

**PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP
ACADEMICBURNOUT PADA MAHASISWA RANTAU
FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI
UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

SKRIPSI



Oleh:

Ahmad Rizki Fadilah

18410170

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

2022

**PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP
ACADEMICBURNOUT PADA MAHASISWA RANTAU
FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI
UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

SKRIPSI

Diajukan Kepada

Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang untuk memenuhi
salah satu prasyarat dalam memperoleh gelar sarjana Psikologi (S. Psi)

Oleh:

Ahmad Rizki Fadilah

NIM. 18410170

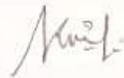
**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

2022

HALAMAN PERSETUJUAN
PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP
ACADEMIC BURNOUT PADA MAHASISWA RANTAU
FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI
UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

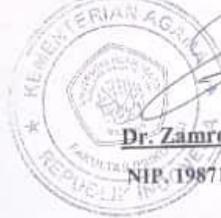
Oleh:
Ahmad Rizki Fadilah
NIM. 18410170

Telah Disetujui Oleh
Dosen Pembimbing



Novia Solichah, M.Psi
199406162019082001

Mengetahui,
Kepala Program Studi Fakultas Psikologi



Dr. Zamroni, S. Psi., M. Pd
NIP. 19871006201608011039

HALAMAN PENGESAHAN
PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP
ACADEMIC BURNOUT PADA MAHASISWA RANTAU
FAKULTAS SAINS DAN TEKNOLOGI
UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

SKRIPSI

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji,

Susunan Dewan Penguji

Dosen Pembimbing

Novia Solichah, M.Psi
NIP. 199406162019082001

Penguji Utama

Dr. H. Rahmat Aziz, M.Si
197008132001121001

Anggota Penguji

Dr. Hj. Rofiqah, M.Pd
NIP. 196709282001122002

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

Pada tanggal 2 Juni 2022

Mengesahkan

Dekan Fakultas Psikologi



Dr. Rifa Hidayah, M.Si
NIP. 197611282002122001

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ahmad Rizki Fadilah
NIM : 18410170
Fakultas : Psikologi UIN Malang

Menyatakan bahwa penelitian ini yang dibuat dengan judul “Pengaruh Dukungan Sosial terhadap *Academic Burnout* pada Mahasiswa Rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang”, adalah benar benar penelitian sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali pada kutipan disebutkan sumbernya. Apabila di kemudian hari ada klaim dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan Pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar peneliti bersedia mendapat sanksi akademik.

Malang, 26 Maret 2022

Peneliti



Ahmad Rizki Fadilah
NIM. 18410170

MOTTO

“Saya mengelilingi timur dan barat (untuk menuntut ilmu) sebanyak dua kali” Ibnu Mandah dalam Siyar A’lam An-nubala 12/503 Darul Hadits, koiro, 1427 H, syamilah

PERSEMBAHAN

Terima Kasih kepada kedua orang tua, kakak-kakak saya Ahmad Hambali, Ahmad Gozali, Siti Rohmah, Siti Murtafiah, dan Ahmad Syarifudin, serta seluruh orang-orang yang mendukung perkuliahan saya baik material maupun nonmaterial.

Kepada teman-teman grup “APAAN SI” Kirana, Azmi, Rania, Nila, Lili, Sandi, Muhammad, Aslam, Miftahul, dan Daffa, teman teman seperjuangan saya Ridho, dan teman teman Psikologi angkatan 2018 yang senantiasa membantu proses perkuliahan saya.

Kepada kaka tingkat saya Dwi Marthasari yang telah berjuang bersama dan membantu saya dalam pembuatan skripsi ini.

Kepada seluruh kakak-kakak, teman – teman, dan anggota Koperasi Mahasiswa Padang Bulan serta Keluarga Mahasiswa JABODETABEK Raya (KAMAJAYA) yang telah membantu saya berkembang dan menjalin relasi baik.

Terimakasih kepada seluruh subjek penelitian dan pihak-pihak yang membantu proses pengerjaan skripsi ini.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah puji syukur atas kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya dan sholawat serta salam kepada Rasulullah Muhammad SAW sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap *Academic Burnout* pada Mahasiswa Rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang”, sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Penyusun skripsi ini memperoleh banyak dukungan dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh sebab itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. H. M. Zainuddin, MA, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Dr. Rifa Hidayah, M. Si, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Dr. Zamroni, S. Psi., M. Pd selaku Kepala Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
4. Nurul Shofiah, M. Pd, selaku Dosen Wali yang telah menjadi orang tua kedua selama menempuh pendidikan sarjana.
5. Dr. H. Rahmat Aziz, M.Si, selaku Dewan Penguji yang telah memberikan masukan dan saran
6. Dr. Hj. Rofiqah, M.Pd selaku Dewan Penguji yang sudah memberikan masukan dan saran

7. Seluruh dosen pengajar Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, terimakasih banyak atas segala ilmu yang diberikan.

Peneliti menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari kata sempurna karena terbatasnya pengetahuan serta kemampuan peneliti, untuk itu peneliti sangat terbuka dengan kritik dan saran yang membangun demi kesempurnaan penelitian.

Harapan penulis, semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat baik untuk penulis, pembaca, dan semua orang yang terlibat dalam penyusunan skripsi ini.

Malang, 17 Maret 2022

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman Persetujuan	i
Halaman Pengesahan.....	ii
Surat Pernyataan	iii
Motto	iv
Persembahan	v
Kata Pengantar	vi
Daftar Tabel.....	xi
Daftar Gambar	xii
Abstrak.....	xiii
Abstract.....	xiv
المخلص.....	xv
Bab I	1
Pendahuluan	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	12
C. Tujuan Penelitian	13
D. Manfaat Penelitian	13
Bab II.....	15
Kajian Teori.....	15
A. Academic Burnout	15
1. Pengertian Academic Burnout.....	15
2. <i>Gejala</i> Academic Burnout.....	17
3. <i>Dimensi</i> Academic Burnout	18
4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Academic Burnout	19
5. Pengukuran Academic Burnout.....	21
6. Academic Burnout Dalam <i>Perspektif Islam</i>	23
B. Dukungan Sosial	24

1. Pengertian Dukungan Sosial	24
2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Dukungan Sosial	26
3. Dimensi Dukungan Sosial	26
4. Pengukuran Dukungan Sosial	27
5. Dukungan Sosial Dalam Perspektif Islam	28
C. Hubungan Dukungan Sosial Terhadap Academic Burnout	30
D. Hipotesis Penelitian.....	31
Bab III	32
Metodologi Penelitian	32
A. Pendekatan Penelitian	32
B. Variabel Penelitian	33
C. Definisi Operasional.....	33
D. Populasi Dan Sampel	34
1. Populasi	34
2. Sampel	35
E. Teknik Pengumpulan Data.....	37
1. Instrumen Pengumpulan Data	37
F. Validitas Dan Reliabilitas	41
1. Validitas.....	41
2. Reliabilitas.....	41
G. Hasil Uji Validitas.....	42
1. Skala Dukungan Sosial.....	42
2. Hasil Uji Reliabilitas	44
H. Analisis Data	44
1. Analisis Deskriptif.....	44
I. Uji Asumsi Klasik	46
1. Uji Normalitas	46
2. Uji Linearitas	46
J. Uji Hipotesis	47
K. Analisis Regresi Linear Sederhana	47

Bab IV	48
Hasil Penelitian dan Pembahasan	48
A. Pelaksanaan Penelitian	48
1. Gambaran Lokasi Penelitian.....	48
2. Waktu dan Tempat Penelitian	51
B. Hasil Penelitian	51
1. Analisis Deskriptif.....	51
2. Uji Asumsi Klasik	76
3. Uji Hipotesis.....	77
C. Pembahasan.....	79
Bab V	Error! Bookmark not defined.
Penutup	Error! Bookmark not defined.
A. Kesimpulan	Error! Bookmark not defined.
B. Saran.....	Error! Bookmark not defined.
Daftar Pustaka.....	98
Lampiran	98

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Hasil Pra Penelitian Burnout Mahasiswa Rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang	8
Tabel 3. 1 Sampel Penelitian.....	36
Tabel 3. 2 Skala Likert	38
Tabel 3. 3 Blue Print Academic Burnout	39
Tabel 3. 4 Blue Print Dukungan Sosial	40
Tabel 3. 5 Hasil Uji Validitas Dukungan Sosial	42
Tabel 3. 6 Hasil Uji Validitas Academic Burnout	43
Tabel 3. 7 Hasil Reliabilitas Skala Dukungan Sosial Dan Academic Burnout.....	44
Tabel 3. 8 Kategori Penilaian.....	46
Tabel 3. 9 Hasil Kategorisasi Dukungan Sosial	52
Tabel 4. 1 Analisis Data Dukungan Sosial	51
Tabel 4. 2 Hasil Kategorisasi Dukungan Sosial	52
Tabel 4. 3 Kategorisasi Dukungan Keluarga	53
Tabel 4.4 Kategorisasi Dukunga Teman	54
Tabel 4.5 Kategorisasi Significant Other.....	55
Tabel 4. 6 Analisis Data Academic Burnout.....	56
Tabel 4. 7 Persentase Kategori Academic Burnout	56
Tabel 4.8 Kategorisasi Exhaustion.....	57
Tabel 4.9 Kategorisasi Cynicism	59
Tabel 4.10 Kaegorisasi Innefficacy.....	60
Tabel 4. 11 Kategorisasi Dukungan Sosial Berdasarkan Jenis Kelamin Laki-laki.....	62
Tabel 4.12 Kategorisasi Dukungan Sosial Berdasarkan Jenis Kelamin Perempuan	63
Tabel 4. 12 Kategorisasi Academic Burnout Berdasarkan Jenis Kelamin Laki-laki ..	64
Tabel 4. 13 Kategorisasi Academic Burnout Berdasarkan Jenis Kelamin Perempuan.....	65
Tabel 4. 14 Tahun Keempat Angkatan 2018	66
Tabel 4. 15 Tahun Ketiga Angkatan 2019	67
Tabel 4. 16 Tahun Ketiga Angkatan 2020	69
Tabel 4. 17 Tahun Pertama Angkatan 2021	70
Tabel 4. 18 Tahun Keempat Angkatan 2018	71
Tabel 4. 19 Tahun Ketiga Angkatan 2019	72
Tabel 4. 20 Tahun Kedua Angkatan 2020	73
Tabel 4. 21 Tahun Pertama Angkatan 2021	74
Tabel 4.22 Hasil Uji Normalitas.....	75
Tabel 4. 23 Hasil Uji Lineritas	76
Tabel 4. 24 Uji Hipotesis	76
Tabel 4. 25 Tabel Anova.....	77
Tabel 4. 26 Coefficient.....	77

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4. 1 Persentase Dukungan Sosial.....	52
Gambar 4.2 Persentase Kategorisasi Dukungan Keluarga.....	53
Gambar 4.3 Persentase Kategorisasi Dukungan Teman.....	54
Gambar 4.4 Persentase Kategori Significant Other.....	55
Gambar 4. 5 Persentase Academic Burnout.....	57
Gambar 4.6 Persentase Kategorisasi Exhaustion.....	58
Gambar 4.7 Persentase Kategorisasi Cynicism.....	59
Gambar 4.8 Persentase Kategorisasi Inefficacy.....	60
Gambar 4. 8 Persentase Jenis Kelamin	61
Gambar 4. 9 Persentase Dukungan Sosial Laki-Laki.....	62
Gambar 4. 10 Presentase Dukungan Sosial Pada Subjek Perempuan.....	63
Gambar 4. 11 Persentase Academic Burnout Laki-Laki.....	64
Gambar 4. 12 Persentase Academic Burnout Perempuan.....	66
Gambar 4. 13 Presentase Dukungan Sosial Pada Subjek Tahun Keempat Angkatan 2018	67
Gambar 4. 14 Presentase Dukungan Sosial Pada Subjek Tahun Ketiga Angkatan 2019	68
Gambar 4. 15 Presentase Dukungan Sosial Pada Subjek Tahun Pertama Angkatan 2020.....	69
Gambar 4. 16 Presentase Dukungan Sosial Pada Subjek Tahun Pertama Angkatan 2021.....	70
Gambar 4. 17 Presentase Academic Burnout Pada Subjek Tahun Keempat Angkatan 2018	71
Gambar 4. 18 Presentase Academic Burnout Pada Subjek Tahun Ketiga Angkatan 2019	72
Gambar 4. 19 Presentase Academic Burnout Pada Subjek Tahun Kedua Angkatan 2020	73
Gambar 4. 20 Presentase Academic Burnout Pada Subjek Tahun Pertama Angkatan 2021.....	74

ABSTRAK

Ahmad Rizki Fadilah, 18410170, Pengaruh dukungan sosial terhadap *academic burnout* pada mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, *Skripsi*, Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. 2022

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap *academic burnout* pada mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, metode penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan pengambilan sampel memakai teknik *purposive sampling* dengan total jumlah subjek sebanyak 296 mahasiswa rantau Fakultas sains dan teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, penelitian ini menggunakan alat ukur *Maslach Burnout Inventory-Student Survey* (MBI-SS) dan *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* yang peneliti modifikasi dari penelitian terdahulu, analisis yang dipakai dalam penelitian ini memakai analisis regresi linear sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang mendapatkan persentase dukungan sosial dengan mayoritas sedang dengan persentase sebanyak 54 % dan persentase *academic burnout* sebesar 72%, hasil uji regresi sederhana pada penelitian ini terdapat adanya pengaruh negatif dengan nilai koefisien $-0,533$ antara variabel dukungan sosial terhadap *academic burnout*, semakin tinggi dukungan sosial yang didapatkan maka semakin rendah *academic burnout* yang terjadi pada mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Sumbangan efektif diberikan nilai *R square*, yaitu 0,223. Artinya variabel dukungan sosial mempengaruhi variabel *academic burnout* sebesar 22,3%, sementara sisanya 77,7% dipengaruhi faktor lain, yang tidak diteliti pada penelitian ini.

Implikasi dari penelitian ini, mendapatkan hasil bahwa dimensi dukungan sosial yaitu dukungan keluarga lebih tinggi didapatkan mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Mauana Malik Ibrahim Malang dibandingkan dengan dimensi dukungan teman dan *significant other*. Tetapi pada *academic burnout* mahasiswa rantau cenderung memiliki kategori sedang pada setiap dimensi *academic burnout* seperti *exhaustion*, *cynicism*, dan *inefficacy*. Berdasarkan jenis kelamin perempuan dan laki-laki, mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Mauana Malik Ibrahim Malang mempunyai tingkat *academic burnout* yang sama dengan kategorisasi sedang dan diikuti dengan hasil dukungan sosial dalam kategori sedang, ditambah dengan hasil berdasar tingkat pendidikan pada angkatan 2018, 2019, 2020, 2021 mendapatkan kategori sedang pada *academic burnout* dan dukungan sosial, hal ini menandakan bahwa tingkat *academic burnout* dan dukungan sosial pada mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Mauana Malik Ibrahim Malang didapatkan secara bersamaan sehingga mendapatkan kategorisasi yang sama.

Kata Kunci: Dukungan Sosial, *Academic Burnout*, Mahasiswa rantau

ABSTRACT

Ahmad Rizki Fadilah, 18410170, The Effect of Social Support on Academic Burnout for Overseas Students of the Faculty of Science and Technology UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, Thesis, Faculty of Psychology, UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. 2022

This study aims to determine the effect of social social support on academic burnout for students of the Faculty of Science and Technology UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, this study uses a correlational quantitative approach with sampling using purposive sampling technique with a total number of subjects as many as 296 overseas students of the Faculty of Science and Technology UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, this research uses the *Maslach Burnout Inventory-Student Survey* (MBI-SS) and *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* which the researchers modified from previous studies. The analysis used in this study uses simple linear regression analysis. The results showed that overseas students of the Faculty of Science and Technology, UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, received the percentage of social support with a moderate majority with a percentage of 54% and the percentage *academic burnout* of 72%. The results of the simple regression test in this study have a negative influence with the coefficient value of - 0.533 between social support variables on *academic burnout*, the higher the social support obtained, the lower the *academic burnout* that occurs in overseas students of the Faculty of Science and Technology UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. The effective contribution is given the value of *R square*, which is 0.223. This means that the social support variable affects the *academic burnout* by 22.3%, while the remaining 77.7% is influenced by other factors, which were not examined in this study.

The implication of this research is that the dimension of social support, namely family support, is higher for overseas students, Faculty of Science and Technology, UIN Mauana Malik Ibrahim Malang, compared to the dimensions of friend support and *significant other*. But in *academic burnout*, overseas students tend to have a moderate category in every dimension of *academic burnout* such as *exhaustion*, *cynicism*, and *inefficacy*. Based on female and male gender, overseas students of the Faculty of Science and Technology UIN Mauana Malik Ibrahim Malang have the same level of *academic burnout* with moderate categorization and is accompanied by results of social support in the medium category, coupled with results based on the level of education in the class 2018, 2019, 2020, 2021 get the medium category on *academic burnout* and social support, this indicates that the level of *academic burnout* and social support for overseas students of the Faculty of Science and Technology UIN Mauana Malik Ibrahim Malang is obtained simultaneously so that they get the same categorization.

Keywords: Social Support, Academic Burnout, Overseas Students

الملخص

أحمد رزقي فضيلة ، 18410170 ، أثر الدعم الاجتماعي على الإرهاق الأكاديمي للطلاب الأجانب في كلية العلوم والتكنولوجيا في جامعة لندن مولانا مالك إبراهيم مالانج ، أطروحة ، كلية علم النفس ، جامعة لندن مولانا مالك إبراهيم مالانج . 2022 .

تهدف هذه الدراسة إلى تحديد تأثير الدعم الاجتماعي الاجتماعي على الإرهاق الأكاديمي لطلاب كلية العلوم مولانا مالك إبراهيم مالانج ، تستخدم هذه الدراسة نهجًا كميًا باستخدام تقنية أخذ العينات الهادفة UIN والتكنولوجيا مولانا مالك UIN مع عدد إجمالي من الموضوعات يصل إلى 296 الطلاب الأجانب ، كلية العلوم والتكنولوجيا Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS) إبراهيم مالانج. تستخدم هذه الدراسة مسح والمقياس متعدد الأبعاد للدعم الاجتماعي المدرك الذي قام الباحث بتعديله من الدراسات السابقة. التحليل المستخدم في هذه الدراسة يستخدم تحليل الانحدار الخطي البسيط .

أظهرت النتائج أن الطلاب الوافدين في كلية العلوم والتكنولوجيا بجامعة لندن مولانا مالك إبراهيم مالانج بين متغيرات الدعم 0.533 .72% حصلوا على نسبة دعم اجتماعي بأغلبية معتدلة بنسبة 54% احتراق أكاديمي كلما زاد الدعم الاجتماعي الذي تم الحصول عليه ، انخفض الإرهاق ، الاجتماعي على المستوى الأكاديمي الإرهاق UIN Maulana Malik Ibrahim وهو 0,223. وهذا يعني أن متغير الدعم الاجتماعي يؤثر على الإنهاك R يتم إعطاء المساهمة الفعالة قيمة . بنسبة 22.3% بينما تتأثر نسبة 77.7% المتبقية بعوامل أخرى لم يتم فحصها في هذه الدراسة الأكاديمي

ما يعنيه هذا البحث هو أن يُعد الدعم الاجتماعي ، أي دعم الأسرة ، أعلى بالنسبة للطلاب الأجانب ، كلية العلوم مقارنة بأبعاد دعم الأصدقاء وأبعاد أخرى مهمة ، UIN Mauana Malik Ibrahim Malang ، والتكنولوجيا يميل الطلاب الأجانب إلى الحصول على فئة معتدلة في كل أبعاد الإرهاق الأكاديمي ، ولكن في الإرهاق الأكاديمي الكفاءة. بناءً على جنس الإناث والذكور ، يتمتع الطلاب الأجانب في كلية العلوم مثل الإرهاق والتشاؤم وعدم مع تصنيف بنفس المستوى من الإرهاق الأكاديمي UIN Mauana Malik Ibrahim Malang والتكنولوجيا معتدل ويصاحبها نتائج الدعم الاجتماعي في الفئة المتوسطة ، إلى جانب النتائج القائمة على مستوى التعليم في الفصل والدعم الاجتماعي ، وهذا 2018 ، 2019 ، 2020 ، 2021 الحصول على الفئة المتوسطة في الإرهاق الأكاديمي UIN والدعم الاجتماعي للطلاب الأجانب في كلية العلوم والتكنولوجيا يشير إلى أن مستوى الإرهاق الأكاديمي يتم الحصول عليها في وقت واحد حتى تحصل على نفس التصنيف UIN Mauana Malik Ibrahim Malang .

دعم اجتماعي ، نضوب أكاديمي ، طلاب في الخارج :الكلمات المفتاحية

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mahasiswa diartikan sebagai individu yang belajar di perguruan tinggi pada suatu tatanan pendidikan tertentu dan merupakan jenjang pendidikan tertinggi dibanding dengan jenjang pendidikan lainnya KBBI (2021). Sementara itu merantau adalah orang yang sedang tinggal diluar kampung halamannya atas motif kemauan diri sendiri, dalam jangka waktu yang lama, dengan tujuan tertentu salah satunya untuk mencari ilmu dan pengalaman, kemudian suatu saat akan kembali pulang ke kampung halaman. Sedangkan pengertian mahasiswa rantau adalah mahasiswa yang sedang mengenyam pendidikannya di luar daerah asal dan didorong oleh motif pendidikan (Naim 1979).

Data Setditjen Dikti, Kemendikbud (2020) dari jumlah perguruan tinggi negeri, swasta, agama dan kedinasan, data yang dipublikasikan menunjukkan bahwa Pulau Jawa yang mempunyai jumlah perguruan tinggi terbanyak yaitu 2.220 perguruan tinggi, sementara Pulau Sumatera memiliki 1.695 perguruan tinggi, Pulau Sulawesi memiliki 509 perguruan tinggi, Pulau Kalimantan memiliki 278 perguruan tinggi, Kepulauan Nusa Tenggara dan Bali mempunyai 243 perguruan tinggi, Pulau Papua memiliki 115 perguruan tinggi, dan terakhir Pulau Maluku memiliki 68 perguruan tinggi. Dari data tersebut menunjukkan bahwa Pulau Jawa memiliki Perguruan Tinggi terbanyak, hal tersebut merupakan salah satu faktor banyaknya orang yang memilih Pulau Jawa sebagai tempat merantau untuk melanjutkan pendidikan.

Data Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (2020) pada klasterisasi perguruan tinggi tahun 2020 merumuskan pencirian kualitas perguruan tinggi dengan menunjukkan 10 besar peringkat Perguruan Tinggi yang mendapatkan nilai terbaik dengan peringkat 5 teratas berada di Pulau Jawa, salah satu kota di Pulau Jawa yang menjadi tujuan merantau untuk melanjutkan pendidikan yaitu Kota Malang, Jawa Timur. Hasanah (2017) mengatakan jumlah mahasiswa perantau di Kota Malang selalu terjadi kenaikan sebanyak 5% sampai 10 % per tahunnya dari hasil wawancara yang

dilakukan dengan kepala BAAK UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, Drs. H. Achmad Heru AH., M. Si menyebutkan bahwa banyak mahasiswa yang berasal dari luar Kota Malang, beliau menyatakan bahwa “*dari lima perguruan tinggi besar saja, ada lebih dari 131.000 mahasiswa pada tahun 2016. Belum tahun-tahun sebelumnya, karena kuliah butuh 4 tahun*”. Pernyataan tersebut menyimpulkan bahwa banyak sekali mahasiswa yang menjadikan Kota Malang sebagai tempat merantau untuk melanjutkan pendidikan, hal tersebut telah menjadikan suatu fenomena yang terjadi di masyarakat setiap tahunnya.

Menjadi seorang mahasiswa rantau tidak luput dari berbagai permasalahan di perantauan mulai dari aspek budaya yang berbeda dari daerah asal, terutama yang berkaitan pada *adjustment*, yaitu budaya di perantauan yang tidak sama dengan budaya asal ataupun tempat tinggalnya (Pramesti, 2019). Mahasiswa rantau juga dihadapi dengan berbagai macam perubahan seperti perubahan pola hidup, interaksi sosial, dan juga keharusan untuk hidup mandiri dan mempunyai tanggung jawab atas segala hal yang mereka tentukan (Kustanti & Fitri., 2018).

Mahasiswa perantau dan yang tidak merantau akan mengalami perbedaan dalam tugasnya, mahasiswa yang merantau akan mengalami penyesuaian diri hal tersebut akan menjadi tugas tambahan sehingga menjadi tantangan tersendiri bagi mahasiswa yang merantau, sedangkan mahasiswa yang tidak merantau, mahasiswa tersebut sudah tinggal di lingkungan yang sudah mereka kenal sehingga memudahkan mahasiswa yang tidak merantau dalam proses studinya, mahasiswa yang merantau akan berusaha lebih dibandingkan mahasiswa yang tidak merantau (Sudarji and Juniarti 2020).

Mahasiswa rantau akan mengalami permasalahan yang unik, terutama pada hubungan psikososialnya dengan tempat yang tidak diketahui sebelumnya serta dengan norma sosial, yang baru, adanya perubahan pada aturan, masalah interpersonal dan intrapersonal karena adanya proses penyesuaian diri. Pada proses pembelajaran di perguruan tinggi mahasiswa rantau mendapatkan tantangan yang berbeda dari mahasiswa yang tidak merantau (Eliza, 2021). Keadaan yang jauh dari keluarga dan teman-teman akan menyebabkan perasaan kesepian sehingga dapat menyebabkan

faktor depresi bagi mahasiswa rantau (Beck dan Young dalam Smolak, 1993). Berbeda dengan mahasiswa yang tidak merantau, mereka telah hidup di daerah mereka sendiri, tinggal bersama keluarga sehingga cenderung kurang mandiri karena akan mendapatkan pengawasan, pengendalian orang tua saat pengambilan keputusan, penentuan pilihan, dan penyelesaian masalahnya (Parmawati 2007).

Mahasiswa rantau akan merasa mereka sudah berada di luar interaksi sosial, merasa terbuang karena mereka tidak termasuk dalam satu komunitas. Mahasiswa rantau lebih merasa tidak dicintai, mereka menganggap tidak ada orang yang menyayangi mereka sehingga akan sulit bagi mereka dalam meluapkan isi hati mereka sehingga mahasiswa rantau lebih cenderung memendam perasaannya. Seringkali mahasiswa rantau lebih merasa terpinggirkan, mereka berpikir bahwa mereka tidak memiliki nilai-nilai yang sama dengan nilai yang dimiliki mahasiswa lainnya (Smolak 1993).

Mahasiswa juga diharuskan menyesuaikan diri (Rufaida and Kustanti 2017). Tidak hanya menyesuaikan diri dengan lingkungan, mahasiswa rantau juga harus melakukan penyesuaian akademik pada saat proses studi, maka dari itu mahasiswa diwajibkan untuk beradaptasi dengan sistem perkuliahan, metode belajar, dan juga interaksi sosial yang jauh berbeda dengan tingkat pendidikan sebelumnya (Abu-Rasain and Hornby 1994).

Mahasiswa rantau diharapkan untuk bisa mengerjakan segala tuntutan mulai dari tugas perkuliahan, mengerjakan materi perkuliahan yang kompleks dan semakin sulit, menyesuaikan diri di lingkungan kampus, serta pemenuhan keinginan dalam meraih capaian akademik (Heiman & Kariv 2005). Mahasiswa yang dapat mengatasi konflik dan persoalan akademik yang baik akan mendapatkan prestasi akademik yang tinggi (Fitri & Kustanti, 2018).

Mahasiswa yang menempuh pendidikan di perguruan tinggi tidak akan terbebas dari permasalahan, banyak sekali hal-hal yang akan menyebabkan terjadinya permasalahan, mahasiswa yang mendapatkan permasalahan tentunya akan tidak mampu dalam mencapai hasil yang maksimal dalam target pembelajarannya

(Damarhadi et al. 2020). Tekanan akademis yang harus dihadapi dan ketidaksiapan mahasiswa dalam menjalaninya akan dapat menyebabkan gangguan psikologis yakni stres, stres yang terjadi pada mahasiswa akan menyebabkan kemunduran dalam kelulusan atau tidak lulus di waktu yang tepat sehingga, akan mendapatkan konversi dari Universitas (Ambarwati, Pinilih, and Astuti 2019).

Situasi *academic burnout* bisa disebabkan dengan adanya beban maupun tuntutan akademik yang berlebihan dan juga berkelanjutan secara terus-menerus sehingga dapat memicu stres pada mahasiswa dan berdampak pada keadaan mental mahasiswa serta prestasi akademik yang didapatkan (Aguayo et al. 2019). Terdapat beberapa penelitian dengan temuan siswa yang terkena stres akan menyebabkan penurunan kompetensi akademik Rafidah et al. (2009), mengalami penurunan kesehatan Campbell and Curral (2005), depresi Das Priyadarshini and Sahoo (2016), serta gangguan tidur Waqas, A., Khan, S., Sharif, W., & Ali (2014), namun jika stres terjadi secara berlarut – larut tanpa penanganan sehingga menimbulkan masalah kronis hal ini dapat menyebabkan adanya *burnout* (Fun Fun et al., 2021).

Academic burnout adalah suatu kondisi dimana individu merasakan adanya kelelahan yang disebabkan oleh tuntutan akademis, memiliki sikap yang pesimistik, kurang ketertarikan pada studi, dan juga merasakan tidak adanya rasa kompeten sebagai mahasiswa. Burnout Academic dibagi menjadi tiga dimensi, seperti kelelahan (*exhaustion*), sinisme (*cynicism*), merasa tidak mempunyai kompetensi sebagai pelajar (*inefficacy*) (Schaufeli et al. 2002). Dimensi burnout yang pertama yaitu, kelelahan (*exhaustion*) adalah suatu keadaan seseorang yang mengalami kurangnya energi karena tuntutan akademis yang tinggi, kedua yaitu, sinisme (*cynicism*) adalah suatu perasaan mahasiswa merasa pesimis dan juga merasa tidak adanya ketertarikan terhadap studinya, ketiga yaitu, merasa tidak berkompoten (*inefficacy*) adalah keadaan dimana mahasiswa tidak mempunyai kompetensi sebagai pelajar (Schaufeli et al. 2002). Individu yang mengalami *academic burnout* menunjukkan gejala seperti, kelelahan yang diikuti dengan keletihan, lari dari kenyataan, bosan dan sinis terhadap tugas, emosional, mudah tersinggung dan marah, selalu merasa benar, merasa tidak dihargai,

memiliki disorientasi dengan lingkungannya, adanya gejala psikosomatis seperti pusing kepala, mual, dan gangguan fisik lainnya, cenderung curiga tanpa alasan yang jelas, dan juga depresi (Freudenberger, H. J. 1980).

Adanya penelitian mengenai tingkat stres yang dialami pada mahasiswa sesuai dengan pilihan fakultas mereka yang sebelumnya sudah dilakukan di berbagai universitas di dunia mendapatkan hasil mahasiswa di dunia yang mendapatkan stres sebesar 38 – 71%, sedangkan pada negara di Asia mendapatkan persentase sebesar 39,6 – 61,3% (Koochaki et al. 2011). Tidak hanya itu, mahasiswa di Indonesia yang mengalami stress mendapatkan persentase sebesar 36,7-71,6% (Fitasari, 2011).

Berdasarkan wawancara awal dari 29 November sampai 3 Desember 2021 peneliti dapat memaparkan hasil wawancara dari perwakilan setiap fakultas, sebagai berikut:

Menurut FAS mahasiswa rantau dari Fakultas Ekonomi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang angkatan 2018, mengatakan bahwa ia terkadang mengalami kelelahan secara emosional karena tuntutan tugas yang banyak dan terkadang merasa kurang berenergi karena adanya proses perkuliahan.

Menurut NRA mahasiswa rantau Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang angkatan 2021, mengatakan bahwa ia sedikit capek secara emosional, dan sinis terhadap temannya, NRA cenderung merasa kurang berenergi namun tidak sampai tertekan, ia tidak cenderung untuk lebih menyendiri, namun terkadang NRA terkadang merasa khawatir, tetapi tetap mencoba fokus untuk menjalani apa yang sedang ia kerjakan, ia mengatakan jika ada tugas baru ia tidak langsung mengerjakan dan cenderung untuk menunda bukan karena tugas itu berat namun ia merasmalah untuk mengerjakan tugas tersebut.

Menurut D mahasiswa rantau Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Maulana Malik Ibrahim Malang angkatan 2021, mengatakan bahwa ia merasa lelah secara emosional dan *overthinking*, ia terkadang merasa kurang berenergi karena adanya tugas namun juga terkadang sebaliknya.

Menurut SANH mahasiswa rantau Fakultas Humaniora UIN Maulana Malik Ibrahim Malang angkatan 2021, mengatakan bahwa ia cenderung tidak merasakan

kelelahan secara emosional, ia tidak merasa tertekan dan kurang berenergi karena adanya tugas dan proses perkuliahan, SANH cenderung lebih menyendiri dan memilih tidak bertemu orang lain namun hal itu bergantung apakah SANH lelah atau tidak.

Menurut A mahasiswa FKIK UIN Maulana Malik Ibrahim Malang angkatan 2021, A mengatakan bahwa ia tidak merasa lelah secara emosional, namun ia merasa bahwa dirinya kurang berenergi kerana adanya tugas dan proses perkuliahan, selanjutnya ia juga cenderung untuk memilih tidak bertemu orang lain tetapi ia cenderung tidak khawatir dan tidak siap untuk hari berikutnya, terkadang A juga antusia terhadap tugas kuliahnya dan langsung mengerjakannya namun ketika ia merasa lelah, ia akan menunda terlebih dahulu, jika ada tugas yang muda A lebih memilih untuk mengerjakannya segera.

Menurut N mahasiswa rantau Fakultas Syariah UIN Maulana Malik Ibrahim Malang angkatan 2021, ia mengatakan bahwa dirinya cenderung mengalami kelelahan secara emosional dan menangis saat *overthinking* tetapi ia merasa bahwa ia tidak kekurangan semangat terhadap tugas dan proses perkuliahannya, ia mengatakan bahwa dirinya tidak lebih memilih untuk menyendiri dan lebih memilih untuk bertemu dengan orang lain.

Berdasarkan wawancara awal dengan mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang berinisial M angkatan 2018 menjelaskan bahwa ia mengalami kelelahan ketika memikirkan tugas dan merasa tenaganya terkuras sehingga merasakan rasa lelah dan kantuk, tidak adanya rasa semangat, cenderung membutuhkan ruang untuk menyendiri, M juga merasa tidak siap dan khawatir untuk menjalani hari berikutnya karena mendapatkan beban tugas yang banyak sehingga tugas pada hari itu tidak dapat terselesaikan dan tidak mendapatkan hasil yang baik, sebelumnya M juga cenderung menunda untuk mengerjakan tugas meskipun tugas tersebut mudah akibatnya M ingin menjauh dari tugas perkuliahan dan merasa tidak ingin membahas tentang tugas perkuliahan kepada siapapun.

Mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang berinisial M angkatan 2021 mengatakan bahwa ia merasa lelah secara

emosional dengan perasaan tiba-tiba *moodnya* tidak baik dan merasa langsung lelah, saat mengikuti proses perkuliahan setelahnya M langsung merasa capek dan lebih ingin menyendiri karena M akan merasa terbawa emosi ketika mengerjakan tugas bersama teman-temannya, setelahnya M merasa khawatir karena ia merasa *stuck* pada saat ini belum bisa menyikapi harinya, M juga cenderung menunda-nunda pada saat pengerjaan tugas kuliah merasa ingin tidak ada tugas namun tugas M masih banyak.

Tuntutan yang berbeda terlihat dari mahasiswa yang berada di Fakultas Saintek karena mahasiswa yang berada di rumpun Saintek mengalami tingkat stres yang tinggi daripada mahasiswa jurusan lain (Sun & Zorih 2015). Sebagai mahasiswa Saintek (Sains dan Teknologi) mereka dibebankan untuk melakukan praktikum, melaksanakan eksperimen dan juga pengamatan pada arteri yang sudah dipelajari sebelumnya, menulis dan menyelesaikan banyak aporan praktikum, menjaga nilai agar *stabil*, menggunakan alat-alat khusus untuk memecahkan masalah, dan juga memakai keahliannya dalam penciptaan penemuan yang baru (Siregar, 2006; Anggraini, 2016; Zewail, 2002; Pekdağ, 2014). Hasil penelitian Anggraini (2016) terdapat beberapa hambatan dalam pembelajaran yang mengakibatkan kesulitan pada mahasiswa jurusan pendidikan biologi seperti kesulitan dalam proses melaksanakan praktikum dengan persentase 53,29%, kesulitan dalam proses pembelajaran 8,69%, dan kesulitan dalam pelaksanaan praktikum dengan persentase 66,26%.

Sundari (2012) salah satu mahasiswa FMIPA Universitas Indonesia mengungkapkan bahwa rumitnya pelajaran yang diberikan serta rumitnya dosen untuk memberi nilai sehingga hal ini menjadi stressor bagi mahasiswa. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Negara et al., (2021) dengan beberapa subjek diantaranya mahasiswa arsitektur yang merantau dan tinggal pada kosan/kontrakan dan juga asrama terdapat 41 mahasiswa mengalami depresi ringan, 59 mengalami depresi sedang, dan 30 mahasiswa yang mengalami depresi berat.

Selain melakukan wawancara peneliti juga melakukan pra penelitian dengan kuesioner yang dilakukan pada tanggal 26 November 2021 sampai 3 Maret 2022, sebagai berikut:

Tabel 1. 1 Hasil Pra Penelitian Burnout Mahasiswa Rantau Fakultas Sains dan teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Fakultas	Jumlah Mahasiswa Rantau Angkatan 2018-2021	Presentase Academic Burnout
Psikologi	26	57,73%
Sains dan Teknologi	27	64,83%
Syariah	26	46,83%
Ekonomi	27	58,94%
Ilmu Tarbiyah dan Keguruan	26	52,16%
Humaniora	26	54,69%
Kedokteran dan Ilmu Kesehatan	26	56,06%
Total	184	55,89%

Berdasarkan tabel 1.1 peneliti mendapatkan hasil bahwa mahasiswa rantau Fakultas Psikologi mendapatkan persentase sebesar 57,73%, mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi mendapatkan persentase sebesar 64,83%, mahasiswa rantau Fakultas Syariah mendapatkan persentase sebesar 46,83%, mahasiswa rantau Fakultas Ekonomi 55,89%, mahasiswa rantau Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan mendapatkan persentase sebesar 52,16%, mahasiswa rantau Fakultas Humaniora mendapatkan persentase sebesar 54,69%, mahasiswa Kedokteran dan Ilmu Kesehatan mendapatkan persentase sebesar 56,06%, dengan jumlah 184 responden mahasiswa rantau yang mengalami mengalami *academic burnout* mempunyai rata-rata persentase 57,73%.Diketahui bahwa fakultas yang mengalami *academic burnout* dengan persentase tertinggi di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang adalah Fakultas Sains dan Teknologi, dengan persentase sebanyak 64,83%.

Diperkuat dengan observasi awal yang dilakukan oleh peneliti sebanyak dua kali pada tanggal 20 Desember 2021 dan 26 Desember 2021 terhadap mahasiswa Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang berinisial M angkatan 2018, berdasarkan observasi awal peneliti mendapatkan adanya perilaku yang mengarah kepada *academic burnout* subjek pada observasi pertama cenderung mempunyai kontrol emosi yang rendah sehingga tidak dapat menahan beban yang ada pada dirinya, pada saat awal observasi subjek terlihat begitu gelisah dan berjalan kesana kemari, hal itu menandakan bahwa subjek mulai merasa tidak nyaman mengerjakan tugas kuliahnya, kemudian subjek bergegas keluar ruangan untuk merokok namun pada

saat merokok dalam waktu yang lama subjek hanya melihat ke langit-langit dengan tatapan yang kosong.

Setelahnya subjek bergegas untuk ke kamar mandi, di kamar mandi subjek cenderung lama, setelahnya terdengar suara teriakan dari subjek hingga terdengar di 1 ruangan, setelah subjek teriak, ia kembali ke tempat duduknya dengan mata dan wajah yang merah, tubuh yang gemetar, subjek terlihat tidak dapat menahan emosinya setelah itu subjek menangis mengatakan bahwa ia tidak bisa menyelesaikan semua tugasnya ingin menjauh dari tugas, namun tidak bisa, karena harus mengejakannya.

Observasi yang kedua pada tanggal 26 Desember 2021, subjek sudah merasa stabil, emosinya menurun, dan juga terlihat dapat mengontrol dirinya walaupun masih banyak tugas yang harus dikerjakan, namun ketika di ajak berbicara mengenai tugas, subjek cenderung tidak stabil, dan memperlihatkan keadaan wajah yang lesu, terlihat pusing dan keadaan emosinya tidak rileks seperti sebelumnya, subjek terlihat mangkir wajahnya dan perhatannya ketika ditanyakan tentang tugasnya, namun pada saat itu subjek berusaha untuk dapat stabil.

Gold & R.A. Roth (1993) menyatakan terdapat faktor yang menyebabkan *academic burnout* seperti kurangnya dukungan sosial (*lack of social support*), faktor demografis (*demographic factors*), konsep diri (*self-concept*), konflik peran serta ambiguitas peran (*role conflict and role ambiguity*), dan isolasi (*isolation*). Menurut Christiana (2020) kurangnya dukungan sosial menjadi salah satu hal yang dapat menyebabkan burnout pada mahasiswa dalam menghadapi suatu masalah atau beban, mahasiswa membutuhkan adanya orang lain yang dapat memberikan dukungan sosial maupun dukungan secara emosional agar mahasiswa dapat terhindar dari *academic burnout*.

Dukungan sosial menurut Greindl (2020) adalah suatu paham yang dimiliki oleh seseorang bahwa ia merasa dicintai, dihargai, diperhatikan, serta dianggap penting oleh lingkungan sekitarnya. Menurut Menurut Zimet et al (1988) mengatakan bahwa dimensi dukungan sosial berasal dari tiga sumber yaitu, dukungan keluarga (*family*

support), dukungan teman (friend support), dan dukungan orang sekitar (significant other support) seperti, kekasih, tetangga, dosen, serta orang-orang yang ada disekitar yang dapat memberikan dukungan sehingga individu dapat merasa nyaman dan juga diperhatikan.

Dukungan sosial adalah hal yang penting bagi seorang mahasiswa di masa perkuliahannya, karena mahasiswa menopang harapan yang tinggi dari masyarakat, keluarganya, dan juga dirinya sendiri, dengan adanya hal tersebut menjadikan tekanan yang ditopang menjadi tanggung jawab mahasiswa menjadi lebih banyak, dengan adanya dukungan sosial mahasiswa mampu dalam menganggap masalah menjadi mudah serta mempunyai rencana penyelesaian masalah yang lebih bervariasi dan adaptif, serta menjadikan tekanan tersebut menjadi lebih ringan (Wang et al. 2014).

Mahasiswa rantau yang belajar di perguruan tinggi tidak jarang membawa permasalahan psikologikal, yang termasuk kepada terpisahnya mahasiswa terhadap jaringan sosial yang sudah dibentuk sebelumnya, mahasiswa rantau akan meninggalkan rumah mereka akan mengalami kurangnya dukungan sosial dan psikologis dari orang lain dari orang di sekeliling mereka, akibatnya hal ini akan menjadi implikasi yang buruk terhadap kesehatan jiwa serta proses adaptasi mereka (Gonçalves et al. 2014). Mahasiswa mahasiswa rantau yang tidak mendapatkan dukungan sosial maka mahasiswa tersebut akan merasa berat dan sulit dalam menjalani proses perkuliahannya.

Menurut Pramesti (2019) ketika mahasiswa rantau tidak berhasil dalam beradaptasi, maka akan menyebabkan perilaku maladaptif dan juga permasalahan psikologis lainnya salah satunya adalah *academic burnout*. Selain menjadi faktor pertahanan diri, dukungan sosial juga dapat menjadi koping stress bagi mahasiswa rantau untuk memiliki rasa menghargai diri dan merasa lebih berarti, lebih merasa disayangi, serta diperhatikan oleh lingkungannya (Salsabhilla and Panjaitan 2019).

Mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang berinisial M dari angkatan 2018 berpendapat bahwa dukungan sosial dari keluarga, teman, orang yang spesial, dan juga orang –orang disekitar sangat penting

bagi dia sebagai mahasiswa rantau, namun ia tidak mendapatkan dukungan sosial dari temannya dan juga orang - orang sekitarnya, namun ia mengatakan bahwa tidak terlalu sering mendapatkan dukungan sosial dari keluarganya, ia hanya mendapatkan beberapa kabar baik dari keluarga dirumah menurutnya itu sudah cukup untuk menambah semangatnya di perantauan.

Peneliti melakukan wawancara dengan mahasiswa rantau berinisial M angkatan 2021 dari Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, M mengatakan bahwa ia sadar bahwa dukungan sosial baik dari keluarga, teman, dan orang lain, namun ia tidak mendapatkan perhatian dan dukungan sosial dari keluarga karena sifat keluarganya yang strict, tidak pernah menanyakan kabar, serta M dalam dukungan terhadap orang lain tidak mendapatkan dukungan sosial yang cukup karena M bertempat tinggal di kos sehingga penghuni kos cenderung sibuk masing-masing.

Berdasarkan hasil wawancara diatas dapat dikethai bahwa subjek mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang mengalami kurangnya dukungan sosial baik dari temannya (*friend support*), keluarganya (*family support*), dan dukungan orang sekitar (*significant others*).

Penelitian sebelumnya telah banyak dilakukan terkait dukungan sosial terhadap *academic burnout* dan juga dukungan sosial terhadap mahasiswa rantau, seperti dalam penelitian yang dilakukan oleh Redityani & Susilawati (2021) mengungkapkan bahwa dukungan sosial berperan terhadap burnout pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. Penelitian yang dilakukan oleh Muflihah & Savira (2021) menyebutkan bahwa persepsi dukungan sosial dapat memprediksikan *academic burnout*. Sehubungan dengan penelitian pada variabel mahasiswa rantau, penelitian yang dilakukan oleh Rufaida & Kustanti (2017) menyebutkan bahwa adanya hubungan positif terhadap dukungan sosial dengan penyesuaian diri pada mahasiswa rantau karena sebelumnya sudah diketahui bahwa penyebab *academic burnout* adalah kurangnya dukungan sosial dan juga penyesuaian diri dari mahasiswa.

Penelitian terdahulu yang sudah dipaparkan banyak sekali penelitian yang membahas tentang dukungan sosial terhadap burnout maupun adanya dukungan sosial

terhadap penyesuaian diri pada mahasiswa rantau, peneliti belum menemukan penelitian yang membahas tentang pengaruh dukungan sosial terhadap burnout pada mahasiswa rantau, serta penting untuk diperhatikan dalam pengaruh adanya *academic burnout* salah satunya adalah kurangnya dukungan sosial, bukan hanya itu jika mahasiswa terkena *academic burnout* terlalu lama maka hal tersebut akan menghambat studi mahasiswa serta akan menyebabkan masalah mental lain, seperti pada penelitian Pajarsari & Wilani, (2020) bahwa dukungan sosial berperan terhadap kemunculan ide ide bunuh diri seseorang, dengan adanya penelitian ini diharapkan menjadi bahan sebagai literatur dalam tindakan preventif terjadinya *academic burnout* pada mahasiswa terutama pada mahasiswa rantau.

Berdasarkan penjelasan fenomena, pertimbangan penelitian terdahulu, dan hasil penelitian awal, maka diperlukan adanya penelitian lebih lanjut mengenai dukungan sosial dan kaitannya terhadap *academic burnout* pada mahasiswa rantau di lingkungan UIN Maulana Malik Ibrahim Malang di tingkat sarjana khususnya di Fakultas Sains dan Teknologi, karena fakultas tersebut mempunyai persentase *academic burnout* yang tinggi dibandingkan fakultas lain. Oleh karena itu peneliti memutuskan untuk melakukan penelitian dengan judul ***“Pengaruh Dukungan Sosial terhadap academic burnout pada Mahasiswa Rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang”***

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat *academic burnout* pada mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang?
2. Bagaimana tingkat dukungan sosial pada mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang?

3. Bagaimana pengaruh dukungan sosial terhadap *academic burnout* pada mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui tingkat *academic burnout* pada mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Untuk mengetahui tingkat dukungan sosial pada mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap *academic burnout* pada mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

D. Manfaat Penelitian

Adapun harapan dari peneliti mengenai manfaat dalam penelitian ini diantaranya:

1. Secara teoritis
Hasil dari penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi pengetahuan terhadap bidang psikologi pendidikan tentang adanya pengaruh dukungan sosial terhadap *academic burnout* pada mahasiswa rantau Fakultas Sains dan teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dan juga mampu untuk dijadikan referensi dalam melaksanakan penelitian pada topik pembahasan yang sama.
2. Secara praktis
Secara praktis diharapkan penelitian ini dapat memberikan gagasan dan ide kepada pembaca maupun masyarakat tentang pengaruh dukungan sosial terhadap *academic burnout* pada mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dan juga dapat memberikan pertimbangan bagi masyarakat dalam memperhatikan

dukungan sosial yang akan berkaitan terhadap *academic burnout* pada mahasiswa rantau.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Academic Burnout

1. Pengertian Academic Burnout

Schaufeli et al., (2002) mendefinisikan *academic burnout* yaitu suatu keadaan individu merasakan kelelahan yang dikarenakan tuntutan akademis, memiliki perasaan yang pesimis serta kurangnya ketertarikan pada studi, dan juga tidak menganggap diri sebagai mahasiswa yang berkompeten.

Sementara itu Maslach (2003) mengartikan *academic burnout* sebagai sebuah keadaan individu yang mengalami kelelahan baik fisik, mental, maupun emosional dengan di barengi oleh perasaan sinis ataupun menghindari dari lingkungan serta penilaian diri yang rendah.

Sebelum Maslach, *academic burnout* pertama kali dikenalkan oleh Herbert Freudenberger yaitu seorang psikolog klinis di New York, asal kata *burnout* dipakai pada tahun 1973 pada jurnal psikologi yang membahas soal sindrom “*burnout*” (Christiana 2020). Menurut Herbert Freudenberger sendiri *burnout* adalah suatu yang dikatakan gagal, kehabisan, ataupun lelah dikarenakan individu memakai energi, kekuatan maupun sumber dayanya secara berlebihan (Jacobs and Dodd 2003).

Freudenberger sendiri menggambarkan bahwa seseorang mengalami *burnout* terdapat gejala seperti rasa sakit yang tidak kunjung sembuh, adanya gejala sakit kepala, terkena gejala insomnia, rasa sakit perut, selain adanya keluhan pada fisik Freudenberger juga menggambarkan individu yang terkena *burnout* mengalami beberapa gejala pada psikis seperti mudah marah, frustrasi, tidak mampu untuk mengontrol perasaan, terjadi rasa takut yang tidak bisa dikendalikan dan berlebihan (paranoid), penyimpangan penggunaan zat kimia, negativitas, depresi dan juga melakukan isolasi diri (Jenkins, 2003)

Yang (2004) menjelaskan bahwa *academic burnout* adalah keadaan seseorang dengan adanya lelah secara emosi, cenderung untuk depersonalisasi, serta merasa pencapaian pribadi yang rendah pada mahasiswa akibat stres, adanya beban kuliah ataupun faktor psikologi lainnya yang berasal dari proses pembelajaran.

Garcia (2019) menyatakan seorang mahasiswa yang terkena *academic burnout* mempunyai perasaan seakan-akan perkuliahan yang mereka ikuti hanyalah membuang waktu mereka, mereka tidak merasa mampu untuk mengerjakan tugas yang ada, mengikuti ujian atau kegiatan setelah kegiatan perkuliahan, hilangnya minat pada hobi dan juga mengurangi untuk bersosialisasi kepada teman dan juga keluarga.

Santrock (2003) juga mendefinisikan *academic burnout* juga sebagai sesuatu perasaan putus asa dan tidak berdaya yang disebabkan karena stress yang terjadi berlarut-larut yang berhubungan dengan belajar. Seiring dengan berkembangnya ilmu pengetahuan dan penelitian bahwa *burnout* dapat terjadi pada berbagai lingkungan dan juga konteks pekerjaan, termasuk pada konteks pendidikan (Leupold, Lopina, and Erickson 2020).

Pines, A., Aronson, E. (1981) melakukan studi dengan membandingkan *burnout* terhadap perawat, konselor, pendidik, serta mahasiswa, hasil dari studi tersebut menyatakan bahwa mahasiswa berada pada level menengah hingga teratas pada skala *burnout*, dapat dikatakan bahwa *burnout* bukan hanya terjadi pada satu profesi saja namun *burnout* juga dapat dialami pada setiap pekerjaan dan tidak terbatas pada profesi tertentu.

Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa *academic burnout* adalah suatu keadaan dimana seseorang mengalami kelebihan beban akademik sehingga tidak dapat membendung beban yang ada sehingga mengakibatkan kelelahan fisik, emosional dan juga mental dan juga dibarengi dengan adanya perasaan sinis terhadap tugas, menjauh dari lingkungan, dan penilaian citra diri yang rendah atau tidak berkompeten.

2. *Gejala Academic Burnout*

Menurut pendapat dari Freudenberger, H. J (1980) terdapat 11 gejala yang nampak pada penderita burnout akademik, yakni:

1. Kelelahan yang dibarengi dengan kelesuan, hal ini adalah suatu gejala utama dari *burnout*. Orang yang mengalami *burnout* akan sulit untuk menerima keadaan karena merasa lelah oleh aktivitas yang sedang dijalani dari hari ke hari.
2. Lari dari kenyataan, hal ini adalah pilihan untuk menolak penderitaan yang sedang dialami, penderita *burnout* yang mengalami kelesuan, mereka cenderung kurang bertanggung jawab dengan masalah dan tugas yang ada.
3. Bosan dan sinis, individu yang mengalami *burnout* merasa tidak antusias dan tertarik terhadap apa yang sedang dikerjakannya, bahkan mengakibatkan rasa pesimistik pada kegiatan tersebut.
4. Emosional, pada saat individu terkena *burnout* yang menyebabkan kelesuan sehingga individu tidak mampu untuk menyelesaikan tugas-tugasnya, hal ini dapat mengakibatkan emosional pada individu, seperti tidak sabar, mudah marah, dan mudah tersinggung.
5. Selalu merasakan bahwa dirinya yang terbaik, individu yang mengalami *burnout* merasa dirinya dapat menyelesaikan permasalahan dengan baik tanpa adanya pemikiran dan tindakan logis dan realistis.
6. Merasa tidak dihargai, hal ini dapat terjadi ketika penderita *burnout* merasa bahwa usaha yang dilakukan sudah semaksimal mungkin, dibarengi dengan usaha yang keras namun tidak mendapatkan hasil yang memuaskan, sehingga akan berdampak pada *burnout* karena individu merasa tidak dihargai.

7. Disorientasi, individu yang mengalami *burnout* merasa tidak ada dalam lingkungannya dan kehilangan kemampuan untuk mengenal lingkungannya.
8. Masalah psikosomatis, individu yang mengalami *burnout* seringkali merasakan sakit kepala, mual-mual, diare, tegang otot punggung, flu, serta gangguan fisik lainnya.
9. Curiga tanpa alasan, individu yang mengalami *burnout* sering mencurigakan sesuatu terutama pada orang lain tanpa alasan yang jelas.
10. Depresi, individu yang mengalami *academic burnout* mendapatkan tekanan diluar kapasitas kemampuan fisik dan mental karena banyaknya tuntutan tugas yang diterima.
11. Penyangkalan, individu yang mengalami *academic burnout* sering kali tidak menerima realitas atas dirinya sendiri, baik kegagalannya maupun rasa takut.

3. **Dimensi Academic Burnout**

Schaufeli et al., (2002) mengatakan bahwa dimensi *academic burnout* terbagi menjadi tiga yaitu *exhaustion*, *cynicism*, dan *inefficacy*.

a. *Exhaustion*

Exhaustion adalah suatu keadaan seseorang mengalami kekurangan energi karena tuntutan yang tinggi (Schaufeli et al. 2002). Muna (2016) menjelaskan bahwa kelelahan emosi dapat dilihat pada keadaan seseorang yang mudah menyerah, merasa lelah dan lesu dengan diikuti rasa tidak bergairah, dan ditambah adanya rasa putus asa serta frustrasi.

b. *Cynicism*

Cynicism adalah keadaan seseorang mendapatkan rasa pesimis dan kurang keterikatan dan keterkaitan terhadap studi (Schaufeli et al.

2002). Muna (2016) mahasiswa yang sinisme biasanya tidak nyaman berada di dalam kelas serta tidak nyaman mengikuti aktivitas belajar, bentuk dimensi dari sinisme dapat dilihat dari sikap pelajar yang membolos, bersikap marah, tidak mengerjakan tugas, ataupun berfikiran negatif kepada dosen, lingkungan perkuliahan dan juga kehilangan minat terhadap tugas dan perkuliahan. Carter (2013) berpendapat bahwa orang yang mengalami sinisme cenderung pesimis, kehilangan rasa senang dan kegembiraan pada diri, mengisolasi diri serta melepaskan diri dari orang lain ataupun lingkungan.

c. *Inefficacy*

Schaufeli et al, (2002) mendefinisikan bahwa *inefficacy* adalah keadaan dimana mahasiswa merasa tidak memiliki kompetensi sebagai seorang pelajar. *Inefficacy* juga terjadi pada pelajar yang merasa tidak dapat menghasilkan prestasi akademik sesuai keinginan yang akan dicapai (Chang et al. 2015). Muna (2016) *inefficacy* atau yang dikenal sebagai penurunan keyakinan akademik, mahasiswa yang mengalami hal tersebut akan mengakibatkan menurunnya rasa percaya diri, dan tidak yakin terhadap kemampuannya sehingga akan mengakibatkan stres dan tekanan bagi mahasiswa.

4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Academic Burnout

Menurut Gold & R.A. Roth (1993) ada berbagai macam faktor penyebab terjadinya *academic burnout*, yakni *lack of support* (kekurangan dukungan sosial), *demographic factor* (faktor demografis), *self-concept* (konsep diri), *role of conflict & role ambiguity* (konflik peran dan ambiguitas peran) dan *isolation* (isolasi).

a. *Lack of support* (kurangnya dukungan sosial)

Kim et al., (2017) menerangkan bahwa dukungan sosial adalah faktor yang telah diketahui dapat memberikan pengaruh baik terhadap *academic burnout*, karena dukungan sosial dapat menolong mahasiswa dalam proses adaptasi dengan berbagai macam tekanan akademik yang dihadapi sehingga dapat mencegah adanya burnout akademik pada mahasiswa. Ketika berhadapan dengan kesulitan atau beban individu cenderung membutuhkan orang lain agar dapat memberikan dukungan sosial maupun emosional agar individu dapat terhindar dari *academic burnout* (Christiana 2020).

Menurut (Zimet et al. 1988) mengatakan bahwa dukungan sosial berasal dari tiga sumber yaitu, dukungan keluarga (*family support*), dukungan teman (*friend support*), dan dukungan orang sekitar (*significant other support*) seperti, kekasih, tetangga, dosen, serta orang-orang yang ada disekitar yang dapat memberikan dukungan sehingga individu dapat merasa nyaman dan juga diperhatikan.

b. *Demographic factor* (faktor demografis)

Demographic factor atau faktor menurut Hisrich (2008) faktor demografi dapat terbagi menjadi beberapa kelompok, seperti: umur, jenis kelamin, pekerjaan, pendidikan, pendapatan, dan ras.

Gold & R.A. Roth, (1993) beberapa penelitian menemukan bahwa laki-laki akan lebih rentan terkena *burnout* daripada perempuan, dikarenakan laki-laki lebih tertutup dengan perasaannya, sehingga sulit untuk mendapatkan bantuan dari lingkungan dan mudah dalam merasakan keterasingan.

Berdasarkan pendapat Kim et al. (2017) mahasiswa pada *level* tingkatan pendidikan, seiring bertambahnya tingkat pendidikan *academic burnout* akan meningkat secara drastis, hal tersebut dikarenakan terjadinya

tuntutan akademik dan peningkatan kesulitan pada subjek pembelajaran yang dibarengi dengan tingginya tingkatan tahun perkuliahan.

c. *Self-concept* (konsep diri)

Self-concept atau konsep diri adalah citra individu yang meliputi fisik, psikologis, sosial, emosional, aspirasi prestasi, yang telah dicapainya. Individu yang mempunyai *self-concept* akan membantu individu untuk *survive* dan melawan stress sehingga memungkinkan untuk individu tetap mendapatkan prestasi pada proses pembelajaran meskipun dalam keadaan yang sedang tertekan (Orpina and Prahara 2019).

d. *Role of conflict & role ambiguity* (konflik peran dan ambiguitas peran)

Role of conflict and role ambiguity atau konflik peran dan ambiguitas peran adalah suatu konflik peran dan ambiguitas peran yang mengakibatkan individu merasakan peran yang tidak pasti. Konflik peran dapat terjadi karena adanya tuntutan yang tidak tepat pada suatu tugas yang harus dipenuhi, sementara ambiguitas dapat terjadi karena informasi untuk melakukan tugas tidak dapat dipahami atau informasi yang tidak tersampaikan dengan baik atau memadai (Schaufeli, W., & Enzmann 1998).

e. *Isolation* (isolasi)

Isolation atau isolasi adalah suatu keadaan dimana seseorang merasa kesepian dan merasa terisolasi (terbatas), biasanya hal ini dialami oleh individu yang sedang berada ditempat atau keadaan yang baru, apabila perasaan kesepian tersebut tidak ditangani maka perasaan tersebut dapat berkembang menjadi burnout (Gold and R.A. Roth 1993).

5. Pengukuran Academic Burnout

Academic Burnout terdapat berbagai macam dimensi pengukuran dari berbagai tool, diantaranya adalah:

1. *Maslach Burnout Inventory – Student Survey* (MBI – SS), alat ukur MBI – SS ini dikembangkan oleh Schaufeli et al., (2002). Alat ukur yang dikembangkan oleh Schaufeli terdiri dari tiga dimensi yaitu *exhaustion*, *cynicism*, serta *professional efficacy* pada alat ukur ini terdapat 15 pertanyaan. Pada dimensi *professional efficacy* Schaufeli dan Salanova pada tahun 2007 melakukan penelitian kembali dengan menguji korelasi dari dimensi dengan dimensi *inefficacy* serta item lainnya seperti *exhaustion* dan *cynicism*. Dari penelitian tersebut diketahui bahwa dimensi *inefficacy* memiliki hubungan yang lebih tinggi dengan *exhaustion* dan *cynicism* dibandingkan dengan *professional efficacy*.
2. *School Burnout Inventory* (SBI), adalah alat ukur yang dikembangkan oleh Salmela-Aro, Kiuru, Leskinen, dan Nurmi yang terdiri dari tiga dimensi, seperti *exhaustion*, *cynicism* dan *inadequacy* yang didalamnya terdapat 9 macam item (Salmela-Aro et al. 2009).
3. *Oldenburg Burnout Inventory – Student Version* (OLBI – S), adalah alat ukur yang dikembangkan oleh Campos, Carlotto, dan Maroco. Alat ukur ini terdapat 15 item dengan 2 dimensi yang menjadi pengukurannya yaitu *exhaustion* dan *disengagement*.

Pada penelitian ini, peneliti memodifikasi alat ukur yang telah dikembangkan oleh Schaufeli dan Salanova pada tahun 2007 yaitu *Maslach Burnout Inventory – Student Survey* (MBI – SS), yang terdiri dari 3 item yaitu *exhaustion*, *cynicism*, dan *inefficacy* dan memiliki 15 pertanyaan, dengan nilai reliabilitas sebesar 0,86 (Oyoo, Mwaura, and Kinai 2018).

Selain itu alasan peneliti memakai alat ukur MBI-SS karena alat ukur ini mengonstruksikan konstruk khusus pada mahasiswa dan juga alat ukur ini sering digunakan untuk mengetahui variabel tingkat *burnout* akademik pada mahasiswa seperti pada penelitian yang dilakukan oleh (Agustriandri, 2021; Dayanti, 2019;

Maharani, 2019; Aguayo et al., 2019; Oyoo et al., 2018; Arlinkasari & Akmal, 2017).

6. **Academic Burnout dalam Perspektif Islam**

Mahasiswa yang mengalami *academic burnout* cenderung akan mengalami kelebihan beban akademik sehingga tidak dapat membendung beban yang ada sehingga mengakibatkan kelelahan emosional, dibarengi dengan adanya perasaan sinis terhadap tugas, dan penilaian citra diri yang rendah atau tidak berkompeten.

Keadaan tersebut akan menyebabkan mahasiswa sering mengeluh dan berkeluh kesah. Hal ini sesuai dengan Al-Qur'an pada surat Al-Ma'arij ayat 19-20, seperti dibawah ini:

QS. Al-Ma'arij Ayat 19

إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا

Artinya:

Sungguh, manusia diciptakan bersifat suka mengeluh

QS. Al-Ma'arij Ayat 20

إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا

Artinya:

Apabila dia ditimpa kesusahan dia berkeluh kesah.

Ayat Al-Qur'an diatas menjelaskan bahwa manusia mempunyai sifat yang yang alamiyah, termasuk pada sifat yang sering mengeluh. Dimana sifat ini sering datang ketika seseorang mengalami *academic burnout*. Selain itu

academic burnout dalam perspektif islam dijelaskan pada hadist Al-Baihaqi. Rasulullah SAW bersabda yang artinya:

“Menceritakan pada kami Rauh, menceritakan pada kami Sub’ah, mengabarkan kepadaku Husoin, aku mendengar dari Mujahid dari Abdillah bin Amr berkata: Rasulullah bersabda: sesungguhnya setiap amal itu ada masa giatnya dan setiap giat itu ada masa jenuhnya (future), maka barang siapa yang jenuhnya membawa sunnah, maka dia mendapat petunjuk. Namun barang siapa yang jenuhnya membawa ke selain itu (selain Sunnah Nabi SAW), maka dia binasa” (HR. AL-Baihaqi dalam Mughnia, 2020).

Hadits ini menjelaskan bahwa kejenuhan bisa dibawa ke dalam Sunnah sehingga individu dapat menerima petunjuk, namun apabila membawa kearah selain Sunnah Rasulullah SAW maka dapat menjadi sesuatu yang binasa. Setiap individu pasti akan merasakan jenuh, stress, dan muak. Hal tersebut dapat dialami individu pada proses perkuliahan secara terus menerus dan juga tugas yang berat sehingga menyebabkan *academic burnout*, namun *academic burnout* tidak selamanya ada dalam diri individu, jika individu segera mencari pertolongan. Pertolongan yang mereka dapatkan salah satunya bisa pada dukungan sosial, yaitu dukungan keluarga, teman, atau orang sekitar *significant other*, sehingga mereka dapat terlepas dari *academic burnout*.

B. Dukungan Sosial

1. Pengertian Dukungan Sosial

Dukungan sosial adalah suatu perasaan yang mengacu pada kenyamanan, perhatian, penghargaan, dan juga bantuan yang diperoleh seseorang dari orang lain ataupun dari kelompok. Dukungan sosial juga dapat berasal dari berbagai sumber seperti orang yang dicintai seperti pasangan, keluarga, teman, dokter,

dan organisasi komunitas. Seseorang yang mendapatkan dukungan sosial akan mempunyai keyakinan bahwa mereka dicintai, memiliki nilai, dan merasa dianggap dari bagian sebuah kelompok yang dapat menolong individu disaat membutuhkan bantuan (Sarafino, E. P. & Smith 2011).

House dalam Sarafino (1979) dalam mengartikan bahwa dukungan sosial adalah bantuan yang bentuknya dapat berwujud maupun tidak berwujud yang dapat berasal dari teman, keluarga dan orang lain dalam lingkup sosial individu, sehingga dapat memberikan manfaat yang kuat pada pengurangan stres peningkatan kesejahteraan, serta peningkatan kesehatan. Selain itu Greindl (2020) berpendapat bahwa dukungan sosial adalah suatu persepsi yang ada pada diri seseorang kan perasaan diperhatikan, dicintai, dihargai serta dianggap penting oleh lingkungannya.

Johnson, D. W & Johnson (1991) mengemukakan bahwa dukungan sosial yaitu suatu bentuk usaha bantuan yang diberikan terhadap seseorang untuk memperkuat kesehatan mental individu, menambah kepercayaan diri, doa, semangat, dan juga dorongan nasihat dan juga penerimaan.

House dalam Sarason & Sarason (1985) mengatakan bahwa dukungan sosial adalah suatu pertukaran interpersonal yang mengaitkan suatu atau hal lain yaitu, 1) perhatian emosional seperti menyukai, rasa empati, rasa cinta, 2) bantuan instrumental seperti barang atau jasa, 3) informasi seperti hubungan tentang lingkungan dan 4) penilaian seperti informasi yang berhubungan dengan evaluasi individu.

Sementara itu menurut Zimet et al., (1988) menyatakan bahwa dukungan sosial adalah suatu dukungan yang diterima dari orang terdekat seseorang yaitu keluarga, dukungan dari teman, serta orang-orang yang bermakna bagi individu yang berada disekitarnya.

Dapat disimpulkan bahwa pengertian dukungan sosial berdasarkan teori diatas adalah sebuah dukungan yang diterima oleh individu yang dapat dari berbagai sumber seperti keluarga, teman, dan orang sekitar individu sehingga

individu merasa dicintai, diperhatikan, diberikan bantuan baik fisik maupun non fisik serta dianggap oleh lingkungan atau komunitasnya sehingga individu dapat meningkat kesehatan pada mentalnya, percaya dirinya bertambah, dan, dan lebih semangat dalam menjalani aktivitasnya.

2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Dukungan Sosial

Kebutuhan dukungan sosial pada setiap orang akan berbeda, hal ini akan dipengaruhi atas beberapa faktor, menurut Stanley et al., (2007) faktor-faktor yang mempengaruhi dukungan sosial, yakni:

1. Kebutuhan Fisik

Kebutuhan bisa dipengaruhi oleh dukungan sosial. Kebutuhan fisik terdiri atas aspek sandang, pangan, dan papan. Apabila individu tidak tercukupi kebutuhan fisiknya maka individu tersebut kurang akan dukungan sosial.

2. Kebutuhan sosial

Individu yang memiliki aktualisasi diri yang baik maka individu tersebut lebih dikenal oleh lingkungan sosialnya daripada yang tidak pernah bersosialisasi. Individu yang mempunyai aktualisasi diri yang baik akan selalu mendapatkan pengakuan dalam kehidupan sosialnya. Maka dari itu pengakuan sangat diperlukan dalam memberikan rasa harga diri dan penghargaan oleh individu.

3. Kebutuhan psikis.

Individu yang mengalami stres yang tinggi terhadap akademiknya akan cenderung membutuhkan bantuan terutama mencari dukungan sosial dari orang-orang sekitar sehingga individu merasa lebih dihargai, diperhatikan, dan merasa dicintai sehingga individu merasa aman dan nyaman.

3. Dimensi Dukungan Sosial

Dimensi dukungan sosial menurut Zimet et al., (1988) menjelaskan dukungan sosial berdasarkan dari sumber dukungan yang diberikan seperti

sumber dari keluarga (family support), teman (friend support), dan orang yang istimewa yang ada pada lingkungan sekitar individu (*significant others*).

a. Dukungan Keluarga (*Family Support*)

Dukungan keluarga atau family support adalah dukungan yang berbentuk bantuan yang diberikan oleh keluarga kepada individu dalam pemecahan masalah, mendapatkan bantuan, serta mendapatkan dukungan emosional dari keluarga.

b. Dukungan Teman (*Friend Support*)

Dukungan teman atau friend support adalah dukungan yang diperoleh individu berupa bantuan dalam kegiatan sehari-hari dan sebagai tempat membagi keluh kesah.

c. Dukungan Orang yang Istimewa (*Significant Other Support*)

Dukungan orang yang istimewa adalah dukungan yang diberikan dalam bentuk emosional sehingga membuat individu nyaman dan merasa diperhatikan, *significant other support* juga sebagai tempat berbagi suka dan duka, serta merasa bahwa individu mempunyai orang yang dapat diandalkan.

4. Pengukuran Dukungan Sosial

Terdapat beberapa alat ukur yang dapat dipakai dalam mengukur dukungan sosial, yakni:

1. *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) yang dikembangkan oleh Zimet et al., (1988). Alat ukur ini terdiri dari tiga dimensi, yaitu dukungan keluarga, dukungan teman, dan dukungan *significant other*, dengan 12 item dan masing-masing dari aspek tersebut terdiri dari empat item yang bersifat *favorable*.
2. The Duke-UNC Functional Social Support Questionnaire (FSSQ) dikembangkan oleh Broadhead, Gehlbach, DeGruy, & Kaplan pada tahun 1988, Alat ukur ini dikonstruksikan untuk mengukur *perceived*

social support dan mengukur pada tiga aspek yaitu dukungan teman, keluarga dan rekan kerja serta memiliki 14 item (Broadhead, et al, 1988).

Penelitian ini memakai alat ukur dukungan sosial Multidimensional Scale of Perceived Social Support (MSPSS) dari Zimet et al., (1988) terdapat tiga dimensi, dengan 12 item dimana masing-masing dari aspek tersebut terdiri atas empat item yang bersifat *favorable*. Alat ini mempunyai nilai reliabilitas dari masing-masing dimensi yaitu dukungan keluarga, teman dan dukungan sosial dari orang lain (*significant other*) sebesar 0.94, 0.90 dan 0.95.

5. Dukungan Sosial dalam Perspektif Islam

Dukungan sosial adalah suatu bentuk bantuan yang diterima oleh seseorang lewat orang lain, baik berupa bantuan secara emosional dan bentuk lainnya sehingga individu merasa dicintai, diperhatikan, diberikan bantuan, dapat membagi keluh kesahnya, serta dianggap oleh lingkungan atau komunitasnya.

Dukungan sosial dalam islam disebut dengan *ta'awun* yang diartikan dengan tolong menolong. Tolong menolong adalah salah satu hal yang dianjurkan dalam Islam, karena manusia adalah ciptaan Allah SWT dengan fitrah makhluk sosial sehingga membutuhkan satu dengan yang lainnya. Maka dari itu konsep hubungan dalam Al-Quran dibedakan menjadi dua yakni, *hablumminallah* (hubungan manusia dengan tuhan), dan *hablumminannas* (hubungan manusia dengan dirinya sendiri dan sesama manusia lainnya).

Hubungan dengan manusia yang disebut *hablumminannas* yang diartikan tolong menolong atau dukungan sosial. Berikut ayat yang berhubungan dengan dukungan sosial yaitu QS. Al-Maidah 2 dan ayat 80:

1. *Al-Qur'an. Al-Maidah Ayat (2)*

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَحْلُوا شَعَابِرَ اللَّهِ وَلَا الشُّهُرَ الْحَرَامَ
وَلَا الْهَدْيَ وَلَا الْقَلَائِدَ وَلَا أَمِينَ الْبَيْتِ الْحَرَامِ يَبْتَغُونَ فَضْلًا

مِّن رَّبِّهِمْ وَرِضْوَانًا ۖ وَإِذَا حَلَلْتُمْ فَاصْطَادُوا ۗ وَلَا يَجْرِمَنَّكُمْ
 شَنَاةُ قَوْمٍ أَنْ صَدُّوكُمْ عَنِ الْمَسْجِدِ الْحَرَامِ أَنْ تَعْتَدُوا
 وَتَعَاوَنُوا عَلَى الْبِرِّ وَالتَّقْوَىٰ ۗ وَلَا تَعَاوَنُوا عَلَى الْإِثْمِ
 وَالْعُدْوَانِ ۗ وَاتَّقُوا اللَّهَ ۚ إِنَّ اللَّهَ شَدِيدُ الْعِقَابِ

Artinya:

Wahai orang-orang yang beriman! Janganlah kamu melanggar syiar-syiar kesucian Allah, dan jangan (melanggar kehormatan) bulan-bulan haram, jangan (mengganggu) hadyu (hewan-hewan kurban) dan qala'id (hewan-hewan kueban yang diberi tanda), dan janganlah (pula) mengganggu orang-orang yang mengunjungi Baitul Haram: mereka mencari karunia dan keridhaan Tuhannya. Tetapi apabila kamu telah menyelesaikan ihram, aka bolehlah kamu berburu. Janganlah sampai kebencian(mu) kepada suatu kaum karena mereka menghalang-halangi dari Masjidil hram, mendorongmu berbuat melampaui batas (kepada mereka). Dan tolong-menolongkah kamu dalam (mengerjakan) kebijakan dan takwa, dan jangan tolong-menolong dalam berbuat dosa dan permusuhan. Bertakwalah kepada Allah, sungguh, Allah, sangat berat siskaan-Nya.

2. Al-Qur'an. Al-Maidah Ayat (80)

تَرَىٰ كَثِيرًا مِّنْهُمْ يَتَوَلَّوْنَ الَّذِينَ كَفَرُوا ۗ لَبِئْسَ مَا
 قَدَّمَتْ لَهُمْ أَنفُسُهُمْ أَنْ سَخِطَ اللَّهُ عَلَيْهِمْ وَفِي الْعَذَابِ هُمْ
 خَالِدُونَ

Artinya:

Kamu melihat banyak di antara mereka tolong-menolong dengan orang-orang kafir (musyrik). Sungguh, sangat buruk apa yang mereka lakukan untuk diri mereka sendiri, yaitu kemurkaan Allah, dan mereka akan kekal dalam azab.

Surat Al-Maidah ayat 2 dan 80 menjelaskan tentang anjuran bagi manusia untuk saling tolong menolong kepada sesama manusia pada hal kebaikan yang bermanfaat bagi sesama individu yang berhubungan dengan ketaqwaan manusia dan tidak diperkenankan menolong dalam keburukan.

C. Hubungan Dukungan Sosial terhadap Academic Burnout

Mahasiswa adalah seorang yang sedang menduduki tingkatan paling tinggi dalam proses studi, maka dari itu banyak tugas akademik yang diemban, ditambah dengan merantau karena ditambah dengan tugas beradaptasi dengan perubahan pola hidup, interaksi sosial, dan juga keharusan untuk dapat hidup mandiri dan bertanggung jawab (Fitri & Kusnanti 2018). Tidak hanya menyesuaikan diri dengan lingkungan, mahasiswa rantau juga perlu menyesuaikan diri dengan lingkup akademik pada saat melakukan studinya, maka dari itu mahasiswa diharuskan menyesuaikan diri dengan sistem perkuliahan, metode belajar, serta interaksi sosial yang jauh berbeda dengan tingkat sebelumnya (Abu-Rasain and Hornby 1994).

Sementara itu jika mahasiswa mengemban tugas dan kewajiban tersebut tanpa adanya dukungan dari keluarga, teman sebaya, dan juga sumber dukungan lain hal tersebut akan menyebabkan masalah mental bagi mahasiswa. Menurut (Christiana 2020) kurangnya dukungan sosial terhadap individu menjadi satu hal yang akan menyebabkan *burnout* pada mahasiswa, karena dalam menghadapi masalah atau beban dibutuhkan adanya dukungan orang lain yang dapat memberikan dukungan sosial ataupun dukungan secara emosional agar mahasiswa dapat terhindar dari *academic burnout*.

Ketika hal tersebut tidak ditangani dan dibiarkan, akan menyebabkan stres berkepanjangan dan juga menyebabkan rasa lelah secara emosi bagi mahasiswa rantau,

dan akan menimbulkan masalah lain seperti sinis terhadap tugas serta perkuliahan dan rasa tidak mampu untuk mengerjakan tugas sesuai dengan teori dari Schaufeli et al., (2002) *academic burnout* adalah kondisi dimana individu merasakan kelelahan dikarenakan oleh tuntutan akademis, merasa pesimis, kurangnya minat pada studi, dan juga menganggap diri tidak berkompeten dalam melaksanakan tugasnya.

Menurut Gold & R.A. Roth (1993) salah satu hal yang berpengaruh terhadap *academic burnout* adalah adanya dukungan sosial. Sementara itu Andi et al., (2020) berpendapat bahwa penyebab mahasiswa mempunyai *academic burnout* penyebabnya adalah kurangnya dukungan sosial dari orang-orang terdekatnya, sehingga dengan adanya dukungan sosial yang tinggi maka tingkat *academic burnout* akan semakin berkurang.

D. Hipotesis Penelitian

Peneliti memunculkan hipotesis pada penelitian ini bahwa terdapat adanya pengaruh terhadap dukungan sosial dengan *academic burnout* pada mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Adapun hipotesis yang diajukan pada penelitian ini adalah:

H₀ : Tidak ada pengaruh dukungan sosial terhadap tingkat *academic burnout* pada mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

H_a : Terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap tingkat *academic burnout* pada mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Pendekatan Penelitian

Penelitian dilaksanakan dengan penggunaan metode kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah suatu penelitian yang menitikberatkan pada fenomena ataupun objek yang dibahas dan dikaji secara kuantitatif dengan menggunakan angka, pengolahan statistik, dan percobaan yang terkontrol (Hamdi & Baharuddin 2015). Menurut Saifuddin (2020) penelitian kuantitatif adalah penelitian pada suatu variabel yang berorientasi pada proses pengukuran. Ditambah menurut pendapat Sugiyono (2016) penelitian kuantitatif adalah sebuah metode yang memiliki sifat filsafat positivism, yang dipakai dalam penelitian yang terdapat populasi maupun sampel, data yang dikumpulkan menggunakan instrumen penelitian dan analisa yang dipakai pada data yang sifatnya statistik dan mempunyai tujuan untuk menguji hipotesis.

Penelitian ini juga menggunakan teknik korelasional. Penelitian korelasional yaitu penelitian yang bertujuan untuk mengetahui bagaimana tingkat antar dua variabel, tanpa melakukan perubahan apapun terhadap data yang telah diperoleh (Arikunto dan Suharsimi 2006). Menurut Fraenkel dan Wallen dalam Paramita, et al., (2021) mengatakan bahwa penelitian korelasional yaitu penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan dan tingkat hubungan antara dua variabel atau lebih tanpa ada perlakuan mempengaruhi variabel tersebut sehingga tidak dapat memanipulasi variabel, kompleksitas pada hubungan yang akan diteliti dan ditentukan seberapa jauh peneliti mampu mengidentifikasi fenomena yang ada. Hubungan antara dua variabel atau lebih akan dijelaskan oleh koefisien korelasi (r_{xy}). Maka dari itu jenis penelitian ini biasanya melibatkan ukuran statistik atau tingkat hubungan yang disebut dengan korelasi.

Berdasarkan penjelasan pendekatan penelitian diatas maka Rancangan penelitian korelasional ini bertujuan untuk menguji adanya pengaruh dukungan sosial terhadap

academic burnout pada mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

B. Variabel Penelitian

Sugiyono (2013) menjelaskan bahwa variabel penelitian adalah bentuk yang akan dibentuk dan dipilih peneliti dalam memahami sebuah judul penelitian sehingga peneliti mendapatkan pengetahuan serta informasi tentang judul penelitian yang akan dibuat kesimpulan

Variabel penelitian ini dikelompokkan menjadi dua yaitu:

a. Variabel Independen

Variabel independen atau variabel bebas adalah sebuah variabel yang memaparkan dan mempengaruhi variabel lainnya. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah dukungan sosial (X_1).

b. Variabel Dependen

Variabel dependen atau variabel terikat adalah sebuah variabel yang memaparkan dan juga dipengaruhi oleh variabel bebas (independen). Variabel terikat dalam penelitian ini adalah *academic burnout* (Y).

Identifikasi variabel dalam penelitian ini adalah:

1. Variabel bebas (Independen)

X_1 : Dukungan Sosial

2. Variabel terikat (Dependen)

Y : *Academic Burnout*

C. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah suatu definisi membahas variabel-variabel yang disusun berdasarkan karakteristik variabel tersebut yang diamati Azwar (2011) adapun definisi operasional dari variabel-variabel pada penelitian ini sebagai berikut:

1. Dukungan Sosial

Dukungan sosial yaitu sebuah dukungan yang berasal dari lingkungan sekitar individu, yakni: 1) Dukungan keluarga (*Family Support*) yang diberikan melalui bantuan pemecahan masalah, bantuan dukungan emosional, dan juga dapat berbagi keluh kesah, 2) Dukungan teman (*Friend Support*) yang diberikan melalui bantuan dari teman dan dapat berbagi suka duka, 3) Dukungan orang sekitar (*Significant Other*) yang membuat seseorang merasa dapat mengandalkan orang-orang disekitarnya saat sedang dibutuhkan dan membuat individu merasa nyaman serta diperhatikan.

2. *Academic Burnout*

Academic burnout adalah keadaan seseorang yang mengalami 1) kelelahan (*Exhaustion*) yang ditandai dengan merasa lelah terhadap studi, merasa tertekan terhadap studi, dan merasa jenuh terhadap studi, 2) sinisme (*Cynicism*) yang ditandai dengan sikap merasa tidak tertarik terhadap studi, merasa sinis terhadap studi, dan juga merasa ragu terhadap studinya, 3) merasa tidak kompeten (*Inefficacy*) yang ditandai dengan adanya rasa tidak yakin terhadap kemampuan diri, merasa tidak mempelajari hal yang menarik pada stid, merasa tidak memiliki kontribusi terhadap studi, dan juga merasa tidak terangsang ketika mencapai tujuan studinya

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi sebuah jumlah dari objek ataupun individu yang diteliti dengan memiliki karakteristik yang sama (Latipun 2011). Sedangkan menurut Azwar (2011) populasi adalah sebuah kelompok individu yang akan digeneralisasikan terhadap hasil penelitian. kelompok individu dapat disebut dengan subjek harus memiliki karakter maupun ciri yang dapat dibedakan dari kelompok atau subjek lainnya. Adapun populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang tahun pertama

angkatan 2021, tahun kedua kedua angkatan 2020, tahun ketiga angkatan 2019, dan tahun keempat angkatan 2018.

2. Sampel

Menurut Arikunto & Suharsimi (2006) sampel adalah jumlah separuh dari populasi yang akan diteliti, jika subjek penelitian kurang dari 100, lebih baik diambil semua, sedangkan untuk subyek yang lebih dari 100 maka dapat diambil 10%.

Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi yang berasal di luar Kota Malang, Kabupaten Malang, dan Kota Batu dengan jumlah 2.504 mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang berasal dari 7 jurusan yakni Matematika, Biologi, Kimia, Fisika, Teknik Informatika, Teknik Arsitektur, dan Perpustakaan dan Sains Informasi, yang berasal dari tahun keempat (angkatan 2018), tahun ketiga (angkatan 2019), tahun kedua (angkatan 2020), tahun pertama (angkatan 2021), dengan jumlah pengambilan populasi tersebut diambil 10% dari populasi sebenarnya dengan rincian sebagai berikut:

Tabel 3.1 Sampel Penelitian

Jurusan	Angkatan	Jumlah subjek sebenarnya	Jumlah subjek yang sudah diambil 10%
Matematika	2018	93 Mahasiswa rantau	9 Mahasiswa rantau
	2019	88 Mahasiswa rantau	9 Mahasiswa rantau
	2020	107 Mahasiswa rantau	11 Mahasiswa rantau
	2021	93 Mahasiswa rantau	9 Mahasiswa rantau
Biologi	2018	87 Mahasiswa rantau	9 Mahasiswa rantau
	2019	81 Mahasiswa rantau	8 Mahasiswa rantau
	2020	131 Mahasiswa rantau	13 Mahasiswa rantau
	2021	120 Mahasiswa rantau	12 Mahasiswa rantau
Kimia	2018	94 Mahasiswa rantau	9 Mahasiswa rantau
	2019	77 Mahasiswa rantau	8 Mahasiswa rantau
	2020	104 Mahasiswa rantau	10 Mahasiswa rantau
	2021	87 Mahasiswa rantau	9 Mahasiswa rantau
Fisika	2018	58 Mahasiswa rantau	6 Mahasiswa rantau
	2019	48 Mahasiswa rantau	5 Mahasiswa rantau
	2020	60 Mahasiswa rantau	6 Mahasiswa rantau
	2021	67 Mahasiswa rantau	7 Mahasiswa rantau
Teknik Informatika	2018	97 Mahasiswa rantau	10 Mahasiswa rantau
	2019	117 Mahasiswa rantau	12 Mahasiswa rantau
	2020	150 Mahasiswa rantau	15 Mahasiswa rantau
	2021	160 Mahasiswa rantau	16 Mahasiswa rantau
Teknik Arsitektur	2018	98 Mahasiswa rantau	10 Mahasiswa rantau
	2019	89 Mahasiswa rantau	9 Mahasiswa rantau
	2020	91 Mahasiswa rantau	9 Mahasiswa rantau
	2021	111 Mahasiswa rantau	11 Mahasiswa rantau
Perpustakaan dan Sains Informasi	2018	23 Mahasiswa rantau	2 Mahasiswa rantau
	2019	53 Mahasiswa rantau	5 Mahasiswa rantau
	2020	57 Mahasiswa rantau	6 Mahasiswa rantau
	2021	63 Mahasiswa rantau	6 Mahasiswa rantau
Jumlah		2.504	251

Berdasarkan tabel 3.1, dapat diketahui jumlahnya sampel pada penelitian ini adalah $10\% \times 2.504 \text{ subjek} = 251 \text{ subyek}$. Sampel yang dipakai pada penelitian ini memiliki jumlah 251 subjek. Data tersebut diambil dari masing-masing jurusan di Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dengan pengajuan surat resmi yang sudah disetujui oleh Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dan diserahkan kepada peneliti pada tanggal 17 Desember 2021 dengan tujuan penelitian, sehingga dapat dipertanggungjawabkan sesuai kebutuhan penelitian.

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini memakai teknik *purposive sampling*, teknik *purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel berdasarkan sumber data dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2016). Alasan peneliti memakai teknik *purposive sampling*, dikarenakan semua sampel memiliki kriteria yang sesuai dengan fenomena yang diteliti, maka dari itu peneliti menggunakan teknik *purposive sampling* dimana peneliti menetapkan pertimbangan dan kriteria yang harus dipenuhi oleh sampel-sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini.

Alasan peneliti menggunakan teknik ini *purposive sampling* karena populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi di tahun pertama angkatan 2021, tahun kedua kedua angkatan 2020, tahun ketiga angkatan 2019, dan tahun keempat angkatan 2018.

E. Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen Pengumpulan Data

Metode penggunaan pengumpulan data dilaksanakan dengan dengan cara menyebarkan kuesioner yang berupa skala. Skala adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang dapat digunakan dalam mengungkap suatu konstruk ataupun konsep psikologis yang dapat menggambarkan kepribadian seseorang (Azwar 2011a).

Penelitian ini memakai dua jenis skala yaitu skala dukungan sosial dan *academic burnout*. Skala yang dipakai dalam penelitian ini adalah skala modifikasi skala Likert, menurut Azwar (2011) menjelaskan bahwa masing-masing skala mempunyai ciri-ciri empat alternatif jawaban yang dibedakan menjadi pernyataan *favorable* dan pertanyaan *unfavorable*, dengan cara penilaian menggunakan empat kategori jawaban, seperti berikut.

Tabel 3. 2 Skala Likert

Kategori Jawaban	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
Sangat Tidak Setuju	1	4
Tidak Setuju	2	3
Setuju	3	2
Sangat Setuju	4	1

Berdasarkan tabel 3.2, penelitian ini memakai skala *likert* dengan 4 skala yaitu sangat tidak setuju, tidak setuju, setuju, dan sangat setuju dengan pemilihan angka 1, 2, 3, 4 pada *favorable* dan 4, 3, 2, 1 pada *unfavorable*, penelitian ini terdapat dua variabel yang akan diungkapkan yaitu skala dukungan sosial dan *academic burnout*.

a. *Academic Burnout*

Berdasarkan tabel 3.3, peneliti memakai alat ukur *Maslach Burnout Inventory-Student Survey* (MBI-SS) yang dibuat oleh Schaufeli & Salanova (2007), alat ukur ini terdapat tiga dimensi seperti *exhaustion*, *cynicism*, dan *inefficacy* serta mempunyai 15 item pernyataan, MBI-SS mempunyai reliabilitas sebesar 0,86 Oyoo et al., (2018) peneliti melakukan modifikasi pada alat ukur ini dengan setiap item ke dalam Bahasa Indonesia serta mengubah 7 poin jawaban (0 (tidak pernah) – 6 (selalu)) menjadi 4 dengan pilihan jawaban (1(sangat tidak setuju)-4 (sangat setuju)).

Tabel 3. 3 Blue Print Academic Burnout

Dimensi	Indikator Perilaku	Favorable	Unfavorable	Jumlah
1. <i>Exhaustion</i> (kelelahan)	<ul style="list-style-type: none"> ● Merasa lelah terhadap studi ● Merasa tertekan terhadap studi ● Merasa jenuh terhadap studi 	1,3,5,6	2,4	6
2. <i>Cynicism</i> (sinisme)	<ul style="list-style-type: none"> ● Merasa tidak tertarik terhadap studi ● Merasa sinis terhadap studi ● Merasa ragu terhadap studi 	7,8,10,11,12	9,13	7
3. <i>Inefficacy</i> (Merasa Tidak Kompeten)	<ul style="list-style-type: none"> ● Merasa tidak yakin terhadap kemampuan dirinya ● Merasa tidak mempelajari hal yang menarik dalam studi ● Merasa tidak memiliki kontribusi terhadap studi ● Merasa tidak terangsang ketika mencapai tujuan studi 	14,15,16,18,19	17,20	7
Jumlah		14	6	20

b. Dukungan Sosial

Berdasarkan tabel 3.4, penelitian dukungan sosial ini memakai alat ukur yang telah dikembangkan oleh Zimet et al., (1988) yaitu, *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* yang telah dilakukan modifikasi ke

dalam bahasa Indonesia. Alat ukur dukungan sosial ini memiliki tiga dimensi yakni; dukungan keluarga, dukungan teman, dukungan *significant other*, MSPPS ini terdapat 12 item yang dimana masing-masing dari dimensi tersebut, dengan masing-masing item terdiri dari 4 item bersifat *favorable* dengan nilai reliabilitas di masing masing dimensi yaitu 0,94 pada dimensi dukungan keluarga, 0.90 dimensi dari dukungan teman, dan 0,95 pada dimensi *significant other*.

Tabel 3. 4 Blue Print Dukungan Sosial

Dimensi	Indikator Perilaku	Favorable	Unfavorable	Jumlah
Dukungan Keluarga	<ul style="list-style-type: none"> ● Memperoleh pemecahan masalah melalui keluarga ● Memperoleh bantuan dan dukungan emosional dari keluarga ● Dapat berbagi keluh kesah pada keluarga 	1,4,5,7	2,3,6,8	8
Dukungan Teman	<ul style="list-style-type: none"> ● Mendapatkan bantuan dari teman ● Berbagi suka dan duka kepada teman 	9,11,12,13	10,14	6
Dukungan Signifikan Other	<ul style="list-style-type: none"> ● Memiliki seseorang yang selalu ada saat dibutuhkan ● Memiliki seseorang yang membuat individu merasa nyaman dan diperhatikan 	15, 17, 18, 20	16, 19	6
Jumlah		12	8	20

F. Validitas dan Reliabilitas

1. Validitas

Menurut (Azwar, 2010) validitas (*validity*) adalah ketepatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi alat ukurnya. instrumen pengukur dapat bilang memiliki validitas yang tinggi jika alat tersebut dapat berfungsi dalam penelitian pengukurannya atau memberikan hasil ukur yang sesuai dengan maksud dilakukan pengukuran tersebut. Tes dapat dikatakan validitasnya rendah jika teks tersebut mendapatkan hasil data yang tidak relevan.

Menurut Azwar (2011) Koefisien validitas memiliki arti jika mendapatkan nilai 0.00 sampai 1.00 dan batas minimum koefisien korelasi dianggap memuaskan jika $r \geq 0.30$. Uji validitas yang dipakai dalam penelitian ini adalah uji validitas *pearson correlation* yaitu pengujian terhadap korelasi antar tiap butir (item) dengan skor total nilai jawaban sebagai kriteria. Berdasarkan hal tersebut, untuk mengetahui validitas item maka penelitian ini menggunakan bantuan dengan perangkat lunak menggunakan *software* SPSS for Windows.

2. Reliabilitas

Reliabilitas (*reliability*) adalah suatu pengukuran yang memiliki reliabilitas disebut pengukuran yang dapat reliabel (*reliable*). Meskipun reliabilitas memiliki berbagai nama seperti kepercayaan, keteguhan, keandalan, konsistensi, stabilitas dan lain sebagainya, ide utama yang termasuk dalam konsep reliabilitas adalah sejauh mana suatu hasil pengukuran dapat dipercaya (Azwar 2015).

Reliabilitas dinyatakan dengan koefisien reliabilitas yang jumlahnya berkisar antara 0 sampai dengan 1,00. Semakin tinggi koefisien reliabilitas berarti semakin tinggi reliabilitas (Azwar, 2007). Penelitian ini, untuk menguji reliabilitas adalah menggunakan metode pengukuran *Cronbach Alpha*. Rumus *Cronbach* digunakan untuk mencari reliabilitas skala yang skornya nya bukan 1 dan 0 tapi berupa rentang instrumen (Arikunto dan Suharsimi, 2006)

G. Hasil Uji Validitas

1. Skala Dukungan Sosial

Berdasarkan tabel 3.5, uji validitas aitem pada skala dukungan sosial dengan 20 aitem yang diujikan kepada 30 subjek, dapat diketahui bahwa 18 aitem dinyatakan valid dengan rentang 0,33 s/d 0,78, adapun aitem yang dinyatakan gugur yaitu 2 aitem dengan nilai r hitung 0,003 dan 0,19, Adapun rincian skala dukungan sosial sebagai berikut:

Tabel 3.5 Hasil Uji Validitas Dukungan Sosial

Variabel	Dimensi	Indikator	No Aitem Aitem Valid	Aitem Gugur	Jumlah Aitem
Dukungan Sosial	1. Dukungan Keluarga	• Memperoleh pemecahan masalah melalui keluarga	1	2	2
		• Memperoleh bantuan dan dukungan emosional dari keluarga	3,4,5,6	-	4
		• Dapat berbagi keluh kesah pada keluarga	7,8	-	2
	2. Dukungan Teman	• Mendapatkan bantuan dari teman	9,10,11	-	3
		• Berbagi suka dan duka kepada teman	12,13	14	3
	3. Dukungan Significant Other	• Memiliki seseorang yang selalu ada saat dibutuhkan	15, 16	-	2
		• Memiliki seseorang yang membuat individu merasa nyaman dan diperhatikan	17,18,19,20	-	4
	Jumlah			18	2

- a. Berdasarkan tabel 3.6, uji validitas aitem pada skala *academic burbout* dengan 20 aitem yang diujikan kepada 30 subjek, dapat

diketahui bahwa 19 aitem dinyatakan valid dengan rentang 0,41 s/d 0,86 adapun aitem yang dinyatakan gugur yaitu 1 aitem dengan nilai r hitung -0,24 Adapun rincian skala dukungan sosial sebagai berikut:

Tabel 3. 6 Hasil Uji Validitas Academic Burnout

Variabel	Dimensi	Indikator	No Aitem Aitem Valid	Aitem Gugur	Jumlah Aitem
<i>Academic Burnout</i>	1. <i>Exhaustion</i> (kelelahan)	• Merasa lelah terhadap studi	1.2.3.4	-	4
		• Merasa tertekan terhadap studi	5	-	1
		• Merasa jenuh terhadap studi	6	-	1
	2. <i>Cynism</i> (sinisme)	• Merasa tidak tertarik terhadap studi	7, 8, 9	-	3
		• Merasa sinis terhadap studi	10	-	1
	3. <i>Inefficacy</i> (<i>Merasa Tidak Kompeten</i>)	• Merasa ragu terhadap studi	11, 12 13	-	3
		• Merasa tidak yakin terhadap kemampuan dirinya	14	-	1
		• Merasa tidak mempelajari hal yang menarik dalam studi	15	-	1
		• Merasa tidak memiliki kontribusi terhadap studi	16, 17, 18	-	3
		• Merasa tidak terangsang ketika mencapai tujuan studi	19,	20	2
Jumlah			19	1	20

2. Hasil Uji Reliabilitas

Berdasarkan tabel 3.7, uji reliabilitas pada penelitian ini menggunakan teknik *Alpha Cronbach* dengan memakai bantuan aplikasi program IBM SPSS (*Statistical Package or Social Science*) versi 25 for windows. Koefisien reliabilitas bernilai antara 0 sampai dengan 1,00 yang mengartikan bahwa semakin mendekati nilai 1,00 maka reliabilitasnya semakin tinggi. Adapun hasil uji reliabilitas pada skala dukungan sosial dan *academic burnout* adalah sebagai berikut:

Tabel 3. 7 Hasil Reliabilitas Skala Dukungan Sosial dan Academic Burnout

Klasifikasi	Skor	Keterangan
Dukungan Sosial	0,813	Reliabel
<i>Academic Burnout</i>	0,908	Reliabel

H. Analisis Data

1. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif adalah salah satu bentuk analisis data penelitian dengan tujuan menguji hasil penelitian. Analisis deskriptif dilakukan lewat pengujian hipotesis deskriptif. Perhitungan ini dilakukan untuk melihat tingkat t dukungan sosial terhadap *academic burnout* pada mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, sehingga dapat diketahui tingkatannya, apakah tergolong tinggi, sedang atau rendah.

- a. Mencari Mean Hipotetik dengan rumus sebagai berikut:

$$\mu = \frac{1}{2} (i_{+} + i_{min}) \sum k$$

Keterangan:

μ : Rerata hipotetik

i_{max} : Skor Maksimal item

i_{min} : Skor minimal item

$\sum k$: Jumlah item yang valid

b. Mencari standar deviasi

Sebelum masuk pada perhitungan klasifikasi, terlebih dahulu dicari rata-rata skor kelompok (M) dan standar deviasi kelompok (SD) dengan menentukan standar deviasi dengan rumus sebagai berikut:

$$SD = \sqrt{\frac{\sum x^2 - (\sum x)^2}{N - 1}}$$

Keterangan:

SD = Standar Deviasi

X = Skor x

N = Jumlah Responden

c. Menentukan Kategorisasi

Untuk memiliki hasil kesimpulan yang berasal dari penelitian diharuskan untuk melakukan analisis data terlebih dahulu. Analisis data dipakai untuk menjawab rumusan masalah dalam penelitian. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif korelasi, yang bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan atau pengaruh antara dua variabel atau lebih.

Berdasarkan tabel 3.8, untuk mengetahui tingkat dukungan sosial terhadap *academic burnout* pada mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, berdasarkan model distribusi normal Azwar (2007) Kategori penilaian masing-masing variabel adalah sebagai berikut:

Tabel 3. 8 Kategori Penilaian

Kategori	Kriteria jenjang
Tinggi	$X \geq (M + 1,0 SD)$
Sedang	$(M - 1,0 SD) < X < (M + 1,0 SD)$
Rendah	$X < (M - 1,0 SD)$

d. Analisis Persentase

Setelah diketahui *mean* dan standar deviasi, maka dihitung dengan rumus prosentase, berikut rumusnya:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Prosentase

F = Frekuensi

N = Jumlah responden

I. Uji Asumsi Klasik

1. Uji Normalitas

Menurut Umar (2011) uji normalitas dipakai untuk mengetahui bagaimana variabel dependen serta variabel independen dapat mendekati secara normal atau berdistribusi secara normal. Menurut Sugiyono & Susanto (2015) pelaksanaan uji normalitas digunakan dengan memakai uji *Kolmogorov-Smirnov*, dengan kriteria yang berlaku yaitu jika hasil signifikan $> 0,05$ yang berarti residual berdistribusi normal.

2. Uji Linearitas

Menurut Sugiyono & Susanto (2015) uji linearitas bertujuan untuk mengetahui apakah variabel terikat atau variabel bebas mempunyai hubungan linear atau tidak secara signifikan. Uji linearitas dilakukan melalui *test of linearity*. Kriteria yang berlaku adalah jika nilai signifikan pada *linearity* $< 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa variabel bebas dan variabel terikat terdapat hubungan yang linear.

J. Uji Hipotesis

Uji hipotesis digunakan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh *academic burnout* pada mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, maka dilaksanakan pengujian hipotesis bertujuan untuk mengetahui dan menguji adanya pengaruh antara dua variabel yang menggunakan analisis regresi sederhana dalam menentukan dasar ramalan dari suatu distribusi data yang terdiri dari satu variabel bebas dan satu variabel terikat. Pengujian hipotesis dalam penelitian ini dapat diproses dengan jenis data kemudian disajikan dalam bentuk tabel menggunakan *Spss for Windows*.

K. Analisis Regresi Linear Sederhana

Menurut Sugiyono (2020) analisis linear regresi sederhana berdasar kepada hubungan yang bersifat fungsional maupun kausal pada satu variabel independen dengan satu variabel dependen. Berdasarkan judul penelitian, analisis regresi yang dipakai adalah analisis regresi linear sederhana dengan bantuan program IBM SPSS (*Statistical Package or Social Science*) versi 25.0 for windows. Menurut Riduwan dan Suharto (2009) analisis regresi linear sederhana didasarkan oleh hubungan yang fungsional ataupun hubungan sebab akibat dari variabel bebas dan variabel terikat.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Pelaksanaan Penelitian

1. Gambaran Lokasi Penelitian

a. Sejarah Singkat Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dibangun atas dasar danya surat keputusan jendral kelembagaan islam pada dapertemen agama tanggal 3 Juli 1980, dengan memebuka Jrusanyang paling awal yakni Jurusan Tadris Matematika dan Bahasa Inggris yang berada di Fakultas Tarbiyah IAIN (Institut Agama Islam Negeri) Sunan Ampel I yang berada di Malang.

Tahun 1997 Departemen Agama Republik Indonesia teah merubah kelembagaan dengan mengembangkan Fakultas cabang dariinduk di wilayah IAIN seluruh Indonesi. Bersamaan dengan hal trsebut Fakultas Tarbiyah Malang adalah cabang dari STAIN Malang. Sehingga dibuka lah dan dimantaokan untuk mengembangkan STAIN Malang untukmembuka program studi Tadris Matematika dan IPA khususnya Biologi di bawah Jurusan Tarbiyah, hal ini terjadi pada tahun 1997 atas dasar SK (Surat Keputusan) MenteriAgama nomor 296 yang ditetapkan pada 30 juni 1997 dan dibarengi degan SK (Surat Keputusan) Direktirat Jendarl Kelembagaan Agama Republik Indonesia, dnegan nomor surat No: E/136/1997 30 juni 1997.

Pengembangan Program Studi Tadris Matematika dan IPA khsuusnya Biologi dari jurusan Tarbiyah berpisah sehingga menjadikan Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam (IPA). Adanya pengembangan program studi Tadris Matematika dan IPA khususnya Biologi membuka Jurusan MIPA yaitu (Program Studi Matematika dan Biologi) dnegan

pendekatan keilmuan murni pada tahun 2000. Adanya pengembangan sarjana program studi Matematika dan Biologi mendapatkan gelar Sarjana Sains (S.Si.) sehingga tidak lagi menjadi Sarjana Agama (S.Ag.) seperti yang dulu. Agar menjadi seorang guru para mahasiswa program studi ini dapat mengikuti program akta IV dan mendapatkan sertifikasi kewenangan mengajar di sekolah dasar serta menengah. Pelepasan program studi Matematika dan Biologi dari jurusan Tarbiyah inilah menjadi langkah awal dalam mendirikan Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

Pembukaan Fakultas Sains dan Teknologi diawali dengan disetujuinya pembukaan program-program studi umum pada STAIN Malang oleh Direktur Jenderal Pendidikan Tinggi (Dirjen Dikti) Departemen Pendidikan Nasional (Depdiknas) berdasarkan adanya Surat Dirjen Dikti Nomor: 3445/D/T/2002 tanggal 20 November 2002 berdasarkan Rekomendasi pembukaan program-program studi umum pada STAIN Malang.

Awalnya STAIN Malang pada saat itu hanya terdiri dari 4 (empat) jurusan yaitu: Matematika jenjang program Sarjana (S1), Biologi tingkat program Sarjana (S1), Fisika tingkat program Sarjana (S1) dan Kimia tingkat program Sarjana (S1).

Tanggal 3 September 2004 terdapat Rekomendasi Pembentukan Fakultas di Lingkungan Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta dan Universitas Islam Negeri Malang yang dikuatkan dengan legalitasnya dengan Keputusan Menteri Agama Republik Indonesia Nomor 389 Tahun 2004 tanggal 3 September 2004 mengenai Organisasi dan Tata Kerja Universitas Islam Negeri Malang.

Berdasarkan surat keputusan itu jumlah Fakultas di UIN Malang ada 6 (enam), salah satunya adalah Fakultas Sains dan Teknologi. Disamping empat program studi pada jurusan MIPA yang telah dibuka sebelumnya,

terdapat tamahan 2 (dua) jurusan baru yaitu Teknik Informatika dan Teknik Arsitektur.

Ijin pembukaan jurusan atau program studi pada Fakultas Sains dan Teknologi didasarkan pada Keputusan Dirjen Bagais Nomor DJ.II/54/2005 tentang Izin Penyelenggaraan Program Studi Jenjang S1 pada Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang.

b. Visi Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Visi Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang adalah:

Terwujudnya fakultas Sains dan Teknologi integratif dalam memadukan sains dan Islam yang bereputasi internasional.

c. Misi Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Misi fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang adalah;

- a. Mencetak sarjana sains dan teknologi yang berkarakter *ulul albab*;
- b. Menghasilkan sains dan teknologi yang relevan dan budaya saing tinggi.

d. Daftar Program Studi

Terdapat Jurusan/Prodi Strata-1 (S-1) yang berada di fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, seperti program studi Matematika, Program Studi Biologi, Program Studi Kimia, Program Studi Fisika, Program Studi Tteknik Informatika, Proram Studi Teknik Arsitektur, dan Program Studi Perpustakaan dan Ilmu Informasi.

2. Waktu dan Tempat penelitian

Pengambilan data dilaksanakan di lingkungan Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, data diambil secara *online* menggunakan *google form* selama 8 hari terhitung sejak Minggu 13 Maret 2022 hingga Senin, 21 Maret 2022. Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa dan mahasiswi rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, yang berasal dari 7 jurusan yakni Matematika, Biologi, Kimia, Fisika, Teknik Informatika, Teknik Arsitektur, dan Perpustakaan dan Sains Informasi, yang berasal dari tahun keempat (angkatan 2018), tahun ketiga (angkatan 2019), tahun kedua (angkatan 2020), tahun pertama (angkatan 2021).

B. Hasil Penelitian

1. Analisis Deskriptif

a. Analisis Data Dukungan Sosial

Penelitian ini untuk memudahkan pembaca hasil data deskriptif pada penelitian ini terdapat tiga bagian kategori dalam dukungan sosial yakni, rendah, sedang, dan tinggi, dengan memakai data hipotetik. Dengan tujuan mengetahui hasil analisis deskriptif ini peneliti memakai program *excel* kategorisasi atau kateg versi 1.0 berikut tabel yang memberikan hasil:

Tabel 4. 1 Analissi Data Dukungan Sosial

Variabel	N	Skor Minimal	Skor Maksimal	Mean	Std. Deviasi
Hipotetik	296	1	4	45	7,15

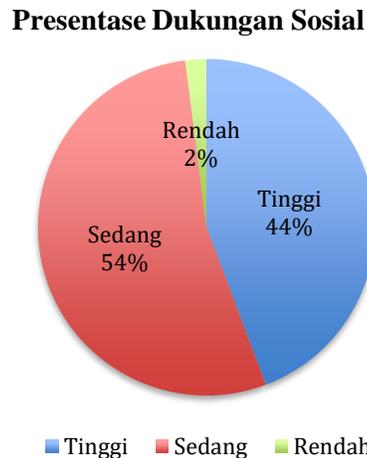
Berdasarkan tabel 4.1, dukungan sosial mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang pada subjek berjumlah 296 dibagi menjadi tiga kategori yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Berikut persentase kategori pada dukungan sosial:

Tabel 4.2 Hasil Kategorisasi Dukungan Sosial

Klasifikasi	Kategori Skor	Frekuensi
$X < 36$	Rendah	6
$\leq X < 36-54$	Sedang	159
≥ 54	Tinggi	131
Jumlah		296

Berdasarkan tabel 4.2, hasil dari analisis diatas dapat diketahui bahwa tingkat dukungan sosial pada mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang memiliki kategori tinggi sebanyak 131 subjek yang artinya, subjek memiliki dukungan sosial yang baik berasal dari dukungan sosial keluarga, dukungan sosial teman, dan dukungan *significant others*, mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang memiliki kategori sedang sebanyak 159 subjek yang artinya, subjek memiliki dukungan sosial yang cukup yang didapatkan dari dukungan keluarga, dukungan teman, dan dukungan *significant others*, mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang memiliki kategori rendah sebanyak 6 subjek yang artinya, subjek memiliki dukungan sosial dari dukungan keluarga, dukungan teman, dukungan *significant others*.

Gambar 4.1 Persentase Dukungan Sosial



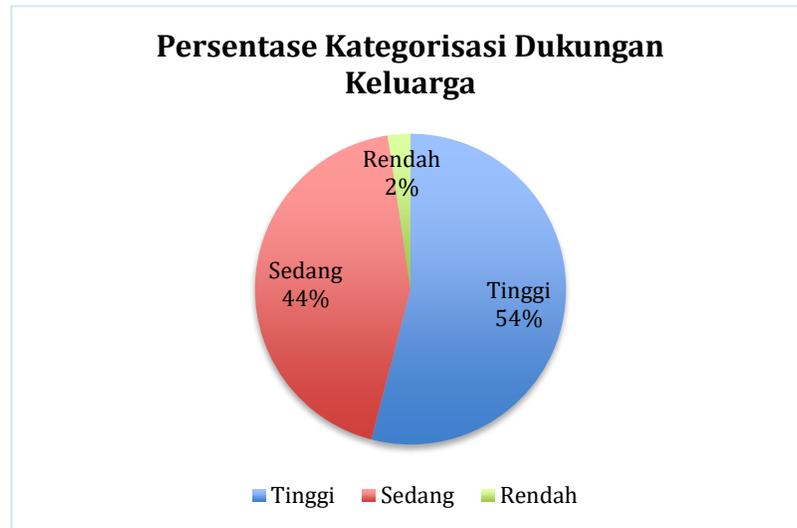
Berdasarkan gambar 4.1, diatas dapat dilihat bahwa diagram yang berwarna “biru” mempunyai persentase sebesar 44% dengan kategorisasi dukungan sosial tinggi, diagram “hijau” mempunyai persentase sebesar 2% dengan kategorisasi dukungan sosial sedang, diagram berwarna “merah” mempunyai persentase sebesar 54 % dengan kategorisasi dukungan sosial sedang.

Tabel 4.3 Kategorisasi Dukungan Keluarga

Klasifikasi	Kategori Skor	Frekuensi
$X < 14$	Rendah	7
$\leq X < 14-21$	Sedang	129
≥ 21	Tinggi	160
Jumlah		296

Berdasarkan tabel 4.3, analisis diatas dapat diketahui bahwa tingkat dukungan sosial pada mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang pada kategori dimensi dukungan keluarga, terdapat 7 subjek yang memiliki dukungan keluarga rendah, 129 subjek yang mendapatkan kategori sedang, dan 160 subjek yang mendapatkan kategori tinggi berdasarkan jumlah dari perhitungan 296 subjek.

Gambar 4.2 Persentase Kategorisasi Dukungan Keluarga



Berdasarkan gambar 4.2, dapat dilihat bahwa diagram yang berwarna “biru” mempunyai persentase sebesar 54% dengan kategorisasi dukungan sosial tinggi, diagram “hijau” mempunyai persentase sebesar 2% dengan kategorisasi dukungan sosial rendah, diagram berwarna “merah” mempunyai persentase sebesar 44 % dengan kategorisasi dukungan sosial sedang.

Tabel 4.4 Kategorisasi Dukungan Teman

Klasifikasi	Kategori Skor	Frekuensi
$X < 14$	Rendah	9
$\leq X < 14-21$	Sedang	198
≥ 21	Tinggi	89
Jumlah		296

Berdasarkan tabel 4.4, hasil dari analisis diatas dapat diketahui bahwa tingkat dukungan sosial pada mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang pada kategori dimensi dukungan teman, terdapat 9 subjek yang memiliki dukungan keluarga rendah, 198 subjek yang mendapatkan kategori sedang, dan 89 subjek yang

mendapatkan kategori tinggi berdasarkan jumlah dari perhitungan 296 subjek.

Gambar 4.3 Persentase Kategorisasi Dukungan Teman



Berdasarkan gambar 4.3, dapat dilihat bahwa diagram yang berwarna “biru” mempunyai persentase 30% dengan kategorisasi dimensi dukungan keluarga teman tinggi, diagram “hijau” mempunyai persentase 3% dengan kategorisasi dukungan teman rendah, diagram berwarna “merah” mempunyai persentase sebesar 67 % dengan kategorisasi dukungan teman tinggi.

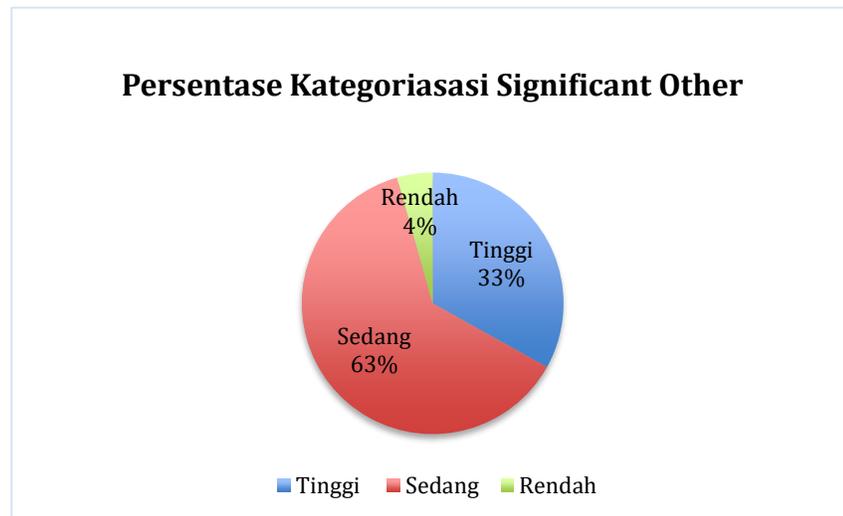
Tabel 4.5 Kategorisasi Significant Other

Klasifikasi	Kategori Skor	Frekuensi
$X < 8$	Rendah	13
$\leq X < 8-12$	Sedang	185
≥ 12	Tinggi	98
Jumlah		296

Berdasarkan tabel 4.5, dapat diketahui bahwa tingkat dukungan sosial pada mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang pada kategori dimensi dukungan significant other, terdapat 13 subjek yang memiliki dukungan keluarga rendah, 185 subjek

yang mendapatkan kategori sedang, dan 98 subjek yang mendapatkan kategori tinggi berdasarkan jumlah dari perhitungan 296 subjek.

Gambar 4.4 Persentase Kategorisasi Significant Other



Berdasarkan gambar 4.4, dapat dilihat bahwa diagram yang berwarna “biru” mempunyai persentase 30% dengan kategorisasi dimensi dukungan significant other tinggi, diagram “hijau” mempunyai persentase 3% dengan kategorisasi dukungan significant other rendah, diagram berwarna “merah” mempunyai persentase sebesar 63% dengan kategorisasi dukungan significant other sedang.

b. Analisis Data Academic Burnout

Penelitian ini untuk memudahkan pembaca hasil data deskriptif pada penelitian ini terdapat tiga bagian kategori dalam *academic burnout* yakni, rendah, sedang, dan tinggi, dengan memakai data hipotetik. Dengan tujuan mengetahui hasil analisis deskriptif ini peneliti memakai program *excel* kategorisasi atau kateg versi 1.0 berikut tabel yang memberikan hasil:

Tabel 4. 6 Analisis Data Academic Burout

Variabel	N	Skor Minimal	Skor Maksimal	Mean	Std. Deviasi
Hipotetik	296	1	4	47,5	9,5

Academic burnout mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang pada subjek berjumlah 296 dibagi menjadi tiga kategori yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Berikut:

Tabel 4. 7 Hasil Kategorisasi Academic Burnout

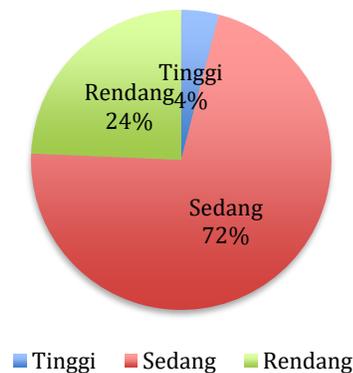
Klasifikasi	Kategori Skor	Frekuensi
$X < 38$	Rendah	72
$\leq X 38-57$	Sedang	212
≥ 57	Tinggi	12
Jumlah		296

Berdasarkan tabel 4.7, dapat diketahui bahwa tingkat *academic burnout* pada mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang memiliki kategori tinggi sebanyak 12 subjek yang artinya subjek memiliki *academic burnout* memang memiliki sikap kelelahan (*exhaustion*), yang tinggi terhadap akademiknya, memiliki sikap sinisme (*cynicism*) yang tinggi terhadap akademiknya, dan memiliki sikap tidak merasa tidak kompeten (*inefficacy*) yang tinggi terhadap akademiknya, tingkat *academic burnout* pada mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang memiliki kategori sedang sebanyak 212 subjek yang artinya subjek memiliki sikap kelelahan (*exhaustion*) yang sedang terhadap akademiknya, memiliki sikap sinisme (*cynicism*) yang sedang terhadap akademiknya, dan memiliki sikap tidak merasa tidak kompeten (*inefficacy*) yang sedang terhadap akademiknya, tingkat *academic burnout* pada mahasiswa rantau Fakultas

Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang memiliki kategori rendah sebanyak 72 subjek memiliki sikap kelelahan yang rendah terhadap akademiknya (*exhaustion*), memiliki sikap sinisme (*cynicism*) yang rendah terhadap akademiknya, dan memiliki sikap tidak merasa kompeten (*inefficacy*) yang rendah terhadap akademiknya.

Gambar 4.5 Persentase academic burnout

Presentase Academic Burnout



Berdasarkan gambar 4.5, dapat dilihat bahwa diagram yang berwarna “biru” mempunyai persentase sebesar 4% dengan persentase *academic burnout* tinggi, diagram “hijau” mempunyai persentase sebesar 72% dengan kategorisasi *academic burnout* sedang, diagram berwarna “merah” mempunyai persentase sebesar 24% dengan kategorisasi *academic burnout* rendah.

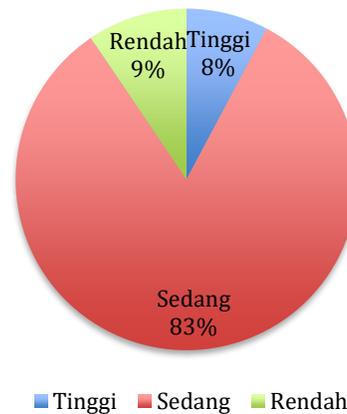
Tabel 4.8 Kategorisasi Exhaustion

Klasifikasi	Kategori Skor	Frekuensi
$X < 12$	Rendah	28
$\leq X < 12-18$	Sedang	245
≥ 18	Tinggi	23
Jumlah		296

Berdasarkan tabel 4.8, analisis diatas dapat diketahui bahwa tingkat dukungan sosial pada mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang pada kategori dimensi *exhaustion*, terdapat 28 subjek yang memiliki dukungan keluarga rendah, 245 subjek yang mendapatkan kategori sedang, dan 23 subjek yang mendparkan kategori tinggi berdasarkan jumlah dari perhitungan 296 subjek.

Gambar 4.6 Persentase Kategorisasi Exhaustion

Kategori Persentase *Exhaustion*



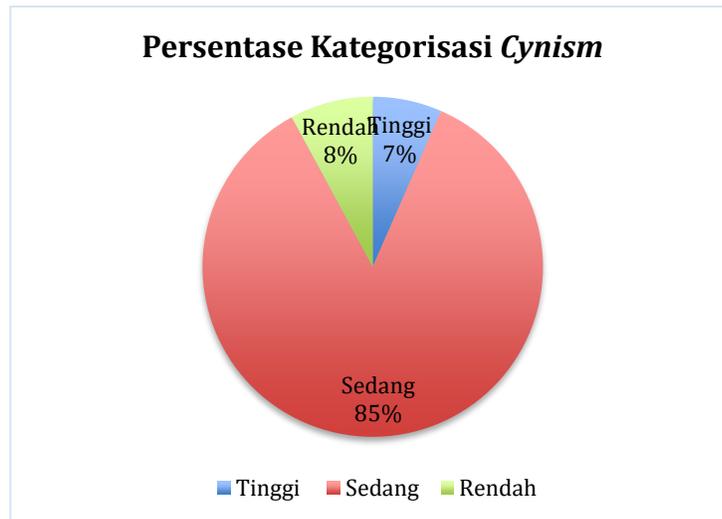
Berdasarkan gambar 4.6, diatas dapat dilihat bahwa diagram yang berwarna “biru” mempunyai persentase 8% dengan kategorisasi dimensi *exhaustion* tinggi, diagram “hijau” mempunyai persentase 9% dengan kategorisasi *exhaustion* sedang, diagram berwarna “merah” mempunyai persentase sebesar 83 % dengan kategorisasi *exhaustion* sedang.

Tabel 4.9 Kategorisasi *Cynism*

Klasifikasi	Kategori Skor	Frekuensi
$X < 10$	Rendah	18
$\leq X < 10-15$	Sedang	195
≥ 15	Tinggi	15
Jumlah		296

Berdasarkan tabel 4.9, analisis diatas dapat diketahui bahwa tingkat dukungan sosial pada mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang pada kategori dimensi *exhaustion*, terdapat 28 subjek yang memiliki dukungan keluarga rendah, 245 subjek yang mendapatkan kategori sedang, dan 23 subjek yang mendparkan kategori tinggi berdasarkan jumlah dari perhitungan 296 subjek.

Gambar 4.7 Persentase Kategorisasi Cynicism



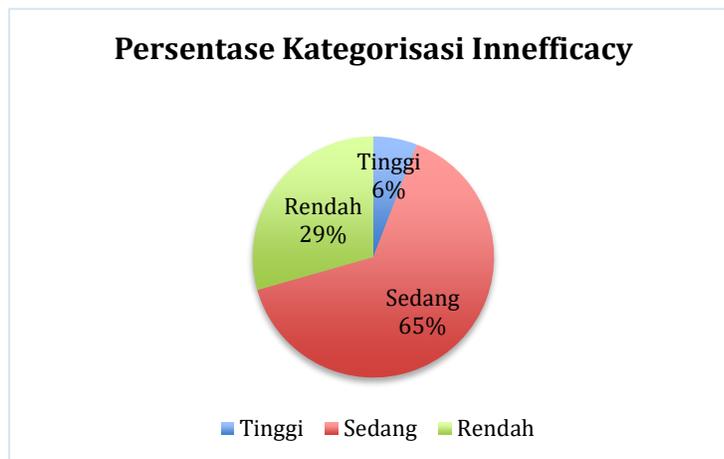
Berdasarkan gambar 4.7, diatas dapat dilihat bahwa diagram yang berwarna “biru” mempunyai persentase 7% dengan kategorisasi dimensi *cynism*, diagram “hijau” mempunyai persentase 8% dengan kategorisasi *cynism*, diagram berwarna “merah” mempunyai persentase sebesar 85% dengan kategorisasi *cynism*.

Tabel 4.10 Kategorisasasi *Innefficacy*

Klasifikasi	Kategori Skor	Frekuensi
$X < 18$	Rendah	90
$\leq X 18-27$	Sedang	198
≥ 27	Tinggi	18
Jumlah		296

Berdasarkan tabel 4.10, analisis diatas dapat diketahui bahwa tingkat dukungan sosial pada mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang pada kategori dimensi *exhaustion*, terdapat 28 subjek yang memiliki dukungan keluarga rendah, 245 subjek yang mendapatkan kategori sedang, dan 23 subjek yang mendparkan kategori tinggi berdasarkan jumlah dari perhitungan 296 subjek.

Gambar 4.8 Persentase Kategori Inneficacy



2. Berdasarkan gambar 4.8, diatas dapat dilihat bahwa diagram yang berwarna “biru” mempunyai persentase 6% dengan kategorisasi dimensi *inneficacy* tinggi, diagram “hijau” mempunyai persentase 29% dengan kategorisasi *inneficacy* rendah, diagram berwarna “merah” mempunyai persentase sebesar 65% dengan kategorisasi *inneficacy*.

a. Kategorisasi Berdasarkan Jenis Kelamin

Kategorisasi dilihat berdasarkan jenis kelamin, pada kategorisasi dalam penelitian ini terdapat 296 subjek yang terdiri dari 137 mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

dan 159 mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, berikut tabel persentase berdasarkan jenis kelamin:

Gambar 4. 9 Persentase Jenis Kelamin

Presentase Jenis Kelamin



Berdasarkan gambar 4.9, dapat diketahui bahwa subjek dalam penelitian ini, terdapat persentase 46% subjek mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang berjenis kelamin laki-laki dan terdapat 54% subjek mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang berjenis kelamin perempuan.

1. Kategorisasi Dukungan Sosial

Kategorisasi berdasarkan jenis kelamin pada skala dukungan sosial menggunakan program kategorisasi atau kateg versi 1.0, berikut tabel hasil kategorisasi, berdasarkan skala dukungan sosial yang dilihat berdasarkan jenis kelamin laki-laki:

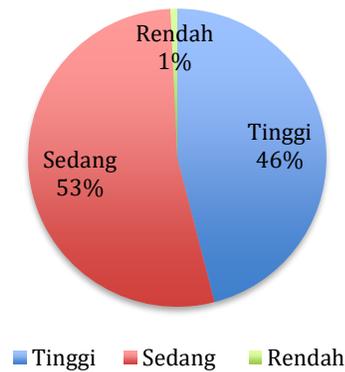
Tabel 4. 12 Kategorisasi Dukungan Sosial berdasarkan Jenis kelamin Laki-laki

Klasifikasi	Kategori Skor	Frekuensi
$X < 36$	Rendah	1
$\leq X < 36-54$	Sedang	73
≥ 54	Tinggi	63
Jumlah		137

Berdasarkan tabel 4.12, hasil klasifikasi kategorisasi diatas dapat dilihat bahwa dari jumlah 137 mahasiswa rantau laki-laki Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang terdapat 1 subjek yang mengalami dukungan sosial rendah, 73 subjek mengalami dukungan sosial sedang, dan 63 subjek mengalami dukungan sosial yang tinggi.

Gambar 4. 2 Persentase Dukungan Sosial Laki-Laki

Presentase Dukungan Sosial pada Subjek Laki-laki



Berdasarkan gambar 4.4, diatas dapat dilihat bahwa diagram yang berwarna “biru” mempunyai persentase sebesar 46% dengan persentase dukungan sosial tinggi, diagram “merah” mempunyai persentase sebesar 53% dengan kategorisasi dukungan sosial sedang, diagram berwarna “hijau” mempunyai persentase sebesar 1% dengan kategorisasi dukungan sosial rendah.

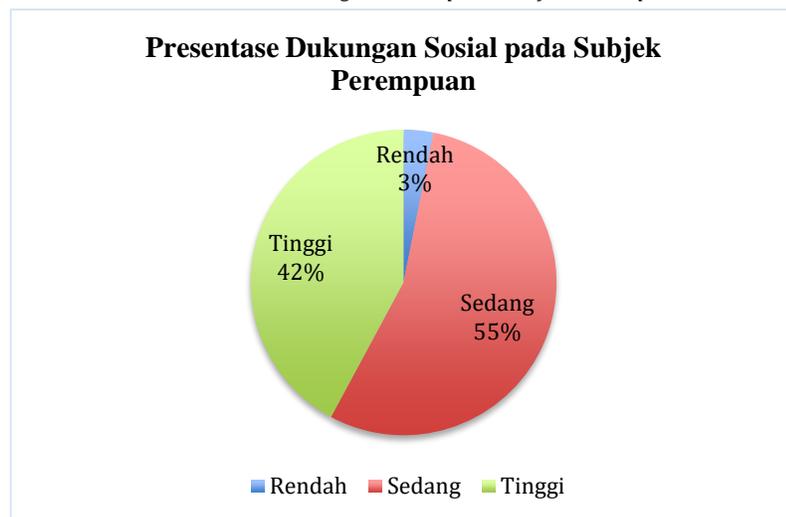
Kategorisasi berdasarkan jenis kelamin pada skala dukungan sosial menggunakan program kategorisasi atau kateg versi 1.0, berikut tabel hasil kategorisasi berdasarkan skala dukungan sosial yang dilihat berdasarkan jenis kelamin perempuan:

Tabel 4. 10 Kategorisasi Dukungan Sosial Berdasarkan Jenis Kelamin Perempuan

Klasifikasi	Kategori Skor	Frekuensi
$X < 36$	Rendah	5
$\leq X < 36-54$	Sedang	87
≥ 54	Tinggi	67
Jumlah		159

Berdasarkan tabel 4.10, hasil klasifikasi kategorisasi diatas dapat dilihat bahwa dari jumlah 159 mahasiswa rantau perempuan Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang terdapat 5 subjek yang mengalami dukungan sosial rendah, 87 subjek mengalami dukungan sosial sedang, dan 67 subjek mengalami dukungan sosial yang tinggi.

Gambar 4. 11 Presentase Dukungan Sosial pada Subjek Perempuan



Berdasarkan gambar 4.11, dapat dilihat bahwa diagram yang berwarna “biru” mempunyai persentase sebesar 3% dengan persentase dukungan sosial rendah, diagram “merah” mempunyai persentase sebesar 55% dengan kategorisasi dukungan sosial sedang, diagram berwarna “hijau” mempunyai persentase sebesar 42% dengan kategorisasi dukungan sosial tinggi.

2. Kategorisasi *Academic Burnout*

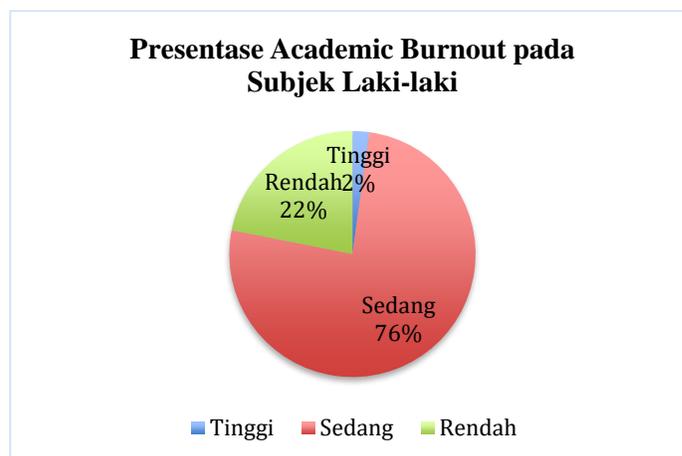
Kategorisasi berdasarkan jenis kelamin pada skala *academic burnout* menggunakan program kategorisasi atau kateg versi 1.0, berikut tabel hasil kategorisasi berdasarkan skala *academic burnout* yang dilihat berdasarkan jenis kelamin laki-laki:

Tabel 4.13 Kategoriasi *Academic Burnout* Berdasarkan Jenis Kelamin Laki-laki

Klasifikasi	Kategori Skor	Frekuensi
$X < 38$	Rendah	30
$\leq X 38-57$	Sedang	104
≥ 57	Tinggi	3
Jumlah		137

Berdasarkan tabel 4.13, hasil klasifikasi kategorisasi diatas dapat dilihat bahwa dari jumlah 137 mahasiswa rantau laki-laki Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang terdapat 30 subjek yang mengalami *academic burnout* rendah, 104 subjek mengalami *academic burnout* sedang, dan 3 subjek mengalami *academic burnout* yang tinggi.

Gambar 4.3 Persentase *Academic Burnout* laki-laki



Berdasarkan gambar 4.6, dapat dilihat bahwa diagram yang berwarna “biru” mempunyai persentase sebesar 2% dengan

persentase *academic burnout* tinggi, diagram “merah” mempunyai persentase sebesar 76% dengan kategorisasi *academic burnout* sedang, diagram berwarna “hijau” mempunyai persentase sebesar 22% dengan kategorisasi *academic burnout* rendah.

Kategorisasi berdasarkan jenis kelamin pada skala *academic burnout* menggunakan program kategorisasi atau kateg versi 1.0, berikut tabel hasil kategorisasi berdasarkan skala *academic burnout* yang dilihat berdasarkan jenis kelamin perempuan:

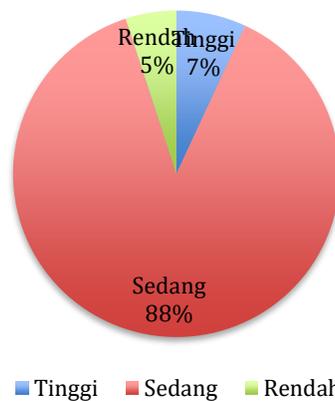
Tabel 4. 13 Kategorisasi Academic Burnout Berdasarkan Jenis Kelamin Perempuan

Klasifikasi	Kategori Skor	Frekuensi
$X < 38$	Rendah	8
$\leq X 38-57$	Sedang	140
≥ 57	Tinggi	11
Jumlah		159

Berdasarkan tabel 4.13, hasil klasifikasi kategorisasi di atas dapat dilihat bahwa dari jumlah 159 mahasiswa rantau laki-laki Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang terdapat 8 subjek yang mengalami *academic burnout* rendah, 140 subjek mengalami *academic burnout* sedang, dan 11 subjek mengalami *academic burnout* yang tinggi.

Gambar 4. 12 Persentase Academic Burnout Perempuan

Persentase Academic Burnout pada Subjek Perempuan



Berdasarkan gambar. 4.12, diatas dapat dilihat bahwa diagram yang berwarna “biru” mempunyai persentase sebesar 7% dengan persentase *academic burnout* tinggi, diagram “merah” mempunyai persentase sebesar 88% dengan kategorisasi *academic burnout* sedang, diagram berwarna “hijau” mempunyai persentase sebesar 5% dengan kategorisasi *academic burnout* rendah.

d. Kategori Berdasarkan Tingkat Pendidikan

1. Dukungan sosial

Tabel 4. 14 Tahun keempat angkatan 2018

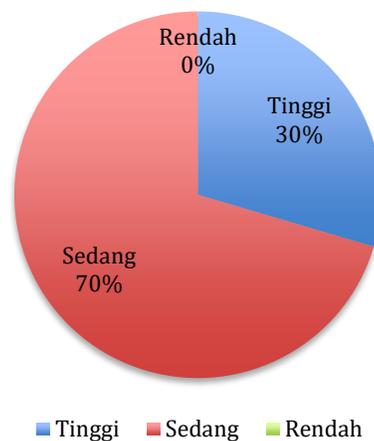
Klasifikasi	Kategori Skor	Frekuensi
$X < 38$	Rendah	0
$\leq X < 38-57$	Sedang	50
≥ 57	Tinggi	21
Jumlah		71

Berdasarkan tabel 4.14 hasil klasifikasi kategorisasi diatas dapat dilihat bahwa dari jumlah 71 mahasiswa rantau Fakultas Sains

dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang tahun keempat angkatan 2018 terdapat 0 subjek yang mengalami dukungan sosial rendah, 50 subjek mengalami dukungan sosial sedang, dan 21 subjek mengalami dukungan sosial yang tinggi.

Gambar 4. 13 Presentase Dukungan Sosial pada Subjek Tahun Keempat Angkatan 2018

Presentase Dukungan Sosial pada Subjek Tahun Keempat Angkatan 2018



Berdasarkan gambar 4.13, diatas dapat dilihat bahwa diagram yang berwarna “biru” mempunyai persentase sebesar 30% dengan persentase dukungan sosial tinggi, diagram “merah” mempunyai persentase sebesar 70% dengan kategorisasi dukungan sosial sedang, diagram berwarna “hijau” mempunyai persentase sebesar 0% dengan kategorisasi dukungan sosial rendah.

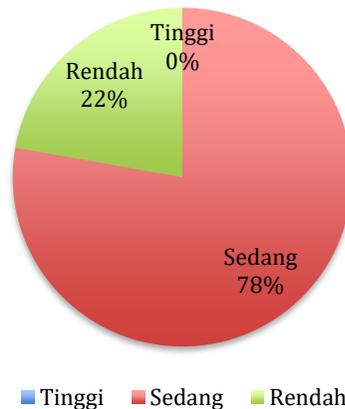
Tabel 4. 15 Tahun ketiga angkatan 2019

Klasifikasi	Kategori Skor	Frekuensi
$X < 38$	Rendah	0
$\leq X 38-57$	Sedang	49
≥ 57	Tinggi	14
Jumlah		63

Berdasarkan tabel 4.15, hasil klasifikasi kategorisasi diatas dapat dilihat bahwa dari jumlah 63 mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang terdapat 0 subjek yang mengalami dukungan sosial rendah, 49 subjek mengalami dukungan sosial sedang, dan 14 subjek mengalami dukungan sosial yang tinggi.

Gambar 4.14 Presentase Dukungan Sosial pada Subjek Tahun Ketiga Angkatan 2019

Presentase Dukungan Sosial pada Subjek Tahun Ketiga Angkatan 2019



Berdasarkan gambar 4.14, dapat dilihat bahwa diagram yang berwarna “biru” mempunyai persentase sebesar 0% dengan persentase dukungan sosial tinggi, diagram “merah” mempunyai persentase sebesar 78% dengan kategorisasi dukungan sosial sedang, diagram berwarna “hijau” mempunyai persentase sebesar 22% dengan kategorisasi dukungan sosial rendah.

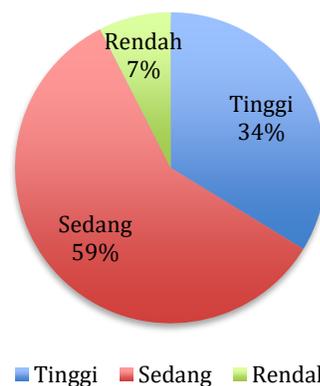
Tabel 4. 16 Tahun Ketiga angkatan 2020

Klasifikasi	Kategori Skor	Frekuensi
$X < 38$	Rendah	6
$\leq X 38-57$	Sedang	47
≥ 57	Tinggi	27
Jumlah		80

Berdasarkan tabel 4.16, hasil klasifikasi kategorisasi diatas dapat dilihat bahwa dari jumlah 80 mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang tahun ketiga angkatan 2020 terdapat 6 subjek yang mengalami dukungan sosial rendah, 47 subjek mengalami dukungan sosial sedang, dan 27 subjek mengalami dukungan sosial yang tinggi.

Gambar 4. 15 Presentase Dukungan Sosial pada Subjek Tahun Pertama Angkatan 2020

Presentase Dukungan Sosial pada Subjek Tahun Pertama Angkatan 2020



Berdasarkan gambar 4.5, dapat dilihat bahwa diagram yang berwarna “biru” mempunyai persentase sebesar 34% dengan persentase dukungan sosial tinggi, diagram “merah” mempunyai persentase sebesar 59% dengan kategorisasi dukungan sosial sedang,

diagram berwarna “hijau” mempunyai persentase sebesar 7% dengan kategorisasi dukungan sosial rendah.

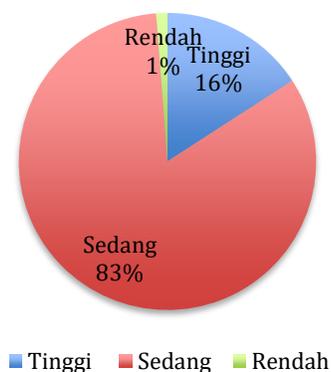
Tabel 4. 17 Tahun Pertama angkatan 2021

Klasifikasi	Kategori Skor	Frekuensi
$X < 38$	Rendah	1
$\leq X 38-57$	Sedang	68
≥ 57	Tinggi	13
Jumlah		82

Berdasarkan tabel 4.17, hasil klasifikasi kategorisasi diatas dapat dilihat bahwa dari jumlah 82 mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang tahun pertama angkatan 2021 terdapat 1 subjek yang mengalami dukungan sosial rendah, 68 subjek mengalami dukungan sosial sedang, dan 13 subjek mengalami dukungan sosial yang tinggi.

Gambar 4. 16 Presentase Dukungan Sosial pada Subjek Tahun Pertama Angkatan 2021

Presentase Dukungan Sosial pada Subjek Tahun Pertama Angkatan 2021



Berdasarkan gambar 4.16, dapat dilihat bahwa diagram yang berwarna “biru” mempunyai persentase sebesar 16% dengan persentase dukungan sosial tinggi, diagram “merah” mempunyai persentase sebesar 83% dengan kategorisasi dukungan sosial sedang,

diagram berwarna “hijau” mempunyai persentase sebesar 1% dengan kategorisasi dukungan sosial rendah.

2. *Academic Burnout*

Tabel 4. 28 Tahun Keempat Angkatan 2018

Klasifikasi	Kategori Skor	Frekuensi
$X < 36$	Rendah	18
$\leq X < 36-54$	Sedang	49
≥ 54	Tinggi	4
Jumlah		71

Berdasarkan tabel 4.18, hasil klasifikasi kategorisasi diatas dapat dilihat bahwa dari jumlah 71 mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang tahun keempat angkatan 2018 terdapat 18 subjek yang mengalami *academic burnout* rendah, 49 subjek mengalami *academic burnout* sedang, dan 4 subjek mengalami *academic burnout* yang tinggi

Gambar 4. 17 Presentase *Academic Burnout* pada Subjek Tahun Keempat Angkatan 2018

Presentase *Academic Burnout* pada Subjek Tahun Keempat Angkatan 2018



Berdasarkan gambar 4.17, diatas dapat dilihat bahwa diagram yang berwarna “biru” mempunyai persentase sebesar 6% dengan

persentase *academic burnout* tinggi, diagram “merah” mempunyai persentase sebesar 69% dengan kategorisasi *academic burnout* sedang, diagram berwarna “hijau” mempunyai persentase sebesar 25% dengan kategorisasi *academic burnout* rendah.

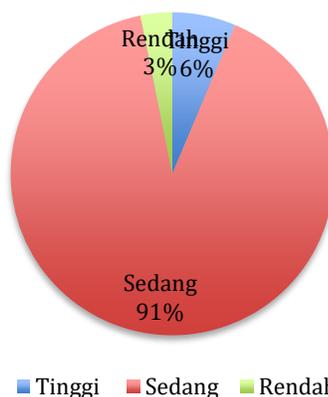
Tabel 4. 19 Tahun Ketiga Angkatan 2019

Klasifikasi	Kategori Skor	Frekuensi
$X < 36$	Rendah	2
$\leq X < 36-54$	Sedang	57
≥ 54	Tinggi	4
Jumlah		63

Berdasarkan tabel 4.19, klasifikasi kategorisasi diatas dapat dilihat bahwa dari jumlah 63 mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang tahun ketiga angkatan 2019 terdapat 2 subjek yang mengalami *academic burnout* rendah, 57 subjek mengalami *academic burnout* sedang, dan 4 subjek mengalami *academic burnout* yang tinggi.

Gambar 4. 18 Presentase Academic Burnout pada Subjek Tahun Ketiga Angkatan 2019

Presentase *Academic Burnout* pada Subjek Tahun Ketiga Angkatan 2019



Berdasarkan gambar 4.18, diatas dapat dilihat bahwa diagram yang berwarna “biru” mempunyai persentase sebesar 6% dengan persentase *academic burnout* tinggi, diagram “merah” mempunyai

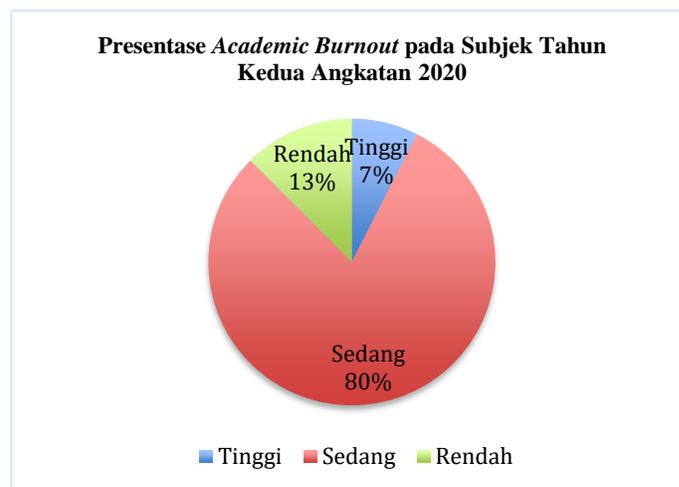
persentase sebesar 91% dengan kategorisasi *academic burnout* sedang, diagram berwarna “hijau” mempunyai persentase sebesar 3% dengan kategorisasi *academic burnout* rendah.

Tabel 4. 20 Tahun Kedua Angkatan 2020

Klasifikasi	Kategori Skor	Frekuensi
$X < 36$	Rendah	10
$\leq X 36-54$	Sedang	64
≥ 54	Tinggi	6
Jumlah		80

Berdasarkan tabel 4.20, hasil klasifikasi kategorisasi diatas dapat dilihat bahwa dari jumlah 71 mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang tahun kedua angkatan 2020 terdapat 10 subjek yang mengalami *academic burnout* rendah, 64 subjek mengalami *academic burnout* sedang, dan 6 subjek mengalami *academic burnout* yang tinggi.

Gambar 4. 19 Presentase Academic Burnout pada Subjek Tahun Kedua Angkatan 2020



Berdasarkan gambar 4.19, diatas dapat dilihat bahwa diagram yang berwarna “biru” mempunyai persentase sebesar 7% dengan persentase *academic burnout* tinggi, diagram “merah” mempunyai persentase sebesar 80% dengan kategorisasi *academic burnout* sedang,

diagram berwarna “hijau” mempunyai persentase sebesar 13% dengan kategorisasi *academic burnout* rendah.

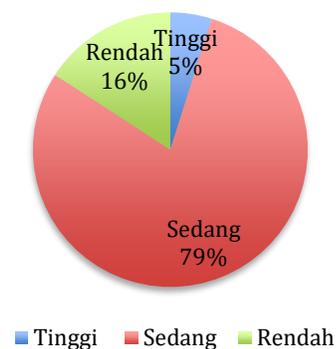
Tabel 4. 21 Tahun Pertama Angkatan 2021

Klasifikasi	Kategori Skor	Frekuensi
$X < 36$	Rendah	13
$\leq X \ 36-54$	Sedang	65
≥ 54	Tinggi	4
Jumlah		82

Berdasarkan tabel 4.21, hasil klasifikasi kategorisasi diatas dapat dilihat bahwa dari jumlah 82 mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang tahun pertama angkatan 2021 terdapat 13 subjek yang mengalami *academic burnout* rendah, 65 subjek mengalami *academic burnout* sedang, dan 4 subjek mengalami *academic burnout* yang tinggi.

Gambar 4.20 Presentase Academic Burnout pada Subjek Tahun Pertama Angkatan 2021

Presentase *Academic Burnout* pada Subjek Tahun Pertama Angkatan 2021



Berdasarkan gambar 4.20, dapat dilihat bahwa diagram yang berwarna “biru” mempunyai persentase sebesar 5% dengan persentase *academic burnout* tinggi, diagram “merah” mempunyai persentase sebesar 79% dengan kategorisasi *academic burnout*

sedang, diagram berwarna “hijau” mempunyai persentase sebesar 16% dengan kategorisasi *academic burnout* rendah.

2. Uji Asumsi Klasik

a. Hasil Uji Normalitas

Pengujian normalitas bertujuan untuk mengetahui penyebaran data dari jawaban subjek yang mengandung normal atau tidaknya penelitian ini. Pengujian normalitas ini mengukur skor variabel dukungan sosial dan *academic burnout*. Teknik yang dipakai dalam penelitian ini yaitu *One Sample Kolmogorov Smirnov Test* pada program *IBM SPSS* versi 25.0. berikut hasil yang uji normalitas dapat dilihat pada table di bawah ini:

Tabel 4.22 Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		Unstandardized Residual
N		296
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	7.12772032
Most Extreme Differences	Absolute	.056
	Positive	.056
	Negative	-.036
Test Statistic		.056
Asymp. Sig. (2-tailed)		.027 ^c

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

Berdasarkan tabel 4.22, hasil uji normalitas pada skala dukungan sosial dan *academic burnout* pada 296 subjek sudah memenuhi kriteria dengan nilai signifikansi 0,027, dimana nilai ini lebih dari 0,05, sehingga dapat dikatakan kedua variabel mempunyai normalitas.

b. Hasil Uji Linearitas

Dilakukan uji linearitas bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruh pada variabel dukungan sosial dengan *academic burnout*. Uji linearitas dalam penelitian ini memakai *test for linearity* pada program *IBM SPSS* versi 25.0 Berikut hasil yang uji linearitas:

Tabel 4. 23 Hasil Uji Lineritas

Variabel	F	P(<0,05)	Keterangan
Dukungan Sosial* <i>Academic Burnout</i>	1.066	0,376	Linear

Berdasarkan tabel 4.23, bahwa dapat dilihat nilai signifikansi uji linearitas dari variabel dukungan sosial dengan *academic burnout* adalah 0,376 ($p > 0,05$), hal ini dapat dilihat bahwa nilai signifikansi melebihi nilai dari 0,05, maka dapat dikatakan variabel dukungan sosial dan *academic burnout* pada mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang mempunyai linearitas.

3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan teknik *Pearson Product Moment* pada program *IBM SPSS* versi 25.0. berikut hasil hasil uji hipotesis:

Tabel 4. 24 Uji Hipotesis

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
	,472 ^a	.223	.220	7.140

- a. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial
- b. Dependent Variable: Academic Burnout

Berdasarkan tabel 4.24, *model summary* dari hasil uji regresi sederhana diatas menjelaskan bahwa besarnya nilai korelasi (R) sebesar 0,472 dimana output dari perolehan koefisien determinasi atau (R Square)

yaitu 0,223 yang mempunyai arti bahwa adanya pengaruh variabel bebas dukungan sosial terhadap variabel terikat *academic burnout* memiliki persentase sebesar 22,3%.

Tabel 4. 25 Tabel Anova

Model	Sum of Square	DF	Mean Square	F	Sig.
Regression	4290.727	1	4290.727	84.170	.000 ^b
Residual	14987.297	294	50.977		
Total	19278.024	295			

- a. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial
 a. Dependent Variable: Academic Burnout

Berdasarkan tabel 4.25, diketahui bahwa F hitung mempunyai nilai 84.170 dengan tingkat signifikansi senilai ,000^b dimana nilai ini kurang dari 0,05, maka dapat diketahui bahwa model regresi dapat dipakai untuk mengetahui adanya pengaruh dari variabel dukungan sosial dengan variabel *academic burnout*.

Tabel 4. 26 Coefficient

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	70.739	3.139		22.535	.000
Dukungan Sosial	-,533	,058	-, 472	-9,174	.000

- a. Dependent Variable: Academic Burnout
 Keterangan:
 Ho: Tidak ada pengaruh antara dua variabel
 Ha: Ada pengaruh antara dua variabel

Berdasarkan tabel 4.26, pengolahan data diatas dapat diketahui bahwa *constant* (a) sebesar 70.739 sehingga dapat diketahui bahwa nilai

variabel berpartisipasi, sementara nilai *academic burnout* (b/koeffisien regresi) sebesar -0,533. Nilai signifikansi 0.00 maka dapat dikatakan bahwa variabel X yaitu dukungan sosial berpengaruh negatif signifikan terhadap variabel Y yaitu *academic burnout*.

Berdasarkan nilai signifikansi berdasarkan tabel diatas coefficients dapat diketahui bahwa terdapat nilai sebesar 0,000 dimana nilai ini lebih kecil dari 0,005, sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel dukungan sosial (X) berpengaruh terhadap variabel *academic burnout* (Y). jika dilihat dari nilai t, bahwa $t_{hitung} -9,174 > t_{tabel} -5,33$, sehingga dapat dikatakan bahwa variabel dukungan sosial (X) berpengaruh pada variabel *academic burnout* (Y) artinya H_0 ditolak sedangkan H_a diterima.

Dilihat berdasarkan pemaparan diatas dapat diketahui bahwa jika dukungan sosial tinggi maka *academic burnout* rendah, sementara itu jika dukungan sosial rendah maka *academic burnout* tinggi.

C. PEMBAHASAN

1. Tingkat Dukungan Sosial pada Mahasiswa Rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Diketahui bahwa pemaparan diatas tingkat variabel dukungan sosial dari 296 mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang terdapat 6 (2%) mahasiswa rantau dengan kategori rendah, 159 (54%) mahasiswa rantau dengan kategori sedang, dan 131 (44%) mahasiswa rantau dengan kategori tinggi.

Berdasarkan data diatas dapat diketahui bahwa tingkat dukungan sosial pada mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang mengalami dukungan sosial rendah sebanyak 6 mahasiswa dengan persentase 2%. Menurut Riza & Rambe (2010) dukungan sosial yang rendah dapat didefinisikan sebagai aktivitas yang sifatnya negatif

sehingga dapat memberikan penguatan yang negatif pada individu. Dapat diketahui bahwa dukungan sosial yang rendah yang dialami subjek dikarenakan adanya kurangnya dukungan sosial yang berasal dari dukungan sosial keluarga, dukungan sosial yang berasal dari teman, dan dukungan sosial yang berasal dari *significant others*. Menurut Saputri (2020) mahasiswa yang mendapatkan dukungan sosial yang rendah cenderung tidak mempunyai kontrol atau perhatian dukungan dari pihak lain dalam kehidupan sehari – harinya, sehingga hal ini dapat mengakibatkan kurangnya tanggung jawab terhadap akademiknya.

Mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang mempunyai kategorisasi dukungan sosial sedang sebanyak 159 mahasiswa dengan persentase 54%. Menurut Faqih (2020) mahasiswa yang mendapatkan dukungan sosial yang sedang mengatakan bahwa mahasiswa tersebut sesekali mendapatkan beberapa dukungan sosial yang berasal dari keluarga, teman, ataupun orang lain, mahasiswa tersebut mendapatkan bantuan yang dapat diandalkan, mendapatkan pengakuan akan dirinya dan kemampuannya, serta mendapatkan penghargaan, dan sesekali menerima informasi, saran, ataupun nasehat dalam menghadapi masalahnya.

Mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang mempunyai kategorisasi dukungan sosial tinggi sebanyak 131 mahasiswa dengan persentase 44%. Menurut Faqih (2020) dukungan sosial yang tinggi dikarenakan adanya dukungan yang kuat yang berasal dari dukungan keluarga, dukungan teman, dan dukungan orang lain, sehingga dapat berpengaruh terhadap diri mahasiswa. Di tambah menurut Herin & Sawitri (2017) dukungan sosial tinggi didapatkan karena adanya penguatan merangsang emosi yang positif serta pengakuan emosi negatif terhadap orang-orang terdekat yang berada di lingkungan sekitarnya, dan juga orang dekat tersebut dapat memahami keadaan dan juga dapat memberikan perhatian.

Berdasarkan kategorisasi pada dimensi dari dukungan keluarga Mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Mauana Malik Ibrahim mendapatkan 7 (2%) mahasiswa rantau yang mendapat kategori rendah, 129 (44%) mahasiswa yang mendapatkan kategori sedang, dan 160 (54%) mahasiswa rantau yang mendapatkan persentase tinggi. Menurut Muflihah & Savira (2021) keluarga bisa adalah salah satu pendukung sosial yang dapat memberikan dorongan pada mahasiswa sehingga dapat meningkatkan semangat dalam trepan beban akademik, keluarga juga sebagai sumber dalam emmbantu pemecahan masalah jika mahasiswa dalam kesulitan, keuarga juga dapat memberikan sokongan baik dalam bentuk materil dan emosional.

kategorisasi pada dimensi dari dukungan teman Mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Mauana Malik Ibrahim mendapatkan 9 (3%) mahasiswa rantau yang mendapat kategori rendah, 198 (67%) mahasiswa yang mendapatkan kategori sedang, dan 89 (67%) mahasiswa rantau yang mendapatkan persentase tinggi hal ini dapat dilihat bahwa lebih banyak mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang mendapatkan dukungan teman lebih bnayak dengan kategori sedang hal ini menandakan bahwa dukungan yang didapatkan melalui dukungan teman tidak termasuk tinggi dan juga tidak rendah. Menurut Muflihah & Savira (2021) teman merupakan orang dapat menjadi seseorang yang dekat sesudah keluarga, adanya teman dapat memberikan adnaya dukungan bagi mahasiswa dalam menghadapi kesulitan dan juga stres.

kategorisasi pada dimensi dari dukungan *significant other* Mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Mauana Malik Ibrahim mendapatkan 14 (4%) mahasiswa rantau yang mendapat kategori rendah, 185 (63%) mahasiswa yang mendapatkan kategori sedang, dan 98 (33%) mahasiswa rantau yang mendapatkan persentase tinggi hal ini dapat dilihat bahwa lebih banyak mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang mendapatkan dukungan *significant other*

lebih banyak dengan kategori sedang hal ini menandakan bahwa dukungan yang didapatkan melalui dukungan teman tidak termasuk tinggi dan juga tidak rendah. Menurut Muflihah & Savira (2021) dukungan *significant other* seperti kekasih, tetangga, dosen dan juga orang disekitar lingkungan dapat memberikan dukungan sosial dan berdampak pada rasa aman dan juga rasa nyaman jika mahasiswa mendapatkan dukungan dari *significant other*.

Kemudian tingkat dukungan sosial mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang berdasarkan jenis kelamin, pada jenis kelamin laki laki berjumlah 137 (46%) mahasiswa laki-laki dan 159 (54%) mahasiswa perempuan dengan total 296 mahasiswa rantau, 1 (1%) pada mahasiswa rantau laki-laki terdapat yang mengalami dukungan sosial rendah, 73 (53%) mahasiswa rantau laki-laki terdapat yang mengalami dukungan sosial sedang, 63 (46%) mahasiswa rantau laki-laki terdapat yang mengalami dukungan sosial tinggi.

Sementara itu tingkat dukungan sosial mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang pada jenis kelamin perempuan, terdapat 5 (3%) mahasiswa rantau perempuan yang mengalami dukungan sosial rendah, 87 (55%) mahasiswa rantau perempuan yang mengalami dukungan sosial sedang, dan 67 (42%) mahasiswa rantau perempuan yang mengalami dukungan sosial rendah.

Berdasarkan data diatas diketahui bahwa persentase dukungan sosial berdasarkan kategori rendah, sedang, tinggi antara laki –laki dan perempuan tidak berbeda jauh, hal ini dikarenakan sumber dukungan sosial yang didapatkan oleh mahasiswa rantau laki-laki dan perempuan mendapat porsi yang sama dari dukungan sosial keluarga, dukungan teman, dan dukungan *significant others*, hal ini menjelaskan bahwa pada dasarnya manusia membutuhkan dukungan sosial yang sama dari berbagai sumber baik laki-laki dan perempuan tidak terdapat perbedaan.

Dukungan sosial pada umumnya sangat dibutuhkan individu karena dukungan sosial merupakan dukungan hadirnya orang lain yang orang lain andalahkan saat mereka membutuhkan bantuan, individu yang membutuhkan dukungan sosial juga mendapatkan dorongan, dan penerimaan apabila terkena kesulitan pada saat berinteraksi dengan lingkungan, hal tersebut yang membuat individu merasa diperhatikan, merasa bernilai, dan dicintai (Handono, 2013).

Peneliti juga mengukur kategorisasi dukungan sosial berdasarkan tingkat pendidikan mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang mulai dari angkatan keempat tahun 2018 yang berjumlah 71 mahasiswa rantau, mendapatkan kategori dukungan sosial tinggi 21 (30%) mahasiswa rantau, kategori dukungan sosial sedang 50 (70%) mahasiswa rantau, dan kategori dukungan sosial rendah 0 (0%) mahasiswa rantau.

Angkatan ketiga tahun 2019 yang berjumlah 63 mahasiswa rantau, mendapatkan kategori dukungan sosial tinggi 14 (22%) mahasiswa rantau, kategori dukungan sosial sedang 49 (78%) mahasiswa rantau, dan kategori dukungan sosial rendah 0 (0%) mahasiswa rantau.

Angkatan kedua tahun 2020 yang berjumlah 80 mahasiswa rantau, mendapatkan kategori dukungan sosial tinggi 27 (34% mahasiswa rantau), kategori sedang mendapatkan 47 (59%) mahasiswa rantau, dan kategori rendah mendapatkan 6 (7%) mahasiswa rantau.

Angkatan pertama tahun 2021 yang berjumlah 82 mahasiswa rantau, mendapatkan kategori dukungan sosial tinggi 13 (16%) mahasiswa rantau, kategori sedang mendapatkan 68 (83%) mahasiswa rantau, dan kategori rendah mendapatkan 1 (1%) mahasiswa rantau

Data persentase diatas memberitahu bahwa berdasarkan tingkat pendidikan pada mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang mendapatkan kategori mayoritas sedang, hal

ini mengartikan bahwa dukungan yang sosial yang didapatkan mahasiswa rantau setiap angkatan yang berasal dari dukungan sosial keluarga, dukungan sosial teman, dan dukungan sosial *significant other* diterima dengan jumlah rata-rata pada rentang sedang, hal ini menjelaskan bahwa dukungan sosial yang diberikan oleh keluarga dan juga teman mempunyai keutamaan yang penting pada saat individu mengalami stress dan juga mencegah adanya stress yang mengakibatkan *burnout* (Baron, 2012).

Ditambah dengan adanya kehadiran teman sebaya yakni dukungan sosial yang berasal dari teman dapat berefek terhadap timbulnya perasaan nyaman, dikarenakan individu melihat tugas yang didupakannya oleh dirinya sendiri, jika bersama teman – teman hal ini akan menjadi mudah dan menjadi kekuatan terhadap dirinya agar tetap bertahan menjalani permasalahan, dukungan sosial dari sumber lain juga dapat memberikan hasil yang membuat individu merasa terlindungi terhadap hal yang negatif yang dapat menyebabkan stress bahkan depresi (Chandra, 2013).

2. Tingkat *Academic Burnout* pada Mahasiswa Rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Diketahui bahwa pemaparan diatas pada tingkat variabel *academic burnout* dari 296 mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang terdapat 72 (24%) mahasiswa rantau dengan kategori rendah, 212 (72%) mahasiswa rantau dengan kategori sedang, dan 12 (4%) mahasiswa rantau dengan kategori tinggi.

Berdasarkan data diatas dapat diketahui bahwa tingkat *academic burnout* pada mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang mengalami *academic burnout* rendah sebanyak 72 mahasiswa dengan persentase 24% mahasiswa. tersebut menunjukkan bahwa dimensi *academic burnout* pada exhaustion (kelelahan emosional), *cynicism* (sinisme), dan *inefficacy* (merasa tidak kompeten) mendapatkan nilai yang rendah, hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa rantau memiliki

keterikatan yang baik dan positif terhadap tugas dan aktivitas akademik, mahasiswa lebih mempunyai motivasi terhadap pembelajaran (Sagita & Meiliawati, 2021).

Mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang mempunyai kategorisasi *academic burnout* sedang sebanyak 212 mahasiswa dengan persentase 72%, hal tersebut menandakan bahwa pada dimensi *academic burnout* pada exhaustion (kelelahan emosional), *cynicism* (sinisme), dan *inefficacy* (merasa tidak kompeten) mendapatkan nilai yang sedang, tidak tergolong tinggi ataupun rendah. *Academic burnout* yang sedang menandakan adanya rasa tekanan dan kejenuhan merasakan energi dan motivasi serta dimensi *academic burnout* yang semula tinggi terus menerus berkurang, sehingga dapat berpengaruh terhadap tugas ataupun aktivitas yang membuat mahasiswa stress dan menyebabkan *academic burnout* (Simbolon & Simbolon, 2021).

Mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang mempunyai kategorisasi *academic burnout* tinggi sebanyak 12 mahasiswa dengan persentase 4%. Hal tersebut menandakan bahwa terdapat dimensi *academic burnout* pada exhaustion (kelelahan emosional), *cynicism* (sinisme), dan *inefficacy* (merasa tidak kompeten) mendapatkan nilai yang tinggi, hal tersebut disebabkan karena mahasiswa mempunyai tugas akademik yang diberikan melebihi kemampuannya sendiri sehingga dapat menurunnya mutu pembelajaran terhadap akademiknya, dan mempunyai relasi yang tidak baik terhadap lingkungan akademiknya, hal tersebut membuat kreativitas mahasiswa menurun, dan akan menyebabkan *burnout* (Arlinkasari & Akmal, 2017). Dilanjut menurut (Orpina & Prahara, 2019) *burnout academic* muncul karena adanya proses pembelajaran yang diikuti oleh mahasiswa yang menyebabkan mahasiswa lelah secara emosional, memiliki kecenderungan depresi, dan dan memiliki perasaan prestasi diri yang rendah.

Berdasarkan kategorisasi pada dimensi dari *exhaustion* Mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim mendapatkan 28 (9%) mahasiswa rantau yang mendapat kategori rendah, 245 (83%) mahasiswa yang mendapatkan kategori sedang, dan 23 (8%) mahasiswa rantau yang mendapatkan persentase tinggi. Hal ini megartikan bahwa tingkat *academic burnout* pada dimensi *exhaustion* pada mahasiswa Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang mendapatkan mayoritas kategori sedang sehingga *exhaustion* yang dialami oleh mahasiswa mahasiswa Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang tidak rendah dan juga tidak tinggi. Menurut Alimah & Swasti (2018) kelelahan mental yang dirasakan seperti terhambatnya kebebasan berfikir, terhambatnya aktivitas dalam keseharian, medapatkan rasa tertekan, bekerja keras namun masih saja merasa kekurangan dalam hasilnya.

Besagitasagirdasarkan kategorisasi pada dimensi dari *cynism* Mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Mauana Malik Ibrahim mendapatkan 18 (8%) mahasiswa rantau yang mendapat kategori rendah, 195 (85%) mahasiswa yang mendapatkan kategori sedang, dan 15 (7%) mahasiswa rantau yang mendapatkan persentase tinggi. Menurut Sagita & Meilyawati, (2021) sikap cynicism terlihatdari sikap ketidak patuhan dan kurangnya rasa hormat pada pengajar, kurnagnya kontrol emosi dan juga menghatur diri.

Berdasarkan kategorisasi pada dimensi dari *inefficacy* Mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Mauana Malik Ibrahim mendapatkan 90 (29%) mahasiswa rantau yang mendapat kategori rendah, 195 (65%) mahasiswa yang mendapatkan kategori sedang, dan 18 (6%) mahasiswa rantau yang mendapatkan persentase tinggi. Menurut Anggraeni et al (2021) *inefficacy* atau ketidakmampuan dalam diri pada pada mahasiswa disebabkan karena danya kesulitan dalam beradaptasi baik faktor akademik

maupun tidak ditambah dengan adanya tuntutan yang membuat *burnout* pada individu

Tingkat *academic burnout* pada mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang berdasarkan jenis kelamin, pada jenis kelamin laki-laki dengan jumlah 137 (46%) dan pada jenis kelamin perempuan dengan jumlah 159 (54%), dengan total mahasiswa rantau 296, dengan kategorisasi *academic burnout* pada mahasiswa rantau laki-laki terdapat 30 (30%) mahasiswa rantau yang mengalami *academic burnout* rendah, 104 (76%) mahasiswa rantau yang mengalami *academic burnout* sedang, dan 3 (2%) mahasiswa rantau yang mengalami *academic burnout* tinggi.

Sementara itu tingkat *academic burnout* pada mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang pada jenis kelamin perempuan, terdapat dengan kategorisasi *academic burnout* pada terdapat 8 (5%) mahasiswa rantau yang mengalami *academic burnout* rendah, 140 (88%) mahasiswa rantau yang mengalami *academic burnout* sedang, dan 11 (7%) mahasiswa rantau yang mengalami *academic burnout* tinggi.

Dilihat dari data diatas dapat diketahui bahwa terdapat variasi persentase antara kategorisasi *academic burnout* antara laki-laki dan perempuan, dengan mayoritas persentase terhadap kategori, yakni mendapat kategori sedang, dengan persentase *academic burnout* pada mahasiswa rantau laki-laki mendapatkan nilai 76% dan mahasiswa rantau perempuan mendapatkan nilai 88% hal ini menunjukkan bahwa persentase pada jenis kelamin lebih besar daripada laki-laki. Indilusiantari & Meliana (2015) berpendapat bahwa *burnout academic* yang tinggi dialami perempuan dibandingkan dengan laki-laki disebabkan, karena perempuan lebih mudah terlibat terhadap emosional dengan orang lain sehingga akan menyebabkan kelelahan secara emosional. Dilanjut berdasarkan pendapat Christiana (2020)

perempuan lebih rentan mengalami kelelahan emosional dan intensitas mendapatkan kelelahan secara emosional lebih sering daripada laki-laki.

Peneliti juga mengukur kategorisasi *academic burnout* berdasarkan tingkat pendidikan terhadap mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, mulai dari angkatan keempat tahun 2018 dengan jumlah 71 mahasiswa rantau, pada kategorisasi rendah sebanyak 18 (25%) mahasiswa rantau, pada kategorisasi sedang sebanyak 49 (69%) mahasiswa rantau, dan pada kategorisasi rendah 4 (6%) mengalami *academic burnout* tinggi.

Angkatan ketiga tahun 2019 dengan jumlah 63 mahasiswa rantau, mendapatkan kategori *academic burnout* rendah 2 (3%) mahasiswa rantau, kategori *academic burnout* sedang sebanyak 57 (91%) mahasiswa rantau, dan kategori *academic burnout* tinggi sebanyak 4 (6%) mahasiswa rantau.

Angkatan kedua tahun 2020 dengan jumlah 80 mahasiswa rantau, mendapatkan kategori *academic burnout* rendah 10 (13%) mahasiswa rantau, kategori *academic burnout* sedang sebanyak 64 (80%) mahasiswa rantau, dan kategori *academic burnout* tinggi sebanyak 6 (7%) mahasiswa rantau.

Angkatan pertama tahun 2021 dengan jumlah 82 mahasiswa rantau, mendapatkan kategori *academic burnout* rendah 13 (16%) mahasiswa rantau, kategori *academic burnout* sedang sebanyak 65 (79%) mahasiswa rantau, dan kategori *academic burnout* tinggi sebanyak 4 (5%) mahasiswa rantau.

Data persentase diatas memberitahu berdasarkan tingkat pendidikan pada mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang mendapatkan kategori *academic burnout* dengan mayoritas sedang, hal ini mengartikan bahwa keadaan *academic burnout* pada mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang pada dimensi exhaustion (kelelahan emosional), *cynicism* (sinisme), dan *inefficacy* (merasa tidak kompeten) mendapatkan nilai rata-rata sedang. Menurut (Dimala & Rohayati, 2020) *academic burnout* pada kategori sedang

mengatakan bahwa mahasiswa dalam penyelesaian tugas akademiknya bergantung terhadap tipe kesulitan tugas yang diberikan, mahasiswa cenderung tidak mau melakukan penugasan ataupun mengerjakan aktivitas akademik diluar kemampuannya, serta jika tugas akademik dalam kategori sulit maka mahasiswa mudah untuk dipengaruhi dan digoyahkan, hal ini yang membuat *academic burnout* pada mahasiswa rendah mengarah kepada kategori sedang.

3. Pengaruh Dukungan Sosial terhadap *Academic Burnout* pada mahasiswa Rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

Dukungan sosial menurut bantuan yang didapatkan oleh individu yang tidak terwujud secara fisik yang individu dapatkan dari teman, keluarga, maupun orang lain, pada ruang lingkup sosial individu, sehingga dapat memberikan benefit yang maksimal terhadap penurunan stres, peningkatan kesejahteraan, dan peningkatan kesehatan (House dalam Sarafino 1979).

Zimet et al, (1988) menambahkan bahwa dukungan sosial adalah suatu dukungan yang diterima dari orang terdekat seseorang yaitu keluarga, dukungan dari teman, serta orang-orang yang bermakna bagi individu yang berada disekitarnya.

Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat mayoritas subjek mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang mendapatkan dukungan sosial dengan kategori sedang 54% mengarah ke kategori cenderung tinggi 44%. Kondisi tersebut menandakan bahwa dukungan sosial yang didapatkan oleh mahasiswa rantau dari keempat angkatan, mulai dari tingkat pendidikan, tahun keempat angkatan 2018, tahun ketiga angkatan 2019, tahun kedua angkatan 2020, dan tahun pertama angkatan 2021 mendapatkan dukungan sosial yang baik berasal dari dukungan sosial keluarga, dukungan sosial teman, dan dukungan sosial *significant other* yang dapat berasal dari dosen, tetangga, kekasih, dan lain sebagainya.

Dukungan sosial yang baik, didapatkan oleh mahasiswa rantau hal ini mereka dapatkan karena mereka dapat bantuan secara emosional dan juga dapat berbagi keluh kesah dengan keluarganya yang berbeda kota, meskipun jauh dari tempat tinggal asal mahasiswa rantau di Fakultas Sains dan Teknologi dapat berkomunikasi melalui jarak jauh dengan menggunakan *media social* sehingga mahasiswa rantau dalam menjalin komunikasi yang baik dan merasa diperhatikan oleh keluarganya.

Mahasiswa rantau Fakultas Sain dan Teknologi sering sekali ditanyakan kabarnya, mendapatkan dukungan support secara verbal, mereka juga mendapatkan dukungan sosial dari temannya, mahasiswa rantau Fakultas Sain dan Teknologi mendapatkan bantuan dari teman sebayanya, selain itu mereka juga cenderung mendapatkan perhatian yang baik dari temannya, sehingga mereka merasa mempunyai *support system* dalam menjalani kehidupan akademiknya pada saat merantau, dan juga sering diberi semangat oleh teman-temannya, ditambah mereka cenderung dapat berbagi keluh kesah atas apa yang mereka alami, sehingga dapat mengurangi beban sebagai mahasiswa rantau.

Ditambah dengan dukungan sosial yang berasal dari *significant other*, mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi adanya peran dosen, kekasih, serta orang disekitar subjek membuat mereka merasa dibantu dalam kehidupannya sebagai mahasiswa rantau, hal tersebut membuat mahasiswa rantau memiliki orang yang spesial dan siap membantu ketika mereka sedang dalam kesulitan, merek juga cenderung dapat bercerita suka maupun duka kepada, serta *significant other* pada mahasiswa rantau fakultas Sains dan Teknologi cenderung memberikan semangat dan motivasi.

Dukungan sosial adalah sebuah hal yang penting bagi seorang mahasiswa di masa perkuliahannya, karena mahasiswa mengemban harapan yang tinggi dari masyarakat, keluarganya, dan juga dirinya sendiri, dengan adanya hal tersebut tugas tambahan dan tekanan yang ditopang menjadi

tanggung jawab mahasiswa menjadi lebih banyak, dengan adanya dukungan sosial mahasiswa mampu dalam menganggap masalah menjadi mudah serta mempunyai rencana penyelesaian masalah yang lebih bervariasi dan adaptif, serta menjadikan tekanan tersebut menjadi lebih ringan (Wang et al. 2014).

Mahasiswa rantau yang belajar di perguruan tinggi tidak jarang mendapatkan permasalahan psikologikal, yang termasuk kepada terpisahnya mahasiswa terhadap jaringan sosial yang sudah dibentuk sebelumnya, mahasiswa rantau akan meninggalkan tempat tinggal mereka dan akan mengalami kurangnya dukungan sosial dan psikologis dari orang lain dari orang disekitar mereka, akibatnya hal ini akan menjadi efek yang buruk terhadap kesehatan jiwa serta proses adaptasi mereka, mahasiswa mahasiswa rantau yang tidak mendapatkan dukungan sosial maka mahasiswa tersebut akan merasa berat dan sulit dalam menjalani proses perkuliahannya (Gonçalves et al. 2014).

Bukan hanya itu, mahasiswa mengemban tugas dan kewajiban tersebut tanpa adanya dukungan dari keluarga, teman sebaya, dan juga sumber dukungan lain hal tersebut akan menyebabkan masalah mental bagi mahasiswa. Menurut (Christiana 2020) kurangnya dukungan sosial terhadap mahasiswa menjadi faktor yang akan menyebabkan *burnout* pada mahasiswa, karena dalam menghadapi masalah atau beban dibutuhkan adanya dukungan orang lain yang dapat memberikan dukungan sosial ataupun dukungan secara emosional agar mahasiswa dapat terhindar dari *academic burnout*.

Ketika *burnout* pada mahasiswa tidak ditangani dan dibiarkan, akan menyebabkan stres berkepanjangan dan juga menyebabkan rasa lelah secara emosi bagi mahasiswa rantau, dan akan menimbulkan masalah lain seperti sinis terhadap tugas serta perkuliahan dan rasa tidak mampu untuk mengerjakan tugas. Sesuai dengan teori dari Schaufeli et al., (2002) *academic burnout* adalah kondisi dimana individu merasakan kelelahan dikarenakan oleh tuntutan

akademis, merasa pesimis, kurangnya minat pada studi, dan juga menganggap diri tidak berkompeten dalam melaksanakan tugasnya.

Menurut Gold & R.A. Roth (1993) salah satu hal yang berpengaruh terhadap *academic burnout* adalah adanya dukungan sosial. Sementara itu Andi et al., (2020) berpendapat bahwa penyebab mahasiswa mempunyai *academic burnout* penyebabnya adalah kurangnya dukungan sosial dari orang-orang terdekatnya, sehingga dengan adanya dukungan sosial yang tinggi maka tingkat *academic burnout* akan semakin berkurang

Pengaruh dukungan sosial terhadap *academic burnout* pada mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dengan 296 subjek, penelitian ini dihitung menggunakan SPSS dengan teknik sampling, yaitu *purposive sampling*. Hasil uji hipotesis memakai uji regresi sederhana mendapatkan signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$, hal ini menyatakan bahwa dukungan sosial berpengaruh terhadap *academic burnout* pada mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Hal ini menyatakan bahwa H_a diterima sementara H_o ditolak. Dukungan sosial memiliki nilai koefisien $-0,533$ maka dapat diketahui bahwa variabel dukungan sosial (X) berpengaruh negatif terhadap *academic burnout* (Y).

Nilai koefisien negatif menandakan bahwa, memiliki pengaruh yang berlawanan arah semakin tinggi dukungan sosial yang diperoleh mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, maka *academic burnout* yang dialami rendah, begitu sebaliknya. Sumbangan efektif diberikan nilai *R square*, yaitu $0,023$. Artinya variabel dukungan sosial mempengaruhi variabel *academic burnout* sebesar $22,3\%$, sementara sisanya $77,7\%$ dipengaruhi faktor lain, yang tidak diteliti pada penelitian ini.

Menurut Maslach et al., (2001) tingkat *academic burnout* yang rendah dapat dipengaruhi oleh faktor lain seperti beban kerja, pengawasan, penghargaan, komunitas, keadilan, nilai, kepribadian, *level* ketaatan, kendali

internal dan eksternal individu, gaya koping stres individu, harga diri atau *self esteem*, dan perilaku penyikapan individu terhadap tugas yang ditekuninya.

Menurut Santrock (2002) faktor lain yang mempengaruhi *academic burnout* dapat juga terjadi karena individu memiliki pengetahuan dan ilmu yang luas, serta mempunyai latar belakang pendidikan tinggi, individu yang mempunyai latar belakang pendidikan tinggi dan ilmu yang luas akan cenderung dapat mengevaluasi dirinya secara baik dan positif, sehingga individu dapat menyelesaikan tekanan dan masalah yang didapatkan baik yang berasal dari internal dan eksternal individu.

Dilanjutkan menurut Gold, Y., & Roth (1993) terdapat berapa faktor internal yang menyebabkan terjadinya *academic burnout*, seperti *self-esteem*, *self-concept*, dan *self efficacy*. Menurut Andi dkk, (2020) individu yang memiliki *self-esteem*, *self-concept*, dan *self efficacy* yang baik, akan membantu mahasiswa untuk menghadapi keadaan yang penuh dengan tekanan dan juga beban yang tidak sedikit, sehingga individu dapat terhindar dari kemungkinan terjadinya *academic burnout*. maka dari itu mahasiswa dapat membangun *self-esteem*, *self-concept*, dan *self efficacy* yang baik dari internal dirinya untuk menanggulangi beban akademik dan dapat menghindari stres akademik yang akan menyebabkan burnout.

Temuan penelitian pada penelitian ini adalah, adanya temuan berdasarkan dimensi pada variabel dukungan sosial yaitu dimensi dukungan sosial keluarga yang cenderung tinggi daripada dimensi lainnya yaitu dukungan sosial teman dan *significant other* ditambah dengan dimensi pada variabel *academic burnout* dengan temuan subjek mendapat kategori yang sama, yaitu kategori sedang pada dimensi *exhaustion*, *cynicism*, dan *innefficacy*.

Bukan hanya itu kategorisasi berdasar jenis kelamin pada mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang menjadi salah satu temuan pada penelitian ini, di mana mahasiswa laki-laki dan perempuan cenderung memiliki tingkat *academic burnout* dan

dukungan sosial yang sama, di tambah dengan adanya kategorisasi berdasarkan tingkat pendidikan yakni angkatan 2018, 2019, 2020, dan 2021 mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang mendapatkan rata rata kategorisasi *academic burnout* dan dukungan sosial sedang.

Berdasarkan hasil yang didapatkan peneliti selama proses penelitian, peneliti mendapatkan keterbatasan penelitian, diantaranya:

1. Peneliti melakukan penelitian di masa pandemic Covid-19 sehingga, peneliti mengalami keterbatasan dalam mencari subjek penelitian dan menggali data secara luas.
2. Penelitian ini hanya terfokus pada satu fakultas dan universitas aja
3. Penelitian ini memakai alat ukur yang di modifikasi dari penelitian orang lain yang memakai alat ukur asalnya.
4. Penelitian ini memakai penelitian kuantitatif korelasional dengan analisis regresi sederhana.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisa data diatas pada penelitian tentang pengaruh dukungan sosial terhadap *academic burnout* pada mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, dapat diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat Dukungan Sosial pada mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan pada bab sebelumnya, hasil yang didapatkan pada tingkat dukungan sosial mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang di dimayoritaskan pada kategori sedang dengan jumlah 159 mahasiswa rantau dengan persentase 54%, sementara pada kategori rendah terdapat 6 mahasiswa dengan persentase 2%, dan selanjutnya pada kategori tinggi terdapat 131 mahasiswa rantau dengan persentase 44%. Artinya sebagian besar mahasiswa Rantau Faultas Sains dan Tenologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang mendapatkan dukungan sosial yang cukup, tidak tinggi dan tidak rendah dari sumber dukungan sosialnya yakni dukungan sosial keluarga, dukungan sosial teman, dan *significant other*.

2. Tingkat *Academic Burnout* pada mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan pada bab sebelumnya, hasil yang didapatkan pada tingkat *academic burnout* mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang di dimayoritaskan pada kategori sedang dengan jumlah 212 mahasiswa rantau dengan persentase 72%, sementara pada kategori rendah terdapat 72 mahasiswa dengan persentase 24%, dan selanjutnya pada kategori tinggi terdapat 12 mahasiswa rantau dengan presentase 4%. Artinya sebagian besar mahasiswa Rantau Faultas Sains dan

Tenologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang mendapatkan *academic burnout* yang tidka bgitu tinggi dan juga tidak rendah baik dari dimensi kelelahan emosional (*exhaustion*), sinsme (*cynicism*), dan rasa tidak berkompeten (*inneficacy*).

3. Pengaruh Dukungan Sosial terhadap *Academic Burnout* pada mahasiswa Rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

Pengaruh dukungan sosial terhadap *academic burnout* pada mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang mendapat pengaruh yang positif dan signifikan pada skala dukungan sosial dan *academic burnout* mendapatkan nilai $0,000 < 0,05$, Dukungan sosial memiliki nilai koefisien $-0,533$ maka dapat diketahui bahwa variabel dukungan sosial (X) berpengaruh negatif terhadap *academic burnout* (Y).

Nilai koefisien negatif menandakan bahwa, memiliki pengaruh yang berlawanan arah semakin tinggi dukungan sosial yang diperoleh mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, maka *academic burnout* yang dialami rendah, begitu sebaliknya. Sumbangan efektif diberikan nilai *R square*, yaitu $0,023$. Artinya variabel dukungan sosial mempengaruhi variabel *academic burnout* sebesar $22,3\%$, sementara sisanya $77,7\%$ dipengaruhi faktor lain, yang tidak diteliti pada penelitian ini.

B. Saran

Berdasarkan penelitian ini, maka terdapat beberapa saran kepada pihak terkait:

1. Bagi Subjek Penelitian

Bagi mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, diharapkan dapat menjaga stres akademiknya karena mayoritas mengalami *academic burnout* sedang, agar tidak mengarah kepada *academic burnout* tinggi, dan yang mengalami *academic burnout* tinggi diharapkan untuk mencari bantuan jika tidak dapat menanganinya sendiri sehingga *academic burnout* dapat menurun.

2. Bagi Penelitian Selanjutnya

Berdasarkan keterbatasan penelitain untuk mengembangkan kajian teori dari penelitian ini tentang dukungan sosial terhadap *academic burnout* diharapkan untuk melanjutkan penelitian ini degan jangkauan subjek yang luas tidak hanya pada satu universitas dan satu jurusan saja namun dari berbagai universitas, penelitian selanjutnya diharapkan untuk memakai alat ukur yang dibuat oleh pembuat alat ukur yang aslinya, serta penelitian selanjutnya dapat mengembangkan penelitiand dengan menggunakan metode eksperimen atau mix method, sehingga dapat memberikan tindakan kuratif kepada subjek yang mengalami *academic burnout* serta penelitian ini dapat berkelanjutan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abu-Rasain, H., and G. Hornby. (1994). "Counseling Foreign Students: A Review of Strategies." *Counseling Psychology Quarterly* 7(2) doi: 10.1080/09515079408254140.
- Alimah, S., & Swasti, K. G. (2018). Gambaran Burnout pada Mahasiswa Keperawatan di Purwokerto. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 11(2), 130. <https://doi.org/10.20884/1.jks.2016.11.2.709>
- Anggraeni, D. E., Irawan, E., Iklima, N., & Liliandari, A. (2021). Hubungan beban kerja dengan burnout pada perawat Ruang Isolasi Khusus (RIK) RSUD Kota Bandung di masa pandemik covid-19. *Jurnal Keperawatan BSI*, 9(2). <https://ejurnal.ars.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/649>
- Andi, Y., Sunaryo, H., & Anwarudin, M. K. (2020). Pengaruh dukungan sosial, self-esteem dan self- efficacy terhadap burnout mahasiswa. *E – Jurnal Riset Manajemen Prodi Manajemen*, 9(13). <http://riset.unisma.ac.id/index.php/jrm/article/view/8216>
- Aguayo, Raimundo, Gustavo R. Cañadas, Latifa Assbaa-Kaddouri, Guillermo A. Cañadas-De la Fuente, Lucía Ramírez-Baena, and Elena Ortega-Campos. (2019). "A risk profile of sociodemographic factors in the onset of academic burnout syndrome in a sample of university students." *International Journal of Environmental Research and Public Health* 16(5). doi: 10.3390/ijerph16050707.
- Ambarwati, Putri Dewi, Sambodo Shirdi Pinilih, and Retna Tri Astuti. (2019). "Gambaran tingkat stres mahasiswa." *Jurnal Keperawatan Jiwa* 5(1):40. doi: 10.26714/jkj.5.1.2017.40-47.
- Andi, Yusuf, Hadi Sunaryo, and M. Khoirul Anwarudin. (2020). "pengaruh dukungan

sosial, self-esteem dan self- efficacy terhadap burnout mahasiswa.” E-jurnal riset manajemen prodi manajemen 9(13).

Anggraini, Dian Puspita. (2016). “Analisis Kesulitan Mahasiswa Dalam Perkuliahan Dan Praktikum Kimia Dasar di Jurusan Pendidikan Biologi FKIP UNISBA.” *Jurnal Pendidikan Biologi* 8(1).

Al-Qur'an. Al-Maidah Ayat 2.

Al-Qur'an. Al-Maidah Ayat 80.

Arikunto, dan Suharsimi. (2006) *Prosedur Pendekatan Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.

Arlinkasari, Fitri, and Sari Zakiah Akmal. (2017). “Hubungan Antara School Engagement, Academic Self-Efficacy Dan Academic Burnout Pada Mahasiswa.” *Humanitas*. 1(2):81. doi: 10.28932/humanitas.v1i2.418.

Azwar, S. (2007). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Azwar, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Azwar, S. (2011) a. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Azwar, S. (2011) b. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Azwar, S. (2015). *Reliabilitas Dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Baron, Robert A, B. (2012). *Social psychology. 13th ed*. Pearson Education.

Chambel, Maria José, and Luis Currel. (2005) “Stress in Academic Life: Work Characteristics as Predictors of Student Well-Being and Performance.” *Applied Psychology* 54(1):135–47. doi: 10.1111/j.1464-0597.2005.00200.x.

Chandra, R. I. (2013). *Go with the flow: Dukungan sosial dan flow akademik pada*

- Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 2(1), 1–19. <https://journal.ubaya.ac.id/index.php/jimus/article/view/148>
- Chang, Eunbi, Ahram Lee, Eunji Byeon, and Sang Min Lee. (2015). “Role of Motivation in the Relation between Perfectionism and Academic Burnout in Korean Students.” *Personality and Individual Differences* 8 (2). doi: 10.1016/j.paid.2015.03.027.
- Christiana, E (2020). “Burnout akademik selama pandemi Covid 19.” prosiding seminar nasional bimbingan dan konseling mengukuhkan eksistensi peran BK pasca pandemi covid-19 di berbagai setting pendidikan 8–15.
- Das Priyadarshini, Prangya Paramita, and Rajkumar Sahoo. (2016). “Stress and depression among post graduate students.” *Appetite* 22(2).
- D., Sherrie Bourg Carter Psy. (2013). “The Tell Tale Signs of Burnout ... Do You Have Them?” diakses pada tanggal 18, Februari 2022 (<https://www.psychologytoday.com/intl/blog/high-octane-women/201311/the-tell-tale-signs-burnout-do-you-have-them%0D>).
- Damarhadi, Suprastowo, Mahmud Junianto, Siti Nur Indasah, and Nina Zulida Situmorang. (2020). “Kebermaknaan Hidup Pada Mahasiswa Rantau Di Indonesia.” *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi* 22(2) doi: 10.26486/psikologi.v22i2.957.
- Dimala, C. P., & Rohayati, N. (2020). kontribusi academic burnout dan dukungan sosial terhadap academic engagement pada mahasiswa Universitas Buana Perjuangan Karawang. *Psychophedia Jurnal Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang*, 4(2), 1–9.
- Dr. Ratna Wijayanti Daniar Paramita, S.E., M. M., CFrA. Noviansyah Rizal, S.E., M.M., Ak, CA, and M. M. Riza Bahtiar Sulistyan, S.E. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif*. 3rd ed. Kabupaten Lumajang: Widyagama Press.

- Eliza, Fannisa Fitri. (2021). "Perbedaan Kebutuhan Dukungan Sosial Antara Mahasiswa Perantau dengan Mahasiswa Tidak Merantau di Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara." *Skripsi*.
- Faqih, M. F. (2020). Pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap stres akademik mahasiswa Malang yang bekerja. *Etheses.Uin-Malang*, 116.
- Freudenberger, H. J., & Richelson. 1980. *Burn-out: The High Cost of High Achievement*. Massachusetts: Anchor Press.
- Fun, Lie Fun, Ida Ayu Nyoman Kartikawati, Lisa Imelia, and Fransiska Silvia. (2021). "Peran bentuk social support terhadap academic burnout pada mahasiswa psikologi di universitas 'X' Bandung." *Mediapsi* 7(1):17–26. doi: 10.21776/ub.mps.2021.007.01.3.
- Garcia, Yonatan Lopez and Vianey. 2019. "Burnout: An Invisible Barrier to Student Success." Retrieved February 18, 2022 (<https://srhsoffleash.org/846/news/burnout-an-invisible-barrier-to-student-success/>).
- Gold, Y., and R.A. Roth. (1993). *Teachers Managing Stress and Preventing Burnout: The Professional Health Solution*. London.Washington DC. Falmer Press
- Gonçalves, Amadeu, Carlos Sequeira, João Duarte, and Paula Freitas. (2014). "Suicide ideation in higher education students: influence of social support." *Atencion Primaria* 46(S5):88–91. doi: 10.1016/S 0212-6567(14)70072-1.
- Greindl, Ashley J. (2020). "The role of workload, social support, and psychosocial training as predictors of burnout in university students" Honors Undergraduate Theses. 793. <https://stars.library.ucf.edu/honorsthesis/793>

- Hamdi, Asep Saepul, and E. Baharuddin. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif Aplikasi Dalam Pendidikan*. Yogyakarta: Deepublish.
- Hasanah, Neneng Uswatun. (2017). “Selain Penambahan Pendaftar, Mahasiswa Juga Punya Sumbangan Lain Ke Kota Malang, Yaitu . . .” *Suryamalang.Com*. diakses pada tanggal 12 Januari 2022.
- Herin, M., & Sawitri, D. R. (2017). Dukungan orang tua dan kematangan karir pada siswa SMK Program Keahlian Tata Boga. *Jurnal Empati*, 6(1), 301–306.
- Heiman, and Kariv. (2005). “Task-Oriented versus Emotion-Oriented Coping Strategies: The Case of College Students.” *College Student Journal* 39(1):72–89.
- Indilusiantari, V., & Meliana, I. (2015). Faktor-faktor yang berhubungan dengan burnout syndrome pada pegawai di direktorat bina kesehatan kerja dan olahraga kementerian kesehatan republik indonesia jakarta selatan tahun 2015. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 7(1), 28–33.
<http://lp3m.thamrin.ac.id/upload/jurnal/JURNAL-1519366126.PDF>
- Isna Nur Fitasari. 2011. “Faktor yang berhubungan dengan kejadian stres pada mahasiswa fakultas kesehatan masyarakat.” FKM Airlangga. Skripsi.
- Jacobs, Sheri R., and David K. Dodd. (2003). “Student burnout as a function of personality, Social Support, and Workload.” *Journal of College Student Development* 44(3):291–303. doi: 10.1353/csd.2003.0028.
- Jenkins, Sharon Rae. (2003). “Traumatic Stress, and Burnout.” 18(1):71–87.
- Johnson, D. W & Johnson, F.(1991). *Joining Together Group Theory and Group Skill Fourth Edition*. New York: Prentice Hall.
- KBBI. n.d. “Kamus Besar Bahasa Indonesia.” KBBI. <https://kbbi.web.id/mahasiswa>.

Diakses pada tanggal 23 November 2021

- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2020). Klasterisasi Perguruan Tinggi Negeri 2020 Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan-Risetd dan Teknologi.
- Kim, Boram, Sooin Jee, Jong Wha Lee, Sunghee An, and Sang Min Lee. (2017). "Relationships between Social Support and Student Burnout: A Meta-Analytic Approach." *Stress and Health* 34(1):127–34. doi: 10.1002/smi.2771.
- Koochaki, G. M., A. Charkazi, A. Hasanzadeh, M. Saedani, M. Qorbani, and A. Marjani. (2011). "Prevalence of Stress among Iranian Medical Students: A Questionnaire Survey." *Eastern Mediterranean Health Journal* 17(7):593–98. doi: 10.26719/2011.17.7.593.
- Latipun.(2011). Psikologi Eksperimen. Malang: UMM Press.
- Leupold, Christopher R., Erika C. Lopina, and Julianne Erickson. (2020). "Examining the effects of core self-evaluations and perceived organizational support on academic burnout among undergraduate students." *Psychological Reports* 123(4):1260–81. doi: 10.1177/0033294119852767.
- Maharani, Dea Mukti. (2019). "Hubungan antara self-esteem dengan academic burnout pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Semarang Tahun Ajaran 2018/2019." *Skripsi*.
- Maslach, Christina. (2003). *The Burnout Cost of Caring*. Los Altos: IHSK.
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job Burnout. 397–422.
- Muflihah, L., and S. I. Savira. (2021). "Pengaruh persepsi dukungan sosial terhadap burnout akademik selama pandemi." *Jurnal Penelitian Psikologi Mahasiswa* 8 (2):201–211.

- Mughnia, Fatihatun Nuril. (2020). "Pengaruh burnout belajar terhadap prestasi belajar pada mata pelajaran matematika siswa kelas VIII MTSN 2 Malang tahun ajaran 2019/2020 skripsi."
- Muna, N. R. (2016). "Efektivitas teknik self regulation learning dalam mereduksi tingkat kejenuhan belajar siswa di SMA Insan Cendekia Sekar Kemuning Cirebon." *Holistik* 14(2).
- Naim, Mochtar. (1979). *Merantau: Pola Migrasi Suku Minangkabau*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Ngara, dkk (2021). "Hubungan Depresi Dengan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) Pada Mahasiswa Program Studi Arsitektur." *Cendana Medical ...* (April).
- Oki Tri Handono, K. B. (2013). Hubungan antara penyesuaian diri dan dukungan sosial terhadap stres lingkungan pada santri baru. *Empathy. Jurnal Fakultas Psikologi*, 1(2), 79–89.
- Orpina, S., & Prahara, S. A. (2019). Self-Efficacy dan Burnout Akademik pada Mahasiswa yang Bekerja. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 3(2), 119–130. <https://doi.org/10.30653/001.201932.93>
- Orpina, Septriyani, and Sowanya Ardi Prahara. (2019). "Self-efficacy dan burnout akademik pada mahasiswa yang bekerja." *Indonesian Journal of Educational Counseling* 3(2):119–30. doi: 10.30653/001.201932.93.
- Oyoo, Syprine Aoko, Peter Mucheru Mwaura, and Theresia Kinai. (2018). "Academic resilience as a predictor of academic burnout among form four students in Homa-Bay County, Kenya." *International Journal of Education and Research* 6(3):187–200.
- Pajarsari, Sri Utami, and Ni Made Ari Wilani. (2020). "Dukungan sosial terhadap kemunculan ide bunuh diri pada remaja." *Widya Caraka: Journal of*

Psychology and Humanities 1(1):34–40.

- Parmawati, Rina. (2007). “Perbedaan Motivasi Berprestasi Antara Mahasiswa Perguruan Tinggi Negeri-Swasta Ditinjau dari Mahasiswa Pendetang-Bukan Pendetang. Skripsi
- Pekdağ, Bülent. 2014. “Prospective Chemists’ and Pre-Service Chemistry Teachers’ Views about Science-Technology-Society (STS) Issues.” *Croatian Journal of Education* 16(3):11–53. doi: 10.15516/cje.v16i0.973.
- Pines, A., Aronson, E., Kafry. (1981). *Burnout: From Tedium to Personal Growth*. New York: Free Press.
- Pramesti, Maria Ardhita Mahayu. (2019). “Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Ide Bunuh Diri Pada Mahasiswa Rantau Semester Tujuh Fakultas Psikologi Universitas Airlangga. Skripsi.
- Rafidah, dkk. (2009). “Stress and academic performance: empirical evidence from university students.” *Academy of Educational Leadership Journal* 13(1).
- Rayhanatul Fitri dan Erin Ratna Kustanti. (2018). “Hubungan antara efikasi diri akademik dengan penyesuaian diri akademik pada mahasiswa rantau dari indonesia bagian timur di Semarang.” *Empati* 7(2):66–77.
- R.D. Hisrich. (2008). *Entrepreneurship Kewirausahaan Terjemahan Chriswan Sungkono & Diana Angelica*. Jakarta: Salemba Empat.
- Redityani, Ni Luh Putu Asri, and Luh Kadek Pande Ary Susilawati. (2021). “Program Studi Sarjana Psikologi, Fakultas Kedokteran.” *Jurnal Psikologi Udayana 2021* 8(1):86–94. doi: 10.24843/JPU.2021.v08.i01.p09.
- Riduwan dan Suharto. (2009). *Pengantar Statistika untuk Penelitian Pendidikan, Sosial, Ekonomi, dan Bisnis*. Alfabeta.

- Riza, A., & Rambe, R. (2010). *Korelasi antara dukungan sosial orang tua dan self-directed learning pada siswa SMA*. 37(2), 216–223.
- Rufaida, Hizma, and Erin Ratna Kustanti. (2017). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Di Universitas Diponegoro*. *Jurnal EMPATI*, 6(3), 217-222. <https://doi.org/10.14710/empati.2017.19751>
- Riduwan dan Suharto. (2009). *Pengantar Statistika untuk Penelitian Pendidikan, Sosial, Ekonomi, dan Bisnis*. Alfabeta.
- Riza, A., & Rambe, R. (2010). *Korelasi antara dukungan sosial orang tua dan self-directed learning pada siswa SMA*. 37(2), 216–223.
- Sagita, D. D., & Meilyawati, V. (2021). *Academic Burnout mahasiswa pada masa pandemi covid -19*. 8(2), 104–119.
- Santrock, J. W. (2002). *Life span development: perkembangan masa hidup edisi kelima jilid II*. Jakarta. Erlangga.
- Saputri, K. A. (2020). *Hubungan antara self efficacy dan social support dengan tingkat stres pada mahasiswa akhir penyusun skripsi di FIP UNNES Tahun 2019*. *Journal of Guidance and Counseling*, 4(1), 1519–1532. <https://doi.org/10.2224/sbp.2013.41.9.1519>
- Simbolon, P., & Simbolon, N. (2021). *Hubungan academic burnout dengan prokastinasi akademik pada mahasiswa STIKES Santa Elisabeth Medan*. *Jurnal Pendidikan*, 12 (2), 96–108. <https://jp.ejournal.unri.ac.id/index.php/JP/article/view/7904>
- Sugiyono, & Susanto, A. (2015). *Cara mudah belajar spss & lisrel*. Bandung. CV. Alfabeta.
- Umar, H. (2011). *Metode Penelitian untuk Skripsi dan Tesis Bisnis*. Depok. PT. Raja Grafindo Persada.

- Saifuddin, A. (2020). *Penyusunan skala psikologi*. Jakarta: Prenada Media.
- Salmela-Aro, Katariina, Noona Kiuru, Esko Leskinen, and Jari Erik Nurmi. (2009). "School Burnout Inventory (SBI) Reliability and Validity." *European Journal of Psychological Assessment* 25(1):48–57. doi: 10.1027/1015-5759.25.1.48.
- Salsabhilla dan Panjaitan. (2019). "Social support and its relationship with the suicide ideas among migrant students." *Jurnal Keperawatan Jiwa* 7(1):107–14. <https://doi.org/10.26714/jkj.7.1.2019.107-114>
- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence: Psikologi Remaja*. Jakarta: Erlangga.
- Sarafino, E. P. & Smith, T. W. (2011). *Health Psychology Biopsychological Interactions*. 7th ed. edited by C. Johnson, R. Johnson, and E. McKeever. New York: WILEY.
- Sarafino, E. (1979). *Health Psychology: Biopsychosocial Interaction*. 3 rd. New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Sarason, I. G., and B. R. Sarason. (1985). *Social Support: Theory, Research and Application*. Boston: Nijhoff Publishers.
- Schaufeli, W., & Enzmann, D. (1998). *The Burnout Companion to Study and Practice: A Critical Analysis*. T.J. International.
- Schaufeli, Wilmar B., Isabel M. Martínez, Alexandra Marques Pinto, Marisa Salanova, and Arnold B. Barker. (2002). "Burnout and Engagement in University Students: A Cross-National Study." *Journal of Cross-Cultural Psychology* 33(5):464–81. doi: 10.1177/0022022102033005003.
- Schaufeli, Wilmar B., and Marisa Salanova. (2007). "Efficacy or Inefficacy, That's the Question: Burnout and Work Engagement, and Their Relationships with Efficacy Beliefs." *Anxiety, Stress and Coping* 20 (2):177–96. doi:

10.1080/10615800701217878.

Setditjen Dikti, Kemendikbud, (2020). Higher Education Statistical Year Book 2020. Vols. 2528–025.

Smolak, L. (1993). *Adult Development*. New Jersey: Prentice-Hall, Inc.

Stanley, M., Patricia G., and Beare. (2007). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Edisi 2. 2nd ed. Jakarta: Kedokteran EGC.

Sudarji, Shanty, and Fifi Juniarti. (2020). “Perbedaan Grit Pada Mahasiswa Perantau Dan Bukan Perantau Di Universitas ‘X.’” *PSYCHE: Jurnal Psikologi* 2(1):1–10. doi: 10.36269/psyche.v2i1.176.

Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Sugiyono. (2016) *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung: PT. Alfabeta.

Sugiyono, and Agus Susanto. (2015). *Cara Mudah Belajar SPSS & Lisrel*. Bandung: CV. Alfabeta.

Sun, Sue Hui, and Aziz Zorah. (2015). “Assessing Stress among Undergraduate Pharmacy Students in University of Malaya.” *Indian Journal of Pharmaceutical Education and Research* 49(2):99–105. doi: 10.5530/ijper.49.2.4.

Umar, Husein. (2011). *Metode Penelitian Untuk Skripsi Dan Tesis Bisnis*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

W. E. Broadhead, MD, PhD, Stephen H. Gehlbach, MD, MPH, Frank V, DE Gruy,

- MD, MSFM, and Berthon H. Kaplan, PhD. 1988. "The Duke-UNC Functional Social Support Questionnaire Measurement of Social Support in Family Medicine Patients." *Medical Care* 26(7).
- Wang, Xingmin, Lin Cai, Jing Qian, and Jiayi Peng. (2014). "Social Support Moderates Stress Effects on Depression." *International Journal of Mental Health Systems* 8(1):1–5. doi: 10.1186/1752-4458-8-41.
- Waqas, A., Khan, S., Sharif, W., & Ali, A. (2014). "Association of Academic Stressors with Sleep Disturbances in Medical Students: Is Psychological Stress a Mediator?"
- Y, Jemirda Sundari. (2012). "Hubungan antara tingkat stres dengan intensitas olahraga pada mahasiswa reguler 2008 Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam Universitas Indonesia. Skripsi"
- Yang, Hui Jen. (2004). "Factors affecting student burnout and academic achievement in multiple enrollment programs in Taiwan's Technical-Vocational Colleges." *International Journal of Educational Development* 24(3):283–301. doi: 10.1016/j.ijedudev.2003.12.001.
- Yu, Ji Hye, Su Jin Chae, and Ki Hong Chang. (2016). "The relationship among self-efficacy, perfectionism and academic burnout in medical school students." *Korean Journal of Medical Education* 28(1):49–55. doi: 10.3946/kjme.2016.9.
- Zewail, A. 2002. "Science and Technology in the Twenty-First Century."
- Zimet, Gregory D., Nancy W. Dahlem, Sara G. Zimet, and Gordon K. Farley. 1988. "The Multidimensional Scale of Perceived Social Support." *Journal of Personality Assessment* 52(1):30–41. doi: 10.1207/s15327752jpa5201_2.

LAMPIRAN

Lampiran 1

Surat Izin Penelitian dan Permintaan Data Sampel



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
FAKULTAS PSIKOLOGI

Jalan Gajayana 50 Malang, 65144, Telepon: 0341-558916, Website: fpsl.uin-malang.ac.id

No. : 1275 /FPsi.1/PP.009/12/2021 10 Desember 2021
Perihal : **IZIN PENELITIAN SKRIPSI**

Kepada Yth.
**Dekan Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik
Ibrahim Malang**
di
Malang

Dengan hormat,
Dalam rangka untuk kebutuhan data penelitian skripsi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, maka dengan ini kami mohon kepada Bapak/Ibu berkenan memberikan seluruh data mahasiswa rantau pada setiap jurusan di Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang kepada:

Nama / NIM : AHMAD RIZKI FADILAH /18410170
Tempat Penelitian : Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
Judul Skripsi : Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Burnout Akademik pada Mahasiswa Rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
Dosen Pembimbing : Novia Solichah, M.Psi.

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terimakasih.

a.n. Dekan,
Wakil Dekan Bidang Akademik,

Ridho

Tembusan:
1. Dekan;
2. Para Wakil Dekan;
3. Ketua Jurusan;
4. Arsip.

Lampiran 2

Soal Wawancara Penelitian Awal

Assalamualaikum Wr. Wb

Selamat pagi/siang/sore/ malam

Perkenalkan saya Mahasiswa Fakultas Psikologi Semester 7 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Saat ini saya sedang melakukan penelitian awal yang ditujukan khusus untuk mahasiswa/i rantau di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Oleh karena itu, saya memohon kesediaan saudara/i untuk berpartisipasi dalam penelitian saya dengan mengisi wawancara ini sesuai dengan pengalaman anda.

Dalam menjawab wawancara ini tidak ada jawaban benar atau salah, oleh karena itu saudara bebas menjawab yang paling sesuai dengan diri anda. Adapun informasi dan data yang anda berikan akan sangat bermanfaat bagi penelitian ini dan akan dijamin kerahasiaannya serta hanya digunakan untuk kepentingan pengumpulan data. Sebelum mengisi wawancara, dimohon untuk membaca terlebih dahulu soal dan mohon untuk teliti dalam menjawab agar tidak ada pernyataan atau jawaban yang tidak terjawab atau terlewat. Atas kerjasama dan bantuannya, saya ucapkan terima kasih.

Wasalamualaikum, Wr. Wb

Peneliti.

1. Apakah belakangan ini anda merasa lelah secara emosional? Gejala apa saja yang anda rasakan?
2. Apakah anda merasa tertekan dan merasa kurang berenergi karena adanya tugas dan proses perkuliahan?
3. Apakah anda lebih memilih menyendiri dan memilih tidak bertemu orang lain terlebih dahulu pada saat ini?
4. Apakah anda merasa bahwa anda tidak siap dan khawatir menghadapi hari berikutnya?

5. Apakah pada saat ada tugas kuliah, anda antusias dan langsung mengerjakannya?
6. Apakah anda lebih memilih menunda untuk mengerjakan tugas yang telah diberikan dan merasa tugas tersebut berat meskipun itu tugas yang mudah?
7. Apakah anda sering tidak mengerjakan tugas yang telah diberikan sebelumnya?
8. Apakah anda merasa ingin menjauh dari tugas dan lelah terhadap tugas-tugas anda dan tidak sanggup lagi menghadapi tugas-tugas tersebut?
9. Apakah anda merasakan bahwa segala hal yang telah anda lakukan selama ini tidak memuaskan atau tidak berhasil?
10. Apakah anda lebih ingin menyendiri dan menjauh dari orang lain dan tidak ingin membahas tentang tugas dan perkuliahan?
11. Menurut anda seberapa penting dukungan keluarga bagi mahasiswa rantau?
12. Apakah anda mendapatkan dukungan dari keluarga?
13. Menurut anda seberapa penting adanya dukungan teman bagi mahasiswa rantau?
14. Apakah anda mendapatkan dukungan dari teman-teman anda?
15. Menurut anda seberapa penting dukungan dari orang-orang sekitar anda seperti kekasih, dosen, tetangga dan lain sebagainya?
16. Apakah anda mendapatkan dukungan dari orang-orang sekitar anda seperti kekasih, dosen, tetangga dan lain sebagainya?

Lampiran 3

Kuisisioner Penelitian Awal

Assalamualaikum Wr. Wb

Selamat pagi/siang/sore/malam

Perkenalkan saya Mahasiswa Fakultas Psikologi Semester 7 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Saat ini saya sedang melakukan penelitian awal yang ditujukan khusus untuk mahasiswa/i rantau di UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Oleh karena itu, saya memohon kesediaan saudara/i untuk berpartisipasi dalam penelitian saya dengan mengisi wawancara ini sesuai dengan pengalaman anda.

Dalam kuisisioner ini tidak ada jawaban benar atau salah, oleh karena itu saudara bebas menjawab yang paling sesuai dengan diri anda. Adapun informasi dan data yang anda berikan akan sangat bermanfaat bagi penelitian ini dan akan dijamin kerahasiaannya serta hanya digunakan untuk kepentingan pengumpulan data. Sebelum mengisi kuisisioner ini, dimohon untuk membaca terlebih dahulu soal dan mohon untuk teliti dalam menjawab agar tidak ada pernyataan atau jawaban yang tidak terjawab atau terlewat. Atas kerjasama dan bantuannya, saya ucapkan terima kasih.

Wasalamualaikum, Wr. Wb

Peneliti,

Petunjuk Pengisian Kkuisisioner

1. Bacalah dan pahami setiap pernyataan dibawah ini dengan teliti.
2. Pilihlah pilihan dibawah ini pada tiap pernyataan yang paling sesuai dengan diri anda.
3. Dalam menjawab angket ini tidak ada jawaban benar atau salah. Oleh karena itu jawablah pernyataan ini dengan jujur dan apa adanya.
4. Dalam menjawab pernyataan, terdapat 4 pilihan jawaban yang anda pilih. Adapun pilihan jawaban tersebut adalah:
- SS = Sangat Setuju

- S = Setuju

- TS = Tidak Setuju

- STS = Sangat Tidak Setuju

5. Sebelum anda menyerahkan lembar angket ini, dimohon untuk memeriksa kembali jawaban anda dan pastikan semua nomor terisi dengan baik.

No.	PERNYATAAN	SS	S	TS	STS
1.	Saya merasa mudah lelah secara emosional				
2.	Saya merasa mudah lelah secara emosional ketika mengerjakan tugas.				
3.	Saya merasa mudah lelah secara emosional ketika mengikuti				
4.	Saya merasa tidak bersemangat saat mengerjakan tugas				
5.	Saya merasa tidak ada gairah dalam mengerjakan tugas.				
6.	Saya mudah menyerah pada saat mengerjakan tugas.				
7.	Saya merasa frustrasi dan putus asa terhadap tugas-tugas.				
8.	Saya merasa tidak bersemangat saat mengikuti perkuliahan.				
9.	Saya merasa tidak ada gairah dalam mengikuti perkuliahan.				
10.	Saya merasa tidak ingin bertemu dengan orang lain.				
11.	Saya merasa lelah ketika bertemu dengan orang lain				
12.	Saya merasa cemas dan khawatir ketika ingin menghadapi hari berikutnya.				
13.	Saya merasa tidak ingin hari berikutnya datang.				
14.	Saya tidak optimis untuk menjalankan hari selanjutnya.				
15.	Saya ingin terhindar dari tugas				
16.	Saya sering tidak mengerjakan tugas.				
17.	Saya marah jika ada tugas yang diberikan.				
18.	Saya cenderung pasif dan tidak tertarik selama proses perkuliahan.				

19.	Saya merasa tidak peduli pada saat perkuliahan berlangsung.				
20.	Saya sering membolos saat jam kuliah berlangsung.				
21.	Saya menganggap segala proses perkuliahan tidak ada hasilnya.				
22.	Saya menganggap segala proses perkuliahan tidak ada hasilnya.				
23.	Saya mempunyai pikiran yang negatif terhadap dosen dan lingkungan perkuliahan.				
24.	Saya merasa tidak berdaya pada saat mengerjakan tugas.				
25.	Saya merasa segala tugas adalah tugas yang berat.				
26.	Saya merasa tidak mampu menyelesaikan tugas yang diberikan.				
27.	Saya merasa tidak ada keyakinan bahwa saya bisa menyelesaikan				

Lampiran 4

Lembar Hasil Observasi Tidak Terstruktur

Observasi Pertama

Tema Observasi : Mengetahui gejala *academic burnout*
 Tanggal Observasi : 20 Desember 2021
 Lokasi Observasi : Kopi Studio Jl. Sigura-gura
 Observer : Ahmad Rizki Fadilah

Catatan

Observer bertujuan untuk mengobservasi salah satu perilaku mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang berinisial M angkatan 2018 yang dari jurusan Arsitektur.

Awalnya observer melihat adanya kegelisahan saat subjek, sedang bersama teman-temannya melakukan penugasan skripsi, subjek mulai terlihat gelisah, terlihat tidak nyaman duduk di kursi dan melihat tugas di laptop, subjek keluar dari tempat duduknya dan berjalan kesana-kemari seperti orang yang berfikir, setelah itu subjek merasa tidak dapat menahan kegelisahannya dan mengambil rokoknya untuk menenangkan dirinya, subjek terlihat bingung, gelisah dan risau, subjek cenderung selalu menatap langit-langit dengan tatapan yang kosong dan tidak fokus setelah lama di luar untuk menenangkan pikirannya, subjek tiba tiba berjalan dengan tergesa-gesa mengarah ke kamar mandi, di kamar mandi subjek berdiam diri terlalu lama, kemungkinan hal ini dilakukan agar subjek tidak ingin terlihat sedang tidak baik-baik saja.

Subjek mulai teriak di wastafel sehingga terdengar teriakan satu ruangan kemudian kembali dengan mata dan muka yang merah dan tubuh yang gemetar, setelah kembali ke kursinya subjek masih gemetar dilihat dari tangannya yang tidak terkontrol, subjek mulai tidak dapat menahan emosinya dan subjek menangis perihal tugas dan beban yang ia tanggung, subjek mengatakan bahwa ia merasa lelah dan tidak bisa menyelesaikan semuanya, ia merasa lelah secara emosional, ingin menjauh dari tugas yang dia kerjakan dan tugas yang sudah diberikan, namun ia tidak bisa karena harus mengerjakannya.

Observasi Kedua

Tema Observasi : Mengetahui gejala *academic burnout*
Tanggal Observasi : 26 Desember 2021
Lokasi Observasi : Nasi Goreng Sam Suga
Observer : Ahmad Rizki Fadilah

Catatan

Observer bertujuan untuk mengobservasi salah satu perilaku mahasiswa rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang berinisial M angkatan 2018 yang dari jurusan Arsitektur.

Setelah kejadian pada tanggal 20 Desember, peneliti melihat adanya sikap emosi yang sudah menurun dan lebih bisa terkontrol, meskipun masih banyak tugas yang harus di kerjakan subjek, pada saat mebgobservasi, subjek cenderung tetap tidak stabil ketika diajak berbiacar mengenai penugasan, ekspresi wajah yang sebelumnya rileks dan tenang terlihat tidak memikirkan apapun, setelah ditanyakan tentang tugas subjek terlihat lesu, merasa pusing dan keadaan emosinya berubah, namun tidak separah sebelumnya, subjek mulai terlihat mangkir wajahnya dan perhatiannya ketika ditanyakan mengenai tugas, namun berusaha untuk tetap stabil.

Lampiran 5

Permohonan Izin Modifikasi Skala Penelitian

←  Isma Dayanti
dhayantisma

14 Des 19.53

Assalamu'alaikum warahmatullahi wa barakatuh, selamat sore ka.

Mohon maaf mengganggu waktu Kaka sebelumnya.

Perkenalkan saya Fadil mahasiswa Psikologi semester 7 dari UIN Malang. Sebelumnya saya mendapatkan kontak kaka dari pencarian di google.

Saya sempat membaca skripsi kakak dengan judul "Pengaruh Hardiness, Dukungan Sosial dan Faktor Demografi terhadap Academic Burnout pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran UIN Jakarta" dan Alhamdulillah skala yang kak Isma gunakan sesuai dengan penelitian saya dengan mengambil variabel dukungan sosial dan burnout. Jadi maksud saya menghubungi kak Isma karena ingin meminta izin untuk mengadopsi skala yang kak Isma gunakan.

Semoga kak Isma berkenan membantu proses skripsi saya kali ini

Terimakasih kak Isma dan semoga sehat selalu amiin.

16 Des 18.51

Hi Fadil, terimakasih sudah membaca penelitian saya! Senang sekali kalau karya saya bermanfaat untuk org lain

Bolehh silahkan diadaptasi dan digunakan sesuai dgn kebutuhan, kalau boleh tau variabel y nya apa?

←  Isma Dayanti
dhayantisma

Untuk skripsi saya saya mengembangkan penelitian yang sebelumnya kaka buat, judul penelitian saya yaitu " Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Academic Burnout pada Mahasiswa Rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang" jadi untuk variabel Y nya saya memakai Academic Burnout

Senang sekali kaka bisa membantu saya dalam penelitian, semoga amal ibadah kaka dibalas berkali kali lipat, dilancarkan dalam segala urusannya, dan selalu diberikan perlindungan selalu ka, aamiin ✨

Membalas Anda

Untuk skripsi saya saya mengembangkan penelitian yang sebelumnya kaka buat, judul ...lainnya

Ohhh begitu okee Fadil, semoga dilancarkan yaa dan sukses kedepannya

Membalas Anda

Senang sekali kaka bisa membantu saya dalam penelitian, semoga amal ibadah kaka dibalas berkali k...lainnya

Aaaamiiiiin semoga doa baik kembali jg ya

Aamiin terimakasih banyak ya ka ✨🙏

←  Isma Dayanti
dhayantisma

Dari modifikasi skala kaka

Sekiranya di setuju atau tidak, apakah ada masukan atau perubahan

Dari peneliti terdahulu

Sekiranya saya kirim via e mail bagaimana ka? Biar 1 dokumen

Oh okeoke

Kirim aja ke dayantisma20@gmail.com ya

Baik terimakasih banyak ka

Sudah aku kirim ya ka

Okee tungguin aja ya

Baik ka

Saya udh baca sekilas kayanya ada yg tumpang tindih di indikator sinisme sama inefikasi

Nanti sy cek lg ya

Baik ka

Terimakasih banyak atas ketersediaannya 🙏

Okee

← **Isma Dayanti**
dhayantisma

4 Mar 20.46

Mohon maaf ka mengganggu waktu istirahatnya sekiranya apakah kaka sudah melihat revisi yang saya kirimkan lewat email, karena dosen saya menunggu untuk diuji validitas dan reliabilitasnya mohon maaf sebelumnya 🙏

5 Mar 17.14

1. Tujuan	Mengetahui dan memahami	1.1. Tujuan	Mengetahui dan memahami
2. Manfaat	Mengetahui dan memahami	2.1. Manfaat	Mengetahui dan memahami
3. Ruang Lingkup	Mengetahui dan memahami	3.1. Ruang Lingkup	Mengetahui dan memahami
4. Sasaran	Mengetahui dan memahami	4.1. Sasaran	Mengetahui dan memahami
5. Maksud	Mengetahui dan memahami	5.1. Maksud	Mengetahui dan memahami
6. Lingkup	Mengetahui dan memahami	6.1. Lingkup	Mengetahui dan memahami
7. Tujuan	Mengetahui dan memahami	7.1. Tujuan	Mengetahui dan memahami
8. Manfaat	Mengetahui dan memahami	8.1. Manfaat	Mengetahui dan memahami
9. Ruang Lingkup	Mengetahui dan memahami	9.1. Ruang Lingkup	Mengetahui dan memahami
10. Sasaran	Mengetahui dan memahami	10.1. Sasaran	Mengetahui dan memahami
11. Maksud	Mengetahui dan memahami	11.1. Maksud	Mengetahui dan memahami
12. Lingkup	Mengetahui dan memahami	12.1. Lingkup	Mengetahui dan memahami
13. Tujuan	Mengetahui dan memahami	13.1. Tujuan	Mengetahui dan memahami
14. Manfaat	Mengetahui dan memahami	14.1. Manfaat	Mengetahui dan memahami
15. Ruang Lingkup	Mengetahui dan memahami	15.1. Ruang Lingkup	Mengetahui dan memahami
16. Sasaran	Mengetahui dan memahami	16.1. Sasaran	Mengetahui dan memahami
17. Maksud	Mengetahui dan memahami	17.1. Maksud	Mengetahui dan memahami
18. Lingkup	Mengetahui dan memahami	18.1. Lingkup	Mengetahui dan memahami
19. Tujuan	Mengetahui dan memahami	19.1. Tujuan	Mengetahui dan memahami
20. Manfaat	Mengetahui dan memahami	20.1. Manfaat	Mengetahui dan memahami
21. Ruang Lingkup	Mengetahui dan memahami	21.1. Ruang Lingkup	Mengetahui dan memahami
22. Sasaran	Mengetahui dan memahami	22.1. Sasaran	Mengetahui dan memahami
23. Maksud	Mengetahui dan memahami	23.1. Maksud	Mengetahui dan memahami
24. Lingkup	Mengetahui dan memahami	24.1. Lingkup	Mengetahui dan memahami
25. Tujuan	Mengetahui dan memahami	25.1. Tujuan	Mengetahui dan memahami
26. Manfaat	Mengetahui dan memahami	26.1. Manfaat	Mengetahui dan memahami
27. Ruang Lingkup	Mengetahui dan memahami	27.1. Ruang Lingkup	Mengetahui dan memahami
28. Sasaran	Mengetahui dan memahami	28.1. Sasaran	Mengetahui dan memahami
29. Maksud	Mengetahui dan memahami	29.1. Maksud	Mengetahui dan memahami
30. Lingkup	Mengetahui dan memahami	30.1. Lingkup	Mengetahui dan memahami

Assalamualaikum selamat sore ka, maaf mengganggu ini ka yang saya sudah revisi

1. Tujuan	Mengetahui dan memahami	1.1. Tujuan	Mengetahui dan memahami
2. Manfaat	Mengetahui dan memahami	2.1. Manfaat	Mengetahui dan memahami
3. Ruang Lingkup	Mengetahui dan memahami	3.1. Ruang Lingkup	Mengetahui dan memahami
4. Sasaran	Mengetahui dan memahami	4.1. Sasaran	Mengetahui dan memahami
5. Maksud	Mengetahui dan memahami	5.1. Maksud	Mengetahui dan memahami
6. Lingkup	Mengetahui dan memahami	6.1. Lingkup	Mengetahui dan memahami
7. Tujuan	Mengetahui dan memahami	7.1. Tujuan	Mengetahui dan memahami
8. Manfaat	Mengetahui dan memahami	8.1. Manfaat	Mengetahui dan memahami
9. Ruang Lingkup	Mengetahui dan memahami	9.1. Ruang Lingkup	Mengetahui dan memahami
10. Sasaran	Mengetahui dan memahami	10.1. Sasaran	Mengetahui dan memahami
11. Maksud	Mengetahui dan memahami	11.1. Maksud	Mengetahui dan memahami
12. Lingkup	Mengetahui dan memahami	12.1. Lingkup	Mengetahui dan memahami
13. Tujuan	Mengetahui dan memahami	13.1. Tujuan	Mengetahui dan memahami
14. Manfaat	Mengetahui dan memahami	14.1. Manfaat	Mengetahui dan memahami
15. Ruang Lingkup	Mengetahui dan memahami	15.1. Ruang Lingkup	Mengetahui dan memahami
16. Sasaran	Mengetahui dan memahami	16.1. Sasaran	Mengetahui dan memahami
17. Maksud	Mengetahui dan memahami	17.1. Maksud	Mengetahui dan memahami
18. Lingkup	Mengetahui dan memahami	18.1. Lingkup	Mengetahui dan memahami
19. Tujuan	Mengetahui dan memahami	19.1. Tujuan	Mengetahui dan memahami
20. Manfaat	Mengetahui dan memahami	20.1. Manfaat	Mengetahui dan memahami
21. Ruang Lingkup	Mengetahui dan memahami	21.1. Ruang Lingkup	Mengetahui dan memahami
22. Sasaran	Mengetahui dan memahami	22.1. Sasaran	Mengetahui dan memahami
23. Maksud	Mengetahui dan memahami	23.1. Maksud	Mengetahui dan memahami
24. Lingkup	Mengetahui dan memahami	24.1. Lingkup	Mengetahui dan memahami
25. Tujuan	Mengetahui dan memahami	25.1. Tujuan	Mengetahui dan memahami
26. Manfaat	Mengetahui dan memahami	26.1. Manfaat	Mengetahui dan memahami
27. Ruang Lingkup	Mengetahui dan memahami	27.1. Ruang Lingkup	Mengetahui dan memahami
28. Sasaran	Mengetahui dan memahami	28.1. Sasaran	Mengetahui dan memahami
29. Maksud	Mengetahui dan memahami	29.1. Maksud	Mengetahui dan memahami
30. Lingkup	Mengetahui dan memahami	30.1. Lingkup	Mengetahui dan memahami

Sebelumnya indikator saya merasa ragu terhadap studi ada di dimensi cynism

6 Mar 11.56

Selamat siang ka, mohon maaf mengganggu waktu akhir pekan nya sekiranya bagaimana ka, apakah modifikasi skalanya bisa saya pergunakan? Karena dospem saya sedang menunggu, terimakasih sebelumnya 🙏

6 Mar 19.00

Nah iya ini sudah oke

Udh sesuai

Kmrn kan yg bagian sinisme masuk ke inefficacy



← **Isma Dayanti**
dhayantisma

6 Mar 19.00

ka, apakah modifikasi skalanya bisa saya pergunakan? Karena dospem saya sedang menunggu, terimakasih sebelumnya 🙏

Nah iya ini sudah oke

Udh sesuai

Kmrn kan yg bagian sinisme masuk ke inefficacy

Baik ka

Apakah ini sudah kaka setuju semua

Jika sudah sesuai maka saya akan langsung uji validitas dan reliabilitas

Membalas Anda

Apakah ini sudah kaka setuju semua

Okee sudah bagus

Pesan...

Lampiran 6

Skala Penelitian

Assalamualaikum Wr. Wb

Selamat pagi/siang/sore/malam

Perkenalkan saya Ahmad Rizki Fadilah Mahasiswa Fakultas Psikologi Semester 8 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Saat ini saya sedang melakukan penelitian skripsi yang ditujukan khusus mahasiswa/i Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Oleh karena itu, saya meminta bantuan kesediaan saudara/i untuk berpartisipasi dalam penelitian saya dengan mengisi kuesioner ini sesuai dengan pengalaman anda. Dalam menjawab kuesioner ini tidak ada jawaban benar atau salah, oleh karena itu saudara bebas menentukan jawaban yang paling sesuai dengan diri anda.

Adapun informasi dan data yang anda berikan akan sangat bermanfaat bagi penelitian ini dan akan terjamin kerahasiaannya serta hanya digunakan untuk kepentingan pengumpulan data.

Sebelum mengisi angket, dimohon untuk membaca terlebih dahulu petunjuk pengisian dan mohon untuk teliti dalam menjawab agar tidak ada pernyataan atau jawaban yang tidak terjawab atau terlewat.

Atas jawabannya dan bantuannya, saya ucapkan terimakasih

Wasalamualaikum. Wr. Wb

Peneliti,

Ahmad Rizki Fadilah

CP: 085722409660 (Jika ada keluhan dan saran pada penelitian ini)

Inform Consent

Lembar persetujuan Keikutsertaan Penelitian

Saya yang mengisi persetujuan dibawah ini, menyatakan bahwa saya setuju secara sukarela menjadi partisipan penelitian yang dilakukan oleh Ahmad Rizki Fadilah. Bila saya tidak bersedia untuk menyelesaikan keikutsertaan saya dalam penelitian ini, saya berhak mengakhiri partisipasi saya. Data yang saya berikan adalah data yang sebenar-benarnya dan saya menyetujui bahwa data saya akan digunakan dalam keperluan penelitian. Partisipasi saya akan sangat bermanfaat dalam mengembangkan Ilmu Psikologi

- Bersedia
- Tidak Bersedia

Petunjuk Pengisian Identitas

1. Bacalah dan pahami setiap pernyataan dibawah ini dengan teliti.
2. Isilah identitas dengan jujur, sesuai, dan benar.
3. Periksa kembali pengisian identitas agar identitas dapat sesuai dan benar.

Identitas Responden

Nama Inisial :

Umur :

Jenis Kelamin :

Program Studi di Fakultas Sain dan Teknologi UIN Mualan Malik Ibrahim Malang

- Matematika
- Biologi
- Kimia
- Fisika
- Teknik Informatika
- Teknik Arsitektur
- Perpustakaan & Ilmu Informasi

Tingkat Pendidikan

- Tahun Pertama (Angkatan 2021)
- Tahun Kedua (Angkatan 2020)

- Tahun Ketiga (Angkatan 2019)
- Tahun Keempat (Angkatan 2018)

Asal Kota/ Kabupaten dan Provinsi (Contoh: Kab. Tangerang, Banten)

.....

Jarak Tempat Asal dengan Tempat Merantau (Dapat diakses melalui <https://www.google.com/maps>, dan isi dengan satuan KM. Contoh: Kab. Tangerang - 891 KM)

.....

Petunjuk Pengisian:

1. Bacalah dan pahami setiap pernyataan dibawah ini dengan teliti.
2. Pilihlah pilihan dibawah ini pada tiap pernyataan yang paling sesuai dengan diri anda.
3. Dalam menjawab angket ini tidak ada jawaban benar atau salah. Oleh karena itu jawablah pernyataan ini dengan jujur dan apa adanya.
4. Dalam menjawab pernyataan, terdapat 4 pilihan jawaban yang anda pilih. Adapun pilihan jawaban tersebut adalah:
SS = Sangat Setuju
S = Setuju
TS = Tidak Setuju
STS = Sangat Tidak Setuju
5. Sebelum anda menyerahkan lembar angket ini, dimohon untuk memeriksa kembali jawaban anda dan pastikan semua nomor terisi dengan baik.

Skala 1 Dukungan Sosial

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Keluarga saya bersedia untuk membantu saya dalam membuat setiap keputusan				
2.	Saya tidak mendapatkan bantuan dari keluarga saya				
3.	Keluarga sangat berusaha membantu saya				
4.	Saya mendapatkan bantuan dan dukungan emosional yang saya butuhkan dari keluarga				

5.	Saya berusaha sendiri, tanpa bantuan dan dukungan emosional yang saya butuhkan dari keluarga saya.				
6.	Saya dapat menceritakan masalah yang saya miliki kepada keluarga saya				
7.	Saya cenderung tidak menceritakan masalah yang saya miliki kepada keluarga				
8.	Teman-teman saya berusaha untuk membantu saya				
9.	Saya berusaha sendiri tanpa bantuan teman-teman saya				
10.	Saya dapat mengandalkan teman-teman saya ketika menghadapi kesulitan				
11.	Saya memiliki teman-teman dimana saya dapat berbagi suka dan duka				
12.	Saya dapat menceritakan masalah saya kepada teman-teman saya				
13.	Saya mempunyai orang yang spesial dan selalu ada ketika saya membutuhkannya				
14.	Tidak ada orang yang spesial yang saya andalkan ketika saya membutuhkan pertolongan				
15.	Saya memiliki orang spesial yang dapat berbagi suka dan duka				
16.	Saya memiliki orang spesial yang membuat saya merasa nyaman				

17.	Tidak ada seseorang yang membuat saya merasa spesial dan nyaman				
18.	Saya memiliki orang yang spesial dalam hidup, yang peduli dengan perasaan saya				

Petunjuk Pengisian:

1. Bacalah dan pahami setiap pernyataan dibawah ini dengan teliti.
2. Pilihlah pilihan dibawah ini pada tiap pernyataan yang paling sesuai dengan diri anda.
3. Dalam menjawab angket ini tidak ada jawaban benar atau salah. Oleh karena itu jawablah pernyataan ini dengan jujur dan apa adanya.
4. Dalam menjawab pernyataan, terdapat 4 pilihan jawaban yang anda pilih. Adapun pilihan jawaban tersebut adalah:
SS = Sangat Setuju
S = Setuju
TS = Tidak Setuju
STS = Sangat Tidak Setuju
5. Sebelum anda menyerahkan lembar angket ini, dimohon untuk memeriksa kembali jawaban anda dan pastikan semua nomor terisi dengan baik.

Skala 2 *Academic Burnout*

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya merasa lelah setelah mengikuti perkuliahan				
2.	Saya merasa bergairah ketika mengikuti perkuliahan				
3.	Saya merasa lelah ketika bangun di pagi hari dan harus menghadapi hari-hari di kampus				
4.	Saya siap untuk menghadapi hari berikutnya				
5.	Belajar dan mengikuti perkuliahan membuat saya merasa tertekan				
6.	Saya merasa jenuh terhadap studi saya				

7.	Saya merasa kurang tertarik pada studi saya sejak awal penerimaan mahasiswa di kampus				
8.	Saya merasa kurang antusias terhadap studi saya				
9.	Saya antusias pada studi saya hingga saat ini				
10.	Saya bersikap sinis dan tidak peduli terhadap manfaat dari studi saya				
11.	Saya meragukan pentingnya studi saya				
12.	Saya tidak dapat menyelesaikan masalah dalam studi saya				
13.	Saya optimis dengan hasil studi saya kedepannya				
14.	Selama perkuliahan saya merasa tidak yakin bahwa saya mampu menyelesaikan tugas dengan baik.				
15.	Saya belum belajar hal-hal yang menarik selama studi saya				
16.	Saya tidak memberikan kontribusi yang efektif pada saat perkuliahan				
17.	Saya cenderung aktif pada saat proses perkuliahan				
18.	Menurut saya, saya bukanlah mahasiswa/i yang baik				
19.	Saya merasa tidak antusias pada saat mencapai tujuan studi saya				

Lampiran 7

Hasil Uji Validitas

Skala Dukungan Sosial

VAR00001	Pearson Correlation	.378*
	Sig. (2-tailed)	.039
	N	30
VAR00002	Pearson Correlation	.004
	Sig. (2-tailed)	.984
	N	30
VAR00003	Pearson Correlation	.347
	Sig. (2-tailed)	.060
	N	30
VAR00004	Pearson Correlation	.426*
	Sig. (2-tailed)	.019
	N	30
VAR00005	Pearson Correlation	.532**
	Sig. (2-tailed)	.003
	N	30
VAR00006	Pearson Correlation	.336
	Sig. (2-tailed)	.069
	N	30
VAR00007	Pearson Correlation	.544**
	Sig. (2-tailed)	.002
	N	30
VAR00008	Pearson Correlation	.520**
	Sig. (2-tailed)	.003
	N	30
VAR00009	Pearson Correlation	.487**
	Sig. (2-tailed)	.006
	N	30
VAR00010	Pearson Correlation	.392*
	Sig. (2-tailed)	.032

	N	30
VAR00011	Pearson Correlation	.486**
	Sig. (2-tailed)	.006
	N	30
VAR00012	Pearson Correlation	.492**
	Sig. (2-tailed)	.006
	N	30
VAR00013	Pearson Correlation	.419*
	Sig. (2-tailed)	.021
	N	30
VAR00014	Pearson Correlation	.191
	Sig. (2-tailed)	.313
	N	30
VAR00015	Pearson Correlation	.614**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	30
VAR00016	Pearson Correlation	.657**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	30
VAR00017	Pearson Correlation	.567**
	Sig. (2-tailed)	.001
	N	30
VAR00018	Pearson Correlation	.502**
	Sig. (2-tailed)	.005
	N	30
VAR00019	Pearson Correlation	.582**
	Sig. (2-tailed)	.001
	N	30
VAR00020	Pearson Correlation	.787**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	30
TOTAL	Pearson Correlation	1
	Sig. (2-tailed)	
	N	30

Skala Academic Burnout

AITEM1	Pearson Correlation	.419*
	Sig. (2-tailed)	.021
	N	30
AITEM2	Pearson Correlation	.626**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	30
AITEM3	Pearson Correlation	.744**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	30
AITEM4	Pearson Correlation	.687**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	30
AITEM5	Pearson Correlation	.796**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	30
AITEM6	Pearson Correlation	.776**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	30
AITEM7	Pearson Correlation	.592**
	Sig. (2-tailed)	.001
	N	30
AITEM8	Pearson Correlation	.867**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	30
AITEM9	Pearson Correlation	.768**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	30
AITEM10	Pearson Correlation	.563**
	Sig. (2-tailed)	.001
	N	30
AITEM11	Pearson Correlation	.672**
	Sig. (2-tailed)	.000

	N	30
AITEM12	Pearson Correlation	.759**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	30
AITEM13	Pearson Correlation	.673**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	30
AITEM14	Pearson Correlation	.557**
	Sig. (2-tailed)	.001
	N	30
AITEM15	Pearson Correlation	.678**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	30
AITEM16	Pearson Correlation	.821**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	30
AITEM17	Pearson Correlation	.624**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	30
AITEM18	Pearson Correlation	.704**
	Sig. (2-tailed)	.000
	N	30
AITEM19	Pearson Correlation	.540**
	Sig. (2-tailed)	.002
	N	30
AITEM20	Pearson Correlation	-.245
	Sig. (2-tailed)	.191
	N	30
AITEM21	Pearson Correlation	1
	Sig. (2-tailed)	
	N	30

Lampiran 8**Uji Reliabilitas****Skala Dukungan Sosial****Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.813	20

Skala Academic Burnout**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.908	20

Lampiran 9

Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		296
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	7.12772032
Most Extreme Differences	Absolute	.056
	Positive	.056
	Negative	-.036
Test Statistic		.056
Asymp. Sig. (2-tailed)		.027 ^c

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

Lampiran 10

Hasil Uji Linearitas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Academic Burnout	Between	(Combined)	6124.102	35	174.974	3.459	.000
* Dukungan Sosial	Groups	Linearity	4290.727	1	4290.727	84.810	.000
		Deviation from Linearity	1833.375	34	53.923	1.066	.376
	Within Groups		13153.922	260	50.592		
	Total		19278.024	295			

Lampiran 11

Hasil Uji Hipotesis

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.472 ^a	.223	.220	7.140

a. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial

b. Dependent Variable: Academic Burnout

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	4290.727	1	4290.727	84.170	.000 ^b
	Residual	14987.297	294	50.977		
	Total	19278.024	295			

a. Dependent Variable: Academic Burnout

b. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	70.739	3.139		22.535	.000
	Dukungan Sosial	-.533	.058	-.472	-9.174	.000

a. Dependent Variable: Academic Burnout

Residuals Statistics^a

	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	N
Predicted Value	32.35	57.94	42.19	3.814	296
Residual	-17.416	26.785	.000	7.128	296

Std. Predicted Value	-2.580	4.130	.000	1.000	296
Std. Residual	-2.439	3.752	.000	.998	296

a. Dependent Variable: Academic Burnout

Lampiran 12

BUKTI KONSULTASI

Nama : Ahmad Rizki Fadilah
NIM : 18410170
Prodi/Fakultas : Psikologi
Dosen Pembimbing 1 : Novia Solichah, M.Psi
Judul Skripsi : Pengaruh Dukungan Sosial terhadap *Academic Burnout* pada Mahasiswa Rantau Fakultas Sains dan Teknologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

No	Tanggal	Materi Bimbingan	Tanda Tangan
1.	21 Agustus 2021	Menentukan Judul	
2.	8 November	Mengajukan Perubahan Judul	
3.	25 November 2021	Revisi BAB 1 dan 2	
4.	9 Desember 2021	BAB 3 dan Blue Print Skala Penelitian	
5.	13 Desember 2021	Revisi Seminar Proposal dan Blue Print Skala Penelitian	
6.	25 Desember 2021	Pendaftaran Seminar Proposal	

7.	4 Januari 2022	Power Point Presentasi Seminar Proposal	
8.	5 Januari 2022	Revisi Power Point Presentasi Seminar Proposal	
9.	18 Februari 2022	Revisi Proposal Penelitian Setelah Sidang Proposal	
10.	21 Februari 2022	Revisi blue Print Penelitian	
11.	10 Maret 2022	Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas	
12.	11 Maret 2022	Revisi Uji Validitas dan Reliabilitas dan Menentukan Untuk dapat Menyebarkan Kuisioner	
13.	30 Maret 2022	BAB IV	
14.	26 April 2022	BAB IV, BAB V, dan hasil secara Keseluruhan Skripsi	

