

**HUBUNGAN ANTARA *GRIT* DAN *ACADEMIC BURNOUT* PADA
MAHASISWA TEKNIK ARSITEKTUR UNIVERSITAS ISLAM
NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

SKRIPSI



Oleh:

Bina Inayatu Maulana

NIM: 16410223

**JURUSAN PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2020**

HALAMAN JUDUL
HUBUNGAN ANTARA *GRIT* DAN *ACADEMIC BURNOUT* PADA
MAHASISWA TEKNIK ARSITEKTUR UNIVERSITAS ISLAM
NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

SKRIPSI

Diajukan kepada:

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh Gelar Sarjana Psikologi
(S.Psi)

Oleh:

Bina Inayatu Maulana

NIM. 16410223

JURUSAN PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2020

HALAMAN PERSETUJUAN
HUBUNGAN ANTARA GRIT DAN ACADEMIC BURNOUT PADA
MAHASISWA TEKNIK ARSITEKTUR UNIVERSITAS ISLAM
NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

SKRIPSI

Oleh:

Bina Inayatu Maulana
NIM. 16410223

Telah Disetujui Oleh:
Dosen Pembimbing



Dr. Yulia Sholichatun, M.Si
NIP. 19700724 2005012 0 003

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang



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

SKRIPSI
HUBUNGAN ANTARA GRIT DAN ACADEMIC BURNOUT PADA
MAHASISWA TEKNIK ARSITEKTUR UNIVERSITAS ISLAM
NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

Telah dipertahankan di depan dewan penguji

Pada tanggal 21 januari 2021

Susunan dewan penguji

Dosen Pembimbing



Dr. Yulia Sholichatun, M.SI
NIP. 19700724 2005012 0 003

Penguji Utama



Dr. Achmad Khudori Soleh, M.Ag
NIP. 19681124 200003 1 001

Ketua Penguji



Dr. Endah K. Purwawingtyas, M.Psi., Psikolog
NIP. 197505142000032003

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan

Untuk memperoleh gelar sarjana psikologi

Tanggal,

Mengesahkan

Dekan fakultas psikologi

UIN Maulana Malik Ibrahim Malang



Dr. Siti Mahmudah, M.Si
NIP. 19651029 199403 2 001

SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Bina Inayatu Maulana
NIM : 16410223
Fakultas : Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
Judul skripsi : Hubungan Antara *Grit* dan *Academic Burnout* pada Mahasiswa Teknik Arsitektur Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Menyatakan bahwa penelitian ini adalah karya peneliti sendiri dan bukan karya orang lain sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya. Demikian surat pernyataan ini peneliti buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, maka peneliti bersedia mendapatkan sanksi akademis.

Malang, 22 Desember 2020

Peneliti

Bina Inayatu Maulana
NIM. 16410223

MOTTO

“If you get tired, learn to rest, no to quit.”

~ Bangsky

HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya ini saya persembahkan untuk abah dan ibu,
Serta keluarga, guru, teman dan semua orang yang terkait dengan kehidupan saya,
baik secara langsung maupun tidak langsung.

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Segala puji bagi Allah semesta alam, hanya kepada-Nya tempat kita meminta pertolongan, dan atas limpahan rahmat, hidayah serta petunjuk-Nya penulis dapat menyelesaikan proposal skripsi yang berjudul “Hubungan Antara *Grit* dan *Academic Burnout* pada Mahasiswa Teknik Arsitektur Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang”.

Shalawat serta salam semoga tetap Allah karuniakan kepada Uswah Hasanah kita Nabi Muhammad SAW yang telah berjuang dari jaman kegelapan menuju jalan terang benderang yaitu *addinul islam*.

Karya tulis ini tidak terlepas dari dukungan dan bantuan yang telah di berikan oleh berbagai pihak, baik secara langsung maupun tidak langsung. Dengan segala kerendahan hati saya mengucapkan banyak terimakasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Abdul Haris, M.Ag, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
2. Ibu Dr. Siti mahmudah, M.Si selaku dekan fakultas psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Ibu Dr. Yulia Sholichatun, M.Si selaku dosen pembimbing skripsi, yang telah memberikan banyak ilmunya, bimbingannya, motivasi, serta dukungan sehingga saya dapat menyelesaikan semua tugas dengan baik diperkuliahan.
4. Ibu Fina Hidayati, MA selaku dosen wali yang telah membimbing dan memberikan arahan selama masa belajar di Universitas Islam Negeri Malik Ibrahim Malang.
5. Bapak Dr. Achmad Khudori Soleh, M.Ag selaku penguji utama dan ibu Dr. Endah K. Purwaningtyas, M.PSi, Psikolog selaku ketua penguji sidang.
6. Segenap dosen, karyawan dan *civitas academica* Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Malik Ibrahim Malang.

7. Abah Moh. Lubbul Aqil dan ibu Qisma Dariz Zumroda saya, yang menemani, melindungi, memberikan dukungan dan bimbingan kepada saya, serta menemani setiap langkah saya dari titik terbawah hingga saat ini.
8. kakak saya Ihda Sulisti Arini, adik saya Ah. Ardin Naufal, sepupu saya Kuni Mawaddah dan semua keluarga besar saya.
9. Ibu Sabrina Peggysari yang telah berjasa dalam memberikan arahan serta motivasi kepada saya untuk memutuskan dan mengambil psikologi sebagai bidang yang diminati dan dipelajari.
10. Mahasiswa dan mahasiswi Teknik Arsitektur Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang telah bersedia dan meluangkan waktunya menjadi responden dalam penelitian ini.
11. Seluruh teman-teman saya dan semua orang yang terkait dalam kehidupan saya, baik secara langsung, maupun tidak langsung.

Akhirnya dengan berharap dan memohon ridhlo kepada Allah SWT, semoga karya tulis ini dapat bermanfaat bagi kita semua khususnya bagi penulis.

Malang, Maret 2020

Penulis

DAFTAR ISI

SKRIPSI.....	I
HALAMAN JUDUL.....	II
HALAMAN PERSETUJUAN.....	III
SURAT PENYATAAN ORISINALITAS.....	IV
MOTTO	VI
HALAMAN PERSEMBAHAN	VII
KATA PENGANTAR	VIII
DAFTAR ISI.....	X
DAFTAR TABEL.....	XIII
DAFTAR GAMBAR	XIV
TABEL DIAGRAM.....	XV
ABSTRAK	XVII
ABSTRACT	XVIII
التجريد	Err
or! Bookmark not defined.	
BAB I	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian	9
BAB II.....	10
A. <i>Grit</i>	10
a. Pengertian <i>Grit</i>	10

b.	Dimensi <i>Grit</i>	11
c.	Faktor yang Mempengaruhi <i>Grit</i>	12
B.	<i>Academic Burnout</i>	15
a.	Pengertian <i>Academic Burnout</i>	15
b.	Aspek-Aspek <i>Academic Burnout</i>	17
c.	Faktor yang mempegaruhi <i>academic burnout</i>	20
C.	Hubungan antara <i>grit</i> dan <i>academic burnout</i>	23
D.	Kerangka Berfikir.....	25
E.	Hipotesis.....	27
BAB III	28
A.	Rancangan Penelitian.....	28
B.	Identifikasi Variabel.....	28
a.	Variabel Bebas (X).....	28
b.	Variabel Terikat (Y).....	29
C.	Definisi Oprasional Variabel.....	29
a.	<i>Grit</i>	29
b.	<i>Academic Burnout</i>	30
D.	Populasi, Sampel dan Teknik Sampel.....	30
a.	Populasi.....	30
b.	Sampel dan Teknik Sampling.....	31
E.	Metode Pengumpulan Data.....	32
a.	Skala <i>Grit</i>	32
b.	Skala <i>Academic Burnout</i>	33
F.	Prosedur Penelitian.....	34

G.	Validitas dan Reliabilitas.....	35
H.	Metode Alisis Data.....	36
a.	Uji Asumsi.....	37
b.	Uji Hipotesis.....	37
BAB IV	38
HASIL DAN PEMBAHASAN	38
A.	Gambaran Umum Subjek Penelitian.....	38
a.	Profil Jurusan Teknik Arsitektur UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.....	38
b.	Visi dan Misi Jurusan Teknik Arsitektur UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.....	39
B.	Hasil Penelitian	39
a.	Pelaksanaan Penelitian	39
b.	Uji Validitas	39
c.	Uji Reliabilitas Instrumen	42
d.	Analisis Deskripsi Hasil Penelitian	43
C.	Paparan Hasil Penelitian	48
a.	Uji Asumsi.....	48
b.	Uji Hipotesis.....	49
D.	Hasil Analisis Tambahan	51
E.	Pembahasan.....	52
BAB V	62
A.	Kesimpulan	62
B.	Saran.....	63
LAMPIRAN-LAMPIRAN	70

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Populasi Penelitian.....	32
Tabel 3.2 Populasi Penelitian.....	33
Tabel 3.3. Skala <i>Grit</i>	34
Tabel 3.4 Skala <i>Academic Burnout</i>	35
Tabel 4.1 <i>Expert Judgment</i> Uji Validitas.....	41
Tabel 4.2 Hasil Reliabilitas Skala <i>Grit</i> Dan <i>Academic Burnout</i>	43
Tabel 4.3 Reliabilitas Skala <i>Grit</i>	43
Tabel 4.4 Reliabilitas Skala <i>Academic Burnout</i>	44
Tabel 4.5 Gambaran Umum <i>Grit</i>	44
Tabel 4.6 Norma Kategorisasi Data.....	45
Tabel 4.7 Kategorisasi Tingkat <i>Grit</i>	46
Tabel 4.8 Aspek Pembentuk <i>Grit</i>	46
Tabel 4.9 Kategorisasi Tingkat <i>Academic Burnout</i>	47
Tabel 4.10 Aspek Pembentuk <i>Academic Burnout</i>	48
Tabel 4.11 Hasil Uji Normalitas	49
Tabel 4.12 Hasil Uji Homogenitas.....	50
Tabel 4.13 Hasil Perhitungan Korelasi Antara <i>Grit</i> dan <i>Academic Burnout</i>	51
Tabel 4.14 Tabel Jumlah Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	52
Tabel 4.15 Hasil <i>Independent Sample T-Test</i>	52

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Kerangka Berfikir.....	27
Gambar 3.1 Rancangan Penelitian	30

TABEL DIAGRAM

Gambar 4.1 Diagram kategori <i>Grit</i>	46
Gambar 4.2 Diagram kategori <i>Academic burnout</i>	48

TABEL LAMPIRAN

Lampiran 1 Instrumen Penelitian	176
Lampiran 2 Lembar Validasi Uji Ahli	179
Lampiran 3 Hasil Analisis Uji Aiken's V Uji Ahli	127
Lampiran 4 Hasil Analisis Uji Reliabilitas <i>Grit</i>	128
Lampiran 5 Hasil Analisis Uji Reliabilitas <i>Academic Burnout</i>	130
Lampiran 6 Uji Asumsi	133
Lampiran 7 Uji Hipotesis.....	134
Lampiran 8 Hasil Analisis Tambahan.....	135
Lampiran 9 Hasil Uji t <i>Grit</i>	135
Lampiran 10 Hasil Uji t <i>Academic Burnout</i>	136
Lampiran 12 Hasil Sampel Aitem <i>Grit</i>	138
Lampiran 13 Hasil Sampel Aitem <i>Academic Burnout</i>	144

ABSTRAK

Bina Inayatu Maulana, 16410223, Hubungan Antara *Grit* dan *Academic Burnout* Pada Mahasiswa Teknik Arsitektur UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2020.

Dosen pembimbing: **Dr. Yulia Sholichatun, M.Si**

Academic burnout merupakan fenomena yang banyak terjadi pada semua mahasiswa. Tidak dapat dipungkiri bahwa semakin tinggi jenjang pendidikan maka semakin berat beban akademik dan non akademik yang menyertainya. Mereka yang kesulitan menghadapi beban tersebut akan rentan mengalami *academic burnout*. ciri-ciri *academic burnout* yaitu kelelahan secara emosional, sinisme, dan menurunnya prestasi diri. Banyak cara untuk mengatasi masalah tersebut salah satunya ialah *grit*.

Tujuan dari penelitian ini ialah 1) untuk mengetahui tingkat *academic burnout* pada mahasiswa Teknik Arsitektur Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2) untuk mengetahui tingkat *grit* pada mahasiswa Teknik Arsitektur Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 3) untuk mengetahui hubungan antara *grit* dan *academic burnout* pada mahasiswa Teknik Arsitektur Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini ialah kuantitatif non-eksperimental dengan alat ukur yang digunakan mengadaptasi instrumen *grit scale* (Duckworth, 2007) dan *Maslach Burnout Inventory-Student Survey* (Schaufeli, Martez, dkk, 2002). Teknik pengambilan sampel menggunakan *convenience sampling* dan mendapatkan 100 mahasiswa sebagai responden. Adapun validitas *grit scale* bergerak dari angka 0.750 – 0.875 dengan reliabilitas 0.715. Sedangkan validitas *Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS)* bergerak dari angka 0.750 – 0.83 dengan reliabilitas 0.831. Metode analisis yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan dua tahap yaitu uji asumsi berupa uji normalitas dan homogenitas serta uji hipotesis yang menggunakan korelasi *pearson*.

Hasil penelitian ini, pada kategorisasi tingkat *grit*, 10% responden berada pada kategori tingkat tinggi, 88% dari responden berada pada kategori sedang dan 2 % dari responden berada pada kategori rendah. Untuk kategorisasi tingkat *academic burnout*, yaitu 56% dari responden berada pada kategori sedang dan sisanya berada pada kategori rendah sebanyak 44% persen. Sedangkan, hasil menunjukkan bahwa *grit* memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan *academic burnout* pada mahasiswa jurusan teknik arsitektur UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dengan nilai korelasi (r) sebesar -0.506 dengan sig. (p) 0.00. Ini menunjukkan bahwa kedua variabel tersebut memiliki hubungan satu sama lain dan mahasiswa pada tingkat sedang dapat meningkatkan minat dan ketekunan sehingga dapat mereduksi atau menurunkan tingkat *academic burnout*.

Kata Kunci: *Grit, Academic Burnout, Mahasiswa Teknik Arsitektur.*

ABSTRACT

Bina Inayatu Maulana, 16410223, The Relationship Between Grit and Academic Burnout in Architectural Engineering Students of UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, Thesis, Faculty of Psychology, Maulana Malik Ibrahim State Islamic University Malang, 2020.

Supervisor: Dr. Yulia Sholichatun, M.Si

Academic burnout is a phenomenon that can be experienced by all students. It cannot be denied that the higher level of education also has an impact on their heavier academic and non-academic loads that come with it. Those who have difficulty dealing with this burden will be vulnerable to academic burnout. The characteristics of academic burnout are emotional exhaustion, cynicism, and low personal accomplishment. There are many ways to solve this problem, one of which is grit.

Therefore, this study aims 1) to determine the level of academic burnout of Architectural Engineering students at the State Islamic University of Maulana Malik Ibrahim Malang, 2) to determine their level of grit, and 3) to determine the relationship between the two variable of them.

The used method of this research is non-experimental quantitative by an adaptation of the grit scale instrument (Duckworth, 2007) and the Maslach Burnout Inventory-Student Survey (Schaufeli, Martez, et al, 2002). The convenience sampling is used as a technique and got 100 respondents. The validity of the grit scale moves from .750 to .875 with reliability .715. Meanwhile, the validity of the Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS) moves from .750 to .830 with reliability .831. The method of analysis in this study used by two stages, that is assumption tests (normality and homogeneity tests) and hypothesis testing by using Pearson correlation.

The results of this study, in the grit level categorization, 10% of respondents are in the high level category, 88% of the respondents are in the medium category and 2% of the respondents are in the low category. For the categorization of the level of academic burnout, 56% of the respondents are in the medium category and the rest are in the low category as much as 44% percent. Meanwhile, the results show that grit has a significant negative relationship with academic burnout in architectural engineering students at UIN Maulana Malik Ibrahim Malang with a correlation value (r) of $-.506$ with sig. (p) 0.00 . This shows that the two variables have a relationship with each other and students at a moderate level can increase interest and persistence so that they can reduce or reduce the level of academic burnout.

Keywords: Grit, Academic Burnout, Architectural Engineering Student.

التجريد

ببنا إناية مولانا، 16410223، العلاقة بين غريت والملل الأكاديمي لطلاب الهندسة المعمارية في جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج، البحث، كلية علم النفس، جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج، 2020.

المشرف: الدكتورة يوليا صالحه الماجستير

الملل الأكاديمي ظاهرة تحدث غالبًا لدى جميع الطلاب. لا يمكن إنكار أنه كلما ارتفع مستوى التعليم، زادت الأعباء الأكاديمية وغير الأكاديمية المصاحبة له. أولئك الذين يجدون صعوبة في التعامل مع هذا العبء سيكونون عرضة للملل الأكاديمي. من سمات *الملل الأكاديمي* الملل العاطفي، والتشاؤم، وانخفاض التحصيل الذاتي. توجد طرق عديدة لحل هذه المشكلة، وإحدى هذه الطرق هي الجراة.

أهداف هذا البحث هي (1) تحديد مستوى *الملل الأكاديمي* لطلاب الهندسة المعمارية جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج، (2) لمعرفة مستوى غريت لطلاب الهندسة المعمارية، جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج، (3) لمعرفة العلاقة بين غريت و*الملل الأكاديمي* لطلاب الهندسة المعمارية بجامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج.

الطريقة المستخدمة في هذا البحث هي الطريقة الكمية غير التجريبية مع أداة القياس المستخدمة لتكييف أداة مقياس الحصى (دكورت، 2007) و *Maslach Burnout Inventory-Student Survey* (سوفيلي، مرتيز، 2002). كانت تقنية أخذ العينات المستخدمة هي أخذ العينات المريحة وحصلت على 100 طالب كمستجيبين. تنتقل صلاحية مقياس الحبيبات من 0.750 إلى 0.875 بموثوقية تبلغ 0.715. وفي الوقت نفسه، تتراوح *MBI-SS Burnout Inventory-Student Survey* من 0.750 إلى 0.83 بموثوقية تبلغ 0.831. تستخدم الطريقة التحليلية المستخدمة في هذا البحث مرحلتين هما اختبار الافتراض في شكل اختبارات طبيعية واختبار تجانس واختبار الفرضيات باستخدام ارتباط الشخص.

نتائج هذا البحث، في تصنيف مستوى غريت، 10% من المستجيبين في فئة المستوى العالي، 88% من المستجيبين في الفئة المتوسطة و 2% من المستجيبين في الفئة المنخفضة. لتصنيف مستوى الملل الأكاديمي، 56% من المستجيبين في الفئة المتوسطة والباقي في الفئة المنخفضة بقدر 44%. وفي الوقت نفسه، تظهر النتائج أن للجري علاقة سلبية كبيرة مع الملل الأكاديمي لطلاب الهندسة المعمارية في جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج بقيمة ارتباط (r) تبلغ -0.506 مع سيح. (p) 0.00. يوضح هذا أن المتغيرين لهما علاقة مع بعضهما البعض، ويمكن للطلاب ذوي المستوى المتوسط زيادة الاهتمام والمثابرة حتى يتمكنوا من تقليل أو تقليل مستوى الملل الأكاديمي.

الكلمة الأساسية: غريت، الملل الأكاديمي، الطلاب الهندسة المعمارية

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Seiring Peran pemerintah pada pendidikan tinggi di Indonesia merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan kualitas hidup dan membentuk insan merdeka yang berbudaya. Beberapa program pendidikan tinggi di Indonesia diantaranya ialah program diploma, sarjana, magister, doktor ataupun program profesi (Putri, 2016). Program-program tersebut adalah program yang bisa diambil mahasiswa sesuai dengan tujuan pendidikan yang ingin mereka capai. Besar harapan pemerintah pada mahasiswa sebagai golongan intelektual, tercantum dalam Undang-Undang tentang Perguruan Tinggi tahun 2012 pasal 5d yang berbunyi:

“Terwujudnya pengabdian kepada masyarakat berbasis penalaran dan karya penelitian yang bermanfaat dalam memajukan kesejahteraan umum dan mencerdaskan kehidupan bangsa.”

Adapun tugas seorang mahasiswa sebagai civitas akademi juga tercantum dalam Undang-Undang tentang Perguruan Tinggi tahun 2012 pasal 13 ayat 2 yang berbunyi:

“Mahasiswa secara aktif mengembangkan potensinya dengan melakukan pembelajaran, pencarian kebenaran ilmiah, dan/ atau penguasaan, pengembangan, dan pengalaman suatu cabang ilmu pengetahuan dan/ atau teknologi untuk menjadi ilmuwan, intelektual, praktisi, dan/ atau profesional yang budaya.”

Pasal di atas memperlihatkan pentingnya peranan mahasiswa dan tanggung jawab yang harus mereka kerjakan sebagai golongan intelektual di

Indonesia. Lain dari pada itu, untuk mencapai tujuan tersebut dibutuhkan berbagai macam proses yang harus mereka kerjakan termasuk adaptasi dari transisi sekolah menengah ke atas menuju perkuliahan, tuntutan perkuliahan maupun pemenuhan tugas akhir.

Santrock (2010) menyebutkan bahwa transisi setiap jenjang pendidikan menyebabkan perubahan dan stres. Seorang individu yang awalnya menjadi kelompok siswa yang tua dan berkuasa menjadi mahasiswa yang paling muda dan lemah. Bagi banyak siswa, transisi ini melibatkan pergerakan struktural yang lebih besar dan impersonal, berinteraksi dengan teman-teman yang memiliki latar belakang yang beragam dan peningkatan fokus terhadap pencapaian. Menurut studi nasional terdapat 200.000 mahasiswa baru di lebih dari 400 perguruan tinggi mengalami stres dan depresi. Pryor, dkk (2009) menyebutkan bahwa angka tersebut lebih tinggi dari masa sebelumnya. Asosiasi Kesehatan Universitas Amerika (2008) melakukan penelitian, bahwa terdapat 90.000 mahasiswa di 177 kampus mengungkapkan bahwa merasa tidak memiliki harapan, merasa kewalahan dengan hal-hal yang harus mereka kerjakan dan merasa lazim terhadap, kelelahan mental, perasaan sedih maupun depresi.

Selain itu, beberapa kasus juga terjadi pada mahasiswa tingkat akhir. Dilansir dari artikel republika.co.id (2019) terjadi kasus bunuh diri pada tahun 2018-2019 kepada tiga mahasiswa yang diduga mengalami masalah mengenai skripsinya. Sangat disayangkan banyak sekali kasus mengenai masalah

kesehatan mental terjadi di lingkungan mahasiswa. Ketidaksiapan mahasiswa dalam melakukan penyesuaian sosial, pemenuhan tugas kuliah, penyelesaian tugas akhir dan beban perkuliahan lain menjadi kemungkinan penyebab terjadinya masalah kesehatan mental (Alinkasari & Akmal, 2017). Jika hal yang seharusnya wajar untuk dilakukan menjadi faktor penyebab timbulnya stres, maka *stressor* berlebihan yang tidak tertangani dengan baik akan memberikan dampak fisiologis maupun psikologis pada mahasiswa tersebut. Dampak fisiologis yang ditimbulkan seperti mudah lelah, sakit dan lain sebagainya. Sedangkan dampak psikologis yang dimunculkan oleh stres yang berlebihan diantaranya depresi, *burnout*, dan *anxiety* (Dianti & Fidyartini, 2019).

Schaufel, dkk (2002) mengatakan bahwa seseorang yang mengalami tekanan lingkungan maupun psikologi yang lama, akan menyebabkan seseorang mengalami kelelahan atau *burnout*. *Burnout* yang terjadi dalam bidang akademik dapat disebut dengan *academic burnout* (Karimi, Bashirpur, Khabbaz, & Hedayati, 2014). *Academic burnout* ialah rendahnya motivasi seseorang, menurunnya minat dalam memenuhi tugasnya, kelelahan yang disebabkan oleh pendidikan yang memicu timbulnya perasaan yang tidak diinginkan dan perasaan tidak efisien yang mengarah pada sinisme (Rad, Shamoossi, Rakhshani, dkk, 2017). Sinisme yang dialami mengacu pada sikap sinis atau ketidakpekaan seseorang terhadap pekerjaan yang sedang dikerjakan (Orpina & Prahara, 2019). Ciri-ciri seseorang mengalami *academic burnout* ialah mereka menunjukkan keadaan kelelah secara emosional, timbul kecenderungan depersonalisasi dan perasaan prestasi pribadi yang rendah

(Puspitaningrum, 2018). Dampak eksternal yang terjadi pada mahasiswa yang mengalami *burnout* diantaranya ialah melewati kelas, Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) menurun, tidak mengerjakan tugas dengan baik, tidak lulus dalam matakuliah bahkan dikeluarkan dari perguruan tinggi (Law, 2007).

Melihat permasalahan tersebut peneliti kemudian melakukan survey awal mengenai *burnout* kepada mahasiswa yang mengambil study pendidikan kedokteran, pendidikan farmasi dan teknik arsitektur yang ada di Universitas Islam Maulana Malik Ibrahim Malang. Jurusan tersebut diantaranya ialah Alasan memilih jurusan tersebut sebagai survey ialah karena jurusan tersebut memiliki beban praktikum yang sama beratnya dibandingkan jurusan lainnya. berdasarkan hasil survey tersebut tingkat *burnout* pada sampel teknik arsitektur lebih tinggi dibandingkan pendidikan kedokteran dan pendidikan farmasi. Hasil yang tersebut kemudian menjadi keputusan awal peneliti ingin meneliti lebih jauh mengenai mahasiswa arsitektur.

Dilansir oleh vice.com (2016) Seorang mahasiswa arsitektur terdiagnosa mengalami depresi berat akibat ketidak mampuannya menghadapi banyaknya tuntutan yang harus ia kerjakan. kemudian, terdapat kasus bunuh diri yang di alami oleh mahasiswa arsitektur di jawa barat. Dimana mahasiswa berinisial RA meloncat dari lantai 3 kostnya, karena mengalami depresi (nasional.tempo.co, 2012). Jika digali lebih dalam jurusan yang berfokus pada seni *design* bangunan ini memang memiliki beban kuliah yang cukup berat. Pada saat menjalankan perkuliahan, mahasiswa teknik arsitektur dihadapkan

dengan berbagai macam tugas, seperti mendesain, asistensi, presentasi, survei dan bergai macam kegiatan lainnya. Tidak hanya itu, dalam satu mata kuliah, mereka harus menghabiskan durasi perkuliahan yang lebih panjang dari pada mahasiswa jurusan lainnya. Sebagaimana informasi yang diberikan oleh kepala jurusan teknik arsitektur Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang:

“Jurusan aritektur tidak bisa disamakan dengan jurusan lain, ekonomi misalnya. Atau jurusan bahasa. Karena tugas mereka tidak sebanyak jurusan arsitektur dan belum lagi ada tugas di luar kampus. Dalam satu mata kuliah mereka bisa menghabiskan waktu sampai 8 jam dengan jumlah 8 sks. Karena hal tersebut tidak seperti kenyataanya saat mereka bekerja. Kerja itu lebih parah lagi. Jadi memang apa yang kita siapkan sekarang, itu mendukung untuk kerjanya nanti.” (Kepala jurusan, *wawancara*, 30 Oktober 2019, di Ruang Kepala Jurusan)

Berdasarkan informasi di atas, bisa kita lihat seberapa besar kewajiban yang harus dilaksanakan oleh mahasiswa teknik arsitektur untuk menyelesaikan progam sarjananya. Tidak menutup kemungkinan bahwa tanggung jawab tersebut memicu timbulnya *burnout* dikalangan mahasiwa. Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *burnout* secara umum, seperti *engagement* (Schaufeli, Martinez, Dkk, 2002), *self- efficacy* (Hartawati & Mariyanti, 2014; Rahmawati, 2014), *big five personality* (Hardiyanti, 2013), *self-esteem* (Maharani, 2019), *parental social support* (Puspitaningrum, 2018), *physical activity and mental toughness* (Cheung & Li, 2019), *resilience* (Hao, Hong, Xu, Zhou, & Xie, 2015), serta *grit* (L.Halliday, Walker, S. Vig, dkk, 2016; Dam, Perera, dkk, 2018; Igawa & Nakanishi, 2018; Zaman, 2019).

Ditinjauan literasi di atas, *grit* cukup banyak diteliti di tahun-tahun belakangan ini sebagai faktor yang mempengaruhi *burnout* secara umum. Bila didefinisikan *grit* ialah ketekunan (*perseverance*) dan semangat (*passion*) dalam tujuan jangka panjang (Duckworth, Peterson, dkk, 2007). Ada dua dimensi dalam *grit*, yaitu *perseverance of effort* (ketekunan untuk menyelesaikan suatu tujuan, bahkan dengan berbagai macam tuntutan maupun rintangan yang ada) dan *consistency of interests* (mempunyai komitmen untuk mencapai tujuan yang telah dipilih). Setiap individu memiliki tingkat *grit* yang berbeda-beda. Hal tersebut dikarenakan *grit* merupakan bagian dari *personality* individu dalam menentukan bagaimana individu tersebut melakukan interaksi pada lingkungan yang berbeda-beda. Bila seseorang memiliki tingkat *grit* yang tinggi mereka akan bekerja keras, memiliki standar yang tinggi, fokus pada pemenuhan tanggung jawab dan tetap menunjukkan usaha meskipun kegagalan, kesulitan dan hambatan selalu datang (Duckworth & Quinn, 2009).

Penelitian terdahulu, yang berkaitan dengan *grit* dan *burnout* dilakukan oleh Zaman (2019) dengan hasil bahwa *grit* memiliki korelasi negatif dengan *burnout*. Sehingga disimpulkan bahwa mereka yang memiliki karakteristik *grit* memiliki kemungkinan yang besar untuk mencegah atau bertahan ketika mengalami *burnout*. Namun berbeda dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Igawa & Nakanishi (2018). Dalam penelitiannya hasil analisis regresi menunjukkan bahwa *grit* tidak memiliki hubungan dengan *burnout*. *Grit* tidak meningkatkan *burnout* dalam persentil apapun.

Berdasarkan penelitian tersebut, terdapat hasil yang berbeda terhadap hubungan antara *grit* dan *burnout* secara umum. Selain itu, sejauh tela'ah peneliti, mayoritas penelitian mengenai *grit* dan *burnout* berkaitan dengan pekerjaan. Peneliti belum menemukan apakah *grit* juga korelasi negatif apabila diteliti dengan *burnout* dalam kontek *academic*. Adapun variabel lain yang pernah dihubungkan dengan *academic burnout* dalam penelitian-penelitian sebelumnya, diantaranya ialah *self-efficacy* (Rahmawari, 2014), *personality trait* (Lee, Choi, Chae, 2017), *perfeksionis* (Zulkarnain, 2019), *physical activity and mental toughness* (Cheung & Li, 2019) dll. Minimnya penelitian mengenai *grit* dan *academic burnout* dan harapan peneliti untuk kontribusi dalam memberikan informasi dari aspek manakah *grit* dapat mereduksi *academic burnout* yang dialami oleh mahasiswa menjadikan keputusan peneliti untuk menguji adakah hubungan antara *grit* dan *academic burnout* pada mahasiswa teknik arsitektur Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

B. Rumusan Masalah

Dari pemaparan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana tingkat *grit* pada Mahasiswa Arsitektur Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang?
2. Bagaimana tingkat *academic burnout* yang alami oleh Mahasiswa Arsitektur Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang?
3. Apakah *grit* memiliki hubungan *academic burnout* yang dialami oleh Mahasiswa Arsitektur Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, maka tujuan dari penelitian ini adalah;

1. Untuk mengetahui tingkat *grit* pada Mahasiswa Arsitektur Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Untuk mengetahui tingkat *academic burnout* yang alami oleh Mahasiswa Arsitektur Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Untuk mengetahui apakah *grit* memiliki hubungan dengan *academic burnout* yang dialami oleh Mahasiswa Arsitektur Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat dalam penelitian ini adalah:

1. Penelitian ini dapat menambah ilmu pengetahuan di bidang psikologi mengenai hubungan antara *grit* dan *academic burnout* pada mahasiswa.
2. Penelitian ini dapat dijadikan acuan untuk penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan *grit* dan *academic burnout*.
3. Dapat dijadikan rujukan untuk membandingkan hasil penelitian pada konteks dan partisipan yang sama atau pun berbeda.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. *Grit*

a. Pengertian *Grit*

Angela Duckworth adalah sosok yang memperkenalkan *grit* kepada khalayak umum. Awalnya Duckworth bertemu, melakukan wawancara, melakukan survei dan juga penelitian terhadap orang-orang yang sukses dalam bidangnya. Ia ingin tahu faktor apa yang lebih menentukan kesuksesan seseorang, apakah talenta atau bakat yang mereka miliki atau upaya yang mereka lakukan. Berdasarkan penelitian yang ia lakukan kepada subjeknya, ia menemukan kesamaan karakteristik pada subjek yang telah ia teliti. Kesamaan karakteristik tersebut ialah mereka sangat bekerja keras, resiliensi, tidak mudah puas dengan apa yang sudah mereka capai dan mereka tau apa yang mereka inginkan atau punya tujuan. Hal tersebut yang menjadikan dimensi untuk alat ukur *grit* yang ia kembangkan. Dimensi tersebut ialah konsistensi minat (*consistency of interest*) dan ketekunan (*perseverance of effort*) (Duckworth, 2016).

Menurutnya *grit* adalah adanya gairah dan ketekunan untuk mencapai *goals* dalam jangka panjang. *Grit* juga dimaknai seberapa intens seseorang menginginkan sesuatu dan seberapa besar mereka mengupayakan untuk mencapai apa yang mereka inginkan (Duckworth, 2016). *Grit* adalah stamina dan melekat pada seseorang bukan hanya selama seminggu atau satu bulan melainkan bertahun-tahun dengan bekerja keras untuk menghadapi tantangan,

mempertahankan usaha dan minat terlepas dari kegagalan, kesulitan dalam proses seseorang untuk sampai pada tujuannya (Duckworth & Paterson, 2007). Setiap individu memiliki *grit* dengan derajat yang berbeda-beda karena *grit* merupakan bagian dari kepribadian kepribadian individu yang menentukan bagaimana individu dapat berinteraksi dengan lingkungan yang beragam (Duckworth & Quinn 2009). *Grit* juga salah satu cara untuk menentukan dimana seseorang dapat menempatkan upaya mereka untuk bertahan dalam menghadapi tantangan (Aldila, 2019)

b. Dimensi *Grit*

Angela Duckworth merumuskan bahwa terdapat dua dimensi dalam *grit*, yang masing-masing merujuk pada kecenderungan untuk tidak sering mengubah tujuan dan minat. Dua dimensi tersebut diantaranya:

1) Konsistensi minat (*consistency of interest*)

Tetap berkomitmen dengan minatnya yang akan mengarah pada ketercapaian tujuan (Djaling & Purba, 2019). Mahasiswa yang memiliki konsistensi minat, mereka tidak akan mudah merubah tujuan yang sudah mereka tetapkan, tidak mudah teralihkan perhatiannya dan mempertahankan tujuan yang mereka minati dalam jangka waktu yang panjang. mereka akan tetap memilih tujuan awal mereka dan konsisten untuk mendapatkan hasil yang optimal dan memuaskan. Mahasiswa yang konsisten dalam minatnya, mereka akan segera mengerjakan tugas yang dosen berikan, tidak prokastinasi dan tidak mudah teralihkan oleh tugas yang lainnya.

2) Ketekunan (*perseverance of effort*)

Ketekunan untuk menyelesaikan suatu tujuan, bahkan dengan adanya berbagai rintangan atau halangan (Djaling & Purba, 2019). Ketekunan adalah usaha yang tinggi untuk mampu menyelesaikan tugas atau pekerjaan yang sedang dikerjakan. Orang yang mempunyai kegigihan mereka akan berusaha semaksimal mungkin untuk tidak takut dalam menghadapi rintangan maupun tantangan, pekerja keras, rajin dan berusaha mencapai goals atau tujuan jangka panjang. Mahasiswa yang tekun, mereka akan menyelesaikan apa yang telah mereka mulai, tidak takut pada rintangan atau hambatan, resilien dan mengerjakan tugas dengan maksimal. Mereka juga lebih dulu mempersiapkan diri sebelum dosen menerangkan, rajin mencari literatur lain untuk memahami apa yang sedang mereka pelajari di perkuliahan (Putri, 2016).

c. Faktor yang Mempengaruhi *Grit*

1) Minat

Minat ialah keinginan seseorang terhadap apa yang ingin mereka kerjakan. Setiap individu yang memiliki *grit*, mereka akan mentolerir dua atau tiga pekerjaan yang tidak mereka sukai dan tetap mengerjakannya sebagaimana pekerjaan yang mereka sukai untuk mencapai tujuan dari apa yang individu tersebut inginkan. Mereka menganggap bahwa pekerjaan yang tidak mereka inginkan adalah bagian dari proses atau upaya dan

sebagai hal yang bermakna. Mereka melakukan pekerjaannya dengan ketertarikan yang tak surut dan rasa ingin tahu bak anak kecil yang yang mencintai apa yang mereka lakukan (Duckworth, 2016).

2) Latihan

Salah satu bentuk *grit* adalah kedisiplinan harian untuk melakukan segala sesuatu dengan lebih baik dari kemarin. Jadi setelah individu menemukan minat mereka, individu tersebut harus fokus untuk berlatih pada bidang yang mereka minati dengan sepenuh hati. Tujuan dari latihan tersebut ialah mereka mampu terampil terhadap minat tersebut dan menguasainya. Mereka harus fokus pada kelemahannya dan berlatih berulang-kali selama beberapa jam dalam sehari, berminggu-minggu, berbulan-bulan hingga bertahun-tahun. Mereka yang mempunyai *grit* tidak boleh mudah puas dengan apa yang mereka peroleh (Duckworth, 2016).

3) Tujuan

Kematangan hasrat dapat diperoleh ketika seseorang menganggap apa yang mereka kerjakan adalah suatu kepentingan. Bagi sebagian orang, minat tanpa tujuan hampir tidak mungkin dipertahankan seumur hidup. Untuk itu tujuan diperlukan dalam *grit* karena sebagai identifikasi bahwa pekerjaan tersebut menarik untuk dicapai (Duckworth, 2016).

4) Harapan

Harapan adalah kegigihan untuk bangkit. Salah satu jenis harapan adalah ekspektasi bahwa hari esok akan lebih baik dari hari ini. Dalam *grit* harapan diperlukan sebagai upaya untuk memperbaiki masa depan

seseorang. Harapan yang dimiliki oleh seseorang yang memiliki *grit* tidak ada hubungannya dengan nasib baik tetapi sangat berhubungan dengan tekad untuk bangkit ketika seseorang menghadapi kesulitan atau hambatan dari tujuan yang mereka tentukan (Duckworth, 2016).

5) Pengasuhan

Terdapat kuadran yang ditulis oleh Angela Duckworth dalam bukunya. Orang tua yang cenderung menuntut anak tetapi sangat mendukung anak dikategorikan memiliki pola asuh yang permisif. Orang tua yang cenderung tidak menuntut anak tetapi juga tidak mendukung anak dikategorikan memiliki pola asuh acuh atau mengabaikan anak. Orang tua yang punya banyak tuntutan buat anak tetapi tidak memberikan dukungan dikategorikan mempunyai pola asuh otoriter. Orang tua yang menuntut anak tetapi juga mendukung anak, dikategorikan memiliki pola asuh bijak. Mereka yang dalam kuadran pola asuh bijak memacu anak-anak mereka untuk selalu berprestasi, punya pencapaian, tetapi mereka melakukannya dengan empati. Apabila anak mencapai kesuksesan mereka menjadi seseorang yang paling senang, akan tetapi bila anak mereka gagal mereka tetap ada disamping anak mereka untuk mendukung dan menghibur. Orang dengan pola asuh inilah yang akan menghasilkan anak-anak dengan *grit*. Angela Duckworth juga mengatakan bahwa *grit* adalah sesuatu yang dicontoh anak dari figur, role modelnya. Jadi apabila orang tua sudah menerapkan pola asuh bijak, tetapi orang tua bukan merupakan individu

yang memiliki *grit*, akan susah untuk anak menumbuhkan *grit* dalam dirinya sendiri.

6) *Playing fields*

Grit bisa tumbuh ketika ada kesempatan untuk individu bisa berkembang. Hal tersebut bukan sesuatu yang ditunggu, namun individu tersebut harus mengeksplorasi ke luar untuk mencari kesempatan yang dapat membuat mereka berkembang. Dalam konteks *parenting*, Angela Duckworth menyarankan agar orang tua mencari kegiatan yang menantang dan diminati oleh anak. Sehingga, anak bisa menikmati kegiatan tersebut dan bisa berlatih dengan tekun.

7) Budaya

Budaya adalah norma dan nilai yang dipegang oleh sekelompok orang. Nilai yang dimiliki seseorang, tidak akan jauh beda dengan nilai yang dimiliki orang disekitarnya. Jika seseorang berada diantara orang-orang yang mempunyai resiliensi tinggi atau *grit* yang luarbiasa, maka lebih mudah untuk orang tersebut menumbuhkan *grit*.

B. *Academic Burnout*

a. *Pengertian Academic Burnout*

Awal mulanya *burnout* banyak dikenal sebagai variabel yang berhubungan dengan industri, organisasi dan pekerjaan dibidang sosial. Namun baru-baru ini, istilah *burnout* banyak digunakan dalam penelitian non-industrial seperti dalam bidang akademik. *Burnout* secara umum

didefinisikan sebagai suatu sindrom kelelahan emosional, sinisme atau depersonalisasi dan kurangnya kinerja dalam pencapaian diri. Leiter dan Maslach (1988) menyatakan kelelahan emosional disebabkan oleh interaksi dengan pelanggan yang sulit dan menuntut yang dapat menumbuhkan sikap sinis, acuh tak acuh dan berperasaan (depersonalisasi atau sinisme). Hal tersebut menyebabkan para pekerja menjadi lebih cenderung tidak bekerja keras dan menyebabkan kesan negatif pada para pelanggan (Golembiewski, 1989).

Ketika diterapkan dalam bidang akademik, *academic burnout* didefinisikan sebagai sebuah sindrom yang ditandai oleh kelelahan emosional, sinisme atau depersonalisasi, dan penurunan prestasi akademik (Schaufeli, Martez, dkk, 2002). Pengertian tersebut hampir serupa dengan yang disebutkan oleh Noh, Shin, dan Lee (2013) bahwasannya *academic burnout* merupakan suatu sindrom yang ditandai oleh kelelahan emosional, sinisme, dan *academic inefficacy* dari kegagalan yang berkelanjutan untuk mengatasi *academic stress*. Sedangkan pengertian *academic burnout* menurut Lee, Puig, Lea, & Lee, (2013) adalah suatu sindrom psikologis yang merupakan hasil dari stres akademik kronis jangka panjang dan tekanan pencapaian akademik. Pengertian lainnya ditambahkan oleh Hoseinabadi, Kasirlou, & Inanlou (2016) menyebutkan *academic burnout* menyiratkan perasaan lelah dengan tugas sekolah dan apa pun yang terkait dengan yang dipelajarinya dan menimbulkan sikap buruk atau sinis kepada tugas-tugasnya yang menyebabkan non-partisipasi dalam kegiatan sekolah,

pendidikan yang kemudian menciptakan perasaan tidak mampu untuk mempelajari materi pelajaran yang diterimanya.

Dari pengertian tersebut definisi *academic burnout* dengan *burnout* secara umum memiliki kesamaan yang sedikit dimodifikasi. Dapat disimpulkan dari pengertian tersebut bahwa definisi dari *academic burnout* ialah sebuah sindrom yang disebabkan oleh stress kronis yang berkepanjangan yang mengakibatkan kelelahan emosional karena tuntutan akademik yang menimbulkan sinisme pada tugasnya dan menyebabkan penurunan prestasi.

b. Aspek-Aspek *Academic Burnout*

Pada mulanya konsep *burnout* dikemukakan oleh Maslach, dkk (2001) pada beberapa bidang pekerjaan dan beberapa profesi dibidang layanan sosial. Hal ini diasumsikan oleh Maslach, dkk (2001) bahwa *burnout* banyak terjadi pada pekerjaan atau bidang layanan sosial. Terdapat 3 aspek yang dikemukakan oleh Maslach, dkk (2001) yang digunakan sebagai instrumen dari *Maslach Burnout Inventory* (MBI), diantaranya ialah;

1) Kelelahan (*exhaustion*)

Ketika pekerja merasakan kelelahan secara emosional, mereka merasa tidak mampu lagi untuk meningkatkan kinerjanya dan merasa menyerah kepada diri mereka terhadap kondisi psikologisnya (Maslach, dkk. 2001).

2) Depersonalisasi/*Cynicism*

Menampilkan reaksi negatif terhadap klien, mudah tersinggung, tidak berperasaan, bahkan tidak manusiawi serta memandang bahwa klien pantas mendapatkan perlakuan atas masalah yang mereka miliki dan perasaan lelah yang mereka rasakan (Ryan, 1971, Maslach, dkk. 2001).

3) Menurunnya prestasi diri (Low Personal accomplishment)

Kecenderungan mereka untuk menilai diri mereka secara negatif, merasa tidak bahagia dan tidak merasa puas atas pencapaian atau prestasi mereka yang berkaitan dengan pekerjaan (Maslach, dkk. 2001).

Dari ketiga aspek yang digunakan sebagai instrumen *Maslach Burnout Inventory* (MBI) tersebut, kemudian Schaufeli, Martez, dkk, (2002) memodifikasinya menjadi *Maslach Burnout Inventory-Student Questionnaire* (MBI-SS) untuk menilai sindrom kelelahan di bidang akademik. Modifikasi instrumen tersebut tetap menggunakan tiga aspek diantaranya ialah kelelahan (*exhaustion*), depersonalisasi/ *cynicism* dan menurunnya prestasi diri (*professional Efficacy*)

1) Kelelahan (*exhaustion*)

Kelelahan di antara siswa mengacu pada perasaan lelah karena tuntutan belajar, bersikap sinis dan tidak peduli terhadap pelajarannya, dan merasa tidak kompeten sebagai siswa (Schaufeli, Martez, dkk, 2002). Memicu timbulnya kelelahan secara fisik (seperti sakit kepala, sesak, mual, insomnia, dan lain-lain), mental (merasa gagal, tidak berharga, tidak bahagia, putus asa, dan lain-lain) dan emosional (seperti jenuh, frustrasi,

sedih dan tertekan). Apabila seseorang mengalami kelelahan maka mereka akan merasa energinya terkuras habis dan merasa kosong yang tak teratasi.

2) *Depersonalisasi/Cynicism*

Depersonalisasi adalah proses ketidak seimbangan antara tuntutan dan kemampuan seseorang. Apabila seseorang mengalami hal tersebut mereka akan bersikap sinis terhadap orang-orang maupun studinya sehingga terdapat kecenderungan menarik diri, ada perasaan acuh tak acuh atau sikap tidak peduli, tidak melihat perkuliahan sebagai sesuatu yang bermakna dan mengurangi keterlibatan dalam lingkup perkuliahan. Perilaku tersebut diperlihatkan sebagai upaya melindungi diri dari perasaan kecewa, karena penderitanya menganggap bahwa dengan berperilaku seperti itu, maka mereka akan aman dan terhindar dari ketidakpastian dalam perkuliahan.

3) *Professional Efficacy*

Pada aspek ini, terjadi ketika seseorang menunjukkan kecenderungan untuk mengevaluasi dirinya secara negatif, penurunan perasaan kompetensi dalam pendidikannya dan peningkatan perasaan tidak efisien. Selain itu mereka merasa ketidak bermanfaat dalam hidupnya sehingga memicu timbulnya penilaian yang rendah pada dirinya dan pencapaiannya. Perasaan tidak mampu menyelesaikan tugas, tidak berdaya serta menganggap bahwa tugas yang diberikan terlalu berlebihan dan tidak sanggup menerima tugas yang baru.

Adapun yang digunakan dalam penelitian ini ialah aspek yang dimodifikasi oleh Schaufeli, Martez, dkk, (2002) yaitu *Maslach Burnout Inventory-Student Questionnaire* (MBI-SS) sebagai instrumen *academic burnout* yang digunakan dalam penelitian ini.

c. Faktor yang memengaruhi *academic burnout*

Maslach, Schaufeli & Leiter (2001) menyebutkan bahwa terdapat beberapa faktor yang menyebabkan seseorang mengalami *academic burnout*, diantara lainnya:

1) Beban kerja (*Workload*)

Beban kerja (*workload*) dapat diartikan sebagai kemampuan seorang dalam menerima pekerjaannya. Dalam sudut pandang ergonomi, beban kerja yang diterima seseorang harus sesuai dengan kemampuan fisik dan psikologisnya (Romadhoni, Asnomy, & Suryatni, 2015). Ketidakcocokan jurusan yang diambil oleh seseorang, masuk dalam kategori *workload*. Apabila seseorang tidak mempunyai minat atau ketrampilan pada suatu bidang yang harus mereka ambil, hal tersebut berpotensi mengakibatkan seseorang mengalami kelelahan. Selain itu, konteks *workload* dapat berupa mengerjakan banyak tugas dalam perkuliahan seperti, survei lapangan, lamanya perkuliahan, asistensi, penyusunan makalah atau skripsi, dan beban perkuliahan lain yang mengakibatkan mahasiswa mengalami kelelahan.

2) Kontrol (*Control*)

Ketidacocokan dalam kontrol umumnya terkait dengan ketidakefisienan atau berkurangnya aspek pencapaian pribadi dari *burnout*. Ketidacocokan dalam kontrol ditunjukkan oleh individu yang sumber dayanya tidak cukup atau tidak memadai untuk menyelesaikan pekerjaannya. Seperti kesulitan dalam mengatur, dan mengendalikan diri untuk menyikapi tugas-tugas yang diberikan diperkuliahan.

3) Penghargaan (*Reward*)

Penghargaan atau *reward* adalah apresiasi atas perbuatan yang patut untuk dipuji (Rosyid & Abdullah, 2018). Ketika seseorang tidak mendapatkan penghargaan dari kerja keras yang telah mereka kerjakan, hal tersebut dapat mengakibatkan menurunnya motivasi atau penurunan prestasi pribadi. Ketidacocokan dalam penghargaan, dapat berupa kurangnya pengakuan sosial terhadap apa yang telah mereka capai.

4) Komunitas (*Community*)

Ketidacocokan selanjutnya terjadi ketika orang kehilangan rasa koneksi positif dengan lingkungan sosialnya. Seseorang yang berada dalam lingkup komunitas yang baik, mereka akan berbagi pujian, kenyamanan, kebahagiaan, dan humor dengan orang yang mereka sukai dan hormati. Selain pertukaran emosional dan bantuan instrumental, dukungan sosial semacam ini menegaskan kembali keanggotaan seseorang dalam suatu kelompok dengan rasa nilai bersama. Sayangnya, tidak semua individu dapat mengatasi konflik antar individu dengan baik. Konflik tersebut

menghasilkan perasaan negatif yang konstan berupa frustrasi, permusuhan, dan mengurangi kemungkinan dukungan sosial. Sehingga apabila hal ini terjadi pada mahasiswa maka akan mengakibatkan kurangnya rasa nyaman dalam menjalani perkuliahan.

5) Nilai (*Value*)

Adanya kesenjangan antara nilai individu dan lingkungannya. Dalam kasus lain, mungkin ada ketidaksesuaian antara aspirasi pribadi mereka dan nilai-nilai organisasi dalam perkuliahan. Orang-orang juga dapat terperangkap di antara nilai-nilai yang bertentangan dari organisasi, seperti ketika ada perbedaan antara pernyataan misi yang tinggi dan praktik yang sebenarnya, atau ketika nilai-nilai tersebut bertentangan.

6) Ketidakadilan (*Fairless*)

Keadilan mengomunikasikan rasa hormat dan menegaskan harga diri seseorang. Saling menghormati antar individu adalah pusat dari rasa kebersamaan dalam komunitas. Ketidakadilan dapat terjadi ketika ada ketidakseimbangan beban, kecurangan, atau ketika evaluasi tidak tepat. Jika prosedur pengaduan atau penyelesaian perselisihan tidak memungkinkan kedua belah pihak untuk bersuara, maka mereka akan dinilai tidak adil. Kurangnya keadilan memperburuk kelelahan setidaknya dalam dua hal. Pertama, pengalaman perlakuan tidak adil secara emosional dapat menyebabkan rasa kecewa dan kelelahan. Kedua, ketidakadilan memicu rasa sinis yang mendalam.

C. Hubungan antara *grit* dan *academic burnout*

Gairah atau ketekunan yang dimiliki seseorang untuk mencapai tujuan dalam waktu yang jangka panjang disebut dengan *grit*. Ciri-ciri dari seseorang yang memiliki *grit* ialah mereka sangat bekerja keras, resilien, tidak mudah puas dengan apa yang sudah mereka capai dan mereka tau apa yang mereka inginkan atau mempunyai tujuan. Dalam bukunya, Angela Duckworth (2016) menyebutkan bahwa terdapat dua dimensi dalam *grit*, yaitu *consistency of interest* dan *perseverance*. Dimensi pertama dalam *grit* ialah *consistency of interest*. Tetap berkomitmen dengan minatnya yang akan mengarah pada ketercapaian tujuan (Djaling & Purba, 2019). Mahasiswa yang memiliki konsistensi minat, mereka tidak akan mudah merubah tujuan yang sudah mereka tetapkan, tidak mudah teralihkan perhatiannya dan mempertahankan tujuan yang mereka minati dalam jangka waktu yang panjang.

Dimensi yang kedua dalam *grit* ialah *perseverance*. Ketekunan untuk menyelesaikan suatu tujuan, bahkan dengan adanya berbagai rintangan atau halangan (Djaling & Purba, 2019). Ketekunan adalah usaha yang tinggi untuk mampu menyelesaikan tugas atau pekerjaan yang sedang dikerjakan. Orang yang mempunyai kegigihan mereka akan berusaha semaksimal mungkin untuk tidak takut dalam menghadapi rintangan maupun tantangan, pekerja keras, rajin dan berusaha mencapai *goals* atau tujuan jangka panjang

Apabila mahasiswa tidak memiliki ketahanan dan minat untuk mencapai tujuan ditambah dengan tekanan yang diperoleh diperkuliahan, hal tersebut menjadi *stressor* berpotensi menyebabkan *distress*, jika mereka tidak

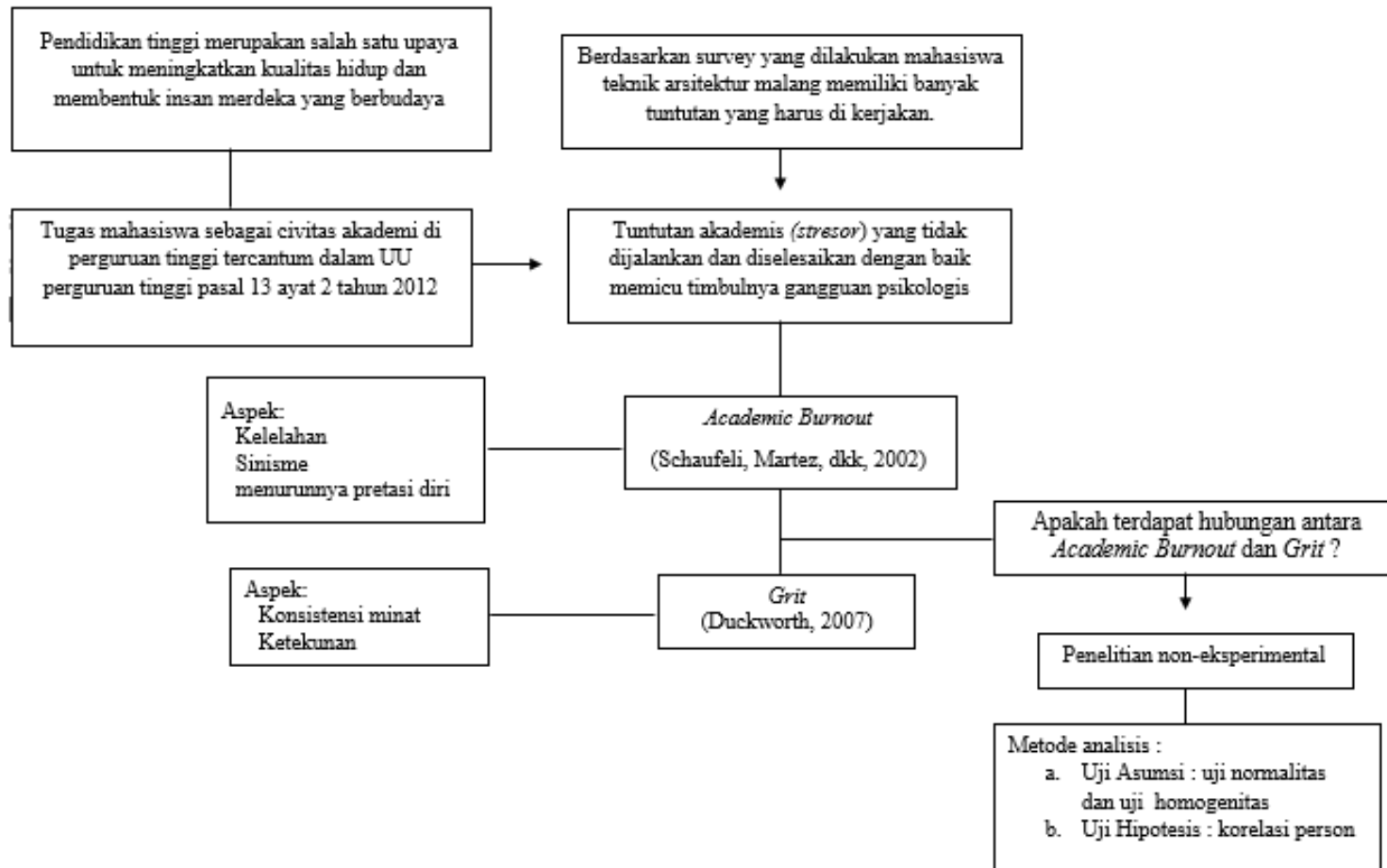
mampu menyelesaikan masalah yang mereka hadapi secara efisien. Stres mampu memberikan dampak psikologis maupun fisiologis. Dampak psikologis yang dimunculkan oleh stres yang berlebihan diantaranya depresi, *burnout*, dan ansietas (Dianti & Fidyartini, 2019).

Schaufel, dkk (2002) mengatakan bahwa seseorang yang mengalami tekanan lingkungan maupun psikologi yang lama, akan menyebabkan seseorang mengalami kelelahan atau *burnout*. *Burnout* yang terjadi dalam bidang akademik dapat disebut dengan *academic burnout* (Karimi, Bashirpur, Khabbaz, & Hedayati, 2014). *Academic burnout* ialah rendahnya motivasi seseorang, menurunnya minat dalam memenuhi tugasnya, kelelahan yang disebabkan oleh pendidikan yang memicu timbulnya perasaan yang tidak diinginkan dan perasaan tidak efisien yang mengarah pada sinisme (Rad, Shamoossi, Rakhshani. dkk, 2017). Sinisme atau depersonalisasi yang dialami mengacu pada sikap sinis atau ketidakpekaan seseorang terhadap pekerjaan yang sedang dikerjakan. (Orpina & Prahara, 2019). Dampak yang terjadi pada mahasiswa yang mengalami *burnout* diantaranya ialah melewati kelas, Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) menurun, tidak mengerjakan tugas dengan baik, tidak lulus dalam matakuliah bahkan dikeluarkan dari perguruan tinggi (Law, 2007).

Untuk mengatasi *academic burnout*, maka dibutuhkan *grit* dalam menjalankan aktivitas dan tantangan di perkuliahan. Beberapa penelitian terdahulu membuktikan bahwa *grit* berkorelasi negatif dengan *burnout* yang berarti semakin tinggi *grit* maka akan semakin rendah tingkat *burnout* yang

dialami oleh seorang individu (L.Halliday, Walker, S. Vig, dkk, 2016; Zaman,2019; Dam, Perera, dkk, 2018). Menurut Halliday, Walker, S. Vig, dkk, (2016) kelelahan emosional adalah gejala awal dari kejenuhan, yang mengarah ke depersonalisasi dan memicu peningkatan pada *burnout*. Dengan tingkat *grit* yang lebih tinggi, mungkin akan mereduksi tingkat *burnout* yang dialami seseorang. Penelitian lainnya menyebutkan bahwa *perseverance* menekan tingkat depersonalisasi dan penurunan prestasi dan semangat, sedangkan *consistency of interest* dapat menekan tingkat kelelahan emosional dan depersonalisasi (Igawa & Nakanishi, 2018). Artinya, jika seorang mahasiswa tekun (*perseverance*) untuk menyelesaikan apa yang telah mereka mulai, tidak takut pada rintangan atau hambatan, resilien dan mengerjakan tugas dengan maksimal, maka hal tersebut dapat mengurangi depersonalisasi (kehilangan rasa memiliki identitas pribadi) dan penurunan prestasi yang dialami oleh mahasiswa. Sedangkan apabila mahasiswa konsistensi pada minat (*consistency of interest*), maka akan membuat mereka tidak mudah merubah tujuan yang sudah mereka tetapkan, tidak mudah teralihkan perhatiannya dan mempertahankan tujuan yang mereka minati dalam jangka waktu yang panjang. Mereka akan mengerjakan tugasnya dengan tepat waktu. Sehingga, mereka tidak akan mengalami kelelahan secara fisik, emosional maupun mental dan depersonalisasi (kehilangan rasa memiliki identitas pribadi).

D. Kerangka Berfikir



Gambar . 2.1. Kerangka Berfikir

E. Hipotesis

Hipotesis yang digunakan oleh peneliti dalam penelitian ini ialah terdapat hubungan antara *grit* dan *academic burnout* pada mahasiswa teknik arsitektur Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang bersifat non-eksperimental, karena data dalam penelitian ini berupa angka-angka dan analisisnya menggunakan statistik. Data angka yang diperoleh dari penelitian ini digunakan sebagai bahan untuk melihat apakah terdapat hubungan antara *grit* dan *academic burnout* yang dialami oleh mahasiswa teknik arsitektur Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

B. Identifikasi Variabel

Variabel sebuah fenomena (yang berubah-ubah) yang bervariasi dalam bentuk, kualitas, kuantitas, mutu standar dan sebagainya (Bungun. Burhan, 2015). Dalam penelitian ini, variabel yang di gunakan oleh peneiti ialah:

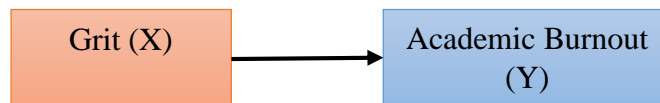
a. Variabel Bebas (X)

Variabel bebas (*Independent variable*) adalah variabel variasi yang mempunyai pengaruh pada variabel lain. Variabel ini bersifat bebas tanpa pengaruh variabel terikat (Azwar, 2007). Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan *grit* sebagai variabel bebas yang akan mempengaruhi variabel terikat.

b. Variabel Terikat (Y)

Variabel terikat (*Dependent Variable*) merupakan variabel yang dipengaruhi variabel bebas. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan *academic burnout* sebagai variabel terikat yang akan dipengaruhi oleh variabel bebas.

Hubungan antara variabel yang digunakan dapat digambarkan sebagai berikut:



Gambar 3.1

Rancangan Penelitian

C. Definisi Oprasional Variabel

Defiisi oprasional adalah suatu definisi pada variabel dalam penelitian yang diperoleh dari karakteristik variabel yang dapat diamati (Azwar, 2007). Adapun definisi oprasional dari variabel bebas dan variabel terikat dapat dijabarkan sebagai berikut:

a. *Grit*

Grit merupakan kegigihan dan ketekunan untuk mencapai tujuan jangka panjang. Terdapat dua dimensi dalam *grit* yang diukur menggunakan angket, yaitu ketekunan (*perseverance of effort*) dan konsistensi minat (*consistency of interests*).

b. *Academic Burnout*

Academic burnout merupakan sindrom psikologis yang mengakibatkan seseorang merasa kelelahan baik secara fisik, mental dan emosional, depersonalisasi/ sinisme, dan penurunan pencapaian individu. Terdapat beberapa aspek yang digunakan dalam *academic burnout* yang diukur menggunakan angket, yaitu kelelahan (*exhaustion*), depersonalisasi/ sinisme (*cynicism*), dan menurunnya prestasi diri (*low personal accomplishment*).

D. Populasi, Sampel dan Teknik Sampel

a. Populasi

Populasi digunakan untuk menyebutkan serumpun atau sekelompok objek yang menjadi sasaran penelitian. Oleh karena itu populasi merupakan keseluruhan (*universum*) dari objek penelitian yang dapat berupa manusia hewan tumbuh-tumbuhan, udara, gejala, nilai, peristiwa, sikap hidup dan sebagainya, sehingga subjek-subjek ini dapat menjadi sumber data penelitian (Bungin. Burhan, 2005). Populasi merupakan kelompok subjek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian. Populasi penelitian ini adalah seluruh mahasiswa teknik arsitektur Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dengan jumlah 465 mahasiswa dan mahasiswi. Adapun populasi yang digunakan dalam penelitian ini ialah sebagai berikut :

Tabel. 3.1 Populasi Penelitian

No	Angkatan	Jumlah
1	2016	111
2	2017	120
3	2018	121
4	2019	113
Jumlah total		465

b. Sampel dan Teknik Sampling

Peneliti menggunakan teknik sampling non-probabilitas. Rancangan sampel non-probabilitas, artinya teknik pengambilan sampel yang tidak dipilih secara acak karena kriteria sampel telah ditentukan oleh peneliti. Kriteria yang digunakan oleh peneliti adalah mahasiswa aktif jurusan teknik arsitektur angkatan 2016-2019.

Cara pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini ialah *convenience sampling*. Pada *Convenience sampling*, peneliti memilih sampel berdasarkan ketersediaan dan kebersediaan partisipan yang sesuai dengan kriteria yang terlibat dalam penelitian. (Leedy& Ormrod; 2005).

Guilford dan Fruchter (1981) mengemukakan bahwa partisipan dengan jumlah besar akan mengurangi bias yang timbul daripada jumlah partisipan yang sedikit. Pada distribusi frekuensi, penyebaran akan mendekati normal apabila jumlah partisipan di atas 30 orang. Semakin besar jumlah sampel yang digunakan maka akan semakin akurat data yang dihasilkan dalam menggambarkan populasi (Kumar, 1996). Berdasarkan penjelasan tersebut peneliti menggunakan sampel penelitian minimal 100 orang agar semakin

mewakili populasi keseluruhan. Jumlah sampel dapat dilihat di tabel berikut (tabel 3.2 jumlah sampel):

Tabel 3.2 Jumlah Sampel

No	Angkatan	Jumlah
1	Laki-laki	43
2	Perempuan	57
Jumlah total		100

E. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan oleh peneliti ialah dengan menyebarkan skala yang telah disusun oleh peneliti sebagai alat ukur kepada subjek penelitian yang telah dipilih oleh peneliti. Tujuan metode pengumpulan data dalam penelitian ialah untuk mengungkap fakta mengenai variabel yang diteliti (Azwar, 2007). Pada penelitian ini, peneliti menggunakan skala *likert* untuk mengukur *grit* dan *academic burnout*.

a. Skala *Grit*

Skala yang digunakan dalam penelitian ini mengadaptasi dari skala *grit* yang dikembangkan oleh Angela Duckworth yang terdiri dari dua indikator, yaitu konsistensi minat (*Consistency of interests*) dan ketekunan (*Perseverance of effort*). Jumlah aitem pada skala ini adalah 12 pernyataan yang terdiri dari 6 *favorable* dan 6 *unfavorable*. Pada variabel ini menggunakan skala *likert*, dengan pilihan jawaban SS (sangat sesuai), S (sesuai), TS (tidak sesuai) dan STS (sangat tidak sesuai). Blueprint skala *grit* dapat dilihat pada Tabel 3.3 Skala *Grit*.

Tabel 3. 3 Skala Grit

Dimensi	Indikator	Nomor item		Jumlah
		F	UF	
Konsistensi minat (<i>Consistency of interests</i>)	<ul style="list-style-type: none"> - Perhatian tidak mudah dialihkan - Menetapkan tujuan - Memperhatikan minat 	1, 4, 6	2, 3, 5	6
Ketekunan (<i>Perseverance of effort</i>)	<ul style="list-style-type: none"> - Berusaha keras dalam tantangan - Mampu menyelesaikan pekerjaan - Gigih dan berusaha 	9,10, 12	7, 8,11	6
Total		6	6	12

b. Skala *Academic Burnout*

Skala yang digunakan dalam penelitian ini mengadaptasi dari *Maslach Burnout Inventory-Student Survey* (MBI-SS) yang terdiri dari tiga indikator, yaitu kelelahan (*exhaustion*), sinisme (*cynicism*), dan penurunan pencapaian individu (*personal accomplishment*). Jumlah aitem pada skala ini adalah 15 pernyataan yang terdiri dari 9 *favorable* dan 6 *unfavorable*. Pada variabel ini menggunakan skala liker, dengan pilihan jawaban SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), TS (Tidak Sesuai) Dan STS (Sangat Tidak Sesuai). Blueprint skala *academic burnout* dapat dilihat pada Tabel. 3.4. Skala *Academic Burnout*.

Tabel. 3.4 Skala *Academic Burnout*

Aspek	Indikator	Nomor item		Jumlah
		F	UF	
Kelelahan (<i>exhaustion</i>),	<ul style="list-style-type: none"> - Belajar mejadi sebuah beban - Mudah lelah dengan kegiatan yang berkaitan dengan perkuliahan - Jenuh dengan studi 	1,4,7,10,13		5
Sinisme (<i>cynicism</i>)	<ul style="list-style-type: none"> - Tidak tertarik dengan jurusan yang dipilih - Kurang antusias - Ragu terhadap studi 	2,5,11,14		4
Menurunnya prestasi diri (<i>Low Personal accomplishment</i>)	<ul style="list-style-type: none"> - mampu menyelesaikan permasalahan dengan efektif - Terlibat aktif dalam perkuliahan - Merasa baik - Mendapat nilai yang memuaskan 		3,6,8,9,12,15	6
Total		9	6	15

F. Prosedur Penelitian

Pada pelaksanaannya, penelitian ini akan melalui beberapa tahap yaitu sebagai berikut:

1. Tahap Awal

Pada tahap ini, peneliti melakukan tinjauan literatur yang berkaitan dengan masalah yang akan diteliti. Kemudian peneliti mulai mengidentifikasi dan membatasi masalah penelitian serta merumuskan hipotesis penelitian. Setelah itu, peneliti membuat rancangan penelitian yang meliputi pemilihan subjek penelitian, dan menentukan pelaksanaan waktu penelitian.

2. Tahap Penelitian

Teknik pengumpulan data adalah kegiatan penelitian guna untuk mengumpulkan fenomena atau informasi yang diperoleh dari sampel, yang kemudian diolah dan dianalisis sehingga memperoleh informasi atau kesimpulan yang jelas untuk menjelaskan fenomena dari penelitian tersebut. Kegiatan ini, peneliti menggunakan alat berupa skala penelitian yang diadaptasi dari instrumen *grit scale* (Duckworth, 2007) dan *Maslach Burnout Inventory-Student Survey* (MBI-SS) (Schaufeli, Martez, dkk, 2002).

Kemudian skala disebarakan menggunakan platform online melalui *google form*. Tahap penyebaran pertama, peneliti menyebarkan link ke setiap perwakilan angkatan untuk kemudian disebarakan ke grup *whatsapp* setiap angkatan yang menjadi subjek penelitian dan melakukan *personal message* kepada mahasiswa yang menjadi subjek dalam penelitian ini.

3. Tahap Akhir

Tahap akhir adalah tahap mengolah dan menganalisis data hasil penelitian. Seluruh data yang diperoleh selama penelitian dikumpulkan kemudian dianalisis menggunakan program computer SPSS 16.00 *for windows*. Kemudian memadukan data angka dengan data non angka yang didapatkan selama proses penelitian.

G. Validitas dan Reliabilitas

Validitas adalah salah satu konsep dalam mengevaluasi alat tes, yang dalam konsepnya mengacu pada kelayakan, kebermaknaan, dan

kebermanfaatan inferensi tertentu yang dapat dibuat berdasarkan skor hasil tes yang bersangkutan (Azwar, 2015). Kelley juga menjelaskan bahwa validitas merupakan sesuatu yang membahas tentang apakah suatu tes mengukur apa yang hendak diukur (Azwar, 2015).

Validitas isi didasarkan pada kemampuan dan ketepatan instrumen dalam mengukur isi atau konsep yang hendak diukur. Oleh karena itulah, validasi instrumen perlu dinilai oleh ahli (*expert judgment*) sebelum digunakan dalam pengambilan data penelitian.

Reliabilitas merupakan sejauh mana hasil suatu proses pengukuran dapat dipercaya, dan reliabilitas ini memiliki nama lain seperti konsistensi, keterandalan, keterpercayaan, kestabilan, keajegan, dan sebagainya (Azwar, 2015). Koefisien reliabilitas terukur dari rentang angka 0 sampai dengan 1,00, maka semakin mendekati angka 1,00 maka reliabilitas dapat dikatakan semakin tinggi. Uji reliabilitas pada penelitian ini menggunakan teknik *Alpha Cronbach* dengan menggunakan bantuan program IBM SPSS (*Statistical Package or Social Science*) *for windows*. Suatu instrument dapat dikatakan reliabel apabila nilai $\alpha \geq 0,7$.

H. Metode Alisis Data

Analisis data merupakan tahapan-tahapan yang digunakan dalam menemukan jawaban dari rumusan masalah yang telah dicantumkan oleh peneliti untuk memperoleh kesimpulan dari hasil penelitian. Analisis data kuantitatif terdiri dari dua tahap yaitu uji asumsi dan uji hipotesis.

a. Uji Asumsi

Dilakukan dengan uji normalitas dan uji homogenitas terhadap data *grit* dan data *academic burnout*. Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui distribusi normal data yang diperoleh selama penelitian Uji normalitas yang akan digunakan berupa uji *one sample Kolmogrov Smirnov*. Uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui kehomogenan data varian yang diperoleh selama penelitian. Uji homogenitas yang digunakan yaitu *Levene's test of equality of error variances*.

b. Uji Hipotesis

Uji hipotesis merupakan pengambilan kesimpulan yang didasarkan dari analisis data yang dilakukan oleh peneliti. Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan korelasi *pearson*. Perhitungan korelasi *pearson* digunakan untuk melihat korelasi antara *grit* dan *academic burnout*. Rumus hitung yang digunakan dalam perhitungan *r-pearson* adalah sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{n\sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{\{n\sum x^2 - (\sum x)^2\} \{n\sum y^2 - (\sum y)^2\}}}$$

keterangan :

r_{xy} = Korelasi X dan Y

n = Banyaknya Pasangan data X dan Y

$\sum x$ = Total Jumlah dari Variabel X

$\sum y$ = Total Jumlah dari Variabel Y

$\sum x^2$ = Kuadrat dari Total Jumlah Variabel X

$\sum y^2$ = Kuadrat dari Total Jumlah Variabel Y

$\sum xy$ = Hasil Perkalian dari Total Jumlah Variabel X dan Variabel Y

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Subjek Penelitian

a. Profil Jurusan Teknik Arsitektur UIN Maulana Malik Ibrahim

Malang

Bedasarkan data yang di peroleh dari *website* resmi (*arsitektur.uin-malang.ac.id*, diunduh pada Agustus 2020) Jurusan Teknik Arsitektur UIN Maulana Malik Ibrahim Malang memiliki tugas untuk mengembangkan keilmuan arsitektur yang tak lepas dari perkembangan ilmu pengetahuan, teknologi dan seni (IPTEKS) sebagai salah satu syarat dalam berkompetensi di era globalisasi, tanggapan terhadap persoalan dalam masyarakat yang diwujudkan dalam desain lingkungan binaan yang inovatif, kreatif dan imajinatif serta berkelanjutan. Selain itu jurusan teknik arsitektur merupakan bagian dari lembaga pendidikan tinggi islam yang berperan aktif dalam mengangkat keilmuan arsitektur yang terintegrasi dengan Islam berdasarkan Al-Qur'an dan Hadits berupa Pusat Studi Arsitektur Islam.

Pada tahun 2016 Jurusan Teknik Arsitektur UIN Maulana Malik Ibrahim Malang mengajukan akreditasi kepada Badan Akreditasi Nasional (BAN). Keberadaan Jurusan Teknik Arsitektur UIN Maulana Malik Ibrahim Malang saat ini telah mendapatkan pengakuan secara nasional sebagai bagian dari Pendidikan Tinggi di Indonesia berdasarkan Surat Keputusan Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi Departemen nomor 0909/SK/BAN-

PT/AKRED/S/III/2017 yang memiliki masa berlaku sampai dengan Maret 2022 dengan nilai akreditasi B.

b. Visi dan Misi Jurusan Teknik Arsitektur UIN Maulana Malik

Ibrahim Malang

1. Visi

Visi Jurusan Arsitektur UIN Maulana Malik Ibrahim Malang adalah terwujudnya program studi teknik arsitektur yang integratif dalam memadukan sains dan Islam yang bereputasi internasional.

2. Misi

Misi Jurusan Arsitektur UIN Maulana Malik Ibrahim Malang adalah mencetak sarjana teknik arsitektur yang berkarakter ulul albab dan menghasilkan sains teknik arsitektur yang relevan dan budaya yang tinggi.

B. Hasil Penelitian

a. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini dilakukan sejak bulan Mei sampai dengan bulan September 2020. Pembagian skala pada responden dilakukan pada bulan Mei – Agustus 2020. Kemudian analisis data dan finalisasi dilakukan hingga September 2020.

b. Uji Validitas

Validitas adalah suatu pembahasan yang membahas apakah suatu tes dapat mengukur apa yang hendak diukur, dengan konsep yang mengacu pada kebermaknaan, kelayakan dan kebermanfaatan inferensi tertentu yang dapat

dibuat berdasarkan skor hasil tes yang bersangkutan (Azwar, 2015). Pada penelitian ini uji validitas menggunakan validitas isi yang instrumennya perlu dinilai oleh ahli (*expert judgment*) sebelum pengambilan data penelitian. Adapun *expert judgment* yang membantu memberikan penilaian dalam instrumen ini diantaranya pada tabel 4.1 berikut ini

Tabel 4.1 *Expert Judgment Uji Validitas*

No	Nama penilai	Bidang keahlian	Tanggal penilaian
1.	Fuji Astutik, M.Psi	Psikologi klinis	2 Mei 2020
2.	Novia Solichah, M.Psi	Psikologi pendidikan dan perkembangan	30 April 2020
3.	Nuzulunni'mah, M.Psi	Psikologi sosial	5 Mei 2020
4.	Muh Masykur AG	Spesialis Anak dan Praktisi Psikologi Islam	30 April 2020

Hasil perhitungan Aiken's dari nilai yang diberikan dari ahli berada pada rentan nilai 0,750 sampai 0,875 pada instrumen *grit*. Sedangkan pada instrumen *Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS)* nilai yang di peroleh ialah pada rentang 0,750 sampai 0,83. Koefisien Aiken's berkisar antara angka 0-1 sehingga instrumen dalam penelitian dapat dikatakan memiliki validitas isi yang cukup memadai berdasarkan hasil yang diperoleh. Ada beberapa saran pada aitem *grit* yang diberikan oleh *rater*, diantaranya ialah mengganti pernyataan nomor 1 dengan kalimat yang lebih jelas dan mudah dipahami. Salah satu *rater* menyarankan untuk mengganti kata "pernah" menjadi "mampu". Sehingga, pernyataan "Saya pernah mengatasi kegagalan untuk

menghadapi sebuah tantangan yang penting” diganti menjadi “Saya mampu mengatasi kegagalan untuk menghadapi tantangan yang penting. Pada aitem nomor 3, salah satu *rater* menyarankan untuk menambah kata “kecenderungan” pada kalimat “minat saya berganti dari tahun ke tahun”, sehingga kalimatnya menjadi “ kecenderungan minat saya berganti dari tahun ke tahun”. Pada aitem nomor 10, salah satu *rater* menyarankan untuk mengganti kata “dicapai” menjadi “menyelesaikan”. Sehingga, pernyataan “saya telah mencapai tujuan yang membutuhkan waktu bertahun-tahun untuk” diganti menjadi “saya telah mencapai tujuan yang membutuhkan waktu bertahun-tahun untuk menyelesaikannya”. Dan pada aitem nomor 10, *rater* menyarankan untuk memperjelas pernyataan “saya rajin” menjadi “saya termasuk mahasiswa yang rajin”.

Pada instrumen *Burnout Inventory-Student Survey* (MBI-SS) yang telah divalidasi oleh ahli. Ada beberapa pernyataan yang telah diubah dan disesuaikan, diantaranya ialah mengubah kata “studi” menjadi “jurusan” pada pernyataan nomor 6 “saya merasa kurang tertarik dengan studi yang saya pilih sejak awal mendaftar di universitas”, pada pernyataan nomor 9 menambah kata keterangan “-nya” pada kata “penting” dari pernyataan “ Saya meragukan penting mata kuliah yang saya pelajari”, mengganti pernyataan nomor 10 “saya dapat menyelesaikan masalah studi secara efektif” menjadi “saya mampu untuk menyelesaikan permasalahan perkuliahan dengan efektif”, mengubah pernyataan nomor 11 “Saya percaya bahwa saya mempunyai kontribusi yang aktif di setiap kelas yang saya ikuti” menjadi “ Saya yakin bahwa saya mampu

untuk terlibat aktif dalam mengikuti setiap matakuliah yang saya ambil”, mengganti pernyataan nomor 13 “Saya merasa semangat, ketika hasil studi yang saya capai memuaskan” menjadi saya merasa semangat ketika mendapat nilai yang memuaskan.

c. Uji Reliabilitas Instrumen

Uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan teknik *Alpha cronbach* dengan menggunakan bantuan aplikasi program IBM SPSS (*Statistical Package or Social Science*) versi 16. Koefisien reliabilitas terukur dari rentang angka 0 sampai dengan 1,00, maka semakin mendekati angka 1,00 reliabilitas dapat dikatakan semakin tinggi. Adapun hasil uji reliabilitas pada skala *grit* dan *academic burnout* adalah sebagai berikut (lihat tabel 4.2, 4.3 dan 4.4):

Tabel 4. 2 Hasil Reliabilitas Skala *Grit* Dan *Academic Burnout*

Klasifikasi	Skor	Keterangan
<i>Grit</i>	.715	Reliabel
<i>Academic Burnout</i>	.831	Reliabel

Tabel 4. 3 Reliabilitas Skala *Grit*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.715	8

Tabel 4. 4 Reliabilitas Skala *Academic Burnout*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.831	14

Hasil uji reliabilitas yang didapat pada kedua skala penelitian ini dapat dinyatakan reliabel karena hasil kedua skor yang diperoleh lebih dari 0,7. Pada skala *grit* nilai alpha yang diperoleh sebesar 0,715 dan pada skala *academic burnout* nilai alpha yang diperoleh sebesar 0,861. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kedua skala tersebut memiliki keadaan dalam mengukur tujuan pengukuran.

d. Analisis Deskripsi Hasil Penelitian

1. Skor Hipotetik

Adapun skor hipotetik yang diperoleh dalam penelitian ini ialah sebagai berikut (lihat tabel 4.5):

Tabel 4. 5 Gambaran Umum *Grit*

Variabel	Mean	Min	Max
<i>Grit</i>	30	12	48
<i>Academic Burnout</i>	37,5	15	60

Berdasarkan tabel di atas dapat dideskripsikan sebagai berikut:

- 1) Pada penelitian ini, skala *grit* yang digunakan mengacu pada teori Angela Duckworth (2007). Skala terdiri dari 12 item yang masing-

masing memiliki rentang skor 1-4. Skor skala *grit* tertinggi adalah 48 dan dengan skor terendah 12, dengan *mean* hipotetiknya 30.

- 2) Pada penelitian ini, skala *academic burnout* yang digunakan mengadaptasi dari *Maslach Burnout Inventory-Student Survey* (MBI-SS, 2002). Skala terdiri dari 15 item yang masing-masing memiliki rentang skor 1-4. Skor skala *academic burnout* tertinggi adalah 60 dan dengan skor terendah 15, dengan *mean* hipotetiknya 37,5.

2. Deskripsi Kategorisasi Data

Untuk melakukan kategorisasi dalam penelitian ini, peneliti menggunakan skor hipotetik dengan norma sebagai berikut:

Tabel 4. 6 Norma Kategorisasi Data

Kategori	Norma
Tinggi	$X > (Mean + 1 SD)$
Sedang	$(mean - 1 SD) \leq X \leq (mean + 1SD)$
Rendah	$X > (mean - 1 SD)$

Setelah skor ditemukan dengan cara seperti norma diatas di buatlah tiga tingkatan dengan menggunakan batasan masing-masing. Berikut ini adalah penjelasan dari masing-masing variabel

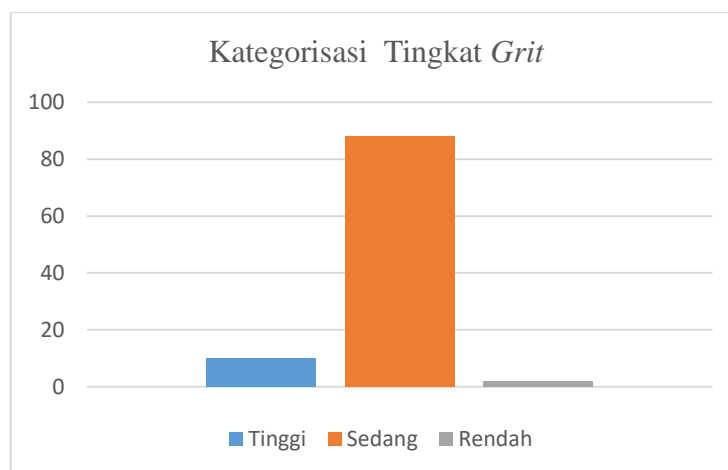
1) *Grit*

Kategorisasi tingkt *grit* pada responden penelitian dapat dijelaskan pada tabel berikut ini:

Tabel 4.7 Kategorisasi Tingkat *Grit*

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Pesentase
Rendah	12-24	2	2 %
Sedang	25-36	88	88 %
Tinggi	37-48	10	10 %
Total		100	100 %

Pada tabel di atas menunjukkan bahwa mayoritas responden dalam penelitian ini memiliki skor *grit* yang tergolong dalam kategori sedang 88%, sedangkan pada kategori rendah yaitu 2% dan pada kategori tinggi 10%.

**Gambar 4.1 Diagram kategori *Grit***

Sedangkan hasil persentase setiap aspek *grit*, mendapatkan hasil sebagai berikut (lihat tabel 4.8)

Tabel 4.8 Aspek Pembentuk *Grit*

Aspek	Scor Total Aspek	Persentase
Konsistensi	1568	49,97%
Ketekunan	1570	50,03%

Dari hasil tersebut menunjukkan bahwa terdapat 49,97% hasil persentase yang didapat pada aspek konsistensi. Sedangkan pada aspek ketekunan persentase yang didapat sebesar 50,03%. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat ketekunan pada responden lebih tinggi dibandingkan tingkat konsistensi.

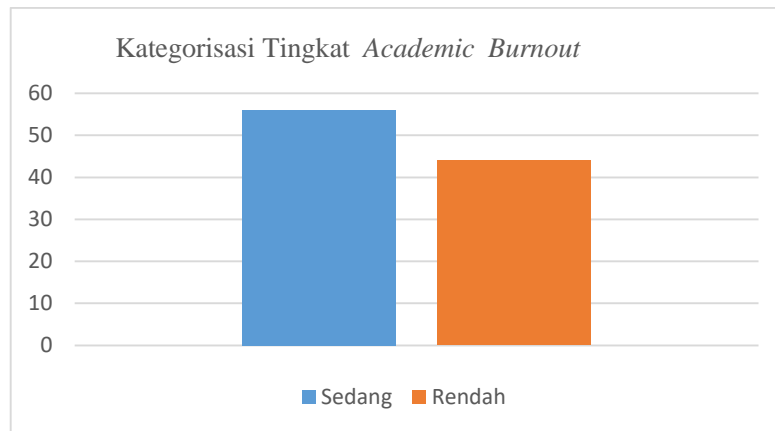
2) *Academic Burnout*

Kategorisasi tingkat *academic burnout* reponden penelitian ini dapat dijelaskan pada tabel berikut ini (lihat tabel 4.9):

Tabel 4. 9 Kategorisasi Tingkat *Academic Burnout*

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Pesentase
Rendah	15-29	44	44%
Sedang	30-45	56	56%
Tinggi	46-60	0	0%
Total		100	100%

Pada tabel di atas menunjukkan bahwa mayoritas responden dalam penelitian ini memiliki skor *academic burnout* yang tergolong dalam kategori sedang 56%, sedangkan pada kategori rendah yaitu 44% dan tidak ada responden yang masuk dalam kategori tinggi.



Gambar 4.2 Diagram kategori *Academic burnout*

Sedangkan hasil persentase setiap aspek *academic burnout*, mendapatkan hasil sebagai berikut (lihat tabel 4.10)

Tabel 4.10 Aspek Pembentuk *Academic Burnout*

Aspek	Scor Total Aspek	Persentase
Kelelahan	1171	40%
Depersonalisasi	716	24%
Penurunan Prestasi Diri	1077	36%

Dari hasil tersebut persentase yang didapat pada aspek kelelahan sebesar 40%, sedangkan pada aspek depersonalisasi sebesar 24 % dan pada aspek penurunan prestasi diri sebesar 36%. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat kelelahan pada responden lebih tinggi, dibandingkan tingkat depersonalisasi dan penurunan prestasi diri pada responden.

C. Paparan Hasil Penelitian

a. Uji Asumsi

Menggunakan uji asumsi dengan tujuan agar dapat membuktikan bahwa sampel dan data penelitian terhindar dari *sampling error*. Sehingga dalam penelitian ini, peneliti menggunakan uji asumsi yang meliputi uji normalitas dan uji homogenitas. Adapun penjelasannya sebagai berikut:

1. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui distribusi normal data yang diperoleh selama penelitian. Uji normalitas yang akan digunakan berupa uji *one sample Kolmogrov Smirnov* dengan melihat hasil perhitungan pada nilai output *Asymp. Sig (2-tailed)*. Jika nilai signifikansi $> 0,05$ maka data terdistribusi dengan normal. Jika, nilai signifikansi $< 0,05$ maka data tidak terdistribusi dengan normal. Uji normalitas ini dilakukan dengan bantuan SPSS versi 16. Hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel 4.11 di bawah ini:

Tabel 4. 11 Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		Unstandardized Residual
N		100
Normal Parameters ^a	Mean	.0000000
	Std. Deviation	4.40631813
Most Extreme Differences	Absolute	.058
	Positive	.038
	Negative	-.058
Kolmogorov-Smirnov Z		.580
Asymp. Sig. (2-tailed)		.890

a. Test distribution is Normal.

Berdasarkan hasil uji normalitas di ketahui nilai signifikansi diperoleh sebesar $0.890 \geq 0.05$ maka dapat disimpulkan bahwa nilai residual terdistribusi normal.

2. Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui kehomogenan data varian yang diperoleh selama penelitian. Uji homogenitas yang digunakan yaitu *Levene's test of equality of error variances*. Hasil uji homogenitas dapat dilihat pada tabel 4.12 di bawah ini :

Tabel 4. 12 Hasil Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variances			
Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.798	18	77	.696

Hasil tes diatas menunjukkan bahwa tes tersebut memiliki signifikansi ($p > .05$), maka dapat dikatakan bahwa variansi dari dua atau lebih kelompok populasi data dalam penelitian ini adalah sama (homogen).

b. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan korelasi *pearson*. Perhitungan korelasi *pearson* digunakan untuk melihat korelasi antara *grit* dan *academic burnout*. Berikut adalah hasil perhitungan korelasi kedua variabel (lihat tabel 4.13)

Tabel 4.13

Hasil Perhitungan Korelasi Antara *Grit* dan *Academic Burnout*

		Correlations	
		Grit	Academic Burnout
Grit	Pearson Correlation	1	-.506**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	100	100
Academic Burnout	Pearson Correlation	-.506**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	100	100

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

Berdasarkan hasil perhitungan data statistik yang disajikan pada tabel 4.13, nilai korelasi (r) yang didapat sebesar $-0,506$ dengan signifikansi $0,00$. Hal tersebut menunjukkan bahwa nilai signifikansi $<0,05$ sehingga dapat dikatakan bahwa H_0 ditolak dan H_a di terima, artinya *grit* memiliki hubungan signifikan dengan *academic burnout*. Selain itu dengan hasil $r = -0,506$ menunjukkan bahwa *grit* memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan *academic burnout* pada mahasiswa aktif jurusan teknik arsitektur UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Hubungan negatif ini mengartikan jika skor *grit* yang di peroleh tinggi maka skor *academic burnout* rendah, dan begitu pun jika sebaliknya.

D. Hasil Analisis Tambahan

Dalam memperkaya hasil penelitian, peneliti menambahkan analisis data tambahan. Analisis tambahan yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik statistik *independent sample t-test* dan yang akan di jelaskan sebagai berikut:

a. Perbedaan *Grit* dan *Academic Burnout* Antara Laki-Laki dan Perempuan

Peneliti menggunakan *independent samples t-test* untuk melihat apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara mahasiswa dan mahasiswi pada tingkat *grit* dan *academic burnout*. Adapun responden laki-laki dan perempuan yang diperoleh dalam penelitian ini ialah sebagai berikut: (lihat tabel 4.14)

Tabel 4. 14 Tabel Jumlah Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah
Laki-laki	43
Perempuan	57

Hasil yang diperoleh dari *independent sample t-test* ialah sebagai berikut (lihat tabel 4.15):

Tabel 4. 15 Hasil *Independent Sample T-Test*

Variabel	Sig. (2-tailed)
<i>Grit</i>	0,765
<i>Academic Burnout</i>	0,297

Berdasarkan tabel diatas, diketahui nilai sig. (2-tailed) pada *grit* sebesar 0,765 dan *academic burnout* sebesar 0,297. Hal tersebut menunjukkan bahwa

tidak ada perbedaan signifikan dari kedua variabel tersebut karena nilai sig. (2-tailed) dari kedua variabel $> 0,05$ yang berarti tidak ada perbedaan *grit* dan *academic burnaout* antara laki-laki dan perempuan.

E. Pembahasan

a. Tingkat *Grit* Pada Mahasiswa Arsitektur UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Adapun hasil yang diperoleh dalam penelitian ini, pada 100 mahasiswa dan mahasiswi Teknik Arsitektur UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, diperoleh skor hipotetik maksimal sebesar 48, dengan *mean* hipotetik sebesar 30. Dalam penelitian ini tingkat *grit* dibagi menjadi tiga tingkatan, yaitu tinggi, sedang dan rendah. Hasil dari kategorisasi tingkat *grit* ialah sebanyak 10% responden yang berada pada kategori tinggi. Ini menunjukkan bahwa seseorang memiliki tingkat *grit* yang tinggi mereka akan bekerja keras, memiliki standar yang tinggi, fokus pada pemenuhan tanggung jawab dan tetap menunjukkan usaha meskipun kegagalan, kesulitan dan hambatan selalu datang (Duckworth & Quinn, 2009). Selanjutnya mayoritas responden berada pada tingkatan sedang sebanyak 80% responden. Pada tingkatan ini responden dianggap memiliki konsistensi dan ketekunan yang cukup. Terakhir, terdapat 10% responden dalam kategori rendah. Ini menunjukkan bahwa mereka yang dalam kategori ini kurang mampu dalam mempertahankan fokusnya pada perkuliahan yang memiliki waktu yang panjang serta sulit untuk bertahan dalam mengerjakan banyaknya tugas yang harus mereka kerjakan. Hal

tersebut membuat mereka mudah menyerah, berkecil hati serta cenderung mengganti tujuan atau minat yang sudah mereka tetapkan. Perbedaan tingkatan *grit* ini, dikarenakan *grit* merupakan bagian dari *personality* individu dalam menentukan bagaimana individu tersebut melakukan interaksi pada lingkungan yang berbeda-beda (Duckworth & Quinn, 2009).

Berdasarkan kajian yang telah dibahas sebelumnya, *grit* ialah ketekunan (*perseverance*) dan semangat (*passion*) dalam tujuan jangka panjang (Duckworth, Peterson, Matthews, & Kelly, 2007). Ada dua dimensi dalam *grit*, yaitu *perseverance of effort* (ketekunan untuk menyelesaikan suatu tujuan, bahkan dengan berbagai macam tuntutan maupun rintangan yang ada) dan *consistency of interests* (mempunyai komitmen untuk mencapai tujuan yang telah dipilih).

Jika dilihat dari dimensi setiap aspek dalam *grit*, dalam penelitian ini diketahui aspek yang paling menonjol ialah ketekunan (*perseverance of effort*). Ketekunan mendapatkan nilai persentase yang lebih tinggi sebesar 50,03%, dibandingkan tingkat konsistensi minat (*consistency of interests*) yang mendapatkan hasil persentase sebesar 49,97%. Hal ini dapat disimpulkan bahwa mahasiswa teknik arsitektur memiliki ketekunan akan bekerja keras dan mengerahkan semua kemampuan mereka untuk mencapai tujuan jangka panjang walaupun banyaknya hampatan (seperti tidak lulus mata kuliah, harus revisi dan lain-lainnya) dan tekanan yang harus mereka lalui (seperti jam perkuliahan yang panjang, banyaknya tugas yang harus mereka kerjakan dan

lain-lain) mereka akan tetap bertahan dan menyelesaikan apa saja yang sudah mereka mulai.

Adapun hasil Analisis uji beda yang dilakukan untuk mengetahui perbandingan tingkat *grit* antara mahasiswa dan mahasiswi teknik arsitektur UIN Maulana Malik Ibrahim Malang diketahui nilai sig. (2-tailed) pada *grit* sebesar .765. Hal tersebut menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan dari variabel *grit*, karena nilai sig. (2-tailed) dari variabel $> 0,05$ yang berarti tidak ada perbedaan *grit* antara laki-laki dan perempuan.

Hasil tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Angela Duckworth & Quinn (2009) bahwa skor *grit-s* tidak berbeda secara signifikan berdasarkan jenis kelamin, ($t(1552) = 1,50, p = .13, d = .10$). Namun, karena analisis faktor konfirmatori dilakukan menggunakan sebagian besar wanita sebagai responden, hal ini mungkin tidak berlaku dalam sampel yang lebih representatif. Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Argon & Kaya (2018) bahwa jenis kelamin tidak memiliki perbedaan yang signifikan pada aspek konsistensi minat ($t(358) = 2,01, p > 0,05$). Akan tetapi pada aspek ketekunan, jenis kelamin memiliki perbedaan yang signifikan ($t(358) = 3,61, p < 0,05$). Dalam penelitian tersebut *grit* pada perempuan (4,37) lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki (4,16).

b. Tingkat Academic Burnout Pada Mahasiswa Teknik Arsitektur UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Adapun hasil yang diperoleh dalam penelitian ini ialah diperoleh skor hipotetik maksimal sebesar 60, dengan *mean* hipotetik sebesar 37,5. Sedangkan

hasil kategorisasi dari *academic burnout* tidak ada responden yang berada pada kategori tinggi. Mayoritas responden berada pada kategori sedang sebesar 56% dan sisanya sebesar 44% responden berada pada kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa responden masih mampu menyelesaikan atau menghadapi masalah atau tekanan yang mereka alami dalam perkuliahan.

Berdasarkan kajian yang telah dibahas sebelumnya, *Academic burnout* ialah rendahnya motivasi seseorang, menurunnya minat dalam memenuhi tugasnya, kelelahan yang disebabkan oleh pendidikan yang memicu timbulnya perasaan yang tidak diinginkan dan perasaan tidak efisien yang mengarah pada sinisme (Rad, Shamoossi, Rakhshani dkk, 2017). Sinisme atau depersonalisasi yang dialami mengacu pada sikap sinis atau ketidakpekaan seseorang terhadap pekerjaan yang sedang dikerjakan (Orpina & Prahara, 2019). Dampak yang terjadi pada mahasiswa yang mengalami *burnout* diantaranya ialah melewati kelas, Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) menurun, tidak mengerjakan tugas dengan baik, tidak lulus dalam matakuliah bahkan dikeluarkan dari perguruan tinggi (Law, 2007). Adapun tiga aspek dalam *academic burnout* ialah kelelahan (*exhaustion*), depersonalisasi dan aspek penurunan prestasi diri.

Jika dianalisis satu persatu dari setiap aspek yang ada pada *academic burnout*, maka dapat diketahui aspek yang paling menonjol ialah kelelahan (*exhaustion*). Kelelahan (*exhaustion*) mendapatkan nilai persentase sebesar 40%. Kelelahan dapat terjadi jika seorang mahasiswa memiliki tekanan yang berlebihan terkait dengan faktor eksternal atau internal yang terkait dengan perkuliahan. Apabila kelelahan ini tidak segera direduksi maka memicu

timbulnya kelelahan secara fisik (seperti sakit kepala, sesak, mual, insomnia, dan lain-lain), mental (merasa gagal, tidak berharga, tidak bahagia, putus asa, dan lain-lain) dan emosional (seperti jenuh, frustrasi, sedih dan tertekan). Serta seseorang mengalami kelelahan mereka merasa energinya terkuras habis dan merasa kosong yang tak teratasi.

Kemudian pada aspek depersonalisasi diperoleh nilai sebesar 24 %. Depersonalisasi adalah proses ketidak seimbangan antara tuntutan dan kemampuan seseorang. Apabila seseorang mengalami hal tersebut mereka menampakkan sikap sinis terhadap orang-orang maupun studinya sehingga terdapat kecenderungan menarik diri, ada perasaan acuh tak acuh atau sikap tidak peduli, tidak melihat perkuliahan sebagai sesuatu yang bermakna dan mengurangi keterlibatan dalam lingkup perkuliahan. Perilaku tersebut diperlihatkan sebagai upaya melindungi diri dari perasaan kecewa, karena penderitanya menganggap bahwa dengan berperilaku seperti itu, maka mereka merasa aman dan terhindar dari ketidakpastian dalam perkuliahan (Maslach, dkk. 2001). Namun jika dilihat dari analisis peraspek, aspek depersonalisasi ini memiliki nilai hasil persentase peraspek paling rendah, sehingga dapat dikatakan bahwa secara sosial mahasiswa masih dapat mengendalikan dirinya, peduli dengan hal-hal terkait dengan perkuliahan dan masih terlibat aktif pada kegiatan yang terkait dengan perkuliahan.

Aspek yang terakhir ialah aspek penurunan prestasi diri (*Low Personal accomplishment*) diperoleh nilai persentase sebesar 36%. Pada aspek ini, seseorang yang mengalami *academic burnout* mereka merasa tidak puas

dengan dirinya sendiri, pekerjaannya maupun kehidupannya. Selain itu mereka merasa tidak bermanfaat dalam hidupnya sehingga memicu timbulnya penilaian yang rendah pada dirinya dan pencapaiannya. Perasaan tidak mampu menyelesaikan tugas, tidak berdaya serta menganggap bahwa tugas yang diberikan terlalu berlebihan dan tidak sanggup menerima tugas yang baru.

Selain itu, hasil analisis uji beda yang dilakukan untuk mengetahui perbandingan tingkat *academic burnout* antara mahasiswa dan mahasiswi teknik arsitektur UIN Maulana Malik Ibrahim Malang diketahui nilai sig. (2-tailed) pada *academic burnout* sebesar .297. Hal tersebut menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan dari variabel *academic burnout*, karena nilai sig. (2-tailed) dari variabel $> 0,05$ yang berarti tidak ada perbedaan *academic burnout* antara laki-laki dan perempuan.

Hasil tersebut berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Sariçam, Hakan & Sakız, Halis (2014) bahwa terdapat perbedaan signifikan antara laki-laki dan perempuan ($t = 4.18, p < .001$) mengenai *burnout* yang mereka alami. Dalam penelitian tersebut perempuan ($M = 40,15, SD = 18,16$) memiliki tingkat kelelahan yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki ($M = 34,43, SD = 15,07$).

c. Hubungan Antara Grit dan Academic Burnout Pada Mahasiswa Teknik Arsitektur UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Hasil analisis yang dilakukan melalui hitungan koefisien korelasi person dengan menggunakan bantuan SPSS, diperoleh dari nilai korelasi (r) yang diperoleh sebesar $-0,506$ dengan sig. (p) 0.00 . Hasil signifikansi tersebut

menunjukkan bahwa nilai signifikansi $<0,05$ sehingga dapat dikatakan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Interpretasi dari hasil analisis tersebut ialah bahwa *grit* memiliki hubungan yang signifikan pada taraf kuat dan sifat hubungannya negatif. Kekuatan hubungan pada taraf kuat menunjukkan bahwa besarnya keterkaitan antara kedua variabel tersebut. Sementara itu, hubungan yang negatif antara variabel *grit* dan *academic burnout* menunjukkan perbedaan arah, yaitu jika variabel pada *grit* berada di tingkat tinggi, maka variabel *academic burnout* berada pada tingkat rendah, begitupun sebaliknya.

Kuatnya hubungan signifikan pada *grit* dan *academic burnout* menunjukkan bahwa antara *grit* dan *academic burnout* memiliki hubungan yang bermakna. Penelitian dengan hasil serupa juga dilakukan Dam, Perera, Jones, dkk (2018), Zaman (2019) dan L.Halliday, Walker, S. Vig, dkk, (2016). Penelitian yang dilakukan oleh Dam, Perera, Jones, dkk (2018), menemukan bahwa *grit* memiliki nilai korelasi dengan aspek *burnout* kelelahan sebesar $r = -0,28$, $p < 0,001$, sedangkan pada aspek depersonalisasi sebesar ($r = -0,35$, $p < 0,001$) dan pada aspek *personal accomplishment* sebesar ($r = 0,30$, $p < 0,001$). Sedangkan, hasil penelitian yang dilakukan Zaman (2019) pada sampel pekerja dengan nilai korelasi yang didapat sebesar $-0,441$. Dalam penelitian tersebut dinyatakan bahwa seseorang yang memiliki karakteristik *grit* memiliki kemungkinan yang besar untuk mencegah atau bertahan ketika mengalami *burnout*.

Begitupun dengan penelitian yang dilakukan L.Halliday, Walker, S. Vig, dkk, (2016) kepada 548 responden dokter di Inggris mengenai *grit* dan

burnout. Hasil yang diperoleh ialah *grit* juga berkorelasi negatif dengan *burnout*, dengan nilai korelasi (r) sebesar $-0,281$ dengan $sig. (p)$ $0,01$. Dalam penelitian tersebut menyatakan bahwa mereka yang memiliki tingkat *grit* yang tinggi cenderung sedikit mengalami *burnout*, kecemasan dan stres.

Jika ditinjau ulang beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *academic burnout*, seperti beban kerja (*workload*), minimnya penghargaan, rendahnya *self-esteem* dan *self-control*, berada di komunitas yang tidak sesuai, dan *feeling fairless* dapat menyebabkan mahasiswa mengalami kelelahan emosional dan fisik, depersonalisasi atau sinisme serta penurunan prestasi diri (*low personal accomplishment*). Dengan *grit* yang tinggi mahasiswa dapat mengatasi segala hambatan tersebut dengan konsistensi minat (*consistency of interest*) dan kegigihan (*perseverance*). Penelitian sebelumnya menyebutkan bahwa *perseverance* menekan tingkat depersonalisasi dan penurunan prestasi dan semangat, sedangkan *consistency of interest* dapat menekan tingkat kelelahan emosional dan depersonalisasi (Igawa & Nakanishi, 2018). Artinya, jika seorang mahasiswa tekun (*perseverance*) untuk menyelesaikan apa yang telah mereka mulai, tidak takut pada rintangan atau hambatan, resilien dan mengerjakan tugas dengan maksimal, maka hal tersebut dapat mengurangi depersonalisasi (kehilangan rasa memiliki identitas pribadi) dan penurunan prestasi yang dialami oleh mahasiswa. Sedangkan apabila mahasiswa konsistensi pada minat (*consistency of interest*), maka akan membuat mereka tidak mudah merubah tujuan yang sudah mereka tetapkan, tidak mudah teralihkan perhatiannya dan mempertahankan tujuan yang mereka minati dalam

jangka waktu yang panjang. Mereka akan mengerjakan tugasnya dengan tepat waktu. Sehingga, mereka tidak akan mengalami kelelahan secara fisik, emosional maupun mental dan depersonalisasi (kehilangan rasa memiliki identitas pribadi).

Muenks, Wigfield, dkk (2017) berpendapat bahwa dengan *grit* yang mereka miliki, membuat mereka konsisten dan terpacu untuk menghadapi setiap tantangan yang harus mereka hadapi sekalipun mereka terbebani, merasa kesulitan dan hampir putus asa. Sedangkan, Duckworth et al. (2007) menyatakan bahwa individu dengan tingkat *grit* yang tinggi, akan lebih tekun dan lebih bersemangat untuk mencapai tujuan jangka panjang mereka. Individu tersebut menunjukkan perilaku yang konsisten, ulet, dan teratur. Sehingga mereka senantiasa selaras dengan tujuan yang telah ditargetkan. Misalnya saja, ketika ada tugas yang belum selesai, mahasiswa dengan *grit* tinggi akan tetap konsisten menuntaskan tugasnya (meskipun berbagai distraktor banyak mengganggunya). Sifat-sifat tersebut membawa mereka pada keadaan yang positif (baik dalam proses ataupun hasil usahanya).

Pada studinya, Duckword (2007) menemukan bahwa, tingkat kelelahan dapat diturunkan dengan meningkatkan kepuasan kerja. Sehingga meningkatkan ketekunan yang lebih tinggi dan ketabahan yang lebih besar melalui penguatan positif. Jika hal ini diterapkan kepada mahasiswa dengan menumbuhkan sikap positif seperti menyukai atau mencintai tugas-tugas mereka diperguruan, maka mereka semakin termotivasi untuk menghadapi dan

menyelesaikan tugas mereka diperkuliahan dengan baik karena tingginya ketabahan dan ketekunan yang mereka miliki.

Melihat ke dua aspek pada *grit*. *Grit* seperti memiliki pemaknaan yang saling berkaitan dengan *adversity quastion*, resiliensi dan motivasi. Jika dimaknai lebih dalam, *adversity quastion* adalah kemampuan atau strategi individu dalam melihat dan mengolah kesulitan yang ada dengan kecerdasan yang dimiliki oleh individu tersebut. Sehingga, *adversity quastion* berkaitan dengan intelegensi individu dan kemampuan untuk meningkatkannya. Sedangkan, resiliensi dimaknai sebagai cara individu dalam bertahan saat menghadapi masalah yang mereka miliki, dan bisa diposisikan sebagai imunitas psikologisnya. Motivasi berperan sebagai salah satu yang mendasari terbentuknya *grit*. Sehingga, *grit* berperan untuk mempertahankan motivasi pada minat dan ketekunan yang dimiliki individu dalam menyelesaikan tugasnya. Dengan hadirnya *adversity quastion* pada individu sebagai intelegensi, resiliensi sebagai imunitas psikologis dan motivasi sebagai gairah atau semangat pada individu maka peneliti memiliki keyakinan bahwa hal tersebut akan meningkatkan *grit* pada mahasiswa, sehingga memudahkan mahasiswa untuk mengatasi sindrom terkait dengan *academic burnout*.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data mengenai hubungan antara *grit* dan *academic burnout* pada mahasiswa Teknik Arsitektur UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang telah dijelaskan pada bab sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Tingkat *grit* pada mahasiswa Teknik Arsitektur UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan di bab sebelumnya, tingkat *grit* pada mahasiswa Teknik Arsitektur UIN Maulana Malik Ibrahim Malang menunjukkan bahwa 10% responden berada pada kategori tinggi, sedangkan 88% dari responden dalam penelitian ini berada pada kategori sedang dan 2 % dari responden berada dalam kategori rendah. Hasil analisis yang didapat menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada kategori sedang yaitu 88%.

2. Tingkat *academic burnout* pada mahasiswa Teknik Arsitektur UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan di bab sebelumnya menunjukkan bahwa tidak ada mahasiswa Teknik Arsitektur UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang berada dalam kategori *academic burnout* yang tinggi. Mayoritas mahasiswa Teknik Arsitektur UIN Maulana Malik Ibrahim

Malang berada dalam kategori sedang dengan persentase 56% dari keseluruhan responden dan sisanya berada dalam kategori rendah sebanyak 44% persen.

3. Hubungan antara *grit* dan *academic burnout* pada mahasiswa Teknik Arsitektur UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Berdasarkan analisis data yang telah dibahas sebelumnya, hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa *grit* memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan *academic burnout* pada mahasiswa jurusan teknik arsitektur UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dengan nilai korelasi (r) yang diperoleh sebesar $-.506$ dengan sig. (p) $0,00$. Hubungan negatif ini mengartikan jika skor *grit* yang diperoleh tinggi maka skor *academic burnout* rendah, dan begitu pun jika sebaliknya.

B. Saran

1. Bagi Subjek Penelitian

Bagi responden yang memiliki *grit* dengan kecenderungan rendah perlu meningkatkan *gritnya* dengan cara menetapkan tujuan dalam perkuliahan, disiplin dalam ketercapaian tujuan, mengubah pandangan terkait dengan perkuliahan dengan sesuatu yang menarik, memandang suatu kesulitan atau kegagalan sebagai suatu proses dalam hidup, memberikan makna pada setiap hal yang dikerjakan dan yakin bahwa kita bisa tumbuh dan berubah. Ketika beberapa hal tersebut dilakukan, maka mahasiswa akan semakin memotivasi, tekun dan konsisten pada tujuan telah mereka tetapkan. Meningkatnya ketekunan dan konsistensi pada mahasiswa yang mengalami *academic burnout*

dengan tingkat sedang cenderung rendah, diharapkan dapat meminimalisir kelelahan, depersonalisasi dan penurunan prestasi diri yang terjadi pada mereka.

2. Institusi

Berdasarkan hasil penelitian, aspek ketekunan menjadi aspek yang paling berpengaruh dalam variabel *grit*. Sedangkan pada variabel *academic burnout* aspek yang paling dominan ialah kelelahan. Sehingga saran yang diberikan peneliti untuk institusi ialah diharapkan institusi dapat berperan besar dalam membentuk budaya *grit*, karena nilai yang dimiliki seseorang, tidak akan jauh beda dengan nilai yang dimiliki orang disekitarnya. Jika seseorang berada diantara orang-orang yang mempunyai resiliensi tinggi atau *grit* yang luarbiasa, maka lebih mudah untuk orang tersebut menumbuhkan *grit*. Ketika nilai *grit* pada mahasiswa tinggi maka akan menekan angka *academic burnout* pada mahasiswa, sehingga tingkat kelelahan, depersonalisasi akan menurun dan nilai prestasi diri akan meningkat.

3. Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini hanya terbatas 100 orang yang disertakan sebagai responden. Jumlah tersebut termasuk kurang signifikan untuk mewakili populasi umum sehingga berpengaruh pada hasil temuan dalam penelitian ini. Penelitian selanjutnya diharapkan mampu untuk mengikut sertakan lebih banyak responden sehingga lebih memungkinkan untuk mendapatkan hasil yang lebih efektif dan maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Aldila, Hesti. (2019). *Kegigihan (Grit) Pasca Depresi. (Skripsi)*, Fakultas Psikologi. Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
- Alinkasari, F & Akmal, S. Z. (2017). Hubungan Antara *School Engagement, Academic Self-Efficacy* dan *Academic Burnout* Pada Mahasiswa. *Jurnal Humanitas*. Vol.1, No. 2, Hal 81-102.
- Azwar, S. (2007). *Metode Penelitian*.Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, Saifuddin. (2015). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- arsitektur.uin-malang.ac.id, diunduh pada Agustus 2020
- Bungin, Burhan. 2005. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Prenadamedia.
- Cheung, P.,& Li, C. (2019), .Physical Activity and Mental Toughness as Antecedents of Academic Burnout among School Students: A Latent Profile Approach. *Int. J. Environ. Res. Public Health*. DOI:10.3390/ijerph16112024.
- Dam, A., Perera, T., Jones, M., Haughey, M., & Gaeta, T. (2018). The Relationship Between Grit, Burnout and Well-being in Emergency Medicine Residents. *AEM Education and Training*. doi:10.1002/aet2.10311
- Duckworth, A. L., Peterson, C., Matthews, M. D., & Kelly, D. R. (2007). Grit: Perseverance and passion for long-term goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(6), 1087-1101. Doi: 10.1037/0022-3514.92.6.1087
- Duckworth, A. L., & Quinn, P. D. (2009). Development and validation of short grit scale (Grit-S). *Journal of Personality Assesment*, 91(2), 166-174. Doi: 10.1080/00223890802634290
- Duckworth, Angela Lee. (2016). *Grit: the power of passion and perseverance*. New York, NY: Scribber.
- Dam, A., Perera, T., Jones, M., Haughey, M., & Gaeta, T. (2018). The Relationship Between Grit, Burnout and Well-being in Emergency Medicine Residents. *AEM Education and Training*. doi:10.1002/aet2.10311
- Dianti N. A. & Findyartini, A. (2019). Hubungan Tipe Motivasi terhadap Kejadian *Burnout* pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia pada

- Masa Transisi dari Pendidikan Preklinik ke Klinik Tahun 2018. *eJKI*. Vol. 7, No. 2 (115-121).
- Djaling, K. W. & Purba, D. E. (2019). Efek mediasi makna hidup pada hubungan antara grit dan kepuasan hidup mahasiswa. *Jurnal Psikologi Ulayat*. Vol. 6, No. 2 DOI: 10.24854/jpu02019-233
- Guilford, J. P., & Fruchter, B. (1981). *Fundamental statistic in psychology and education*, NewYork: McGraw-Hill.
- Golembiewski, R. T. (1989). A note on Leiter's study: Highlighting two models of burnout. *Group & Organization Management*, 14, 5–13. <http://dx.doi.org/10.1177/105960118901400102>.
- Hao, S.W., Hong, W., Xu, H.H., Zhou, L.L. and Xie, Z.Y. (2015) Relationship between Resilience, Stress and Burnout among Civil Servants in Beijing, China: Mediating and Moderating Effect Analysis. *Personality and Individual Differences*, 83, 65-71. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2015.03.048>
- Hartawati, D & Mariyanti, S. (2014). Hubungan Antara Self-Efficacy Dengan Burnout Pada Pengajar Taman Kanak-Kanak Sekolah “X” Di Jakarta. *Jurnal Psikologi*. Vol 12 No 2
- Hardiyanti, R. (2013). *Burnout* ditinjau dari *big five factors personality* pada karyawan kantor pos pusat malang. *Jurnal ilmiah psikologi terapan*. Vol. 01, No.02. ISSN: 2301-8267
- Hoseinabadi-Farahami, Kasirlou, & Inanlou. (2016). Academic Burnout: A Descriptive-Analytical Study Of Dimensions And Contributing Factors In Nursing Students. *Austin Journal Of Nursing & Health Care*. 3 (2), 1033
- Igawa & Nakanishi. (2018). Effects of Grit on Burnout Tendency and Social Status in Human Service Professions: Does Grit Make It Hard to Burnout?. *Personality*; Vol 27, No. 3 (1 – 11) DOI: <http://doi.org/10.2132/personality.27.3.6>
- Karimi, Y., Bashirpur, M., Khabbaz, M., & Hedayati, A. A. (2014). Comparison between Perfectionism and Social Support Dimensions and Academic Burnout in Students. *Social and Behavioral Sciences*, 159, 57-63
- Kumar, Ranjit, 1996. *Research Methodology*. London: Sage Publication.

- Law, D W. (2007). Exhaustion in University Students and the Effect of Coursework Involvement. *Journal of American College Health, Vol. 555, No. 4.*
- Lee, J., Puig, A., Lea, E., & Lee, S. M. (2013). *Age-Related Differences In Academic Burnout Of Korean Adolescents. Psychology in the Schools, 50(10), 1015–1031.* doi:10.1002/pits.21723
- Leedy, P.D. and Ormrod, J.E. (2005) *Practical Research Planning and Design.* Prentice Hall, Upper Saddle River, NJ
- Leiter, M. P., & Maslach, C. (1988). The impact of interpersonal environment of burnout and organization commitment. *Journal of Organizational Behavior, 9,* 297–308.
- L. Halliday, A. Walker, S. Vig, dkk. (2016). The Relationship between Grit and Burnout: How Do Surgical Trainees Compare to Other Doctors?. *International Journal of Surgery.* <http://dx.doi.org/10.1016/j.ijssu.2016.08.517>
- Maharani, D.M. (2019). Hubungan antara *self- esteem* dengan *academic burnout* pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 Semarang tahun ajaran 2018/2019. (Skripsi). Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Semarang.
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job burnout. *Annual Review of Psychology, 52,* 397–422. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397>
- Methanisa, K. (2016). *Kuliah arsitek membuat saya depresi parah.* <https://www.vice.com/id/article/vvddnb/kuliah-arsitektur-membuat-saya-mengidap-depresi-parah>. Diakses pada tanggal 11 november 2020.
- Muenks, K., Wigfield, A., Yang, W. J., & O’Neal, C. R. (2017). How true is grit? Assessing its relations to high school and college students’ personality characteristics, self-regulation, engagement, and achievement. *American Psychological Association, 109(5).* 599-620. Doi: 10.1037/edu0000153.
- Noh, Hyunkyung & Shin, Hyojung & Lee, Sang. (2013). Developmental process of academic burnout among Korean middle school students. *Learning and Individual Differences. 28.* 82–89. 10.1016/j.lindif.2013.09.014.

- Orpina, S., & Prahara, S.A. (2019). *Self-efficacy dan burnout akademik pada mahasiswa yang bekerja. Indonesian Journal Of Educational Counseling*. Vol. 3, No. 2, Hal. 119-130.
- Puspitaningrum, K. (2018). Pengaruh Dukungan Sosial Orang Tua Terhadap *Burnout* Pada Mahasiswa Dalam Mengerjakan Skripsi. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, Vol. 4, No. 10. Hal. 615-625
- Putri, Rosalina. (2016). *Studi Deskripsi Mengenai Grit Pada Mahasiswa Psikologi*. (Skripsi). Fakultas Psikologi Universitas Islam Bandung; Bandung.
- Rad, M., Shomoossi, N., Rakhshani, M. H., & Sabzevari, M. T. (2017). Psychological capital and academic burnout in students of clinical majors in Iran. *Acta Facultatis Medicae Naissensis*, 34(4), 311-319. Doi : 10.1515/afmnai-2017-0035
- Rahmawati, Z. 2014. The study of academic burnout in students with high and low level of self efficacy. *Procedia - Social and Behavioral Sciences* 171, 49 – 55
- Romadhoni, L. C., Asnomy T., & Suryatni, M. (2015). Pengaruh beban kerja, lingkungan kerja, dan dukungan sosial terhadap burnout pustakawan di Kota Mataram. *Jurnal Ilmu Perpustakaan, Informasi, dan Kearsipan Khizanah Al-Hikmah*, 3(2), 125-145.
- Rosyid, M. Z., & Abdullah. A,R. (2018). *Reward & Punishment Dalam Pendidikan*. Malang; CV. Literasi Nusantara Abadi.
- Sadewo, J. (2019). *Skripsi Berujung Maut*. <https://www.republika.co.id/berita/kolom/fokus/19/01/09/pl1hpy318-skripsi%20berujung-depresi>. Di akses pada tanggal 11 november 2020
- Santrock. (2010). *Life-Span Development* (Perkembangan Masa hidup edisi 13 jilid 2, penerjemah: Widyasinta, B). Jakarta: Erlangga.
- Schaufeli, W. B., Martez, I. M., Marques-Pinto, A.M., Salanova, M., & Bakker, A.B. (2002). Burnout and engagement in university students: A cross-national study. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 33, 464–481. <http://dx.doi.org/10.1177/0022022102033005003>
- Sarıçam, Hakan & Sakız, Halis. (2014). Burnout and teacher self-efficacy among teachers working in special education institutions in Turkey [Özel eğitim

kurumlarında görev yapan öğretmenlerin tükenmişlik ve öğretmen öz-yeterlilik düzeyleri]. *Educational Studies*. 40. 10.1080/03055698.2014.930340.

Tempo.co. (2012). *Pelaku Bunuh Diri Kuliah Di ITB Semester 2*. <https://nasional.tempo.co/read/384962/pelaku-bunuh-diri-kuliah-di-itb-duasemester/full&view=ok>. Diakses pada 11 november 2020

Zaman, P, A. 2019. Hubungan antara grit dan burnout pada pekerja. (*Skripsi*), Fakultas Psikologi Universitas Airlangga; Surabaya.

Zulkarnain, Q. (2019). *Hubungan Antara Perfeksionisme dengan Academic Burnout Pada Siswa Kelas Xi Sman 5 Surabaya*. (*Skripsi*), Fakultas Psikologi dan Kesehatan, UIN Sunan Ampel Surabaya.

LAMPIRAN-LAMPIRAN

LAMPIRAN 1 INSTRUMEN PENELITIAN

SKALA PENELITIAN

Nama :

NIM :

Jenis kelamin :

Angkatan :

Bagian A

Petunjuk pengisian

Bacalah baik-baik setiap pernyataan dan pilihan jawaban yang paling sesuai dengan anda. Dengan pilihan sebagai berikut:

SS = apabila anda **sangat sesuai** dengan isi pernyataan tersebut

S = apabila anda **sesuai** dengan isi pernyataan tersebut

TS = apabila anda **tidak sesuai** dengan isi pernyataan tersebut

STS = apabila anda **sangat tidak sesuai** dengan isi pernyataan tersebut

No.	Aitem	SS	S	TS	STS
1	Saya mampu mengatasi kegagalan untuk menghadapi tantangan penting				
2	Ide dan rancangan baru terkadang mengalihkan perhatian pada rancangan saya yang sebelumnya				
3	Kecenderungan minat saya berganti dari tahun ke tahun				
4	Kegagalan tidak mengecilkan hati saya				
5	Saya pernah terobsesi dengan suatu ide atau rancangan tertentu untuk waktu yang singkat namun kemudian kehilangan minat				
6	Saya seorang pekerja keras				
7	Saya sering menetapkan tujuan tapi kemudian memilih untuk mengejar yang lain				
8	Saya mengalami kesulitan mempertahankan fokus pada rancangan yang membutuhkan waktu lebih dari beberapa bulan untuk menyelesaikannya				
9	Saya menyelesaikan apapun yang saya mulai				
10	Saya telah mencapai tujuan yang membutuhkan waktu bertahun-tahun untuk menyelesaikannya				
11	Saya tertarik untuk mengikuti kegiatan baru setiap beberapa bulan sekali				
12	Saya termasuk mahasiswa yang rajin				

Bagian B

Petunjuk pengisian

Bacalah baik-baik setiap pernyataan dan pilihan jawaban yang paling sesuai dengan

anda. Dengan pilihan sebagai berikut:

SS = apabila anda **sangat sesuai** dengan isi pernyataan tersebut

S = apabila anda **sesuai** dengan isi pernyataan tersebut

TS = apabila anda **tidak sesuai** dengan isi pernyataan tersebut

STS = apabila anda **sangat tidak sesuai** dengan isi pernyataan tersebut

No.	Aitem	SS	S	TS	STS
1	Belajar di kelas sangat menjadi beban bagi saya				
2	Saya sangat merasa lelah saat jam terakhir di kampus				
3	Saya merasa kelelahan saat harus bangun pagi dan berangkat ke kampus				
4	Saya merasa beban di perkuliahan terlalu berat				
5	Saya merasa jenuh dengan studi saya				
6	Saya merasa kurang tertarik dengan jurusan yang saya pilih sejak awal mendaftar di universitas				
7	Saya menjadi kurang antusias untuk memulai kegiatan yang berkaitan dengan studi saya				
8	Saya merasa ragu terkait kegunaan mata kuliah yang saya pelajari				
9	Saya meragukan pentingnya mata kuliah yang saya pelajari				
10	Saya mampu untuk menyelesaikan permasalahan perkuliahan dengan efektif				
11	Saya yakin bahwa saya mampu untuk terlibat aktif dalam mengikuti setiap matakuliah yang saya ambil				
12	Menurut saya, saya adalah mahasiswa yang baik				
13	Saya merasa semangat ketika mendapat nilai yang memuaskan (Saya merasa semangat, ketika hasil studi yang saya capai memuaskan)				
14	Saya telah belajar banyak hal yang menarik selama saya kuliah				
15	Belajar di kelas sangat menjadi beban bagi saya				

LAMPIRAN 2 LEMBAR VALIDASI UJI AHLI

LEMBAR VALIDASI AHLI MATERI

HUBUNGAN ANTARA *GRIT* DAN *ACADEMIC BURNOUT* PADA
MAHASISWA TEKNIK ARSITEKTUR UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

Materi/ konstruk	: <i>Grit Scale & Maslach Burnout Inventory-Student Survey</i> (MBI-SS)
Sasaran/ respon	: Mahasiswa Aktif Teknik Arsitektur UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
Peneliti	: Bina Inayatu Maulana (binainaya97@gmail.com)
Nama Ahli Materi	: Novia Solichah, M.Psi, Psikolog
Tanggal Penelitian	:

A. Pengantar

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *grit* dan *academic burnout* pada mahasiswa teknik arsitektur Universitas Islam Maulana Malik Ibrahim Malang. Instrumen *grit* yang digunakan ialah instrumen *grit* yang dikembangkan oleh Angela Duckworth sedangkan untuk *academic burnout* menggunakan instrumen *Maslach Burnout Inventory-Student Survey* (MBI-SS). Oleh karena itu, kedua instrumen tersebut diadaptasi dalam bahasa Indonesia guna keperluan penelitian, maka dengan ini peneliti bermaksud untuk meminta pendapat dan penilaian Bapak/Ibu sebagai ahli materi terhadap kualitas instrumen meliputi tiga poin utama, yaitu:

- A. Kesesuaian aitem yang asli dan yang diadaptasi.
- B. Penggunaan bahasa yang mudah dimengerti.
- C. Bebas dari *social desirability*

Sehubung dengan hal tersebut, peneliti mengharapkan kesediaan Bapak/Ibu sebagai ahli untuk memberikan respon pada setiap aitem (dalam lembar yang telah disediakan). Peneliti juga mengharap saran dari Bapak/Ibu guna perbaikan dan pengembangan instrumen penelitian yang lebih baik. Atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu. Peneliti ucapkan banyak terimakasih.

B. Identitas Ahli

1. Nama & gelar : Novia Solichah, M.Psi, Psikolog
2. Pekerjaan : Dosen dan Psikolog
3. *E-mail* : noviasolichah@uin-malang.ac.id
4. Bidang keahlian : Psikologi Pendidikan dan Perkembangan

C. Petunjuk

Berikut ini penjelasan dan petunjuk pemberian respon:

1. Setiap nomor terdiri atas dua jenis aitem, yaitu aitem asli berbahasa Inggris yang diberi tanda *bold* (tulisan tebal) dan aitem adaptasi berbahasa Indonesia di bawahnya.
2. Pemberian nilai dilakukan dengan cara memberi tanda centang (√) pada kolom tabel yang telah disediakan. Rentang nilai dimulai dari 1 (satu) hingga 5 (lima) dengan rincian sebagai berikut:
 - 1 = Sangat tidak sesuai/tepat
 - 2 = Kurang sesuai tepat
 - 3 = Cukup sesuai/tepat
 - 4 = Sesuai/tepat
 - 5 = Sangat sesuai/tepat
3. Saran dapat dituliskan pada kolom tabel dan/atau lembar yang telah disediakan

Blueprint Instrumen Grit Scale

Variabel	Aspek	Nomor item
<i>Grit</i>	Konsistensi minat (<i>Consistency of interests</i>)	1-6
	Ketekunan (<i>Perseverance of effort</i>)	7-12

Blueprint Instrumen Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS)

Variabel	Aspek	Nomor item
<i>Academic burnout</i>	Kelelahan (<i>exhaustion</i>),	1-5
	Sinisme (<i>cynicism</i>)	6-9
	Menurunnya prestasi diri (<i>Low Personal accomplishment</i>)	10-15

D. Definisi Operasional

a) Grit

Grit merupakan kegigihan dan ketekunan untuk mencapai tujuan jangka panjang. Terdapat dua dimensi dalam *grit*, yaitu ketekunan (*perseverance of effort*) dan konsistensi minat (*consistency of interests*) (Duckworth, 2016). Konsistensi minat (*consistency of interest*) adalah tetap berkomitmen dengan minatnya yang akan mengarah pada ketercapaian tujuan. Sedangkan ketekunan (*perseverance of effort*) adalah ketekunan untuk menyelesaikan suatu tujuan, bahkan dengan adanya berbagai rintangan atau halangan (Djaling & Purba, 2019).

Aspek	No	Pernyataan	Jawaban					Saran
			1	2	3	4	5	
Konsistensi minat (Consistency of interests)	1	I have overcome setbacks to conquer an important challenge.			√			Coba bahasa lebih dipermudah
		Saya pernah mengatasi kegagalan untuk menghadapi sebuah tantangan yang penting						
	2	New ideas and projects sometimes distract me from previous ones.				√		Yang sebelumnya itu ambigu, bisa ditambahkan mengalihkan perhatian

		Ide dan rancangan baru terkadang mengalihkan perhatian saya dari yang sebelumnya						pada rancangan saya yang sebelumnya
	3	My interests change from year to year.				√		
		Minat saya berganti dari tahun ke tahun						
	4	Setbacks don't discourage me.				√		
		Kegagalan tidak mengecilkan hati saya						
	5	I have been obsessed with a certain idea or project for a short time but later lost interest.				√		
		Saya pernah terobsesi dengan suatu ide atau rancangan tertentu untuk waktu yang singkat namun kemudian kehilangan minat						
	6	I am a hard worker.				√		
		Saya seorang pekerja keras						
Ketekunan (Perseverance of effort)	7	I often set a goal but later choose to pursue a different one.				√		
		Saya sering menetapkan tujuan tapi kemudian memilih untuk mengejar yang lain						

	8	I have difficulty maintaining my focus on projects that take more than a few months to complete.			√			Ini lebih dipermudah bahasanya, saya kesulitan untuk focus pada tugas/projek padahal untuk menyelesaikan tugas tsb membutuhkan waktu yang lebih dari beberapa bulan
		Saya mengalami kesulitan mempertahankan fokus saya pada rancangan yang membutuhkan waktu lebih dari beberapa bulan untuk menyelesaikannya						
	9	I finish whatever I begin.				√		
		Saya menyelesaikan apapun yang saya mulai						
	10	I have achieved a goal that took years of work.				√		
		Saya telah mencapai tujuan yang membutuhkan waktu bertahun-tahun untuk dicapai						
	11	I become interested in new pursuits every few months.				√		

		Saya tertarik pada kegiatan baru setiap beberapa bulan sekali						
	12	I am diligent.				√		
		Saya rajin						

b) Academic Burnout

Academic burnout merupakan sindrom psikologis yang mengakibatkan seseorang merasa kelelahan baik secara fisik, mental dan emosional, depersonalisasi/ sinisme, dan penurunan pencapaian individu. Terdapat beberapa aspek yang digunakan dalam *academic burnout*, yaitu kelelahan (*exhaustion*), depersonalisasi/ sinisme (*cynicism*), dan menurunnya prestasi diri (*low personal accomplishment*). Kelelahan mengacu pada perasaan tegang berkepanjangan yang disebabkan oleh tekanan akademik, sehingga memicu timbulnya kelelahan secara fisik (seperti sakit kepala, sesak, mual, insomnia, dan lain-lain), mental (merasa gagal, tidak berharga, tidak bahagia, putus asa, dan lain-lain) dan emosional (seperti jenuh, frustrasi, sedih dan tertekan). Depersonalisasi/ sinisme menarik diri mengacu pada perasaan acuh tak acuh atau sikap tidak peduli, tidak melihat pendidikan akademik sebagai sesuatu yang bermakna dan mengurangi keterlibatan dalam lingkup akademik. Menurunnya prestasi diri (*low personal accomplishment*) mengacu pada rasa ketidak bermanfaatan dalam hidupnya sehingga memicu timbulnya penilaian yang rendah pada dirinya dan pencapaiannya.

Aspek	No	Pernyataan	Jawaban					Saran
			1	2	3	4	5	
Exhaustion	1	I feel emotionally drained by my studies.				√		
		Belajar di kelas sangat menjadi beban bagi saya						
	2	I feel used up at the end of a day at university.				√		
		Saya sangat merasa lelah saat jam terakhir di kampus						
	3	I feel tired when I get up in the morning and I have to face another day at the university.				√		
Saya merasa kelelahan saat harus bangun pagi dan berangkat ke kampus								
4	Studying or attending a class is really a strain for me.				√			
	Saya merasa beban di perkuliahan terlalu berat							
5	I feel burned out from my studies.				√			
	Saya merasa jenuh dengan studi saya							

Cynicism	6	I have become less interested in my studies since my enrollment at the university				√		
		Saya merasa kurang tertarik dengan studi yang saya pilih sejak awal mendaftar di universitas						
	7	I have become less enthusiastic about my studies.				√		
		Saya menjadi kurang antusias untuk memulai kegiatan terkait dengan studi saya						
8	I have become more cynical about the potential usefulness of my studies.				√			
	Saya merasa ragu terkait kegunaan mata kuliah yang saya pelajari							
9	I doubt the significance of my studies.				√		Meragukan pentingnya	
	Saya meragukan penting mata kuliah yang saya pelajari							
Professional Efficacy	10	I can effectively solve the problems that arise in my studies				√		
		Saya dapat menyelesaikan masalah studi secara efektif.						

	11	I believe that I make an effective contribution to the classes that I attend.				√		
		Saya percaya bahwa saya mempunyai kontribusi yang aktif di setiap kelas yang saya ikuti						
	12	In my opinion, I am a good student.						
		Menurut saya, saya adalah mahasiswa yang baik						
	13	I feel stimulated when I achieve my study goals						
	Saya merasa semangat, ketika hasil studi yang saya capai memuaskan							
	14	I have learned many interesting things during the course of my studies.				√		
		Saya telah belajar banyak hal yang menarik selama saya kuliah						
	15	During class I feel confident that I am effective in getting things done.				√		
		Selama di kelas saya merasa yakin bahwa saya dapat menyelesaikan tugas secara efektif						

E. Saran Umum

Perlu beberapa revisi terkait penggunaan kata-kata terjemahan yang lebih efektif supaya subjek penelitian anda nanti lebih mudah memahami instrumen yang anda adaptasi.

F. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penilaian, instrumen ini dinyatakan:

- a) Layak untuk digunakan tanpa revisi
- b) Layak untuk digunakan dengan revisi sesuai dengan saran**
- c) Tidak layak untuk digunakan

Malang, 30 April 2020

Ahli Materi

Novia Solichah, M.Psi., Psi

NIP. 199406162019082001

LEMBAR VALIDASI AHLI MATERI

HUBUNGAN ANTARA *GRIT* DAN *ACADEMIC BURNOUT* PADA MAHASISWA TEKNIK ARSITEKTUR UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

Materi/ konstruk : *Grit Scale & Maslach Burnout Inventory-Student Survey*(MBI-SS)

Sasaran/ respon : Mahasiswa Aktif Teknik Arsitektur UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Peneliti : Bina Inayatu Maulana (binainaya97@gmail.com)

Nama Ahli Materi :

Tanggal Penelitian :

A. Pengantar

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *grit* dan *academic burnout* pada mahasiswa teknik arsitektur Universitas Islam Maulana Malik Ibrahim Malang. Instrumen *grit* yang digunakan ialah instrumen *grit* yang dikembangkan oleh Angela Duckworth sedangkan untuk *academic burnout* menggunakan instrumen *Maslach Burnout Inventory-Student Survey* (MBI-SS). Oleh karena itu, kedua instrumen tersebut diadaptasi dalam bahasa Indonesia guna keperluan penelitian, maka dengan ini peneliti bermaksud untuk meminta pendapat dan penilaian Bapak/Ibu sebagai ahli materi terhadap kualitas instrumen meliputi tiga poin utama, yaitu:

- A. Kesesuaian aitem yang asli dan yang diadaptasi.
- B. Penggunaan bahasa yang mudah dimengerti.
- C. Bebas dari *social desirability*

Sehubungan dengan hal tersebut, peneliti mengharapkan kesediaan Bapak/Ibu sebagai ahli untuk memberikan respon pada setiap aitem (dalam

lebar yang telah disediakan). Peneliti juga mengharap saran dari Bapak/Ibu guna perbaikan dan pengembangan instrumen penelitian yang lebih baik. Atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu. Peneliti ucapkan banyak terimakasih.

B. Identitas Ahli

1. Nama & gelar : Fuji Astutik., M.Psi.,Psikolog
2. Pekerjaan : Dosen
3. *E-mail* : astutikfuji@gmail.com
4. Bidang keahlian : Klinis

C. Petunjuk

Berikut ini penjelasan dan petunjuk pemberian respon:

1. Setiap nomor terdiri atas dua jenis aitem, yaitu aitem asli berbahasa Inggris yang diberi tanda *bold* (tulisan tebal) dan aitem adaptasi berbahasa Indonesia di bawahnya.
2. Pemberian nilai dilakukan dengan cara memberi tanda centang (√) pada kolom tabel yang telah disediakan. Rentang nilai dimulai dari 1 (satu) hingga 5 (lima) dengan rincian sebagai berikut:
 - 1 = Sangat tidak sesuai/ tepat
 - 2 = Kurang sesuai tepat
 - 3 = Cukup sesuai/tepat
 - 4 = Sesuai/ tepat
 - 5 = Sangat sesuai/ tepat
3. Saran dapat dituliskan pada kolom table dan/atau lembar yang telah disediakan

Blueprint Instrumen Grit Scale

Variabel	Aspek	Nomor item
<i>Grit</i>	Konsistensi minat (<i>Consistency of interests</i>)	1-6
	Ketekunan (<i>Perseverance of effort</i>)	7-12

Blueprint Instrumen Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS)

Variabel	Aspek	Nomor item
<i>Academic burnout</i>	Kelelahan (<i>exhaustion</i>),	1-5
	Sinisme (<i>cynicism</i>)	6-9
	Menurunnya prestasi diri (<i>Low Personal accomplishment</i>)	10-15

D. Definisi Operasional

a) Grit

Grit merupakan kegigihan dan ketekunan untuk mencapai tujuan jangka panjang. Terdapat dua dimensi dalam *grit*, yaitu ketekunan (*perseverance of effort*) dan konsistensi minat (*consistency of interests*) (Duckworth, 2016). Konsistensi minat (*consistency of interest*) adalah tetap berkomitmen dengan minatnya yang akan mengarah pada ketercapaian tujuan. Sedangkan ketekunan (*perseverance of effort*) adalah ketekunan untuk menyelesaikan suatu tujuan, bahkan dengan adanya berbagai rintangan atau halangan (Djaling & Purba, 2019).

Aspek	No	Pernyataan	Jawaban					Saran
			1	2	3	4	5	
Konsistensi minat (Consistency of interests)	1	I have overcome setbacks to conquer an important challenge.				X		Lebih bagus jika ada kalimat yang lebih mudah di pahami
		Saya pernah mengatasi kegagalan untuk menghadapi sebuah tantangan yang penting						
	2	New ideas and projects sometimes distract me from previous ones.				X		

		Ide dan rancangan baru terkadang mengalihkan perhatian saya dari yang sebelumnya						
	3	My interests change from year to year.				X		
		Minat saya berganti dari tahun ke tahun						
	4	Setbacks don't discourage me.					X	
		Kegagalan tidak mengecilkan hati saya						
	5	I have been obsessed with a certain idea or project for a short time but later lost interest.					X	
		Saya pernah terobsesi dengan suatu ide atau rancangan tertentu untuk waktu yang singkat namun kemudian kehilangan minat						
	6	I am a hard worker.					X	
		Saya seorang pekerja keras						
Ketekunan (Perseverance of effort)	7	I often set a goal but later choose to pursue a different one.					X	
		Saya sering menetapkan tujuan tapi kemudian memilih untuk mengejar yang lain						

8	<p>I have difficulty maintaining my focus on projects that take more than a few months to complete.</p>					X	
	<p>Saya mengalami kesulitan mempertahankan fokus saya pada rancangan yang membutuhkan waktu lebih dari beberapa bulan untuk menyelesaikannya</p>						
9	<p>I finish whatever I begin.</p>					X	
	<p>Saya menyelesaikan apapun yang saya mulai</p>						
10	<p>I have achieved a goal that took years of work.</p>				X		
	<p>Saya telah mencapai tujuan yang membutuhkan waktu bertahun-tahun untuk dicapai</p>						
11	<p>I become interested in new pursuits every few months.</p>				X		<p>Saya tertarik untuk mengikuti kegiatan baru</p>

		Saya tertarik pada kegiatan baru setiap beberapa bulan sekali						setiap beberapa bulan sekali
	12	I am diligent.				X		Saya termasuk mahasiswa yang rajin
		Saya rajin						

b) Academic Burnout

Academic burnout merupakan sindrom psikologis yang mengakibatkan seseorang merasa kelelahan baik secara fisik, mental dan emosional, depersonalisasi/ sinisme, dan penurunan pencapaian individu. Terdapat beberapa aspek yang digunakan dalam *academic burnout*, yaitu kelelahan (*exhaustion*), depersonalisasi/ sinisme (*cynicism*), dan menurunnya prestasi diri (*low personal accomplishment*). Kelelahan mengacu pada perasaan tegang berkepanjangan yang disebabkan oleh tekanan akademik, sehingga memicu timbulnya kelelahan secara fisik (seperti sakit kepala, sesak, mual, insomnia, dan lain-lain), mental (merasa gagal, tidak berharga, tidak bahagia, putus asa, dan lain-lain) dan emosional (seperti jenuh, frustrasi, sedih dan tertekan). Depersonalisasi/ sinisme menarik diri mengacu pada perasaan acuh tak acuh atau sikap tidak peduli, tidak melihat pendidikan akademik sebagai sesuatu yang bermakna dan mengurangi keterlibatan dalam lingkup akademik. Menurunnya prestasi diri (*low personal accomplishment*) mengacu pada rasa ketidak bermanfaatan dalam hidupnya sehingga memicu timbulnya penilaian yang rendah pada dirinya dan pencapaiannya.

Aspek	No	Pernyataan	Jawaban					Saran
			1	2	3	4	5	
Exhaustion	1	I feel emotionally drained by my studies.				X		
		Belajar di kelas sangat menjadi beban bagi saya						
	2	I feel used up at the end of a day at university.				X		
		Saya sangat merasa lelah saat jam terakhir di kampus						
	3	I feel tired when I get up in the morning and I have to face another day at the university.				X		
Saya merasa kelelahan saat harus bangun pagi dan berangkat ke kampus								
4	Studying or attending a class is really a strain for me.				X			
	Saya merasa beban di perkuliahan terlalu berat							
5	I feel burned out from my studies.				X			
	Saya merasa jenuh dengan studi saya							

Cynicism	6	I have become less interested in my studies since my enrollment at the university			X		Saya merasa kurang tertarik dengan jurusan yang saya pilih.....	
		Saya merasa kurang tertarik dengan studi yang saya pilih sejak awal mendaftar di universitas						
	7	I have become less enthusiastic about my studies.				X		Saya menjadi kurang antusias untuk memulai kegiatan yang berkaitan dengan studi saya
		Saya menjadi kurang antusias untuk memulai kegiatan terkait dengan studi saya						
8	I have become more cynical about the potential usefulness of my studies.				X			
	Saya merasa ragu terkait kegunaan mata kuliah yang saya pelajari							
9	I doubt the significance of my studies.				X		Saya meragukan pentingnya mata kuliah yang saya pelajari	
	Saya meragukan penting mata kuliah yang saya pelajari							
Professional Efficacy	10	I can effectively solve the problems that arise in my studies				X		Saya mampu untuk menyelesaikan permasalahan perkuliahan dengan efektif
		Saya dapat menyelesaikan masalah studi secara efektif.						

	11	I believe that I make an effective contribution to the classes that I attend.				X		Saya yakin bahwa saya mampu untuk terlibat aktif dalam mengikuti setiap matakuliah yang saya ambil
		Saya percaya bahwa saya mempunyai kontribusi yang aktif di setiap kelas yang saya ikuti						
	12	In my opinion, I am a good student.				X		Ini agak normative sih, kalau ada selain kata baik boleh dipake yang lain
		Menurut saya, saya adalah mahasiswa yang baik						
	13	I feel stimulated when I achieve my study goals				X		Saya merasa semangat ketika mendapat nilai yang memuaskan
	Saya merasa semangat, ketika hasil studi yang saya capai memuaskan							
14	I have learned many interesting things during the course of my studies.				X			
	Saya telah belajar banyak hal yang menarik selama saya kuliah							
15	During class I feel confident that I am effective in getting things done.				X			
	Selama di kelas saya merasa yakin bahwa saya dapat menyelesaikan tugas secara efektif							

E. Saran Umum

Beberapa kalimat harap untuk disederhakan agar lebih bisa dipahami,
Beberapa masih tekstual dan diharapkan direvisi sesuai dengan konteks penelitian
sebagaimana saran yang telah disarankan

F. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penilaian, instrumen ini dinyatakan:

- a) Layak untuk digunakan tanpa revisi
- b) **Layak untuk digunakan dengan revisi sesuai dengan saran**
- c) Tidak layak untuk digunakan

Malang, 1 Mei 2020.

Ahli Materi

Fuji Astutik., M.Psi., Psikolog

NIP.199004072019032013

LEMBAR VALIDASI AHLI MATERI

HUBUNGAN ANTARA *GRIT* DAN *ACADEMIC BURNOUT* PADA MAHASISWA TEKNIK ARSITEKTUR UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

Materi/ konstruk : *Grit Scale & Maslach Burnout Inventory-Student Survey*
(MBI-SS)

Sasaran/ respon : Mahasiswa Aktif Teknik Arsitektur UIN Maulana Malik
Ibrahim Malang

Peneliti : Bina Inayatu Maulana (binainaya97@gmail.com)

Nama Ahli Materi :

Tanggal Penelitian :

A. Pengantar

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *grit* dan *academic burnout* pada mahasiswa teknik arsitektur Universitas Islam Maulana Malik Ibrahim Malang. Instrumen *grit* yang digunakan ialah instrumen *grit* yang dikembangkan oleh Angela Duckworth sedangkan untuk *academic burnout* menggunakan instrumen *Maslach Burnout Inventory-Student Survey* (MBI-SS). Oleh karena itu, kedua instrumen tersebut diadaptasi dalam bahasa Indonesia guna keperluan penelitian, maka dengan ini peneliti bermaksud untuk meminta pendapat dan penilaian Bapak/Ibu sebagai ahli materi terhadap kualitas instrumen meliputi tiga poin utama, yaitu:

- A. Kesesuaian aitem yang asli dan yang diadaptasi.
- B. Penggunaan bahasa yang mudah dimengerti.
- C. Bebas dari *social desirability*

Sehubungan dengan hal tersebut, peneliti mengharapkan kesediaan Bapak/Ibu sebagai ahli untuk memberikan respon pada setiap aitem (dalam

lebar yang telah disediakan). Peneliti juga mengharap saran dari Bapak/Ibu guna perbaikan dan pengembangan instrumen penelitian yang lebih baik. Atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu. Peneliti ucapkan banyak terimakasih.

B. Identitas Ahli

1. Nama & gelar : Nuzulunni'mah, M.Ps
2. Pekerjaan : Staf Pengajar di IAIN Tulungagung
3. *E-mail* : nuzulunnikma@gmail.com
4. Bidang keahlian : psikologi sosial

C. Petunjuk

Berikut ini penjelasan dan petunjuk pemberian respon:

1. Setiap nomor terdiri atas dua jenis aitem, yaitu aitem asli berbahasa Inggris yang diberi tanda *bold* (tulisan tebal) dan aitem adaptasi berbahasa Indonesia di bawahnya.
2. Pemberian nilai dilakukan dengan cara memberi tanda centang (✓) pada kolom tabel yang telah disediakan. Rentang nilai dimulai dari 1 (satu) hingga 5 (lima) dengan rincian sebagai berikut:
 - 1 = Sangat tidak sesuai/tepat
 - 2 = Kurang sesuai tepat
 - 3 = Cukup sesuai/tepat
 - 4 = Sesuai/tepat
 - 5 = Sangat sesuai/tepat
3. Saran dapat dituliskan pada kolom tabel dan/atau lembar yang telah disediakan

Blueprint Instrumen Grit Scale

Variabel	Aspek	Nomor item
<i>Grit</i>	Konsistensi minat (<i>Consistency of interests</i>)	1-6
	Ketekunan (<i>Perseverance of effort</i>)	7-12

Blueprint Instrumen Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS)

Variabel	Aspek	Nomor item
<i>Academic burnout</i>	Kelelahan (<i>exhaustion</i>),	1-5
	Sinisme (<i>cynicism</i>)	6-9
	Menurunnya prestasi diri (<i>Low Personal accomplishment</i>)	10-15

D. Definisi Operasional

a) Grit

Grit merupakan kegigihan dan ketekunan untuk mencapai tujuan jangka panjang. Terdapat dua dimensi dalam *grit*, yaitu ketekunan (*perseverance of effort*) dan konsistensi minat (*consistency of interests*) (Duckworth, 2016). Konsistensi minat (*consistency of interest*) adalah tetap berkomitmen dengan minatnya yang akan mengarah pada ketercapaian tujuan. Sedangkan ketekunan (*perseverance of effort*) adalah ketekunan untuk menyelesaikan suatu tujuan, bahkan dengan adanya berbagai rintangan atau halangan (Djaling & Purba, 2019).

Aspek	No	Pernyataan	Jawaban					Saran
			1	2	3	4	5	
Konsistensi minat (Consistency of interests)	1	I have overcome setbacks to conquer an important challenge.				√		Saya mampu
		Saya pernah mengatasi kegagalan untuk menghadapi sebuah tantangan yang penting						
	2	New ideas and projects sometimes distract me from previous ones.				√		

		Ide dan rancangan baru terkadang mengalihkan perhatian saya dari yang sebelumnya						
	3	My interests change from year to year.				√		Kecenderungan minat saya masih berganti-ganti
		Minat saya berganti dari tahun ke tahun						
	4	Setbacks don't discourage me.				√		
		Kegagalan tidak mengecilkan hati saya						
	5	I have been obsessed with a certain idea or project for a short time but later lost interest.				√		
		Saya pernah terobsesi dengan suatu ide atau rancangan tertentu untuk waktu yang singkat namun kemudian kehilangan minat						
	6	I am a hard worker.				√		
		Saya seorang pekerja keras						
Ketekunan (Perseverance of effort)	7	I often set a goal but later choose to pursue a different one.				√		
		Saya sering menetapkan tujuan tapi kemudian memilih untuk mengejar yang lain						

8	<p>I have difficulty maintaining my focus on projects that take more than a few months to complete.</p>				√		
	<p>Saya mengalami kesulitan mempertahankan fokus saya pada rancangan yang membutuhkan waktu lebih dari beberapa bulan untuk menyelesaikannya</p>						
9	<p>I finish whatever I begin.</p>				√		
	<p>Saya menyelesaikan apapun yang saya mulai</p>						
10	<p>I have achieved a goal that took years of work.</p>				√		<p>Saya telah mencapai tujuan yang membutuhkan waktu bertahun-tahun untuk menelesaikannya</p>
	<p>Saya telah mencapai tujuan yang membutuhkan waktu bertahun-tahun untuk dicapai</p>						
11	<p>I become interested in new pursuits every few months.</p>				√		

		Saya tertarik pada kegiatan baru setiap beberapa bulan sekali						
	12	I am diligent.				√		
		Saya rajin						

b) Academic Burnout

Academic burnout merupakan sindrom psikologis yang mengakibatkan seseorang merasa kelelahan baik secara fisik, mental dan emosional, depersonalisasi/ sinisme, dan penurunan pencapaian individu. Terdapat beberapa aspek yang digunakan dalam *academic burnout*, yaitu kelelahan (*exhaustion*), depersonalisasi/ sinisme (*cynicism*), dan menurunnya prestasi diri (*low personal accomplishment*). Kelelahan mengacu pada perasaan tegang berkepanjangan yang disebabkan oleh tekanan akademik, sehingga memicu timbulnya kelelahan secara fisik (seperti sakit kepala, sesak, mual, insomnia, dan lain-lain), mental (merasa gagal, tidak berharga, tidak bahagia, putus asa, dan lain-lain) dan emosional (seperti jenuh, frustrasi, sedih dan tertekan). Depersonalisasi/ sinisme menarik diri mengacu pada perasaan acuh tak acuh atau sikap tidak peduli, tidak melihat pendidikan akademik sebagai sesuatu yang bermakna dan mengurangi keterlibatan dalam lingkup akademik. Menurunnya prestasi diri (*low personal accomplishment*) mengacu pada rasa ketidak bermanfaat dalam hidupnya sehingga memicu timbulnya penilaian yang rendah pada dirinya dan pencapaiannya.

Aspek	No	Pernyataan	Jawaban					Saran
			1	2	3	4	5	
Exhaustion	1	I feel emotionally drained by my studies.				√		
		Belajar di kelas sangat menjadi beban bagi saya						
	2	I feel used up at the end of a day at university.				√		
		Saya sangat merasa lelah saat jam terakhir di kampus						
	3	I feel tired when I get up in the morning and I have to face another day at the university.				√		
Saya merasa kelelahan saat harus bangun pagi dan berangkat ke kampus								
4	Studying or attending a class is really a strain for me.				√			
	Saya merasa beban di perkuliahan terlalu berat							
5	I feel burned out from my studies.				√			
	Saya merasa jenuh dengan studi saya							

Cynicism	6	I have become less interested in my studies since my enrollment at the university				√		
		Saya merasa kurang tertarik dengan studi yang saya pilih sejak awal mendaftar di universitas						
	7	I have become less enthusiastic about my studies.				√		
		Saya menjadi kurang antusias untuk memulai kegiatan terkait dengan studi saya						
8	I have become more cynical about the potential usefulness of my studies.				√			
	Saya merasa ragu terkait kegunaan mata kuliah yang saya pelajari							
9	I doubt the significance of my studies.				√			
	Saya meragukan penting mata kuliah yang saya pelajari							
Professional Efficacy	10	I can effectively solve the problems that arise in my studies				√		
		Saya dapat menyelesaikan masalah studi secara efektif.						

	11	I believe that I make an effective contribution to the classes that I attend.				√		
		Saya percaya bahwa saya mempunyai kontribusi yang aktif di setiap kelas yang saya ikuti						
	12	In my opinion, I am a good student.				√		
		Menurut saya, saya adalah mahasiswa yang baik						
	13	I feel stimulated when I achieve my study goals				√		
	Saya merasa semangat, ketika hasil studi yang saya capai memuaskan							
	14	I have learned many interesting things during the course of my studies.				√		
		Saya telah belajar banyak hal yang menarik selama saya kuliah						
	15	During class I feel confident that I am effective in getting things done.				√		
		Selama di kelas saya merasa yakin bahwa saya dapat menyelesaikan tugas secara efektif						

E. Saran Umum

Diharapkan menggunakan bahasa yang jelas dan padat, agar tidak memunculkan penafsiran ganda bagi pengisi skala.

F. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penilaian, instrumen ini dinyatakan:

- a) Layak untuk digunakan tanpa revisi
- b) Layak untuk digunakan dengan revisi sesuai dengan saran**
- c) Tidak layak untuk digunakan

Nuzulunni'mah, M.Ps

Tulungagung, 05 Mei 2020

Ahli Materi

Nuzulunni'mah, M.Psi

NIP. 3505016303920002

LEMBAR VALIDASI AHLI MATERI

HUBUNGAN ANTARA *GRIT* DAN *ACADEMIC BURNOUT* PADA MAHASISWA TEKNIK ARSITEKTUR UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

Materi/ konstruk : *Grit Scale & Maslach Burnout Inventory-Student Survey*
(MBI-SS)

Sasaran/ respon : Mahasiswa Aktif Teknik Arsitektur UIN Maulana Malik
Ibrahim Malang

Peneliti : Bina Inayatu Maulana (binainaya97@gmail.com)

Nama Ahli Materi :

Tanggal Penelitian :

A. Pengantar

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *grit* dan *academic burnout* pada mahasiswa teknik arsitektur Universitas Islam Maulana Malik Ibrahim Malang. Instrumen *grit* yang digunakan ialah instrumen *grit* yang dikembangkan oleh Angela Duckworth sedangkan untuk *academic burnout* menggunakan instrumen *Maslach Burnout Inventory-Student Survey* (MBI-SS). Oleh karena itu, kedua instrumen tersebut diadaptasi dalam bahasa Indonesia guna keperluan penelitian, maka dengan ini peneliti bermaksud untuk meminta pendapat dan penilaian Bapak/Ibu sebagai ahli materi terhadap kualitas instrumen meliputi tiga poin utama, yaitu:

- A. Kesesuaian aitem yang asli dan yang diadaptasi.
- B. Penggunaan bahasa yang mudah dimengerti.
- C. Bebas dari *social desirability*

Sehubungan dengan hal tersebut, peneliti mengharapkan kesediaan Bapak/Ibu sebagai ahli untuk memberikan respon pada setiap aitem (dalam lembar yang telah disediakan). Peneliti juga mengharap saran dari Bapak/Ibu

guna perbaikan dan pengembangan instrumen penelitian yang lebih baik. Atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu. Peneliti ucapkan banyak terimakasih.

B. Identitas Ahli

1. Nama & gelar : Muh Masykur AG
2. Pekerjaan : Direktur Psycho Care & Home Schooling “ Cerdas Istimewa”
3. *E-mail* : masyafa85@gmail.com
4. Bidang keahlian : Spesialis Anak dan Praktisi Psikologi Islam

C. Petunjuk

Berikut ini penjelasan dan petunjuk pemberian respon:

1. Setiap nomor terdiri atas dua jenis aitem, yaitu aitem asli berbahasa Inggris yang diberi tanda *bold* (tulisan tebal) dan aitem adaptasi berbahasa Indonesia di bawahnya.
2. Pemberian nilai dilakukan dengan cara memberi tanda centang (√) pada kolom tabel yang telah disediakan. Rentang nilai dimulai dari 1 (satu) hingga 5 (lima) dengan rincian sebagai berikut:
 - 1 = Sangat tidak sesuai/tepat
 - 2 = Kurang sesuai tepat
 - 3 = Cukup sesuai/tepat
 - 4 = Sesuai/tepat
 - 5 = Sangat sesuai/tepat
3. Saran dapat dituliskan pada kolom tabel dan/atau lembar yang telah disediakan

Blueprint Instrumen Grit Scale

Variabel	Aspek	Nomor item
<i>Grit</i>	Konsistensi minat (<i>Consistency of interests</i>)	1-6
	Ketekunan (<i>Perseverance of effort</i>)	7-12

Blueprint Instrumen Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS)

Variabel	Aspek	Nomor item
<i>Academic burnout</i>	Kelelahan (<i>exhaustion</i>),	1-5
	Sinisme (<i>cynicism</i>)	6-9
	Menurunnya prestasi diri (<i>Low Personal accomplishment</i>)	10-15

D. Definisi Operasional

a) Grit

Grit merupakan kegigihan dan ketekunan untuk mencapai tujuan jangka panjang. Terdapat dua dimensi dalam *grit*, yaitu ketekunan (*perseverance of effort*) dan konsistensi minat (*consistency of interests*) (Duckworth, 2016). Konsistensi minat (*consistency of interest*) adalah tetap berkomitmen dengan minatnya yang akan mengarah pada ketercapaian tujuan. Sedangkan ketekunan (*perseverance of effort*) adalah ketekunan untuk menyelesaikan suatu tujuan, bahkan dengan adanya berbagai rintangan atau halangan (Djaling & Purba, 2019).

Aspek	No	Pernyataan	Jawaban					Saran
			1	2	3	4	5	
Konsistensi minat (Consistency of interests)	1	I have overcome setbacks to conquer an important challenge.				√		
		Saya pernah mengatasi kegagalan untuk menghadapi sebuah tantangan yang penting						
	2	New ideas and projects sometimes distract me from previous ones.				√		

		Ide dan rancangan baru terkadang mengalihkan perhatian saya dari yang sebelumnya						
	3	My interests change from year to year.				√		
		Minat saya berganti dari tahun ke tahun						
	4	Setbacks don't discourage me.				√		
		Kegagalan tidak mengecilkan hati saya						
	5	I have been obsessed with a certain idea or project for a short time but later lost interest.				√		
		Saya pernah terobsesi dengan suatu ide atau rancangan tertentu untuk waktu yang singkat namun kemudian kehilangan minat						
	6	I am a hard worker.				√		
		Saya seorang pekerja keras						
Ketekunan (Perseverance of effort)	7	I often set a goal but later choose to pursue a different one.				√		
		Saya sering menetapkan tujuan tapi kemudian memilih untuk mengejar yang lain						

	8	I have difficulty maintaining my focus on projects that take more than a few months to complete.				√		
		Saya mengalami kesulitan mempertahankan fokus saya pada rancangan yang membutuhkan waktu lebih dari beberapa bulan untuk menyelesaikannya						
	9	I finish whatever I begin.				√		
		Saya menyelesaikan apapun yang saya mulai						
	10	I have achieved a goal that took years of work.				√		
		Saya telah mencapai tujuan yang membutuhkan waktu bertahun-tahun untuk dicapai						
	11	I become interested in new pursuits every few months.				√		

		Saya tertarik pada kegiatan baru setiap beberapa bulan sekali						
	12	I am diligent.				√		
		Saya rajin						

b) Academic Burnout

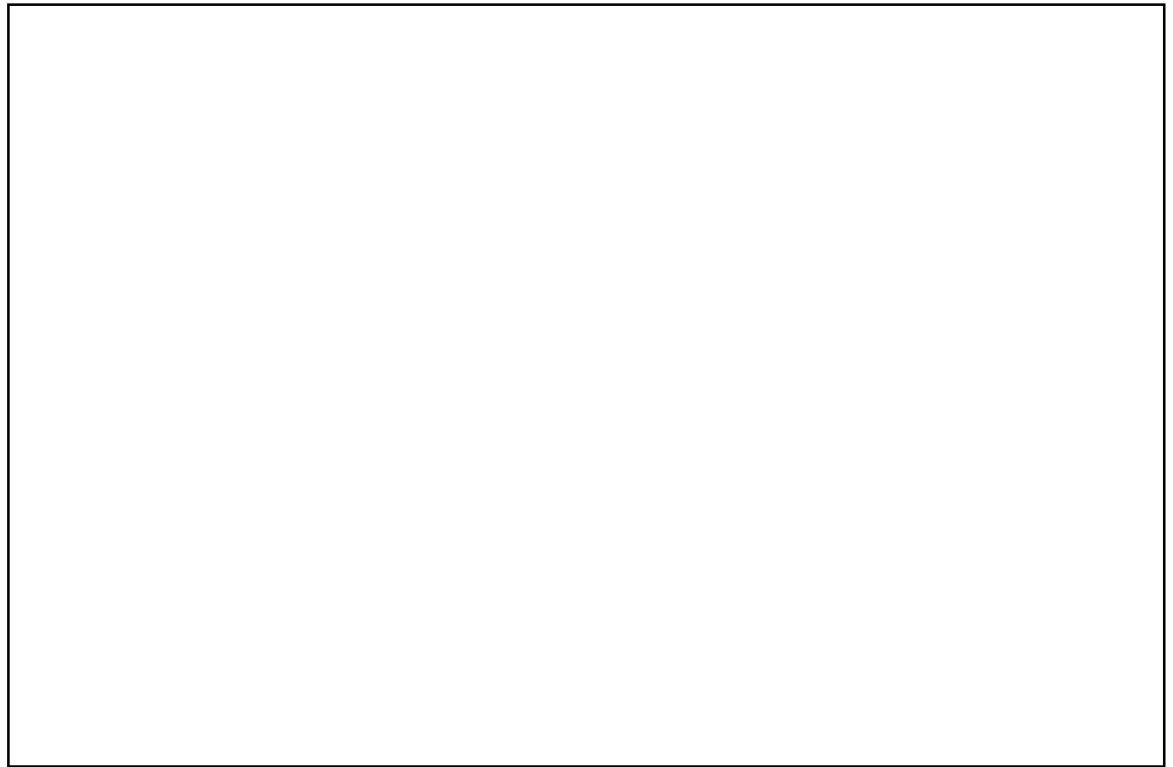
Academic burnout merupakan sindrom psikologis yang mengakibatkan seseorang merasa kelelahan baik secara fisik, mental dan emosional, depersonalisasi/ sinisme, dan penurunan pencapaian individu. Terdapat beberapa aspek yang digunakan dalam *academic burnout*, yaitu kelelahan (*exhaustion*), depersonalisasi/ sinisme (*cynicism*), dan menurunnya prestasi diri (*low personal accomplishment*). Kelelahan mengacu pada perasaan tegang berkepanjangan yang disebabkan oleh tekanan akademik, sehingga memicu timbulnya kelelahan secara fisik (seperti sakit kepala, sesak, mual, insomnia, dan lain-lain), mental (merasa gagal, tidak berharga, tidak bahagia, putus asa, dan lain-lain) dan emosional (seperti jenuh, frustrasi, sedih dan tertekan). Depersonalisasi/ sinisme menarik diri mengacu pada perasaan acuh tak acuh atau sikap tidak peduli, tidak melihat pendidikan akademik sebagai sesuatu yang bermakna dan mengurangi keterlibatan dalam lingkup akademik. Menurunnya prestasi diri (*low personal accomplishment*) mengacu pada rasa ketidak bermanfaatan dalam hidupnya sehingga memicu timbulnya penilaian yang rendah pada dirinya dan pencapaiannya.

Aspek	No	Pernyataan	Jawaban					Saran
			1	2	3	4	5	
Exhaustion	1	I feel emotionally drained by my studies.				√		
		Belajar di kelas sangat menjadi beban bagi saya						
	2	I feel used up at the end of a day at university.				√		
		Saya sangat merasa lelah saat jam terakhir di kampus						
	3	I feel tired when I get up in the morning and I have to face another day at the university.				√		
Saya merasa kelelahan saat harus bangun pagi dan berangkat ke kampus								
4	Studying or attending a class is really a strain for me.				√			
	Saya merasa beban di perkuliahan terlalu berat							
5	I feel burned out from my studies.				√			
	Saya merasa jenuh dengan studi saya							

Cynicism	6	I have become less interested in my studies since my enrollment at the university				√		
		Saya merasa kurang tertarik dengan studi yang saya pilih sejak awal mendaftar di universitas						
	7	I have become less enthusiastic about my studies.				√		
		Saya menjadi kurang antusias untuk memulai kegiatan terkait dengan studi saya						
8	I have become more cynical about the potential usefulness of my studies.				√			
	Saya merasa ragu terkait kegunaan mata kuliah yang saya pelajari							
9	I doubt the significance of my studies.				√		Pentingnya	
	Saya meragukan penting mata kuliah yang saya pelajari							
Professional Efficacy	10	I can effectively solve the problems that arise in my studies				√		
		Saya dapat menyelesaikan masalah studi secara efektif.						

	11	I believe that I make an effective contribution to the classes that I attend.				√		
		Saya percaya bahwa saya mempunyai kontribusi yang aktif di setiap kelas yang saya ikuti						
	12	In my opinion, I am a good student.						
		Menurut saya, saya adalah mahasiswa yang baik						
	13	I feel stimulated when I achieve my study goals						
	Saya merasa semangat, ketika hasil studi yang saya capai memuaskan							
	14	I have learned many interesting things during the course of my studies.				√		
		Saya telah belajar banyak hal yang menarik selama saya kuliah						
	15	During class I feel confident that I am effective in getting things done.				√		
		Selama di kelas saya merasa yakin bahwa saya dapat menyelesaikan tugas secara efektif						

E. Saran Umum



F. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penilaian, instrumen ini dinyatakan:

- d) Layak untuk digunakan tanpa revisi
- e) Layak untuk digunakan dengan revisi sesuai dengan saran**
- f) Tidak layak untuk digunakan

Malang, 30 April 2020

Ahli Materi

Muh. Masykur AG

LAMPIRAN 3 HASIL ANALISIS UJI AIKEN'S V UJI AHLI

GRIT										
Aitem	Penilai N		Penilai NS		Penilai FA		Penilai MM		Σs	V
	Skor	s	Skor	s	Skor	s	Skor	s		
1	4	3	3	2	4	3	5	4	12	0,750
2	4	3	4	3	4	3	5	4	13	0,813
3	4	3	4	3	4	3	5	4	13	0,813
4	4	3	4	3	5	4	5	4	14	0,875
5	4	3	4	3	5	4	5	4	14	0,875
6	4	3	4	3	5	4	5	4	14	0,875
7	4	3	4	3	4	3	5	4	13	0,813
8	4	3	3	2	4	3	5	4	12	0,750
9	4	3	4	3	4	3	5	4	13	0,813
10	4	3	4	3	5	4	5	4	14	0,875
11	4	3	4	3	5	4	5	4	14	0,875
12	4	3	4	3	5	4	5	4	14	0,875

ACADEMIC BURNOUT										
Aitem	Penilai N		Penilai NS		Penilai FA		Penilai MM		Σs	V
	Skor	s	Skor	s	Skor	s	Skor	s		
1	4	3	4	3	4	3	5	4	13	0,813
2	4	3	4	3	4	3	5	4	13	0,813
3	4	3	4	3	4	3	5	4	13	0,813
4	4	3	4	3	4	3	5	4	13	0,813
5	4	3	4	3	4	3	5	4	13	0,813
6	4	3	4	3	3	2	5	4	12	0,750
7	4	3	4	3	4	3	5	4	13	0,813
8	4	3	4	3	4	3	5	4	13	0,813
9	4	3	4	3	4	3	5	4	13	0,813
10	4	3	4	3	4	3	5	4	13	0,813
11	4	3	4	3	4	3	5	4	13	0,813
12	4	3	4	3	4	3	5	4	13	0,813
13	4	3	4	3	4	3	5	4	13	0,813
14	4	3	4	3	4	3	5	4	13	0,813
15	4	3	4	3	4	3	5	4	13	0,813

LAMPIRAN 4 HASIL ANALISIS UJI RELIABILITAS GRIT**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.693	.695	12

Summary Item Statistics

	Mean	Minimum	Maximum	Range	Maximum / Minimum	Variance	N of Items
Item Means	2.615	1.760	3.230	1.470	1.835	.230	12
Item Variances	.439	.300	.549	.249	1.830	.004	12

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
G1	28.15	12.876	.316	.286	.676
G2	29.62	13.531	.103	.075	.705
G3	28.96	12.221	.319	.250	.676
G4	28.23	12.825	.219	.199	.691
G5	29.31	12.054	.363	.235	.668
G6	28.33	11.658	.555	.436	.640
G7	28.82	11.624	.512	.373	.644
G8	29.12	11.925	.451	.280	.655
G9	28.21	12.370	.382	.269	.666
G10	28.73	12.704	.274	.145	.682
G11	29.13	13.448	.105	.158	.706
G12	28.57	12.227	.379	.313	.666

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	100	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	100	100.0

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

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.715	.718	8

Summary Item Statistics

	Mean	Minimum	Maximum	Range	Maximum / Minimum	Variance	N of Items
Item Means	2.696	2.070	3.230	1.160	1.560	.189	8
Item Variances	.435	.300	.549	.249	1.830	.006	8

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
G1	18.34	8.045	.307	.232	.705
G3	19.15	7.462	.318	.152	.708
G5	19.50	7.384	.350	.220	.700
G6	18.52	7.080	.549	.408	.657
G7	19.01	6.959	.533	.329	.659
G8	19.31	7.347	.423	.241	.683
G9	18.40	7.535	.404	.254	.687
G12	18.76	7.457	.388	.286	.690

LAMPIRAN 5 HASIL ANALISIS UJI RELIABILITAS ACADEMIC BURNOUT**Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.821	.824	15

Summary Item Statistics

	Mean	Minimum	Maximum	Range	Maximum / Minimum	Variance	N of Items
Item Means	1.976	1.380	2.860	1.480	2.072	.145	15
Item Variances	.407	.250	.586	.336	2.343	.011	15

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
B1	27.74	23.669	.387	.249	.813
B2	26.78	24.456	.155	.270	.831
B3	27.24	22.730	.380	.300	.815
B4	27.18	22.351	.489	.442	.806
B5	27.55	21.563	.593	.496	.798
B6	28.01	22.454	.526	.396	.804
B7	27.82	21.644	.676	.543	.794
B8	27.77	22.644	.451	.442	.809
B9	27.80	22.323	.503	.474	.805
B10	27.57	23.439	.476	.387	.809
B11	27.79	23.622	.457	.423	.810
B12	27.65	23.199	.443	.421	.810
B13	28.26	23.730	.388	.345	.813
B14	28.17	24.062	.300	.262	.818
B15	27.63	23.407	.391	.489	.813

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
.831	.833	14

Summary Item Statistics

	Mean	Minimum	Maximum	Range	Maximum / Minimum	Variance	N of Items
Item Means	1.913	1.380	2.460	1.080	1.783	.091	14
Item Variances	.399	.250	.586	.336	2.343	.011	14

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
B1	24.88	22.228	.363	.234	.827
B3	24.38	21.248	.372	.300	.829
B4	24.32	21.109	.442	.385	.822
B5	24.69	20.176	.575	.494	.812
B6	25.15	20.896	.532	.396	.816
B7	24.96	20.200	.666	.539	.806
B8	24.91	21.012	.468	.432	.820
B9	24.94	20.845	.496	.458	.818
B10	24.71	21.784	.498	.387	.819
B11	24.93	21.965	.478	.421	.820
B12	24.79	21.521	.468	.417	.820
B13	25.40	22.040	.413	.337	.824
B14	25.31	22.317	.332	.244	.829
B15	24.77	21.714	.416	.489	.824

LAMPIRAN 6 UJI ASUMSI

HASIL UJI NORMALITAS

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		100
Normal	Mean	.0000000
Parameters ^a	Std. Deviation	4.40631813
Most Extreme	Absolute	.058
Differences	Positive	.038
	Negative	-.058
Kolmogorov-Smirnov Z		.580
Asymp. Sig. (2-tailed)		.890

UJI HOMOGENITAS

Test of Homogeneity of Variances

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.798	18	77	.696

LAMPIRAN 7 UJI HIPOTESIS

Correlations

		Grit	Academic Burnout
Grit	Pearson Correlation	1	-.506**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	100	100
Academic Burnout	Pearson Correlation	-.506**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	100	100

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

LAMPIRAN 8_HASIL ANALISIS TAMBAHAN

LAMPIRAN 9_HASIL UJI T GRIT

Group Statistics

JK	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
GRIT MAHASIS WA	43	31.5116	3.90587	.59564
MAHASIS WI	57	31.2807	3.74526	.49607

Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower	Upper
GRIT Equal variances assumed	.183	.670	.300	98	.765	.23093	.77057	-1.29825	1.76010
Equal variances not assumed			.298	88.527	.766	.23093	.77516	-1.30941	1.77127

LAMPIRAN 10 HASIL UJI T ACADEMIC BURNOUT

Group Statistics

JK	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
AB MAHASIS WA	43	30.2558	5.25580	.80150
MAHASIS WI	57	29.1754	4.98971	.66090

Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower	Upper
AB Equal variances assumed	.129	.720	1.048	98	.297	1.08038	1.03125	-.96610	3.12685
Equal variances not assumed			1.040	88.014	.301	1.08038	1.03885	-.98411	3.14486

LAMPIRAN 12 HASIL KESELURUHAN HASIL AITEM GRIT

	1g	2g	3g	4g	5g	6g	7g	8g	9g	10g	11g	12g	jumlah
1	3	2	1	3	2	2	2	1	3	3	2	2	26
2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	34
3	3	1	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	30
4	4	2	3	4	3	4	4	2	4	4	3	2	39
5	3	1	2	4	3	2	2	3	3	2	2	3	30
6	3	2	3	4	3	4	3	2	4	3	2	3	36
7	3	1	2	4	1	3	2	2	3	4	2	4	31
8	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	3	30
9	3	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	1	24
10	2	2	3	3	2	3	2	1	2	1	2	4	27
11	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	27
12	4	2	3	4	1	3	3	2	3	2	1	2	30
13	3	1	1	3	2	4	3	2	4	3	2	3	31
14	4	1	2	4	2	3	3	2	2	3	3	2	31
15	4	2	2	4	3	4	3	2	4	3	2	3	36
16	3	2	3	3	3	2	1	2	2	3	3	1	28
17	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	30
18	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	33
19	4	1	2	3	1	3	3	3	4	2	1	2	29
20	3	1	2	3	2	3	3	2	3	2	3	3	30
21	3	1	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	31
22	3	1	3	3	2	3	3	2	4	3	2	3	32
23	4	2	2	4	1	4	4	3	4	4	3	4	39
24	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	33
25	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	28
26	3	3	3	2	1	3	1	2	4	3	3	3	31
27	3	3	3	4	3	2	2	3	3	2	3	2	33
28	3	3	3	3	3	4	4	2	4	3	2	4	38

29	4	2	3	4	2	4	3	3	4	2	3	3	37
30	2	2	1	3	3	3	3	3	3	2	3	2	30
31	3	1	1	2	1	3	2	1	2	3	1	2	22
32	2	1	3	2	3	3	2	3	3	3	4	3	32
33	3	2	2	4	3	4	2	3	3	3	1	4	34
34	3	2	2	4	1	2	2	2	3	2	2	1	26
35	3	3	2	3	1	2	2	2	3	3	2	2	28
36	4	2	2	4	3	4	3	3	4	3	2	3	37
37	3	2	3	2	2	3	2	2	4	3	2	3	31
38	4	2	1	4	1	3	3	3	3	3	2	3	32
39	3	1	3	3	2	3	3	2	4	3	1	3	31
40	3	2	3	4	3	3	3	4	3	3	2	3	36
41	4	2	3	3	1	3	4	3	3	3	3	3	35
42	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	3	3	32
43	4	2	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	32
44	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	35
45	3	2	2	3	1	3	2	2	3	3	3	2	29
46	3	2	1	3	2	2	2	2	3	3	1	3	27
47	3	2	1	3	1	3	3	2	3	2	1	3	27
48	4	2	4	2	3	3	4	3	4	2	3	3	37
49	4	1	3	2	2	4	3	3	4	3	2	3	34
50	4	1	2	4	2	3	2	1	3	4	2	3	31
51	3	3	2	4	3	4	3	3	4	2	2	4	37
52	3	1	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	28
53	3	1	3	3	1	2	3	1	3	2	3	3	28
54	4	2	2	4	2	3	3	2	4	3	2	3	34
55	4	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	30
56	4	2	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	32
57	4	1	2	4	2	3	3	2	4	2	3	3	33
58	3	1	2	4	2	3	3	3	4	2	3	3	33
59	4	2	3	3	3	4	3	2	4	3	2	3	36

60	4	1	4	3	3	4	3	3	3	4	2	4	38
61	4	1	1	4	1	3	2	1	4	2	1	3	27
62	4	2	2	4	2	4	3	3	4	2	2	2	34
63	3	4	3	3	2	4	2	2	4	3	2	4	36
64	3	1	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	31
65	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	31
66	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	26
67	3	2	1	3	2	3	3	3	3	3	2	3	31
68	3	1	2	2	3	2	3	3	4	2	3	2	30
69	3	2	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	31
70	3	1	2	2	1	3	3	2	3	2	3	3	28
71	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	2	4	36
72	3	1	3	2	2	3	1	1	3	2	1	3	25
73	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	30
74	3	2	3	4	2	4	3	3	4	3	2	3	36
75	3	2	2	2	1	4	1	1	3	3	3	3	28
76	3	1	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	28
77	3	2	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	38
78	4	2	3	4	2	3	2	3	2	2	4	3	34
79	3	2	3	4	2	3	3	2	4	3	3	3	35
80	4	2	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	36
81	3	2	2	3	3	4	3	2	3	3	2	3	33
82	3	2	3	3	1	3	2	2	3	3	3	3	31
83	4	1	3	4	3	4	3	2	3	3	2	2	34
84	3	1	2	4	1	3	3	1	2	3	2	3	28
85	3	1	2	3	1	3	3	2	3	3	2	3	29
86	3	1	1	3	1	2	1	1	3	2	1	2	21
87	4	1	2	4	4	3	3	2	4	2	2	3	34
88	4	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	2	32
89	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	29
90	4	2	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	32

91	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	3	29
92	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	27
93	3	2	1	4	1	3	2	1	3	2	2	2	26
94	3	1	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	29
95	3	1	3	4	2	4	2	2	3	3	2	2	31
96	3	1	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	36
97	3	2	2	3	2	3	2	2	3	3	1	3	29
98	3	1	4	2	1	3	2	2	2	1	3	3	27
99	4	2	3	3	2	4	3	3	4	4	2	4	38
100	3	2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	31

LAMPIRAN 13 HASIL AITEM *ACADEMIC BURNOUT*

	1ab	2ab	3ab	4ab	5ab	6ab	7ab	8ab	9ab	10ab	11ab	12ab	13ab	14ab	15ab	total
1	2	3	1	2	3	2	1	3	2	2	2	2	2	1	2	30
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	30
3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	34
4	2	3	4	2	3	1	2	1	1	1	2	2	1	1	2	28
5	2	4	3	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	2	2	30
6	1	3	2	2	1	1	1	2	2	2	1	2	1	2	2	25
7	3	4	3	2	2	1	2	2	1	2	2	1	1	1	1	28
8	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	31
9	3	4	3	3	3	4	3	2	3	2	2	2	2	2	2	40
10	1	2	2	2	1	1	1	2	1	2	2	1	1	4	3	26
11	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	1	2	2	36
12	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	3	29
13	2	3	2	3	2	1	2	2	1	2	2	2	1	1	3	29
14	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	32
15	2	2	3	4	3	1	1	1	1	2	2	2	2	1	2	29
16	3	2	2	2	3	1	2	2	2	2	2	3	2	2	3	33
17	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	36

18	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	1	1	2	3	32	
19	2	2	4	3	2	1	1	1	1	2	1	2	1	1	2	26	
20	2	3	3	2	1	1	2	2	2	2	2	2	1	1	3	29	
21	2	4	1	4	3	2	2	3	2	2	2	2	1	1	2	33	
22	2	3	2	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	23	
23	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	19	
24	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	33	
25	1	2	4	3	1	2	2	3	2	3	2	2	2	2	1	2	32
26	2	3	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	36
27	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	2	23
28	2	3	3	3	1	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	2	27
29	2	4	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	31
30	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	1	2	1	35
31	2	3	4	3	1	1	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	36
32	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	1	2	32
33	4	4	4	4	2	1	1	1	1	2	1	2	2	2	1	2	32
34	2	3	4	3	4	2	3	3	3	3	3	2	2	1	1	1	37
35	1	2	2	2	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	21
36	2	3	2	3	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	32
37	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	1	1	3	34	
38	2	2	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	31
39	2	4	2	3	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	27
40	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	2	19
41	2	4	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	2	1	1	2	25
42	2	3	3	3	3	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	34
43	2	3	3	3	2	2	2	2	4	2	2	2	2	1	1	2	33
44	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	1	1	27
45	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	1	1	2	2	32
46	1	2	3	2	3	3	1	1	1	2	2	3	1	1	1	2	28
47	3	4	2	3	3	2	3	2	2	3	3	4	1	1	4	40	
48	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	3	30

49	1	3	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	1	1	1	24	
50	2	3	3	3	3	1	1	2	2	2	2	2	1	1	2	30	
51	2	3	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	1	1	2	26	
52	1	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	3	31	
53	1	4	3	2	2	1	2	1	3	3	2	1	1	2	3	31	
54	1	4	1	2	2	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	22	
55	2	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	2	37	
56	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	1	2	33	
57	2	4	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	1	2	36	
58	1	4	3	3	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	30
59	2	2	2	3	3	2	2	1	1	2	2	2	1	2	2	29	
60	2	3	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	20	
61	2	3	1	3	1	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	22	
62	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	29
63	2	3	3	3	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	23	
64	2	4	2	3	2	2	2	2	1	1	1	2	1	1	2	28	
65	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	31
66	2	3	3	4	3	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	34
67	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	31
68	2	3	2	2	3	2	2	2	4	2	2	2	2	1	1	2	32
69	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	30
70	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	29
71	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	17
72	1	3	3	2	2	1	1	3	3	2	3	2	1	2	2	2	31
73	2	3	3	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	2	28
74	2	3	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	3	35
75	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	34
76	2	4	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	3	1	2	2	36
77	2	3	3	2	2	1	2	1	1	2	2	2	2	1	2	2	28
78	1	2	1	1	1	1	1	3	2	2	1	2	1	1	2	2	22
79	2	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	2	2	1	2	2	26

80	1	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	2	21
81	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	1	27
82	3	4	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	39
83	1	3	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	18
84	1	2	1	2	1	1	1	2	1	2	1	2	1	1	2	21
85	1	3	2	2	3	2	3	1	1	2	1	2	1	1	2	27
86	2	2	2	2	3	2	3	4	2	3	3	3	1	2	3	37
87	1	3	2	2	1	2	1	1	1	2	2	2	1	1	2	24
88	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	31
89	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	2	3	37
90	1	4	3	4	2	1	2	2	3	2	2	1	1	1	2	31
91	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	1	2	32
92	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	2	2	1	1	2	32
93	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	37
94	2	3	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	1	1	2	25
95	2	3	3	3	2	2	2	1	2	3	1	3	3	2	2	34
96	2	4	2	2	2	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	24
97	2	4	2	3	3	1	3	2	2	2	2	2	1	2	2	33
98	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	1	3	32
99	1	3	3	2	1	2	1	2	2	1	1	1	1	2	1	24
100	2	2	3	3	2	1	2	1	2	2	2	2	1	1	2	28

NASKAH PUBLIKASI

HUBUNGAN ANTARA *GRIT* DAN *ACADEMIC BURNOUT* PADA MAHASISWA TEKNIK ARSITEKTUR UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

Bina Inayatu Maulana

Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

Email: 16410223@student.uin-malang.ac.id

Abstrak

Academic burnout merupakan fenomena yang dapat dialami oleh semua mahasiswa. Ciri-ciri *academic burnout* adalah kelelahan emosional, sinisme, dan pencapaian pribadi yang rendah. Ada banyak cara untuk mengatasi masalah ini, salah satunya adalah *grit*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat *academic burnout* dan *grit*, serta mengetahui hubungan *grit* dengan *academic burnout* pada mahasiswa teknik arsitektur Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Penelitian dengan pendekatan kuantitatif ini mengadaptasi instrumen skala *grit* (Duckworth, 2007) dan *Maslach Burnout Inventory-Student Survey* (Schaufeli, Martez, et al, 2002). Teknik pengambilan sampel menggunakan *convenience sampling* dan mendapatkan 100 responden. Metode analisis dalam penelitian ini menggunakan dua tahap, yaitu uji asumsi (uji normalitas dan homogenitas) dan uji hipotesis dengan menggunakan korelasi *pearson*. Hasil analisis menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada tingkat sedang, dengan persentase 56% pada kategori *academic burnout* dan 88% pada kategori *grit*. Adapun, hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa *grit* memiliki hubungan negatif signifikan dengan *academic burnout* dengan nilai korelasi (r) sebesar -0,506 dengan sig. (p) 0.00.

Kata Kunci: *Academic Burnout, Grit, Mahasiswa Teknik Arsitektur.*

Pendahuluan

Mahasiswa ialah seseorang yang mengambil jenjang pendidikan di perguruan tinggi atau universitas. Mereka memiliki peranan dan tanggung jawab yang lebih besar dari jenjang sebelumnya. Kemampuan seperti aktif, mandiri, mudah bersosialisasi dan beradaptasi, serta resilien perlu mereka miliki karena sering kali terjadi masalah adaptasi dari transisi sekolah menengah ke atas menuju perkuliahan, tuntutan perkuliahan yang tinggi, masalah diluar perkuliahan maupun pemenuhan tugas akhir.

Santrock (2010) menyatakan bahwa transisi setiap jenjang pendidikan menyebabkan perubahan dan stres. Seorang individu yang awalnya menjadi kelompok siswa yang tua dan berkuasa menjadi mahasiswa yang paling muda dan lemah. Bagi banyak siswa, transisi ini melibatkan pergerakan struktural yang lebih besar dan impersonal, berinteraksi dengan teman-teman yang memiliki latar

belakang yang beragam dan peningkatan fokus terhadap pencapaian. Menurut studi nasional terdapat 200.000 mahasiswa baru di lebih dari 400 perguruan tinggi mengalami stres dan depresi.

Selain itu, beberapa kasus juga terjadi pada mahasiswa tingkat akhir. Dilansir dari artikel republika.co.id (2019) terjadi kasus bunuh diri pada tahun 2018-2019 kepada tiga mahasiswa yang diduga mengalami masalah mengenai skripsinya. Sangat disayangkan banyak sekali kasus mengenai masalah kesehatan mental terjadi di lingkungan mahasiswa. Ketidaksiapan mahasiswa dalam melakukan penyesuaian sosial, pemenuhan tugas kuliah, penyelesaian tugas akhir dan lain-lain menjadi kemungkinan penyebab terjadinya masalah kesehatan mental (Alinkasari & Akmal, 2017). Jika hal yang seharusnya wajar untuk dilakukan menjadi faktor penyebab timbulnya stres, maka *stressor* berlebihan yang tidak tertangani dengan baik memberikan dampak fisiologis maupun psikologis pada mahasiswa tersebut (Dianti & Fidyartini, 2019).

Schaufel, dkk (2002) mengatakan bahwa seseorang yang mengalami tekanan lingkungan maupun psikologi yang lama, menyebabkan seseorang mengalami kelelahan atau *burnout*. *Burnout* yang terjadi dalam bidang akademik dapat disebut dengan *academic burnout* (Karimi, Bashirpur, Khabbaz, & Hedayati, 2014). Ciri-ciri seseorang mengalami *academic burnout* ialah mereka menunjukkan keadaan kelelah secara emosional, timbul kecenderungan depersonalisasi dan perasaan prestasi pribadi yang rendah (Puspitaningrum, 2018). Dampak eksternal yang terjadi pada mahasiswa yang mengalami *burnout* diantaranya ialah melewati kelas, Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) menurun, tidak mengerjakan tugas dengan baik, tidak lulus dalam matakuliah bahkan dikeluarkan dari perguruan tinggi (Law, 2007).

Melihat permasalahan tersebut peneliti kemudian melakukan survey awal mengenai *burnout* kepada mahasiswa yang mengambil study pendidikan kedokteran, pendidikan farmasi dan teknik arsitektur yang ada di Universitas Islam Maulana Malik Ibrahim Malang. Alasan memilih jurusan tersebut sebagai survey ialah karena jurusan tersebut memiliki beban praktikum yang sama beratnya dibandingkan jurusan lainnya. Berdasarkan hasil survey tersebut tingkat *burnout* pada sampel teknik arsitektur lebih tinggi dibandingkan pendidikan kedokteran dan

pendidikan farmasi. Hasil yang tersebut kemudian menjadi keputusan awal peneliti ingin meneliti lebih jauh mengenai mahasiswa arsitektur.

Jika digali lebih dalam jurusan yang berfokus pada seni *design* bangunan ini memang memiliki beban kuliah yang cukup berat. Mereka dihadapkan dengan berbagai macam tugas, seperti mendesain, asistensi, presentasi, survei dan bergai macam kegiatan lainnya dan durasi perkuliahan yang lebih panjang dari pada mahasiswa jurusan lainnya. Tidak menutup kemungkinan bahwa tanggung jawab tersebut memicu timbulnya *burnout* dikalangan mahasiwa. Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *burnout* secara umum, seperti *engagement* (Schaufeli, Martinez, Dkk, 2002), *self- efficacy* (Hartawati & Mariyanti, 2014; Rahmawati, 2014), *big five personality* (Hardiyanti, 2013), *self-esteem* (Maharani, 2019), *parental social support* (Puspitaningrum, 2018), *physical activity and mental toughness* (Cheung & Li, 2019), *resilience* (Hao, Hong, Xu, Zhou, & Xie, 2015), serta *grit* (L.Halliday, Walker, S. Vig, dkk, 2016; Dam, Perera, dkk, 2018; Igawa & Nakanishi, 2018; Zaman, 2019).

Ditinjauan literasi di atas, *grit* cukup banyak diteliti di tahun-tahun belakangan ini sebagai faktor yang mempengaruhi *burnout* secara umum. Bila didefinisikan *grit* ialah ketekunan (*perseverance*) dan semangat (*passion*) dalam tujuan jangka panjang (Duckworth, Peterson, dkk, 2007). Ada dua dimensi dalam *grit*, yaitu *perseverance of effort* (ketekunan untuk menyelesaikan suatu tujuan, bahkan dengan berbagai macam tuntutan maupun rintangan yang ada) dan *consistency of interests* (mempunyai komitmen untuk mencapai tujuan yang telah dipilih). Setiap individu memiliki tingkat *grit* yang berbeda-beda. Hal tersebut dikarenakan *grit* merupakan bagian dari *personality* individu dalam menentukan bagaimana individu tersebut melakukan interaksi pada lingkungan yang berbeda-beda (Duckworth & Quinn, 2009).

Penelitian terdahulu, yang berkaitan dengan *grit* dan *burnout* dilakukan oleh Zaman (2019) dengan hasil bahwa *grit* memiliki korelasi negatif dengan *burnout*. Sehingga disimpulkan bahwa mereka yang memiliki memiliki karakteristik *grit* memiliki kemungkinan yang besar untuk mencegah atau bertahan ketika mengalami *burnout*. Namun berbeda dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Igawa & Nakanishi (2018). Dalam penelitiannya hasil analisis regresi

menunjukkan bahwa *grit* tidak memiliki hubungan dengan *burnout*. *Grit* tidak meningkatkan *burnout* dalam persentil apapun.

Berdasarkan penelitian tersebut, terdapat hasil yang berbeda terhadap hubungan antara *grit* dan *burnout* secara umum. Selain itu, minimnya penelitian mengenai *grit* dan *academic burnout* dan harapan peneliti untuk kontribusi dalam memberikan informasi dari aspek manakah *grit* dapat mereduksi *academic burnout* yang dialami oleh mahasiswa menjadikan keputusan peneliti untuk menguji adakah hubungan antara *grit* dan *academic burnout* pada mahasiswa teknik arsitektur Universitas Islam Negeri

Metode

Penelitian kuantitatif ini mengikutsertakan 100 responden mahasiswa aktif arsitektur UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang diambil dengan cara *convenience sampling*. Adapun alat yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini mengadaptasi instrumen *grit scale* (Duckworth, 2007) dan *Maslach Burnout Inventory-Student Survey* (Schaufeli, Martez, dkk, 2002). Kedua instrumen divalidasi dengan mempertimbangkan ekuivalensi konsep transasi bahasa dan penyesuaian padanan kata dengan menggunakan uji ahli (*expert judgement*) di bidang psikologi. Kemudian instrumen tersebut ini menggunakan skala *likert*, dengan pilihan jawaban SS (sangat sesuai), S (sesuai), TS (tidak sesuai) dan STS (sangat tidak sesuai).

Adapun validitas *grit scale* bergerak dari angka 0.750 – 0.875 dengan reliabilitas 0.715. Sedangkan validitas *Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS)* bergerak dari angka 0.750 – 0.83 dengan reliabilitas 0.831. Metode analisis yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan dua tahap yaitu uji asumsi berupa uji normalitas dan homogenitas serta uji hipotesis yang menggunakan korelasi *pearson*.

Hasil dan Pembahasan

Adapun hasil kategorisasi tingkat *grit* ialah sebanyak 10% responden yang berada pada kategori tinggi. Ini menunjukkan bahwa seseorang memiliki tingkat *grit* yang tinggi mereka akan bekerja keras, memiliki standar yang tinggi, fokus pada pemenuhan tanggung jawab dan tetap menunjukkan usaha meskipun

kegagalan, kesulitan dan hambatan selalu datang (Duckworth & Quinn, 2009). Selanjutnya mayoritas responden berada pada tingkatan sedang sebanyak 80% responden. Pada tingkatan ini responden dianggap memiliki konsistensi dan ketekunan yang cukup. Terakhir, terdapat 10% responden dalam kategori rendah. Ini menunjukkan bahwa mereka yang dalam kategori ini kurang mampu dalam mempertahankan fokusnya pada perkuliahan yang memiliki waktu yang panjang serta sulit untuk bertahan dalam mengerjakan banyaknya tugas yang harus mereka kerjakan. Hal tersebut membuat mereka mudah menyerah, berkecil hati serta cenderung mengganti tujuan atau minat yang sudah mereka tetapkan. Perbedaan tingkatan *grit* ini, dikarenakan *grit* merupakan bagian dari *personality* individu dalam menentukan bagaimana individu tersebut melakukan interaksi pada lingkungan yang berbeda-beda (Duckworth & Quinn, 2009).

Jika dilihat dari dimensi setiap aspek dalam *grit*, dalam penelitian ini diketahui aspek yang paling menonjol ialah ketekunan (*perseverance of effort*). Ketekunan mendapatkan nilai persentase yang lebih tinggi sebesar 50,03%, dibandingkan tingkat konsistensi minat (*consistency of interests*) yang mendapatkan hasil persentase sebesar 49,97%. Ini menunjukkan bahwa mereka memiliki ketekunan akan bekerja keras dan mengerahkan semua kemampuan mereka untuk mencapai tujuan jangka panjang walaupun banyaknya hambatan (seperti tidak lulus mata kuliah, harus revisi dan lain-lainnya) dan tekanan yang harus mereka lalui (seperti jam perkuliahan yang panjang, banyaknya tugas yang harus mereka kerjakan dan lain-lain) mereka akan tetap bertahan dan menyelesaikan apa saja yang sudah mereka mulai.

Sedangkan pada hasil analisis tambahan mahasiswa dan mahasiswi tidak menunjukkan perbedaan *grit* antara laki-laki dan perempuan. Hasil tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Angela Duckworth & Quinn (2009) bahwa skor *grit-s* tidak berbeda secara signifikan berdasarkan jenis kelamin.

Adapun hasil kategorisasi dari *academic burnout* tidak ada responden yang berada pada kategori tinggi. Mayoritas responden berada pada kategori sedang sebesar 56% dan sisanya sebesar 44% responden berada pada kategori rendah. Hal ini menunjukkan bahwa responden masih mampu menyelesaikan atau menghadapi masalah atau tekanan yang mereka alami dalam perkuliahan.

Jika dianalisis satu persatu dari setiap aspek yang ada pada *academic burnout*, maka dapat diketahui aspek yang paling menonjol ialah kelelahan (*exhaustion*) persentase sebesar 40%. Kemudian pada aspek depersonalisasi diperoleh nilai sebesar 24% dan aspek penurunan prestasi diri (*Low Personal accomplishment*) diperoleh nilai persentase sebesar 36%.

Hasil analisis uji hipotesis dengan uji korelasi *person* menunjukkan bahwa nilai signifikansi <0.05 sehingga dapat dikatakan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Interpretasi dari hasil analisis tersebut ialah bahwa *grit* memiliki hubungan yang signifikan pada taraf kuat dan sifat hubungannya negatif. Kekuatan hubungan pada taraf kuat menunjukkan bahwa besarnya keterkaitan antara kedua variabel tersebut. Sementara itu, hubungan yang negatif antara variabel *grit* dan *academic burnout* menunjukkan perbedaan arah, yaitu jika variabel pada *grit* berada di tingkat tinggi, maka variabel *academic burnout* berada pada tingkat rendah, begitupun sebaliknya.

Kuatnya hubungan signifikan pada *grit* dan *academic burnout* menunjukkan bahwa antara *grit* dan *academic burnout* memiliki hubungan yang bermakna. Penelitian dengan hasil serupa juga dilakukan Dam, Perera, Jones, dkk (2018), Zaman (2019) dan L.Halliday, Walker, S. Vig, dkk, (2016). Penelitian yang dilakukan oleh Dam, Perera, Jones, dkk (2018), menemukan bahwa *grit* memiliki nilai korelasi dengan aspek *burnout* kelelahan sebesar $r = -0.28$, $p < 0.001$, sedangkan pada aspek depersonalisasi sebesar ($r = -0.35$, $p < 0.001$) dan pada aspek *personal accomplishment* sebesar ($r = 0,30$, $p < 0,001$). Sedangkan, hasil penelitian yang dilakukan Zaman (2019) pada sampel pekerja dengan nilai korelasi yang didapat sebesar $-0,441$. Dalam penelitian tersebut dinyatakan bahwa seseorang yang memiliki karakteristik *grit* memiliki kemungkinan yang besar untuk mencegah atau bertahan ketika mengalami *burnout*.

Begitupun dengan penelitian yang dilakukan L.Halliday, Walker, S. Vig, dkk, (2016) kepada 548 responden dokter di Inggris mengenai *grit* dan *burnout*. Hasil yang diperoleh ialah *grit* juga berkorelasi negatif dengan *burnout*, dengan nilai korelasi (r) sebesar $-0,281$ dengan $sig. (p) 0,01$. Dalam penelitian tersebut menyatakan bahwa mereka yang memiliki tingkat *grit* yang tinggi cenderung sedikit mengalami *burnout*, kecemasan dan stres.

Jika ditinjau ulang beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *academic burnout*, seperti beban kerja (*workload*), minimnya penghargaan, rendahnya *self-esteem* dan *self-control*, berada di komunitas yang tidak sesuai, dan *feeling fairless* dapat menyebabkan mahasiswa mengalami kelelahan emosional dan fisik, depersonalisasi atau sinisme serta penurunan prestasi diri (*low personal accomplishment*). Dengan *grit* yang tinggi mahasiswa dapat mengatasi segala hambatan tersebut dengan konsistensi minat (*consistency of interest*) dan kegigihan (*perseverance*). Penelitian sebelumnya menyebutkan bahwa *perseverance* menekan tingkat depersonalisasi dan penurunan prestasi dan semangat, sedangkan *consistency of interest* dapat menekan tingkat kelelahan emosional dan depersonalisasi (Igawa & Nakanishi, 2018). Artinya, jika seorang mahasiswa tekun (*perseverance*) untuk menyelesaikan yang telah mereka mulai, tidak takut pada rintangan atau hambatan, resilien dan mengerjakan tugas dengan maksimal, maka hal tersebut dapat mengurangi depersonalisasi (kehilangan rasa memiliki identitas pribadi) dan penurunan prestasi yang dialami oleh mahasiswa. Sedangkan apabila mahasiswa konsisten pada minatnya (*consistency of interest*), mereka tidak mudah merubah tujuan yang sudah mereka tetapkan, tidak mudah teralihkan perhatiannya dan mempertahankan tujuan yang mereka minati dalam jangka waktu yang panjang. Mereka mengerjakan tugasnya dengan tepat waktu. Sehingga, mereka tidak mengalami kelelahan secara fisik, emosional maupun mental dan depersonalisasi (kehilangan rasa memiliki identitas pribadi).

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dalam penelitian ini, tingkat *grit* pada mahasiswa teknik arsitektur UIN Maulana Malik Ibrahim Malang menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada kategori sedang yaitu 88%. Sedangkan, pada kategori *academic burnout* mayoritas mahasiswa berada dalam kategori sedang dengan persentase 56% dari keseluruhan responden. Untuk melihat korelasi dalam kedua variabel tersebut, ditemukan bahwa *grit* memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan *academic burnout* pada mahasiswa jurusan teknik arsitektur UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dengan nilai korelasi (r) yang diperoleh sebesar -0.506 dengan $\text{sig. (p)} 0,00$. Hubungan negatif ini mengartikan jika skor *grit* yang

diperoleh tinggi maka skor *academic burnout* rendah, dan begitu pun jika sebaliknya.

Daftar pustaka

- Alinkasari, F & Akmal, S. Z. (2017). Hubungan Antara *School Engagement*, *Academic Sel-Efficacy* dan *Academic Burnout* Pada Mahasiswa. *Jurnal Humanitas*. Vol.1, No. 2, Hal 81-102.
- Cheung, P., & Li, C. (2019), .Physical Activity and Mental Toughness as Antecedents of Academic Burnout among School Students: A Latent Profile Approach. *Int. J. Environ. Res. Public Health*. DOI:10.3390/ijerph16112024.
- Dam, A., Perera, T., Jones, M., Haughey, M., & Gaeta, T. (2018). The Relationship Between Grit, Burnout and Well-being in Emergency Medicine Residents. *AEM Education and Training*. doi:10.1002/aet2.10311
- Duckworth, A. L., Peterson, C., Matthews, M. D., & Kelly, D. R. (2007). Grit: Perseverance and passion for long-term goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(6), 1087-1101. Doi: 10.1037/0022-3514.92.6.1087
- Duckworth, A. L., & Quinn, P. D. (2009). Development and validation of short grit scale (Grit-S). *Journal of Personality Assessment*, 91(2), 166-174. Doi: 10.1080/00223890802634290
- Dam, A., Perera, T., Jones, M., Haughey, M., & Gaeta, T. (2018). The Relationship Between Grit, Burnout and Well-being in Emergency Medicine Residents. *AEM Education and Training*. doi:10.1002/aet2.10311
- Dianti N. A. & Findyartini, A. (2019). Hubungan Tipe Motivasi terhadap Kejadian *Burnout* pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia pada Masa Transisi dari Pendidikan Preklinik ke Klinik Tahun 2018. *eJKI*. Vol. 7, No. 2 (115-121).
- Hao, S.W., Hong, W., Xu, H.H., Zhou, L.L. and Xie, Z.Y. (2015) Relationship between Resilience, Stress and Burnout among Civil Servants in Beijing, China: Mediating and Moderating Effect Analysis. *Personality and Individual Differences*, 83, 65-71. <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2015.03.048>

- Hartawati, D & Mariyanti, S. (2014). Hubungan Antara Self-Efficacy Dengan Burnout Pada Pengajar Taman Kanak-Kanak Sekolah “X” Di Jakarta. *Jurnal Psikologi*. Vol 12 No 2
- Hardiyanti, R. (2013). *Burnout* ditinjau dari *big five factors personality* pada karyawan kantor pos pusat malang. *Jurnal ilmiah psikologi terapan*. Vol. 01, No.02. ISSN: 2301-8267
- Igawa & Nakanishi. (2018). Effects of Grit on Burnout Tendency and Social Status in Human Service Professions: Does Grit Make It Hard to Burnout?. *Personality*; Vol 27, No. 3 (1 – 11) DOI: <http://doi.org/10.2132/personality.27.3.6>
- Karimi, Y., Bashirpur, M., Khabbaz, M., & Hedayati, A. A. (2014). Comparison between Perfectionism and Social Support Dimensions and Academic Burnout in Students. *Social and Behavioral Sciences*, 159, 57-63
- Law, D W. (2007). Exhaustion in University Students and the Effect of Coursework Involvement. *Journal of American College Health*, Vol. 555, No. 4.
- L. Halliday, A. Walker, S. Vig, dkk. (2016). The Relationship between Grit and Burnout: How Do Surgical Trainees Compare to Other Doctors?. *International Journal of Surgery*. <http://dx.doi.org/10.1016/j.ijso.2016.08.517>
- Maharani, D.M. (2019). Hubungan antara *self-esteem* dengan *academic burnout* pada siswa kelas XI SMA Negeri 1 semarang tahun ajaran 2018/2019. (*Skripsi*). Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Semarang.
- Puspitaningrum, K. (2018). Pengaruh Dukungan Sosial Orang Tua Terhadap *Burnout* Pada Mahasiswa Dalam Mengerjakan Skripsi. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, Vol. 4, No. 10. Hal. 615-625
- Santrock. (2010). *Life-Span Development* (Perkembangan Masa hidup edisi 13 jilid 2, penerjemah: Widyasinta, B). Jakarta: Erlangga.
- Schaufeli, W. B., Martez, I. M., Marques-Pinto, A.M., Salanova, M., & Bakker, A.B. (2002). Burnout and engagement in university students: A cross-national study. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 33, 464–481. <http://dx.doi.org/10.1177/0022022102033005003>
- Zaman, P, A. 2019. Hubungan antara grit dan burnout pada pekerja. (*Skripsi*), Fakultas Psikologi Universitas Airlangga; Surabaya.