

**HUBUNGAN ANTARA RESILIENSI DENGAN *ACADEMIC  
BURNOUT* PADA MAHASISWA YANG  
AKTIF BERORGANISASI**

**SKRIPSI**

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



**Oleh :**

**FITRIANI PRAMUDYA WARDANI**

**NBI: 1512100339**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA**

**2024**

**HUBUNGAN ANTARA RESILIENSI DENGAN *ACADEMIC BURNOUT* PADA MAHASISWA YANG AKTIF BERORGANISASI**

**SKRIPSI**

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



**Oleh :**

**FITRIANI PRAMUDYA WARDANI**

**NBI: 1512100339**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA  
2024**

**HUBUNGAN ANTARA RESILIENSI DENGAN *ACADEMIC  
BURNOUT* PADA MAHASISWA YANG  
AKTIF BERORGANISASI**

**SKRIPSI**

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



**Oleh :**

**FITRIANI PRAMUDYA WARDANI**

**NBI: 1512100339**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA  
2024**

## HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN

Penulis menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan penulis juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh pihak lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Demikian pernyataan ini penulis buat atas kesadaran penulis secara penuh tanpa paksaan pihak manapun.

Surabaya, 12 Desember 2024



Fitriani Pramudya Wardani  
1512100339



UNIVERSITAS  
17 AGUSTUS 1945

BADAN PERPUSTAKAAN  
Jl. SEMOLOWARU 45 SURABAYA  
TELP. 031 593 1800 (Ext 311)

## 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 : Fitriani Pramudya Wardani  
NBI/ NPM : 1512100339  
Fakultas : Psikologi  
Program Studi : Psikologi  
Jenis Karya : Skripsi

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 Antara Resiliensi dengan *Academic Burnout* pada  
Mahasiswa yang Aktif Berorganisasi**

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 Desember 2024

Yang Menyatakan



Fitriani Pramudya Wardani

**HALAMAN PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI**

**NAMA : FITRIANI PRAMUDYA WARDANI**

**NBI : 1512100339**

**JUDUL : HUBUNGAN ANTARA RESILIENSI DENGAN  
*ACADEMIC BURNOUT* PADA MAHASISWA YANG  
**AKTIF BERORGANISASI****

**Surabaya, 12 Desember 2024**

**Disetujui oleh:**

**Dosen Pembimbing I**



**Dr. Suroso, M.S.Psikolog**

**Dosen Pembimbing II**



**Dr. 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 Derajat Sarjana Psikologi**

**Pada Tanggal : 18 Desember 2024**

**Dewan Penguji :**

**1. Dr. I Gusti Ayu Agung Noviekayati, M.Si., Psikolog** .....

**2. Dr. Suroso, M.S.Psikolog** .....

**3. Dr. 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. 20510020552**

## HALAMAN MOTTO

*"Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan, Maka apabila engkau telah selesai (dari suatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain), Dan hanya kepada Tuhanmulah engkau berharap."*

(QS. Al-Insyirah : 6-7)

*"work until you dont have to introduce yourself"*

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirabbil Allamin, karya ini merupakan bentuk rasa syukur saya kepada Allah SWT karena telah memberikan nikmat karunia pertolongan yang tiada henti hingga saat ini.

Karya ini saya persembahkan sebagai tanda bukti sayang dan cinta yang tidak terhingga kepada kedua orang tua saya karena telah melahirkan, merawat, membimbing, dan melindungi dengan tulus serta penuh keikhlasan, senantiasa mendoakan, memberikan semangat serta dukungan sepenuh hati.

Karya ini juga saya persembahkan kepada pasangan, sahabat, teman yang selalu memberikan semangat dan dukungan baik moril maupun material. Tak lupa dipersembahkan kepada diri sendiri, terima kasih telah bertahan sejauh ini, tidak pernah berhenti berusaha dan berdoa untuk menyelesaikan skripsi ini.

## *CURRICULUM VITAE*

### **A. Identitas Diri**

Nama : Fitriani Pramudya Wardani  
Tempat, Tanggal Lahir : Surabaya, 20 Desember 2002  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Kewarganegaraan : Warga Negara Indonesia (WNI)  
Alamat : Kepuh Kiriman Kav.VIII  
No. Telp : 082143371224  
Email : fitrianipramudya01@gmail.com



### **B. Riwayat Pendidikan**

2021 – Sekarang : Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
2018 – 2021 : SMA Negeri 1 Waru Sidoarjo  
2015 – 2018 : SMP Negeri 1 Waru Sidoarjo  
2009 – 2015 : SD Negeri Kepuh Kiriman Waru Sidoarjo

### **C. Riwayat Organisasi**

2015 – 2017 : Pengurus OSIS Koordinator Sekbid 5  
2022 – 2023 : Divisi Kostum UKM Paduan Suara Mahasiswa  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
2023 – 2024 : Sekretaris Umum UKM Paduan Suara Mahasiswa  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya  
2024 – 2025 : Dewan Pengawas UKM Paduan Suara Mahasiswa  
Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

### **D. Kemampuan**

Kompetensi : Administrasi Alat Tes Psikologi  
Teknologi : Microsoft Word, Excel, Canva, Capcut  
Bahasa : Indonesia, Inggris

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas segala limpahan rahmat dan karunianya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan tepat waktu. Dalam menyelesaikan penulisan tugas akhir ini, tidak terlepas dari bantuan, dorongan, dan motivasi yang telah diberikan kepada pihak kepada penulis, sehingga penulisan skripsi ini dapat diselesaikan. Maka dari itu penulis ingin mengucapkan rasa terimakasih yang sebanyak-banyaknya, kepada:

1. Prof. Dr. Mulyanto Nugroho, MM., CMA., CPA selaku Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
2. Dr. Rr. Amanda Pasca Rini, M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
3. Dr. Suhadianto, S.Psi., M.Psi selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
4. Dr. Mamang Efendy, S.Pd.,M.Psi selaku Kepala Program Studi Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya.
5. Dr. Suroso, M.S.Psikolog selaku Dosen Pembimbing Pertama yang telah banyak meluangkan waktunya untuk membimbing dan memberikan arahan guna dapat menyelesaikan karya ini.
6. Dr. Isrida Yul Arifiana., M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Kedua yang telah sabar dan banyak memberikan kesempatan untuk membimbing, mengarahkan, dan memberikan motivasi pada penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
7. Dr. I Gusti Ayu Agung Noviekayati, M.Si., Psikolog selaku Dosen Penguji yang telah banyak memberi masukan dan saran untuk penulisan tugas akhir ini.

8. Dosen dan Tenaga Pendidik Fakultas Psikologi Untag Surabaya yang telah memberikan ilmu dengan rasa sabar dan ikhlas sehingga ilmu yang didapatkan menjadi bermanfaat dalam penyusunan skripsi ini.
9. Subjek Penelitian yakni mahasiswa yang aktif berorganisasi di Untag Surabaya.
10. Kedua orang tua saya tercinta, papa Suhadi dan mama Anna Rahayu yang selalu hadir dengan materi, cinta, dan doa yang tak terhingga sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Semoga mama dan papa panjang umur, dan sehat selalu.
11. Adam Nurdin Naufaldy pemilik NIM 1222100047 yang telah menjadi teman dikala suka maupun duka dan senantiasa menemani dari awal proses perkuliahan hingga akhirnya menyusun skripsi bersama.
12. Keluarga Besar UKM Paduan Suara Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya (PARAMATAGS) yang telah menjadi bagian penting dari perjalanan hidup penulis dan tempat penulis berkembang hingga dapat menyelesaikan perkuliahan.
13. Sahabat saya Nella Dinda Sari dan Nabilla Fawzia yang telah menjadi sahabat yang telah berpartisipasi untuk memberikan semangat dan masukan apabila penulis sedang merasa putus asa.
14. Sahabat saya Intan Permatasari, Lintang Alea, dan Saskia Nisa yang sudah menemani saya selama hampir 10 tahun, terimakasih sudah menjadi partner bertumbuh di segala kondisi.
15. Fitriani Pramudya Wardani, diri saya sendiri. Apresiasi sebesar-besarnya karena telah berjuang untuk menyelesaikan apa yang telah dimulai. Sulit untuk bisa bertahan hingga detik ini, terimakasih tetap hidup dan merayakan dirimu sendiri, walaupun seringkali merasa putus

asa atas apa yang sedang diusahakan. Tetaplah menjadi manusia yang mau berusaha dan tidak lelah untuk mencoba.

16. Seluruh pihak yang namanya tidak dapat disebutkan satu per satu yang telah memberikan bantuan dan dukungan kepada penulis hingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi hingga selesai.

Semoga seluruh kontribusi yang telah diberikan dapat menjadi amal baik dan Allah selalu memberikan rahmat serta karunia-Nya kepada kita semua untuk mencapai segala hal yang kita impikan. Akhir kata, semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi seluruh pihak, Terimakasih.

Surabaya, 12 Desember 2024



**Fitriani Pramudya Wardani**

1512100339

# HUBUNGAN ANTARA RESILIENSI DENGAN *ACADEMIC BURNOUT* PADA MAHASISWA YANG AKTIF BERORGANISASI

**Fitriani Pramudya Wardani**

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

[fitrianipramudya01@gmail.com](mailto:fitrianipramudya01@gmail.com)

## ABSTRAK

Peran resiliensi sangat penting penting bagi mahasiswa yang aktif berorganisasi karena mahasiswa yang aktif berorganisasi menghadapi tuntutan ganda, yakni tuntutan akademik dan tanggung jawab organisasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara resiliensi dengan *academic burnout* pada mahasiswa yang aktif berorganisasi. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang menggunakan penelitian kuantitatif korelasional. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan metode *proportionate stratified sampling* dengan sampel sebanyak 294 mahasiswa. Teknik analisis menggunakan *pearson product moment* dengan bantuan program IBM SPSS 27.0 for windows yang memperoleh korelasi sebesar -0,597 dengan signifikansi  $0,000 < 0,05$ . Artinya bahwa korelasi sangat signifikan antara kedua variabel resiliensi dengan *academic burnout*. Hasil yang didapat bahwa adanya hubungan negatif antara resiliensi dengan *academic burnout* pada mahasiswa yang aktif berorganisasi. Maka, hipotesis pada penelitian ini dapat diterima. artinya semakin tinggi resiliensi maka semakin rendah *academic burnout*, begitupun sebaliknya semakin rendah resiliensi maka semakin tinggi *academic burnout*.

Kata Kunci : Resiliensi, *Academic Burnout*, Mahasiswa, Organisasi Kemahasiswaan

***RELATIONSHIP BETWEEN RESILIENCE AND ACADEMIC  
BURNOUT IN STUDENTS WHO ARE ACTIVE  
IN ORGANIZATIONS***

**Fitriani Pramudya Wardani**

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

[fitrianipramudya01@gmail.com](mailto:fitrianipramudya01@gmail.com)

***ABSTRACT***

*The role of resilience is very important for students who are active in organizations because students who are active in organizations face dual demands, namely academic demands and organizational responsibilities. This study aims to determine the relationship between resilience with academic burnout in students who are active in organizations. This study is a quantitative research that uses correlational quantitative research. Sampling technique in this study using proportionate stratified sampling method with a sample of 294 students. Analysis techniques using pearson product moment with the help of IBM SPSS 27.0 for windows program that obtained a correlation of -0.597 with a significance of  $0.000 < 0.05$ . This means that the correlation is very significant between the two variables resilience to academic burnout. The results obtained that there is a negative relationship between resilience with academic burnout in students who are active in organizations. So, the hypothesis in this study is acceptable. this means that the higher the resilience, the lower the academic burnout, and vice versa, the lower the resilience, the higher the academic burnout.*

*Keywords: Resilience, Academic Burnout, Student, Student Organization*

## DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PENJIPLAKAN.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI.....	iv
HALAMAN MOTTO .....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vii
<i>CURRICULUM VITAE</i> .....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR GAMBAR .....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xviii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Permasalahan.....	1
1. Latar Belakang .....	1
2. Rumusan Masalah .....	7
B. Tujuan dan Manfaat.....	7
1. Tujuan Penelitian.....	7
2. Manfaat Penelitian.....	7
a. Manfaat Teoritis .....	7
b. Manfaat Praktis .....	7
C. Keaslian Penelitian .....	8
BAB II.....	11
KAJIAN PUSTAKA.....	11
A. <i>Academic Burnout</i> .....	11
1. Pengertian <i>Academic Burnout</i> .....	11
2. Aspek <i>Academic Burnout</i> .....	12
3. Indikator <i>Academic Burnout</i> .....	14
4. Faktor yang Mempengaruhi <i>Academic Burnout</i> .....	14

B. Resiliensi .....	16
1. Pengertian Resiliensi .....	16
2. Aspek Resiliensi .....	17
3. Indikator Resiliensi .....	20
4. Faktor yang Mempengaruhi Resiliensi .....	20
C. Kerangka Berpikir .....	22
D. Hipotesis Penelitian .....	24
BAB III .....	25
METODE PENELITIAN .....	25
A. Populasi dan Partisipan .....	25
1. Populasi .....	25
2. Partisipan .....	25
B. Desain Penelitian .....	26
1. Jenis Penelitian .....	26
2. Variabel Penelitian .....	27
C. Instrumen Pengumpulan Data .....	27
D. Uji Prasyarat dan Analisis Data .....	39
1. Uji Prasyarat .....	39
2. Analisis Data .....	40
BAB IV .....	41
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	41
A. Hasil Penelitian .....	41
B. Pembahasan .....	43
BAB V .....	45
KESIMPULAN DAN SARAN .....	45
A. Kesimpulan .....	45
B. Saran .....	45
DAFTAR PUSTAKA .....	47
LAMPIRAN .....	51

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Jumlah Mahasiswa Organisasi.....	25
Tabel 2. Perhitungan <i>Proportionate Stratified Sampling</i> .....	26
Tabel 3. Skor Skala Aitem .....	27
Tabel 4. Blue Print Skala <i>Academic Burnout</i> .....	29
Tabel 5. Rangkuman Hasil Uji Validitas Skala Aitem <i>Academic Burnout</i> ....	30
Tabel 6. Hasil Uji Validitas Skala Aitem <i>Academic Burnout</i> .....	30
Tabel 7. Hasil Uji Reliabilitas Skala Aitem <i>Academic Burnout</i> .....	32
Tabel 8. Blue Print Skala Resiliensi .....	34
Tabel 9. Rangkuman Hasil Uji Validitas Skala Aitem Resiliensi .....	35
Tabel 10. Hasil Uji Validitas Skala Aitem Resiliensi .....	36
Tabel 11. Hasil Uji Reliabilitas Skala Aitem Resiliensi .....	38
Tabel 12. Hasil Uji Normalitas <i>Kolmogrov-Smirnov</i> .....	39
Tabel 13. Hasil Uji Linieritas .....	40
Tabel 14. Hasil Data Deskriptif Skor <i>Academic Burnout</i> .....	41
Tabel 15. Hasil Data Deskriptif Skor Resiliensi.....	42
Tabel 16. Hasil Uji Analisis Korelasi <i>Product Moment</i> .....	42

## DAFTAR GAMBAR

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

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Instrumen Alat Ukur.....	51
Lampiran 2. Angket Penelitian .....	52
Lampiran 3. Skala <i>Academic Burnout</i> .....	53
Lampiran 4. Skala Resiliensi .....	56
Lampiran 5. Uji Validitas dan Reliabilitas Skala <i>Academic Burnout</i> .....	59
Lampiran 6. Tabulasi Jawaban Skala <i>Academic Burnout</i> .....	62
Lampiran 7. Uji Validitas dan Reliabilitas Skala Resiliensi .....	66
Lampiran 8. Tabulasi Jawaban Skala Resiliensi .....	70
Lampiran 9. Uji Normalitas .....	81
Lampiran 10. Uji Linieritas .....	82
Lampiran 11. Uji Korelasi <i>Product Moment</i> .....	83
Lampiran 12. Uji Deskriptif .....	84