HUBUNGAN ANTARA PERFEKSIONISME DENGAN *ACADEMIC BURNOUT* PADA SISWA KELAS XI SMAN 5 SURABAYA

SKRIPSI

Diajukan Kepada Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya
untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan
Program Strata Satu (S1) Psikologi (S.Psi)

Qanita Zulkarnain

J71215135

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL

SURABAYA

2019

HALAMAN PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul **"Hubungan Antara Perfeksionisme dengan *Academic Burnout* pada Siswa Kelas XI SMAN 5 Surabaya"** merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar sarjana S1 Psikologi di Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Karya ini sepanjang pengetahuan saya tidak mengandung karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surabaya, 16 Juli 2019

Qanita Zulkarnain

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

Hubungan Antara Perfeksionisme dengan *Academic Burnout*

pada Siswa Kelas XI SMAN 5 Surabaya

Oleh:

Qanita Zulkarnain

NIM. J71215135

Telah disetujui untuk diajukan pada Sidang Ujian Skripsi

Surabaya, 16 Juli 2019

Dosen Pembimbing,

Dra. Hj. Siti Azizah Rahayu, M.Si
NIP. 195510071986032001

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

HUBUNGAN ANTARA PERFEKSIONISME DENGAN *ACADEMIC BURNOUT* PADA SISWA KELAS XI SMAN 5 SURABAYA

Yang disusun oleh:
Qanita Zulkarnain
J71215135

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji pada tanggal 29 Juli 2019

Mengetahui,
Plt. Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan

Dr. Abdul Muhid, M. Si
NIP. 197502052003121002

Susunan Tim Penguji,
Penguji I/Pembimbing

Dra. Hj. Siti Azizah Rahayu, M.Si
NIP. 195510071986032001

Penguji II

Prof. Dr. H. Moh. Sholeh, M. Pd
NIP. 195912091990021001

Penguji III

Dr. H. Jainudin, M. Si
NIP. 196205081991031002

Penguji IV

Lucky Abrorry, M. Psi, Psikolog
NIP. 197910012006041005

HALAMAN PERNYATAAN PUBLIKASI

KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL SURABAYA
PERPUSTAKAAN
Jl. Jend. A. Yani 117 Surabaya 60237 Telp. 031-8431972 Fax.031-8413300
E-Mail: perpus@uinsby.ac.id

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademika UIN Sunan Ampel Surabaya, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Qanita Zulkarnain
NIM : J71215135
Fakultas/Jurusan : Psikologi dan Kesehatan/Psikologi
E-mail address : qanitazulkarnain98@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah :
☑ Skripsi ☐ Tesis ☐ Desertasi ☐ Lain-lain (.....)
yang berjudul :
HUBUNGAN ANTARA PERFEKSIONISME DENGAN *ACADEMIC BURNOUT*
PADA SISWA KELAS XI SMAN 5 SURABAYA

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Ekslusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, m dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, d an menampilkan/mempublikasikannya di Internet atau media lain secara ***fulltext*** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini yang saya buat dengan sebenarnya.

Surabaya, 08 Agustus 2019

Penulis

METERAI TEMPEL
FE12FAFF866141737
6000
ENAM RIBU RUPIAH

(Qanita Zulkarnain)
nama terang dan tanda tangan

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara perfeksionisme dan *academic burnout* pada siswa kelas XI SMAN 5 Surabaya. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional dengan menggunakan teknik pengumpulan data berupa skala *academic burnout* dan skala perfeksionisme. Subjek penelitian berjumlah 178 orang dari populasi yang berjumlah 319 orang yang diambil dengan teknik pengambilan sampel *probability sampling*. Teknik analisis data yang digunakan adalah *product moment*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa didapatkan *p value* sebesar 0.000 dan harga koefisien korelasi sebesar 0.551 yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara perfeksionisme dan *academic burnout* pada siswa kelas XI SMAN 5 Surabaya.

Kata kunci: perfeksionisme, *academic burnout*, siswa SMA

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR ISI

Halaman Judul
Halaman Pernyataan ii
Halaman Persetujuan Pembimbing iii
Halaman Pengesahan iv
Halaman Pernyataan Publikasi v
Abstrak vi
Daftar Isi vii
Daftar Tabel ix
Daftar Grafik x
Daftar Gambar xi
Daftar Lampiran xii

BAB I PENDAHULUAN
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 10
C. Keaslian Penelitian 10
D. Tujuan Penelitian 13
E. Manfaat Penelitian 13
F. Sistematika Pembahasan 14

BAB II KAJIAN PUSTAKA
A. *Academic Burnout* 16
B. Perfeksionisme 20
C. Siswa Kelas XI SMA 26
D. Hubungan antara Perfeksionisme dengan *Academic Burnout* pada Siswa Kelas XI SMA 28
E. Kerangka Teoritik 30
F. Hipotesis 32

BAB III METODE PENELITIAN
A. Rancangan Penelitian 33
B. Identifikasi Variabel 33
C. Definisi Operasional 33
D. Populasi, Teknik Sampling, dan Sampel 34
E. Instrumen Penelitian 35
F. Analisa Data 43

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN
A. Hasil Penelitian 46
B. Pengujian Hipotesis 64
C. Pembahasan 65

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB V PENUTUP
A. Kesimpulan 69
B. Saran 69

DAFTAR PUSTAKA 71

LAMPIRAN 78

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Hasil PISA 2015.....3
Tabel 3.1 *Blue Print* Skala *Academic Burnout*.....37
Tabel 3.2 Hasil Uji Validitas Skala *Academic Burnout*.....38
Tabel 3.3 Hasil Uji Reliabilitas Skala *Academic Burnout*.....39
Tabel 3.4 *Blue Print* Skala Perfeksionisme.....40
Tabel 3.5 Hasil Uji Validitas Skala Perfeksionisme.....42
Tabel 3.6 Hasil Uji Reliabilitas Skala Perfeksionisme.....43
Tabel 3.7 Hasil Uji Normalitas dengan *One-Sample*Kolmogrov-Smirnov*Test*.44
Tabel 4.1 Sebaran Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin.....48
Tabel 4.2 Sebaran Subjek Berdasarkan Usia.....49
Tabel 4.3 Sebaran Subjek Berdasarkan Kelas.....49
Tabel 4.4 Tanggapan Subjek terhadap Aspek *Concern Over Mistakes*.....51
Tabel 4.5 Tanggapan Subjek terhadap Aspek *High Standards for Others*.....52
Tabel 4.6 Tanggapan Subjek terhadap Aspek *Need for Approval*.....53
Tabel 4.7 Tanggapan Subjek terhadap Aspek *Organizational*.....54
Tabel 4.8 Tanggapan Subjek terhadap Aspek *Parental Pressure*.....55
Tabel 4.9 Tanggapan Subjek terhadap Aspek *Planfulness*.....56
Tabel 4.10 Tanggapan Subjek terhadap Aspek *Rumination*.....57
Tabel 4.11 Tanggapan Subjek terhadap Aspek *Striving for Excellence*.....58
Tabel 4.12 Tanggapan Subjek terhadap Variabel Perfeksionisme.....59
Tabel 4.13 Tanggapan Subjek terhadap Aspek *Academic Exhaustion*.....60
Tabel 4.14 Tanggapan Subjek terhadap Aspek *Academic Cynicism*.....61
Tabel 4.15 Tanggapan Subjek terhadap Aspek *Academic Inefficacy*.....62
Tabel 4.16 Tanggapan Subjek terhadap Variabel *Academic Burnout*.....63
Tabel 4.17 Hasil Uji Hipotesis.....64

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR GRAFIK

Grafik 1.1 Perbandingan Nilai UN 2016-2017 dan 2017-2018 4

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Garis Kontinum Tanggapan Subjek terhadap Aspek *Concern Over Mistakes*.....51

Gambar 4.2 Garis Kontinum Tanggapan Subjek terhadap Aspek *High Standards for Others* 52

Gambar 4.3 Garis Kontinum Tanggapan Subjek terhadap Aspek *Need for Approval*.....53

Gambar 4.4 Garis Kontinum Tanggapan Subjek terhadap Aspek *Organizational* 54

Gambar 4.5 Garis Kontinum Tanggapan Subjek terhadap Aspek *Parental Pressure*.....55

Gambar 4.6 Garis Kontinum Tanggapan Subjek terhadap Aspek *Planfulness*.56

Gambar 4.7 Garis Kontinum Tanggapan Subjek terhadap Aspek *Rumination*.57

Gambar 4.8 Garis Kontinum Tanggapan Subjek terhadap Aspek *Striving for Excellence*.....58

Gambar 4.9 Garis Kontinum Tanggapan Subjek terhadap Variabel Perfeksionisme 59

Gambar 4.10 Garis Kontinum Tanggapan Subjek terhadap Aspek *Academic Exhaustion*.....61

Gambar 4.11 Garis Kontinum Tanggapan Subjek terhadap Aspek *Academic Cynicism* 62

Gambar 4.12 Garis Kontinum Tanggapan Subjek terhadap Aspek *Academic Inefficacy* 63

Gambar 4.13 Garis Kontinum Tanggapan Subjek terhadap Variabel *Academic Burnout* 64

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN I **78**
Tabel PISA

LAMPIRAN II **81**
Kuesioner Penelitian

LAMPIRAN III **88**
Data Demografi Subjek & Data MSI
Hasil Output SPSS Data Deskriptif Subjek
Hasil Output SPSS Validitas dan Reliabilitas Variabel
Hasil Output SPSS Uji Prasyarat
Hasil Output SPSS Uji Hipotesis

LAMPIRAN IV **109**
Surat Ijin Penelitian dari Fakultas Psikologi dan Kesehatan UINSA untuk:
1. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Provinsi Jawa Timur
2. Kepala Dinas Pendidikan Provinsi Jawa Timur Cabang Surabaya
3. Kepala SMAN 5 Surabaya

Surat Ijin Penelitian dari Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Provinsi Jawa Timur untuk Kepala Dinas Pendidikan Provinsi Jawa Timur Cabang Surabaya-Sidoarjo
Surat Ijin Penelitian dari Dinas Pendidikan Provinsi Jawa Timur Cabang Surabaya untuk Kepala SMAN 5 Surabaya
Surat Ijin Penelitian dari SMAN 5 Surabaya untuk Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan UINSA

LAMPIRAN V **115**
Kartu Bimbingan Skripsi

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Definisi pendidikan berdasarkan UU No. 20 Tahun 2003 adalah suatu usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. Tujuan dan fungsi dari pendidikan dapat diwujudkan jika lulusan SMA/SMK/MA/sederajat memiliki kompetensi sekurang-kurangnya dapat menunjang tujuan dari pendidikan nasional (Pemerintah Indonesia, 2003). Dalam rangka mencapai tujuan ini, peningkatan mutu pendidikan yang ideal dilakukan secara terus menerus dan terarah. Tujuan pembelajaran dan hal-hal yang menyukseskan pendidikan diatur dalam perencanaan dan pengaturan yang disebut kurikulum. Hal ini dilakukan dengan harapan lulusan SMA/SMK/MA/sederajat memiliki kemampuan yang sesuai dengan tuntutan kebutuhan yang berbasis potensi sumber daya alam Indonesia.

Menurut Jacobs (2005) antara harapan dan pendidikan merupakan satu kesatuan yang digambarkan sebagai garis horizontal yang mutual. Di Amerika Serikat, terdapat harapan pendidikan dan profesional yang tidak realistis dimana pada tahun 1976 terdapat ekspektasi bahwa 50% lulusan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Sekolah Menengah Atas akan lulus Perguruan Tinggi dan pada tahun 2008, angka harapan tersebut naik sampai 80% (Jacob dan Wilder, 2011). Berdasarkan data yang dikutip dari *United Nations Educational, Scientific, and Cultural Organization* (UNESCO), terlihat semua negara mengalami kenaikan harapan pendidikan setiap tahunnya, walaupun ada beberapa negara yang harapan pendidikannya tidak berlaku. Salah satunya adalah kenaikan harapan dalam *school life expectancy* dimana kenaikan harapan paling tinggi pada tahun 2016 terjadi di Lithuania yang mencapai 3,59% saat Indonesia mencapai 1,2%.

Di Indonesia, terjadi pula peningkatan standar pendidikan dalam bentuk pengembangan kurikulum. Salah satu dasar pengembangan kurikulum yang berlaku saat ini adalah hasil asesmen mengenai kualitas pendidikan negara-negara di dunia yang dilakukan oleh *The Organisation for Economic Cooperation and Development* (OECD) empat tahun sekali. Hasil *Programme for International Students Assessment* (PISA) tahun 2015 menempatkan Indonesia berada di urutan terbawah ke-9 dari 70 negara di dunia, yang menjadikan Indonesia negara dengan peringkat terendah di Asia Tenggara. Data lengkap yang mencantumkan semua negara terdaftar *terlampir*.

Nilai PISA untuk Indonesia masih di bawah rata-rata untuk semua kategori. Berikut dalam Tabel 1.1 adalah data nilai PISA untuk negara Indonesia dan sebagai pembandingnya nilai data PISA tertinggi, yaitu Singapura, dan nilai PISA terendah, yaitu Republik Dominika:

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tabel 1.1 Hasil PISA 2015

Rank	Country	Science		Reading		Mathematics		Science, reading, and mathematics	
		Mean score in PISA 2015	Av. 3 year trend	Mean score in PISA 2015	Av. 3 year trend	Mean score in PISA 2015	Av. 3 year trend	Share of top performers in at least one subject (Level 5 or 6)	Share of low achievers in all three subjects (below Level 2)
		Mean	Score dif.	Mean	Score dif.	Mean	Score dif.	%	%
	Average	493	-1	493	-1	490	-1	15.3	13.0
1	Singapura	556	7	535	5	564	1	39.1	4.8
61	Indonesia	403	3	397	-2	386	4	0.8	42.3
70	Republik Dominika	332	M	358	m	328	m	0.1	70.7

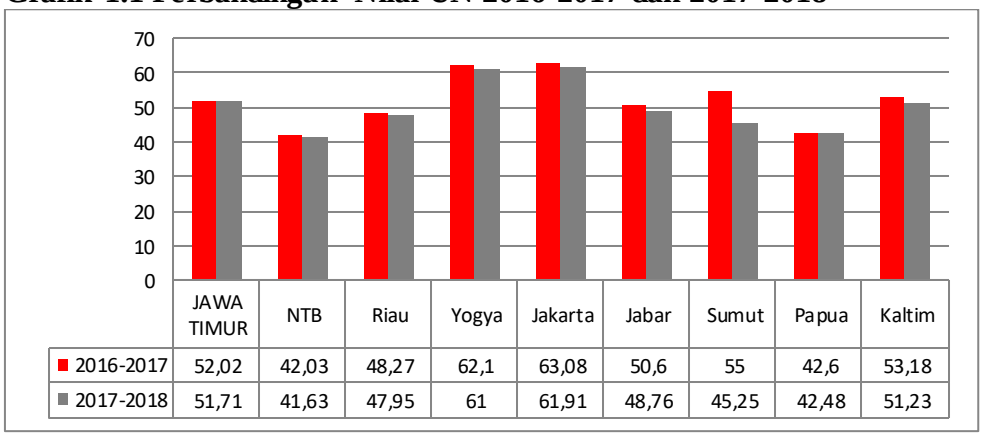
Selain berdasarkan pada hasil PISA, pengembangan kurikulum juga dilakukan berdasarkan kondisi global. Pembelajaran pada abad 21 dilakukan dengan mengarahkan pada model pembelajaran yang mendorong siswa mencari tahu dari berbagai sumber observasi sehingga bukan hanya sekedar diberitahu. Pembelajaran pun juga perlu diarahkan untuk membiasakan agar siswa mampu merumuskan masalah, bukan hanya menyelesaikan masalah. Selain itu, pembelajaran yang dilakukan harus melatih keterampilan berpikir kritis dan bukan hanya berpikir mekanistis. Dukungan dari kerjasama dan kolaborasi juga ditekankan dalam menyelesaikan masalah-masalah dalam proses pembelajaran (Husamah dan Setyaningrum, 2013). Pembelajaran abad 21 di Indonesia dilaksanakan dengan acuan kurikulum 2013 yang memiliki tujuan khusus agar siswa memiliki keterampilan yang diperlukan bagi kehidupan bermasyarakat di masa kini dan masa mendatang. Dalam modul yang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

diterbitkan Kemendikbud (2017), realisasi pembelajaran dengan kurikulum 2013 salah satunya dilakukan dengan cara menggunakan model dan metode pembelajaran inovatif untuk melatih dan mengintegrasi yang disebut dengan 4C, *High Order Thinking Skills* (HOTS), dan Penguatan Pendidikan Karakter (PPK). 4C terdiri dari kreativitas dan inovasi (*creativity and innovation*), berpikir kritis dan penyelesaian masalah (*critical thinking and problem solving*), komunikasi (*communication*), dan kolaborasi (*collaboration*).

Mulai tahun 2018, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) mulai memberlakukan soal yang membutuhkan daya nalar tingkat tinggi atau HOTS pada Ujian Nasional (UN) 2018 dengan tujuan meningkatkan kualitas dari UN tersebut. Namun kebanyakan provinsi justru mengalami penurunan nilai UN saat diberlakukan soal-soal HOTS, seperti di Kalimantan Timur, Papua, Sumatera Utara, Jawa Barat, DKI Jakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta, Riau, Nusa Tenggara Barat, dan Jawa Timur. Berikut data perbandingan nilai UN tahun ajaran 2016-2017 dan tahun ajaran 2017-2018 di beberapa provinsi tersebut:

Grafik 1.1 Perbandingan Nilai UN 2016-2017 dan 2017-2018



	JAWA TIMUR	NTB	Riau	Yogya	Jakarta	Jabar	Sumut	Papua	Kaltim
2016-2017	52,02	42,03	48,27	62,1	63,08	50,6	55	42,6	53,18
2017-2018	51,71	41,63	47,95	61	61,91	48,76	45,25	42,48	51,23

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Secara umum, hasil UN di Jawa Timur hanya mengalami penurunan rata-rata nilai dari 52,02 menjadi 51,71 namun jika ditelusuri lebih lanjut, siswa di jenjang SMA yang mendapat nilai di bawah 55 berjumlah 146.183 dari 172.105 siswa, atau sekitar 84,03%. Saiful Rachman sebagai Kepala Dinas Pendidikan Provinsi Jawa Timur memaparkan bahwa secara keseluruhan persentase peserta UN tahun 2018 dari kalangan SMA/SMK/MA/sederajat yang mendapatkan nilai di bawah 55 mencapai 78,88 persen. Persentase itu naik signifikan dibanding hasil UN di tahun sebelumnya yang hanya 55,41 persen. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa nilai UN pelajar SMA/SMK/MA/sederajat di Jawa Timur menurun dibandingkan tahun sebelumnya.

Menurut Naufal Achmad Tsany Daffa' yang merupakan peraih nilai UN IPA tertinggi di Jawa Timur, seperti yang dilansir oleh Tribunnews (2018), ada beberapa soal yang menurutnya memiliki tingkat kesulitan paling berat. Menurutnya, soal HOTS membuat banyak siswa kecewa karena soal jenis ini nyaris tidak terprediksi sebelumnya. Baik saat mempelajari soal UN tahun lalu, *try out* maupun dari bank soal yang dibelinya di toko buku. Penurunan nilai UN dan kekecewaan siswa dapat dikategorikan sebagai burnout dimana menurut Khusumawati dan Christiana (2014) siswa yang mengalami *burnout* mengalami beberapa gejala seperti siswa merasa kelelahan pada seluruh bagian indera, kurang bersemangat dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar, timbul rasa

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

bosan, kurang termotivasi, kurang perhatian, tidak ada minat, dan tidak mendatangkan hasil.

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi *academic burnout*, seperti yang disebutkan Asghari, Saadati, Ghodzi, dan Fard (2015), salah satunya adalah disproporsi antara sumber dan faktor yang berkaitan dengan aktivitas pendidikan siswa seperti motivasi dan strategi adaptif untuk mengharapkan kesuksesan dalam lingkungan pendidikan. Sedangkan menurut Maslach (2003), beberapa faktor yang mempengaruhi burnout adalah jenis kelamin, usia, status pernikahan, dan kepribadian. Salah satu trait dari kepribadian adalah perfeksionisme (Enns, Cox, dan Clara, 2002).

Beberapa tipe perfeksionisme menurut Hewitt dan Flett (1991) adalah *self-oriented perfectionism*, *other-oriented perfectionism*, dan *socially prescribed perfectionism* dimana perfeksionisme memiliki tiga aspek, yaitu perfeksionisme yang disebabkan karena orientasi pada diri sendiri, pada orang lain, dan desakan lingkungan. Desakan lingkungan dapat berupa tuntutan studi dari orang tua, sekolah, atau sistem pendidikan, yang dalam hal ini adalah kurikulum.

Santrock (2014) menyebutkan bahwa siswa yang perfeksionis merupakan siswa dengan kesulitan berprestasi, dimana perfeksionis rentan terhadap beberapa hal yang salah satunya adalah penurunan produktivitas. Menurut Hewitt dan Flett (1991), perfeksionisme adalah keinginan individu untuk mencapai kesempurnaan dengan menetapkan standar yang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

tinggi bagi diri sendiri, standar bagi orang lain, dan memiliki ekspektasi bahwa orang lain menetapkan standar bagi dirinya. Selain itu, perfeksionisme juga merupakan karakteristik kepribadian yang berhubungan dengan stres, konflik, dan *burnout* dan memainkan peran penting dalam memunculkan tekanan dan *burnout* (Friedman, 2000; Hewitt, Flett dan Hallaet, 1995).

Perfeksionisme sering dikaitkan dengan berbagai gejala-gejala gangguan psikologis dan penelitian terdahulu juga membuktikan adanya indikasi bahwa perfeksionisme dapat memicu *academic burnout* (Garrat-Reed, Howell, Hayes, dan Boyes, 2018; Yu, Chae, dan Chang, 2016).

Hoseinabadi-farahani, Kasirlou, dan Inanlou (2016) menyebutkan bahwa penelitian mengenai *academic burnout* pada siswa dinilai penting karena hal ini dapat menjadi faktor kunci dalam memahami jangkauan luas mengenai kebiasaan siswa selama bersekolah, misalnya memilih kelas penjurusan akademik, dan *academic performance*. *Academic burnout* juga dapat mempengaruhi hubungan siswa dengan instansi tempat belajar di masa depan, misalnya komitmen pada instansi dan kolaborasi yang potensial sebagai alumni.

Dalam literasi lain, Garrat-Reed, Howell, Hayes, dan Boyes (2018) mengutarakan bahwa *academic burnout* juga berhubungan dengan hasil pendidikan yang kurang maksimal. Seperti yang dilansir statepress.com, *academic burnout* merupakan hal yang biasa dialami dalam masa-masa akademik namun dapat melonjak dalam waktu-waktu yang memiliki

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

tekanan yang lebih tinggi, seperti saat UTS atau UAS. Hal ini dapat meningkatkan kecendrungan siswa mengalami stres yang ekstrem yang dapat mengakibatkan mereka mengembangkan kebiasaan negatif dan tertinggal di sekolah, siklus yang dapat menjadi sulit untuk putus.

Dalam Q.S. Al-Balad:4, Allah SWT berfirman:

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي كَبَدٍ

"Sesungguhnya, Kami telah menciptakan manusia berada dalam susah payah." (Q.S. Al-Balad: 4)

Al-Asfahani (2009) menerangkan bahwa *al-Kabid* artinya *hati*, sedangkan *al-Kabadu* dan *al-Kubbad* adalah *yang menyebabkan sakit*, dan *al-Kabdu* diartikan *sakit yang ditimpakan*. Ia memberikan contoh **كَبَدْتُ الرَّجُلَ اِذَا اَصَبْتَ كَبِدَهُ** yang berarti aku merasakan sakit, apabila kamu merasa kecewa (sakit dalam hati). *Al-Kabadu* terkadang juga diartikan kesukaran/kesulitan, seperti dalam ayat di atas, kata *Kabad* di ayat itu diartikan dengan kesukaran/kesulitan dikarenakan maksud dari ayatnya adalah Allah menciptakan manusia tidak mungkin lepas dari kesukaran dalam kehidupan, seperti salah satunya adalah ketika seseorang mengalami *academic burnout*.

Allah SWT menciptakan manusia dengan berbagai urusan yang *kabad*, yang diartikan sebagai sangat memayahkan dan memberatkan. Namun, *kabada* juga berarti tertancap kokoh. Arti *al-kabad* itu sendiri adalah lurus dan tegak, sehingga ayat ini juga dapat diartikan sebagai, "Kami telah menciptakan manusia dengan tegak lurus dan kokoh" (Ar-Rifa'i, 2000). Disini dijelaskan bahwa manusia diciptakan dengan berbagai

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

permasalahan, seperti *academic burnout* namun manusia juga diciptakan sebagai sesuatu yang kuat. Dalam hal ini, menurut Van Tiel dan Van Tiel (2015), perfeksionisme dapat diartikan sebagai sesuatu yang adaptif dan maladaptif dimana perfeksionisme adaptif dapat diartikan sebagai sesuatu positif dalam diri seseorang yang membuatnya kuat (*kabad*) namun penelitian ini hanya membahas perfeksionisme secara umum.

Menurut Noh, Shin, dan Lee (2013), awalnya penelitian mengenai *burnout* banyak dilakukan di bidang industri dan organisasi, namun kemudian merambah ke bidang-bidang berbeda, bahkan merujuk pada sampel yang keluar dari dunia okupasi seperti pada siswa sekolah menengah. Bilge, Tuzgol-Dost, dan Cetin (2014) menyebutkan bahwa *burnout* di kalangan siswa mulai menjadi fokus penelitian dan kadang-kadang dikenal dengan nama *school burnout* dan *academic burnout*.

Sekolah Menengah Atas Negeri 5 Surabaya merupakan salah satu SMA terbaik di Surabaya. SMAN 5 Surabaya terletak di lingkungan yang sama dengan SMAN 1 Surabaya, SMAN 2 Surabaya, dan SMAN 9 Surabaya. SMAN 5 Surabaya dikenal karena prestasinya dalam berbagi bidang yang mencakup akademis maupun non akademis. Dalam bidang akademis, SMAN 5 Surabaya merupakan peraih nilai UN terbaik di Jawa Timur untuk peminatan IPA di tahun 2018. Selain itu, di tahun yang sama, SMAN 5 Surabaya juga meraih Peringkat I pada bidang Astronomi dan Geografi, Peringkat II pada bidang Matematika, dan Peringkat III pada bidang Ekonomi dan Kebumian pada Olimpiade Sains Kota (OSK) yang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

merupakan rangkaian kegiatan dari Olimpiade Sains Nasional (OSN). Prestasi yang banyak merupakan salah satu faktor peneliti menetapkan SMAN 5 Surabaya sebagai lokasi penelitian. Selain itu, berdasarkan wawancara dengan Eva Indrasari, salah seorang guru Bimbingan Konseling di SMAN 5 Surabaya, sekolah terbuka untuk menjadi lokasi penelitian ini.

Pada tingkat kedua di SMA, di kelas XI siswa masih diperbolehkan mengikuti kompetisi-kompetisi, baik akademik dan non akademik ml\ewakili sekolah. Di penghujung tahun ajaran, siswa-siswi di tingkat ini mulai dipersiapkan untuk menghadapi Ujian Nasional di tahun akhir.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti ingin menguji hubungan antara perfeksionisme dengan *academic burnout* pada siswa kelas XI SMAN 5 Surabaya.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang diajukan dalam penelitian ini adalah, "Apakah terdapat hubungan antara perfeksionisme dengan *academic burnout* pada siswa kelas XI SMAN 5 Surabaya?"

C. Keaslian Penelitian

Penelitian yang dilakukan oleh Jenaabadi, Nastiezaie, dan Safarzaie (2017) menunjukkan bahwa *academic burnout* memiliki hubungan yang signifikan dengan *academic self-efficacy* pada pelajar. Cheragian, Faskhodi, Heidari, dan Sharifi (2016) mengemukakan bahwa terdapat hubungan negatif antara *academic burnout* dan *self-compassion* dan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kesehatan mental. Sebagai tambahan, *self-compassion* dapat menjadi mediator antara *academic burnout* dan kesehatan mental, dan dapat menjadi penengah dari efek *academic burnout* pada kesehatan mental. Lian, Sun, Li Z, Li H, dan Peng (2014) mengemukakan bahwa *core self-evaluations* secara signifikan mempengaruhi *academic burnout* dan secara sebagian dimediasi oleh kepuasan hidup. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Kamalpour, Azizzadeh-Forouzi, dan Tirgary (2017) mendapatkan hasil bahwa terdapat hubugan yang signifikan antara *academic burnout* dan resiliensi. Secara umum, hasil penelitian dari Rad, Shomoossi, Rakhshani, dan Sabzevari (2017) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *academic burnout* dan *psychological capital* seseorang.

Penelitian yang dilakukan oleh Asghari, Saadati, Ghodzi, dan Fard (2015) menunjukkan tidak ditemukan perbedaan signifikan kepercayaan diri dan *academic burnout* (secara umum dan di seluruh area) pada lajang dan orang yang sudah menikah, seperti disiplin akademik, semester, tempat lahir, tipe tempat lahir, umur, minat pendidikan, catatan percobaan, konflik orang tua dan riwayat penggunaan obat-obat psikiatrik. Aguayo, Canadas, Assbaa-Kaddouri, Canadas-De la Fuente, Ramirez-Baena, dan Ortega-Campos (2019) juga mendapatkan hasil penelitian yang hampir serupa, dengan tambahan mahasiswa tahun pertama dan keempat di Fakultas Pendidikan lebih berkemungkinan mengalami *academic burnout*.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Penelitian yang dilakukan oleh Karimi dan Fallah (2019) menunjukkan bahwa *teacher affective support*, motivasi instrinsik, dan rasa malu secara langsung dapat memprediksikan *academic burnout*.

Hasil penelitian Kim dan Park (2017) menunjukkan bahwa *academic burnout* dapat dikurangi dengan cara *mediating effect of learning flow*. Sementara itu, konseling kelompok dengan teknik *self-instruction* secara efektif dapat meningkatkan efikasi diri dan mengurangi *academic burnout* (Hasan, Sugiharto, dan Sunawan, 2019). Dalam penelitian yang dilakukan oleh Arlinkasari, Akmala, dan Raufa (2017) disebutkan bahwa *school engagement* berpengaruh dalam mengurangi *academic burnout* pada pelajar.

Elsadik dan Abady (2019) menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara kepercayaan metkognitif, *academic perfectionism*, dan *academic burnout*. Penelitian yang dilakukan oleh Yu, Chae, dan Chang (2016) menunjukkan bahwa salah satu aspek perfeksionisme, *socially-prescribed perfectionism*, memiliki efek negatif pada efikasi diri akademik, dan akhirnya memancing *academic burnout* pada mahasiswa kedokteran di Korea. Selain melalui mediator efikasi diri akademik, perfeksionisme juga terbukti berhubungan dengan *academic burnout* melalui motivasi akademik sebagai variabel mediator di Korea (Chang, Lee A, Lee SM, dan Byeon, 2015).

Garrat-Reed, Howell, Hayes, dan Boyes (2018) secara lebih spesifik menyatakan dalam hasil penelitiannya bahwa *perfectionistic concerns*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

yang tinggi berhubungan dengan kemungkinan mengalami *academic burnout* yang lebih tinggi, dengan atau tanpa perantara *repetitive negative thinking*. Sedangkan *perfectionistic strivings* menunjukkan hasil yang sebaliknya. Melalui komparasi dengan *social support*, penelitian yang dilakukan Karimi, Bashirpur, Khabbaz, dan Hedayati (2014) di Iran menunjukkan hasil bahwa mahasiswa dengan *academic burnout* yang rendah memiliki *social support* yang baik dan mahasiswa dengan *academic burnout* yang tinggi memiliki perfeksionisme yang tinggi.

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan perfeksionisme sebagai variabel terikat untuk mengaji *academic burnout* yang akan dilaksanakan pada siswa kelas XI SMAN 5 Surabaya.

D. Tujuan Penelitian

Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara perfeksionisme dengan *academic burnout* pada siswa kelas XI SMAN 5 Surabaya.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis
   a. Dapat memberi informasi mengenai ada atau tidaknya korelasi perfeksionisme dengan *academic burnout*
   b. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan rujukan atau referensi untuk penelitian lebih lanjut yang berhubungan dengan perfeksionisme ataupun *academic burnout*.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswa

1) Penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi bagi siswa dan mengarahkan siswa pada perfeksionisme adaptif

2) Penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi yang menunjang usaha meningkatkan kemampuan akademik siswa

b. Bagi Orang Tua/Wali Siswa, Guru, dan Sekolah/Institusi Pendidikan

1) Penelitian ini diharapkan dapat mengarahkan orang tua/wali siswa, guru, dan sekolah/institusi untuk menciptakan lingkungan belajar yang sehat bagi siswa sehingga dapat mengurangi kemungkinan terjadinya *academic burnout*

F. Sistematika Pembahasan

Sistematika penyusunan penelitian ini terdiri dari 3 bagian, yaitu bagian awal, bagian utama yang terdiri dari 5 bab, dan bagian akhir dengan mengacu pada Panduan Skripsi FPK 2018.

Bagian awal berisi halaman judul, halaman pernyataan, halaman persetujuan pembimbing, halaman pengesahan, halaman persembahan, kata pengantar, abstrak, daftar isi, daftar tabel dan grafik, serta daftar lampiran.

Bagian utama terdiri dari 5 bab dengan rincian bab 1 merupakan pendahuluan yang berisi latar belakang masalah, rumusan masalah,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

keaslian penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika pembahasan. Bab 2 merupakan kajian pustaka yang berisi pembahasan mengenai variabel-variabel yang akan dibahas dalam penelitian ini, yaitu *academic burnout* dan perfeksionisme, serta siswa kelas xi sma dan hubungan antara perfeksionisme dengan *academic burnout* pada siswa kelas xi sma. Dalam bab ini juga akan dibahas kerangka teoritik dan hipotesis penelitian ini. Bab 3 membahas metode penelitian, yang di dalamnya akan berisi rancangan penelitian, identifikasi variabel penelitian, definisi operasional, populasi, teknik sampling, dan sampel penelitian, serta instrumen penelitian, dan teknis analisis data yang dilakukan. Bab 4 berisi hasil penelitian, pengujian hipotesis dan pembahasan. Dalam bab ini akan dibahas mulai dari persiapan, pelaksanaan, sampai hasil dari penelitian yang sudah peneliti lakukan. Bab 5 merupakan penutup, yang berisi kesimpulan dan saran.

Bagian akhir berisi daftar pustaka dan lampiran-lampiran yang peneliti rujuk dalam penyusunan keseluruhan penelitian ini.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. *Academic Burnout*

1. Pengertian *Academic Burnout*

Menurut Zhang, Gan, dan Cham (2007), *academic burnout* adalah perasaan lelah karena tuntutan studi, memiliki perasaan sinis dan sikap terpisah atau menjauhi sekolah, dan perasaan tidak kompeten sebagai seorang mahasiswa/siswa.

Lee J, Puig, Lea, dan Lee SM (2013) menyebutkan bahwa *academic burnout* adalah sindrom psikologis yang merupakan hasil dari stres akademik kronis jangka panjang dan tekanan pencapaian akademik. Noh, Shin, dan Lee (2013) menambahkan, ketika diterapkan dalam *setting* akademik, *academic burnout* merupakan suatu sindrom yang ditandai oleh kelelahan emosional, sinisme, dan *academic inefficacy* dari kegagalan yang berkelanjutan untuk mengatasi *academic stress*.

Jafari dan Khazaei (2014) mendefinisikan *academic burnout* sebagai kelelahan kronis yang dialami siswa/mahasiswa yang disebabkan oleh bekerja lebih dalam mengerjakan tugas sekolah. Dalam literasi lain, disebutkan oleh Ries, Xanthopoulou, dan Tsaousis (2014) bahwa *academic burnout* adalah fenomena yang digolongkan berdasarkan perasaan-perasaan kelelahan (secara

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

emosional, fisik, dan kognitif) karena tuntutan belajar dan sikap menarik diri dan *detachment* dari studi seseorang.

Rad, Shomoossi, Rakhshani, Marzieh, Torkmannejad, dan Sabzevari (2017) menyebutkan bahwa para pelaku pendidikan meyakini adanya *academic burnout*, yang didefinisikan sebagai kehilangan minat, motivasi rendah, dan kelelahan.

Menurut Mostafavian, Farajpour, Ashkezari, dan Shaye (2018), a*cademic burnout* adalah suatu masalah penting yang sedang diderita sistem pendidikan, dimana terdapat dampak negatif saat proses pendidikan dan dampak jangka panjang setelah kelulusan.

Berdasarkan definisi yang sudah disebutkan, disimpulkan bahwa *academic burnout* adalah perasaan lelah karena tuntutan studi, adanya perasaan sinis dan sikap terpisah atau menjauhi sekolah, dan perasaan tidak kompeten sebagai seorang siswa yang ditandai dengan kelelahan emosional, keengganan untuk studi atau sinisme, dan menurunnya efikasi diri.

2. Dimensi-dimensi *Academic Burnout*

Untuk menjelaskan dimensi dalam *academic burnout*, sebagian besar studi mengadopsi dari istilah *burnout* dengan sedikit modifikasi (Noh, Shin, dan Lee, 2013). Menurut Breso, Salanova, dan Schaufeli (2007), dimensi-dimensi dari *burnout* adalah:

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

(1) Kelelahan (*exhaustion*), yakni mengacu kepada perasaan ketegangan terutama kelelahan kronis yang disebabkan dari pekerjaan atau tugas-tugas sekolah yang berlebih. Hal ini merujuk pada kelelahan karena tuntutan studi. (Noh, Shin, Lee, 2013)

(2) Sinisme (*cynicism*), yakni terdiri dari perasaan acuh tak acuh atau sikap tidak peduli terhadap sekolah secara kesuluhan, kehilangan minat dalam suatu pekerjaan sekolah, dan tidak melihat sekolah sebagai sesuatu yang bermakna. Sinisme digunakan untuk mengindikasi sikap siswa mengacuhkan tugas-tugas (Noh, Shin, Lee, 2013).

(3) Menurunnya efikasi diri, konsep ini digunakan untuk melihat perasaan siswa terhadap *academic incompetence* (Noh, Shin, Lee, 2013).

Dari penjabaran di atas dapat disimpulkan bahwa *academic burnout* terdiri dari kelelahan secara emosional, sinisme, dan efikasi diri yang menurun.

3. Faktor yang Mempengaruhi *Academic Burnout*

Asghari, Saadati, Ghodzi, dan Fard (2015) menyebutkan beberapa faktor yang terlibat dalam perkembangan *academic burnout*, termasuk hal-hal berikut:

(1) Aktivitas ilmiah dan publik, seperti masuk kelas, mengerjakan tugas, pelajaran, dan ujian

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

(2) Faktor ekonomi

(3) Tekanan sosial dan individual yang berhubungan dengan guru dan teman sekelas

(4) Harapan dari profesional dan keraguan-keraguan mengenai kebergunaan dan pekerjaan di masa depan

(5) Kompetisi dengan teman sekelas

(6) Disproporsi antara sumber dan faktor yang berkaitan dengan aktivitas pendidikan siswa seperti motivasi dan strategi adaptif untuk mengharapkan kesuksesan dalam lingkungan pendidikan.

Beberapa penyebab utama *academic burnout* menurut Lian, Sun, Li Z, Li H, dan Peng (2014) adalah:

(1) Lingkungan eksternal, seperti aktivitas belajar yang terlalu banyak

(2) Faktor-faktor individual atau kepribadian, meliputi efikasi diri, citra diri, *locus of control*, harga diri, dan sifat pencemas.

Dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi *academic burnout* terbagi menjadi faktor internal dan eksternal, dimana faktor internal menyangkut kepribadian individu dan eksternal adalah kegiatan dan tuntutan dari lingkungan.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

B. Perfeksionisme

1. Pengertian Perfeksionisme

Menurut Hewitt dan Flett (1991), perfeksionisme adalah keinginan individu untuk mencapai kesempurnaan dengan menetapkan standar yang tinggi bagi diri sendiri, standar bagi orang lain, dan memiliki ekspektasi bahwa orang lain menetapkan standar bagi dirinya.

Menurut Hill, Huelsman, Furr, Kibler, Vicente, dan Kennedy (2004), perfeksionisme adalah hasrat untuk mencapai kesempurnaan yang ditandai dengan *conscientious perfectionism* yang berasal dari internal individu dan *self-evaluated perfectionism* yang berasal dari eksternal individu yang mencakup ketakutan berlebihan terhadap kesalahan, standar personal yang tinggi, persepsi bahwa lingkungan punya harapan-harapan yang tinggi terhadap diri, persepsi bahwa lingkungan amat kritis terhadap diri, dan keraguan tentang kualitas tindakan yang dilakukan. Sementara itu, menurut Ria, Nanik, dan Lasmono (2008), perfeksionisme adalah aktualisasi diri ideal dengan ambisi dan tujuan yang terlalu tinggi, tuntutan kesempurnaan yang berlebihan, serta tidak dapat menerima sesuatu yang tidak sempurna.

Berdasarkan definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa perfeksionisme adalah hasrat untuk mencapai kesempurnaan yang mencakup ketakutan berlebihan terhadap kesalahan, standar

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

personal yang tinggi, persepsi bahwa lingkungan punya harapan-harapan yang tinggi terhadap diri, persepsi bahwa lingkungan amat kritis terhadap diri, dan keraguan tentang kualitas tindakan yang dilakukan.

2. Dimensi-dimensi Perfeksionisme

Menurut Hill, Huelsman, Furr, Kibler, Vicente, dan Kennedy (2004), perfeksionisme dapat dibagi ke dalam delapan dimensi, yaitu:

a. *Concern over mistakes*, yaitu kecendrungan untuk memperhatikan/fokus pada kesalahan
b. *High standards for others*, yaitu standar yang tinggi untuk orang lain
c. *Need for approval*, yaitu kebutuhan atau keinginan untuk diterima
d. *Organizational*, yaitu kecendrungan untuk menjadi rapi dan terorganisir
e. *Parental pressure*, yaitu kecendrungan untuk merasa harus melakukan sesuatu secara sempurna demi memuaskan orang tua
f. *Planfulness* atau penuh dengan perencanaan
g. *Rumination*, yaitu kecendrungan untuk terus menerus mengingat dan memikirkan pengalaman-pengalaman buruk

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

h. *Striving for excellence,* yaitu kecendrungan untuk mengejar hasil yang sempurna dan standar yang tinggi

Hewitt dan Flett (1991) mendeskripsikan dimensi personal dan sosial dari perfeksionisme yang difokuskan dalam tiga aspek, yaitu:

a. *Self-oriented perfectionism,* yaitu adanya standar yang tinggi untuk diri sendiri. Seseorang yang memiliki standar yang tidak realistik untuk dirinya sendiri dan standar tersebut menjadi sebuah perintah yang keras bagi dirinya untuk mencapai keinginannya. Sikap *self-oriented perfectionism* ini seperti tidak ingin melihat kesalahan pada pekerjaannya dan selalu menjadi yang terbaik. Bagaimanapun juga, *self oriented perfectionism* dipandang sebagai bentuk perfeksionisme adaptif dalam banyak penelitian (Enns, Cox, dan Clara, 2002; Hewitt, Flett, dan Weber, 1994; Frost, Heimberg, Holt, Mattia, dan Neubaver, 1993; Miquelon, Vallerand, Cardinal, dan Grouzet, 2005; Zhang, Gan, dan Chan, 2007).

b. *Other-oriented perfectionism,* yaitu adanya keyakinan dan harapan akan standar yang tinggi tentang kemampuan orang lain. Seseorang yang menilai secara keras orang lain sesuai standar pribadinya yang tinggi, dan standar tersebut terlalu sulit bagi orang lain. *Other-oriented perfectionism* ini seperti tidak

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

mengharap bantuan dan tidak percaya terhadap orang lain karena tidak sesuai standar pribadi.

c. *Socially prescribed perfectionism*, yaitu adanya standar dan harapan yang ditentukan oleh orang lain yang signifikan untuk menjadi sempurna. Menggambarkan perasaan seseorang dimana standar orang lain atas dirinya terhadap tingkah lakunya keterlaluan, dan merasa orang lain menilai dirinya dengan keras. *Socially-prescribed perfectionism* ini seperti merasa keluarganya selalu mengharapkan kesempurnaan atas dirinya, atau lingkungannya tidak dapat menerima kesalahan-kesalahannya.

Berbagai dimensi dalam perfeksionisme adalah perfeksionisme yang berorientasi pada diri sendiri, orang lain, dan standar yang ditentukan oleh orang lain yang secara keseluruhan mencakup kecendrungan untuk memperhatikan/fokus pada kesalahan, standar yang tinggi untuk orang lain, kebutuhan untuk diterima orang lain, kecendrungan untuk menjadi rapi dan terorganisir, kecendrungan untuk merasa harus melakukan sesuatu secara sempurna demi memuaskan orang tua, penuh dengan perencanaan, *rumination*, serta kecendrungan untuk mengejar hasil yang sempurna dan standar yang tinggi.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

3. Tipe-tipe Perfeksionisme

Menurut Pranungsari (2010), perfeksionisme terbagi menjadi:

a. Perfeksionisme positif

Perfeksionisme positif adalah seseorang yang memperoleh perasaan kesenangan atau kenikmatan yang sangat nyata dari usaha kerja yang sungguh-sungguh sesuai standar pribadi, standar orang lain, dan harapan orang lain yang diwujudkan dalam sikap adanya kebutuhan yang kuat untuk tertib dan teratur, menunjukkan penerimaan diri terhadap kesalahan, menikmati harapan tinggi orang tua, menunjukkan *coping* positif terhadap tendensi perfeksionisme, mempunyai model peran yang mampu menekankan untuk selalu melakukan yang terbaik, dan menunjukkan usaha diri sendiri untuk mendapatkan kesempurnaan.

Van Tiel dan Van Tiel (2015) menyebutkan bahwa adaptif perfeksionisme, sebagai perfeksionisme yang positif dan sehat, merupakan energi yang mendorong tercapainya cita-cita terbaik yang bisa diraih seseorang. Beberapa gejala dari adaptif perfeksionisme yang dapat diamati adalah meletakkan standar yang tinggi yang diperkirakan dapat dicapai, mendahulukan keteraturan, dapat merasa puas atas hasil yang diperoleh, bergairah untuk mencapai target yang unggul, serta mempunyai motivasi untuk mendapat *reward* yang positif.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b. Perfeksionisme negatif

Perfeksionisme negatif adalah sikap tidak dapat merasakan kepuasan sesuai standar pribadi bagi diri sandiri dan orang lain serta merasa orang lain mempunyai harapan kesempurnaan yang tinggi bagi dirinya, terwujud dalam sikap keprihatinan berlebih pada kesalahan, keragu-raguan dalam bertindak, ketakutan akan kegagalan, ketakutan tidak dapat menikmati hidupnya, pemikiran satu-atau-tidak-satupun, dan kecanduan kerja, cemas, dan tidak mampu *coping* secara positif.

Beberapa gejala-gejala perfeksionisme negatif atau maladaptif menurut Van Tiel dan Van Tiel (2015) adalah lambat memulai kerja dan hasil kerja tidak maksimal, menolak menyerahkan hasil pekerjaan, enggan membagi pekerjaan, memiliki banyak alasan ketika akan dinilai atau dievaluasi, sulit menerima teman sebaya yang kemampuannya lebih rendah, tidak dapat menoleransi kesalahan, cenderung merasa sangat tidak sempurna, berlebihan dalam mengkritiki diri sendiri, merasa superior dan kesepian, tidak mampu berbagi tanggung jawab, takut akan masa depan, merasa rendah diri, rentan depresi yang diikuti dengan periode tidak produktif, serta tingkat kecemasan yang tinggi.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

4. Kelebihan dan Kekurangan Sifat Perfeksionis

Baron dan Wagele (2015) mengungkapkan kelebihan dan kekurangan memiliki sifat perfeksionis, yaitu:

a. Kelebihan: disiplin dan mampu menyelesaikan banyak hal, bekerja keras, memiliki etika dan standar yang tinggi, logis, bisa menyatukan fakta-fakta sehingga mendapatkan pemahaman yang baik dan dapat menemukan solusi yang bijaksana, menjadi yang terbaik sebisa mungkin dan mengangkat sisi terbaik dari diri orang lain.
b. Kekurangan: dikecewakan diri sendiri atau orang lain ketika yang diharapkan tak terlaksana, merasa dibebani tanggung jawab yang terlalu berat, merasa hal yang dilakukan tak pernah cukup memuaskan, tidak mendapat penghargaan atas apa yang dilakukan untuk orang lain, kecewa karena orang lain tidak berusaha sekeras dirinya, terobsesi atas apa yang telah dilakukan dan yang seharusnya dilakukan, merasa tegang, gelisah, dan memandang segala hal terlalu serius.

C. Siswa Kelas XI SMA

Menurut Soetjiningsih (2007), siswa sekolah menengah atas dikategorikan sebagai mereka yang berada dalam fase remaja. Masa remaja merupakan masa transisi atau peralihan dari kehidupan masa kanak-kanak ke masa dewasa (Hamalik, 1995). Menurut Soetjiningsih

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

(2007), beberapa tahapan yang dilewati dalam masa remaja berdasarkan kematangan psikososial adalah:

1. Masa remaja awal, masa ini berlangsung pada usia 11-13 tahun
2. Masa remaja pertengahan, masa ini berlangsung pada usia 14-16 tahun
3. Masa remaja lanjut, masa ini berlangsung pada usia 17-20 tahun

Siswa kelas XI SMA dapat dikatakan berada dalam fase remaja akhir, dimana mayoritas berusia 16-18 tahun (Hurlock, 1980). Pada tingkat ini, siswa sedang menuju tahun terakhir mereka di sekolah menengah dan mulai mempersiapkan diri untuk perguruan tinggi dan/atau bekerja setelah melewati Ujian Nasional.

Masa remaja akhir merupakan masa yang singkat, dan dalam masa ini terdapat minat-minat pribadi seseorang yang salah satunya adalah minat pada prestasi. Hurlock (1980) menyebutkan bahwa para remaja cenderung bercita-cita tinggi dan tidak realistis, dimana hal ini termasuk ke dalam salah satu dimensi perfeksionisme, Selain itu, terdapat pula minat pendidikan pada masa remaja.

Hamalik (1995) menyebutkan bahwa remaja membentuk konsep-konsep tentang siapa dirinya dan akan menjadi mereka kelak dengan dipengaruhi oleh sekolah menengah. Sekolah menengah merupakan jalan menuju dunia yang lebih luas yang akan dihadapi para remaja di fase perkembangan selanjutnya sehingga apabila para remaja ini berhasil di sekolah menengah maka masa depan mereka akan terbuka. Seiring

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

berjalannya waktu, lebih banyak siswa sekolah menengah yang belajar sampai tamat jika dibandingkan dengan tahun-tahun yang sudah berlalu namun mereka yang tetap bertahan di sekolah sampai tamat tetap mengalami hambatan-hambatan.

D. Hubungan antara Perfeksionisme dengan *Academic Burnout* pada Siswa Kelas XI SMA

Secara umum, siswa kelas XI SMA berada pada fase remaja akhir. Menurut Hamalik (1995), pada fase ini remaja memiliki kesempatan terbaik dalam hidupnya untuk mengalami pengalaman-pengalaman baru dan menemukan hal-hal baru dan mengembangkannya dari potensi-potensi yang sudah ada di dalam dirinya.

Salah satu faktor yang sangat mempengaruhi konsep diri para remaja dan akan menjadi apa mereka kelak adalah sekolah menengah. Sekolah menengah dianggap jalan menuju dunia yang lebih luas dimana apabila mereka mengalami kegagalan dan tidak menuntaskan sekolah menengah maka akan banyak pintu tertutup di masa depan mereka. Dewasa ini lebih banyak siswa yang menuntaskan pendidikannya sampai sekolah menengah dibandingkan puluhan tahun yang lampau. Meskipun begitu, siswa yang bertahan sampai tamat juga mengalami hambatan-hambatan yang disebabkan banyak hal seperti keinginan yang keras untuk menamatkan sekolah, dorongan dari pihak keluarga, harapan-harapan keluarga, minat yang besar dalam pelajaran-pelajaran tertentu, pertolongan dari guru dan konselor dan sebagainya (Hamalik, 1995).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Harapan-harapan keluarga yang menjadi salah satu hambatan di sekolah dapat dikategorikan sebagai salah satu dimensi perfeksionisme, yaitu *other oriented perfectionism* dan *socially prescribed perfectionism* dimana adanya standar dan harapan yang ditentukan oleh orang lain yang signifikan terhadap seseorang (Hewitt dan Flett, 1991).

Perfeksionisme adalah konstrak multidimensi yang dipandang sebagai salah satu *trait* kepribadian (Miquelon, Vallerand, Cardinal, dan Grouzet, 2005). Perfeksionisme juga merupakan karakteristik kepribadian yang berhubungan dengan stres, konflik, dan *burnout* dan memainkan peran penting dalam memunculkan tekanan dan *burnout* (Friedman, 2000; Hewitt, Flett dan Hallaet, 1995).

Menurut Maslach (2003), beberapa faktor yang mempengaruhi *burnout* adalah jenis kelamin, usia, status pernikahan, dan kepribadian. Salah satu trait dari kepribadian adalah perfeksionisme (Enns, Cox, dan Clara, 2002).

Buhler dan Land (2004) mengatakan bahwa kecenderungan tipe kepribadian merupakan pengaruh yang kuat dalam menentukan *burnout*, terutama saat mereka berada dalam lingkungan sosial karena hal ini akan menghasilkan hasil yang negatif bagi aktifitas mereka, yang dalam hal ini adalah siswa kelas XI SMA yang akan dipersiapkan untuk menghadapi Ujian Nasional. Siswa-siswi ini berasal dari sekolah yang memiliki sejumlah prestasi yang harus dipertahankan sehingga mereka lebih dituntut.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

E. Kerangka Teoritik

Allport (1937) menyatakan bahwa kepribadian adalah susunan dinamis yang sinergi dalam diri seseorang yang terdiri dari sistem-sistem psikofisis yang menentukan penyesuaian diri yang berbeda pada setiap orang terhadap lingkungannya. Fudyartanta (2012) menjelaskan definisi ini lebih lanjut dimana kepribadian terdiri dari kecendrungan menentukan yang memainkan peranan aktif dalam tingkah laku serta memiliki eksistensi nyata yang menyangkut segi-segi neural atau fisiologis. Kepribadian manusia merupakan penyatuan dari kumpulan sifat (*trait*) dan disposisi-disposisi, sikap, kebiasaan, nilai, intensi, dan motif. Setiap pribadi tidak selalu terintegrasi dengan sempurna, dimana akan selalu kemungkinan adanya disosiasi dan represi dalam setiap kepribadian.

McCrae dan Costa (1997) mengemukakan adanya The Big Five, yaitu kerangka yang menjelaskan kepribadian dengan lima sifat (*trait*) dasar, yaitu *extraversion, agreeableness, conscientiousness, neuroticism*, dan *openess*. *Extraversion* dijelaskan sebagai *trait* yang dimiliki orang-orang dapat berada di lingkungan sosial dan secara umum energik dan bersemangat. *Agreeableness* dijelaskan sebagai lawan kata dari antagonis. *Conscientiousness* didefinisikan sebagai keinginan untuk mencapai sesuatu. *Neurotism* adalah sesuatu yang menyangkut stabilitas emosional, dan *openess* adalah keterbukaan terhadap pengalaman, pengetahuan, imajinasi, atau budaya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Dalam studi yang dilakukan oleh Hill, McIntire, dan Bacharach (1997) disebutkan bahwa perfeksionisme berkitan dengan tiga dari lima sifat dasar dalam teori The Big Five. Perfeksionisme menurut Hewitt dan Flett (1991) adalah keinginan individu untuk mencapai kesempurnaan dengan menetapkan standar yang tinggi bagi diri sendiri, standar bagi orang lain, dan memiliki ekspektasi bahawa orang lain menetapkan standar bagi dirinya. Menurut Ria, Nanik, dan Lesmono, perfeksionisme adalah aktualisasi diri ideal dengan ambisi dan tujuan yang terlalu tinggi, tuntutan kesempurnaan yang berlebihan, serta tidak dapat menerima sesuatu yang tidak sempurna.

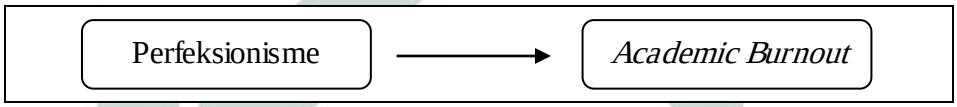
Santrock (2014) menyebutkan bahwa siswa yang perfeksionis merupakan siswa dengan kesulitan berprestasi, dimana perfeksionis rentan terhadap beberapa hal yang salah satunya adalah penurunan produktivitas.

Buhler dan Land (2004) mengatakan bahwa kecenderungan tipe kepribadian merupakan pengaruh yang kuat dalam menentukan *burnout*, terutama saat mereka berada dalam lingkungan sosial karena hal ini akan menghasilkan hasil yang negatif bagi aktifitas mereka. Hal ini memicu *academic burnout*, sebagaimana yang disebutkan oleh Asghari, Saadati, Ghodzi, dan Fard (2015) bahwa terdapat beberapa faktor *academic burnout*, yaitu diantaranya tekanan sosial dan individual yang berhubungan dengan guru dan teman sekelas, harapan dari professional dan keraguan-keraguan mengenai kebergunaan dan pekerjaan di masa depan yang dalam hal ini adalah standar kurikulum dan harapan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

pendidikan yang tinggi di Indonesia, serta disproporsi antara sumber dan faktor yang berkaitan dengan aktivitas pendidikan siswa seperti motivasi dan strategi adaptif untuk mengharapkan kesuksesan dalam lingkungan pendidikan.

Berikut ini adalah visualisasi kerangka teoritis siswa yang mengalami *academic burnout* disebabkan oleh perfeksionisme:



Berdasarkan kerangka teori diatas dapat diketahui bahwa perfeksionisme yang terdapat dalam kepribadian seorang individu dapat mengakibatkan individu tersebut mengalami *academic burnout*.

F. Hipotesis

Dalam statistik, terdapat H_A yang berupa hipotesis kerja atau alternatif. H_A adalah hipotesis yang menunjukkan adanya hubungan antara perfeksionisme dengan *academic burnout*.

Dalam penelitian ini, diajukan hipotesis berupa, ”Terdapat hubungan antara perfeksionisme dengan *academic burnout* pada siswa kelas XI SMAN 5 Surabaya”.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasional. Dalam penelitian korelasional, pengukuran terhadap beberapa variabel serta hubungannya dilakukan bersamaan dalam kondisi alami dan realistik (Azwar, 2017). Subjek yang memenuhi kriteria diminta mengisi kuesioner dan data yang didapatkan dari kuesioner-kuesioner yang terisi akan dianalisis dengan teknik uji *product moment*.

Penelitian ini dilakukan pada bulan Mei 2019 dengan lokasi penelitian di SMAN 5 Surabaya.

B. Identifikasi Variabel

1. Variabel bebas : Perfeksionisme
2. Variabel terikat : *Academic Burnout*

C. Definisi Operasional

1. Perfeksionisme

   Perfeksionisme adalah tingkat hasrat untuk mencapai kesempurnaan yang mencakup kecendrungan untuk memperhatikan/fokus pada kesalahan, standar yang tinggi untuk orang lain, kebutuhan untuk diterima orang lain, kecendrungan untuk menjadi rapi dan terorganisir, kecendrungan untuk merasa harus melakukan sesuatu secara sempurna demi memuaskan orang tua, penuh dengan perencanaan, *rumination*, serta kecendrungan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

untuk mengejar hasil yang sempurna dan standar yang tinggi, yang diukur dengan menggunakan skala dengan aspek *concern over mistakes, high standards for others, need for approval, organization, parental pressure, planfulness, rumination,* dan *striving for excellence*.

2. *Academic Burnout*

Academic burnout adalah tingkat perasaan lelah karena tuntutan studi, memiliki perasaan sinis dan sikap terpisah atau menjauhi sekolah, dan perasaan tidak kompeten sebagai seorang mahasiswa/siswa yang diukur dengan menggunakan skala dengan aspek *academic exhaustion, academic cynicism,* dan *academic inefficacy*.

D. Populasi, Teknik Sampling, dan Sampel

1. Populasi Penelitian

Populasi adalah kelompok subjek yang akan digeneralisasi untuk diakui sebagai hasil penelitian (Azwar, 2017). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI SMAN 5 Surabaya yang berjumlah 319 orang yang tersebar dalam 2 jurusan akademik (IPA dan IPS) dengan total 10 kelas.

2. Teknik *Sampling*

Teknik *sampling* adalah tata cara mengambil wakil dari suatu populasi dari sebagian anggotanya (Nursiyono, 2015). Menurut Azwar (2017), terdapat keharusan untuk memperoleh sampel yang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

tidak bias dalam penelitian yang meggeneralisasi hasil sehingga sampel dapat merepresentasikan populasinya dengan baik dan dalam hal ini peneliti selayaknya menggunakan *probability sampling*.

Dalam penelitian ini, teknik *sampling* yang digunakan adalah *probability sampling* dimana semua orang dalam populasi memiliki kesempatan yang sama untuk menjadi subjek penelitian.

3. Sampel Penelitian

Sampel merupakan sebagian dari populasi yang menjadi subjek penelitian (Azwar, 2017). Menurut Thoifah (2015), tingkat ketelitian/kesalahan yang dikehendaki berpengaruh terhadap jumlah sampel dimana semakin kecil tingkat ketelitian atau tingkat kesalahan maka akan semakin banyak sampel yang dikehendaki.

Sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini dihitung menggunakan rumus Slovin dengan asumsi tingkat kesalahan 5% yang kemudian didapatkan hasil berjumlah 178 orang dari 319 orang total populasi.

E. Instrumen Penelitian

Teknik pengumpulan data adalah cara untuk mengumpulkan data. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menyebarkan kuesioner kepada subjek. Penelitian ini menggunakan instrumen yang mengukur tingkat perfeksionisme dan *academic burnout* yang menggunakan Skala Likert dengan jenis respon yang berupa frekuensi

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

(sangat sering, sering, kadang-kadang, jarang, dan tidak pernah). Untuk memberikan skor terhadap masing-masing respon, silakukan komputasi statistika yang disebut prosedur penskalaan (Azwar, 2017).

1. *Academic Burnout*

a. Definisi Operasional

Academic burnout adalah tingkat perasaan lelah karena tuntutan studi, memiliki perasaan sinis dan sikap terpisah atau menjauhi sekolah, dan perasaan tidak kompeten sebagai seorang mahasiswa/siswa yang diukur dengan menggunakan skala dengan aspek *academic exhaustion*, *academic cynicism*, dan *academic inefficacy*.

b. Alat Ukur

Skala ini berasal dari Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS) yang dibuat oleh Schaufeli, Martínez, Marqués-Pinto, Salanova, dan Bakker (2002) dengan adaptasi berupa beberapa perubahan. Skala ini berfungsi untuk memberikan deskripsi kejenuhan akademik yang dialami oleh siswa kelas XI SMAN 5 Surabaya. Dalam skala ini terdapat tiga aspek, yaitu *academic exhaustion*, *academic cynicism*, dan *academic inefficacy*.

Skala ini memiliki 3 indikator dan 18 aitem dengan 14 aitem *favorable* dan 4 aitem *unfavorable*. Skala ini menggunakan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Skala Likert dengan 5 pilihan jawaban, yaitu sangat sering, sering, kadang-kadang, jarang, dan tidak pernah.

Berikut adalah kisi-kisi penyusunan skala *academic burnout* sebelum try out*:*

Tabel 3.1 Blue Print Skala *Academic Burnout*.

No	Aspek	*Favorable*		*Unfavorable*		Jumlah Item Soal
		Nomor	Total	Nomor	Total	
1	*Academic Exhaustion*	1,8,14,17,18	5	7	1	6
2	*Academic Cynicism*	2,3,4,13	4	6,16	2	6
3	*Academic Inefficacy*	9,10,11,12,15	5	5	1	6
		Jumlah				**18**

c. Validitas dan Reliabilitas

(1) Validitas

Dalam uji validitas suatu skala pengukuran dikatakan valid jika butir-butir pertanyaan dalam kuesioner dapat mendefinisikan suatu variabel. Hasil hitung validitas yang baik mencerminkan data yang diperoleh dari skala psikologi merupakan deskripsi yang benar mengenai variabel yang diukur (Azwar, 2017). Untuk menghiung validitas menggunakan teknik korelasi *product moment*. Pengujian ini dilakukan dengan program SPSS dengan dasar pengambilan keputusan pada uji validitas adalah sebagai berikut:

a) Jika r hitung > r tabel, maka butir soal dinyatakan valid

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

b) Jika r hitung < r tabel, maka butir soal dapat dinyatakan tidak valid.

r tabel yang digunakan dalam pengujian ini bernilai 0,207 dengan jumlah sampel sejumlah 5 kali jumlah aitem, yaitu 90 sampel. Jumlah sampel yang besar diharapkan akan memperoleh hasil yang akurat (Azwar, 2017). Berikut adalah hasil perhitungan uji validitas dari skala *academic burnout*:

Tabel 3.2 Hasil Uji Validitas Skala *Academic Burnout*.

Pertanyaan	Koefisien Validitas	r Tabel	Keterangan
P1	0,631	0,207	Valid
P7	0,393	0,207	Valid
P8	0,621	0,207	Valid
P14	0,316	0,207	Valid
P17	0,709	0,207	Valid
P18	0,621	0,207	Valid
P2	0,502	0,207	Valid
P3	0,671	0,207	Valid
P4	0,687	0,207	Valid
P6	0,418	0,207	Valid
P13	0,627	0,207	Valid
P16	0,464	0,207	Valid
P5	0,376	0,207	Valid
P9	0,709	0,207	Valid
P10	0,711	0,207	Valid
P11	0,694	0,207	Valid
P12	0,723	0,207	Valid
P15	0,252	0,207	Valid

Berdasarkan data di atas, 18 pernyataan dengan 90 sampel pada pengujian skala *academic burnout* dinyatakan valid karena r hitung > r tabel (0,207).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

(2) Reliabilitas

Reliabilitas artinya adalah tingkat kepercayaan hasil suatu pengukuran yang menggambarkan konsistensi atau keakuratan hasil ukur. Pada program SPSS akan dibahas untuk di uji yang sering digunakan dalam penelitian yakni metode Cronbach's Alpha, dimana suatu alat ukur dalam penelitian dianggap realiabel apabila skor Cronbach's Alpha > 0,7 (Periantalo, 2016).

Tabel 3.3 Hasil Uji Reliabilitas Skala *Academic Burnout.*

Cronbach's Alpha	N of Items
,873	18

Berdasarkan tabel 3.3, variabel *academic burnout* reliabel karena skor yang tertera, yaitu 0,873, lebih besar dari 0,7.

2. Perfeksionisme

a. Definisi Operasional

Perfeksionisme adalah tingkat hasrat untuk mencapai kesempurnaan yang mencakup kecendrungan untuk memperhatikan/fokus pada kesalahan, standar yang tinggi untuk orang lain, kebutuhan untuk diterima orang lain, kecendrungan untuk menjadi rapi dan terorganisir, kecendrungan untuk merasa harus melakukan sesuatu secara sempurna demi memuaskan orang tua, penuh dengan perencanaan, *rumination*, serta kecendrungan untuk mengejar hasil yang sempurna dan standar yang tinggi, yang diukur

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

dengan menggunakan skala dengan aspek *concern over mistakes, high standards for others, need for approval, organization, parental pressure, planfulness, rumination,* dan *striving for excellence*.

b. Alat Ukur

Skala ini dibuat untuk memberi gambaran mengenai tingkat perfeksionisme pada siswa kelas XI SMAN 5 Surabaya. Dalam skala ini, terdapat 8 dimensi dalam perfeksionisme, yaitu *concern over mistakes, high standards for others, need for approval, organizational, parental pressure, planfulness, rumination,* dan *striving for excellence*.

Skala ini memiliki 8 indikator dan 30 aitem dengan 27 aitem *favorable* dan 4 aitem *unfavorable*. Skala ini menggunakan Skala Likert dengan 5 pilihan jawaban, yaitu sangat sering, sering, kadang-kadang, jarang, dan tidak pernah.

Berikut adalah kisi-kisi penyusunan skala perfeksionisme sebelum *try out*:

Tabel 3.4 *Blue Print* Skala Perfeksionisme.

No	Aspek	*Favorable*		*Unfavorable*		Jumlah Item Soal
		Nomor	Total	Nomor	Total	
1	*Concern over mistakes*	8,11,22	3	15	1	4
2	*High standards for others*	9,21,24	3	28	1	4
3	*Need for approval*	4,14	2	20	1	3
4	*Organizational*	6,10,25	3	12	1	4
5	*Parental pressure*	3,17,27	3	-	-	3

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

6	*Planfulness*	7,26,13	3	-	-	3
7	*Rumination*	23,30,2,19	4	-	-	4
8	*Striving for excellence*	1,5,16,18,29	5	-	-	5
		Jumlah				**30**

c. Validitas dan Reliabilitas

(1) Validitas

Dalam uji validitas suatu skala pengukuran dikatakan valid jika butir-butir pertanyaan dalam kuesioner dapat mendefinisikan suatu variabel. Hasil hitung validitas yang baik mencerminkan data yang diperoleh dari skala psikologi merupakan deskripsi yang benar mengenai variabel yang diukur (Azwar, 2017). Untuk menghiung validitas menggunakan teknik korelasi *product moment*. Pengujian ini dilakukan dengan program SPSS dengan dasar pengambilan keputusan pada uji validitas adalah sebagai berikut:

c) Jika r hitung > r tabel, maka butir soal dinyatakan valid

d) Jika r hitung < r tabel, maka butir soal dapat dinyatakan tidak valid.

r tabel yang digunakan dalam pengujian ini bernilai 0,149 dengan jumlah sampel sejumlah 5 kali jumlah aitem, yaitu 150 sampel. Jumlah sampel yang besar diharapkan akan memperoleh hasil yang akurat (Azwar, 2017). Berikut

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

adalah hasil perhitungan uji validitas dari skala *academic burnout*:

Tabel 3.5 Hasil Uji Validitas Skala Perfeksionisme.

Pernyataan	Koefisien Validitas	r Tabel	Keterangan
P8	0,429	0,149	Valid
P11	0,453	0,149	Valid
P15	0,704	0,149	Valid
P22	0,447	0,149	Valid
P9	0,481	0,149	Valid
P21	0,444	0,149	Valid
P24	0,468	0,149	Valid
P28	0,786	0,149	Valid
P4	0,398	0,149	Valid
P14	0,307	0,149	Valid
P20	0,240	0,149	Valid
P6	0,493	0,149	Valid
P10	0,473	0,149	Valid
P12	0,734	0,149	Valid
P25	0,357	0,149	Valid
P3	0,477	0,149	Valid
P17	0,371	0,149	Valid
P27	0,376	0,149	Valid
P7	0,580	0,149	Valid
P13	0,416	0,149	Valid
P26	0,484	0,149	Valid
P2	0,270	0,149	Valid
P19	0,199	0,149	Valid
P23	0,344	0,149	Valid
P30	0,355	0,149	Valid
P1	0,558	0,149	Valid
P5	0,479	0,149	Valid
P16	0,583	0,149	Valid
P18	0,541	0,149	Valid
P29	0,557	0,149	Valid

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Berdasarkan data pada Tabel 3.5, 30 pernyataan dengan 150 sampel pada pengujian skala perfeksionisme dinyatakan valid karena r hitung > r tabel (0,149).

(2) Reliabilitas

Reliabilitas artinya adalah tingkat kepercayaan hasil suatu pengukuran yang menggambarkan konsistensi atau keakuratan hasil ukur. Pada program SPSS akan dibahas untuk di uji yang sering digunakan dalam penelitian yakni metode Cronbach's Alpha, dimana suatu alat ukur dalam penelitian dianggap realiabel apabila skor Cronbach's Alpha > 0,7 (Periantalo, 2016).

Tabel 3.6 Hasil Uji Reliabilitas Skala Perfeksionisme

Cronbach's Alpha	*N of Items*
,864	30

Berdasarkan tabel diatas dari variabel perfeksionisme reliabel karena skor yang tertera, yaitu 0,864, lebih besar dari 0,7.

F. Analisa Data

Penelitian ini merupakan uji korelasi dengan menggunakan *product moment* untuk melihat apakah terdapat hubungan antara perfeksionisme dengan *academic burnout*.

Product moment adalah uji korelasi yang umum digunakan dan syarat utama penggunaannya adalah data yang diolah harus berbentuk

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

interval atau rasio yang kemudian harus memenuhi uji normalitas (Periantalo, 2016).

Sebelum diolah menggunakan analisis *product moment*, data yang berbentuk skala ordinal dalam kuesioner akan diubah terlebih dahulu menjadi data interval menggunakan *Method of Successive Internal* (MSI). Pengolahan data menjadi interval dilakukan menggunakan program Microsoft Excel dan hasilnya peneliti lampirkan pada lembaran Lampiran Hasil MSI.

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data yang diambil berasal dari distribusi populasi yang normal (Periantalo, 2016). Jika data tidak mengikuti pola sebaran distribusi normal, maka akan diperoleh taksiran yang bias. Pengujian normalitas dilakukan melalui tes Kolmogorov-Smirnov dan diperoleh hasil sebagai berikut :

Tabel 3.7 Hasil Uji Normalitas dengan *One-Sample* Kolmogorov-Smirnov *Test*

		Unstandardized Residual
N		178
Normal Parameters[a,b]	*Mean*	,0000000
	Std. Deviation	,34045414
Most Extreme Differences	*Absolute*	,043
	Positive	,026
	Negative	-,043
Kolmogorov-Smirnov Z		,575
Asymp. Sig. (2-tailed)		,895
a. Test distribution is Normal.		
b. Calculated from data.		

Analisis normalitas berdasarkan metode Kolmogorov-Smirnov mensyaratkan kurva normal apabila nilai *Asymp. Sig*. berada di atas batas *maximum error*, yaitu 0,05. Nilai *Asymp. Sig*. pada Tabel 3.7 berada di atas

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

batas *maximum error*, yaitu 0.895, maka berarti data berdistribusi normal, maka data yang diuji dapat digunakan.

.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian

Peneliti menetapkan SMAN 5 Surabaya sebagai lokasi penelitian dengan subjek siswa kelas XI. Hal ini dilakukan berdasarkan wawancara awal dan survey yang dilakukan oleh peneliti.

Persiapan penelitian di lapangan peneliti mulai dengan kunjungan non formal ke SMAN 5 Surabaya pada Maret 2018 untuk memastikan kesediaan sekolah dan memperoleh informasi mengenai prosedur perijinan. Setelah Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Sunan Ampel menerbitkan tiga surat ijin penelitian untuk tiga instansi berbeda, peneliti mengajukan surat pertama ke Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Provinsi Jawa Timur untuk mendapatkan surat rekomendasi yang akan diserahkan kepada Dinas Pendidikan Provinsi Jawa Timur Cabang Surabaya-Sidoarjo. Kemudian peneliti mengajukan surat kedua bersama dengan surat rekomendasi dari Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Provinsi Jawa Timur ke Dinas Pendidikan Provinsi Jawa Timur Cabang Surabaya-Sidoarjo untuk mendapatkan surat ijin penelitian yang akan ditujukan kepada Kepala SMAN 5 Surabaya. Setelah itu peneliti mengajukan surat ketiga bersama surat ijin yang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

diterbitkan Dinas Pendidikan Provinsi Jawa Timur Cabang Surabaya-Sidoarjo kepada Kepala SMAN 5 Surabaya. Selanjutnya peneliti menyusun *timeline* penelitian di lapangan dengan bantuan guru Bimbingan Konseling agar sesuai dengan *timeline* kegiatan di sekolah.

Penelitian dengan menyebarkan kuesioner dengan 3 bagian, yaitu bagian identitas diri, bagian skala 1 yang memuat skala perfeksionisme, dan bagian skala 2 yang memuat skala *academic burnout*.Skala perfeksionisme yang digunakan merupakan skala yang berisi 30 pernyataan yang dikembangkan dari 8 aspek. Skala *academic burnout* yang digunakan berisi 18 pernyataan dari 3 aspek. Kedua skala ini lolos uji validitas dan reliabilitas dan pernyataan-pernyataan yang ada disesuaikan dengan kriteria subjek yang merupakan siswa kelas XI dengan bantuan *expert judgement* salah satu dosen Psikologi di UIN Sunan Ampel Surabaya, yaitu Bapak Lucky Abrory M, Psi.

Sasaran dari kuesioner adalah 178 siswa dan mulai disebarkan kepada yang bersangkutan dari tanggal 14 Mei 2018 sampai dengan 23 Mei 2018 secara *online* dengan memanfaatkan fitur dari Google Form. Pada tanggal 24 Mei 2018 peneliti melengkapi jumlah subjek yang dibutuhkan dengan menyebarkan kuesioner secara *offline*.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Keseluruhan proses penelitian di lapangan dilakukan tidak lepas dari konsultasi dengan dosen pembimbing skripsi dan pihak SMAN 5 Surabaya.

2. Deskripsi Hasil Penelitian

a. Deskripsi Subjek

Subyek dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI SMAN 5 Surabaya yang berjumlah 178 orang. Selanjutnya akan dijabarkan tentang gambaran subyek berdasarkan jenis kelamin, usia dan kelas.

1) Deskripsi subjek berdasarkan jenis kelamin

Berdasarkan jenis kelamin subyek dikelompokkan menjadi dua yaitu laki-laki dan perempuan. Gambaran penyebaran subyek berdasarkan jenis kelamin dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 4.1 Sebaran subjek berdasarkan jenis kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
Laki-laki	59	33,1%
Perempuan	119	66,9%
Total	178	100%

Berdasarkan Tabel 4.1 dapat diketahui bahwa dari 178 subjek yang diteliti, sebesar 33,1% diantaranya berjenis kelamin laki-laki, dan sebesar 66,9% lainnya berjenis kelamin perempuan. Hal ini mengindikasikan bahwa mayoritas subjek berjenis kelamin perempuan.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

2) Deskripsi subjek berdasarkan usia

Berdasarkan usia, subyek dikelompokkan menjadi empat kategori yaitu 15,16,17, dan 18 tahun. Gambaran penyebaran subyek berdasarkan usia dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 4.2 Sebaran subjek berdasarkan usia

Usia	Jumlah	Persentase
15 Tahun	1	0,6%
16 Tahun	71	39,9%
17 Tahun	104	58,4%
18 Tahun	2	1,1%
Total	178	100%

Berdasarkan Tabel 4.2 dapat diketahui bahwa dari 178 subjek yang diteliti, sebesar 0,6% diantaranya berusia 15 tahun, sebesar 1,1% diantaranya berusia 18 tahun, sebesar 39,9% diantaranya berusia 16 tahun, dan sebesar 58,4% lainnya berusia 17 tahun. Hal ini mengindikasikan bahwa mayoritas subjek berusia 17 tahun.

3) Deskripsi subjek berdasarkan kelas

Berdasarkan kelas, subyek dikelompokkan menjadi sepuluh yaitu XI IPA 1, XI IPA 2, XI IPA 3, XI IPA 4, XI IPA 5, XI IPA 6, XI IPA 7, XI IPA 8, XI IPA 9, dan XI IPS. Gambaran penyebaran subyek berdasarkan kelas dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 4.3 Sebaran subjek berdasarkan kelas

Kelas	Jumlah	Persentase
XI IPA 1	31	17,4%

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

XI IPA 2	9	5,1%
XI IPA 3	9	5,1%
XI IPA 4	10	5,6%
XI IPA 5	18	10,1%
XI IPA 6	9	5,1%
XI IPA 7	7	3,9%
XI IPA 8	29	16,3%
XI IPA 9	32	18%
XI IPS	24	13,5%
Total	178	100%

Berdasarkan Tabel 4.3 dapat diketahui bahwa dari 178 subjek yang diteliti, sebesar 17,4% diantaranya berada di kelas XI IPA 1, 5,1% diantaranya berada di kelas XI IPA 2, 5,1% diantaranya berada di kelas XI IPA 3, 5,6% diantaranya berada di kelas XI IPA 4, 10,1% diantaranya berada di kelas XI IPA 5, 5,1% diantaranya berada di kelas XI IPA 6, 3,9% diantaranya berada di kelas XI IPA 7, 16,3% diantaranya berada di kelas XI IPA 8, 18,0% diantaranya berada di kelas XI IPA 9, dan sebesar 13,5% lainnya berada di kelas XI IPS. Hal ini mengindikasikan bahwa subjek paling banyak berasal dari kelas XI IPA 9 dan paling sedikit yang berasal dari XI IPA 7.

b. Analisis Deskriptif Data

Analisis deskriptif digunakan untuk mengetahui gambaran persepsi 178 subjek mengenai variabel penelitian perfeksionisme dan *academic burnout* pada siswa kelas XI SMAN 5 Surabaya.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

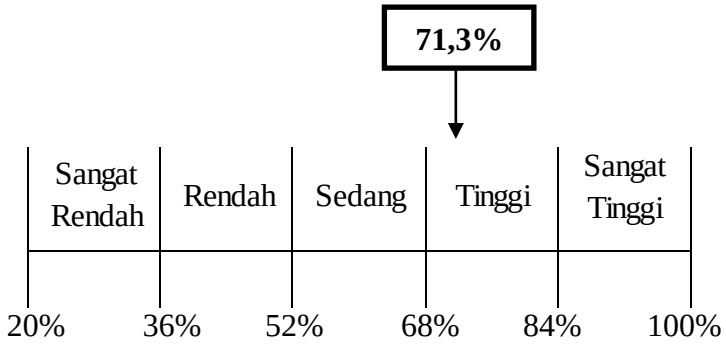
(1) Tanggapan subjek terhadap skala perfeksionisme

Tabel 4.4 Tanggapan Subjek terhadap Aspek *Concern Over Mistakes*

No	Pernyataan	SS	S	K	J	TP	Jmlh	Skor Total	Skor Ideal
1	Saya cenderung memperhatikan detail dalam setiap hal	35	81	48	14	0	178	671	890
		19,7%	45,5%	27%	7,9%	0%	100%	75,4%	
2	Saya menginginkan hasil pekerjaan tanpa kesalahan	46	88	30	11	3	178	697	890
		25,8%	49,4%	16,9%	6,2%	1,7%	100%	78,3%	
3	Saya menerima apapun hasil pekerjaan orang lain	3	6	76	67	26	178	641	890
		1,7%	3,4%	42,7%	37,6%	14,6%	100%	72%	
4	Seharusnya tidak ada kesalahan dalam hasil akhir pekerjaan siapapun	15	47	60	30	26	178	529	890
		8,4%	26,4%	33,7%	16,9%	14,6%	100%	59,4%	
Jumlah Skor Total								**2538**	**3560**
Persentase Skor								**71,3%**	

Tabel di atas menggambarkan tanggapan subjek mengenai aspek *concern over mistakes*. Berdasarkan hasil pengolahan yang disajikan pada tabel di atas, dapat dilihat bahwa skor total untuk aspek *concern over mistakes* adalah 2538 atau 71,3%. Dengan demikian aspek *concern over mistakes* berada pada kategori sedang. Jumlah skor tersebut dimasukkan ke dalam garis kontinum sebagai berikut:

Gambar 4.1 Garis Kontinum Tanggapan Subjek Terhadap Aspek *Concern Over Mistakes*



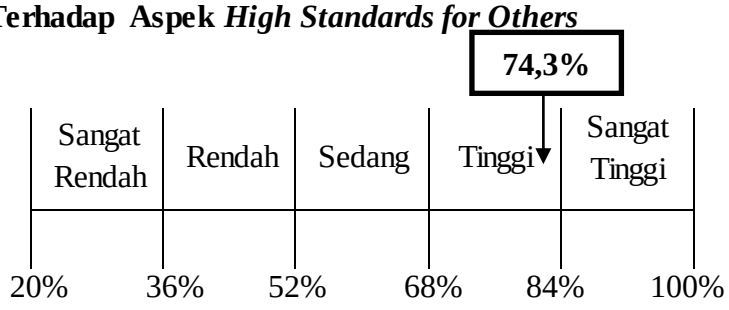
digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tabel 4.5 Tanggapan Subjek terhadap Aspek *High Standards for Others*

No	Pernyataan	SS	S	K	J	TP	Jmlh	Skor Total	Skor Ideal
1	Saya terbiasa dengan orang-orang yang mengerjakan sesuatu dengan sempurna	38	67	53	20	0	178	657	890
		21,3%	37,6%	29,8%	11,2%	0,0%	100%	73,8%	
2	Saya lebih menyukai orang-orang yang gigih dalam mencapai sesuatu	49	79	40	10	0	178	701	890
		27,5%	44,4%	22,5%	5,6%	0,0%	100%	78,8%	
3	Hasil pekerjaan dari orang-orang yang saya pilih seharusnya memenuhi ekspektasi saya	26	77	60	10	5	178	643	890
		14,6%	43,3%	33,7%	5,6%	2,8%	100%	72,2%	
4	Saya menghindari berharap banyak pada teman-teman saya	1	10	77	57	33	178	645	890
		0,6%	5,6%	43,3%	32,0%	18,5%	100%	72,5%	
Jumlah Skor Total							**2646**	**3560**	
Persentase Skor								**74,3%**	

Tabel di atas menggambarkan tanggapan subjek mengenai aspek *high standards for others*. Berdasarkan hasil pengolahan yang disajikan pada tabel di atas, dapat dilihat bahwa skor total untuk aspek ini adalah 2646 atau 74,3% sehingga aspek ini berada pada kategori tinggi. Jumlah skor tersebut dimasukkan ke dalam garis kontinum sebagai berikut:

Gambar 4.2 Garis Kontinum Tanggapan Subjek Terhadap Aspek *High Standards for Others*



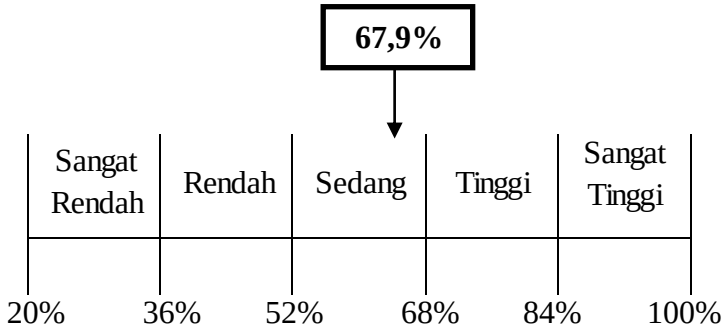
digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tabel 4.6 Tanggapan Subjek Terhadap Aspek *Need for Approval*

No	Pernyataan	SS	S	K	J	TP	Jmlh	Skor Total	Skor Ideal
1	Saya senang dianggap penting oleh orang lain	46	61	56	12	3	178	669	890
		25,8%	34,3%	31,5%	6,7%	1,7%	100%	75,2%	
2	Saya akan melakukan apa saja agar teman saya nyaman bersama saya	52	72	40	11	3	178	693	890
		29,2%	40,4%	22,5%	6,2%	1,7%	100%	77,9%	
3	Saya lebih nyaman ketika orang lain mengabaikan keberadaan saya	30	60	64	12	12	178	450	890
		16,9%	33,7%	36,0%	6,7%	6,7%	100%	50,6%	
Jumlah Skor Total								**1812**	**2670**
Persentase Skor								**67,9%**	

Tabel di atas menggambarkan tanggapan subjek mengenai aspek *need for approval*. Berdasarkan hasil pengolahan yang disajikan pada tabel di atas, dapat dilihat bahwa skor total untuk aspek *need for approval* adalah 1812 atau 67,9%. Dengan demikian aspek *need for approval* berada pada kategori tinggi. Jumlah skor tersebut dimasukkan ke dalam garis kontinum sebagai berikut:

Gambar 4.3 Garis Kontinum Tanggapan Subjek Terhadap Aspek *Need for Approval*



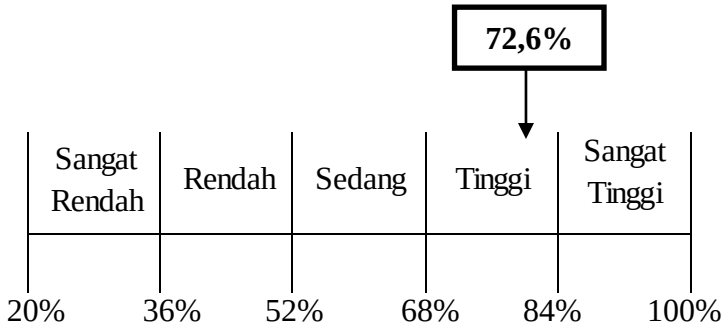
digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tabel 4.7 Tanggapan Subjek Terhadap Aspek *Organizational*

No	Pernyataan	SS	S	K	J	TP	Jmlh	Skor Total	Skor Ideal
1	Saya menyukai hal-hal yang sistematis dan teratur	50	67	47	14	0	178	687	890
		28,1%	37,6%	26,4%	7,9%	0%	100%	77,2%	
2	Sebaiknya semua orang melakukan sesuatu sesuai dengan jadwal yang sudah ditentukan	33	82	46	15	2	178	663	890
		18,5%	46,1%	25,8%	8,4%	1,1%	100%	74,5%	
3	Saya mudah sekali bosan dengan sesuatu yang terlalu rapi	18	56	58	26	20	178	508	890
		10,1%	31,5%	32,6%	14,6%	11,2%	100%	57,1%	
4	Saya merasa nyaman berada di dalam ruangan yang rapi	57	84	31	5	1	178	725	890
		32,0%	47,2%	17,4%	2,8%	0,6%	100%	81,5%	
		Jumlah Skor Total						**2583**	**3560**
		Persentase Skor						**72,6%**	

Tabel di atas menggambarkan tanggapan subjek mengenai aspek *organizational*. Berdasarkan hasil pengolahan yang disajikan pada tabel di atas, dapat dilihat bahwa skor total untuk aspek *organizational* adalah 2583 atau 72,6%. Dengan demikian aspek *Organizational* berada pada kategori tinggi. Jumlah skor tersebut dimasukkan ke dalam garis kontinum sebagai berikut:

Gambar 4.4 Garis Kontinum Tanggapan Subjek Terhadap Aspek *Organizational*



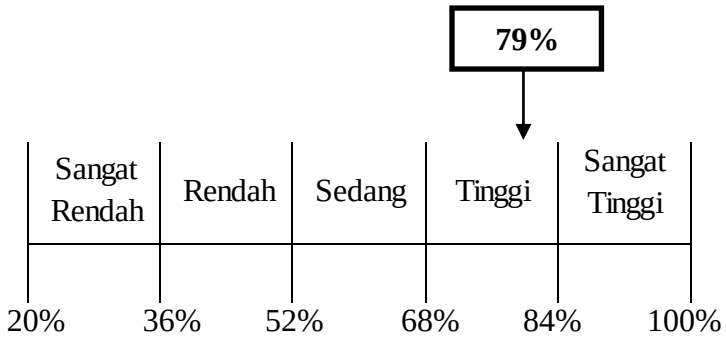
digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tabel 4.8 Tanggapan Subjek Terhadap Aspek *Parental Pressure*

No	Pernyataan	SS	S	K	J	TP	Jmlh	Skor Total	Skor Ideal
1	Saya senantiasa berusaha membanggakan kedua orang tua saya	97	71	5	3	2	178	792	890
		54,5%	39,9%	2,8%	1,7%	1,1%	100%	89,0%	
2	Saya merasa orang tua saya akan kecewa jika saya gagal melakukan sesuatu	68	69	32	8	1	178	729	890
		38,2%	38,8%	18,0%	4,5%	0,6%	100%	81,9%	
3	Orang tua saya perlu mengetahui pencapaian saya	30	47	58	33	10	178	588	890
		16,9%	26,4%	32,6%	18,5%	5,6%	100%	66,1%	
Jumlah Skor Total								**2109**	**2670**
Persentase Skor								**79%**	

Tabel di atas menggambarkan tanggapan subjek mengenai aspek *parental pressure*. Berdasarkan hasil pengolahan yang disajikan pada tabel di atas, dapat dilihat bahwa skor total untuk aspek *parental pressure* adalah 2109 atau 79%. Dengan demikian aspek *parental pressure* berada pada kategori tinggi. Jumlah skor tersebut dimasukkan ke dalam garis kontinum sebagai berikut:

Gambar 4.5 Garis Kontinum Tanggapan Subjek Terhadap Aspek *Parental Pressure*



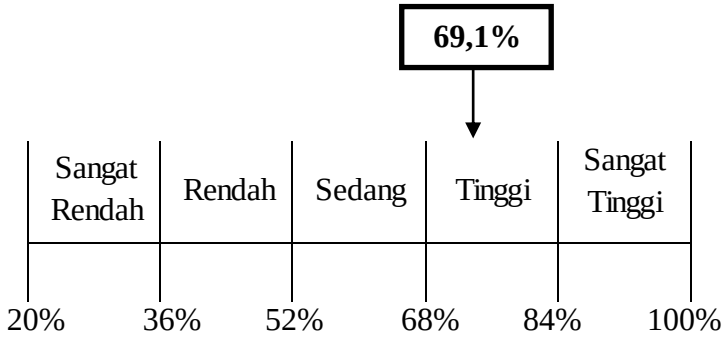
digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tabel 4.9 Tanggapan Subjek Terhadap Aspek *Planfulness*

No	Pernyataan	SS	S	K	J	TP	Jmlh	Skor Total	Skor Ideal
1	Saya berusaha sebaik mungkin dalam menyusun target-target yang ingin saya capai	51	64	49	12	2	178	684	890
		28,7%	36,0%	27,5%	6,7%	1,1%	100%	76,9%	
2	Saya lebih menyukai sesuatu yang direncanakan daripada sesuatu yang spontan	26	71	61	20	0	178	637	890
		14,6%	39,9%	34,3%	11,2%	0%	100%	71,6%	
3	Saya selalu memiliki daftar kegiatan yang harus saya lakukan	13	42	62	43	18	178	523	890
		7,3%	23,6%	34,8%	24,2%	10,1%	100%	58,8%	
	Jumlah Skor Total							**1844**	**2670**
	Persentase Skor							**69,1%**	

Tabel di atas menggambarkan tanggapan subjek mengenai aspek *planfulness*. Berdasarkan hasil pengolahan yang disajikan pada tabel di atas, dapat dilihat bahwa skor total untuk aspek *planfulness* adalah 1844 atau 69,1%. Dengan demikian aspek *planfulness* berada pada kategori tinggi. Jumlah skor tersebut dimasukkan ke dalam garis kontinum sebagai berikut:

Gambar 4.6 Garis Kontinum Tanggapan Subjek Terhadap Aspek *Planfulness*



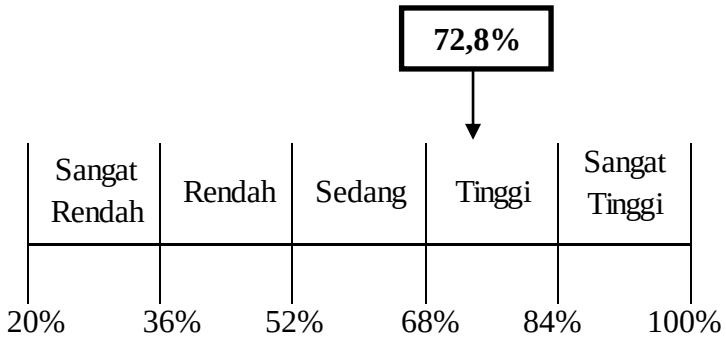
digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tabel 4.10 Tanggapan Subjek Terhadap Aspek *Rumination*

No	Pernyataan	SS	S	K	J	TP	Jmlh	Skor Total	Skor Ideal
1	Saya selalu terbayang kegagalan-kegagalan yang pernah saya alami	38	66	56	17	1	178	657	890
		21,3%	37,1%	31,5%	9,6%	0,6%	100%	73,8%	
2	Saya cenderung mengingat kejadian-kejadian tidak menyenangkan di masa lalu	51	61	43	21	2	178	672	890
		28,7%	34,3%	24,2%	11,8%	1,1%	100%	75,5%	
3	Sulit bagi saya untuk melupakan semua kenangan buruk yang pernah terjadi	45	47	53	27	6	178	632	890
		25,3%	26,4%	29,8%	15,2%	3,4%	100%	71,0%	
4	Saya bertanya-tanya mengapa hal-hal buruk terjadi di masa lalu saya	48	48	42	33	7	178	631	890
		27,0%	27,0%	23,6%	18,5%	3,9%	100%	70,9%	
	Jumlah Skor Total							**2592**	**3560**
	Persentase Skor							**72,8%**	

Tabel 4.10 menggambarkan tanggapan subjek mengenai aspek *rumination*. Berdasarkan hasil pengolahan yang disajikan pada tabel di atas, dapat dilihat bahwa skor total untuk aspek ini adalah 2592 atau 72,8%. Dengan demikian aspek ini berada pada kategori tinggi. Jumlah skor tersebut dimasukkan ke dalam garis kontinum sebagai berikut:

Gambar 4.7 Garis Kontinum Tanggapan Subjek Terhadap Aspek *Rumination*



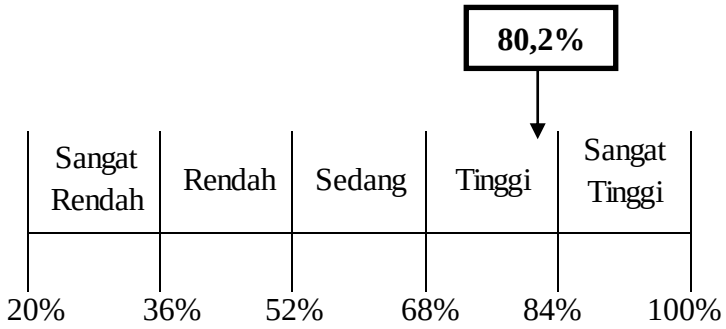
digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tabel 4.11 Tanggapan Subjek Terhadap Aspek *Striving for Excellence*

No	Pernyataan	SS	S	K	J	TP	Jmlh	Skor Total	Skor Ideal
1	Saya harus selalu mengusahakan kemampuan terbaik saya	68	80	29	1	0	178	749	890
		38,2%	44,9%	16,3%	0,6%	0%	100%	84,2%	
2	Saya selalu berusaha menjadi yang terbaik di kelas	26	59	63	22	8	178	607	890
		14,6%	33,1%	35,4%	12,4%	4,5%	100%	68,2%	
3	Saya harus melakukan segala sesuatu dengan sebaik mungkin	67	85	24	2	0	178	751	890
		37,6%	47,8%	13,5%	1,1%	0,0%	100%	84,4%	
4	Saya berupaya belajar lebih keras agar nilai saya sempurna	52	81	35	8	2	178	707	890
		29,2%	45,5%	19,7%	4,5%	1,1%	100%	79,4%	
5	Saya berjuang untuk mencapai semua yang saya inginkan	66	89	22	1	0	178	754	890
		37,1%	50,0%	12,4%	0,6%	0%	100%	84,7%	
Jumlah Skor Total								**3568**	**4450**
Persentase Skor								**80,2%**	

Tabel di atas menggambarkan tanggapan subjek mengenai aspek *striving for excellence*. Berdasarkan hasil pengolahan yang disajikan pada tabel di atas, dapat dilihat bahwa skor total untuk aspek ini adalah 3568 atau 80,2%. Dengan demikian aspek *striving for excellence* berada pada kategori tinggi. Jumlah skor tersebut dimasukkan ke dalam garis kontinum sebagai berikut:

Gambar 4.8 Garis Kontinum Tanggapan Subjek terhadap Aspek *Striving for Excellence*



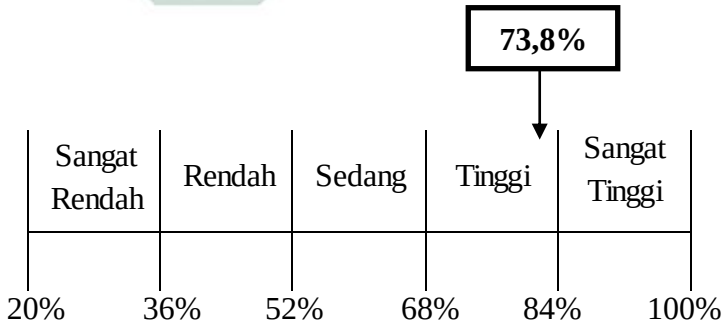
digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tabel 4.12 Tanggapan Subjek terhadap Variabel Perfeksionisme

No	Aspek	Skor Total	Skor Ideal	%
1	*Concern over mistakes*	2538	3560	71,3%
2	*High standards for others*	2646	3560	74,3%
3	*Need for approval*	1812	2670	67,9%
4	*Organizational*	2383	3560	72,6%
5	*Parental pressure*	2109	2670	79,0%
6	*Planfulness*	1844	2670	69,1%
7	*Rumination*	2592	3560	72,8%
8	*Striving for excellence*	3568	4450	80,2%
	Total Skor	19692	26700	**73,8%**

Tabel 4.11 menggambarkan tanggapan subjek mengenai variabel perfeksionisme. Berdasarkan hasil pengolahan yang disajikan pada tabel di atas, dapat dilihat bahwa skor total untuk variabel perfeksionisme adalah 19692 atau 73,8%. Dengan demikian, variabel Perfeksionisme berada pada kategori tinggi. Jumlah skor tersebut dimasukkan ke dalam garis kontinum sebagai berikut:

Gambar 4.9 Garis Kontinum Tanggapan Subjek terhadap Variabel Perfeksionisme



digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

(2) Tanggapan subjek terhadap skala *academic burnout*

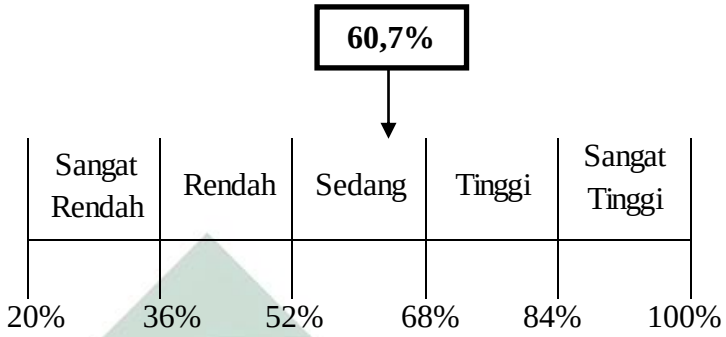
Tabel 4.13 Tanggapan Subjek terhadap Aspek *Academic Exhaustion*

No	Pernyataan	SS	S	K	J	TP	Jmlh	Skor Total	Skor Ideal
1	Saya merasa pelajaran-pelajaran membuat saya lelah sekali	4	8	46	74	46	178	384	890
		2,2%	4,5%	25,8%	41,6%	25,8%	100%	43,1%	
2	Saya bersemangat untuk berangkat sekolah setiap pagi	21	50	81	23	3	178	597	890
		11,8%	28,1%	45,5%	12,9%	1,7%	100%	67,1%	
3	Sepulang sekolah, saya merasa tidak punya tenaga lagi	7	33	54	52	32	178	603	890
		3,9%	18,5%	30,3%	29,2%	18,0%	100%	67,8%	
4	Belajar atau masuk kelas membuat saya tertekan	22	28	75	36	17	178	536	890
		12,4%	15,7%	42,1%	20,2%	9,6%	100%	60,2%	
5	Saya merasa tertekan karena tugas-tugas sekolah yang banyak	27	51	55	27	18	178	576	890
		15,2%	28,7%	30,9%	15,2%	10,1%	100%	64,7%	
6	Saya merasa jenuh dengan pelajaran-pelajaran	7	45	89	26	11	178	545	890
		3,9%	25,3%	50,0%	14,6%	6,2%	100%	61,2%	
Jumlah Skor Total								**3241**	**5340**
Persentase Skor								**60,7%**	

Tabel di atas menggambarkan tanggapan subjek mengenai aspek *academic exhaustion*. Berdasarkan hasil pengolahan yang disajikan pada tabel di atas, dapat dilihat bahwa skor total untuk aspek *academic exhaustion* adalah 3241 atau 60,7%. Dengan demikian aspek *academic exhaustion* berada pada kategori sedang. Jumlah skor tersebut dimasukkan ke dalam garis kontinum sebagai berikut:

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Gambar 4.10 Garis Kontinum Tanggapan Subjek terhadap Aspek *Academic Exhaustion*



Tabel 4.14 Tanggapan Subjek terhadap Aspek *Academic Cynicism*

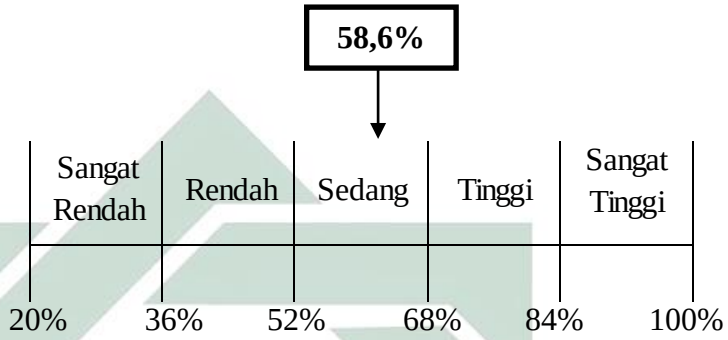
No	Pernyataan	SS	S	K	J	TP	Jmlh	Skor Total	Skor Ideal
1	Saya merasa pekerjaan rumah (PR) tidak terlalu penting	10	26	62	43	37	178	463	890
		5,6%	14,6%	34,8%	24,2%	20,8%	100%	52,0%	
2	Saya menjadi kurang antusias dalam belajar	5	30	73	47	23	178	481	890
		2,8%	16,9%	41,0%	26,4%	12,9%	100%	54,0%	
3	Saya meragukan prospek dari proses belajar saya	37	60	53	20	8	178	632	890
		20,8%	33,7%	29,8%	11,2%	4,5%	100%	71,0%	
4	Saya mampu menjaga minat belajar saya sampai saat ini	12	55	86	21	4	178	484	890
		6,7%	30,9%	48,3%	11,8%	2,2%	100%	54,4%	
5	Saya meragukan manfaat dari studi saya	6	25	90	49	8	178	506	890
		3,4%	14,0%	50,6%	27,5%	4,5%	100%	56,9%	
6	Saya bersemangat mengerjakan tugas-tugas di kelas	8	49	90	25	6	178	562	890
		4,5%	27,5%	50,6%	14,0%	3,4%	100%	63,1%	
Jumlah Skor Total								**3128**	**5340**
Persentase Skor								**58,6%**	

Tabel 4.14 menggambarkan tanggapan subjek mengenai aspek *academic cynicism*. Berdasarkan hasil pengolahan yang disajikan pada tabel di atas, dapat dilihat bahwa skor total untuk aspek *academic cynicism* adalah 3128 atau 58,6%. Dengan demikian aspek *academic cynicism* berada

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

pada kategori sedang. Jumlah skor tersebut dimasukkan ke dalam garis kontinum sebagai berikut:

Gambar 4.11 Garis Kontinum Tanggapan Subjek Terhadap Aspek *Academic Cynicism*



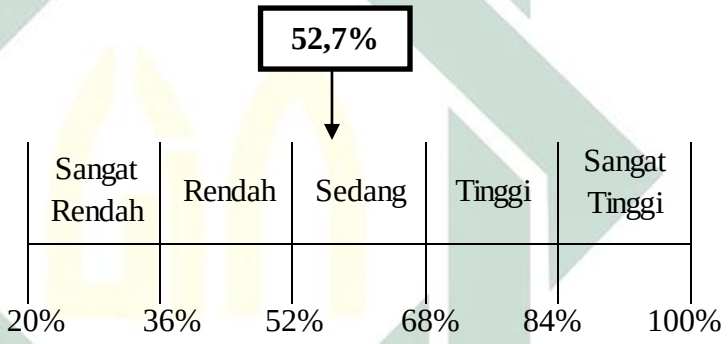
Tabel 4.15 Tanggapan Subjek terhadap Aspek *Academic Inefficacy*

No	Pernyataan	SS	S	K	J	TP	Jmlh	Skor Total	Skor Ideal
1	Saya bisa mempelajari banyak hal yang menarik selama proses belajar	28	88	51	10	1	178	402	890
		15,7%	49,4%	28,7%	5,6%	0,6%	100%	45,2%	
2	Saya merasa saya tidak bisa membuat kontribusi yang bermanfaat di kelas	12	30	66	47	23	178	495	890
		6,7%	16,9%	37,1%	26,4%	12,9%	100%	55,6%	
3	Saya kesulitan menyelesaikan tugas yang diberikan di kelas	4	18	75	52	29	178	450	890
		2,2%	10,1%	42,1%	29,2%	16,3%	100%	50,6%	
4	Saya merasa kesulitan meraih tujuan belajar saya	47	29	47	33	22	178	580	890
		26,4%	16,3%	26,4%	18,5%	12,4%	100%	65,2%	
5	Menurut saya, saya adalah siswa yang tidak bisa apa-apa	1	10	51	88	28	178	402	890
		0,6%	5,6%	28,7%	49,4%	15,7%	100%	45,2%	
6	Saya merasa kurang efektif dalam menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan	4	21	86	55	12	178	484	890
		2,2%	11,8%	48,3%	30,9%	6,7%	100%	54,4%	
Jumlah Skor Total								**2813**	**5340**
Persentase Skor								**52,7%**	

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Tabel 4.15 menggambarkan tanggapan subjek mengenai aspek *academic inefficacy*. Berdasarkan hasil pengolahan yang disajikan pada tabel di atas, dapat dilihat bahwa skor total untuk aspek ini adalah 2813 atau 52,7%. Dengan demikian aspek *academic inefficacy* berada pada kategori sedang. Jumlah skor tersebut dimasukkan ke dalam garis kontinum sebagai berikut:

Gambar 4.12 Garis Kontinum Tanggapan Subjek Terhadap Aspek *Academic Inefficacy*



Tabel 4.16 Tanggapan Subjek terhadap Variabel *Academic Burnout*

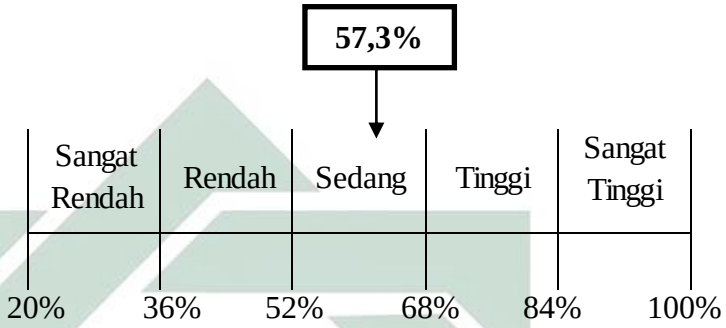
No	Aspek	Skor Total	Skor Ideal	%
1	*Academic Exhaustion*	3241	5340	60,7%
2	*Academic Cynicism*	3128	5340	58,6%
3	*Academic Inefficacy*	2813	5340	52,7%
	Total Skor	9182	16020	57,3%

Tabel di atas menggambarkan tanggapan subjek mengenai variabel *academic burnout*. Berdasarkan hasil pengolahan yang disajikan pada tabel di atas, dapat dilihat bahwa skor total untuk variabel *academic burnout* adalah 9182 atau 57,3%. Dengan demikian, variabel *academic burnout*

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

berada pada kategori sedang. Jumlah skor tersebut dimasukkan ke dalam garis kontinum sebagai berikut:

Gambar 4.13 Garis Kontinum Tanggapan Subjek terhadap Variabel *Academic Burnout*



B. Pengujian Hipotesis

Untuk melihat hubungan antara perfeksionisme dengan *academic burnout* pada siswa kelas XI SMAN 5 Surabaya digunakan analisis *product moment* dengan hipotesis berupa terdapat hubungan antara perfeksionisme dengan *academic burnout* pada siswa kelas XI SMAN 5 Surabaya. Berikut merupakan hasil uji statistik *product* moment dengan perhitungan *chi square* menggunakan SPSS:

Tabel 4.17 Hasil Uji Hipotesis

Correlations		
		Y
X	*Pearson Correlation*	,551
	Sig. (2-*tailed*)	,000
	N	178

Berdasarkan hasil perhitungan statistik menggunakan SPSS diperoleh nilai *Pearson Correlation* sebesar 0,551 dan *p-value* (Sig.) sebesar 0,000. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa *p-value* (0,000) < 0,05 yang berarti terdapat hubungan antara perfeksionisme dengan

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

academic burnout pada siswa kelas XI SMAN 5 Surabaya. Nilai *Pearson Correlation* sebesar 0,551 menunjukkan bahwa adanya hubungan yang kuat sebesar 55,1% antara perfeksionisme dengan *academic burnout* pada siswa kelas XI SMAN 5 Surabaya.

C. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk menguji hipotesis yang berupa adanya hubungan antara perfeksionisme dengan *academic burnout* pada siswa kelas XI SMAN 5 Surabaya.

Berdasarkan perhitungan hasil penelitian menggunakan bantuan *Microsoft Excel* untuk mendapatkan data deskriptif, diperoleh skor total untuk variabel perfeksionisme adalah sebesar 19476 atau 72,9%. Hal ini mengindikasikan bahwa tanggapan subjek terhadap skala perfeksionisme berada pada kategori tinggi. Dari delapan aspek pernyataan yang diteliti, skor tertinggi sebesar 79,7% yaitu pada aspek *striving for excellence*, sedangkan skor terendah sebesar 65,3% yaitu pada aspek *concern over mistakes*.

Hewitt dan Flett (1991) menyebutkan bahwa perfeksionisme adalah keinginan individu untuk mencapai kesempurnaan dengan menetapkan standar yang tinggi bagi diri sendiri, standar bagi orang lain, dan memiliki ekspektasi bahwa orang lain menetapkan standar bagi dirinya.

Dimensi-dimensi perfeksionisme menurut Hill, Huelsman, Furr, Kibler, Vicente, dan Kennedy (2004) adalah *concern over mistakes* yang merupakan kecendrungan untuk memperhatikan/fokus pada kesalahan,

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

high standards for others yang merupakan standar yang tinggi untuk orang lain, *need for approval* yang merupakan kebutuhan atau keinginan untuk diterima, *organizational* yang merupakan kecendrungan untuk menjadi rapi dan terorganisir, *parental pressure* yang merupakan kecendrungan untuk merasa harus melakukan sesuatu secara sempurna demi memuaskan orang tua, *planfulness* atau penuh dengan perencanaan, *rumination* yang merupakan kecendrungan untuk terus menerus mengingat dan memikirkan pengalaman-pengalaman buruk, dan *striving for excellence* atau kecendrungan untuk mengejar hasil yang sempurna dan standar yang tinggi.

Skor total untuk variabel *academic burnout* yang didapatkan dalam penelitian ini adalah sebesar 9408 atau 58,7%. Hal ini mengindikasikan bahwa tanggapan subjek terhadap skala *academic burnout* berada pada kategori sedang.

Zhang, Gan, dan Cham (2007) menyebutkan bahwa *academic burnout* adalah perasaan lelah karena tuntutan studi, memiliki perasaan sinis dan sikap terpisah atau menjauhi sekolah, dan perasaan tidak kompeten sebagai seorang mahasiswa/siswa. Noh, Shin, dan Lee (2013) menambahkan, ketika diterapkan dalam *setting* akademik, *academic burnout* merupakan suatu sindrom yang ditandai oleh kelelahan emosional, sinisme, dan *academic inefficacy* dari kegagalan yang berkelanjutan untuk mengatasi *academic stress*.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Beberapa aspek dalam *academic burnout* secara spesifik dijelaskan oleh Noh, Shin, dan Lee (2013), yaitu *academic exhaustion* yang merujuk pada kelelahan karena tuntutan studi, *academic cynicism* yang digunakan untuk mengindikasi sikap siswa mengacuhkan tugas-tugas, serta *academic inefficacy*.Dari tiga aspek yang diteliti dalam penelitian ini, skor tertinggi sebesar 60,4% yaitu pada aspek *academic cynicism*, sedangkan skor terendah sebesar 57,6% yaitu pada aspek *academic inefficacy*.

Hasil uji hipotesis dalam penelitian ini menyatakan bahwa terdapat hubungan yang kuat sebesar 55,1% antara perfeksionisme dengan *academic burnout* pada siswa kelas XI SMAN 5 Surabaya berdasarkan perhitungan hasil penelitian menggunakan teknik uji *product moment*.

Hal ini sejalan dengan hasil dari penelitian yang dilakukan oleh Karimi, Bashirpur, Khabbaz, dan Hedayati (2014) yang mengemukakan bahwa subjek dengan *academic burnout* yang tinggi cenderung memiliki skor perfeksionisme yang tinggi. Elsadik dan Abady (2019) juga menemukan bahwa *academic burnout* memiliki hubungan yang signifikan dengan perfeksionisme dalam konteks akademik.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Maslach (2003), didapatkan hasil bahwa beberapa faktor yang mempengaruhi *burnout* adalah jenis kelamin, usia, status pernikahan, dan kepribadian. Perfeksionisme merupakan konstrak multidimensi yang dipandang sebagai salah satu *trait* kepribadian (Miquelon, Vallerand, Cardinal, dan Grouzet, 2005). Perfeksionisme juga disebutkan sebagai karakteristik kepribadian yang

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

berhubungan dengan stres, konflik, dan *burnout* dan memainkan peran penting dalam memunculkan tekanan dan *burnout* (Friedman, 2000; Hewitt, Flett dan Hallaet, 1995).

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah di lakukan mengenai Hubungan antara Perfeksionisme dengan *Academic Burnout* pada Siswa Kelas XI SMAN 5 Surabaya, maka diperoleh kesimpulan bahwa:

1. Siswa kelas XI SMAN 5 Surabaya memiliki perfeksionisme yang tinggi yaitu sebesar 73,8%.
2. Siswa kelas XI SMAN 5 Surabaya memiliki *academic burnout* yang sedang yaitu sebesar 57,3%.
3. Perfeksionisme dan *academic burnout* pada siswa kelas XI SMAN 5 Surabaya memiliki hubungan yang signifikan yaitu sebesar 55,1%.

B. Saran

1. Bagi siswa/peserta didik

   Siswa/peserta didik diharapkan untuk dapat lebih menunjang kemampuan akademik dengan menggunakan penelitian ini sebagai salah satu sumber informasi untuk mengenal *trait* perfeksionisme yang berdampak pada *academic burnout*.

2. Bagi Orang Tua/Wali Siswa, Guru/Tenaga Pendidik, dan Sekolah/Institusi Pendidikan

   Orang tua/wali siswa, guru/tenaga pendidik, dan sekolah/institusi pendidikan diharapkan untuk dapat memiliki

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

kemampuan untuk mengindikasi *trait* perfeksionisme pada anak atau peserta didik dan dapat menciptakan lingkungan belajar yang kondusif dan dapat membimbing mereka agar tidak mengarah pada *academic burnout*.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan untuk lebih spesifik dalam menentukan variabel penelitian dari dimensi-dimensi yang ada dalam variabel perfeksionisme dan variabel *academic burnout*. Selain itu, penelitian ini juga masih sangat terbatas dengan hanya berlokasi di satu sekolah sehingga peneliti selanjutnya diharapkan untuk menggunakan berbagai sekolah dengan berbagai jenjang pendidikan.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

DAFTAR PUSTAKA

Al Ashafani, Al Ragib. 2009. *Mufradat Alfaz al Quran*. Beirut: Daral Qolam

Allport, Gordon W. 1937. *Personality: A Psychological Interpretation*. New York: Holt

Aguayo, R., Canadas, G. R., Assbaa-Kaddouri, L., Canadas-De la Fuente, G. A., Ramirez-Baena, L., Ortega-Campos, E. (2019). A Risk Profile of Sociodemographic Factors in the Onset of Academic Burnout Syndrome in a Sample of University Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 16 (707),* 1-10

Arlinkasari, F., Akmala, S. Z., & Raufa N. W. (2017). Should Students Engage to Their Study? (Academic Burnout and School-Engagement among Students). *GUIDENA Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling, 7 (1),* 40-47

Ar-Rifa'i, Muhammad Nasib. 2000. *Kemudahan dari Allah: Ringkasan Tafsir Ibnu Katsir*. Jakarta: Gema Insani Press

Asghari, A., Saadati, S.M., Ghodzi, A., & Fard, F. A. (2015). Review The Academic Burnout and Its Relationship with Self-Esteem in Students of Medical Sciences University at Neyshabour. *Scholars Journal of Applied Medical Sciences, 3 (9C),* 3329-3334

Azwar, Syaifuddin. 2017. *Metode Penelitian Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

Baron, Renee & Elizabeth Wagele. 2015. *The Power of Enneagram*. Jakarta: PT. Serambi Ilmu Semesta

Breso, E., Salanova, M., & Schaufeli, W. B. (2007). In Search of The "Third Dimension" of Burnout: Efficacy or Inefficacy. *Applied Psychology: An International Review, 56, (3),* 460-478

Bilge, F., Tuzgol-Dost, M., & Cetin, B. (2014). Factors Affecting Burnout and School Engagement among High School Students: Study Habits, Self-Efficacy Beliefs, and Academic Success. *Educational Sciences: Theory and Practice,14 (5),* 1721-1727

Bühler, K. E., & Land, T. (2004). Burnout and Personality in Intensive Care: An Empirical Study. *Hospital Topics, 81, (4),* 5-12

Chang, E., Lee, A., Byeon, E., & Lee, S. M. (2015). Role of Motivation in The Relation between Perfectionism and Academic Burnout in Korean Students. *Personality and Individual Differences, 82,* 221–226

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Cheraghian, H., Faskhodi, B. Z., Heidari, N., & Sharifi, P.Y. (2016). Self-Compassion as a Relationship Moderator Between Academic Burnout and Mental Health in Students. *International Journal of Academic Research in Progressive Education and Development, 5 (2)*

Cumberledge, H. (2018, Maret). Opinion: Burnout Can Be Overcome. Statepress [on-line]. Diakses pada tanggal 28 Mei 2018 dari http://www.statepress.com/article/2018/03/spopinion-academic-burnout-is-unavoidable

Didi (2018, Mei). Nilai UN SMA Sederajat Jatim Jeblok, Guru dan Kasek Siap-siap Dimutasi. Jawa Pos [on-line]. Diakses pada tanggal 25 Desember 2018 dari https://www.jawapos.com/metro/metropolis/02/05/2018/nilai-un-sma-sederajat-jatim-jeblok-guru-dan-kasek-siap-siap-dimutasi

Elsadik, A. M., & Abady, A. S. (2019). Metacognitive Beliefs as Mediation Variables Between Academic Perfectionism And Academic Burnout Among Students And Researchers at University. *SVU-JA, 1 (6),* pp5

Enns, M. W., Cox, B. J., & Clara, I. (2002). Adaptive and maladaptive perfectionism: Developmental origins and association with depression proneness. *Personality and Individual Differences, 33,* 921–935

Friedman, I. A. (2000). Burnout in Teachers: Shattered Dreams of Impeccable Professional Performance. *JCLP/In Session: Psychotherapy in Practice, 58, (5),* 595-606

Frost, R. O., Heimberg, R. G., Holt, C. S., Mattia, J. I., & Neubauer, A. L. (1993). A comparison of two measures of perfectionism. *Personality and Individual Differences, 14,* 119–126.

Fudyartanta, Ki. 2012. *Psikologi Kepribadian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

Garrat-Reed, D., Howell, J., Hayes, L., & Boyes, M. (2018). Is Perfectionism Associated with Academic Burnout through Repetitive Negative Thinking?. *PeerJ,* 1-16

Hamalik, Oemar. 1995. *Psikologi Remaja*. Bandung: Mandar Maju

Hasan, Sugiharto, D. Y., & Sunawan. (2019). Group Counseling with Self Instruction Techniue to Enhance Self Efficacy and Reduce Academic Burnout. *Jurnal Bimbingan Konseling, 8 (1),* 91-96

Hewitt, P.L., & Flett, G.L. (1990). Perfectionism and depression: A multidimensional analysis. *Journal of Social Behavior and Personality, 5,* 423-438.

Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Perfectionism in The Self and Social Contexts: Conceptualization, Assessment, and Association With

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology, 60*, 456-470

Hewitt, P. L., Flett, G.L. & Hallett, C. J.,(1995). Perfectionism and job stress in teachers. *Canadian Journal of School Psychology, 11*, 32-42

Hewitt, P. L., Flett, G. L., & Weber, C. (1994). Dimensions of perfectionism and suicide ideation. *Cognitive Therapy and Research, 18*, 439–460.

Hill, R. W., Huelsman, T. J., Furr, R. M., Kibler, J., Vicente, B., & Kennedy, C. (2004). A New Measure of Perfectionism: The Perfectionism Inventory. *Journal of Personality Assessment, 82 (1)*, 80-91

Hoseinabadi-farahani MJ, Kasirlou L and Inanlou F. (2016). Academic Burnout: A Descriptive-Analytical Study of Dimensions and Contributing Factors in Nursing Students. *Austin J Nurs Health Care, 3 (2)*, 1033

Hurlock, Elizabeth B. 1980. *Development Psychology: A Life Span Approach, Fifth Edition, diterjemahkan menjadi Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Kehidupan*. Jakarta: Penerbit Erlangga

Husamah dan Setyaningrum, Yanur. 2013. *Desain Pembelajaran Berbasis Pencapaian Kompetensi*. Jakarta: Prestasi Pustakakarya

Iddhom, Adi M. (2018, Mei). Nilai Ujian Nasional 2018 Pelajar SMA SMK di Jawa Timur Merosot. Tirto.id [on-line]. Diakses pada tanggal 25 Desember 2018 dari https://tirto.id/nilai-ujian-nasional-2018-pelajar-sma-smk-di-jawa-timur-merosot-cJMF

Jacob, B. A., & Wilder, T. (2011). *Educational expectations and attainment. In G. Duncan & R. Murname (Eds.), Whither opportunity: Rising inequality, schools, and children's life chances*. New York, NY: Russell Sage Foundation

Jacobs, D. (2005). What's Hope Got to Do With It?: Theorizing Hope in Education. *JAC: A Journal of Composition Theory, 25 (4)*, 783-802

Jafari, M. P., dan Khazaei, K. (2014). The Structural Model of Academic Burnout Based on the Components Philosophical Mindedness in Female High School Students of Chalous City. *International Journal of Basic Sciences & Applied Research, 3 (3)*, 165-172

Jenaabadi, H., Nastiezaie, N., & Safarzaie, H. (2017). The Relationship of Academic Burnout and Academic Stress with Academic Self-Efficacy among Graduate Students. *The New Educational Review*, 65-76

Kamalpour, S., Azizzadeh-Forouzi, M., & Tirgary B. (2017). A Study of the Relationship between Resilience and Academic Burnout in Nursing

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Students. *Journal of Medical Education Development Center, 13 (5),* 476-487

Karimi, M. N., & Fallah, N. (2019). Academic burnout, shame, intrinsic motivation and teacher affective support among Iranian EFL learners: A structural equation modeling approach. *Current Psychology,* 10.1007/s12144-019-0138-2

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

Kemendikbud. 2017. *Panduan Penilaian oleh Pendidik dan Satuan Pendidikan untuk Sekolah Menengah Atas*. Jakarta: Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah

Khusumawati, Z. E., & Christiana E. (2014). Penerapan Kombinasi Antara Teknik Relaksasi dan Self-Instruction untuk Mengurangi Kejenuhan Belajar Siswa Kelas XI IPA 2 SMA Negeri 22 Surabaya. *Jurnal BK UNESA, 5 (1),* 1-10

Kim, J-H., & Park, S-J. (2017). The Relationship Between Achievement Goal Orientation and Academic Burnout for University Students: The Mediating Effect of the Learning Flow. *Journal of Engineering and Applied Sciences, 12 (1),* 5704-5707

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

Lian, P., Sun Y., Li Z., Li, H., & Peng, J. (2014). Moving Away from Exhaustion: How Core Self-Evaluations Influence Academic Burnout. *Plos One, 9 (1)*

Lima Siswa Jawara OSK 2018. (2018, Maret). SMAN 5 Surabaya [on-line]. Diakses pada Maret 2019 dari http://www.sman5surabaya.sch.id/2018/03/20/5-siswa-jawara-osk-2018/

Maslach. 2003. *Burnout The Cost of Caring*. Cambridge: Malor Books

Miquelon, P., Vallerand, R. J., Cardinal, G., & Grouzet, F. M. E. (2005). Perfectionism, academic motivation, and psychological adjustment: an integrated model. *Personality and Social Psychology Bulletin, 31,* 913–921.

McCrae, R. & Costa, P. (1997). Personality trait structure as a human universal. *American Psychologist, 52(5),* pp.509-516.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Mostafavian, Z., Farajpour, A., Ashkezari, S. N., Shaye, Z. A. (2018). Academic Burnout and Some Related Factors in Medical Students. *Journal of Ecopgysiology and Occupational Health, 18 (1 & 2)*, p.1-5

Noh, H., Shin, H., Lee, S. (2013). Developmental Process of Academic Burnout among Korean Middle School Students. *Learning and Individual Differences, 28*, p.82-89

Nursiyono, Joko Ade. 2015. *Kompas Teknik Pengambilan Sampel*. Bogor: Penerbit Inmedia

Pemerintah Indonesia. 2003. Undang-undang No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional. Lembaran Negara RI Tahun 2003 No. 20. Sekretariat Negara. Jakarta

Periantalo, Jelpa. 2016. *Penelitian Kuantitatif Untuk Psikologi.* Yogyakarta: Pustaka Pelajar

PISA 2015 Results by Country. (2015). OECD [on-line]. Diakses pada tanggal 2 Mei 2018 dari https://www.oecd.org/pisa/

Pranungsari, D. (2010). Hubungan antara Kecerdasan dengan Perfeksionisme pada Anak Gifted di Kelas Akselerasi. *Humanitas, 7 (1)*, p.35-52

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)*, p.311-318

Ria, V. A., Nanik, & Lasmono, H. K. (2008). Perfeksionisme, Prokrastinasi Akademik, dan Penyelesaian Skripsi Mahasiswa. *Indonesian Psychological Journal, 23 (3)*, p.256-276

Reis, D., Xanthopoulou, D., & Tsaousis, I. (2015). Measuring Job and Academic Burnout with The Oldenburg Burnout Inventory (OLBI): Factorial Invariance Across Samples and Countries. *Burnout Research, 2*, p.8-18

Santrock, John W. 2014. *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Salemba Humanika

Schaufeli, W. B., Martínez, I. M., Marqués-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.

School Life Expectancy by Level of Education. (2018). UNESCO [on-line]. Diakses pada tanggal 2 Mei 2018 dari http://data.uis.unesco.org/index.aspx?queryid=147

Soetjiningsih. 2007. *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahnnya*. Jakarta: CV. Sagung Seto

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id

Sofiana, S. (2018, Mei). Daftar 10 Besar Peraih Nilai Ujian Nasional (NUN) Tertinggi SMA dan SMK di Jatim. Tribunnews [on-line]. Diakses pada tanggal 25 Desember 2018 dari http://surabaya.tribunnews.com/2018/05/02/daftar-10-besar-peraih-nilai-ujian-nasional-nun-tertinggi-sma-dan-smk-di-jatim

Thoifah, I'anatut. 2015. *Statistika Pendidikan dan Metode Penelitian Kuantitatif*. Malang: Madani

Van Tiel, Julia Maria, & Van Tiel, Johan Flores. 2015. *Perfeksionisme dan Faalangst: Anakku Cerdas Istimewa*. Jakarta: Prenadamedia Group

Yu, J. H., Chae, S. J., & Chang, K. H. (2016). The Relationship among Self-Efficacy, Perfectionism, and Academic Burnout in Medical School Students. *Korean J Med Educ, 28 (1)*, p.49-55

Zhang, Y., Gan, Y., & Cham, H. (2007) Perfectionism, academic burnout and engagement among Chinese college students: A structural equation modeling analysis. *Pers Indiv Differ, 43*, p.1529–1540.

digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id digilib.uinsby.ac.id