

**HUBUNGAN KEPERIBADIAN *HARDINESS* DENGAN
AKADEMIK *BURNOUT* PADA MAHASISWA**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi**



Oleh :

KHUMAIRAH BINTI ZAHID
NBI : 1511800141

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

2022

**Hubungan Kepribadian *Hardiness* dengan Akademik *Burnout*
pada Mahasiswa**

SKRIPSI



Oleh:

Khumairah Binti Zahid

NBI: 1511800141

**Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945
Surabaya
2022**

**Hubungan Kepribadian *Hardiness* dengan Akademik *Burnout*
pada Mahasiswa**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat-Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi**



Oleh:

Khumairah Binti Zahid
NBI: 1511800141

**Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945
Surabaya
2022**

Halaman Pernyataan Tidak Melakukan Penjiplakan

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Khumairah Binti Zahid
NBI : 1511800141
Program Studi : Psikologi

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa skripsi yang berjudul Hubungan Kepribadian *Hardiness* dengan Akademik *Burnout* pada Mahasiswa benar-benar merupakan hasil karya sendiri, bebas dari peniruan terhadap karya orang lain. Kutipan pendapat dan tulisan orang lain dirujuk sesuai dengan cara-cara penulisan karya ilmiah yang berlaku.

Surabaya, 30 Juni 2022



Khumairah Binti Zahid
1511800141

Halaman Persetujuan Pembimbing

Nama : Khumairah Binti Zahid
NBI : 1511800141
Judul : Hubungan Kepribadian *Hardiness* dengan Akademik
Burnout pada Mahasiswa

Surabaya, 30 Juni 2022

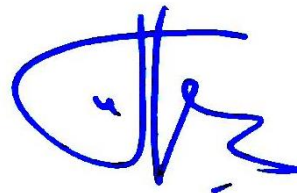
Disetujui oleh:

Dosen Pembimbing I



Dra. Dwi Sarwindah Sukiatni, MS.,
Psikolog

Dosen Pembimbing II



Isrida Yul Arifiana, S.Psi, M.Psi,
Psikolog

Halaman Persetujuan Tim Penguji

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya Dan Diterima Untuk Memenuhi
Sebagian Syarat-Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Pada Tanggal: 6 Juli 2022

Dewan Penguji:

1. Dr. Niken Titi Pratitis, S.Psi, M.Si, Psikolog



2. Dra. Dwi Sarwindah Sukiatni, MS., Psikolog



3. Isrida Yul Arifiana, S.Psi, M.Psi, Psikolog



Mengesahkan,

Fakultas Psikologi
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya
Dekan,



Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog
NPP. 20510.02.0552



UNIVERSITAS
17 AGUSTUS 1945
SURABAYA

BADAN PERPUSTAKAAN
Jl. SEMOLOWARU 45 SURABAYA
TELP. 031 593 1800 (Ext. 311)
e-mail : perpus@untag-sby.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai Civitas Akademik Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Khumairah Binti Zahid
 NBI/ NPM : 1511800141
 Fakultas : Psikologi
 Program Studi : Psikologi
 Jenis Karya : Skripsi/ ~~Tesis/ Disertasi/ Laporan Penelitian/Praktik*~~

Demi perkembangan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk memberikan kepada Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya **Hak Bebas Royalti Noneklusif (Nonexclusive Royalty-Free Right)**, atas karya saya yang berjudul:

Hubungan Kepribadian Hardiness dengan Akademik Burnout pada Mahasiswa

Dengan **Hak Bebas Royalti Noneklusif (Nonexclusive Royalty - Free Right)**, Badan Perpustakaan Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya berhak menyimpan, mengalihkan media atau memformatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, mempublikasikan karya ilmiah saya selama tetap tercantum

Dibuat di : Surabaya
 Pada tanggal : 12 Juli 2022

Yang Menyatakan,


 (.....)

*Coret yang tidak perlu

Halaman Motto

Yinn to Yang

(Everything in life has balance. In the good there is bad and the bad there is good.)

Tuhan Maha Baik

Halaman Persembahan

Karya tulis ini saya persembahkan yang pertama-tama kepada Allah SWT yang telah melimpahkan banyak kebaikan, kekuatan, serta kemudahan untuk saya selama proses penyusunan skripsi.

Karya tulis ini juga saya persembahkan untuk keluarga yang telah memberikan dukungan serta doa yang tak terbatas untuk saya.

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Tuhan Yang maha Esa yang telah melimpahkan rahmat serta kebaikan-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul Hubungan Kepribadian *Hardiness* dengan Akademik *Burnout* pada Mahasiswa.

Skripsi dengan judul Hubungan Kepribadian *Hardiness* dengan Akademik *Burnout* pada Mahasiswa ini berisikan permasalahan, tujuan dan manfaat penelitian, tinjauan pustaka, metode penelitian, hasil penelitian dan pembahasan, serta simpulan dan saran.

Penyusunan skripsi dengan judul Hubungan Kepribadian *Hardiness* dengan Akademik *Burnout* pada Mahasiswa ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak sehingga peneliti mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Mulyanto Nugroho, MM., CMA., CPAI., selaku Rektor Universitas 17 Agustus Surabaya.
2. Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
3. Diah Sofiah, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
4. Amherstia Pasca Rina S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku Kaprodi S1 Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
5. Dra. Dwi Sarwindah Sukiati, MS., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Pertama yang selalu sabar dalam memberikan saran dan nasihat ketika bimbingan.
6. Isrida Yul Arifiana, S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku Dosen Pembimbing Kedua yang selalu menyempatkan waktu dalam merespon banyak pertanyaan penulis dengan cepat serta banyak memberikan bantuan berupa arahan secara menyeluruh.
7. Dr. Dyan Evita Santi, S.Psi., Msi., Psikolog selaku dosen wali yang selalu mendampingi dari awal semester hingga saat ini.
8. Segenap Dosen Fakultas Psikologi dan Dosen mata kuliah umum yang telah memberikan banyak ilmu pengetahuan baru.
9. Segenap Staf Tata Usaha Fakultas Psikologi yang telah banyak memberikan bantuan di setiap urusan permata kuliah dan skripsi.
10. Ibuk Zahid selaku ibu terbaik yang selalu mencoba memahami kondisi anak perempuan satu-satunya. Terima kasih untuk asupan

gula yang diberikan guna membangkitkan semangat dalam mengerjakan proposal skripsi. Terima kasih untuk asupan vitamin dan serat yang diberikan guna menjaga kebugaran penulis dalam menyelesaikan proposal.

11. Bapak Zahid selaku ayah yang banyak memaklumi penulis saat melewatkan beberapa tugas rumah karena kesibukan menyelesaikan proposal.
12. Bos Bali (Mas Usamah) selaku kakak terbaik di seluruh dunia yang selalu memberikan dukungan tak terhingga kepada penulis. Kepada Mas Usamah, penulis mengucapkan banyak terima kasih sekaligus permohonan maaf karena penulis telah banyak merepotkan dalam banyak hal. Semoga Allah Yang Maha Baik memberikan banyak hal baik untuk mu.
13. Adik pertama (Zut-Zut) selaku adik terdewasa dengan wajah bayi yang rajin menyediakan perawatan wajah dan kulit sehingga mengurangi dampak kelelahan akibat menyelesaikan proposal.
14. Dek Fikri selaku adik terkecil yang bersedia bertukar laptop. Terima kasih juga karena sering membuatkan nasi goreng dan membelikan cemilan sebagai asupan energi dalam menyusun proposal.
15. Terima kasih kepada teman ku yang sangat rajin yaitu Nada dan Tania, karenanya penulis jadi ikut termotivasi untuk rajin mengerjakan proposal. Terima kasih kepada Nada untuk semangat dan bantuannya dalam proses analisis data. Tania selaku teman tercantik sejak PKKMB, terima kasih juga sudah bersedia membantu dalam *editing*, baik foto ataupun penomoran halaman.
16. Dea Manolini selaku teman yang juga satu kelompok bimbingan yang selalu memunculkan perilaku tidak jelas jika sedang tidak ada yang dilakukan terima kasih banyak sudah mendengarkan keluhan penulis.
17. Mas Rizal selaku kakak tingkat tersabar yang telah banyak memberikan pencerahan dan saran. Penulis juga mengucapkan permohonan maaf karena sudah menyita banyak waktunya.
18. Anggota kelompok Semangat Bestie selaku teman-teman terbaik yang sudah menemani sejak semester satu hingga saat ini. Terima kasih sudah menemani dan memilih untuk tetap bersama sampai dengan saat ini.

Peneliti menyadari bahwa penyusunan proposal skripsi dengan judul Hubungan Kepribadian *Hardiness* dengan Akademik *Burnout* pada

Mahasiswa ini masih jauh dari kata sempurna sehingga penulis mengharapkan kritik dan saran yang mampu membantu kesempurnaan dari penelitian ini.

Surabaya, 30 Juni 2022

Peneliti

Hubungan Kepribadian *Hardiness* dengan Akademik *Burnout* pada Mahasiswa

Khumairah Binti Zahid

Email: khumairah07.kbz@gmail.com

Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

ABSTRAK

Akademik *burnout* merupakan perasaan lelah yang muncul akibat adanya tanggung jawab akademik. Salah satu faktor individu penyebab terjadinya akademik *burnout* ialah karakteristik kepribadian. Kepribadian *hardiness* merupakan salah satu tipe kepribadian. Kepribadian *hardiness* diartikan sebagai karakteristik individu yang memiliki kendali pribadi, mau menghadapi tantangan, dan memiliki komitmen. Penelitian ini berjenis penelitian kuantitatif korelasional yang dilakukan untuk tujuan mengetahui hubungan antara kepribadian *hardiness* dengan akademik *burnout* pada mahasiswa. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa aktif Sarjana Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya angkatan 2020-2021 yang tengah menjalani perkuliahan *hybrid* dengan jumlah sampel 316 mahasiswa yang diambil dengan menggunakan teknik kuota. Analisis data dengan menggunakan *Spearman*. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara kepribadian *hardiness* dengan akademik *burnout* pada mahasiswa.

Kata Kunci: Akademik *Burnout*, Kepribadian *Hardiness*, Mahasiswa

Correlation Between Hardiness and Burnout among College Students

Khumairah Binti Zahid

Email: khumairah07.kbz@gmail.com

Faculty of Psychology, University of 17 Agustus 1945 Surabaya

ABSTRACT

Academic fatigue is a feeling of tiredness that arises as a result of academic responsibilities. One of the individual factors that cause academic burnout is personality characteristics. Hardiness personality is one type of personality. Hardiness personality is defined as the characteristics of individuals who have personal control, are willing to face challenges, and have commitment. This research is a correlational quantitative research conducted with the aim of knowing the relationship between personality hardiness and academic burnout in students. The population of this research is active undergraduate students at the University of 17 August 1945, Surabaya, class of 2020-2021 who are undergoing hybrid lectures with a sample of 316 students taken using the quota technique. Data analysis using Spearman. The results showed that there was a very significant negative relationship between personality hardiness and academic burnout in students.

Keywords: *Academic Burnout, Hardiness Personality, College Student*

Daftar Isi

Halaman Pernyataan Tidak Melakukan Penjiplakan.....	i
Halaman Persetujuan Pembimbing	ii
Halaman Persetujuan Tim Penguji	iii
Halaman Pernyataan Persetujuan Publikasi	iv
Halaman Motto.....	v
Halaman Persembahan	vi
Curriculum Vitae.....	vii
KATA PENGANTAR	viii
ABSTRAK.....	xi
ABSTRACT.....	xii
Daftar Isi.....	xiii
Daftar Tabel	xvi
Daftar Gambar.....	xvii
Daftar Lampiran	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Permasalahan.....	1
1. Latar Belakang Masalah.....	1
2. Rumusan Masalah	6
B. Tujuan dan Manfaat	7
1. Tujuan Penelitian.....	7
2. Manfaat Penelitian.....	7
C. Keaslian Penelitian.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	11
A. Akademik <i>Burnout</i>	11
1. Pengertian Akademik <i>Burnout</i>	11
2. Komponen Akademik <i>Burnout</i>	12
3. Indikator Akademik <i>Burnout</i>	14
4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Terjadinya Akademik <i>Burnout</i>	15

5.	Dampak Akademik <i>Burnout</i>	17
B.	Kepribadian <i>Hardiness</i>	18
1.	Pengertian Kepribadian <i>Hardiness</i>	18
2.	Komponen Kepribadian <i>Hardiness</i>	19
3.	Indikator Kepribadian <i>Hardiness</i>	20
4.	Hal yang Dapat Ditimbulkan oleh Kepribadian <i>Hardiness</i>	21
C.	Kerangka Berpikir.....	22
D.	Hipotesis.....	24
BAB III METODE PENELITIAN.....		25
A.	Populasi dan Partisipan.....	25
1.	Populasi.....	25
2.	Sampel.....	25
B.	Disain Penelitian.....	27
C.	Instrumen Pengumpulan Data.....	27
1.	Skala Akademik <i>Burnout</i>	27
2.	Skala Kepribadian <i>Hardiness</i>	32
D.	Uji Prasyarat dan Analisis Data.....	35
1.	Uji Prasyarat.....	35
2.	Analisis Data.....	37
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....		39
A.	Hasil Penelitian.....	39
1.	Pelaksanaan penelitian.....	39
2.	Hasil Analisis Data.....	39
B.	Pembahasan.....	41
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....		45
A.	Simpulan.....	45
B.	Saran.....	45
1.	Bagi Universitas.....	45
2.	Bagi Mahasiswa.....	45
3.	Bagi Peneliti.....	45

Daftar Pustaka	47
LAMPIRAN	53

Daftar Tabel

Tabel 1. Rekapitulasi Responden	26
Tabel 2. Hasil Rekapitulasi Fakultas	26
Tabel 3. Hasil Rekapitulasi Angkatan	27
Tabel 4. <i>Blueprint</i> Penyebaran Aitem Skala Akademik <i>Burnout</i>	28
Tabel 5. Skala Likert	29
Tabel 6. Rangkuman Hasil Uji Diskriminasi Aitem Skala Akademik <i>Burnout</i>	30
Tabel 7. Distribusi Nomor Aitem Skala Akademik <i>Burnout</i> Setelah Uji Diskriminasi	30
Tabel 8. Hasil Uji Reliabilitas Skala Akademik <i>Burnout</i>	31
Tabel 9. <i>Blueprint</i> Penyebaran Aitem Skala Kepribadian <i>Hardiness</i>	32
Tabel 10. Skala Likert	33
Tabel 11. Rangkuman Hasil Uji Diskriminasi Aitem Skala Kepribadian <i>Hardiness</i>	34
Tabel 12. Distribusi Nomor Aitem Kepribadian <i>Hardiness</i> Setelah Uji Diskriminasi	34
Tabel 13. Hasil Uji Reliabilitas Skala Kepribadian <i>Hardiness</i>	35
Tabel 14. Hasil Uji Normalitas	36
Tabel 15. Hasil Uji Linearitas	36
Tabel 16. Hasil Uji Hipotesis	39
Tabel 17. Hasil Persentase Norma Kategorisasi Akademik <i>Burnout</i>	40
Tabel 18. Hasil Persentase Norma Kategorisasi Kepribadian <i>Hardiness</i>	41

Daftar Gambar

Gambar 1. Kerangka Berpikir	23
-----------------------------------	----

Daftar Lampiran

Lampiran 1. Kuesioner Skala Akademik <i>Burnout</i>	54
Lampiran 2. Kuesioner Skala Kepribadian <i>Hardiness</i>	57
Lampiran 3. Tabulasi Data Akademik <i>Burnout</i>	60
Lampiran 4. Tabulasi Data Kepribadian <i>Hardiness</i>	78
Lampiran 5. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Akademik <i>Burnout</i>	96
Lampiran 6. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Kepribadian <i>Hardiness</i>	99
Lampiran 7. Hasil Uji Normalitas dan Linearitas	102
Lampiran 8. Analisis Deskriptif Variabel Akademik <i>Burnout</i> dan Kepribadian <i>Hardiness</i>	104
Lampiran 9. Uji Korelasi Non Parametrik Spearman	105
Lampiran 10. Surat Izin Penelitian.....	106
Lampiran 11. <i>Screenshot Inform Concent</i>	107