaya. Kelelahan mental ditandai dengan rasa tidak berharga, rasa tidak berdaya, mempunyai sikap negatif pada orang lain, merasa tidak berkompoten, merasa tidak puas dengan jalan hidup yang dimilikinya dan merasa bahwa dirinya terjebak dalam situasi yang tidak diinginkan.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa *burnout syndrome* merupakan suatu kondisi kelelahan fisik, mental serta emosional yang dialami oleh individu yang disebabkan oleh faktor internal maupun eksternal seperti tingginya beban kerja, masalah fisik maupun psikis serta lingkungan kerja yang tidak memadai.

C. HUBUNGAN ANTARA *Adversity quotient* dengan *Burnout Syndrome*

Adversity quotient adalah kecerdasan yang dimiliki oleh individu dalam menghadapi suatu rintangan maupun kesulitan yang mereka temui dalam hidup serta dalam meraih kesuksesan dengan melihat beberapa aspek seperti kegigihan yang dimiliki seseorang dalam mencapai kesuksesannya serta dalam menghadapi masalah selama ia berproses menuju kesuksesan. Tidak hanya kegigihan, pada *adversity quotient* juga mengukur kinerja, karakter individu, kesehatan, kecerdasan, bakat dan

kemauan seorang individu, sehingga *Adversity quotient* juga merupakan kunci kesuksesan seseorang.

Burnout Syndrome suatu kondisi kelelahan fisik serta mental yang dialami oleh individu yang disebabkan oleh faktor internal maupun eksternal seperti tingginya beban kerja, masalah fisik maupun psikis serta lingkungan kerja yang tidak memadai yang dapat mempengaruhi motivasi seseorang dalam mencapai tujuannya serta produktifitasnya.

Menurut Stoltz *adversity quotient* mendasari semua segi kesuksesan karena individu yang memiliki tingkat *adversity quotient* yang tinggi akan menikmati serangkaian manfaat termasuk kinerja, motivasi, produktivitas, kreativitas, kesehatan, ketekunan, daya tahan yang lebih besar dibandingkan dengan individu yang memiliki tingkat *adversity quotient* yang rendah. Selain itu *adversity quotient* juga mampu meramal siapakah yang mampu mengatasi kesulitan dan siapakah yang menyerah dan gagal (Stoltz, 2000:11).

Selain itu *adversity quotient* yaitu faktor utama yang menentukan kemampuan seseorang dalam mendaki, hal tersebut didasarkan pada terobosan-terobosan di tiga bidang ilmu yang berbeda. Stoltz menyebutnya dalam tiga batu pembangun yang apabila digabungkan akan membentuk *adversity quotient* seseorang. Tiga batu AQ tersebut antara lain : Batu 1 yaitu psikologi kognitif, Batu 2 yaitu ilmu kesehatan yang baru, dan batu 3 adalah ilmu pengetahuan otak. Dalam kaitan mengenai *Adversity quotient* dengan kesehatan mental dan fisik terdapat pada bagian batu 2 yaitu kesehatan mental dan kesehatan fisik (Stoltz, 2000:100).

Adversity quotient dianggap sangat menolong seseorang dalam mempertahankan sistem kekebalannya. Terdapat sekumpulan besar penelitian yang berkaitan dengan sifat ketidakberdayaan yang dipelajari membuktikan adanya ikatan yang kuat antara sifat ketidak berdayaan dengan depresi. Dr. Gerald Klerman, mantan direktur Alkohol, Drug Abuse, and Mental Health Agency mensponsori dua studi penting yang mengungkapkan bahwa dimasa sekarang ini depresi lebih dini menyerang manusia yang jumlahnya jauh lebih banyak dari sebelumnya. Sebagaimana telah dibuktikan oleh Seligman dan peneliti-peneliti lain, wabah depresi terjadi bersamaan dengan wabah sikap tidak berdaya dan zaman yang sulit. Mereka yang menderita akibat keadaan yang sulit akan cenderung merasa tidak berdaya dan mengalami depresi (Stoltz, 2000:100).

Sedangkan studi longitudinal terbesar untuk jenis kesehatan fisik, dari hasil penelitian yang dilakukan Chris Peterson, George Vaillant dan Martin Seligman membuktikan bahwa pesimisme yang digambarkan oleh Stoltz dengan AQ yang rendah terbukti memberikan resiko bagi kesehatan dikemudian hari (dalam Stoltz, 2000:100). Kaum pesimis dengan kondisi yang sehat pada usia 25 tahun akan memburuk keadaannya pada usia 45 dan 60 tahun dibandingkan dengan individu yang optimis yang digambarkan oleh Stoltz dengan individu yang memiliki tingkat AQ tinggi. Penelitian lain dilakukan oleh Dr. Daniel Mark terhadap 1.719 pria dan wanita yang menjalani katerisasi jantung. Hasil dari penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa orang dengan AQ rendah yang

menganggap bahwa kesulitan yang dialami sangat berat dan berlangsung lama dua kali lipat angka kematiannya dibanding dengan orang-orang dengan AQ tinggi yang merespons kesulitan sebagai hal yang terbatas dan sementara.

Jadi dari hasil teori yang dikemukakan oleh Stoltz (2000:11) bahwa *adversity quotient* dapat meramalkan kinerja, motivasi, produktivitas, kreativitas, kesehatan, ketekunan, daya tahan dalam menghadapi masalah dan didukung pula oleh teori tiga batu pembangun *adversity quotient* dan juga penelitian-penelitian terdahulu yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan langsung antara bagaimana individu merespons kesulitan *adversity quotient* dengan *burnout* terhadap kinerja, emosi, kesehatan mental dan fisik individu. Pola respons yang lemah yang ditandai dengan *adversity quotient* rendah terhadap kesulitan juga dapat mengakibatkan terjadinya gangguan kesehatan mental, emosional, dan kesehatan fisik pada diri individu (Stoltz, 2000:11) . Gangguan kesehatan, mental, dan emosional inilah yang dapat memicu terjadinya *burnout syndrome* sesuai dengan pendapat Pines dan Aronson (1989) bahwa beberapa aspek dalam burnout syndrome antara lain kelelahan emosional, kelelahan fisik dan juga kelelahan mental.

D. HIPOTESIS PENELITIAN

Menurut Ghony, hipotesis dalam penelitian merupakan jawaban sementara dari sebuah rumusan masalah dimana jawaban yang diberikan hanya berdasarkan teori yang relevan dan belum berdasarkan fakta empiris. Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan anatar *Adversity quotient* dengan *Burnout Syndrome* dalam proses penyusunan skripsi pada Mahasiswa Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana malik Ibrahim Malang .



BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. RANCANGAN PENELITIAN

Rancangan penelitian merupakan suatu cara yang digunakan dalam penelitian untuk mengumpulkan data yang dibutuhkan oleh peneliti. Dalam penelitian terdapat dua pendekatan, yaitu penelitian kualitatif dan penelitian kuantitatif. Sugiyono (2012:13) menyatakan bahwa penelitian kuantitatif merupakan suatu metode penelitian dengan berdasarkan filsafat positivisme dengan melalui pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian dan analisis data yang bersifat statistik guna menguji hipotesis penelitian untuk meneliti populasi atau sampel tertentu. Metode penelitian bersifat deduktif, yaitu penelitian tersebut berawal dari permasalahan umum ke khusus yang digunakan pada saat penelitian untuk menguji hipotesis serta menyandarkan kesimpulan hasil pada probabilitas kesalahan penolakan hipotesis nihil (Azwar, 2008).

Peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif dalam penelitiannya. Berdasarkan pemaparan diatas, dapat disimpulkan bahwa penelitian kuantitatif adalah penelitian yang berangkat dari suatu permasalahan umum ke khusus dengan menggunakan sudut pandang positivisme. Hasil data yang diperoleh selanjutnya diolah dan disajikan dalam bentuk angka untuk mengungkap kebenaran dari variabel yang diteliti. Sedangkan untuk jenis penelitian, peneliti menggunakan jenis penelitian korelasional dimana penelitian tersebut dirancang untuk menentukan tingkat hubungan antara dua variabel yang diteliti dengan membandingkan hasil dua variabel berbeda dalam penelitian (Arikunto, 2010).

B. IDENTIFIKASI VARIABEL PENELITIAN

Variabel merupakan suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, ataupun kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh seorang peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2012 : 60) variabel. Dalam melakukan pengukuran terhadap suatu variabel, peneliti menggunakan instrumen penelitian. Selanjutnya, peneliti melakukan analisis guna mencari hubungan dari variabel satu dengan variabel lainnya. Berdasarkan hubungan antara variabel satu dengan lainnya, maka variabel dalam penelitian ini adalah:

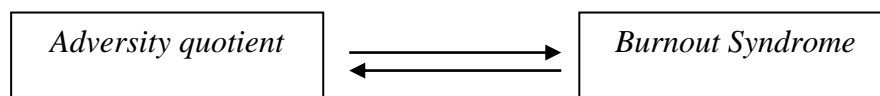
1. Variabel Bebas (Independent Variable)

Variabel bebas sering disebut sebagai variabel *stimulus*, *predicator*, *antecedent*. Variabel bebas merupakan variabel yang memberikan pengaruh atau variabel yang menjadi penyebab perubahan atau timbulnya variabel terikat (dependen) (Sugiyono, 2009, h.61). Maka dalam penelitian ini variabel bebas adalah *Adversity quotient* (X).

2. Variabel Terikat (Dependent Variable)

Variabel terikat atau *dependent variable* merupakan variabel yang dipengaruhi atau variabel yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas (Sugiyono, 2009:61). Maka dalam penelitian ini variabel terikat (*dependent variable*) adalah *Burnout Syndrome*(Y).

Skema penelitian ini dijelaskan pada gambar 3.1 :



Gambar 3.1 Skema Penelitian

C. DEFINISI OPERASIONAL

Definisi operasional merupakan langkah yang dilakukan untuk mengukur variabel yang diteliti dengan cara menetapkan tindakan yang perlu dilakukan. Definisi operasional digunakan untuk membatasi pengertian variabel yang diteliti dengan jelas sehingga pengukuran terhadap variabel penelitian dapat dilakukan dengan mudah. Menurut Azwar (2007) definisi operasional dapat diartikan sebagai definisi mengenai variabel berdasarkan ciri-ciri yang dapat diamati dalam variabel tersebut. Dalam penelitian ini variabel yang digunakan adalah *adversity quotient* sebagai variabel bebas (X) dan *burnout* sebagai variabel terikat (Y).

1. *Adversity quotient* (X)

Adversity quotient merupakan kecerdasan individu dalam menghadapi suatu rintangan maupun kesulitan yang ada. Kecerdasan ini merupakan kunci dari sebuah kesuksesan seseorang karenadengan *adversity quotient* kita dapat melihat kegigihan seseorang dalam menghadapi masalah serta rintangan dalam hidupnya dengan melihat sejauh mana individu tersebut dapat bertahan untuk menghadapi kesulitan serta kemampuannya dalam mengatasi melalui aspek *control, origin and ownership, reach, dan endurance* yang dimiliki individu.

2. *Burnout Syndrome*(Y)

Burnout syndrom merupakan sindrom psikologis yang diakibatkan oleh stres kerja yang kronis akibat kondisi tekanan kerja yang tinggi setiap harinya. Individu yang mengalami *burnout* akan mengalami kelelahan emosional, kelelahan fisik serta kelelahan mental. Dampak dari terjadinya *burnout* pada individu akan kehilangan motivasi dalam mencapai kesuksesan dan juga menurunnya produktifitas.

D. POPULASI DAN SAMPEL ATAU SUBJEK PENELITIAN

1. Populasi

Populasi dalam penelitian merupakan sekumpulan objek yang dapat dijadikan sumber penelitian yang dapat berbentuk benda, manusia ataupun peristiwa yang terjadi dan dapat dijadikan sebagai suatu sasaran dalam penelitian. Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono , 2009:117) .

Populasi yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Psikologi Universitas Islam Maulana Malik Ibrahim Malang angkatan 2013-2015 yang sedang dalam proses penyelesaian penyusunan skripsi yang berjumlah 369 orang mahasiswa dengan rincian mahasiswa angkatan 2013 sebanyak 47 orang, mahasiswa angkatan

2014 sebanyak 90 orang, dan mahasiswa angkatan 2015 sebanyak 232 orang. Berikut adalah tabel populasi dalam penelitian:

Tabel 3.1: Populasi Penelitian

Angkatan	Jumlah Mahasiswa
2013	49
2014	90
2015	232
Jumlah	369

2. Sampel

Menurut Sugiyono (2008:116) sampel merupakan sebagian besar dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi dalam suatu penelitian. Sedangkan untuk penentuan pengambilan sampel menurut Arikunto (2008:116) adalah apabila sampel dalam penelitian tersebut kurang dari 100 lebih baik diambil semua hingga penelitian yang dilakukan merupakan penelitian populasi. Jika jumlah subjeknya besar maka dapat diambil antara 10-15% atau 20-55% atau lebih tergantung sedikit banyaknya dari:

1. Kemampuan peneliti dilihat dari waktu, tenaga dan dana
2. Sempit luasnya wilayah pengamatan dari setiap subyek, karena hal tersebut menyangkut sedikitnya dana
3. Besar kecilnya resiko yang ditanggung oleh peneliti untuk peneliti yang resikonya besar, tentu saja jika sampelnya besar hasilnya akan lebih baik

Penelitian ini menggunakan *random sampling* yaitu pengambilan secara acak dan tidak memperhatikan strata yang ada dalam populasi tersebut (Sugiyono, 2011). Jumlah subjek dalam penelitian adalah 369 orang mahasiswa psikologi angkatan 2013- 2015. Oleh karena jumlah responden lebih dari 100, maka peneliti mengambil 20% dari jumlah populasi. Berikut adalah tabel yang akan menjelaskan mengenai rincian jumlah sampel yang digunakan :

Tabel 3.2 : Sampel Penelitian

Tahun	Jumlah	%	Jumlah
Angkatan	Mahasiswa	Populasi	Responden
2013	47	20%	5
2014	90	20%	18
2015	232	20%	46
	Jumlah		73

Dari tabel tersebut dapat diketahui bahwa jumlah responden yang akan digunakan adalah sebanyak 73 responden dengan rincian responden mahasiswa angkatan 2013, 18 responden mahasiswa angkatan 2014, dan sebanyak 46 responden mahasiswa angkatan 2015.

Subyek penelitian menurut Suharsimi Arikunto (2005:116) adalah benda, hal, atau orang sebagai data yang digunakan dalam penelitian. Maka, dalam penelitian ini subyek yang digunakan adalah mahasiswa psikologi Universitas Islam Maulana Malik Ibrahim Malang angkatan 2013-2015 yang sedang dalam proses penyusunan skripsi

E. TEKNIK PENGUMPULAN DATA

Pada penelitian ini teknik pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner. Sugiyono (2009:199) mendefinisikan kuesioner sebagai suatu teknik pengumpulan data melalui pemberian seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis pada responden untuk dijawab. Kuesioner yang diberikan kepada responden merupakan instrumen penelitian yang digunakan untuk mengukur variabel yang diteliti. Dalam penelitian ini variabel yang akan diteliti adalah *Adversity quotient* dan *Burnout Syndrome* yang bertujuan untuk mengetahui tingkat *adversity quotient* dan *burnout* pada subyek penelitian.

F. INSTRUMEN PENELITIAN

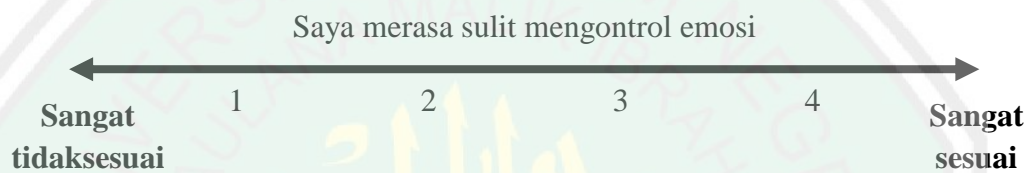
Penelitian ini dilakukan dengan menyebarkan kuesioner guna memperoleh data dengan cara membuat daftar pertanyaan ataupun pernyataan yang diajukan kepada responden untuk mengukur persepsi responden. Dalam penyebaran kuesioner ini peneliti menggunakan skala diferensial semantik. Menurut Sugiyono dalam Haryadi Sarjono (2011:8) skala defensial semantik adalah skala yang digunakan untuk mengukur sikap. Akan tetapi bentuk skalanya tidak dalam bentuk pilihan ganda maupun checklist (daftar periksa), melainkan tersusun dalam satu garis dimana jawaban “sangat positif” berada di bagian paling kanan dan jawaban “sangat negatif” terletak di bagian paling kiri garis, atau sebaliknya.

Menurut Oei dalam Haryadi Sarjono (2011:11), ciri dari skala semantik deferensial adalah memiliki dua kutub yang saling berlawanan. Responden diminta untuk memberikan penilaian diantara dua kutub tersebut. Jika jawaban responden semakin mendekati suatu kutub, itulah yang dirasakan oleh responden.

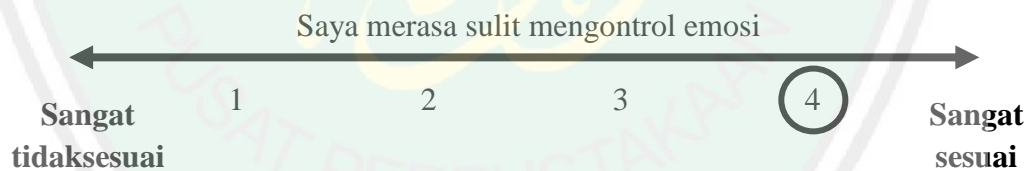
Penelitian ini menggunakan skala semantik defernsial dengan dua kutub yang berlawanan dan berisikan angka 1 sampai 4. Pada kutub paling kiri berisikan angka 1 yang merupakan jawaban “sangat tidak sesuai”, sedangkan pada kutub paling kanan berisikan angka 4 yang merupakan jawaban “sangat sesuai”.

Subyek diminta untuk menyatakan kesesuaian atau ketidaksesuaian terhadap isi pernyataan yang diberikan oleh peneliti dengan melingkari nomor yang tersedia dan dianggap paling sesuai dengan keadaan subyek.

Contoh :



Subyek diminta untuk menjawab dengan melingkari nomor yang dianggap paling sesuai dengan pernyataan yang diajukan oleh peneliti. Sebagai contoh subyek A berpendapat bahwa ia tidak dapat mengontrol emosinya dengan baik. Dengan demikian, subyek A melingkari angka 4 seperti berikut :



Untuk pemberian skor pada skala, pernyataan favourable penilaian dimulai dari angka 4 sampai 1, sedangkan untuk pernyataan unfavourable penilaian dimulai dari angka 1 hingga 4. Dalam penelitian ini, pengukuran dilakukan dengan menggunakan dua macam skala untuk mengungkap *adversity quotient* dan *burnout*. Peneliti menetapkan kategori penyekoran sebagai berikut:

Tabel 3.3 : Ketentuan Pemberian Skor Pada Angket

Jenis Pernyataan	Skor Alternatif jawaban			
	SS	S	TS	STS
Favourable	4	3	2	1
Unfavourable	1	2	3	4

Keterangan:

SS : Sangat sesuai

S : Sesuai

TS : Tidak sesuai

STS : Sangat tidak sesuai

Skala yang digunakan dalam penelitian ini meliputi dua variabel yaitu *Adversity quotient* dan *Bunout Syndrome*. Skala *Adversity quotient* dalam penelitian ini merupakan skala *Adversity quotient* yang dibuat berdasarkan teori Stoltz (2000) yang terdiri dari 30 aitem dengan melakukan modifikasi aitem *Adversity Respons Profile* dari buku Paul G. Stoltz (2000) yang berjudul “*Adversity quotient Mengubah Hambatan Menjadi Peluang*”. Aitem-aitem tersebut terdiri 20 aitem *favourable* dan 10 aitem *unfavourable*. Semua aitem-aitem tersebut digunakan untuk mengukur *contol*, *origin&ownership*, *reach*, dan *control*, *endurance*. Berikut Blueprint skala *Adversity quotient*:

Tabel 3.4 : BluePrint Skala *Adversity quotient*

Variabel	Aspek	Indikator	F	Uf	Jumlah
<i>Adversity quotient</i>	<i>Control</i>	Mampu mengendalikan diri ketika menghadapi kesulitan	1,2	21	3
		Berani menghadapi rintangan	3,4	22, 26, 27	3
		Mudah bangkit dari keterpurukan	5,6	28	3
	<i>Orign-Ownership</i>	Menjadi individu yang lebih baik	7,8	29	3
		Memiliki tanggung jawab pada setiap kesulitan	9,10	23	3
		Mampu belajar dari kesalahan	11,12	30	3
	<i>Reach</i>	Tidak berlarut-larut dalam menghadapi suatu masalah	13,14	25	3
		Mampu membatasi jangkauan permasalahan	15	16	2
	<i>Endurance</i>	Menganggap bahwa kesulitan hanya bersifat sementara	17,18		2
		Optimis	19,20	24	3
JUMLAH					30

Sedangkan untuk skala *Burnout Syndrome* dalam penelitian ini merupakan skala burnout syndrome yang dibuat berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Pines dan Aronson (1989). Skala yang digunakan terdiri dari 25 aitem yang meliputi 16 aitem *favourable* dan 9 aitem *unfavourable* hasil modifikasi aitem *Burnout Measure Short version* (BMS) dari Pines Aronson yang dimodifikasi oleh Marcel Lourel (2008) dalam penelitiannya yang berjudul “*Psychometric Properties of a Global Measure of Job Burnout*” . Semua aitem-aitem tersebut digunakan untuk mengukur kelelahan emosional, kelelahan fisik, dan kelelahan mental. Berikut Blueprint untuk skala *Burnout Syndrome*:

Tabel 3.5 : BluePrint Skala *Burnout Syndrome*

Variabel	Aspek	Indikator	f	Uf	Jumlah	
<i>Burnout Syndrome</i>	Kelelahan emosional	Rasa bosan	1, 13	4	3	
		Mudah tersinggung	2	22	2	
		Depresi Ringan		3	1	
		Emosi tidak terkontrol	7, 12	21	3	
		Pesimisme	5, 17	10,16	4	
	Kelelahan fisik	Perubahan pola kehidupan		9,		3
				18,19		
			Rentan terhadap penyakit	11. 20	15	3
	Kelelahan mental	Rendahnya penghargaan diri			6	1
Rasa Tidak Berdaya			23		1	

Memiliki sikap negatif pada orang lain	24	1
Merasa tidak berkompeten	8	1
Tidak puas dengan jalan hidup yang dimiliki	14	1
Merasa terjebak dalam situasi yang tidak diinginkan	25	1
JUMLAH		25

G. VALIDITAS RELIABILITAS

Alat ukur dapat dikatakan baik apabila dapat memenuhi persyaratan validitas dan reliabilitas, karena alat ukur yang tidak reliabel dan tidak valid dapat memberikan informasi yang tidak akurat mengenai keadaan subyek dari penelitian tersebut (Azwar, 2012).

1. Validitas

Validitas berasal dari kata validity yang berarti sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Validitas dapat menunjukkan hasil suatu pengukuran yang menggambarkan aspek yang diukur. Menurut Azwar, suatu instrumen dapat dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila alat ukur tersebut dapat menghasilkan ukuran yang sesuai dengan maksud dilakukannya suatu pengukuran tersebut.

Penelitian ini menggunakan uji validitas *pearson correlation* menggunakan SPSS 17.0 *for Windows*, yaitu dengan melakukan pengujian terhadap korelasi antar aitem dengan skor total dari nilai jawaban sebagai kriteria. Standart validitas yang digunakan adalah 0,3. Maka aitem yang memiliki validitas $r_{xy} < 0,3$ akan dinyatakan gugur. Berikut tabel hasil uji validitas *adversiy quotient scale*:

Tabel 3.6 : Hasil Uji Validitas *Adversity Quotient Scale*

Aspek	Nomor Item		Jumlah Aitem
	Valid	Gugur	Valid
<i>Control</i>	1, 3, 5, 22, 27, 28	2, 4, 6, 21, 26	6
<i>Orign - ownership</i>	7, 9, 11, 30	8, 10, 12, 23, 29,	4
<i>Reach</i>	13, 15, 16, 25	14	4
<i>Endurance</i>	17, 19	18, 20, 24	2
Total Aitem valid			16

Berdasarkan tabel tersebut, dapat diketahui bahwa *Adversity Quotient Scale* terdiri atas 30 aitem yang tersebar pada empat aspek. Berdasarkan hasil uji validitas instrumen menunjukkan bahwa terdapat 14 aitem yang gugur, dengan rincian lima aitem dari aspek *control*, lima aitem dari aspek *orign-ownership*, satu aitem dari aspek *reach* dan satu aitem dari aspek *endurance*. Jumlah aitem yang valid dan mencapai standar yang telah ditetapkan sebanyak 16 aitem. Sedangkan untuk hasil uji validitas pada *Burnout Syndrome Scale* adalah sebagai berikut:

Tabel 3.7 : Hasil Uji Validitas *Burnout Syndrome Scale*

Aspek	Nomor Item		Jumlah Aitem
	Valid	Gugur	Valid
Kelelahan emosional	1, 2, 4, 10, 12, 13, 16, 17,	3, 5, 7, 21, 22	8
Kelelahan Fisik	9, 11, 15, 18, 19, 20	-	6
Kelelahan mental	8, 14, 23, 24, 25	6	5
Total Item valid			19

Berdasarkan tabel tersebut, dapat diketahui bahwa *Burnout Syndrome Scale* terdiri atas 25 aitem yang tersebar pada tiga aspek. Berdasarkan hasil uji validitas instrumen menunjukkan bahwa terdapat enam aitem yang gugur, dengan rincian lima aitem dari aspek kelelahan emosional dan satu aitem dari aspek kelelahan mental. Jumlah aitem yang valid dan mencapai standar yang telah ditetapkan sebanyak 19 aitem.

2. Reliabilitas

Reliabilitas merupakan tingkat keajegan atau ketetapan hasil penelitian. Suatu alat ukur dapat dikatakan memiliki tingkat reliabilitas yang memadai apabila alat ukur tersebut digunakan mengukur aspek yang diukur beberapa kali dan hasil yang sama atau relatif sama. Menurut Azwar (2008) jika koefisien reliabilitas mendekati angka 1,00 maka hal tersebut menunjukkan bahwa

reliabilitasnya tinggi, dan jika semakin mendekati angka 0 maka semakin rendah reliabilitasnya. Dalam uji reliabilitas, suatu alat ukur dapat dikatakan reliabel apabila nilai dari *cornbach alpha* > 0.60 (Azwar, 2012). Berikut merupakan hasil uji reliabilitas dari skala yang digunakan untuk mengukur variabel penelitian:

Tabel 3.8 : Hasil Uji Reliabilitas

Variabel	Skala	Alpha	Keterangan
<i>Adversity Quotient</i>	<i>Adversity Quotient Scale</i>	0.917	Reliabel
<i>Burnout Syndrome</i>	<i>Burnout Syndrome Scale</i>	0.871	Reliabel

Hasil uji reliabilitas terhadap kedua skala tersebut dapat dikatakan reliabel karena kedua skala tersebut memiliki nilai *alpha* yang mendekati 1.00 sehingga dapat disimpulkan bahwa kedua skala tersebut reliabel dan layak digunakan sebagai instrumen penelitian

H. ANALISIS DATA

Analisis data merupakan suatu tahap yang dilakukan untuk menterjemahkan hasil data yang diperoleh untuk mempermudah pembaca dalam memahami. Tahap ini dilakukan setelah peneliti menyelesaikan proses pengumpulan data. Analisa data dapat dilakukan dengan melalui beberapa tahap, yang dimulai dari tahapan persiapan, input data, memilih jenis analisa data dan interpretasi data (Azwar, 2012).

Pada penelitian ini, teknik analisis data menggunakan software SPSS 17.0 for windows dan Microsoft exel 2007. Data penelitian diperoleh melalui skala kuesioner dengan teknik-teknik sebagai berikut :

1. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif dilakukan untuk mengetahui nilai mean dan standar deviasi pada masing-masing variabel. Analisis deskriptif dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan mean hipotetik dan standar deviasi hipotetik dengan rumus sebagai berikut :

$$\mu = \frac{1}{2} (imax + imin) \sum k$$

Keterangan :

μ = rata-rata hipotetik

$imax$ = skor maksimal aitem

$imin$ = skor minimal aitem

$\sum k$ = jumlah aitem

Selanjutnya, untuk mencari standart deviasi hipotetik dapat dilakukan dengan menggunakan rumus :

$$\sigma = \frac{1}{6} (Xmax - Xmin)$$

Keterangan :

σ = deviasi standar hipotetik

$Xmax$ = skor responden

$Xmin$ = skor minimal responden

Dari hasil yang diperoleh, kemudian dilakukan pengelompokan menjadi tiga rentang kategorisasi yaitu kategori rendah, sedang dan tinggi dengan menggunakan norma kategorisasi. Adapun norma kategorisasi adalah sebagai berikut:

Tabel 3.9: Norma Kategorisasi

Kategorisasi	Norma
Tinggi	$X > (M+1SD)$
Sedang	$(M-1SD) \leq X \leq (M+1SD)$
Rendah	$X < (M-1SD)$

2. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data pada setiap variabel yang diteliti memiliki distribusi normal atau tidak. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan uji kolmogorovs-mirnov karena jumlah responden dalam penelitian ini lebih dari 50. Jika signifikasi $p > 0.05$, maka data terdistribusi normal dan jika signifikasi $p < 0.05$ maka distribusi tidak normal.

3. Uji Linearitas

Uji linearitas digunakan untuk mengetahui apakah dua variabel dalam penelitian tersebut memiliki hubungan linier atau tidak secara signifikan. Uji linearitas dalam penelitian ini menggunakan tes for linearity. Jika nilai deviation for linearity lebih dari 0.05 maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linier dan sebaliknya, jika nilai deviation for linearity kurang 0.05 maka tidak terdapat hubungan yang linier.

4. Uji Hipotesis

Penarikan kesimpulan yang berakhir pada penerimaan atau penolakan hipotesis diawali dengan pengujian hipotesis yang kemudian hasil akhirnya berupa pernyataan bahwa hipotesis diterima atau ditolak (Prasetyowati, 2016). Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji korelasi *product moment* dengan nilai signifikansi $p < 0.05$ jika nilai $p < 0.05$ maka terdapat korelasi antara dua variabel dan jika nilai $p > 0.05$ maka tidak terdapat korelasi antar dua variabel. Adapun rumus perhitungan antar dua variabel tersebut adalah :

$$r_{xy} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan :

r_{xy} : Korelasi productmoment

N : Jumlah responden

$\sum X$: Skor *adversity quotient*

$\sum Y$: skor *burnout*

Untuk melakukan perhitungan dengan rumus-rumus di atas, peneliti menggunakan bantuan program SPSS (*Stastical Package for Social Science*) versi 22.0 *for windows*.



BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Objek Penelitian

1. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang merupakan lembaga pendidikan tinggi yang berada dibawah Kementerian Agama dan secara fungsional akademik dibawah pembinaan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Nasional. Bertujuan untuk mencetak sarjana psikologi muslim yang mampu mengintegrasikan ilmu psikologi dan ke-Islaman, yang bersumber dari Al-Qur'an, Al-Hadits dan khazanah keilmuan Islam. Program studi psikologi pertama kali dibuka pada tahun 1997 sesuai dengan SK Dirjen Binbaga Islam No. E/E/107/1997, kemudian menjadi Jurusan Psikologi tahun 1999 berdasarkan SK Dirjen Binbaga Islam, No. E/138/1999, No. E/212/2001, 25 Juli 2001 dan Surat Dirjen Dikti Diknas No. 2846/DT/2001, tgl.25 Juli 2001. Akhirnya pada tanggal 21 Juli 2004 terbit SK Presiden RI No. 50/2004 tentang perubahan IAIN Suka Yogyakarta dan STAIN Malang menjadi UIN dan telah terakreditasi oleh Badan Akreditasi nasional (BAN) Perguruan Tinggi, No. 003/BAN PT/ AK-X/s1/II/2007 dengan presikat baik. Pada tanggal 9-11 Juli 2003 proram studi Psikologi UIN Maliki

Malang Telah divalidasi oleh BAN PT guna untuk memperbarui status akreditasinya.

Kurikulum Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang adalah seperangkat pengalaman belajar yang dirancang secara sistematis dan disediakan untuk membantu perkembangan kepribadian mahasiswa dan aspek-aspek intelektual, emosional, spiritual, dan pandangan hidup yang terwujud dalam bentuk pengetahuan, keterampilan dan sikap-sikap, nilai-nilai dan pandangan hidup yang selaras dengan visi, misi dan tujuan pendidikan yang diterapkan.

a) Visi

Menjadi fakultas Psikologi terkemuka dalam menyelenggarakan pendidikan, pengajaran, penelitian dan pengabdian pada masyarakat untuk menghasilkan lulusan dibidang psikologi yang memiliki kekokohanaqidah, kedalaman spiritual, keluhuran akhlak, keluasan ilmu dan kematangan profesional serta menjadi pusat pengembangan ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni yang bercirikan islam serta menjadi penggerak kemajuan masyarakat.

b) Misi

1. Menyelenggarakan pendidikan tinggi berbasis penelitian berparadigma Al-Qur'an untuk mengembangkan psikologi dengan pendekatan interdisipliner dan kemampuan bersaing di

dunia internasional, serta dilandasi oleh kedalaman spiritual keluhuran akhlaq, keluasan ilmu dan kematangan spiritual

2. Menyelenggarakan penelitian dibidang ilmu psikologi yang berkualitas dan diakui ditingkat nasional, regional, hingga internasional.
3. Membangun suasana dan masyarakat intelektual dalam bidang ilmu psikologi.
4. Memberikan darma bakti kepada masyarakat dan mengembangkan teori, model dan pemahaman berbagai masalah ilmu psikologi

c) Tujuan

1. Menghasilkan sarjana psikologi yang memiliki wawasan dan sikap yang agamis
2. Menghasilkan sarjana psikologi yang memiliki kemampuan akademik dan atas profesional dalam menjalankan tugas
3. Menghasilkan sarjana psikologi yang mampu merespon perkembangan dan kebutuhan masyarakat serta dapat melakukan inovasi-inovasi baru dalam bidang psikologi yang berlandaskan nilai-nilai islam
4. Menghasilkan sarjana psikologi yang mampu memberikan tauladan dalam kehidupan atas dasar nilai-nilai islam dan budaya luhur bangsa
5. Menghasilkan konsep psikologi yang berkualitas yang berdasarkan kejian ilmiah sesuai dengan kajian metode riset

psikologi dan keislaman, yang mempunyai kontribusi perkembangan psikologi, dan kesejahteraan masyarakat.

Kurikulum pada Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang merupakan integrasi antara ilmu psikologi dan ilmu keislaman, sekitar 150 SKS dengan masa studi yang normal 8 semester dan bergelar S.Psi (Sarjana Psikologi). Lulusan Fakultas Psikologi Universitas Islam negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dapat terserap dibidang-bidang diantaranya bidang pendidikan, industri, klinis, soisal, dan bidang psikologi lain. (Pedoman Pendidikan Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2015).

d) Mahasiswa Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang merupakan integrasi antara ilmu psikologi dan ilmu keislaman yang memiliki tujuan lulusan pada Fakultas Psikologi dapat terserap dibidang-bidang diantaranya bidang pendidikan, industri, klinis, soisal, dan bidang psikologi lain dengan masa studi yang normal 8 semester dan bergelar S.Psi (Sarjana Psikologi)

Namun berdasarkan fakta dilapangan menunjukkan bahwa pada Fakultas Psikologi masih terdapat mahasiswa yang belum bisa mendapatkan gelar sarjana S.Psi (Sarjana Psikologi) dengan masa studi normal yaitu 8 semester. Berdasarkan hasil perolehan data

yang didapatkan melalui Badan Akademik Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang menunjukkan bahwa masih terdapat 3846 pada Jurusan Pendidikan Agama Islam terdapat 318 mahasiswa, Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial 180 mahasiswa, Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah 186 mahasiswa, Pendidikan Bahasa Arab 186 mahasiswa, Pendidikan Islam Anak Usia Dini 39 mahasiswa, Manajemen Pendidikan Islam 44 mahasiswa, Al-akhwal Al-syakhsiyah 231 mahasiswa, Hukum Bisnis Syariah 227 mahasiswa, Hukum Tata Negara 101 mahasiswa, Bahasa dan Sastra Arab 190 mahasiswa, Bahasa dan Sastra Inggris 226 mahasiswa, Psikologi 369 mahasiswa, Manajemen 261 mahasiswa, Akuntansi 171 mahasiswa, Perbankan S106 mahasiswa, Matematika 163, Biologi 145 mahasiswa, Kimia 160 mahasiswa, Fisika 99 mahasiswa, Teknik Informatika 187 mahasiswa, Arsitektur 152 mahasiswa, Farmasi 96 mahasiswa.

Data tersebut menunjukkan bahwa masih terdapat 369 mahasiswa jurusan psikologi angkatan 2013-2015 yang masih memprogram skripsi yang artinya mereka belum menyelesaikan studinya. Angka tersebut merupakan angka tertinggi di antara jurusan-jurusan lain yang ada di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang mengalami keterlambatan lulus dan masa studi tidak ideal.

Menurut hasil wawancara terhadap dua mahasiswa psikologi menyatakan bahwa ada beberapa faktor yang dapat

menyebabkan mereka mengalami keterlambatan penyelesaian penyusunan skripsi. Kedua mahasiswa mengaku bahwa dirinya sudah menjalankan seminar proposal skripsi pada semester 7 dan meyakini bahwa skripsi mereka dapat selesai dengan tepat waktu.

Namun para mahasiswa mengalami keterlambatan dalam proses penyusunan skripsi karena pergantian judul yang tidak kunjung disetujui oleh dosen pembimbing, ketidakcocokan dengan dosen pembimbing, rasa lelah serta malas karena masalah yang mereka temukan dalam penyusunan skripsi tidak kunjung selesai dan berujung untuk memilih tidak mengerjakan skripsi sejenak dan memilih bekerja. Mereka mengalami putus asa, kehilangan motivasi dan memilih untuk menghindar dari permasalahan yang mereka hadapi sehingga semakin menghambat mereka dalam menyelesaikan skripsi.

B. Pelaksanaan Penelitian

1. Waktu dan Tempat

Penelitian ini dilakukan di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Peneliti menyebar skala kepada semua mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang angkatan 2013-2015 yang sedang dalam proses penyelesaian tugas skripsi dengan cara menyebarkan dengan menggunakan aplikasi *googleform* karena subyek penelitian yang sulit

ditemui secara langsung. Proses pengambilan data ini dilakukan pada tanggal 7 Mei 2019 sampai dengan 11 Mei 2019.

2. Jumlah Subyek Penelitian

Jumlah populasi dalam penelitian adalah 369 mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2013-2015. Namun untuk pengambilan data pada penelitian ini menggunakan *random sampling* dengan mengambil 20% dari jumlah populasi. Sehingga, sampel dalam penelitian ini adalah 73 mahasiswa.

3. Jumlah Subyek yang dianalisis

Jumlah subyek yang dianalisis dalam penelitian ini adalah sebanyak 102 orang mahasiswa yang memenuhi kriteria yaitu mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2013-2015 yang sedang dalam proses penyusunan skripsi.

4. Prosedur

Langkah pertama yang dilakukan oleh peneliti dalam penelitian adalah dengan melakukan uji coba terhadap mahasiswa Fakultas Tarbiyah Universitas Islam negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dengan kriteria yang sama. Setelah melakukan uji coba, peneliti melakukan perbaikan terhadap aitem-aitem yang gugur. Selanjutnya, peneliti mulai melakukan pengambilan data dan melakukan penelitian. Penelitian dimulai pada tanggal 7 Mei 2019 dengan menyebarkan *googleform*.

C. Hasil Penelitian

1. Hasil Validitas Instrumen Penelitian

Setelah proses pengambilan data penelitian dilakukan, hasil perolehan data tersebut dianalisis dengan menggunakan bantuan SPSS 17.0 *for Windows* untuk melihat validitas dari hasil suatu pengukuran skala dalam penelitian. Uji validitas digunakan untuk mengetahui keakuratan alat ukur dalam penelitian. Berikut adalah hasil uji validitas skala penelitian :

a. *Adversity quotient*

Hasil Uji coba menunjukkan bahwa dari 30 aitem pada variabel *Adversity quotient* terdapat 10 aitem gugur. Sehingga dalam penelitian ini terdapat 20 aitem valid dengan daya beda sebesar 0.304 sampai dengan 0.630. Berikut tabel hasil validitas pada variabel *Adversity quotient*:

Tabel 4.1 Hasil Uji Validitas *Adversity quotient*

Aspek	Nomor Item		Jumlah Aitem
	Valid	Gugur	Valid
<i>Control</i>	1, 2, 3, 4, 5, 6, 21, 26 22, 27, 28		10
<i>Orign - ownership</i>	7,8, 9, 11, 12, 30	10, 23, 29,30	6
<i>Reach</i>	13, 15	16, 25	2
<i>Endurance</i>	17, 19	18, 20, 24	3
Total Aitem valid			20

b. *Burnout Syndrome*

Pada skala *Burnout Syndrome* terdiri dari 25 aitem.

Setelah dilakukan uji validitas didapatkan hasil bahwa terdapat lima aitem gugur dan terdapat 20 aitem yang valid.

Skala *Burnout Syndrome* ini memiliki daya beda sebesar 0.329 sampai dengan 0.750. Berikut merupakan tabel hasil uji validitas pada skala *Burnout Syndrome*:

Tabel 4.2 Hasil Uji Validitas *Burnout Syndrome*

Aspek	Nomor Item		Jumlah
	Valid	Gugur	Aitem Valid
Kelelahan emosional	1, 2, 3, 4, 5, 7, 12, 13, 17	10,16, 21,22	9
Kelelahan Fisik	9, 11, 18, 19, 20	15	5
Kelelahan mental	6, 8, 14, 23, 24, 25	-	6
Total Item valid			20

2. Reliabilitas

Uji reliabilitas pada instrumen penelitian dilakukan guna melihat tingkat keajegan atau ketetapan hasil penelitian. Suatu alat ukur dapat dikatakan memiliki tingkat reliabilitas tinggi apabila mendekati angka 1,00 dan dalam uji reliabilitas, suatu alat ukur dapat dikatakan reliabel apabila nilai dari *cornbachalpha* > 0.60. Reliabilitas pada penelitian ini menggunakan Koefisien Reliabilitas Alpha. Berikut merupakan hasil analisis reliabilitas dari instrumen penelitian:

Tabel 4.3 Hasil Reliabilitas

No	Variabel	Reliabilitas	Keterangan
1.	<i>Adversity quotient</i>	0.861	Reliabel
2.	<i>Burnout Syndrome</i>	0.883	Reliabel

Berdasarkan hasil analisis reliabilitas, diketahui bahwa dua instrumen penelitian tersebut reliabel karena memiliki nilai koefisien *Cronbach'sAlpha* mendekati angka satu dan lebih dari 0.6. Pada skala *Adversity quotient* nilai koefisien *Cronbach'sAlpha* sebesar 0.861 dan pada skala *Burnout Syndrome* sebesar 0.883.

3. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif dilakukan untuk mengetahui nilai mean dan standar deviasi pada masing-masing variabel. Analisis deskriptif dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan mean hipotetik dan standar deviasi hipotetik. Namun pada penelitian ini peneliti juga menggunakan perbandingan antara skor meanhipotetik dengan skor meanempirik dan standar deviasi empirik dengan standar deviasi hipotetik. Tabel hasil skor meanempirik, meanhipotetik, standar deviasi empirik dan standar deviasi hipotetik adalah sebagai berikut:

Tabel 4.4 Hasil Skor Mean dan Standar Deviasi

Variabel	Hipotetik		Empirik	
	Mean	Standar Deviasi	Mean	Standar Deviasi
<i>Adversity quotient</i>	50	10	90.01	8.52
<i>Burnout Syndrome</i>	50	10	51.85	10.32

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa kedua variabel tersebut memiliki mean empirik yang lebih besar dibandingkan mean hipotetik. Pada variabel *Adversity quotient* skor empirik sebesar 90.1 dan skor mean hipotetik 50. Pada variabel *Burnout Syndrome* skor mean empirik sebesar 51.85 dan skor mean hipotetik sebesar 50. Sedangkan untuk standar deviasi empirik pada variabel *Adversity quotient* sebesar 8.52 dan standar deviasi hipotetik sebesar 10. Begitu juga dengan variabel *Burnout syndrom* dengan standar deviasi empirik sebesar 10.32 dan standar deviasi hipotetik sebesar 10.

a. Tingkat *Adversity quotient*

Penentuan skor yang digunakan untuk mengkategorisasikan *Adversity quotient* yaitu dengan mean hipotetik dan standar deviasi hipotetik. Berikut adalah norma kategorisasi variabel *adversity quotient*:

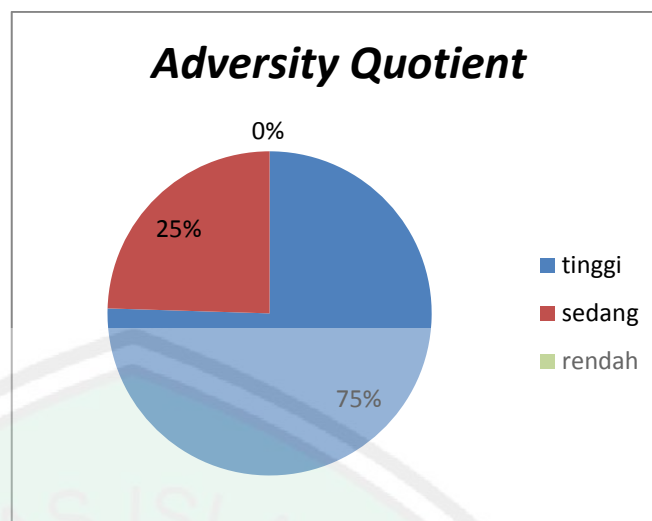
Tabel 4.5 : Norma Ketgorisasi *Adversity Quotient*

Kategorisasi	Norma
Tinggi	61 – 80
Sedang	40 – 60
Rendah	20 – 39

Berdasarkan norma kategori di atas, diketahui bahwa skor *adversity quotient* yang dimiliki subyek di kategori tinggi sebanyak 75%, sedangkan subyek pada kategori sedang 25% dan pada kategori rendah 0%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar tingkat *adversity quotient* yang dimiliki mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Malang yang sedang dalam proses penyusunan skripsi berada dalam kategori tinggi. Berikut adalah tabel prosentase tingkat *Adversity quotient* :

Tabel 4.6 : Tingkat *Adversity quotient*

Kategori	Jumlah Subyek	Prosentase
Tinggi	77	75%
Sedang	25	25%
Rendah	0	0%
Σ	102	100%



Gambar 4.1 Diagram Tingkat *Adversity quotient*

b. Tingkat *Burnout Syndrome*

Pengambilan norma kategori pada variabel *Burnout Syndrome* didasarkan dari perhitungan *mean* dan standar deviasi hipotetik. Berikut adalah tabel norma kategorisasi pada variabel *Burnout Syndrome*:

Tabel 4.7 : Norma Kategorisasi *Burnout Syndrome*

Kategorisasi	Norma
Tinggi	61 - 80
Sedang	40 - 60
Rendah	20 - 39

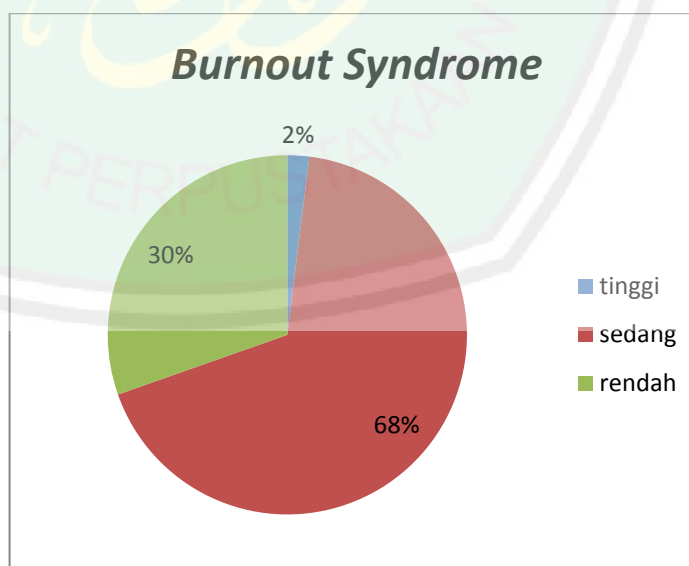
Berdasarkan tabel norma di atas, pengkategorian skor yang dimiliki oleh subyek penelitian dibagi menjadi tiga yaitu kategori

tinggi, sedang dan rendah. Hasil dari pengkategorian skor subyek adalah sebagai berikut:

Tabel 4.8 : Tingkat *Burnout Syndrome*

Kategori	Jumlah Subyek	Prosentase
Tinggi	2	2%
Sedang	69	68%
Rendah	31	30%
Σ	102	100%

Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa terdapat dua subyek dengan kategori tinggi yaitu dengan prosentase 2%. Sebagian besar subyek berada pada kategori sedang yaitu sebanyak 69 orang dengan prosentase 68% . Sedangkan untuk 31 orang subyek berada pada kategori rendah dengan prosentase 30%. Berikut adalah diagram prosentase tingkat *Burnout Syndrome*:



Gambar 4.2 Diagram Tingkat *Burnout Syndrome*

4. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data pada setiap variabel yang diteliti memiliki distribusi normal atau tidak. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan uji *kolmogorovs-mirnov* dengan bantuan SPSS 17.0 for Windows. Jika signifikasi $p > 0.05$, maka data terdistribusi normal dan jika signifikasi $p < 0.05$ maka distribusi tidak normal. Berikut adalah hasil dari uji normalitas pada penelitian:

Tabel 4.9 : Uji Normalitas

Variabel	Sig	Status
<i>Adversity quotient</i>	0.802	Normal
<i>Burnout Syndrome</i>	0.790	Normal

Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa variabel *adversity quotient* memiliki nilai signifikasi 0.802 sehingga variabel tersebut memiliki persebaran data yang normal. Begitu juga dengan variabel *burnout syndrome* yang pada uji normalitas ini nilai signifikasinya adalah 0.790 sehingga variabel ini juga berdistribusi normal. Sehingga dapat disimpulkan bahwa kedua data penelitian tersebut berdistribusi normal karena memiliki nilai signifikasi diatas 0.05.

5. Uji Linearitas

Uji linearitas digunakan untuk mengetahui apakah dua variabel dalam penelitian tersebut memiliki hubungan linier atau tidak secara signifikan. Uji linearitas dalam penelitian ini menggunakan tes *forlinearity* dengan menggunakan bantuan SPSS 17.0 *forwindows*. Jika nilai *deviation for linearity* pada penelitian lebih dari 0.05 maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linier dan sebaliknya, jika nilai *deviation for linearity* kurang 0.05 maka tidak terdapat hubungan yang linier. Berikut merupakan hasil dari uji linearitas pada penelitian ini :

Tabel 4.10 : Hasil Uji Linearitas

Variabel	<i>Adversity quotient</i>
<i>Burnout Syndrome</i>	0.233
Keterangan	Linier

Berdasarkan tabel hasil uji linearitas diatas, diketahui nilai *Sig.deviation forlinearity* sebesar 0.233. Hal ini menunjukkan bahwa nilai *deviation for linearity* > 0.05, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara variabel *adversity quotient* dengan variabel *burnout syndrome*.

6. Uji Hipotesis

Uji Korelasi

Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan uji korelasi product moment dengan nilai signifikansi $p < 0.05$ jika nilai $p < 0.05$ maka terdapat korelasi antara dua variabel dan jika nilai $p > 0.05$ maka tidak terdapat korelasi antar dua variabel. Berikut tabel hasil uji korelasi antara variabel *adversity quotient* dengan *burnout syndrome*:

Tabel 4.11 : Hasil Uji Korelasi

Variabel Terikat	Variabel Bebas	PearsonCorrelation	Sig
<i>Burnout Syndrome</i>	<i>Adversity quotient</i>	-.670	.000

Berdasarkan tabel hasil uji korelasi antara variabel *adversity quotient* dengan *burnout syndrome*, diketahui bahwa nilai signifikansi untuk hubungan antara kedua variabel tersebut adalah 0.000 yang artinya $p < 0.05$. Maka dapat disimpulkan bahwa kedua variabel tersebut berkorelasi atau terdapat hubungan antara *adversity quotient* dengan *burnout syndrome*. Sedangkan untuk nilai *pearsoncorelation* yaitu -0.670 . Nilai tersebut menunjukkan bahwa tingkat hubungan antara *adversity quotient* dengan *burnout syndrome* berada pada kategori tinggi dan berhubungan secara negatif. Dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima.

D. Pembahasan

1. Tingkat *Adversity quotient* pada Mahasiswa Psikologi UIN Malang

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa sebagian besar mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang dalam proses penyusunan skripsi memiliki tingkat *adversity quotient* yang tinggi. Terdapat 77 atau 75 % mahasiswa dari 102 populasi subyek yang memiliki *tingkat adversity quotient* yang tinggi. Sedangkan untuk mahasiswa dengan tingkat *adversity quotient* sedang sebanyak 25 mahasiswa atau 25% dari jumlah populasi, dan tidak ditemukan mahasiswa yang memiliki tingkat *adversity quotient* yang rendah.

Adversity quotient merupakan kecerdasan yang dimiliki oleh individu dalam menghadapi suatu rintangan maupun kesulitan yang ada (Paul G. Stoltz, 2000). Seorang individu dapat dilihat responnya terhadap rintangan yang ada dalam hidupnya melalui *Adversity quotient* karena dengan *adversity quotient* kita dapat melihat sejauh mana individu tersebut mampu bertahan dan menghadapi kesulitannya. Selain itu kita juga dapat melihat kreativitas, kinerja, ketekunan juga daya tahan yang dimilikinya. *Adversity quotient* juga merupakan salah satu kunci dalam meraih kesuksesan.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dan pernyataan diatas, maka dapat diketahui bahwa sebagian besar *adversity quotient* pada mahasiswa psikologi tingkat akhir berada di kategori tinggi. Hal ini mengindikasikan bahwa sebagian besar mahasiswa fakultas

psikologi tingkat akhir memiliki optimisme yang tinggi, keyakinan yang kuat bahwa mereka memiliki kemampuan yang baik dalam menyelesaikan masalah dan kesulitan yang mereka temukan dalam proses penyusunan skripsi. Mereka juga memiliki keyakinan yang kuat untuk dapat meraih keberhasilan dalam menyelesaikan skripsi meskipun mereka mengalami banyak rintangan dan pernah mengalami kegagalan.

2. Tingkat *Burnout Syndrome* pada Mahasiswa Psikologi UIN Malang

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa terdapat 2 atau 2% mahasiswa dari 102 populasi dengan tingkat *burnout* yang tinggi. Sedangkan untuk tingkat *burnout* sedang terdapat 69 atau 68% dari angka populasi, dan 31 mahasiswa atau 30% mahasiswa memiliki tingkat *burnout* rendah. Sehingga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang dalam proses penyusunan skripsi memiliki tingkat *burnout* sedang.

Terdapat beberapa faktor yang dapat menyebabkan terjadinya *burnout* antara lain lingkungan kerja yang kurang baik, kurangnya dukungan sosial yang didapatkan, tuntutan pekerjaan, serta pekerjaan yang monoton serta karakteristik individu. Ketika *burnout* terjadi pada individu maka tidak menutup kemungkinan ia mengalami sindrom psikologis yang diakibatkan oleh stres kerja yang kronis yang meliputi

kelelahan, depersonalisasi serta menurunnya produktifitas yang mengakibatkan timbulnya rasa cemas, depresi, dan bahkan dapat memicu timbulnya gangguan tidur.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa sebagian besar mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang mengalami tingkat burnout sedang. Hal ini dapat terjadi karena adanya beberapa faktor seperti kurangnya pengetahuan tentang metodologi, kendala dalam penentuan judul atau fenomena yang akan dipilih sebagai bahan penelitian dan kurangnya adanya kecocokan antara dosen pembimbing dengan mahasiswa ataupun antar dosen pembimbing satu dan dosen pembimbing kedua.

3. Hubungan antara *Adversity Quotient* dan *Burnout Syndrome* pada Mahasiswa Psikologi UIN Malang dalam Proses Penyusunan Skripsi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan antara *adversity quotient* dengan *burnout syndrome* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dalam proses penyusunan skripsi ini didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan secara negatif dimana signifikansi untuk hubungan antara kedua variabel tersebut adalah 0.000 yang artinya $p < 0.05$ dan nilai *pearson corelation* yaitu -0.670. Nilai tersebut menunjukkan bahwa tingkat hubungan antara *adversity quotient* dengan

burnout syndrome berada pada kategori tinggi dan berhubungan secara negatif.

Hal tersebut dapat terjadi karena sebagian dari mahasiswa dengan tingkat *adversity quotient* yang tinggi memiliki tingkat *burnout syndrome* yang sedang dalam proses penyusunan skripsi. Mahasiswa dengan tingkat *adversity* yang tinggi akan cenderung terus berusaha, gigih serta mampu bertahan dalam menghadapi setiap masalah dan tantangan yang ia temukan selama proses penyusunan skripsi. Hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Stoltz (2000) bahwa orang dengan tingkat AQ *climbers* adalah individu yang gigih, ulet, tabah, serta terus bekerja keras. Mereka cenderung menghadapi kesulitan-kesulitan dengan penuh keberanian.

Namun tidak menutup kemungkinan bahwa dalam proses penyusunan skripsi, mahasiswa fakultas Psikologi UIN Malang dihadapkan pada masalah, rintangan serta tuntutan yang mereka dapatkan dari dalam diri maupun dari lingkungan sekitar mereka. Tuntutan maupun segala bentuk hambatan seperti kurangnya kecocokan antara mahasiswa dengan dosen, lambatnya penentuan fenomena penelitian, kurangnya kecocokan antara dosen pembimbing satu dengan dosen pembimbing dua maupun kurangnya pengetahuan mengenai metodologi penelitian. Beberapa tuntutan serta hambatan ini sangat memungkinkan terjadinya *burnout* sehingga para mahasiswa mengalami kelelahan fisik, psikis, maupun mental serta emosional.

Hal tersebut sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Pines dan Aronson (1998) mendefinisikan *burnout* sebagai suatu bentuk ketegangan atau tekanan psikis yang berhubungan dengan tingkat stres yang sangat tinggi pada individu yang terjadi dari hari ke hari dan ditandai dengan kelelahan fisik, mental serta emosional yang dipengaruhi oleh faktor dari dalam diri mereka dan faktor lain seperti lingkungan kerja yang kurang baik, kurangnya dukungan sosial dan pekerjaan yang monoton.

Dalam proses penyusunan skripsi *adversity quotient* yang dimiliki oleh mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang sebagian besar berada pada kategori tinggi perlu dipertahankan karena dari hasil penelitian ditemukan bahwa sebagian besar dari mahasiswa tersebut memiliki tingkat *burnout* sedang yang terjadi karena adanya tuntutan yang diapatkan mahasiswa serta hambatan-hambatan yang berasal dari dalam diri maupun dari lingkungannya.

Sehingga apabila mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dapat mempertahankan tingkat *adversity quotient* yang mereka miliki, maka mahasiswa tersebut dapat menghadapi segala bentuk hambatan yang terjadi termasuk hambatan yang mereka temukan dalam proses penyusunan skripsi. Hal penting yang harus dikembangkan oleh mahasiswa tersebut adalah dengan mengoptimalkan segala kemampuan yang mereka miliki agar dapat mengurangi tingkat *burnout* yang terjadi.

Mengurangi tingkat *burnout* yang terjadi pada mahasiswa tingkat akhir dalam proses penyusunan skripsi merupakan sebuah tantangan karena dalam proses penyusunan skripsi mereka akan dihadapkan oleh berbagai tantangan serta hambatan-hambatan yang mungkin dapat mempengaruhi kinerja mereka dalam menyelesaikan tugas skripsi.



BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat *adversity quotient* pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dibagi menjadi tiga kategori yaitu tinggi, sedang dan rendah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa skor *adversity quotient* yang dimiliki subyek di kategori tinggi sebanyak 75% dengan jumlah 77 orang mahasiswa, sedangkan subyek pada kategori sedang 25% dengan jumlah 25 orang mahasiswa dan sedangkan pada kategori rendah 0% atau tidak ada mahasiswa yang memiliki tingkat *adversity quotient* yang rendah.. Sehingga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar tingkat *adversity quotient* yang dimiliki mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Malang yang sedang dalam proses penyusunan skripsi berada dalam kategori tinggi
2. Tingkat *Burnout Syndrome* pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dibagi menjadi tiga kategori yaitu tinggi, sedang dan rendah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat dua subyek dengan kategori tinggi yaitu dengan prosentase 2%. Sebagian besar subyek berada pada kategori sedang yaitu sebanyak 69 orang dengan

prosentase 68% . Sedangkan untuk 31 orang subyek berada pada kategori rendah dengan prosentase 30%.

3. Berdasarkan hasil uji korelasi antara variabel *adversity quotient* dengan *burnout syndrome*, diketahui bahwa nilai signifikansi untuk hubungan antara kedua variabel tersebut adalah 0.000 yang artinya $p < 0.05$. Maka dapat disimpulkan bahwa kedua variabel tersebut berkorelasi atau terdapat hubungan antara *adversity quotient* dengan *burnout syndrome*. Sedangkan untuk nilai *pearson correlation* yaitu -0.670 . Nilai tersebut menunjukkan bahwa tingkat hubungan antara *adversity quotient* dengan *burnout syndrome* berada pada kategori tinggi dan berhubungan secara negatif .

B. Saran

1. Bagi Subyek Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diharapkan mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dapat mempertahankan tingkat *adversity quotient* yang mereka miliki dengan mengoptimalkan segala kemampuan yang mereka miliki agar dapat mengurangi tingkat *burnout syndrome* yang terjadi dalam proses penyusunan skripsi.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Pada penelitian ini terdapat beberapa kekurangan muali dari keterbatasan waktu penelitian, serta penulisan. Diharapkan pada peneliti selanjutnya mampu mengkaji dan mengembangkan penelitian ini dengan lebih baik lagi dan diharapkan penelitian dapat dilakukan lebih lama agar dapat mempersiapkan penelitian dengan lebih matang.



DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2008). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Karya.
- Azwar, Saifuddin. (2007). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, Saifuddin. (2008). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Byrne, B. M. (1994). *Burnout: Testing for the Validity, Replication, and Invariance of Causal Structure Across Elementary, Intermediate, and Secondary Teachers*. American Educational Research Journal, 31(3), 645–673.
- Freudenberger, H.J. (1974). *Staff Burn-Out*. Journal of Social Issues, 30(1), 159-165
- Komba, S.C. (2016). *Challenges of writing theses and dissertations among post graduate students in Tanzanian higher learning institutions*. International Journal of Research Studies in Education, 5(3), 71-80
- Lourel, Marcel.(2008). *Psychometric Properties of a Global Measure of Job Burnout*. Studia Psychologica, 50(1),109-118
- Maharani Putri. (2016). *Hubungan Adversity Quotient dengan Burnout pada Atlet Sepak Bola di Salatiga Training Centre*. Skripsi. Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga.
- Maslach, C., Schaufeli, W.B., & Leiter, M.P. (2001). *Job Burnout*. Annual Review of Psychology, 52(1), 397-422
- Mujiyah. (2001). *Kendala Mahasiswa FIP Dalam Menulis Tugas Akhir Skripsi*. Yogyakarta: Lembaga Penelitian. Laporan Penelitian
- Nita Fitria, dkk.(2017). *Adversity quotient Mahasiswa Baru Yang Mengikuti Kurikulum berbasis Kompetensi*. 1 (2), 99-105
- Parvathy, Usha., Praseeda.M.(2014). *Relationship Adversity Quotient and Academic Problems among Student Teachers*,19(7), 23-26
- Pines, A.M., &Keinan, G.(2005).*Stress and Burnout: The Significant Diference .Personality and Individual Differences*, 39(3),625-635
- RonenSigalit. (2008). *Gender Differences in Engineers Burnout*. Equal Opportunities International. 27(8), 677-691
- Sadeghi, K., & Shirzad Khajepasha, A. (2015). *Thesis writing challenges for non-native MA students*. Research in Post-Compulsory Education, 20(3), 357–373.

Sarjono, Haryadi., dan Julianita, Winda. (2013). *SPSS VS LISREL : Sebuah Pengantar, Aplikasi untuk Riset*. Jakarta : Penerbit Selemba Empat.

Schaufely, Wilmar. (1999). *Stress in Health Professionals*. 17-32

Schaufeli, Wilmar.B.(2017). *Chapter 5 Burnout a Social-Cultural History*.
Netherland: Utrecht

Stoltz, PG. (2000). *Adversity quotient Mengubah Hambatan Menjadi Peluang* (T. Hermaya, Penerjemah). Jakarta: Grasindo

Sugiyono. (2009). *Metode Penelitian Pendidikan* (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D). Bandung : CV. Alfabeta





LAMPIRAN

Lampiran 1 : BluePrint *Adversity quotient* Uji Coba

Variabel	Aspek	Indikator	Aitem Uji Coba	Ket
<i>Adversity quotient</i>	<i>Control</i>	Mampu mengendalikan diri ketika menghadapi kesulitan	1. Saya mampu bertahan dalam keadaan sulit dalam menyelesaikan skripsi	F
			2. Saya mampu menenangkan hati saat ada masalah yang saya temui dalam skripsi	F
			21. Saya mudah marah ketika sedang mendapat masalah terkait skripsi saya	UF
		Berani menghadapi rintangan	3. Saya yakin bahwa saya mampu menghadapi segala kesulitan dalam proses penyusunan skripsi	F
			4. Saya akan terus berusaha menyelesaikan skripsi meskipun menemui banyak kendala	F
			22. Saya mudah menyerah dengan keadaan yang sulit yang saya temui saat menyusun skripsi	UF
			26. Saya kurang berani dalam mengambil resiko	UF
		Mudah bangkit dari keterpurukan	27. Saya kurang menyukai hal-hal baru yang saya temui dalam proses penyusunan skripsi	UF
			5. Saya akan berusaha berpikir positif dengan hal buruk yang menimpa saya dalam menyelesaikan skripsi	F
			6. Saya menganggap bahwa dalam menuju kesuksesan sebuah skripsi pasti disertai dengan rintangan,	F
	28. Saya membutuhkan waktu yang cukup lama dalam menyelesaikan masalah yang ada pada skripsi saya		UF	
	<i>Origin-Ownership</i>	Menjadi individu yang lebih baik	7. Saya menyisihkan waktu untuk membuat perencanaan agar skripsi saya cepat selesai	F
			8. saya berupaya untuk menjadi seseorang yang bisa ditiru oleh orang lain dengan segera menyelesaikan skripsi	F

			29. Saya merasa nyaman dengan keadaan saya saat ini meskipun skripsi saya belum selesai	UF
	Memiliki tanggung jawab pada setiap kesulitan		9. Saya mencari sumber permasalahan dalam skripsi agar skripsi saya cepat selesai	F
			10. Saya akan berusaha menyelesaikan skripsi meskipun mendapat banyak hambatan	F
			23. Saat ini saya tidak ingin menyelesaikan skripsi karena banyak masalah yang saya temui	UF
		Mampu belajar dari kesalahan	11. Saya tidak akan mengulangi kesalahan saya saat menyusun skripsi, agar skripsi cepat selesai	F
			12. Saya akan berusaha memperbaiki kesalahan yang saya lakukan saat menyusun skripsidan menjadikannya sebagai pembelajaran	F
			30. Saya tidak menyesal meskipun tidak bisa menyelesaikan skripsi tepat waktu	UF
<i>Reach</i>		Tidak berlarut-larut dalam menghadapi suatu masalah	13. Saya cepat bangkit dari setiap masalah yang saya temui saat menyusun skripsi	F
			14. Saya mempunyai semangat untuk menghadapi kendala yang saya temui saat menyusun skripsi	F
		25. Semakin banyak masalah dalam skripsi maka semakin membuat saya kehilangan nafsu makan	UF	
	Mampu membatasi jangkauan permasalahan	15. Saya dapat mengondisikan masalah skripsi saya agar tidak mempengaruhi dan mengganggu kegiatan lain	F	
		16. Masalah pribadi cenderung mempengaruhi kinerja saya dalam menyusun skripsi	UF	
<i>Endurance</i>	Menganggap bahwa kesulitan hanya bersifat sementara		17. Saya menganggap bahwa kesulitan pada skripsi hanya bersifat sementara	F
			18. Saya percaya bahwa mereka yang sukses menyelesaikan skripsi pernah mati-matian berjuang melawan kesulitan skripsi	F

		Optimis	19. Saya yakin bahwa segala usaha yang saya lakukan dalam menyusun skripsi akan berhasil	F
			20. Saya selalu bersemangat dalam menyusun skripsi meskipun mendapat kesulitan	F
			24. Saya kurang yakin skripsi saya dapat segera selesai	UF



Lampiran 2 : Blueprint *Burnout Uji Coba*

Variabel	Aspek	Indikator	Aitem Uji Coba 1	Ket	
<i>Burnout Syndrome</i>	Kelelahan emosional	Rasa bosan	1.Saya merasa bosan dengan rutinitas dan pekerjaan yang saya jalani saat mengerjakan skripsi	F	
			4. Saya sangat menikmati proses penyusunan skripsi	UF	
			13. Saya kurang menikmati proses penyusunan skripsi yang saya lakukan saat ini	F	
		Mudah tersinggung	2.Saya merasa mudah tersinggung ketika ada seseorang yang membicarakan tentang skripsi	F	
			22. Saya tidak akan terluka ketika seseorang mengomentari usahayang saya lakukan dalam mengerjakan skripsi	UF	
			3. Saya senang dan menikmati proses penyusunan skripsi	UF	
		Depresi ringan	Emosi tidak terkontrol	7. Saya merasa proses penyusunan skripsi ini sangat menguras emosi	F
				12. Saya khawatir permasalahan yang saya alami saat penyusunan skripsi sangat menguras emosi	F
				21. Saya mampu mengontrol emosi dengan baik saat saya disinggung orang lain mengenai skripsi saya	UF
		Pesimisme	5. Skripsi saya tidak akan selesai pada semester ini	F	
			10. Saya berusaha untuk terus berpikir positif dalam menghadapi situasi apapun saat proses menyelesaikan skripsi	UF	
			16. Saya memiliki keyakinan bahwa saya bisa sukses mengerjakanskripsimeskipun hari ini saya berkali-kali gagal	UF	
	17. Saya merasa putus asa dengan skripsi yang saat ini saya kerjakan		F		
	Kelelahan fisik	Perubahan pola kehidupan	9. Kendala skripsi membuat pola tidur saya menjadi berubah	F	
			18. Saya merasa lesu saat bangun dan akan memulai hari	F	
			19. Semakin berat masalah yang saya temui dalam proses penyusunan skripsi, maka semakin mengurangi nafsu makan saya	F	
		Rentan terhadap penyakit	11. Permasalahan yang ada dalam penyusunan skripsi membuat saya mudah terserang penyakit	F	
			15. Meskipun dalam keadaan apapun saya harus tetap menjaga kesehatan saya agar bisa terus mengerjakan skripsi	UF	

			20. Saya selalu pusing saat mendapatkan masalah dalam menyelesaikan skripsi	F
Kelelahan mental	Rendahnya penghargaan diri		6. Saya yakin bahwa penelitian dan usaha saya dalam mengerjakan skripsi dapat bergunabagi orang lain	UF
	Rasa tidak berdaya		23. Saya merasa tidak mampu menghadapi keadaan skripsi saya saat ini	F
	Memiliki sikap negatif pada orang lain		24. Kehadiran teman-teman saya sangat mengganggu kelancaran saya dalam menyusun skripsi	F
	Merasa tidak berkompeten		8. Saya selalu gagal dengan segala usaha yang saya lakukan untuk menyelesaikan skripsi	F
	Tidak puas dengan jalan hidup yang dimiliki		14. Saya merasa hidup saya hancur ketika skripsi saya tidak kunjung selesai	F
	Merasa terjebak dalam situasi yang tidak diinginkan		25. Saya peduli terhadap apa yang terjadi pada orang lain	UF

Lampiran 3 : BluePrint Penelitian *Adversity quotient*

Variabel	Aspek	Indikator	Aitem Penelitian	Ket
<i>Adversity quotient</i>	<i>Control</i>	Mampu mengendalikan diri ketika menghadapi kesulitan	1. Saya mampu bertahan dalam keadaan sulit dalam menyelesaikan skripsi	F
			2. Saya mampu mengontrol perasaan ketika ada masalah dalam penyusunan skripsi	F
			21. Saya menyerah apabila masalah skripsi saya tidak menemukan jalan keluar	UF
		Berani menghadapi rintangan	3. Saya yakin bahwa saya mampu menghadapi segala kesulitan dalam menyelesaikan skripsi	F
			4. Saya akan terus berusaha dan berjuang agar skripsi saya cepat terselesaikan	F
			22. Saya mudah menyerah dengan keadaan sulit saat proses penyusunan skripsi	UF
			26. Skripsi saya tidak dapat selesai dengan tepat waktu karena kesalahan dosen pembimbing	UF
			27. Saya kurang menyukai hal-hal baru yang saya temui saat menyelesaikan skripsi	UF
		Mudah bangkit dari keterpurukan	5. Saya akan berusaha berpikir positif dengan hal buruk yang menimpa saya saat menyelesaikan skripsi	F
			6. Menurut saya dalam kesuksesan proses penyelesaian skripsi pasti disertai rintangan	F
			28. Saya membutuhkan waktu yang cukup lama dalam menyelesaikan masalah yang ada pada skripsi saya	UF

	<i>Origin-Ownership</i>	Menjadi individu yang lebih baik	7. Saya menyisihkan waktu untuk merenungkan perbuatan buruk yang pernah saya lakukan untuk diperbaiki	F
			8. saya berupaya untuk menjadi seseorang yang bisa ditiru oleh orang lain	F
			29. Saya merasa nyaman dengan keadaan saya saat ini meskipun skripsi saya belum selesai	UF
	Memiliki tanggung jawab pada setiap kesulitan		9. Saya mencari sumber permasalahan dalam skripsi agar skripsi saya cepat selesai	F
			10. Saya akan berusaha menyelesaikan skripsi meskipun mendapat banyak hambatan	F
			23. Saya selalu mencari alasan untuk menutupi kesalahan yang saya lakukan dalam menyelesaikan skripsi	UF
			11. Saya selalu belajar dari sebuah kegagalan atau kesalahan yang saya dapat saat menyusun skripsi	F
	Mampu belajar dari kesalahan		12. Saya tidak akan bermalas-malasan dalam mengerjakan skripsi agar cepat selesai	F
			30. Saya sering mengulangi kesalahan saya dalam mengerjakan skripsi	UF
<i>Reach</i>	Tidak berlarut-larut dalam menghadapi suatu masalah	13. Saat proses penyusunan skripsi saya mudah bangkit dari keterpurukan	F	
		14. Setiap kali ada masalah terkait skripsi , saya mencoba menyelesaikannya se segera mungkin	F	

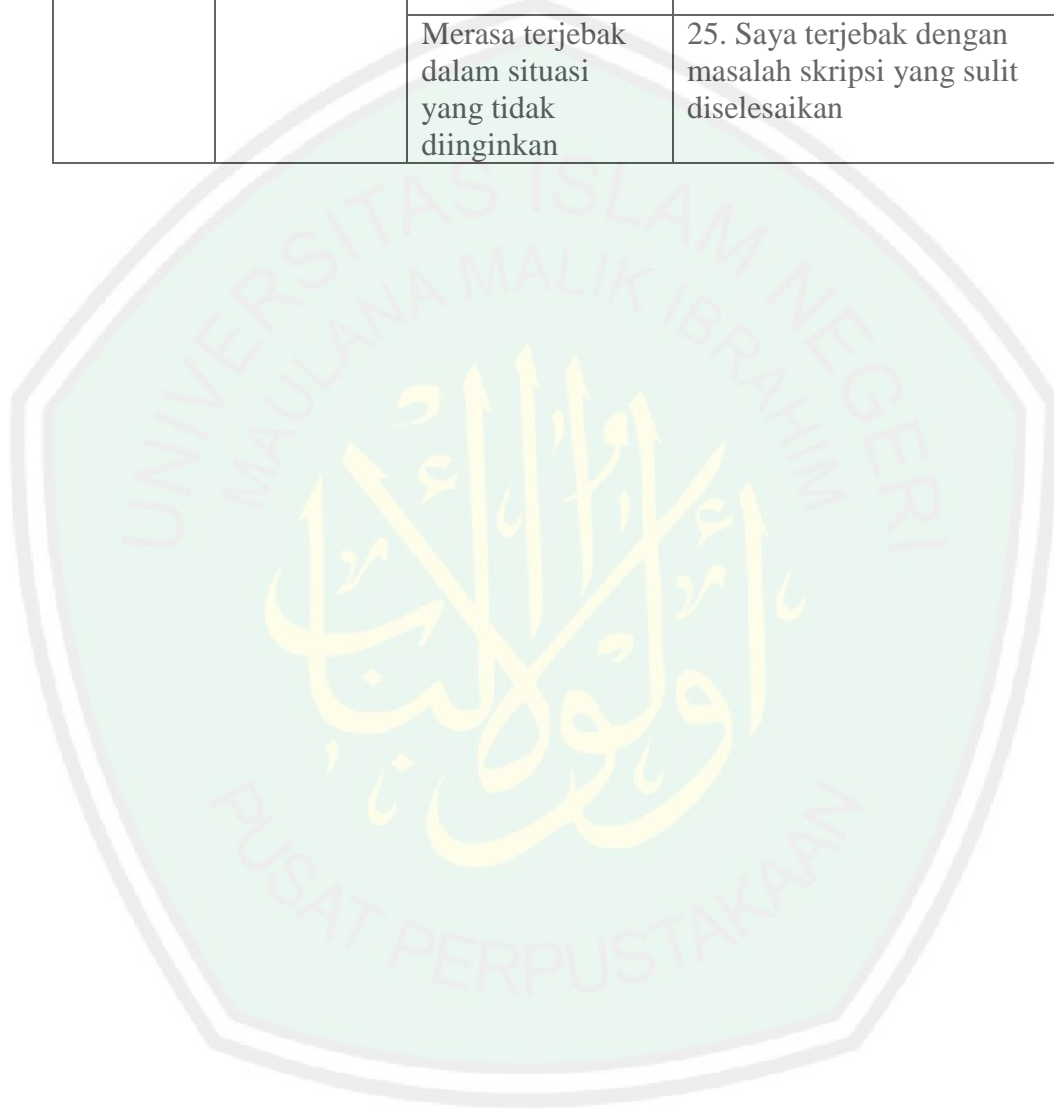
			25. Semakin banyak masalah dalam skripsi maka semakin membuat saya kehilangan nafsu makan	UF
		Mampu membatasi jangkauan permasalahan	15. Saya dapat mengondisikan masalah skripsi saya agar tidak mempengaruhi dan mengganggu kegiatan lain	F
			16. Masalah pribadi cenderung mempengaruhi kinerja saya dalam penyusunan skripsi	UF
	<i>Endurance</i>	Menganggap bahwa kesulitan hanya bersifat sementara	17. Saya menganggap bahwa kesulitan yang saya temui saat menyusun skripsi hanya bersifat sementara	F
			18. Saya merasa gagal ketika tidak dapat menyelesaikan skripsi tepat waktu	F
		Optimis	19. Saya yakin bahwa segala usaha yang saya lakukan dalam penyusunan skripsi akan berhasil	F
			20. Saya yakin kesuksesan tidak diukur dari cepat atau lambatnya lulus kuliah	F
			24. Saya menganggap bahwa sebaik-baik skripsi adalah yang selesai, baik itu tepat waktu maupun tidak tepat waktu	UF

Lampiran 4 : BluePrint Penelitian *Burnout*

Variabel	Aspek	Indikator	Aitem Penelitian	Ket
<i>Burnout Syndrome</i>	Kelelahan emosional	Rasa bosan	1. Saya merasa bosan dengan rutinitas dan proses menyelesaikan skripsi ini	F
			4. Saya sangat menikmati proses penyusunan skripsi	UF
			13. Saya kurang menikmati proses penyusunan skripsi yang saya lakukan saat ini	F
		Mudah tersinggung	2. Saya merasa mudah tersinggung ketika ada seseorang yang membicarakan tentang skripsi	F
			22. Saya menganggap bahwa kritikan dari orang lain tentang skripsi saya dapat bersifat membangun	UF
		Depresi ringan	3. Permasalahan pada skripsi membuat saya selalu merasa sedih dan sulit terhibur	F
		Emosi tidak terkontrol	7. Saya mudah melampiaskan kemarahan pada orang disekitar saya saat terjadi masalah pada skripsi saya	F
			12. Saya khawatir permasalahan yang ada dalam penyusunan skripsi sangat menguras emosi	F
			21. Ketika kesal dengan skripsi, saya berusaha untuk tidak melampiaskannya pada orang lain	UF
		Pesimisme	5. Saya merasa skripsi saya tidak akan selesai pada semester ini	F
			10. Saya berusaha untuk terus berpikir positif dalam berproses menyelesaikan skripsi	UF

			16. saya yakin bahwa skripsi saya dapat selesai meskipun hari ini saya berkali-kali gagal	UF
			17. Saya merasa putus asa dengan keadaan skripsi saya saat ini yang tidak kunjungselesai	F
	Kelelahan fisik	Perubahan pola kehidupan	9. Kesulitan saat mengerjakan skripsi membuat pola tidur saya menjadi berubah	F
			18. Saya merasa lesu saat bangun dan akan memulai hari karena teringat skripsi saya belum terselesaikan	F
			19. Semakin berat masalah yang saya temui saat penelitian skripsi, maka semakin mengurangi nafsu makan saya	F
		Rentan terhadap penyakit	11. Permasalahan saya temui saat proses penyusunan skripsi membuat saya mudah terserang penyakit	F
			15. Meskipun dalam keadaan apapun saya harus tetap menjaga kesehatan saya agar dapat terus mengerjakan skripsi	UF
			20. Saya selalu pusing saat mendapatkan masalah dalam skripsi	F
	Kelelahan mental	Rendahnya penghargaan diri	6. Teman-teman senang membantu saya saat saya menemui kendala dalam penyusunan skripsi	UF
		Rasa tidak berdaya	23. Saya merasa kurang nyaman dengan keadaan skripsi saya	F
		Memiliki sikap negatif pada orang lain	24. Keberadaan teman hanya akan mengganggu saya dalam mengerjakan skripsi	F

	Merasa tidak berkompeten	8. Saya selalu gagal dengan segala usaha yang saya lakukan untuk menyelesaikan skripsi	F
	Tidak puas dengan jalan hidup yang dimiliki	14. Saya merasa hidup saya hancur karena skripsi saya tidak kunjung selesai	F
	Merasa terjebak dalam situasi yang tidak diinginkan	25. Saya terjebak dengan masalah skripsi yang sulit diselesaikan	F



Lampiran 5 : Skala Uji Coba Penelitian

Nama :

Angkatan :

NIM :

NO HP (berhadiah Pulsa) :

PETUNJUK PENGISIAN

1. Skala ini terdiri dari dua bagian. Perhatikan secara baik-baik setiap pernyataan yang ada pada skala tersebut dan pertimbangkan pernyataan yang menurut anda sesuai dengan diri anda
2. Jawablah setiap pernyataan yang sesuai dengan diri anda
3. Berilah tanda lingkaran salah satu nomor dari angka 1 sampai 5 yang ada pada kolom respon dan menurut anda paling sesuai atau mendekati diri anda
4. Periksa kembali jawaban yang telah anda berikan, dan usahakan tidak ada pernyataan yang terlewat

Keterangan Pilihan Jawaban:

1. Sangat tidak sesuai diri anda 1-2-3-4-5 sangat sesuai diri anda
2. Semakin anda mendekati angka 1, pernyataan tersebut tidak sesuai dengan diri anda
3. Semakin anda mendekati angka 5, pernyataan tersebut semakin sesuai dengan diri anda

= SELAMAT MENGERJAKAN =

Bagian I (Adversity Quotient)

No	Pernyataan	Respon
1.	Saya mampu bertahan dalam keadaan sulit dalam menyelesaikan skripsi	1 – 2 – 3 – 4 – 5
2.	Saya mampu bertahan dalam keadaan sulit dalam menyelesaikan skripsi	1 – 2 – 3 – 4 – 5
3.	Saya yakin bahwa saya mampu menghadapi segala kesulitan dalam proses penyusunan skripsi	1 – 2 – 3 – 4 – 5
4.	Saya akan terus berusaha menyelesaikan skripsi meskipun menemui banyak kendala	1 – 2 – 3 – 4 – 5
5.	Saya akan berusaha berpikir positif dengan hal buruk yang menimpa saya dalam menyelesaikan skripsi	1 – 2 – 3 – 4 – 5
6.	Saya menganggap bahwa dalam menuju kesuksesan sebuah skripsi pasti disertai dengan rintangan	1 – 2 – 3 – 4 – 5
7.	Saya menyisihkan waktu untuk membuat perencanaan agar skripsi saya cepat selesai	1 – 2 – 3 – 4 – 5
8.	saya berupaya untuk menjadi seseorang yang bisa ditiru oleh orang lain dengan segera menyelesaikan skripsi	1 – 2 – 3 – 4 – 5
9.	Saya mencari sumber permasalahan dalam skripsi agar skripsi saya cepat selesai	1 – 2 – 3 – 4 – 5
10.	Saya akan berusaha menyelesaikan skripsi meskipun mendapat banyak hambatan	1 – 2 – 3 – 4 – 5
11.	Saya tidak akan mengulangi kesalahan saya saat menyusun skripsi, agar skripsi cepat selesai	1 – 2 – 3 – 4 – 5
12.	Saya akan berusaha memperbaiki kesalahan yang saya lakukan saat menyusun skripsidan menjadikannya sebagai pembelajaran	1 – 2 – 3 – 4 – 5

13.	Saya cepat bangkit dari setiap masalah yang saya temui saat menyusun skripsi	1 – 2 – 3 – 4 – 5
14.	Saya mempunyai semangat untuk menghadapi kendala yang saya temui saat menyusun skripsi	1 – 2 – 3 – 4 – 5
15.	Saya dapat mengondisikan masalah skripsi saya agar tidak mempengaruhi dan mengganggu kegiatan lain	1 – 2 – 3 – 4 – 5
16.	Masalah pribadi cenderung mempengaruhi kinerja saya dalam menyusun skripsi	1 – 2 – 3 – 4 – 5
17.	Saya menganggap bahwa kesulitan pada skripsi hanya bersifat sementara	1 – 2 – 3 – 4 – 5
18.	Saya percaya bahwa mereka yang sukses menyelesaikan skripsi pernah mati-matian berjuang melawan kesulitan skripsi	1 – 2 – 3 – 4 – 5
19.	Saya yakin bahwa segala usaha yang saya lakukan dalam menyusun skripsi akan berhasil	1 – 2 – 3 – 4 – 5
20.	Saya selalu bersemangat dalam menyusun skripsi meskipun mendapat kesulitan	1 – 2 – 3 – 4 – 5
21.	Saya mudah marah ketika sedang mendapat masalah terkait skripsi saya	1 – 2 – 3 – 4 – 5
22.	Saya mudah menyerah dengan keadaan yang sulit yang saya temui saat menyusun skripsi	1 – 2 – 3 – 4 – 5
23.	Saya mudah menyerah dengan keadaan yang sulit yang saya temui saat menyusun skripsi	1 – 2 – 3 – 4 – 5
24.	Saya kurang yakin skripsi saya dapat segera selesai	1 – 2 – 3 – 4 – 5
25.	. Semakin banyak masalah dalam skripsi maka semakin membuat saya kehilangan nafsu makan	1 – 2 – 3 – 4 – 5
26.	Saya kurang berani dalam mengambil resiko	1 – 2 – 3 – 4 – 5
27.	Saya kurang menyukai hal-hal baru yang saya temui dalam proses penyusunan skripsi	1 – 2 – 3 – 4 – 5
28.	Saya membutuhkan waktu yang cukup lama dalam menyelesaikan masalah yang ada pada skripsi saya	1 – 2 – 3 – 4 – 5
29.	Saya merasa nyaman dengan keadaan saya saat ini	1 – 2 – 3 – 4 – 5

	meskipun skripsi saya belum selesai	
30.	Saya tidak menyesal meskipun tidak bisa menyelesaikan skripsi tepat waktu	1 - 2 - 3 - 4 - 5



BAGIAN II (Burnout Syndrome)

No	Pernyataan	Respon
1.	Saya merasa bosan dengan rutinitas dan pekerjaan yang saya jalani saat ini	1 – 2 – 3 – 4 – 5
2.	Saya merasa mudah tersinggung ketika ada seseorang yang membicarakan tentang skripsi	1 – 2 – 3 – 4 – 5
3.	Saya sangat merasa bersalah ketika skripsi saya tidak bisa terselesaikan dengan baik	1 – 2 – 3 – 4 – 5
4.	Saya sangat menikmati proses belajar yang saya lakukan saat ini	1 – 2 – 3 – 4 – 5
5.	Saya merasa kurang baik dalam mengerjakan skripsi	1 – 2 – 3 – 4 – 5
6.	Teman-teman senang berteman dengan saya	1 – 2 – 3 – 4 – 5
7.	Saya mudah melampiaskan kemarahan pada orang disekitar saya	1 – 2 – 3 – 4 – 5
8.	Saya selalu gagal dengan segala usaha yang saya lakukan	1 – 2 – 3 – 4 – 5
9.	Saat menghadapi kesulitan saya pola tidur saya menjadi berubah	1 – 2 – 3 – 4 – 5
10.	Saya berusaha untuk terus berpikir positif dalam menghadapi situasi apapun	1 – 2 – 3 – 4 – 5
11.	Permasalahan yang ada dalam hidup saya membuat saya mudah terserang penyakit	1 – 2 – 3 – 4 – 5
12.	Saya khawatir permasalahan yang saya alami saat ini sangat menguras emosi	1 – 2 – 3 – 4 – 5
13.	Saya kurang menikmati proses penyusunan skripsi yang saya lakukan saat ini	1 – 2 – 3 – 4 – 5
14.	Saya merasa hidup saya hancur	1 – 2 – 3 – 4 – 5
15.	Meskipun dalam keadaan apapun saya harus tetap menjaga kesehatan saya	1 – 2 – 3 – 4 – 5

16.	Saya memiliki keyakinan bahwa saya bisa sukses meskipun hari ini saya berkali-kali gagal	1 – 2 – 3 – 4 – 5
17.	Saya merasa putus asa dengan pekerjaan saya saat ini	1 – 2 – 3 – 4 – 5
18.	Saya merasa lesu saat bangun dan akan memulai hari	1 – 2 – 3 – 4 – 5
19.	Semakin berat masalah yang saya hadapi, maka semakin mengurangi nafsu makan saya	1 – 2 – 3 – 4 – 5
20.	Saya selalu pusing saat mendapatkan masalah	1 – 2 – 3 – 4 – 5
21.	Ketika marah saya berusaha untuk tidak melampiaskannya pada orang lain	1 – 2 – 3 – 4 – 5
22.	Saya menganggap bahwa kritikan dari orang lain dapat bersifat membangun	1 – 2 – 3 – 4 – 5
23.	Saya merasa kurang nyaman dengan keadaan saya saat ini	1 – 2 – 3 – 4 – 5
24.	Beban yang saya alami menjadikan saya kurang peduli dengan orang lain disekitar saya	1 – 2 – 3 – 4 – 5
25.	Saya terjebak dengan masalah skripsi yang sulit diselesaikan	1 – 2 – 3 – 4 – 5

Lampiran 6 : Skala Penelitian

Nama :

Angkatan :

NIM :

NO HP (berhadiah Pulsa) :

PETUNJUK PENGISIAN

5. Skala ini terdiri dari dua bagian. Perhatikan secara baik-baik setiap pernyataan yang ada pada skala tersebut dan pertimbangkan pernyataan yang menurut anda sesuai dengan diri anda
6. Jawablah setiap pernyataan yang sesuai dengan diri anda
7. Berilah tanda lingkaran salah satu nomor dari angka 1 sampai 5 yang ada pada kolom respon dan menurut anda paling sesuai atau mendekati diri anda
8. Periksa kembali jawaban yang telah anda berikan, dan usahakan tidak ada pernyataan yang terlewat

Keterangan Pilihan Jawaban:

4. Sangat tidak sesuai diri anda 1-2-3-4-5 sangat sesuai diri anda
5. Semakin anda mendekati angka 1, pernyataan tersebut tidak sesuai dengan diri anda
6. Semakin anda mendekati angka 5, pernyataan tersebut semakin sesuai dengan diri anda

= SELAMAT MENGERJAKAN =

Bagian I (Adversity Quotient)

No	Pernyataan	Respon
1.	Saya mampu bertahan dalam keadaan sulit dalam menyelesaikan skripsi	1 – 2 – 3 – 4 – 5
2.	Saya mampu mengontrol perasaan ketika ada masalah dalam penyusunan skripsi	1 – 2 – 3 – 4 – 5
3.	Saya yakin bahwa saya mampu menghadapi segala kesulitan dalam menyelesaikan skripsi	1 – 2 – 3 – 4 – 5
4.	Saya akan terus berusaha dan berjuang agar skripsi saya cepat terselesaikan	1 – 2 – 3 – 4 – 5
5.	Saya akan berusaha berpikir positif dengan hal buruk yang menimpa saya saat menyelesaikan skripsi	1 – 2 – 3 – 4 – 5
6.	Menurut saya dalam kesuksesan proses penyelesaian skripsi pasti disertai rintangan	1 – 2 – 3 – 4 – 5
7.	Saya menyisihkan waktu untuk merenungkan perbuatan buruk yang pernah saya lakukan untuk diperbaiki	1 – 2 – 3 – 4 – 5
8.	saya berupaya untuk menjadi seseorang yang bisa ditiru oleh orang lain	1 – 2 – 3 – 4 – 5
9.	Saya mencari sumber permasalahan dalam skripsi agar skripsi saya cepat selesai	1 – 2 – 3 – 4 – 5
10.	Saya akan berusaha menyelesaikan skripsi meskipun mendapat banyak hambatan	1 – 2 – 3 – 4 – 5
11.	Saya selalu belajar dari sebuah kegagalan atau kesalahan yang saya dapat saat menyusun skripsi	1 – 2 – 3 – 4 – 5
12.	Saya tidak akan bermalas-malasan dalam mengerjakan skripsi agar cepat selesai	1 – 2 – 3 – 4 – 5
13.	Saat proses penyusunan skripsi saya mudah	1 – 2 – 3 – 4 – 5

	bangkit dari keterpurukan	
14.	Setiap kali ada masalah terkait skripsi , saya mencoba menyelesaikannya se segera mungkin	1 – 2 – 3 – 4 – 5
15.	Saya dapat mengondisikan masalah skripsi saya agar tidak mempengaruhi dan mengganggu kegiatan lain	1 – 2 – 3 – 4 – 5
16.	Masalah pribadi cenderung mempengaruhi kinerja saya dalam penyusunan skripsi	1 – 2 – 3 – 4 – 5
17.	Saya menganggap bahwa kesulitan yang saya temui saat menyusun skripsi hanya bersifat sementara	1 – 2 – 3 – 4 – 5
18.	Saya merasa gagal ketika tidak dapat menyelesaikan skripsi tepat waktu	1 – 2 – 3 – 4 – 5
19.	Saya yakin bahwa segala usaha yang saya lakukan dalam penyusunan skripsi akan berhasil	1 – 2 – 3 – 4 – 5
20.	Saya yakin kesuksesan tidak diukur dari cepat atau lambatnya lulus kuliah	1 – 2 – 3 – 4 – 5
21.	Saya menyerah apabila masalah skripsi saya tidak menemukan jalan keluar	1 – 2 – 3 – 4 – 5
22.	Saya mudah menyerah dengan keadaan sulit saat proses penyusunan skripsi	1 – 2 – 3 – 4 – 5
23.	Saya selalu mencari alasan untuk menutupi kesalahan yang saya lakukan dalam menyelesaikan skripsi	1 – 2 – 3 – 4 – 5
24.	Saya menganggap bahwa sebaik-baik skripsi adalah yang selesai, baik itu tepat waktu maupun tidak tepat waktu	1 – 2 – 3 – 4 – 5
25.	Semakin banyak masalah dalam skripsi maka semakin membuat saya kehilangan nafsu makan	1 – 2 – 3 – 4 – 5
26.	Skripsi saya tidak dapat selesai dengan tepat	1 – 2 – 3 – 4 – 5

	waktu karena kesalahan dosen pembimbing	
27.	Saya kurang menyukai hal-hal baru yang saya temui saat menyelesaikan skripsi	1 – 2 – 3 – 4 – 5
28.	Saya membutuhkan waktu yang cukup lama dalam menyelesaikan masalah yang ada pada skripsi saya	1 – 2 – 3 – 4 – 5
29.	Saya merasa nyaman dengan keadaan saya saat ini meskipun skripsi saya belum selesai	1 – 2 – 3 – 4 – 5
30.	Saya sering mengulangi kesalahan saya dalam mengerjakan skripsi	1 – 2 – 3 – 4 – 5



Bagian II (Burnout Syndrome)

No	Pernyataan	Respon
1.	Saya merasa bosan dengan rutinitas dan proses menyelesaikan skripsi ini	1 – 2 – 3 – 4 – 5
2.	Saya merasa mudah tersinggung ketika ada seseorang yang membicarakan tentang skripsi	1 – 2 – 3 – 4 – 5
3.	Permasalahan pada skripsi membuat saya selalu merasa sedih dan sulit terhibur	1 – 2 – 3 – 4 – 5
4.	Saya sangat menikmati proses penyusunan skripsi	1 – 2 – 3 – 4 – 5
5.	Saya merasa skripsi saya tidak akan selesai pada semester ini	1 – 2 – 3 – 4 – 5
6.	Teman-teman senang membantu saya saat saya menemui kendala dalam penyusunan skripsi	1 – 2 – 3 – 4 – 5
7.	Saya mudah melampiaskan kemarahan pada orang disekitar saya saat terjadi masalah pada skripsi saya	1 – 2 – 3 – 4 – 5
8.	Saya selalu gagal dengan segala usaha yang saya lakukan untuk menyelesaikan skripsi	1 – 2 – 3 – 4 – 5
9.	Kesulitan saat mengerjakan skripsi membuat pola tidur saya menjadi berubah	1 – 2 – 3 – 4 – 5
10.	Saya berusaha untuk terus berpikir positif dalam berproses menyelesaikan skripsi	1 – 2 – 3 – 4 – 5
11.	Permasalahan saya temui saat proses penyusunan skripsi membuat saya mudah terserang penyakit	1 – 2 – 3 – 4 – 5
12.	Saya khawatir permasalahan yang ada dalam penyusunan skripsi sangat menguras emosi	1 – 2 – 3 – 4 – 5
13.	Saya kurang menikmati proses penyusunan skripsi yang saya lakukan saat ini	1 – 2 – 3 – 4 – 5

14.	Saya merasa hidup saya hancur karena skripsi saya tidak kunjung selesai	1 – 2 – 3 – 4 – 5
15.	Meskipun dalam keadaan apapun saya harus tetap menjaga kesehatan saya agar dapat terus mengerjakan skripsi	1 – 2 – 3 – 4 – 5
16.	Saya yakin bahwa skripsi saya dapat selesai meskipun hari ini saya berkali-kali gagal	1 – 2 – 3 – 4 – 5
17.	Saya merasa putus asa dengan keadaan skripsi saya saat ini yang tidak kunjung selesai	1 – 2 – 3 – 4 – 5
18.	Saya merasa lesu saat bangun dan akan memulai hari karena teringat skripsi saya belum terselesaikan	1 – 2 – 3 – 4 – 5
19.	Semakin berat masalah yang saya temui saat penelitian skripsi, maka semakin mengurangi nafsu makan saya	1 – 2 – 3 – 4 – 5
20.	Saya selalu pusing saat mendapatkan masalah dalam skripsi	1 – 2 – 3 – 4 – 5
21.	Saya menyerah apabila masalah skripsi saya tidak menemukan jalan keluar	1 – 2 – 3 – 4 – 5
22.	Saya mudah menyerah dengan keadaan sulit saat proses penyusunan skripsi	1 – 2 – 3 – 4 – 5
23.	Saya merasa kurang nyaman dengan keadaan skripsi saya	1 – 2 – 3 – 4 – 5
24.	Keberadaan teman hanya akan mengganggu saya dalam mengerjakan skripsi	1 – 2 – 3 – 4 – 5
25.	Saya terjebak dengan masalah skripsi yang sulit diselesaikan	1 – 2 – 3 – 4 – 5

Lampiran 7 : Hasil Validitas Reliabilitas Uji Coba *Adversity Quotient*

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	34	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	34	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.869	30

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	86.1471	82.493	.414	.865
VAR00002	86.0294	84.575	.270	.868
VAR00003	86.2059	81.259	.478	.864
VAR00004	85.6765	84.225	.280	.868
VAR00005	86.0882	78.810	.684	.859
VAR00006	85.7059	85.365	.099	.872
VAR00007	86.1471	79.887	.464	.864
VAR00008	85.9412	85.815	.088	.872

VAR00009	86.1176	80.895	.623	.861
VAR00010	85.9706	83.120	.329	.867
VAR00011	86.1471	81.644	.501	.864
VAR00012	85.7941	83.441	.356	.867
VAR00013	86.2941	78.699	.682	.859
VAR00014	85.8529	83.402	.363	.866
VAR00015	86.0588	78.421	.765	.857
VAR00016	87.2941	80.396	.384	.866
VAR00017	86.0000	79.697	.615	.860
VAR00018	85.5882	84.007	.225	.869
VAR00019	86.0882	78.568	.575	.860
VAR00020	86.0294	83.242	.332	.867
VAR00021	86.8529	82.190	.261	.870
VAR00022	86.5294	78.499	.606	.860
VAR00023	86.9706	87.302	-.061	.877
VAR00024	86.7941	84.593	.123	.873
VAR00025	86.6471	76.841	.556	.861
VAR00026	86.8824	81.622	.337	.867
VAR00027	86.6471	77.084	.589	.860
VAR00028	86.8824	79.561	.555	.861
VAR00029	87.3529	85.750	.045	.875
VAR00030	86.7941	78.532	.636	.859

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	34	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	34	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.902	21

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	59.4118	64.795	.526	.898
VAR00003	59.4706	63.954	.553	.897
VAR00005	59.3529	62.841	.647	.895
VAR00007	59.4118	63.704	.441	.900
VAR00009	59.3824	64.061	.660	.896
VAR00010	59.2353	67.094	.248	.904
VAR00011	59.4118	64.007	.618	.896
VAR00012	59.0588	67.330	.269	.903
VAR00013	59.5588	62.012	.721	.893
VAR00014	59.1176	67.137	.295	.903
VAR00015	59.3235	61.922	.791	.892
VAR00016	60.5588	64.012	.373	.903
VAR00017	59.2647	62.322	.716	.893
VAR00019	59.3529	62.114	.587	.896
VAR00020	59.2941	66.941	.277	.903
VAR00022	59.7941	62.047	.620	.895
VAR00025	59.9118	60.568	.566	.898
VAR00026	60.1471	65.341	.306	.904
VAR00027	59.9118	60.568	.617	.895
VAR00028	60.1471	62.190	.646	.895
VAR00030	60.0588	61.633	.693	.893

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	34	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	34	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.911	17

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	45.8824	55.501	.573	.906
VAR00003	45.9412	55.087	.553	.907
VAR00005	45.8235	54.150	.638	.904
VAR00007	45.8824	54.774	.447	.910
VAR00009	45.8529	55.160	.665	.905
VAR00011	45.8824	55.198	.611	.906
VAR00013	46.0294	53.484	.700	.903
VAR00015	45.7941	53.017	.815	.900
VAR00016	47.0294	55.666	.329	.915
VAR00017	45.7353	53.655	.708	.903

VAR00019	45.8235	53.665	.560	.907
VAR00022	46.2647	52.685	.682	.903
VAR00025	46.3824	51.274	.618	.906
VAR00026	46.6176	57.152	.237	.917
VAR00027	46.3824	51.334	.668	.903
VAR00028	46.6176	52.849	.709	.902
VAR00030	46.5294	52.620	.727	.901

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	34	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	34	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

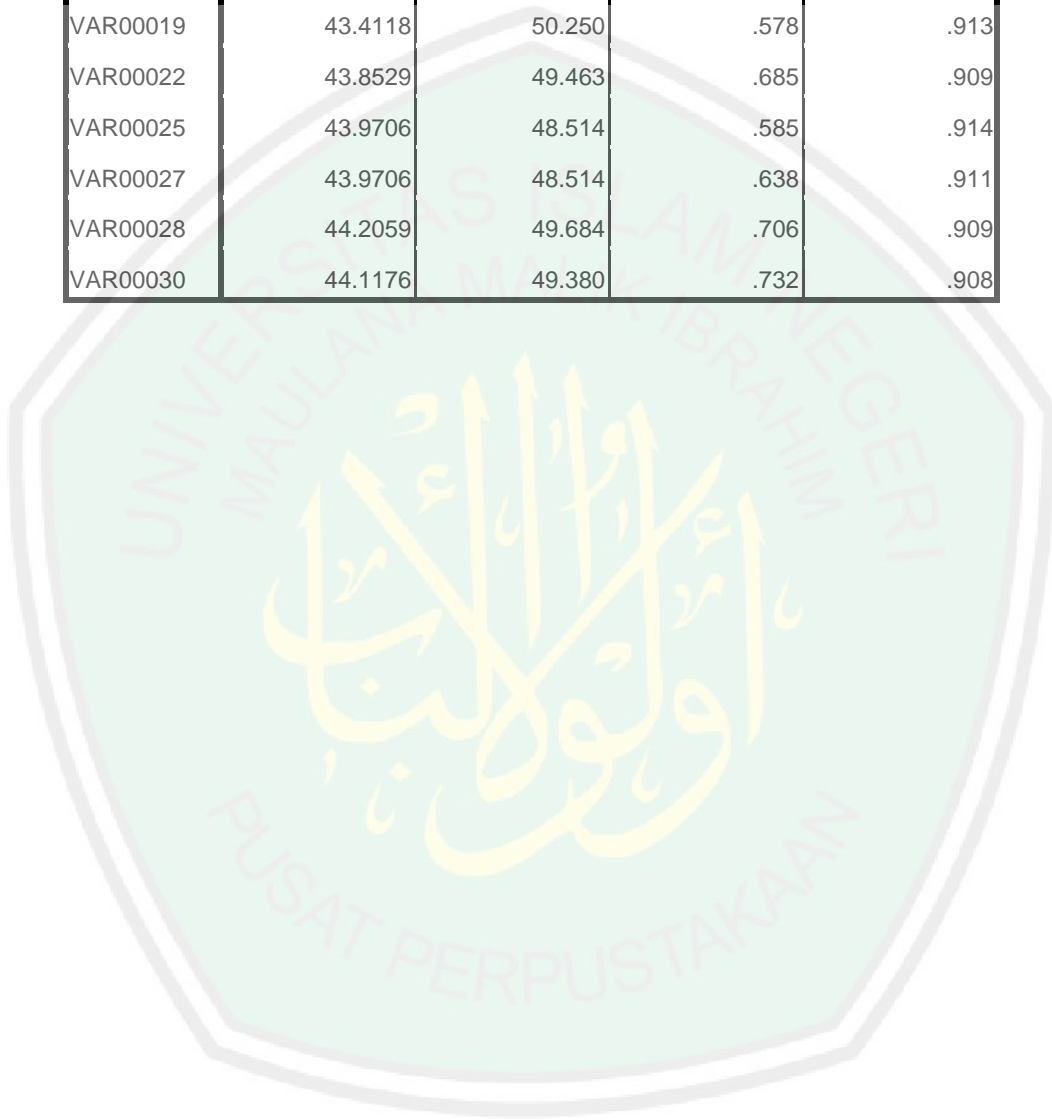
Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.917	16

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	43.4706	52.075	.592	.913
VAR00003	43.5294	51.529	.587	.912
VAR00005	43.4118	50.795	.651	.911
VAR00007	43.4706	51.590	.440	.917

VAR00009	43.4412	51.648	.700	.910
VAR00011	43.4706	51.954	.608	.912
VAR00013	43.6176	50.243	.702	.909
VAR00015	43.3824	49.577	.845	.906
VAR00016	44.6176	52.607	.309	.923
VAR00017	43.3235	50.347	.718	.909
VAR00019	43.4118	50.250	.578	.913
VAR00022	43.8529	49.463	.685	.909
VAR00025	43.9706	48.514	.585	.914
VAR00027	43.9706	48.514	.638	.911
VAR00028	44.2059	49.684	.706	.909
VAR00030	44.1176	49.380	.732	.908



Lampiran 8 : Hasil Validitas Reliabilitas Uji Coba *Burnout Syndrome*

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	34	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	34	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.844	25

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	52.4118	63.401	.406	.838
VAR00002	52.7647	62.064	.506	.834
VAR00003	52.6176	69.031	-.028	.853
VAR00004	53.1765	63.907	.470	.836
VAR00005	52.3824	64.789	.263	.844
VAR00006	52.7647	65.943	.247	.843
VAR00007	52.5588	64.436	.292	.843
VAR00008	53.0588	62.481	.470	.835
VAR00009	52.4412	63.042	.487	.835
VAR00010	53.2941	64.396	.403	.838
VAR00011	53.0588	64.663	.337	.840
VAR00012	52.4706	64.620	.369	.839

VAR00013	52.9118	61.780	.505	.834
VAR00014	53.1176	57.137	.745	.822
VAR00015	53.4706	63.166	.471	.836
VAR00016	53.6471	66.417	.306	.841
VAR00017	53.1765	62.756	.586	.832
VAR00018	53.1176	64.349	.423	.838
VAR00019	53.0294	62.332	.565	.832
VAR00020	52.6471	63.569	.455	.836
VAR00021	52.9412	68.724	.035	.847
VAR00022	52.8529	69.220	-.045	.853
VAR00023	52.7941	63.987	.470	.836
VAR00024	52.9706	63.666	.486	.836
VAR00025	53.1471	64.796	.397	.839

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	34	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	34	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.871	19

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	37.8235	52.029	.375	.869
VAR00002	38.1765	49.968	.554	.862
VAR00004	38.5882	52.371	.447	.866
VAR00008	38.4706	50.681	.486	.865
VAR00009	37.8529	51.887	.436	.867
VAR00010	38.7059	52.578	.405	.868
VAR00011	38.4706	52.620	.358	.870
VAR00012	37.8824	53.380	.310	.871
VAR00013	38.3235	49.741	.548	.862
VAR00014	38.5294	45.954	.754	.852
VAR00015	38.8824	50.895	.530	.863
VAR00016	39.0588	53.754	.400	.868
VAR00017	38.5882	51.462	.548	.863
VAR00018	38.5294	52.196	.464	.866
VAR00019	38.4412	50.799	.559	.862
VAR00020	38.0588	51.875	.453	.866
VAR00023	38.2059	52.047	.492	.865
VAR00024	38.3824	51.758	.507	.864
VAR00025	38.5588	52.678	.430	.867

Lampiran 9 : Hasil Validitas Reliabilitas *Adversity Quotient*

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	102	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	102	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.814	30

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	86.6667	67.393	.500	.803
VAR00002	86.8235	69.117	.314	.809
VAR00003	86.5490	68.646	.379	.807
VAR00004	86.3725	68.513	.462	.806
VAR00005	86.6569	69.139	.314	.809
VAR00006	86.4216	69.652	.328	.809
VAR00007	86.8922	68.632	.272	.811
VAR00008	86.8725	68.607	.340	.808
VAR00009	86.6765	68.201	.447	.805

VAR00010	86.6176	69.803	.251	.811
VAR00011	86.6863	66.930	.468	.803
VAR00012	86.6078	68.023	.487	.804
VAR00013	86.9510	65.057	.617	.797
VAR00014	86.8333	67.190	.462	.804
VAR00015	86.6569	67.891	.460	.805
VAR00016	87.8235	66.820	.354	.808
VAR00017	86.6667	66.541	.541	.801
VAR00018	87.6667	66.917	.285	.812
VAR00019	86.5588	67.497	.505	.803
VAR00020	86.5882	68.759	.269	.811
VAR00021	86.8333	65.130	.489	.801
VAR00022	86.8039	65.367	.526	.800
VAR00023	88.3529	74.825	-.223	.828
VAR00024	88.2549	71.459	.029	.822
VAR00025	87.1961	68.714	.166	.818
VAR00026	87.9412	72.135	-.014	.823
VAR00027	86.9314	65.015	.495	.801
VAR00028	87.3137	67.168	.378	.806
VAR00029	87.9216	71.340	.047	.820
VAR00030	87.4314	67.614	.311	.809

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	102	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	102	100.0

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	102	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	102	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.857	22

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	67.0490	50.661	.502	.849
VAR00002	67.2059	51.967	.338	.854
VAR00003	66.9314	51.629	.396	.853
VAR00004	66.7549	51.177	.531	.849
VAR00005	67.0392	52.117	.322	.855
VAR00006	66.8039	52.535	.344	.854
VAR00007	67.2745	51.270	.315	.856
VAR00008	67.2549	51.578	.356	.854
VAR00009	67.0588	51.165	.475	.850
VAR00011	67.0686	49.966	.500	.849
VAR00012	66.9902	50.940	.527	.849
VAR00013	67.3333	48.561	.626	.844
VAR00014	67.2157	50.369	.476	.850
VAR00015	67.0392	51.167	.453	.851
VAR00016	68.2059	50.640	.311	.858
VAR00017	67.0490	50.344	.494	.849

VAR00019	66.9412	50.333	.561	.848
VAR00021	67.2157	48.745	.484	.849
VAR00022	67.1863	49.321	.485	.849
VAR00027	67.3137	48.475	.505	.849
VAR00028	67.6961	50.491	.374	.854
VAR00030	67.8137	51.242	.275	.859

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	102	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	102	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.859	21

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	64.4608	46.805	.505	.851
VAR00002	64.6176	48.001	.348	.856
VAR00003	64.3431	47.673	.408	.854

VAR00004	64.1667	47.368	.526	.851
VAR00005	64.4510	48.052	.345	.856
VAR00006	64.2157	48.527	.360	.855
VAR00007	64.6863	47.425	.313	.858
VAR00008	64.6667	47.591	.370	.855
VAR00009	64.4706	47.420	.461	.852
VAR00011	64.4804	46.074	.510	.850
VAR00012	64.4020	47.015	.539	.850
VAR00013	64.7451	44.746	.634	.845
VAR00014	64.6275	46.454	.487	.851
VAR00015	64.4510	47.181	.471	.852
VAR00016	65.6176	47.149	.280	.861
VAR00017	64.4608	46.350	.515	.850
VAR00019	64.3529	46.488	.565	.849
VAR00021	64.6275	45.107	.472	.852
VAR00022	64.5980	45.649	.474	.851
VAR00027	64.7255	44.855	.492	.851
VAR00028	65.1078	47.008	.340	.857

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	102	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	102	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.861	20

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	62.2647	42.929	.500	.853
VAR00002	62.4216	44.028	.348	.858
VAR00003	62.1471	43.592	.425	.856
VAR00004	61.9706	43.415	.528	.853
VAR00005	62.2549	43.974	.359	.858
VAR00006	62.0196	44.415	.379	.857
VAR00007	62.4902	43.559	.304	.861
VAR00008	62.4706	43.479	.390	.857
VAR00009	62.2745	43.468	.462	.855
VAR00011	62.2843	42.067	.524	.852
VAR00012	62.2059	42.977	.556	.852
VAR00013	62.5490	40.943	.630	.847
VAR00014	62.4314	42.664	.473	.854
VAR00015	62.2549	43.182	.480	.854
VAR00017	62.2647	42.434	.517	.852
VAR00019	62.1569	42.450	.584	.850
VAR00021	62.4314	41.258	.471	.855
VAR00022	62.4020	41.926	.458	.855
VAR00027	62.5294	41.143	.479	.854
VAR00028	62.9118	43.368	.310	.861

Lampiran 10 : Hasil Validitas Reliabilitas *Burnout Syndrome*

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	102	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	102	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.878	25

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	49.4412	96.982	.498	.872
VAR00002	49.5686	97.297	.448	.874
VAR00003	48.8922	100.473	.343	.877
VAR00004	50.1176	100.937	.412	.875
VAR00005	49.3922	96.459	.550	.871
VAR00006	50.1667	102.101	.375	.876
VAR00007	49.8824	98.917	.380	.876
VAR00008	50.1471	100.780	.417	.875
VAR00009	49.2647	98.830	.403	.875

VAR00010	50.2255	103.464	.228	.879
VAR00011	49.7451	96.984	.487	.873
VAR00012	49.3431	98.247	.506	.872
VAR00013	49.7549	95.811	.574	.870
VAR00014	49.8235	97.315	.452	.874
VAR00015	50.3431	103.020	.285	.878
VAR00016	50.4118	105.136	.120	.880
VAR00017	49.7451	96.311	.549	.871
VAR00018	49.8431	95.896	.635	.869
VAR00019	49.8627	98.357	.389	.876
VAR00020	49.5490	98.527	.461	.874
VAR00021	50.0098	102.267	.236	.879
VAR00022	50.1471	102.285	.309	.877
VAR00023	49.5196	93.935	.720	.866
VAR00024	49.5980	96.797	.493	.873
VAR00025	49.6765	93.251	.660	.867

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	102	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	102	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's	
Alpha	N of Items

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.883	21

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	43.0196	85.485	.522	.877
VAR00002	43.1471	85.869	.465	.879
VAR00003	42.4706	88.529	.386	.881
VAR00004	43.6961	90.055	.374	.881
VAR00005	42.9706	84.900	.581	.875
VAR00006	43.7451	91.123	.335	.882
VAR00007	43.4608	87.756	.375	.881
VAR00008	43.7255	89.864	.383	.881
VAR00009	42.8431	87.421	.414	.880
VAR00011	43.3235	86.181	.468	.878
VAR00012	42.9216	86.825	.523	.877
VAR00013	43.3333	84.323	.603	.874
VAR00014	43.4020	86.144	.454	.879
VAR00017	43.3235	85.389	.539	.876
VAR00018	43.4216	84.781	.640	.873
VAR00019	43.4412	87.378	.376	.882
VAR00020	43.1275	87.083	.477	.878
VAR00022	43.7255	91.488	.257	.883
VAR00023	43.0980	82.584	.750	.869
VAR00024	43.1765	85.612	.497	.878
VAR00025	43.2549	82.073	.677	.871

Reliability

Scale: ALL VARIABLES

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	102	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	102	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

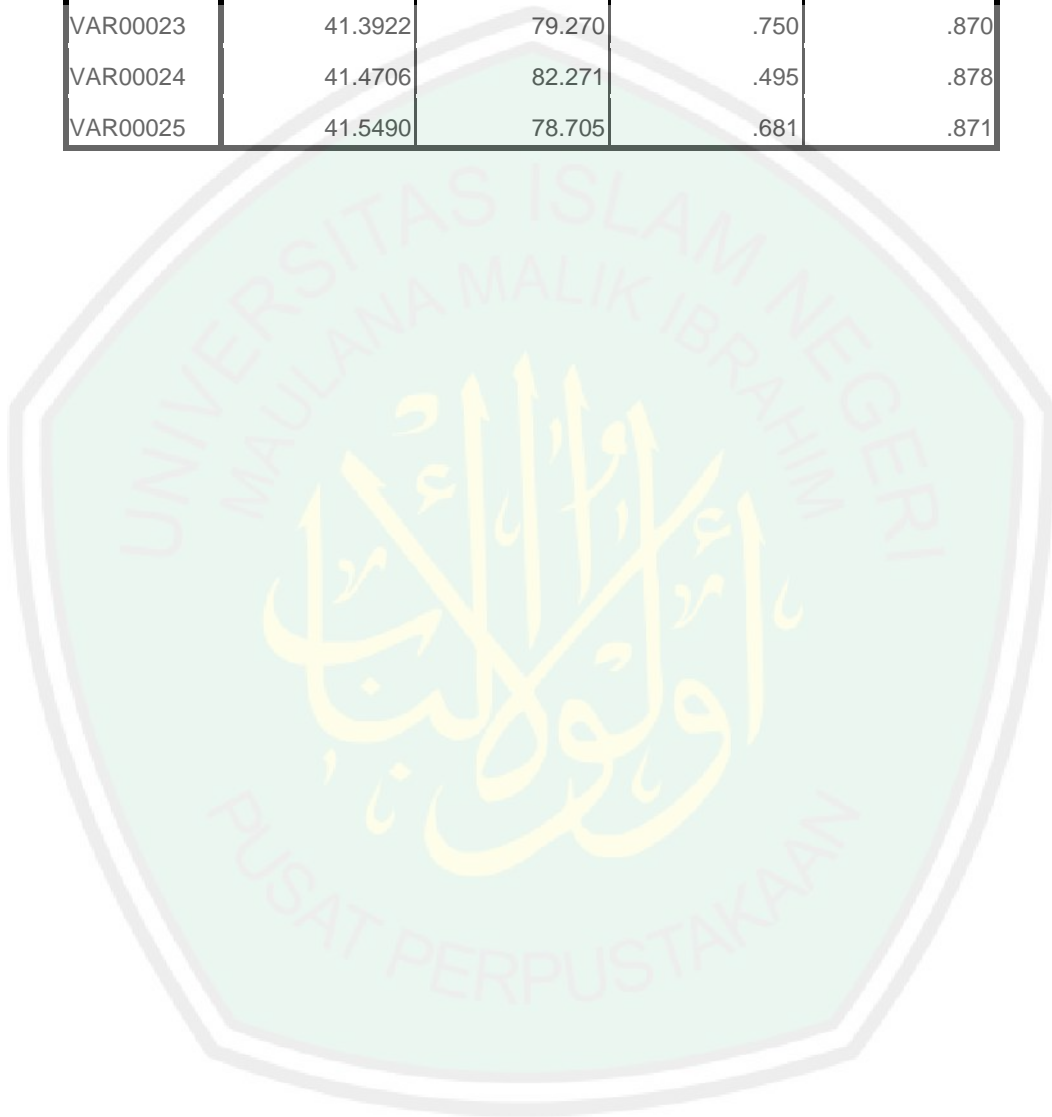
Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.883	20

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	41.3137	82.118	.521	.877
VAR00002	41.4412	82.566	.460	.879
VAR00003	40.7647	85.033	.390	.881
VAR00004	41.9902	86.703	.365	.882
VAR00005	41.2647	81.464	.586	.875
VAR00006	42.0392	87.701	.329	.882
VAR00007	41.7549	84.424	.369	.882
VAR00008	42.0196	86.455	.379	.881
VAR00009	41.1373	83.961	.417	.881
VAR00011	41.6176	82.734	.471	.879
VAR00012	41.2157	83.478	.519	.877

VAR00013	41.6275	80.949	.604	.874
VAR00014	41.6961	82.768	.453	.880
VAR00017	41.6176	82.001	.540	.876
VAR00018	41.7157	81.314	.648	.873
VAR00019	41.7353	84.018	.372	.882
VAR00020	41.4216	83.553	.486	.878
VAR00023	41.3922	79.270	.750	.870
VAR00024	41.4706	82.271	.495	.878
VAR00025	41.5490	78.705	.681	.871



Lampiran 11 : Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Adversity	Burnout
N		102	102
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	90.0196	51.8529
	Std. Deviation	8.52019	10.32866
Most Extreme Differences	Absolute	.064	.065
	Positive	.064	.051
	Negative	-.048	-.065
Kolmogorov-Smirnov Z		.644	.651
Asymp. Sig. (2-tailed)		.802	.790

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Lampiran 12 : Hasil Uji Linearitas

Means

Case Processing Summary

	Cases					
	Included		Excluded		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
burnout * adversity	102	100.0%	0	.0%	102	100.0%

Report

burnout			
adversity	Mean	N	Std. Deviation
68.00	66.0000	1	.
72.00	64.0000	1	.
76.00	59.0000	2	7.07107
77.00	61.0000	1	.
78.00	65.3333	3	4.61880
79.00	67.0000	3	3.60555
80.00	60.1429	7	5.61036
81.00	67.0000	1	.
82.00	65.0000	1	.
83.00	57.2500	4	3.94757
84.00	61.0000	2	.00000
85.00	42.7500	4	10.96586
86.00	57.3333	6	3.55903
87.00	51.2000	5	5.26308
88.00	55.7500	4	10.43631
89.00	53.2500	4	4.85627
90.00	52.3333	6	7.52773
91.00	45.0000	3	7.93725
92.00	53.0000	3	3.60555
93.00	49.1250	8	10.26001

94.00	50.0000	5	6.20484
95.00	49.5000	6	7.68765
97.00	45.0000	1	.
98.00	45.5000	2	7.77817
99.00	42.0000	3	3.00000
100.00	40.0000	2	15.55635
101.00	68.0000	1	.
102.00	42.5000	4	5.25991
103.00	39.5000	2	.70711
104.00	41.6667	3	15.82193
105.00	43.0000	1	.
108.00	30.0000	2	2.82843
109.00	37.0000	1	.
Total	51.8529	102	10.32866

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
burnout * adversity	Between Groups	(Combined)	6953.762	32	217.305	3.924	.000
		Linearity	4836.158	1	4836.158	87.331	.000
		Deviation from Linearity	2117.604	31	68.310	1.234	.233
	Within Groups		3821.032	69	55.377		
Total			10774.794	101			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
burnout * adversity	-.670	.449	.803	.645

Lampiran 13 : Hasil Uji Hipotesis Hubungan antara *Adversity Quotient* dengan *Burnout Syndrome*

Correlations

Correlations

		adversity	burnout
adversity	Pearson Correlation	1	-.670**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	102	102
burnout	Pearson Correlation	-.670**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	102	102

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).