

**PENGARUH *LACK OF CONTROL*, *LACK OF REWARD* DAN *LACK OF FAIRNESS* TERHADAP *ACADEMIC BURNOUT* MAHASISWA
PSIKOLOGI UIN SUNAN AMPEL SURABAYA**

SKRIPSI

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



Disusun Oleh

Sirri Nahzatun Qowimah

J01218026

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN AMPEL
SURABAYA**

2022

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Pengaruh *Lack of Control, Lack of Reward* dan *Lack of Fairness* terhadap *Academic Burnout* Mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya” merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya. Karya ini sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Surabaya, 12 Oktober 2022



Sirri Nahzatun Qowimah

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

**Pengaruh *Lack Of Control, Lack Of Reward* Dan *Lack Of Fairness* Terhadap
Academic Burnout Mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya**

Oleh

Sirri Nahzatun Qowimah

NIM. J01218026

Telah disetujui untuk diajukan pada Ujian Sidang Skripsi

Surabaya, 12 Oktober 2022

Dosen Pembimbing



Rizma Fithri, S.Psi, M.Si

NIP. 197403121999032001

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

**PENGARUH *LACK OF CONTROL*, *LACK OF REWARD* DAN *LACK OF FAIRNESS* TERHADAP *ACADEMIC BURNOUT* MAHASISWA
PSIKOLOGI UIN SUNAN AMPEL SURABAYA**

Yang disusun oleh:
Sirri Nahzatun Qowimah
J01218026

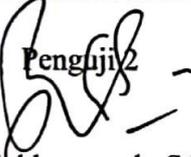
Telah dipertahankan di depan tim penguji pada tanggal 26 Oktober 2022

Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan

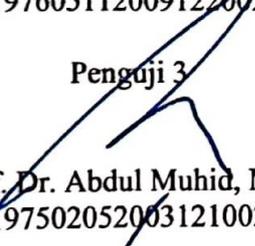
Prof. Dr. Abdul Muhid, M.Si
197502052003121002
Susunan Tim Penguji,
Penguji 1


Rizma Luthri, S.Psi, M.Si
197403121999032001

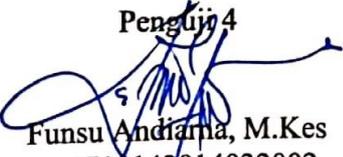
Penguji 2


Hj. Tatik Mukhoyyarah, S.Psi, M.Si
197605112009122002

Penguji 3


Prof. Dr. Abdul Muhid, M.Si
197502052003121002

Penguji 4


Funsu Andiarna, M.Kes
198710142014032002



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

Nama : Sirri Nahzatun Qowimah
NIM : J01218026
Fakultas/Jurusan : Psikologi dan Kesehatan/Psikologi
E-mail address : owic.awa@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 :

Pengaruh *Lack of Control, Lack of Reward* dan *Lack of Fairness* terhadap *Academic Burnout* Mahasiswa
Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya

beserta perangkat yang diperlukan (bila ada). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan UIN Sunan Ampel Surabaya berhak menyimpan, mengalih-media/format-kan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikannya, dan 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, 2 November 2022

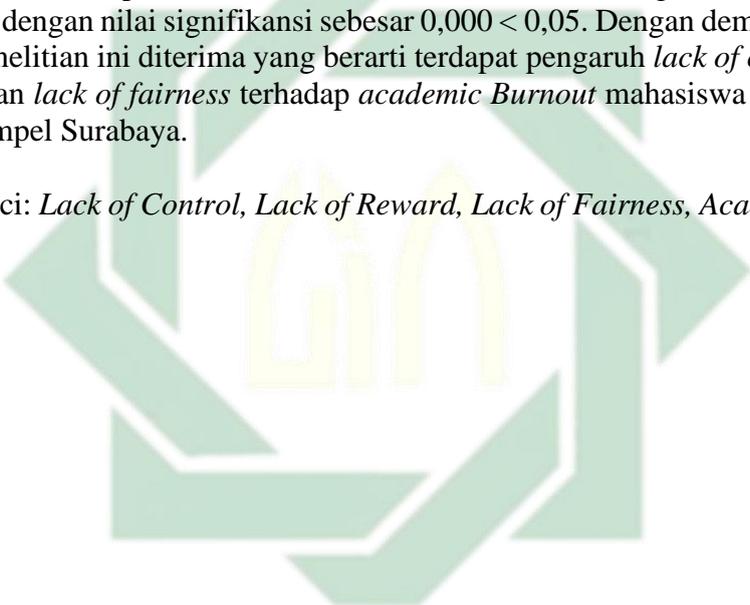
Penulis

(Sirri Nahzatun Qowimah)

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *lack of control*, *lack of reward* dan *lack of fairness* terhadap *Academic Burnout* mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif korelasional. Alat pengumpulan data menggunakan skala *maslach Burnout inventory student survey* (MBI-SS), skala *lack of control*, skala *lack of reward*, dan skala *lack of fairness*. Subjek dalam penelitian ini berjumlah 125 mahasiswa dari total populasi mahasiswa psikologi semester 9, 11 dan 13. Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi ordinal dengan bantuan SPSS. Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh *lack of control*, *lack of reward* dan *lack of fairness* terhadap *academic Burnout* mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya dengan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$. Dengan demikian hipotesis dalam penelitian ini diterima yang berarti terdapat pengaruh *lack of control*, *lack of reward* dan *lack of fairness* terhadap *academic Burnout* mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya.

Kata Kunci: *Lack of Control, Lack of Reward, Lack of Fairness, Academic Burnout*

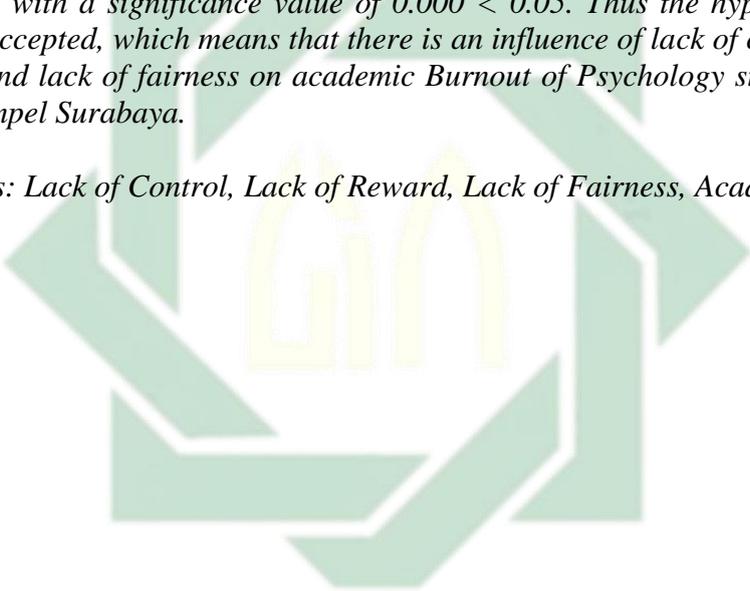


UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the effect of lack of control, lack of reward and lack of fairness on academic Burnout of Psychology students of UIN Sunan Ampel Surabaya. This research is a type of correlational quantitative research. The data collection tool uses the Maslach Burnout Inventory Student Survey (MBI-SS) scale, the lack of control scale, the lack of reward scale, and the lack of fairness scale. The subjects in this study were 125 students from the total population of psychology students in semesters 9, 11 and 13. Hypothesis testing in this study used ordinal regression analysis with the help of SPSS. The results showed that there was an influence of lack of control, lack of reward and lack of fairness on academic Burnout of Psychology students of UIN Sunan Ampel Surabaya with a significance value of $0.000 < 0.05$. Thus the hypothesis in this study is accepted, which means that there is an influence of lack of control, lack of reward and lack of fairness on academic Burnout of Psychology students of UIN Sunan Ampel Surabaya.

Keywords: Lack of Control, Lack of Reward, Lack of Fairness, Academic Burnout



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR ISI

PERNYATAAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
LEMBAR PERNYATAAN PUBLIKASI	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
ABSTRAK	ix
ABSTRACT	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	9
C. Keaslian Penelitian.....	9
D. Tujuan Penelitian	13
E. Manfaat Penelitian	14
F. Sistematika Pembahasan	14
BAB II KAJIAN PUSTAKA	16
A. <i>Academic Burnout</i>	16
B. <i>Lack of Control</i>	21
C. <i>Lack of Reward</i>	23
D. <i>Lack of Fairness</i>	26
E. Pengaruh antara Variabel <i>Academic Burnout</i> terhadap <i>Lack of Control</i> , <i>Lack of Reward</i> dan <i>Lack of Fairness</i>	29
F. Kerangka Teoritik	30
G. Hipotesis.....	32
BAB III METODE PENELITIAN	33
A. Rancangan Penelitian	33
B. Identifikasi Variabel.....	33
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	33
D. Populasi, Teknik Sampling dan Sampel.....	34
E. Instrumen Penelitian.....	36
F. Analisis Data	54
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	57
A. Hasil Penelitian	57

B. Pengujian Hipotesis.....	64
C. Pembahasan.....	67
BAB V PENUTUP.....	73
A. Kesimpulan	73
B. Saran.....	73
DAFTAR PUSTAKA.....	75
LAMPIRAN.....	82



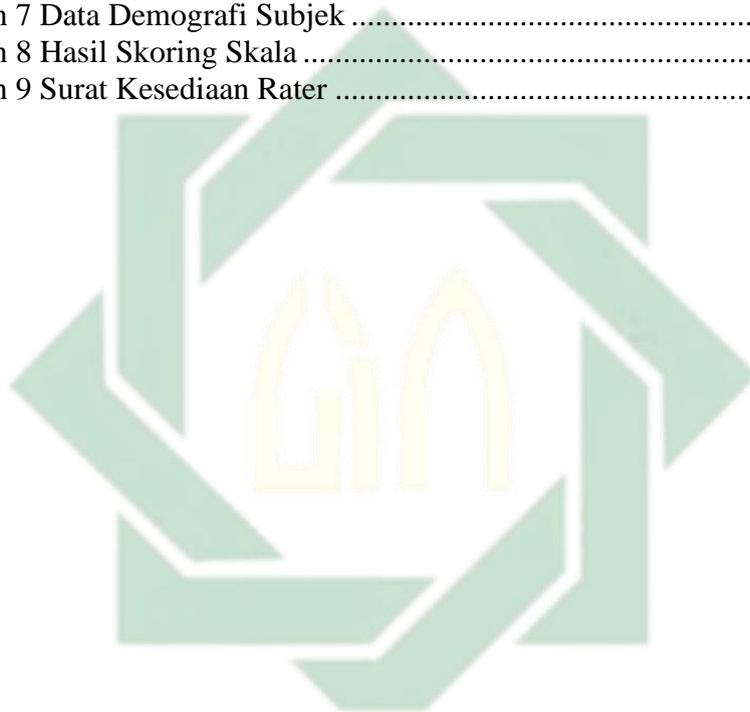
UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skor Aitem Skala Likert	36
Tabel 3.2 <i>Blue Print</i> Skala <i>Academic Burnout</i>	37
Tabel 3.3 Hasil Uji Validitas Skala <i>Academic Burnout</i>	38
Tabel 3.4 Hasil Uji Validitas Skala <i>Academic Burnout</i> Tahap II	39
Tabel 3.5 <i>Blue Print</i> Skala <i>Academic Burnout</i> setelah Tahap II.....	40
Tabel 3.6 Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Academic Burnout</i>	41
Tabel 3.7 <i>Blue Print</i> Skala <i>Lack of Control</i>	42
Tabel 3.8 Hasil Uji Validitas Skala <i>Lack of Control</i>	43
Tabel 3.9 Hasil Uji Validitas Skala <i>Lack of Control</i> Tahap II.....	44
Tabel 3.10 <i>Blue Print</i> Skala <i>Lack of Control</i> setelah Tahap II	44
Tabel 3.11 Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Lack of Control</i>	45
Tabel 3.12 <i>Blue Print</i> Skala <i>Lack of Reward</i>	46
Tabel 3.13 Hasil Uji Validitas Skala <i>Lack of Reward</i>	47
Tabel 3.14 Hasil Uji Validitas Skala <i>Lack of Reward</i> Tahap II.....	48
Tabel 3.15 <i>Blue Print</i> Skala <i>Lack of Reward</i> setelah tahap II	48
Tabel 3.16 Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Lack of Reward</i>	49
Tabel 3.17 <i>Blue Print</i> Skala <i>Lack of Fairness</i>	50
Tabel 3.18 Hasil Uji Validitas Skala <i>Lack of Fairness</i>	51
Tabel 3.19 Hasil Uji Validitas Skala <i>Lack of Fairness</i> Tahap II	52
Tabel 3.20 <i>Blue Print</i> Skala <i>Lack of Fairness</i> setelah Tahap II.....	53
Tabel 3.21 Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Lack of Fairness</i>	54
Tabel 3.22 Makna Nilai Korelasi Spearman	56
Tabel 4.1 Hasil Klasifikasi Jenis Kelamin	58
Tabel 4.2 Deskripsi Data Statistik.....	59
Tabel 4.3 Rumus Nilai Kategori	60
Tabel 4.4 Kategori <i>Academic Burnout</i>	60
Tabel 4.5 Kategori <i>Lack of Control</i>	61
Tabel 4.6 Kategori <i>Lack of Reward</i>	61
Tabel 4.7 Kategori <i>Lack of Fairness</i>	62
Tabel 4.8 Jenis Kelamin dengan <i>Academic Burnout</i>	62
Tabel 4.9 Hasil Uji Normalitas	63
Tabel 4.10 Hasil Korelasi <i>Academic Burnout</i> dengan <i>Lack of Control</i>	64
Tabel 4.11 Hasil Korelasi <i>Academic Burnout</i> dengan <i>Lack of Reward</i>	65
Tabel 4.12 Hasil Korelasi <i>Academic Burnout</i> dengan <i>Lack of Fairness</i>	65
Tabel 4.13 Hasil Uji Regresi Ordinal.....	66
Tabel 4.14 Hasil Pengaruh Variabel Prediktor terhadap <i>Academic Burnout</i>	67

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Penelitian	83
Lampiran 2 Instrumen Penelitian	84
Lampiran 3 Uji Validitas dan Reliabilitas.....	89
Lampiran 4 Kategorisasi Variabel	97
Lampiran 5 Uji Normalitas	98
Lampiran 6 Uji Hipotesis	99
Lampiran 7 Data Demografi Subjek	101
Lampiran 8 Hasil Skoring Skala	105
Lampiran 9 Surat Kesediaan Rater	117



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa dalam menjalankan studinya diharapkan mampu menjalankan berbagai macam tuntutan seperti, tugas-tugas perkuliahan yang harus dipenuhi, menghadapi materi-materi perkuliahan yang semakin sulit dari tahun ke tahun, melakukan adaptasi sosial di lingkungan kampus dan memenuhi harapan untuk pencapaian akademik. Apabila mahasiswa yang tidak mampu menangani berbagai tuntutan yang dihadapi maka akan rentan terhadap permasalahan yang berdampak buruk (Arlinkasari & Akmal, 2017). Salah satu permasalahannya yaitu *burnout*. Adapun *burnout* dalam bidang akademik disebut dengan *academic burnout* (Schaufeli dkk., 2002).

Burnout dalam lingkungan pendidikan telah ditemukan memiliki berbagai implikasi negatif termasuk penurunan produktivitas akademik dan masalah kesehatan mental (Hodge dkk., 2020). Neuman dalam (Pouratashi & Zamani, 2020) berpendapat bahwa *academic burnout* adalah salah satu bidang terpenting yang harus dipelajari karena dapat menjadi alasan utama bagi perilaku mahasiswa, pertama pada bagaimana mahasiswa mencapai prestasi akademik, kedua pada bagaimana hubungan antara mahasiswa dan dosen, ketiga pada bagaimana gairah dan semangat belajar mahasiswa. Yang dalam (Orpina & Prahara, 2019) mengatakan bahwasannya *academic burnout* mengacu pada stres, beban kerja atau faktor psikologis lainnya. Hal itu terjadi karena proses

pembelajaran yang diikuti tidak dapat dipenuhi mahasiswa dengan baik sehingga menunjukkan keadaan untuk depersonalisasi, kelelahan emosional dan perasaan prestasi pribadi yang rendah.

Academic burnout dapat dipicu karena adanya tuntutan akademik yang berlebihan sehingga berpengaruh pada kondisi mental dan prestasi akademik yang diperoleh serta dapat menyebabkan individu merasa stres (Aguayo dkk., 2019; Muflihah & Savira, 2021). Rad dkk (2017) menyatakan defeni *academic burnout* sebagai kurangnya minat seseorang dalam memenuhi tugas, rendahnya motivasi dan kelelahan karena persyaratan pendidikan sehingga munculnya perasaan yang tidak diinginkan dan perasaan tidak efisien. Jika *academic burnout* terjadi pada awal studi di universitas maka dapat menyebabkan sindrom ini berkembang lebih lanjut ke tahap karir, selain itu juga *academic burnout* dapat mengganggu hubungan interpersonal yang menyebabkan meningkatnya jumlah konflik di lingkungan mahasiswa.

Ayat yang dijadikan Allah SWT sebagai perumpamaan untuk menggambarkan masalah yang dihadapi manusia dengan memakai prinsip mekanika beban adalah Surat Al-Insyirah. Surat Al-Insyirah telah digunakan untuk menggambarkan stres yang jelas yaitu menggunakan kata beban (pada punggung) untuk menggambarkan masalah berat yang dihadapi manusia.

مَوَازِينٍ خَوَّلْتَنَا حَمَلَةَ ظَهْرِنَا
وَوَضَعْتَنَا أَثْقَالًا
وَاجْعَلْ لَنَا فِيهَا
مَوَازِينَ
وَاجْعَلْ لَنَا فِيهَا
مَوَازِينَ
وَاجْعَلْ لَنَا فِيهَا
مَوَازِينَ

Artinya : “Dan Kami telah menghilangkan daripada-mu (Muhammad)

bebanmu. Yang memberatkan punggungmu” (Q.S Al-Insyirah: 1-3)

Dalam surat Al-Insyirah juga terdapat solusi untuk menghadapi stres yaitu dengan memahami, menghayati dan melakukan visualisasi dengan aspek psikologis dari surat Al-Insyirah yakni sabar, optimis, ketenangan jiwa, percaya pada kemampuan diri dan tawakkal (Ansyah dkk., 2019).

Selama pandemi, proses pembelajaran dilakukan secara daring yang dimana seharusnya mahasiswa lebih memiliki semangat tinggi, mandiri dan mampu memunculkan tanggung jawab serta siap akan adanya perkembangan zaman (Hamdan dkk., 2021). Akan tetapi berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Yikealo dkk (2018) pada mahasiswa *Eritria Institute of Technology* cenderung mengalami stres sedang (71%), selain itu juga 24,4% mengalami *burnout* selama proses pembelajaran daring. Beda halnya dengan penelitian Sagita dan Meilyawati (2021) pada mahasiswa FKIP Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA didapatkan hasil bahwa di masa pandemi tingkat *academic burnout* berada pada kategori rendah. Dilihat dari sub variabel *exhaustion* memiliki nilai 48,47%, *cynicism* memiliki nilai 47,07% dan *inefficacy* memiliki nilai 48,45% yang dimana semua sub variabel tergolong kategori rendah.

Berdasarkan data dari penelitian lain yang dilakukan Lin dan Huang (dalam Rad dkk., 2017) di China bahwasannya 86,6% mahasiswa mengalami stres akademik parah yang pada akhirnya berujung pada *burnout*. Dalam data Sahrififard dkk (dalam Rad dkk., 2017) juga mengatakan bahwa di Iran mahasiswa kedokteran mengalami *burnout* dengan presentase 76,8% dan 71,7% mengalami stres berat, yang dimana hal tersebut berasal dari kekhawatiran tentang masa depan, ketakutan akan membahayakan pasien

ketidakmampuan dalam melakukan teknik medis, dan harapan yang tinggi dari keluarga. Sementara, mahasiswa keperawatan di Eropa sebanyak 1.702 mengalami *academic burnout* dikarenakan kurang mampu dalam melakukan tugas yang diberikan (Rudman & Gustavsson, 2012).

Penelitian yang dilakukan oleh Kurnia (2016) pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Sunan Ampel Surabaya mengenai stres akademik, didapatkan hasil tingkat stres tinggi mencapai 51,70%, tingkat stres sedang mencapai 32,60% dan tingkat stres rendah mencapai 4,65%. Rata-rata kecendrungan tingkat stres akademik dapat dilihat dari aspek kognitif, perilaku, psikologis dan demografi responden. Penelitian lain yang dilakukan oleh Lin dan Huang (2014) memaparkan hasil yang berbeda, bahwa tingkat *academic burnout* mahasiswa Taiwan yang usia rata-rata 20 – 23 tahun adalah diantara jarang terjadi dan kadang-kadang terjadi. Dalam penelitian ini juga mengemukakan bahwa *self identity stress*, *interpersonal stress*, *future development stress* dan *academic stress* bersama-sama dapat memprediksi *academic burnout* mahasiswa.

Penelitian selanjutnya oleh Pratama (2016) pada mahasiswa prodi Komunikasi Penyiaran Islam UINSA. Salah satu mahasiswa diduga mengalami *burnout syndrome* yang gejalanya berupa kurangnya konsentrasi dalam berbagai kegiatan, penurunan kinerja dalam kepengurusan dan mudah tersinggung. Subjek mengalami *burnout syndrome* dalam berorganisasi, karena subjek merasa tidak dianggap kontribusinya di dalam organisasi sehingga subjek memilih untuk menghindar dari tanggung jawab sebagai pengurus. Hal

ini menyebabkan terganggunya stabilitas organisasi dan kehidupan pribadi klien.

Diketahui melalui survei awal yang dilakukan peneliti pada bulan Juni 2022 pada 30 mahasiswa psikologi Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya bahwa yang mengalami *academic burnout* dengan tingkat sedang sebanyak 63.3% mahasiswa sedangkan yang mengalami *academic burnout* dengan tingkat tinggi sebanyak 36.7% mahasiswa. Temuan ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Permatasari dkk (2021) menunjukkan hasil kategori sedang yang dominan sebesar 66,7% mahasiswa laki-laki dan 67,9% mahasiswa perempuan. Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Simbolon dan Simbolon (2021) menunjukkan hasil kategori rendah pada mahasiswa ners sebesar 51,8%.

Faktor risiko terjadinya *burnout* menurut Leiter dan Maslach (dalam Arlinkasari & Akmal, 2017) meliputi *workload*, *control*, *reward*, *community*, *value* dan *fairness*. Faktor utama yang menjadi penyebab *academic burnout* yang dikemukakan oleh Maslach dalam (Sagita & Meilyawati, 2021) terbagi menjadi dua yaitu faktor situasional dan faktor individu. Faktor situasional mencakup beban kerja, pengawasan, penghargaan, komunitas, keadilan dan nilai. Sedangkan faktor individu mencakup faktor demografi (usia, jenis kelamin, domisili dan jenjang pendidikan), faktor kepribadian dan perilaku atas kewajiban yang ditekuni individu. Faktor lainnya yang menyebabkan *academic burnout* yaitu *self concept*, *work overload*, *demographic factors*, *lack of social*

support, lack of control, lack of reward dan *lack of fairness* (Febriani dkk., 2021; Seibert dkk., 2016).

Dalam penelitian ini terdapat tiga faktor yang menarik untuk dikaji yaitu *lack of control, lack of reward* dan *lack of fairness*. *Lack of control* berarti kurangnya kontrol. *Control* sendiri dapat diartikan pada penelitian Kim dan Diamond (2002) dalam (Fink, 2016) adalah variabel yang pada akhirnya menentukan besarnya pengalaman stres dan kerentanan individu terhadap gejala perilaku dan fisiologis yang diinduksi stres. Dalam penelitian Trousselard dkk (2016) mengatakan bahwa tingkat pendidikan yang tinggi merupakan faktor penyebab stres kerja yang tinggi dan dikaitkan dengan persepsi *control* yang rendah di tempat kerja. Dalam lingkup mahasiswa kurangnya kontrol menjadi alasan mahasiswa melakukan pelanggaran karena terdapat peluang (Hendrajaya, 2013).

Lack of reward berarti kurangnya penghargaan. Adanya *reward* dapat membangkitkan semangat individu yang telah mencapai sesuatu yang baik, bisa dalam bentuk materi ataupun non materi (Setiawan, 2018). Dalam penelitian Hausler., dkk (2018) didapatkan hasil bahwa konflik privasi kerja adalah prediktor kuat untuk terjadinya *burnout*, tetapi ada yang lebih kuat lagi sebagai prediktor terjadinya *burnout* yaitu kurangnya mendapatkan *reward*. Kurangnya *reward* pada mahasiswa akan membuat mahasiswa merasa jenuh dengan hal-hal yang biasanya dikerjakan dan itu mengakibatkan turunnya komitmen dan motivasi belajar pada mahasiswa.

Lack of fairness berarti kurangnya keadilan. *Fairness* sendiri merupakan bentuk keadilan yang diterima oleh individu, dimana dalam konteks perkuliahan yaitu apabila mahasiswa merasa diperlakukan dengan cara tidak adil oleh pihak kampus (Christina Maslach & Leiter, 2016). Maslach dan Leiter (2008) dalam (Taka dkk., 2016) menyatakan bahwa pengalaman yang tidak adil dapat berdampak buruk pada kesehatan psikologis individu yang menyebabkan *burnout*. Kurangnya keadilan menjadi penyebab utama stres di tempat kerja (Greenberg, 2004) dalam (Taka dkk., 2016), begitu pun dapat berlaku di lingkup mahasiswa.

Lack of control (kurangnya kontrol), *lack of reward* (kurangnya penghargaan) dan *lack of fairness* (kurangnya keadilan) merupakan faktor yang dapat memengaruhi kondisi *academic burnout* pada individu. Ketiga variabel tersebut menarik untuk diangkat karena jarang terdapat kajian mengenai pengaruh *lack of control*, *lack of reward* dan *lack of fairness* terhadap *academic burnout*. Hal ini yang membuat peneliti memilih *lack of control*, *lack of reward* dan *lack of fairness* sebagai variabel bebas yang dapat memengaruhi variabel terikat yaitu *academic burnout*.

Lin dan Huang (2014) dengan judul *Life Stress and Academic Burnout*. Analisa menggunakan analisis regresi berganda, dengan subyek sebanyak 2640 mahasiswa Taiwan yang usianya 20 – 23 tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa baik tingkat *burnout* maupun stres mahasiswa secara umum tidak serius. Namun, pada mahasiswa perempuan dan mahasiswa tingkat atas memiliki nilai *life stress* lebih tinggi. Dalam penelitian ini juga mengemukakan bahwa *self*

identity stress, interpersonal stress, future development stress dan *academic stress* bersama-sama dapat memprediksi *academic burnout* mahasiswa.

Penelitian lain oleh Lee dkk (2017) dengan judul *The Effects of Personality Traits on Academic Burnout in Korean Medical Students*. Dimana respondennya adalah 184 mahasiswa dari sekolah kedokteran di Busan, dengan analisis regresi berganda. Hasil menunjukkan karakter *Harm-Avoidance* (HA) yang lebih tinggi serta *Self Directedness* (SD) dan *Cooperativeness* (CO) yang lebih rendah memprediksi *Academic Burnout* pada mahasiswa kedokteran. Studi ini menunjukkan bahwasannya kepribadian mungkin menjelaskan tingkat *academic burnout* pada mahasiswa kedokteran.

Penelitian selanjutnya oleh Singh dkk (2020) dengan judul *Academic Burnout and Student Engagement: A Moderated Mediation Model of Internal Locus of Control and Loneliness*. Hasil menunjukkan bahwa: 1) *Academic burnout* akan berdampak pada keterlibatan siswa secara positif atau negatif. 2) Hubungan positif antara *academic burnout* dan kesepian yang berarti *academic burnout* mempengaruhi kesepian. 3) Hubungan negatif antara keterlibatan siswa dan kesepian. 4) Kesepian sebagian memediasi hubungan antara *academic burnout* dan keterlibatan siswa. 5) Hubungan negatif kesepian dan keterlibatan siswa akan dipengaruhi *loss of control* internal.

Berdasarkan yang telah dipaparkan diatas, peneliti menganggap bahwa penelitian ini penting dilakukan karena mengingat penelitian yang mengkaji tentang pengaruh *lack of control, lack of reward* dan *lack of fairness* terhadap

academic burnout mahasiswa psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya masih jarang diteliti. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Apakah ada pengaruh *lack of control* terhadap *academic burnout*?
2. Apakah ada pengaruh *lack of reward* terhadap *academic burnout*?
3. Apakah ada pengaruh *lack of fairness* terhadap *academic burnout*?
4. Apakah ada pengaruh *lack of control*, *lack of reward*, dan *lack of fairness* terhadap *academic burnout*?

C. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian ini berdasarkan pada penelitian terdahulu yang sesuai dan mendukung tema yang diteliti. Meskipun berbeda dalam variabel, kriteria dan jumlah subjek serta metode analisis data yang digunakan. Beberapa penelitian terdahulu yang berkaitan dengan permasalahan penelitian ini antara lain:

Penelitian pertama yang dilakukan oleh Kim dkk (2017) dengan judul *Examining Longitudinal Relationship Among Effort Reward Imbalance, Coping Strategies and Academic Burnout In Korean Middle School Students*. Hasil menunjukkan bahwa ketidakseimbangan *effort-reward* secara signifikan berhubungan dengan *academic burnout* dari waktu ke waktu.

Penelitian kedua yang dilakukan oleh Lin dan Huang (2014) dengan judul *Life Stress and Academic Burnout*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa baik

tingkat *burnout* maupun stres mahasiswa secara umum tidak serius. Namun, pada mahasiswa perempuan dan mahasiswa tingkat atas memiliki nilai *life stress* lebih tinggi. Dalam penelitian ini juga mengemukakan bahwa *self identity stress*, *interpersonal stress*, *future development stress* dan *academic stress* bersama-sama dapat memprediksi *academic burnout* mahasiswa.

Penelitian ketiga yang dilakukan oleh Singh dkk (2020) dengan judul *Academic Burnout and Student Engagement: A Moderated Mediation Model of Internal Locus of Control and Loneliness*. Hasil menunjukkan bahwa: 1) *Academic burnout* akan berdampak pada keterlibatan siswa secara positif atau negatif. 2) Hubungan positif antara *academic burnout* dan kesepian yang berarti *academic burnout* mempengaruhi kesepian. 3) Hubungan negatif antara keterlibatan siswa dan kesepian. 4) Kesepian sebagian memediasi hubungan antara *academic burnout* dan keterlibatan siswa. 5) Hubungan negatif kesepian dan keterlibatan siswa akan dipengaruhi *los of control* internal.

Penelitian keempat yang dilakukan oleh Lee dkk (2017) dengan judul *The Effects of Personality Traits on Academic Burnout in Korean Medical Students*. Dimana respondennya adalah mahasiswa dari sekolah kedokteran di Busan. Hasil menunjukkan karakter *Harm-Avoidance* (HA) yang lebih tinggi serta *Self Directedness* (SD) dan *Cooperativeness* (CO) yang lebih rendah memprediksi *academic burnout* pada mahasiswa kedokteran. Studi ini menunjukkan bahwasannya kepribadian mungkin menjelaskan tingkat *academic burnout* pada mahasiswa kedokteran.

Penelitian kelima yang dilakukan oleh Taka (2016) dengan judul *Organizational Climate with Gender Equity and Burnout among University Academics in Japan*. Dimana responden adalah mahasiswa Universitas Swasta di Jepang dengan menggunakan skala *Copenhagen Burnout Inventory*. Hasil menunjukkan statistik yang signifikan antara interaksi gender dan persepsi iklim organisasi, selain itu *women utilization* atau kurangnya ketimpangan di bidang akademis mengurangi *burnout* hanya pada perempuan. Pada perempuan ketika *women utilization* berada pada tingkat yang rendah maka skor *burnout* akan lebih tinggi. Serta apabila skor *burnout* lebih rendah, perempuan akan merasa lebih sedikit ketimpangan di dunia akademis dibandingkan laki-laki. Karena hal itu, disarankan bagi organisasi untuk memberikan keadilan untuk kesetaraan gender yang dapat membantu mengurangi *academic burnout* pada perempuan.

Penelitian keenam yang dilakukan oleh Kristina dkk (2020) yang berjudul *The Effect of Role Conflict on Academic Burnout of Undergraduate Economics Student*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui konflik peran terhadap *academic burnout* mahasiswa sarjana ekonomi. Dengan menggunakan *Role Questionnaire* dan *Maslach Burnout Inventory Student Survey (MBI-SS)*. Menunjukkan hasil analisis regresi linier sederhana bahwa nilai dan sig. adalah 0,023 dan 0,343 yang berarti, pengaruh konflik peran terhadap *academic burnout* pada mahasiswa tidak signifikan.

Penelitian ketujuh yang dilakukan oleh Chen dkk (2022) yang berjudul *The Associations Between Psychological Distress and Academic Burnout: A*

Mediation and Moderation Analysis. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperkirakan efek mediasi resiliensi dan efek moderasi kepribadian antara tekanan psikologis dan *academic burnout* mahasiswa kedokteran. Hasil menunjukkan bahwa resiliensi secara signifikan memediasi hubungan antara tekanan psikologis dan *academic burnout*, sedangkan kepribadian secara signifikan memoderasi hubungan antara tekanan psikologis dan resiliensi. Jadi, resiliensi dan kepribadian mungkin menjadi dua mediator penting antara tekanan psikologis dan *academic burnout*.

Penelitian kedelapan yang dilakukan oleh Mandaviya (2016) yang berjudul *Emotional Intelligence and Academic Burnout: An Academic Sector*. Penelitian ini mengeksplorasi kontribusi kecerdasan emosional terhadap *burnout* guru. Adapun tujuannya adalah untuk melihat hubungan antara kecerdasan emosional dengan *academic burnout*. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis korelasi pearson dan regresi berganda. Hasil menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kecerdasan emosional dengan *academic burnout*. Peneliti juga menemukan bahwa guru yang memiliki kemahiran yang lebih tinggi, daya tanggap, kepemimpinan dan harga diri cenderung dapat bertahan dalam situasi stres di sekolah.

Penelitian kesembilan yang dilakukan oleh Malakian, dkk (2020) yang berjudul *Relationship between Educational Justice and Academic Burnout in Medical Interns*. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara keadilan pendidikan dan *academic burnout* pada magang medis Universitas Ilmu Kedokteran Iran. Penelitian ini bersifat deskriptif dan analitik. Hasil

menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara keadilan pendidikan dengan *academic burnout*.

Penelitian kesepuluh yang dilakukan Mahmodiyan, dkk (2018) yang berjudul *The Role of Emotional, Cognitive and Behavioral Enthusiasm in Predicting Academic Burnout Student*. Tujuan dari penelitian ini adalah peran emosional, kognitif dan perilaku belajar mahasiswa yang diproyeksikan kelelahan. Menggunakan metode *cross-sectional* yang populasinya adalah mahasiswa Universitas Ilmu Kedokteran Tehran dengan menggunakan skala *enthusiasm emotional, cognitive, behavioral* dan *academic burnout*. Data dianalisis menggunakan korelasi *pearson* dan analisis regresi. Hasil menunjukkan antusiasme emosional, kognitif, perilaku dan *academic burnout* adalah hubungan yang signifikan. Emosional sebagai prediktor terkuat dari *academic burnout*.

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang dipaparkan, tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh *lack of control* terhadap *academic burnout*.
2. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh *lack of reward* terhadap *academic burnout*.
3. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh *lack of fairness* terhadap *academic burnout*.

4. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh *lack of control*, *lack of reward*, *lack of fairness* terhadap *academic burnout*.

E. Manfaat Penelitian

Adapun penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Secara teoritis, diharapkan hasil dari penelitian ini dapat menjadi sumber informasi ilmiah serta memberikan kontribusi di bidang pendidikan mengenai *academic burnout* mahasiswa, *lack of control*, *lack of reward* dan *lack of fairness*.
2. Secara praktis, diharapkan hasil dari penelitian ini dapat menambah wawasan pembaca dalam memahami *academic burnout* di lingkup mahasiswa. Serta menerapkan informasi untuk berperilaku dalam kehidupan sehari-hari terutama dalam kegiatan akademik.

F. Sistematika Pembahasan

Sistematika pembahasan dalam penelitian ini secara keseluruhan diawali dengan halaman judul, halaman persetujuan, halaman pengesahan, halaman persembahan, kata pengantar, abstrak, daftar isi, daftar tabel, daftar gambar dan daftar lampiran. Selanjutnya diikuti dengan 5 bab yang terdiri dari sub bab.

Bagian bab 1 yakni pendahuluan terdiri dari 6 sub bab bahasan yang meliputi latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, keaslian penelitian dan sistematika pembahasan. Pada bab 1 lebih menekankan pada fenomena maupun alasan teoritis mengenai variabel yang akan diteliti.

Bagian bab 2 yakni kajian teori yang meliputi penjelasan mengenai dua variabel mulai dari definisi, aspek-aspek dan faktor-faktor yang mempengaruhi. Selain itu juga terdapat hubungan antar variabel, kerangka teoritik dan hipotesis.

Bagian bab 3 yakni metodologi penelitian yang meliputi rancangan penelitian, identifikasi variabel, definisi operasional, populasi, sampel dan tehnik sampling, instrumen penelitian, validitas dan reliabilitas serta analisis data.

Bagian bab 4 yakni hasil penelitian, pengajuan hipotesis dan pembahasan merupakan tahap pengolahan data menggunakan SPSS yang meliputi deskripsi subjek, uji reliabilitas, uji normalitas, uji linearitas hingga uji hipotesis yang dilanjutkan dengan pembahasan dari berbagai macam uji.

Bagian bab 5 yang merupakan bagian terakhir yakni penutup yang meliputi kesimpulan berisi jawaban atas pertanyaan dalam penelitian dan saran.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. *Academic Burnout*

1. Definisi *Academic Burnout*

Burnout dikemukakan oleh Freudenberger pada tahun 1974 (dalam Singh dkk., 2020) sebagai gangguan psikosomatik yang dikategorikan oleh kelelahan emosi yang stabil, kerusakan motivasi dan berkurangnya antusiasme. Kemudian Maslach dkk 1986 dalam (Singh dkk., 2020) menjelaskan *burnout* sebagai konstruk multidimensi dengan tiga konstruk yaitu, kelelahan emosional, depersonalisasi dan pencapaian pribadi yang berkurang. Studi sebelumnya tentang *burnout* terbatas pada profesional, dokter, guru dan lain-lain, sedangkan studi terbaru didasarkan pada populasi yang berbeda yaitu pengasuh informal, ibu rumah tangga dan pelajar.

Maslach (2003) dalam (Muflihah & Savira, 2021) mengemukakan bahwa *academic burnout* adalah keadaan dimana individu merasa kelelahan secara fisik, mental maupun emosional yang diikuti perasaan menghindar dari lingkungan dan penilaian diri yang rendah. Maslach dan Leiter (2008) dalam (Febriani dkk., 2021) menyatakan bahwa *academic burnout* merupakan perasaan lelah secara emosional, fisik dan mental individu yang disebabkan karena oleh suasana belajar kaku, keras dan sangat menuntut baik secara ekonomi maupun psikologis. Lin dan Huang (2014) memiliki pendapat berbeda bahwa *academic burnout* terjadi karena individu

mengalami tekanan akademik, beban kerja yang berlebihan dan faktor psikologis termasuk kelelahan emosional, sikap negatif dan perasaan pencapaian yang rendah.

Academic burnout adalah suatu hal yang mengarah pada perasaan lelah karena tuntutan belajar, memiliki sikap sinis dan tidak peduli terhadap perkuliahan serta merasa tidak kompeten sebagai mahasiswa (Schaufeli dkk., 2002) dalam (Arlinkasari & Akmal, 2017). Pendapat lain dikemukakan oleh Rad dkk (Rad dkk., 2017) bahwa *academic burnout* adalah munculnya perasaan yang tidak diinginkan dan perasaan yang tidak efisien dikarenakan kurangnya individu dalam memenuhi tugas, rendahnya motivasi dan kelelahan karena persyaratan pendidikan. Didukung oleh pendapat dari Moghadam dkk (2020) yang mengemukakan bahwa *academic burnout* adalah kecenderungan negatif mahasiswa terhadap melanjutkan pendidikannya, terjadinya peningkatan tuntutan dan tekanan kerja bagi mahasiswa (*emotional exhaustion*), menimbulkan sikap pesimis terhadap melanjutkan pendidikannya (*anxiety* dan *pessimism*) serta rendahnya kompetensi dan efisiensi mahasiswa dalam belajar (*inefficiency*).

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa *academic burnout* adalah suatu kondisi individu yang mengarah pada perasaan yang tidak diinginkan karena tuntutan akademik, dimana individu akan merasakan kelelahan secara fisik, mental maupun emosional. Hal tersebut akan menimbulkan tekanan, sikap pesimis dan rendahnya kompetensi belajar pada mahasiswa.

2. Dimensi *Academic Burnout*

Menurut Maslach (2003) dalam (Muflihah & Savira, 2021) *academic burnout* memiliki tiga dimensi yaitu *emotional exhaustion* (kelelahan secara emosional), *cynicism* (sinisme) dan *low personal accomplishment* (prestasi diri rendah).

- 1) *Emotional exhaustion*, adalah kelelahan yang diakibatkan oleh keterlibatan emosional yang berlebihan sehingga individu merasa kesulitan atas tuntutan akademik yang diberikan. Menurut Maslach dan Leiter (2008) dimensi *emotional exhaustion* mewakili dimensi dasar dari *burnout* yang mengacu pada perasaan berlebihan dan terkurasnya sumber daya emosional serta fisik seseorang.
- 2) *Cynicism*, adalah suatu perasaan terasing dari pembelajaran yang diikuti sikap sinis dan acuh tak acuh pada lingkungan belajar. Menurut Maslach dan Leiter (2008) dimensi *cynicism* mewakili dimensi konteks interpersonal dari *burnout* yang mengacu pada respon negatif, tidak berperasaan ataupun terlalu mengabaikan dari berbagai aspek pekerjaan.
- 3) *Low personal accomplishment*, adalah suatu keadaan dimana individu mempersepsikan ketidakefisienan dan kompetensi yang kurang dalam melaksanakan tugas akademik serta individu yang menganggap tugas yang diberikan terlalu berat sehingga muncul perasaan tidak mampu dan percaya diri. Menurut Maslach dan Leiter (2008) dimensi *low personal accomplishment* mewakili dimensi evaluasi diri dari *Burnout* yang

mengacu pada perasaan tidak kompeten, kurangnya pencapaian dan produktivitas dalam pekerjaan.

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Academic Burnout*

Maslach (dalam Sagita & Meilyawati, 2021) mengemukakan dua faktor utama penyebab *academic burnout*; Pertama, faktor situasional yang mencakup beban kerja, pengawasan, penghargaan, komunitas, keadilan dan nilai; Kedua, faktor individu yang mencakup faktor demografi (usia, jenis kelamin, domisili dan jenjang pendidikan), faktor kepribadian dan perilaku atas kewajiban yang ditekuni individu.

Faktor risiko terjadinya *burnout* menurut Leiter dan Maslach (dalam Arlinkasari & Akmal, 2017) meliputi *workload*, *control*, *reward*, *community*, *value* dan *fairness*. *Control* merupakan bentuk kesulitan individu dalam mengambil keputusan mengenai tugas perkuliahan dikarenakan ada pengaruh dari teman, dosen maupun peraturan kampus yang lebih dominan. *Reward* merupakan bentuk apresiasi terhadap individu yang telah melakukan kebaikan atau mendapatkan prestasi. Bentuknya bermacam-macam bisa dalam bentuk materi ataupun non materi. Adanya *reward* dapat membangkitkan semangat individu yang telah mencapai sesuatu yang baik. *Fairness* merupakan bentuk keadilan yang diterima oleh individu, dimana dalam konteks perkuliahan yaitu apabila mahasiswa merasa diperlakukan dengan cara tidak adil oleh pihak kampus (Christina Maslach & Leiter, 2016).

Faktor lainnya yang menyebabkan *academic burnout* yaitu (Febriani dkk., 2021; Seibert dkk., 2016):

- 1) *Self Concept*. Brooks (dalam Sugiarto dkk., 2020) mengemukakan bahwa *self concept* adalah pandangan dan perasaan tentang diri kita.
- 2) *Work Overload*. Fieyatiwi., dkk (2019) menyimpulkan bahwa *work overload* adalah kondisi dimana individu memiliki pekerjaan yang terlalu banyak dan harus diselesaikan dalam waktu yang terbatas.
- 3) *Demographic Factors*. Dapat berupa jenis kelamin, jurusan yang diambil, tingkatan perkuliahan.
- 4) *Lack of Social Support*. Cobb (dalam Saefudin dkk., 2021) *social support* adalah sejauh mana individu percaya bahwa mereka dipercaya, dicintai dan dihargai.
- 5) *Lack of Control*. Maslach dan Leiter (2016) *control* yaitu dapat berupa kesulitan dalam mengambil keputusan atau menentukan prioritas. Jadi, mahasiswa merasa pembelajaran yang diberikan kurang menarik dan dosen juga kurang memberikan kesempatan mahasiswa untuk aktif dalam proses pembelajaran. Individu yang tidak dapat melakukan *control* dalam pekerjaannya maka akan kecil peluangnya untuk mengidentifikasi masalah termasuk *burnout* (Rohmatun dkk., 2018).
- 6) *Lack of Reward*. Hurlock (dalam Akmal & Susanti, 2019) mengatakan *reward* adalah sebagai salah satu pilar disiplin, yang berarti *reward* merupakan penghargaan untuk suatu hasil yang baik. Studi yang dilakukan Pawicara dan Conilie (2020) mengemukakan bahwa sistem

imbalan atau *reward* yang tidak memadai dapat menyebabkan kekecewaan pada mahasiswa. Dengan kurangnya penghargaan atau bahkan tidak ada penghargaan yang didapatkan atas prestasi siswa, siswa akan merasa kurang dihargai (Maslach & Leiter 2001 dalam Satrio dkk., 2020).

- 7) *Lack of Fairness*. Adalah kurangnya keadilan, dimana suatu kondisi yang penerapan aturannya tidak konsisten dan komunikasinya tidak lancar. Dengan kurangnya keadilan, individu akan memunculkan berbagai reaksi seperti menarik diri dan mengurangi keterlibatan dalam pekerjaannya serta gejala kekecewaan kerja lainnya akan tampak (Febriani dkk., 2021).

B. Lack of Control

1. Definisi Lack of Control

Maslach dan Leiter (2016) mengemukakan bahwasannya *lack of control* yaitu dapat berupa kesulitan dalam mengambil keputusan atau menentukan prioritas. Dalam konteks mahasiswa dapat berupa kesulitan yang berkaitan dengan tugas kuliah karena ada pengaruh dari teman, dosen maupun peraturan kampus yang lebih dominan. Selain itu alasan mahasiswa melakukan pelanggaran karena terdapat peluang, yang dimana peluang tersebut muncul karena *lack of control* (Hendrajaya, 2013).

Dalam penelitian Kim dan Diamond (2002) dalam (Fink, 2016) *control* adalah variabel yang pada akhirnya menentukan besarnya pengalaman stres dan kerentanan individu terhadap gejala perilaku dan fisiologis yang

diinduksi stres. Begitu pula dalam penelitian Maslach dan Leiter (2016) telah mengidentifikasi bahwasannya terdapat hubungan antara *lack of control*, tingkat stres dan *burnout* yang tinggi. Faktor yang dapat menyebabkan *burnout* adalah *control* yang rendah, *control* individu terhadap situasi yang sulit berkaitan dengan kemampuan individu untuk tetap stabil bahkan saat berada di tengah masalah.

Gottfredson Dan Hirschi (1998) dalam (Honken & Ralston, 2013) mencirikan individu yang memiliki *lack of control* lebih mungkin untuk terlibat dalam perilaku berisiko. Individu tersebut akan mengejar kesenangan dan kurang dalam ketekunan. Terdapat studi yang menjelaskan bahwa mahasiswa psikologi dan teknik mengalami stres karena *lack of control*. Stres yang dirasakan dan persepsi *lack of control* terjadi pada mahasiswa tahun pertama dan kedua. Mahasiswa laki-laki tahun pertama lebih menunjukkan *lack of control* dibandingkan tahun kedua (Garcia dkk., 2022).

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa *lack of control* adalah kurangnya *control* dalam mengambil keputusan atau menentukan prioritas. Dimana individu memiliki peluang yang kecil untuk mengidentifikasi masalah. Dalam lingkup perkuliahan, mahasiswa akan kesulitan dalam tugas karena adanya pengaruh dari lingkungan.

2. Aspek-Aspek *Lack of Control*

Aspek-aspek *lack of control* menurut Henry dkk (1996), antara lain:

- a. Impulsif. Ketika individu memiliki ketidakmampuan untuk mengatasi perilaku impulsif.
- b. Labilitas emosi. Dengan adanya kelabilan membuat individu menjadi tidak gigih dalam memecahkan masalah
- c. Negativisme. Kepekaan terhadap stres dan tantangan yang diekspresikan dalam reaksi negatif.

Pada aspek-aspek yang telah dijelaskan, dapat ditarik kesimpulan bahwa aspek *lack of control* ialah ketika individu tidak memiliki kemampuan untuk mengatasi perilaku impulsif, ketika individu memiliki kelabilan yang membuat menjadi tidak gigih dalam memecahkan masalah dan ketika individu mengekspresikan reaksi negatif pada tantangan.

C. *Lack of Reward*

1. Definisi *Lack of Reward*

Lack of reward adalah kurangnya apresiasi atau penghargaan dari lingkungan sekitar yang membuat individu merasa tidak bernilai (Maslach dkk., 2001) dalam (Suryani dkk., 2016). *Lack of reward* akan melemahkan semangat individu untuk menyukai apa yang dilakukan dan akhirnya membuat individu tersebut merasa jenuh dengan kebiasaan rutin yang dilakukan. Hal tersebut dapat mengakibatkan menurunnya komitmen dan motivasi belajar mahasiswa (Febriani et al., 2021).

Maslach dan Leiter (2016) mengemukakan bahwasannya pengakuan dan penghargaan yang tidak memadai baik itu finansial, institusional ataupun sosial dapat meningkatkan kerentanan individu terhadap *burnout*. Sebaliknya apabila terdapat konsistensi pemberian penghargaan sesuai dengan pekerjaan individu maka terdapat peluang untuk kepuasan intrinsik individu tersebut. Dengan kurangnya penghargaan atau bahkan tidak ada penghargaan yang didapatkan atas prestasi siswa, siswa akan merasa kurang dihargai (Maslach dkk., 2001) dalam (Satrio dkk., 2020).

Dukungan berupa perasaan dipercaya, penerimaan dan perhatian yaitu dukungan *reward*. *Reward* dapat memotivasi mahasiswa untuk membantu keberhasilan yang berkaitan dengan tugas akademik. Hurlock (1980) dalam (Prihatsanti, 2014) dukungan *reward* dapat meningkatkan kebahagiaan yang pada akhirnya mendorong keberhasilan individu dalam menyelesaikan tugasnya. Perasaan sukses dalam diri individu akan meningkatkan keyakinan diri sedangkan ketiadaan akan *reward* memunculkan perasaan gagal dan tidak yakin (Prihatsanti, 2014).

Reward merupakan bentuk apresiasi terhadap individu yang telah melakukan kebaikan atau mendapatkan prestasi. Bentuknya bermacam-macam bisa dalam bentuk materi ataupun non materi. Adanya *reward* dapat membangkitkan semangat individu yang telah mencapai sesuatu yang baik (Setiawan, 2018). Melalui Al-Qur'an, Allah SWT juga memberikan apresiasi pada umatnya atas kebaikan yang telah dilakukan. Dalam Q.S al-Zalzalah: 7-8.

لَا يَجْزِيكَ الْوَعْدُ إِذْ شَرَّ لِلْبَرِّ (٧٦) وَوَعْدُ دَارِ الْجَنَّةِ
 لَا يَجْزِيكَ الْوَعْدُ إِذْ شَرَّ لِلْبَرِّ

Artinya : “Barang siapa yang melakukan kebaikan seberat dzarrah pun, niscaya dia akan melihat (balasannya) dan barang siapa yang melakukan kejahatan seberat dzarrah pun, niscaya akan melihat balasannya”

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa *lack of reward* adalah kurangnya penghargaan atas apa yang telah dilakukan individu. Dimana individu merasa tidak bernilai bahkan tidak diberi pengakuan sesuai apa yang telah dikerjakan. Dalam lingkup perkuliahan, mahasiswa akan mengalami rendahnya motivasi dan menurunnya komitmen saat belajar.

2. Aspek-Aspek *Lack of Reward*

Aspek-Aspek *Lack of Reward* menurut Park, dkk (2009) antara lain:

- a. Perlakuan yang tidak adil. Individu merasa diperlakukan tidak adil seperti tidak adanya rasa hormat dan kepercayaan dari institusi.
- b. Ketidakjelasan masa depan. Membuat individu tidak percaya akan penghargaan yang diberikan institusi jika individu tersebut tidak bekerja keras.
- c. Tidak adanya kesempatan. Dengan adanya kesempatan dari institusi dapat membuat individu mengembangkan kapasitasnya.

Pada aspek-aspek yang telah dijelaskan, dapat ditarik kesimpulan bahwa aspek *lack of reward* ialah Ketika individu merasa diperlakukan tidak adil yang akhirnya menimbulkan tidak ada rasa hormat dan percaya pada institusi, ketika individu merasa tidak percaya akan penghargaan walaupun

sudah bekerja keras dan ketika individu tidak diberi kesempatan untuk mengembangkan kapasitasnya.

D. *Lack of Fairness*

1. Definisi *Lack of Fairness*

Fairness adalah sejauh mana keputusan pada pekerjaan dianggap adil dan merata (Christina Maslach & Leiter, 2016). *Lack of fairness* adalah kurangnya keadilan, dimana suatu kondisi yang penerapan aturannya tidak konsisten dan komunikasinya tidak lancar (Febriani dkk., 2021). Didukung oleh Maslach dan Leiter (2016) yang mengatakan bahwasannya dalam konteks perkuliahan *lack of fairness* yaitu apabila mahasiswa merasa diperlakukan dengan cara tidak adil oleh pihak kampus. Maka dari itu sikap sinisme, kemarahan dan permusuhan mungkin muncul ketika mahasiswa merasa tidak diperlakukan dengan secara adil.

Islam menyerukan untuk berlaku adil, apalagi menyangkut pendidikan yang merupakan suatu hal penting bagi setiap orang. Ketika individu mampu berlaku adil untuk dirinya, maka individu tersebut mampu berlaku adil pada orang lain (Susanti, 2015). Dalam Al-Quran terdapat ayat yang membahas tentang perbuatan adil yaitu Q.S An-Nahl ayat 90:

إِنَّ أَوْلَىٰ لِغَيْرِكَ بِالْمَالِ الَّذِي كَسَبَتْ يَدَاكَ وَأَنَّكَ إِلَىٰ رَبِّكَ رَاغِبٌ
حَسْبُ لَكَ الْوَالِدُ وَالْوَالِدَاتُ وَالْأَقْرَبُونَ وَلَوْلَا ذَلِكَ لَفَسَدَتِ السَّمَاوَاتُ وَالْأَرْضُ وَالْأَنْبِيَاءُ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ

وَلَوْلَا ذَلِكَ لَفَسَدَتِ السَّمَاوَاتُ وَالْأَرْضُ وَالْأَنْبِيَاءُ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ (٩٠)

Artinya : “*Sesungguhnya Allah menyuruh (kamu) berlaku adil dan berbuat kebajikan, memberi kepada kaum kerabat dan Allah melarang*

dari perbuatan keji, kemungkar dan permusuhan. Dia memberi pengajaran kepadamu agar kamu dapat mengambil pelajaran”

Dalam studi Greenberg (2004) dalam (Taka dkk., 2016) telah menunjukkan bahwa *lack of fairness* adalah penyebab utama stres di tempat kerja. Begitu pula Maslach dan Leiter (2008) dalam (Taka et al., 2016) menyatakan bahwa pengalaman yang tidak adil dapat berdampak buruk pada kesehatan psikologis individu yang menyebabkan *burnout*. Dengan kurangnya keadilan, individu akan memunculkan berbagai reaksi seperti menarik diri dan mengurangi keterlibatan dalam pekerjaannya serta gejala kejenuhan kerja lainnya akan tampak (Febriani dkk., 2021).

Keadilan prosedural merupakan hubungan antara individu yang terlibat dengan pembuat keputusan dalam proses pengambilan keputusan (Tyler, 1994). Jadi, setiap individu akan menilai sebuah keadilan prosedural berdasarkan interaksi satu dengan yang lainnya terkait netralitas, kepercayaan dan penghargaan. Prosedur yang adil harus mencerminkan *respect*, percaya dan penghargaan semua pihak serta sikap netral bila ada konflik. Adanya ketidakadilan ini akan menyebabkan kerugian materi, fisik dan psikologis pada seseorang.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa *lack of fairness* adalah kurangnya keadilan pada individu. Individu merasakan ketidakadilan yang dapat memunculkan sikap sinisme, kemarahan dan permusuhan. Dalam lingkup perkuliahan, mahasiswa merasa diperlakukan secara tidak adil oleh pihak kampus.

2. Aspek-Aspek *Lack of Fairness*

Aspek-aspek keadilan prosedural menurut Faturochman (2002) antara lain:

- a. Konsistensi. Adapun keadilan yang diterima individu harus konsisten baik dari satu individu ke individu lainnya maupun dari waktu ke waktu. Masing-masing individu memiliki hak dan diperlakukan sama dalam satu prosedur yang sama.
 - b. Minimalisasi bias. Terdapat dua sumber bias yang sering muncul yaitu kepentingan individu dan doktrin yang memihak. Upaya meminimalisasi bias harus dihindarkan.
 - c. Informasi yang akurat. Adapun informasi yang diterima oleh individu harus berdasarkan fakta agar dapat memberi penilaian keadilan yang akurat. Apabila terdapat opini maka hal tersebut harus disampaikan oleh seseorang yang benar-benar mengetahui informasi tersebut dan disampaikan secara lengkap.
 - d. Dapat diperbaiki. Dalam keadilan, upaya untuk memperbaiki kesalahan merupakan salah satu tujuan penting yang perlu ditegakkan.
 - e. Representatif. Prosedur dapat dikatakan adil apabila upaya untuk melibatkan semua pihak yang bersangkutan terjadi sejak awal.
- Etis. Prosedur yang adil harus berdasarkan etika dan moral. Apabila terdapat perilaku yang tidak memenuhi standar etika dan moral maka tidak dapat dikatakan adil.

E. Pengaruh antara Variabel *Academic Burnout* terhadap *Lack of Control*, *Lack of Reward* dan *Lack of Fairness*

Menurut Arlikansi & Akmal (2017) mahasiswa yang tidak mampu menangani berbagai tuntutan yang dihadapi maka akan rentan terhadap permasalahan yang berdampak buruk. Salah satunya adalah *burnout* dalam bidang akademik yang disebut dengan *academic burnout*. *Academic burnout* mengacu pada stres, beban kerja atau faktor psikologis lainnya. Hal itu terjadi karena proses pembelajaran yang diikuti tidak dapat dipenuhi mahasiswa dengan baik sehingga menunjukkan keadaan untuk depersonalisasi, kelelahan emosional dan perasaan prestasi pribadi yang rendah (Orpina & Prahara, 2019; Yang, 2004).

Penelitian Kim dan Diamond (2002) dalam (Fink, 2016) mengatakan bahwa *control* dalam diri individu akan menentukan besarnya pengalaman stres dan kerentanan individu terhadap gejala perilaku dan fisiologis yang diinduksi stres. Kemudian Trousselard dkk (2016) menambahkan pula bahwa persepsi *control* yang rendah merupakan faktor penyebab stres kerja yang tinggi. Begitu pula mahasiswa yang memiliki kurangnya kontrol dalam dirinya, ia akan melakukan perilaku yang tidak seharusnya seperti pelanggaran dalam kuliah (Hendrajaya, 2013).

Dalam penelitian Hausler., dkk (2018) mengatakan bahwa prediktor terjadinya *burnout* yaitu kurangnya mendapatkan *reward*. Kurangnya *reward* pada mahasiswa akan membuat mahasiswa merasa jenuh dengan hal-hal yang biasanya dikerjakan. Dalam penelitian Taka (2016) menyatakan bahwa

pengalaman yang tidak adil dapat berdampak buruk pada kesehatan psikologis individu yang menyebabkan *burnout*. Kurangnya keadilan menjadi penyebab utama stres di tempat kerja.

F. Kerangka Teoritik

Burnout dalam lingkungan pendidikan telah ditemukan memiliki berbagai implikasi negatif termasuk penurunan produktivitas akademik dan masalah kesehatan mental (Hodge dkk., 2020). *Academic burnout* adalah suatu kondisi yang mengarah pada perasaan yang tidak diinginkan karena tuntutan akademik. Mahasiswa yang mengalami *academic burnout* dikarenakan proses pembelajaran yang diikuti tidak dapat dipenuhi dengan baik sehingga menunjukkan keadaan untuk depersonalisasi, kelelahan emosional dan perasaan prestasi pribadi yang rendah.

Academic burnout memiliki tiga dimensi yaitu *emotional exhaustion* (kelelahan secara emosional), *cynicism* (sinisme) dan *low personal accomplishment* (prestasi diri rendah) (Maslach, 2003) dalam (Muflifah & Savira, 2021). Faktor yang mempengaruhi *academic burnout* meliputi *self concept*, *work overload*, *demographic factors*, *lack of social support*, *lack of control*, *lack of reward* dan *lack of fairness* (Febriani dkk., 2021; Seibert dkk., 2016). Adapun *lack of control*, *lack of reward* dan *lack of fairness* adalah faktor yang mempengaruhi *academic Burnout*.

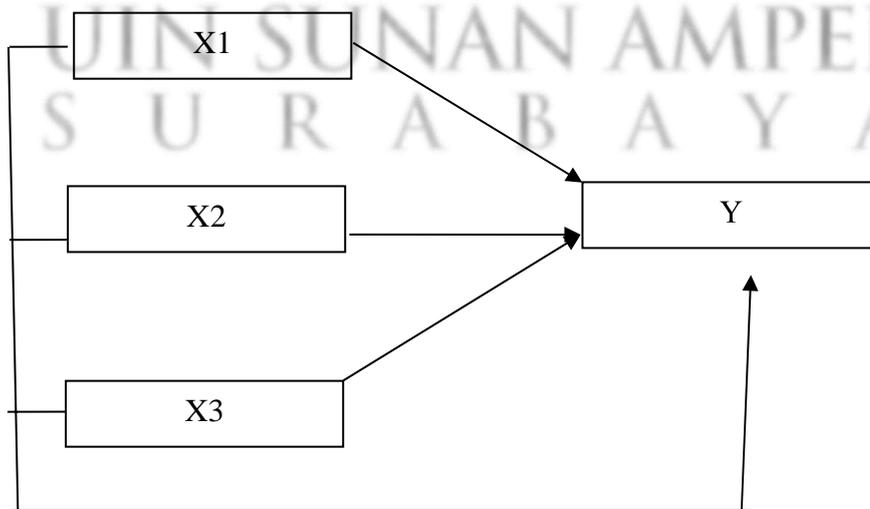
Lack of control adalah kurangnya *control* dalam mengambil keputusan atau menentukan prioritas. Apabila individu memiliki *lack of control* maka akan menyebabkan individu memiliki peluang kecil untuk mengidentifikasi masalah

yang akan timbul, termasuk *burnout* (Rohmatun dkk., 2018). Maslach dan Leiter (2016) telah mengidentifikasi bahwasannya terdapat hubungan antara *lack of control*, tingkat stres dan *burnout* yang tinggi.

Lack of reward adalah kurangnya penghargaan atas apa yang telah dilakukan individu. Individu merasa tidak bernilai bahkan tidak diberi pengakuan sesuai apa yang telah dikerjakan. Apabila individu memiliki *lack of reward* maka akan melemahkan semangat individu untuk menyukai apa yang dilakukan dan akhirnya membuat individu tersebut merasa jenuh dengan kebiasaan rutin yang dilakukan (Febriani dkk., 2021).

Lack of fairness adalah kurangnya keadilan pada individu. Apabila individu memiliki *lack of fairness* akan memunculkan sikap sinisme, kemarahan dan permusuhan ketika mahasiswa merasa tidak diperlakukan dengan secara adil (Maslach & Leiter, 2016). Pengalaman tersebut dapat berdampak buruk pada kesehatan psikologis individu yang berujung pada *burnout*.

Berikut merupakan kerangka teoritik dalam penelitian ini sebagai berikut:



Pengaruh *Lack of Control*, *Lack of Reward* dan *Lack of Fairness* terhadap
Academic Burnout

Keterangan:

X1 : Variabel bebas (*Lack of Control*)

X2 : Variabel bebas (*Lack of Rewards*)

X3 : Variabel bebas (*Lack of Fairness*)

Y : Variabel terikat (*Academic Burnout*)

G. Hipotesis

Berdasarkan pemaparan diatas, peneliti merumuskan hipotesis penelitian, yakni:

H_{a1} : Terdapat pengaruh *lack of control* terhadap *academic burnout* mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya.

H_{a2} : Terdapat pengaruh *lack of reward* terhadap *academic burnout* mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya.

H_{a3} : Terdapat pengaruh *lack of fairness* terhadap *academic burnout* mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya.

H_{a4} : Terdapat pengaruh *lack of control*, *lack of reward* dan *lack of fairness* terhadap *academic burnout* mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif yang merupakan data berbentuk angka atau data kualitatif yang diangkakan (Martono, 2010). Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif korelasional. Subjek akan mengisi instrumen penelitian melalui *google form*. Hasil dari instrumen yang telah diisi subjek akan diolah dan dianalisis menggunakan analisis regresi ordinal dengan bantuan program *IBM Statistics 24* untuk uji analisis data.

B. Identifikasi Variabel

Berikut merupakan identifikasi variabel yang terdapat dalam penelitian ini:

1. Variabel Terikat (*Dependent Variable*)

Variabel Y : *Academic Burnout*

2. Variabel Bebas (*Independent Variable*)

Variabel X1 : *Lack of Control*

Variabel X2 : *Lack of Reward*

Variabel X3 : *Lack of Fairness*

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

1. *Academic Burnout*

Academic burnout adalah kondisi individu yang merasa lelah secara fisik, mental maupun emosional yang akan menimbulkan tekanan, sikap sinisme dan rendahnya kompetensi belajar.

2. *Lack of Control*

Lack of control adalah kurangnya *control* individu saat mengambil keputusan atau menentukan prioritas dalam mengidentifikasi masalah yang dapat membuat individu merasa gagal dalam memanfaatkan target, tidak bebas melakukan sesuatu dan tidak ada tindakan dasar dalam bersikap.

3. *Lack of Reward*

Lack of reward adalah kurangnya penghargaan individu berupa finansial, institusional ataupun sosial yang membuat individu merasa tidak bernilai dan merasa diperlakukan tidak adil, tidak adanya kesempatan dan ketidakjelasan masa depan.

4. *Lack of Fairness*

Lack of fairness adalah kurangnya keadilan individu dalam pekerjaan sehingga memunculkan sikap sinisme, kemarahan dan permusuhan serta dapat membuat individu menarik diri dan mengurangi keterlibatan dalam pekerjaannya.

D. Populasi, Teknik Sampling dan Sampel

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa akhir Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya. Populasi tersebut dipilih karena peneliti telah melakukan survei awal yang mendapatkan hasil bahwa sebanyak 63.3% mahasiswa semester akhir psikologi mengalami *academic burnout* sedang. adapun mahasiswa dari jurusan lain juga mengalami *academic burnout* seperti mahasiswa kedokteran sebanyak 76,8% (Sharififard dkk., 2014) dan

mahasiswa keperawatan sebanyak 1.702 orang (Rudman & Gustavsson, 2012).

Menurut data akademik Fakultas Psikologi dan Kesehatan bahwa terdapat 125 mahasiswa Psikologi yakni semester 9 berjumlah 56 mahasiswa, semester 11 berjumlah 48 mahasiswa dan semester 13 berjumlah 21 mahasiswa. Adapun ciri populasi dalam penelitian ini adalah:

- a. Mahasiswa aktif Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya,
- b. Mahasiswa semseter 9, 11 dan 13 tahun angkatan 2018, 2017 dan 2016

Mahasiswa psikologi mengalami *academic burnout* sedang rata-rata 59,36% dikarenakan beberapa alasan seperti jumlah beban tugas yang diberikan, motivasi yang menurun, tekanan dari teman, keluarga dan pasangan serta kurangnya *support system* (LM Psikologi UGM, 2021).

Mahasiswa tingkat akhir psikologi mengalami stres akademik tinggi mencapai 51,70% orang (Kurnia, 2016). Di China sebanyak 86,6% mahasiswa mengalami stres akademik parah yang akhirnya berujung pada *Burnout* (Lin & Huang, 2014).

2. Teknik Sampling

Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini adalah *total sampling*. Menurut Sugiyono (2013) *total sampling* adalah teknik pengambilan sampel sama dengan populasi.

3. Sampel

Sampel dalam penelitian ini yakni berjumlah 125 mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya. Dengan karakteristik sampel yakni mahasiswa aktif semester 9, 11 dan 13 tahun angkatan 2018, 2017 dan 2016.

E. Instrumen Penelitian

Pada penelitian ini, instrumen penelitian yang digunakan untuk memperoleh data yakni skala berupa aitem pernyataan tidak langsung dan tidak ada jawaban “benar-salah”. Pernyataan meliputi pernyataan positif (*favorable*) dan pernyataan negatif (*unfavorable*). Menggunakan model skala likert dengan empat kategori jawaban yaitu SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), TS (Tidak Sesuai) dan STS (Sangat Tidak Sesuai).

Tabel 3.1 Skor Aitem Skala Likert

<i>Aitem Favorable</i>	Skor	<i>Aitem Unfavorable</i>	Skor
SS (Sangat Sesuai)	4	SS (Sangat Sesuai)	1
S (Sesuai)	3	S (Sesuai)	2
TS (Tidak Sesuai)	2	TS (Tidak Sesuai)	3
STS (Sangat Tidak Sesuai)	1	STS (Sangat Tidak Sesuai)	4

Instrumen yang akan digunakan dalam penelitian ini ada empat yakni skala *academic burnout*, *lack of control*, *lack reward* dan *lack of fairness*.

1. Instrumen Pengukuran *Academic Burnout*

a. Definisi Operasional

Academic Burnout adalah suatu kondisi individu yang merasa kelelahan secara fisik, mental maupun emosional yang akan

menimbulkan tekanan, sikap sinisme dan rendahnya kompetensi belajar pada mahasiswa.

b. Alat ukur *Academic Burnout*

Adapun alat ukur yang digunakan untuk mengukur tingkat *academic burnout* yakni menggunakan adaptasi skala *Maslach Burnout Inventory-Student Survey* (MBI-SS) ke dalam bahasa Indonesia. Instrumen penelitian ini terdiri dari tiga dimensi (Hu & Schaufeli, 2009) yaitu: a) *Emotional Exhaustion* b) *Cynicism* c) *Academic Efficacy*. Skala *Academic Burnout* menggunakan skala likert. Tujuan dari pengukuran skala *academic burnout* adalah untuk mengukur tingkat tinggi dan rendahnya *academic burnout* yang dimiliki oleh mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya.

Tabel 3.2 Blue Print Skala *Academic Burnout*

Dimensi	Indikator	Nomor Item		Jumlah
		F	UF	
<i>Emotional Exhaustion</i>	Memiliki perasaan berlebihan dan terkurasnya sumber daya emosional serta fisik	1, 4, 7, 10, 13	-	5
<i>Cynicism</i>	Melakukan respon negatif, tidak berperasaan dan terlalu mengabaikan	2, 5, 11, 14	-	4
<i>Academic Efficacy</i>	Mengevaluasi diri dari perasaan tidak kompeten, kurangnya pencapaian	-	3, 6, 8, 9, 12, 15	6

dan produktivitas dalam pekerjaan			
Jumlah	9	6	15

c. Uji Validitas

Validitas menyangkut sejauhmana sebuah alat ukur psikologis dapat dipercaya untuk mengukur apa yang seharusnya diukur (Suryabrata, 2000). Uji validitas aitem dilakukan dengan bantuan *IBM SPSS Statistics 24*. Ada dua kriteria untuk menguji apakah item itu valid atau tidak valid, yaitu nilai koefisien *corrected item-total correlation* tiap item berkorelasi positif dan $\geq 0,30$ (Muhid, 2019). Dengan demikian, skala *academic burnout* telah melakukan uji validitas yang hasilnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3.3 Hasil Uji Validitas Skala *Academic Burnout*

Aitem	<i>Correlated Item-Total Correlation</i>	Perbandingan R Tabel	Hasil
1	.464	0.3	Valid
2	.590	0.3	Valid
3	.452	0.3	Valid
4	.379	0.3	Valid
5	.682	0.3	Valid
6	.502	0.3	Valid
7	.488	0.3	Valid
8	.401	0.3	Valid
9	.356	0.3	Valid
10	.471	0.3	Valid

11	.667	0.3	Valid
12	.248	0.3	Tidak Valid
13	.654	0.3	Valid
14	.595	0.3	Valid
15	.468	0.3	Valid

Berdasarkan tabel di atas terdapat 15 butir aitem yang dimana 14 aitem memiliki nilai > 0.3 yang artinya aitem-aitem tersebut dikatakan valid. Sedangkan, terdapat 1 aitem yang memiliki nilai < 0.3 yang artinya aitem tersebut tidak valid atau gugur. Aitem yang tidak valid terdapat pada nomor 12 sehingga aitem tersebut di hilangkan. Kemudian diuji kembali pada tahap II, berikut tabel uji validitas tahap II:

Tabel 3.4 Hasil Uji Validitas Skala *Academic Burnout* Tahap II

Aitem	<i>Correlated Item- Total Correlation</i>	Perbandingan R Tabel	Hasil
1	.472	0.3	Valid
2	.607	0.3	Valid
3	.445	0.3	Valid
4	.388	0.3	Valid
5	.697	0.3	Valid
6	.468	0.3	Valid
7	.507	0.3	Valid
8	.390	0.3	Valid
9	.334	0.3	Valid
10	.500	0.3	Valid
11	.677	0.3	Valid

12	.645	0.3	Valid
13	.595	0.3	Valid
14	.443	0.3	Valid

Berdasarkan tabel di atas terdapat 14 butir aitem yang memiliki nilai > 0.3 yang artinya aitem-aitem tersebut dikatakan valid. Berikut *blue print* skala *academic burnout* setelah dilakukan uji validitas tahap II.

Tabel 3.5 Blue Print Skala Academic Burnout setelah Tahap II

Dimensi	Indikator	Nomor Item		Jumlah
		F	UF	
<i>Emotional Exhaustion</i>	Memiliki perasaan berlebihan dan terkurasnya sumber daya emosional serta fisik	1, 4, 7, 10, 13	-	5
	Melakukan respon negatif, tidak berperasaan dan terlalu mengabaikan	2, 5, 11, 14	-	4
<i>Academic Efficacy</i>	Mengevaluasi diri dari perasaan tidak kompeten, kurangnya pencapaian dan produktivitas dalam pekerjaan	-	3, 6, 8, 9, 15	5
Jumlah		9	5	14

d. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas digunakan untuk sejauh mana suatu alat ukur dapat dipercaya dari konsistensinya (Azwar, 2013). Yang dihitung

menggunakan teknik *Cronbach's Alpha* yang bisa dikatakan juga dengan koefisien reliabilitas. Instrumen dikatakan reliabel jika nilai koefisien reliabilitas $> 0,60$ maka memiliki reliabilitas tinggi, sedangkan jika nilai koefisien reliabilitas $< 0,60$ maka memiliki reliabilitas rendah. Jika semakin mendekati angka 1 maka semakin reliabel, artinya semua item tersebut sangat reliabel sebagai instrumen pengumpul data (Muhid, 2019).

Tabel 3.6 Hasil Uji Reliabilitas Skala *Academic Burnout*

<i>Cronbach's Alpha</i>	Jumlah Aitem
.862	14

Berdasarkan tabel di atas, skala *academic burnout* memiliki nilai koefisien reliabilitas sebesar 0,862. Dapat dikatakan bahwa skala *academic burnout* memiliki nilai reliabilitas sangat tinggi ($0.862 > 0,6$).

2. Instrumen Pengukuran *Lack of Control*

a. Definisi Operasional

Lack of control adalah kurangnya *control* saat mengambil keputusan atau menentukan prioritas dalam mengidentifikasi masalah termasuk *burnout* yang dapat membuat individu merasa gagal dalam memanfaatkan target, tidak bebas melakukan sesuatu dan tidak ada tindakan dasar dalam bersikap.

b. Alat Ukur *Lack of Control*

Adapun alat ukur yang digunakan untuk mengukur tingkat *lack of control* yakni menggunakan aspek yang dikemukakan oleh Henry dkk (1996) : a) Impulsif b) Labilitas Emosi c) Negativisme. Skala *lack of control* menggunakan skala likert. Tujuan dari pengukuran skala *lack of control* adalah untuk mengukur tingkat tinggi dan rendahnya *lack of control* yang dimiliki oleh mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya.

Tabel 3.7 Blue Print Skala Lack of Control

Aspek	Indikator	Nomor Item		Jumlah
		F	UF	
Impulsif	Memiliki ketidakmampuan untuk mengatasi perilaku impulsif	1, 3, 11	7	4
Labilitas Emosi	Menunjukkan kelabilan emosi yang berujung tidak dapat mengidentifikasi masalah	2, 6, 8	4	4
Negativisme	Melakukan reaksi negatif terhadap stres dan tantangan yang dialami	5	9, 10	3
Jumlah		7	4	11

c. Uji Validitas

Skala *Lack of Control* terdiri dari 11 aitem. Uji validitas aitem dilakukan dengan bantuan *IBM SPSS Statistics 24*, dengan nilai

koefisien *corrected item-total correlation* tiap item berkorelasi positif dan $\geq 0,30$ (Muhid, 2019). Skala *lack of control* telah melakukan uji validitas yang hasilnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3.8 Hasil Uji Validitas Skala *Lack of Control*

Aitem	<i>Correlated Item-Total Correlation</i>	Perbandingan R Tabel	Hasil
1	.661	0.3	Valid
2	.587	0.3	Valid
3	-.315	0.3	Tidak Valid
4	.442	0.3	Valid
5	.635	0.3	Valid
6	.636	0.3	Valid
7	.533	0.3	Valid
8	.541	0.3	Valid
9	.383	0.3	Valid
10	.162	0.3	Tidak Valid
11	.405	0.3	Valid

Berdasarkan tabel di atas terdapat 11 butir aitem yang dimana 9 aitem memiliki nilai > 0.3 yang artinya aitem-aitem tersebut dikatakan valid. Sedangkan, terdapat 2 aitem yang memiliki nilai < 0.3 yang artinya aitem tersebut tidak valid atau gugur. Aitem yang tidak valid terdapat pada nomor 3 dan 10 sehingga aitem tersebut di hilangkan. Kemudian diuji kembali pada tahap II, berikut tabel uji validitas tahap II:

Tabel 3.9 Hasil Uji Validitas Skala *Lack of Control* Tahap II

Aitem	<i>Correlated Item-</i>	Perbandingan	Hasil
	<i>Total Correlation</i>	R Tabel	
1	.655	0.3	Valid
2	.604	0.3	Valid
3	.470	0.3	Valid
4	.649	0.3	Valid
5	.633	0.3	Valid
6	.550	0.3	Valid
7	.551	0.3	Valid
8	.448	0.3	Valid
9	.419	0.3	Valid

Berdasarkan tabel di atas terdapat 9 butir aitem yang memiliki nilai > 0.3 yang artinya aitem-aitem tersebut dikatakan valid. Berikut *blue print* skala *lack of control* setelah dilakukan uji validitas tahap II.

Tabel 3.10 *Blue Print* Skala *Lack of Control* setelah Tahap II

Aspek	Indikator	Nomor Item		Jumlah
		F	UF	
Impulsif	Memiliki ketidakmampuan untuk mengatasi perilaku impulsif	1	7	2
	Menunjukkan kelabilan emosi yang berujung tidak dapat mengidentifikasi masalah	2, 6, 8	4	4

Melakukan reaksi negatif			
Negativisme terhadap stres dan tantangan yang dialami	5	9, 10	3
Jumlah	5	4	9

d. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas dihitung menggunakan teknik *Cronbach's Alpha* yang bisa dikatakan juga dengan koefisien reliabilitas. Instrumen dikatakan reliabel jika nilai koefisien reliabilitas $> 0,60$ maka memiliki reliabilitas tinggi, sedangkan jika nilai koefisien reliabilitas $< 0,60$ maka memiliki reliabilitas rendah (Muhid, 2019). Berikut tabel dari uji reliabilitas skala *lack of control*:

Tabel 3.11 Hasil Uji Reliabilitas Skala *Lack of Control*

<i>Cronbach's Alpha</i>	Jumlah Aitem
.841	9

Berdasarkan tabel di atas, skala *lack of control* memiliki nilai koefisien reliabilitas sebesar 0,841. Dapat dikatakan bahwa skala *lack of control* memiliki nilai reliabilitas tinggi ($0,841 > 0,6$).

3. Instrumen Pengukuran *Lack of Reward*

a. Definisi Operasional

Lack of reward adalah kurangnya penghargaan berupa finansial, institusional ataupun sosial membuat individu merasa tidak bernilai dan

dapat membuat individu merasa diperlakukan tidak adil, tidak adanya kesempatan dan ketidakjelasan masa depan.

b. Alat Ukur *Lack of Reward*

Adapun alat ukur yang digunakan untuk mengukur tingkat *Lack of Control* yakni menggunakan aspek yang dikemukakan oleh Park, dkk (2009): a) Perlakuan yang tidak adil b) Ketidakjelasan masa depan c) Tidak adanya kesempatan. Skala *lack of reward* menggunakan skala likert. Tujuan dari pengukuran skala *lack of reward* adalah untuk mengukur tingkat tinggi dan rendahnya *lack of reward* yang dimiliki oleh mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya.

Tabel 3.12 Blue Print Skala *Lack of Reward*

Aspek	Indikator	Nomor Item		Jumlah
		F	UF	
Perlakuan yang tidak adil	Diperlakukan tidak adil seperti tidak adanya rasa hormat dan kepercayaan dari institusi	1, 4	-	2
	Ketidakjelasan masa depan	Tidak percaya akan penghargaan yang diberikan institusi jika individu tersebut tidak bekerja keras	2, 7, 10	5
Tidak adanya kesempatan	Tidak memiliki kesempatan untuk mengembangkan kapasitasnya	3, 8, 11	6, 9	5

Jumlah	8	3	11
--------	---	---	----

c. Uji Validitas

Skala *Lack of Reward* terdiri dari 11 aitem. Uji validitas aitem dilakukan dengan bantuan *IBM SPSS Statistics 24*, dengan nilai koefisien *corrected item-total correlation* tiap item berkorelasi positif dan $\geq 0,30$ (Muhid, 2019). Skala *lack of reward* telah melakukan uji validitas yang hasilnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3.13 Hasil Uji Validitas Skala *Lack of Reward*

Aitem	<i>Correlated Item- Total Correlation</i>	Perbandingan R Tabel	Hasil
1	.508	0.3	Valid
2	.581	0.3	Valid
3	.657	0.3	Valid
4	.685	0.3	Valid
5	.218	0.3	Tidak Valid
6	.376	0.3	Valid
7	.650	0.3	Valid
8	.522	0.3	Valid
9	.277	0.3	Tidak Valid
10	.706	0.3	Valid
11	.553	0.3	Valid

Berdasarkan tabel di atas terdapat 11 butir aitem yang dimana 9 aitem memiliki nilai > 0.3 yang artinya aitem-aitem tersebut dikatakan valid. Sedangkan, terdapat 2 aitem yang memiliki nilai < 0.3 yang

artinya aitem tersebut tidak valid atau gugur. Aitem yang tidak valid terdapat pada nomor 5 dan 9 sehingga aitem tersebut di hilangkan. Kemudian diuji kembali pada tahap II, berikut tabel uji validitas tahap II:

Tabel 3.14 Hasil Uji Validitas Skala *Lack of Reward* Tahap II

Aitem	<i>Correlated Item- Total Correlation</i>	Perbandingan		Hasil
		R Tabel		
1	.519	0.3		Valid
2	.549	0.3		Valid
3	.657	0.3		Valid
4	.725	0.3		Valid
5	.390	0.3		Valid
6	.689	0.3		Valid
7	.580	0.3		Valid
8	.700	0.3		Valid
9	.608	0.3		Valid

Berdasarkan tabel di atas terdapat 9 butir aitem yang memiliki nilai > 0.3 yang artinya aitem-aitem tersebut dikatakan valid. Berikut *blue print* skala *lack of reward* setelah dilakukan uji validitas tahap II.

Tabel 3.15 *Blue Print* Skala *Lack of Reward* setelah tahap II

Aspek	Indikator	Nomor Item		Jumlah
		F	UF	
Perlakuan yang tidak adil	Diperlakukan tidak adil seperti tidak adanya rasa	1, 4	-	2

	hormat dan kepercayaan dari institusi			
Ketidakjelasan masa depan	Tidak percaya akan penghargaan yang diberikan institusi jika individu tersebut tidak bekerja keras	2, 7, 10	-	3
Tidak adanya kesempatan	Tidak memiliki kesempatan untuk mengembangkan kapasitasnya	3, 8, 11	6	4
	Jumlah	8	1	9

d. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas dihitung menggunakan teknik *Cronbach's Alpha* yang bisa dikatakan juga dengan koefisien reliabilitas. Instrumen dikatakan reliabel jika nilai koefisien reliabilitas $> 0,60$ maka memiliki reliabilitas tinggi, sedangkan jika nilai koefisien reliabilitas $< 0,60$ maka memiliki reliabilitas rendah (Muhid, 2019). Berikut tabel dari uji reliabilitas skala *lack of reward*:

Tabel 3.16 Hasil Uji Reliabilitas Skala *Lack of Reward*

<i>Cronbach's Alpha</i>	Jumlah Aitem
.863	9

Berdasarkan tabel di atas, skala *lack of reward* memiliki nilai koefisien reliabilitas sebesar 0,863. Dapat dikatakan bahwa skala *lack of reward* memiliki nilai reliabilitas sangat tinggi ($0,863 > 0,6$).

4. Instrumen Pengukuran *Lack of Fairness*

a. Definisi Operasional

Lack of fairness adalah kurangnya keadilan dalam pekerjaan yang membuat individu merasakan ketidakadilan sehingga memunculkan sikap sinisme, kemarahan dan permusuhan serta dapat membuat individu menarik diri dan mengurangi keterlibatan dalam pekerjaannya.

b. Alat Ukur *Lack of Fairness*

Adapun alat ukur yang digunakan untuk mengukur tingkat *lack of fairness* yakni menggunakan aspek yang dikemukakan oleh Faturochman (2002): a) Konsistensi b) Informasi yang akurat c) Dapat diperbaiki d) Representatif e) Etis. Skala *lack of fairness* menggunakan skala likert. Tujuan dari pengukuran skala *lack of fairness* adalah untuk mengukuer tingkat tinggi dan rendahnya *lack of Fairness* yang dimiliki oleh mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya.

Tabel 3.17 Blue Print Skala *Lack of Fairness*

Aspek	Indikator	Nomor Item		Jumlah
		F	UF	
Konsistensi	Memiliki hak dan perlakuan sama dalam satu prosedur yang sama	1, 12	-	2

	Informasi yang diterima			
Informasi yang akurat	harus berdasarkan fakta agar memperoleh keadilan yang seharusnya	2, 6	-	2
Dapat diperbaiki	Memperbaiki kesalahan yang terjadi	3, 13	11	3
	Melibatkan semua pihak			
Representatif	yang bersangkutan sejak awal	4, 7	10	3
Etis	Memiliki perilaku yang memenuhi standar etika dan moral	5, 9, 14	8, 15	5
	Jumlah	11	4	15

c. Uji Validitas

Skala *lack of fairness* terdiri dari 17 aitem. Uji validitas aitem dilakukan dengan bantuan *IBM SPSS Statistics 24*, dengan nilai koefisien *corrected item-total correlation* tiap item berkorelasi positif dan $\geq 0,30$ (Muhid, 2019). Skala *lack of fairness* telah melakukan uji validitas yang hasilnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3.18 Hasil Uji Validitas Skala *Lack of Fairness*

Aitem	<i>Correlated Item-Total Correlation</i>	Perbandingan R Tabel	Hasil
1	.586	0.3	Valid
2	.573	0.3	Valid

3	.469	0.3	Valid
---	------	-----	-------

4	.493	0.3	Valid
5	.624	0.3	Valid
6	.532	0.3	Valid
7	.570	0.3	Valid
8	.174	0.3	Tidak Valid
9	.511	0.3	Valid
10	.253	0.3	Tidak Valid
11	.163	0.3	Tidak Valid
12	.212	0.3	Tidak Valid
13	.582	0.3	Valid
14	.640	0.3	Valid
15	-.197	0.3	Tidak Valid

Berdasarkan tabel di atas terdapat 15 butir aitem yang dimana 10 aitem memiliki nilai > 0.3 yang artinya aitem-aitem tersebut dikatakan valid. Sedangkan, terdapat 5 aitem yang memiliki nilai < 0.3 yang artinya aitem tersebut tidak valid atau gugur. Aitem yang tidak valid terdapat pada nomor 8, 10, 11, 12 dan 15 sehingga aitem tersebut di hilangkan. Kemudian diuji kembali pada tahap II, berikut tabel uji validitas tahap II:

Tabel 3.19 Hasil Uji Validitas Skala *Lack of Fairness* Tahap II

Aitem	<i>Correlated Item- Total Correlation</i>	Perbandingan R Tabel	Hasil
1	.569	0.3	Valid
2	.597	0.3	Valid
3	.544	0.3	Valid

4	.501	0.3	Valid
5	.652	0.3	Valid
6	.607	0.3	Valid
7	.568	0.3	Valid
8	.493	0.3	Valid
9	.605	0.3	Valid
10	.642	0.3	Valid

Berdasarkan tabel di atas terdapat 10 butir aitem yang memiliki nilai > 0.3 yang artinya aitem-aitem tersebut dikatakan valid. Berikut *blue print* skala *lack of fairness* setelah dilakukan uji validitas tahap II.

Tabel 3.20 Blue Print Skala Lack of Fairness setelah Tahap II

Aspek	Indikator	Nomor Item		Jumlah
		F	UF	
Konsistensi	Memiliki hak dan perlakuan sama dalam satu prosedur yang sama	1	-	1
Informasi yang akurat	Informasi yang diterima harus berdasarkan fakta agar memperoleh keadilan yang seharusnya	2, 6	-	2
Dapat diperbaiki	Memperbaiki kesalahan yang terjadi	3, 13	-	2
Representatif	Melibatkan semua pihak yang bersangkutan sejak awal	4, 7	-	2

	Memiliki perilaku yang			
Etis	memenuhi standar etika dan moral	5, 9, 14	-	3
	Jumlah	10	0	10

d. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas dihitung menggunakan teknik *Cronbach's Alpha* yang bisa dikatakan juga dengan koefisien reliabilitas. Instrumen dikatakan reliabel jika nilai koefisien reliabilitas $> 0,60$ maka memiliki reliabilitas tinggi, sedangkan jika nilai koefisien reliabilitas $< 0,60$ maka memiliki reliabilitas rendah (Muhid, 2019). Berikut tabel dari uji reliabilitas skala *lack of fairness*:

Tabel 3.21 Hasil Uji Reliabilitas Skala *Lack of Fairness*

<i>Cronbach's Alpha</i>	Jumlah Aitem
.862	10

Berdasarkan tabel di atas, skala *lack of fairness* memiliki nilai koefisien reliabilitas sebesar 0,862. Dapat dikatakan bahwa skala *lack of fairness* memiliki nilai reliabilitas tinggi ($0,862 > 0,6$).

F. Analisis Data

1. Uji Prasyarat

Sebelum melakukan pengujian data maka dilakukan uji prasyarat terlebih dahulu, karena teknik analisa dapat diterapkan apabila uji prasyarat telah terpenuhi.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk mengetahui apakah data yang diolah berdistribusi normal atau tidak (Martono, 2010). Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan rumus uji *Kolmogorov-Smirnov* dengan bantuan *IBM SPSS Statistics 24*. Kaidah yang digunakan untuk uji normalitas data adalah jika signifikansi $> 0,05$ maka sebaran data adalah normal, sebaliknya jika $\leq 0,05$ maka sebaran data tidak normal (Muhid, 2019).

2. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui pengaruh *lack of control*, *lack of reward* dan *lack of fairness* terhadap *academic burnout* yang menggunakan teknik analisis regresi ordinal. Setelah dilakukan uji normalitas, variabel dalam penelitian ini tidak berdistribusi normal. Maka dari itu, uji hipotesis yang digunakan adalah analisis regresi ordinal yang tidak memerlukan uji persyaratan analisis.

a. Uji Korelasi Spearman

Penelitian ini menggunakan uji korelasi spearman guna menguji hubungan dua variabel bila datanya berskala ordinal. Nilai korelasi spearman berada di antara $-1 \leq p \leq 1$. Jika nilai $p = 0$, berarti tidak ada korelasi antara variabel independen dengan dependen. Nilai $p = +1$ berarti terdapat korelasi positif antara variabel independen dengan dependen. Nilai $p = -1$ berarti terdapat korelasi negatif antara variabel

independen dengan dependen. Tanda “+” dan “-“ menunjukkan arah hubungan antara variabel (Martono, 2010).

Tabel 3.22 Makna Nilai Korelasi Spearman

Nilai	Makna
0,00 – 0,19	Sangat Rendah / Sangat Lemah
0,20 – 0,39	Rendah / Lemah
0,40 – 0,59	Sedang
0,60 – 0,79	Tinggi / Kuat
0,80 – 1,00	Sangat Tinggi / Sangat Kuat

Sumber: Martono, 2010

Setelah dilakukan uji korelasi maka dilanjutkan dengan uji regresi.

b. Analisis Regresi Ordinal

Penelitian ini menggunakan analisis regresi ordinal yang bertujuan untuk melihat pengaruh variabel bebas (satu variabel atau lebih) terhadap variabel terikat yang berskala data ordinal. Variabel bebas boleh berskala nominal, ordinal, interval maupun rasio (Saadah dkk., 2022). Analisis regresi ordinal termasuk analisis regresi yang tidak berdasarkan *Ordinary Least Square* (OLS) dan tidak memerlukan uji persyaratan analisis (Sutopo & Slamet, 2017) seperti, uji normalitas, uji multikolinearitas dan uji heterokedastisitas yang merupakan syarat uji analisis regresi linier ganda.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini dilakukan berdasarkan fenomena mahasiswa semester akhir Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya yang mengalami *academic burnout* pada studinya. *Academic burnout* merupakan suatu kondisi individu yang merasa kelelahan secara fisik, mental maupun emosional yang akan menimbulkan tekanan, sikap sinisme dan rendahnya kompetensi belajar pada mahasiswa. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah ada pengaruh *lack of control*, *lack of reward* dan *lack of fairness* terhadap *academic burnout* mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya. Mengingat bahwa faktor yang mempengaruhi *academic burnout* adalah *lack of control*, *lack of reward* dan *lack of fairness*.

Penelitian ini melewati beberapa tahap yang diawali dengan peneliti mencari penelitian terdahulu dan kajian literatur terkait dengan variabel yang akan diteliti untuk menyusun *conceptnote* bersama dosen pembimbing. Setelah *conceptnote* disetujui Ketua Prodi Psikologi, peneliti melakukan penyusunan proposal dan membuat instrumen berdasarkan catatan dalam *conceptnote* dengan pendampingan dosen pembimbing. Setelah proposal disetujui maka berlanjut pada tahap ujian proposal yang

nantinya akan mendapat *review* dari dosen penguji. Setelah ujian proposal, peneliti melakukan revisi yang telah di *review* dengan arahan dosen penguji.

Peneliti melakukan *expert judgement* pada kuesioner yang akan digunakan, peneliti meminta bantuan kepada dosen yang dianggap ahli pada bidangnya agar mendapat masukan apakah aitem yang dibuat telah sesuai.

Pengambilan data dimulai dengan menyebarkan kuesioner secara *online* menggunakan *google form* yang dikirimkan melalui *group chat* dan *perxonal chat*. Penyebaran kuesioner dilakukan mulai tanggal 7–23 September 2022. Setelah peneliti mendapatkan data hasil kuesioner, peneliti melakukan pengolahan data yang akan di analisis untuk menyusun laporan penelitian.

2. Deskripsi Data Demografis Subjek

Berdasarkan jenis kelamin subjek diketahui bahwa dari 125 mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya semester 9, 11 dan 13 mayoritas mahasiswa perempuan yang berjumlah 98 orang dengan presentase 78.4%, sedangkan mahasiswa laki-laki berjumlah 27 orang dengan presentase 21.6%. Berikut tabel pengelompokan jenis kelamin subjek:

Tabel 4.1 Hasil Klasifikasi Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah	Presentase
Laki-Laki	27	21.6%
Perempuan	98	78.4%
Total	125	100%

3. Deskripsi Data Statistik

Sebelum melakukan uji analisa data perlu perlu diketahui karakteristik data dari hasil penelitian. Adapun tahap ini merupakan analisa awal yang dilakukan, dengan menganalisa data secara deskriptif. Berikut tabel deskripsi data statistik.

Tabel 4.2 Deskripsi Data Statistik

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
<i>Academic Burnout</i>	125	36.75	6.419	17	59
<i>Lack of Control</i>	125	26.64	4.172	14	42
<i>Lack of Reward</i>	125	25.80	4.607	11	36
<i>Lack of Fairness</i>	125	47.58	4.747	23	59

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa jumlah subjek pada penelitian ini adalah 125 orang. Variabel *academic burnout* memiliki skor minimum 17, skor maksimum 59, nilai mean 36,75 dan standar deviasi 6,419. Pada variabel *lack of control* memiliki skor minimum 14, skor maksimum 42, nilai mean 26,64 dan standar deviasi 4,172. Pada Variabel *lack of reward* skor minimum 11, skor maksimum 36, nilai mean 25,80 dan standar deviasi 4,607. Terakhir pada variabel *lack of fairness* memiliki skor minimum 23, skor maksimum 59, nilai mean 47,58 dan standar deviasi 4,747.

4. Kategorisasi Variabel

Adapun kategori variabel *academic burnout*, *lack of control*, *lack of reward* dan *lack of fairness* digunakan untuk mengetahui jumlah subjek yang berada pada kategori tinggi, sedang dan rendah. Kategorisasi variabel akan menggunakan rumus sebagai berikut (Azwar, 2013):

Tabel 4.3 Rumus Nilai Kategori

Rendah	$X < M - ISD$
Sedang	$M - ISD \leq X < M + ISD$
Tinggi	$M + ISD \leq X$

Keterangan:

X : Skor Subjek

M : Mean

SD : Standart Deviasi

Berdasarkan rumus nilai kategori, menunjukkan bahwa dari 125 subjek terdapat 12 mahasiswa mengalami *academic burnout* rendah dengan presentase 9,6%, 98 mahasiswa mengalami *academic burnout* sedang dengan presentase 78,4% dan 15 mahasiswa mengalami *academic burnout* tinggi dengan presentase 12%. Berikut hasil dari kategori *academic burnout*:

Tabel 4.4 Kategori Academic Burnout

Variabel	Kategori	Jumlah	Presentase
	Rendah	12	9.6%

<i>Academic</i>	Sedang	98	78.4%
<i>Burnout</i>	Tinggi	15	12%
	Total	125	100%

Berdasarkan rumus nilai kategori, menunjukkan bahwa dari 125 subjek terdapat 11 mahasiswa mengalami *lack of control* rendah dengan presentase 8,8%, 101 mahasiswa mengalami *lack of control* sedang dengan presentase 80,8% dan 13 mahasiswa mengalami *lack of control* tinggi dengan presentase 10,4%. Berikut hasil dari kategori *lack of control*:

Tabel 4.5 Kategori *Lack of Control*

Variabel	Kategori	Jumlah	Presentase
<i>Lack of Control</i>	Rendah	11	8.8%
	Sedang	101	80.8%
	Tinggi	13	10.4%
	Total	125	100%

Berdasarkan rumus nilai kategori, menunjukkan bahwa dari 125 subjek terdapat 12 mahasiswa mengalami *lack of reward* rendah dengan presentase 9,6%, 103 mahasiswa mengalami *lack of reward* sedang dengan presentase (82,4%) dan 10 mahasiswa mengalami *lack of reward* dengan presentase 8%. Berikut hasil dari kategori *lack of reward*:

Tabel 4.6 Kategori *Lack of Reward*

Variabel	Kategori	Jumlah	Presentase
<i>Lack of Reward</i>	Rendah	12	9.6%

Sedang	103	82.4%
Tinggi	10	8%
Total	125	100%

Berdasarkan rumus nilai kategori, menunjukkan bahwa dari 125 subjek terdapat 2 mahasiswa mengalami *lack of fairness* rendah dengan presentase 1,6%, 94 mahasiswa mengalami *lack of fairness* sedang dengan presentase 75,2% dan 29 mahasiswa mengalami *lack of fairness* tinggi dengan presentase 23,2%. Berikut hasil dari kategori *lack of fairness*:

Tabel 4.7 Kategori *Lack of Fairness*

Variabel	Kategori	Jumlah	Presentase
<i>Lack of Fairness</i>	Rendah	2	1.6%
	Sedang	94	75.2%
	Tinggi	29	23.2%
	Total	125	100%

Dapat disimpulkan bahwasannya kategori yang ada pada masing-masing variabel memiliki kategori yang sedang.

Tabel 4.8 Jenis Kelamin dengan *Academic Burnout*

		<i>Academic Burnout</i>			Total
		Rendah	Sedang	Tinggi	
Jenis	Laki – Laki	3 (2.4%)	19 (15.2%)	5 (4%)	27 (21.6%)
Kelamin	Perempuan	9 (7.2%)	79 (63.2%)	10 (8%)	98 (78.4%)
	Total	12 (9.6%)	98 (78.4%)	15 (12%)	125 (100%)

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan tingkat *Academic Burnout* dilihat dari jenis kelamin. Tingkat *Academic Burnout* perempuan dan laki-laki mayoritas termasuk dalam tingkat sedang. Perempuan mendapatkan presentase sebesar 63,2% sedangkan laki-laki mendapatkan presentase sebesar 15,2%.

5. Uji Normalitas

Sebelum melakukan uji hipotesis dilakukan uji prasyarat terlebih dahulu, salah satunya uji normalitas. Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan rumus uji *Kolmogorov-Smirnov*. Berikut hasil uji normalitas:

Tabel 4.9 Hasil Uji Normalitas

	Kolmogorov-Smirnov		
	N	Statistic	Sig.
<i>Academic Burnout</i>	125	.086	.024
<i>Lack of Control</i>	125	.094	.009
<i>Lack of Reward</i>	125	.109	.001
<i>Lack of Fairness</i>	125	.151	.000

Berdasarkan tabel di atas, hasil pengujian pada variabel *academic burnout* memiliki nilai sig. sebesar $0,024 < 0,05$ yang artinya data variabel *academic burnout* tidak berdistribusi normal. Variabel *lack of control* memiliki nilai sig. sebesar $0,009 < 0,05$ yang artinya data variabel *lack of control* tidak berdistribusi normal. Variabel *lack of reward* memiliki nilai sig. sebesar $0,001 < 0,05$ yang artinya data variabel *lack of reward* tidak berdistribusi

normal. Variabel *lack of fairness* memiliki nilai sig. sebesar $0,000 < 0,05$ yang artinya data variabel *lack of fairness* tidak berdistribusi normal.

B. Pengujian Hipotesis

Pengujian hipotesis dilakukan untuk menguji pengaruh *lack of control*, *lack of reward* dan *lack of fairness* terhadap *academic burnout* dengan menggunakan analisis regresi ordinal. Sebelum itu dilakukan analisis korelasi spearman untuk mengetahui korelasi setiap variabel.

Tabel 4.10 Hasil Korelasi *Academic Burnout* dengan *Lack of Control*

		<i>Spearman's rho</i>	
		<i>Academic Burnout</i>	<i>Lack of Control</i>
<i>Academic Burnout</i>	Correlation Coefficient	1.000	.628
	Sig. (2-tailed)		.000
<i>Lack of Control</i>	Correlation Coefficient	.628	1.000
	Sig. (2-tailed)	.000	

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan nilai atau besarnya hubungan antara variabel *academic burnout* dengan *lack of control*. Besarnya hubungan antara dua variabel tersebut adalah sebesar 0,628. Nilai tersebut menunjukkan bahwa kedua variabel mempunyai hubungan yang kuat. Nilai signifikansi menunjukkan nilai sebesar 0,000 yang berarti bahwa hubungan kedua variabel signifikan (karena $p\text{ value} < 0,05$). Artinya terdapat pengaruh antara *lack of control* terhadap *academic burnout* mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya.

Tabel 4.11 Hasil Korelasi *Academic Burnout* dengan *Lack of Reward*

		<i>Spearman's rho</i>	
		<i>Academic Burnout</i>	<i>Lack of Reward</i>
<i>Academic</i>	Correlation Coefficient	1.000	.454
<i>Burnout</i>	Sig. (2-tailed)		.000
<i>Lack of</i>	Correlation Coefficient	.454	1.000
<i>Reward</i>	Sig. (2-tailed)	.000	

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan nilai atau besarnya hubungan antara variabel *academic burnout* dengan *lack of reward*. Besarnya hubungan antara dua variabel tersebut adalah sebesar 0,454. Nilai tersebut menunjukkan bahwa kedua variabel mempunyai hubungan yang sedang. Nilai signifikansi menunjukkan nilai sebesar 0,000 yang berarti bahwa hubungan kedua variabel signifikan (karena $p \text{ value} < 0,05$). Artinya terdapat pengaruh antara *lack of reward* terhadap *academic burnout* mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya.

Tabel 4.12 Hasil Korelasi *Academic Burnout* dengan *Lack of Fairness*

		<i>Spearman's rho</i>	
		<i>Academic Burnout</i>	<i>Lack of Fairness</i>
<i>Academic</i>	Correlation Coefficient	1.000	.321
<i>Burnout</i>	Sig. (2-tailed)		.000
<i>Lack of</i>	Correlation Coefficient	.321	1.000
<i>Fairness</i>	Sig. (2-tailed)	.000	

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan nilai atau besarnya hubungan antara variabel *academic burnout* dengan *lack of fairness*. Besarnya hubungan antara dua variabel tersebut adalah sebesar 0,321. Nilai tersebut menunjukkan bahwa kedua variabel mempunyai hubungan yang rendah. Nilai signifikansi menunjukkan nilai sebesar 0,000 yang berarti bahwa hubungan kedua variabel signifikan (karena $p\text{ value} < 0,05$). Artinya terdapat pengaruh antara *lack of fairness* terhadap *academic burnout* mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya.

Tabel 4.13 Hasil Uji Regresi Ordinal

Model	<i>Model Fitting Information</i>			
	-2 Log Likelihood	Chi-Square	Df	Sig.
Intercept only	87.231			
Final	25.885	61.346	6	.000

Link function: Logit

Selanjutnya, uji analisis regresi ordinal. *Model Fitting Information* menjelaskan seberapa efektif variabel yang digunakan dengan cara memeriksa kecocokan seluruh model logit. Dimana menentukan pengaruh *lack of control*, *lack of reward* dan *lack of fairness* terhadap *academic burnout*. Berdasarkan tabel diatas nilai signifikansi *Model Fitting Information* adalah $0,000 < 0,05$ yang artinya menunjukkan bahwa model signifikan. Maka hipotesis diterima yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan antara *lack of control*, *lack of reward* dan *lack of fairness* terhadap *academic burnout* mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya.

Tabel 4.14 Hasil Pengaruh Variabel Prediktor terhadap *Academic Burnout*

<i>Pseudo R-Square</i>	
Cox and Snell	.388
Nagelkerke	.525
McFadden	.366
Link function: Logit	

Nilai *Pseudo R-Square* menjelaskan variasi nilai variabel *academic burnout* dapat dijelaskan oleh kontribusi variabel *lack of control*, *lack of reward* dan *lack of fairness*. Berdasarkan tabel di atas, peneliti akan menggunakan McFadden, yang digunakan untuk melihat variabilitas variabel dependen yang dapat dijelaskan oleh variabel independen (Setyorini dkk., 2016). Dilihat bahwa nilai sebesar 0,366 yang artinya sebesar 36,6% variabel *lack of control*, *lack of reward* dan *lack of fairness* berkontribusi terhadap variabel *Academic Burnout*, sedangkan sisanya sebesar 63,4% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

C. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *lack of control*, *lack of reward* dan *lack of fairness* terhadap *academic burnout* mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya. Jumlah subjek pada penelitian ini sebanyak 125 mahasiswa psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya. Untuk melakukan uji hipotesis peneliti menggunakan uji korelasi spearman setelah itu dilakukan uji analisis regresi ordinal untuk mengetahui pengaruh variabel bebas (satu variabel atau lebih) terhadap variabel terikat yang berskala data ordinal.

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan *kolmogorov-smirnov*. Hasil dari variabel *academic burnout* menyatakan nilai signifikansi $0,024 < 0,05$. *Lack of control* menyatakan nilai signifikansi $0,009 < 0,05$. *Lack of reward* menyatakan nilai signifikansi $0,001 < 0,05$. *Lack of fairness* menyatakan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$. Seluruh variabel memiliki nilai signifikansi $< 0,05$ yang berarti, variabel berdistribusi tidak normal. Karena tidak memenuhi uji prasyarat, maka akan dilakukan uji analisis spearman dan analisis regresi ordinal.

Pengaruh *lack of control*, *lack of reward* dan *lack of fairness* terhadap *academic burnout* menjadi pokok penelitian yang telah dibuktikan dengan pengujian statistik. Adapun hasil dari pengujian tersebut membuktikan bahwa terdapat pengaruh *lack of control*, *lack of reward* dan *lack of fairness* terhadap *academic burnout* karena nilai signifikansinya kurang dari 0,05 yang artinya bahwa H_{a4} diterima yakni terdapat pengaruh *lack of control*, *lack of reward* dan *lack of fairness* terhadap *academic burnout* mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya. Dalam penelitian Maslach dan Leiter (2016) telah mengidentifikasi bahwasannya terdapat hubungan antara *lack of control*, tingkat stres dan *burnout* yang tinggi. Kemudian penghargaan yang tidak memadai juga baik itu finansial, institusional ataupun sosial dapat meningkatkan kerentanan individu terhadap *burnout*. Selain itu, dalam konteks perkuliahan *lack of fairness* akan memunculkan sikap sinisme, kemarahan dan permusuhan yang berakhir *burnout*.

Didapatkan juga nilai *pseudo R-square* sebesar 0,366 yang berarti kontribusi *lack of control*, *lack of reward* dan *lack of fairness* terhadap *academic burnout* sebesar 36,6% dan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain. Selain itu juga nilai koefisien korelasi *lack of control* sebesar 0,628 yang artinya, terdapat pengaruh *lack of control* terhadap *academic burnout*. Nilai koefisien korelasi *lack of reward* sebesar 0,454 yang artinya, terdapat pengaruh *lack of reward* terhadap *academic burnout*. Serta nilai koefisien korelasi *lack of fairness* sebesar 0,321 yang artinya, terdapat pengaruh *lack of fairness* terhadap *academic burnout*. Nilai positif berarti menandakan apabila *lack of control*, *lack of reward* dan *lack of fairness* mengalami kenaikan maka *academic burnout* akan mengalami kenaikan juga. Begitu pula sebaliknya, apabila *lack of control*, *lack of reward* dan *lack of fairness* mengalami penurunan maka *academic burnout* akan mengalami penurunan juga.

Academic burnout merupakan perasaan lelah secara emosional, fisik dan mental individu yang disebabkan karena suasana belajar kaku, keras dan sangat menuntut baik secara ekonomi maupun psikologis (Maslach & Leiter, 2008). Sehingga, dapat berpengaruh pada kondisi mental dan prestasi akademik yang diperoleh mahasiswa serta dapat membuat mahasiswa merasa jenuh (Aguayo dkk., 2019). Jika *academic burnout* terjadi pada awal studi di universitas maka dapat menyebabkan sindrom ini berkembang lebih lanjut ke tahap karir, selain itu juga *academic burnout* dapat mengganggu hubungan interpersonal yang menyebabkan meningkatnya jumlah konflik di lingkungan mahasiswa. Selain itu *academic burnout* dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor. Faktor-faktor

yang mempengaruhi *academic burnout* yakni *self concept*, *work overload*, *demographic factors*, *lack of social support*, *lack of control*, *lack of reward* dan *lack of fairness* (Seibert dkk., 2016). Pada penelitian ini akan berfokus pada faktor *lack of control*, *lack of reward* dan *lack of fairness*.

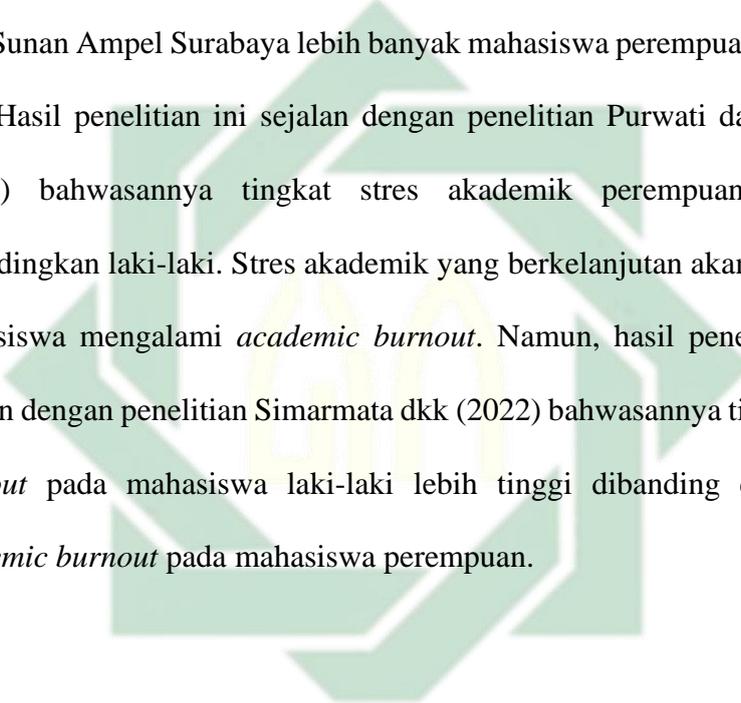
Lack of control merupakan kesulitan individu dalam mengambil keputusan atau menentukan prioritas (Maslach & Leiter, 2016). Hasil uji regresi yang telah dilakukan membuktikan bahwa hipotesis H_{a1} diterima yakni terdapat pengaruh *lack of control* terhadap *academic burnout* mahasiswa psikologi uin sunan ampel surabaya, karena variabel *lack of control* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *academic burnout*. Hasil dalam penelitian ini mendukung hasil penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwasannya variabel *control* menentukan besarnya pengalaman stres dan kerentanan individu terhadap gejala perilaku dan fisiologis yang diinduksi stres (Fink, 2016).

Lack of reward merupakan kurangnya apresiasi atau penghargaan dari lingkungan sekitar yang membuat individu merasa tidak bernilai (Maslach dkk., 2001). Sesuai dengan hasil uji regresi yang telah dilakukan membuktikan bahwa hipotesis H_{a2} diterima yakni terdapat pengaruh *lack of reward* terhadap *academic burnout* mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya, karena variabel *Lack of Reward* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *academic burnout*. Hasil dalam penelitian ini mendukung penelitian sebelumnya yang menyatakan apabila individu mengalami *lack of reward* dapat meningkatkan kerentanan individu terhadap *burnout* (Maslach & Leiter, 2016) dan individu tersebut akan merasa kurang dihargai (Satrio dkk., 2020).

Lack of fairness merupakan kurangnya keadilan, dimana suatu kondisi yang penerapan aturannya tidak konsisten dan komunikasinya tidak lancar (Febriani dkk., 2021). Hasil uji regresi yang telah dilakukan membuktikan bahwa hipotesis H_{a3} diterima yakni terdapat pengaruh *lack of fairness* terhadap *academic burnout* mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya, karena variabel *lack of fairness* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *academic burnout*. Hasil dalam penelitian ini mendukung penelitian sebelumnya yang menyatakan pengalaman yang tidak adil dapat berdampak buruk pada kesehatan psikologis individu yang menyebabkan *burnout* (Taka dkk., 2016).

Diketahui hasil dari variabel *academic burnout* memiliki kategori tinggi sebesar 12%, kategori sedang sebesar 78,4% dan kategori rendah sebesar 9,6%. Pada variabel *lack of control* memiliki kategori tinggi sebesar 10,4%, kategori sedang sebesar 80,8% dan kategori rendah sebesar 8,8%. Lalu pada variabel *lack of reward* memiliki kategori tinggi sebesar 8%, kategori sedang sebesar 82,4% dan kategori rendah 9,6%. Sedangkan pada variabel *lack of fairness* memiliki kategori tinggi sebesar 23,2%, memiliki kategori sedang sebesar 75,2% dan kategori rendah sebesar 1,6%. Dari hasil pemaparan tersebut, mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya memiliki tingkat *academic burnout* pada kategori sedang dengan presentase 78,4%. Lalu pada variabel *lack of control* memiliki kategori sedang dengan presentase 80,8%. Kemudian pada variabel *lack of reward* memiliki kategori sedang dengan presentase 82,4%. Dan pada variabel *lack of fairness* memiliki kategori sedang dengan presentase 75,2%.

Adapun hasil analisis deskripsi karakteristik subjek berdasarkan jenis kelamin, dapat diketahui tingkat *academic burnout* mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya mayoritas berada pada tingkat sedang. Jenis kelamin perempuan dengan presentase 63,2% lebih besar dibandingkan jenis kelamin laki-laki dengan presentase 15,2%. Hal ini dikarenakan didalam prodi Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya lebih banyak mahasiswa perempuan daripada laki-laki. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Purwati dan Rahmandani (2018) bahwasannya tingkat stres akademik perempuan lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Stres akademik yang berkelanjutan akan dapat memicu mahasiswa mengalami *academic burnout*. Namun, hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian Simarmata dkk (2022) bahwasannya tingkat *academic burnout* pada mahasiswa laki-laki lebih tinggi dibanding dengan tingkat *academic burnout* pada mahasiswa perempuan.



UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dan uji hipotesis, dapat ditarik kesimpulan bawa:

1. Terdapat pengaruh *lack of control* terhadap *academic burnout* mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya.
2. Terdapat pengaruh *lack of reward* terhadap *academic burnout* mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya.
3. Terdapat pengaruh *lack of fairness* terhadap *academic burnout* mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya.
4. Terdapat pengaruh *lack of control*, *lack of reward* dan *lack of fairness* terhadap *academic burnout* mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya.

B. Saran

Berdasarkan pembahasan dari hasil penelitian yang telah dilakukan, penulis memberikan saran yang berkaitan antara lain:

1. Bagi Prodi Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya

Bagi Prodi Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya diharapkan dapat mengembangkan suasana mahasiswa dalam belajar, seperti menciptakan pengakuan positif, penghargaan dan penerimaan agar mahasiswa merasa

diterima. Supaya mahasiswa terhindar dari perasaan jenuh dalam melakukan kegiatan akademik.

2. Bagi Mahasiswa

Bagi mahasiswa Psikologi UIN Sunan Ampel Surabaya khususnya semester 9, 11 dan 13 diharapkan dapat memprioritaskan kegiatan yang paling penting untuk mengurangi tingkat *academic burnout*. Selain itu, diharapkan juga mahasiswa dapat mengontrol dirinya dalam melakukan kegiatan akademik agar terhindar dari lelah fisik, mental maupun emosional.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya apabila meneliti *Academic Burnout* sebagai variabel terikat diharapkan melihat faktor-faktor lainnya seperti *self concept*, *work overload* dan *lack of social support*. Selain itu, diharapkan juga dapat mencari subjek pada profesi lainnya (selain mahasiswa). Kemudian metode penelitian yang digunakan juga dapat berbeda, seperti metode kualitatif atau eksperimen guna memperluas dan memperdalam kajian *academic burnout*.

UIN SUNAN AMPEL
S U R A B A Y A

DAFTAR PUSTAKA

- Aguayo, R., Cañadas, G. R., Assbaa-Kaddouri, L., Cañadas-De la Fuente, G. A., Ramírez-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*(5). <https://doi.org/10.3390/IJERPH16050707>
- Akmal, S., & Susanti, E. (2019). Analisis Dampak Penggunaan Reward Dalam Pembelajaran Pendidikan Agama Islam Di SMA Muhammadiyah Aceh Singkil. *Jurnal Ilmiah Didaktika*, *19*(2), 159–177. <https://www.jurnal.ar-raniry.ac.id/index.php/didaktika/article/view/5031>
- Ansyah, E. H., Muassamah, H., & Hadi, C. (2019). Tadabbur Surat Al-Insyirah untuk Menurunkan Stres Akademik Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Islam Dan Budaya*, *2*(1), 9–18. <https://doi.org/10.15575/JPIB.V2I1.3949>
- Arlinkasari, F., & Akmal, S. Z. (2017). Hubungan antara School Engagement, Academic Self-Efficacy dan *Academic Burnout* pada Mahasiswa. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, *1*(2), 81. <https://doi.org/10.28932/HUMANITAS.V1I2.418>
- Azwar, S. (2013). *Reliabilitas dan Validitas*. Pustaka Pelajar.
- Chen, H. L., Wang, H. Y., Lai, S. F., & Ye, Z. J. (2022). The Associations Between Psychological Distress and *Academic Burnout*: A Mediation and Moderation Analysis. *Psychology Research and Behavior Management*, *15*, 1271–1282. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S360363>
- Faturochman. (2002). *Keadilan Perspektif Psikologi*. Unit Penerbitan Fakultas Psikologi UGM dengan Pustaka Pelajar.
- Febriani, R. D., Triyono, Hariko, R., Yuca, V., & Magistarina, E. (2021). Factors affecting student's burnout in online learning. *Jurnal Neo Konseling*, *3*(3), 32–38. <https://doi.org/10.24036/00567kons2021>
- Fieyatiwi, R., Diana, N., & Afifuddin. (2019). Pengaruh Gaya Hidup Sehat Terhadap Psychological Well-Being Dan Dampaknya Pada Auditor KAP (Studi Empiris pada Auditor Kantor Akuntan Publik di Kota). *Jurnal Ilmiah Riset Akuntansi*, *8*(5), 97–108. <http://www.riset.unisma.ac.id/index.php/jra/article/view/2514>
- Fink, G. (2016). *Stress: Concepts, Cognition, Emotion, and Behavior: Handbook of Stress*. Florey Institute of Neuroscience and Mental Health. https://www.researchgate.net/publication/317026245_Stress_Concepts_Cognition_Emotion_and_Behavior_Handbook_of_Stress
- Greenberg, J. (2004). Stress fairness to fare no stress: Managing workplace stress by promoting organizational justice. *Organizational Dynamics*, *33*(4)

SPEC.ISS.), 352–365. <https://doi.org/10.1016/J.ORGDYN.2004.09.003>

- Hamdan, K. M., Al-Bashaireh, A. M., Zahran, Z., Al-Daghestani, A., AL-Habashneh, S., & Shaheen, A. M. (2021). University students' interaction, Internet self-efficacy, self-regulation and satisfaction with online education during pandemic crises of COVID-19 (SARS-CoV-2). *International Journal of Educational Management*, 35(3), 713–725. <https://doi.org/10.1108/IJEM-11-2020-0513>
- Hausler, N., Bopp, M., & Hammig, O. (2018). Effort–Reward Imbalance, Work–Privacy Conflict, and Burnout Among Hospital Employees. *Journal of Occupational*, 60(4), 183–187. <https://doi.org/10.1097/JOM.0000000000001287>
- Hendrajaya, S. R. (2013). Peran Action Control terhadap Perilaku Bermasalah Mahasiswa Fbe di Perguruan Tinggi “X” Surabaya. *Calyptra: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, 2(2), 1–17. <https://journal.ubaya.ac.id/index.php/jimus/article/view/479>
- Henry, B., Caspi, A., Moffitt, T. E., & Silva, P. A. (1996). Temperamental and familial predictors of violent and nonviolent criminal convictions: Age 3 to age 18. *Developmental Psychology*, 32(4), 614–623. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.32.4.614>
- Hodge, B., Wright, B., & Bennett, P. (2020). Balancing Effort and Rewards at University: Implications for Physical Health, Mental Health, and Academic Outcomes. *Psychological Reports*, 123(4), 1240–1259. <https://doi.org/10.1177/0033294119841845>
- Honken, N. B., & Ralston, P. A. S. (2013). High-Achieving High School Students and Not So High-Achieving College Students. <Http://Dx.Doi.Org/10.1177/1932202X13482466>, 24(2), 108–124. <https://doi.org/10.1177/1932202X13482466>
- Hu, Q., & Schaufeli, W. B. (2009). The Factorial Validity of the Maslach Burnout Inventory–Student Survey in China. *Psychological Reports*, 105(2), 394–408. <https://doi.org/10.2466/PRO.105.2.394-408>
- Kim, B., Kim, E., & Lee, S. M. (2017). Examining longitudinal relationship among effort reward imbalance, coping strategies and *Academic Burnout* in Korean middle school students. *School Psychology Internationa*, 38(6), 628–646. <https://doi.org/10.1177/0143034317723685>
- Kim, J. J., & Diamond, D. M. (2002). The stressed hippocampus, synaptic plasticity and lost memories. *Nature Reviews Neuroscience*, 3(6), 453–462. <https://doi.org/10.1038/NRN849>
- Kristina, A. D., Loekmono, J. T. L., & Setyorini, S. (2020). The effect of role conflict on *Academic Burnout* of undergraduate Economics students. *International Journal of Research in Counseling and Education*, 4(2), 98.

<https://doi.org/10.24036/00333za0002>

- Kurnia, E. P. A. (2016). *Kecenderungan Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Semester Akhir* [Universitas Islam Negeri Sunan Ampel]. <http://digilib.uinsby.ac.id/14430/>
- Lee, S. J., Choi, Y. J., & Chae, H. (2017). The effects of personality traits on *Academic Burnout* in Korean medical students. *Integrative Medicine Research*, 6(2), 207–213. <https://doi.org/10.1016/j.imr.2017.03.005>
- Lin, S. H., & Huang, Y. C. (2014). Life stress and *Academic Burnout*. *Active Learning in Higher Education*, 15(1), 77–90. <https://doi.org/10.1177/1469787413514651>
- LM Psikologi UGM. (2021). Tingkat *Academic Burnout* Mahasiswa Klaster Sosio-Humaniora UGM: Meningkatkan Kesadaran akan Urgensi Fenomena *Academic Burnout*. *LM Psikologi UGM*. <https://lm.psikologi.ugm.ac.id/2021/12/laporan-hasil-ri-set-mandiri-tingkat-academic-burnout-mahasiswa-klaster-sosio-humaniora-ugm-meningkatkan-kesadaran-akan-urgensi-fenomena-academic-burnout/>
- Mahmodiyani, H., Abbasi, M., Pirani, Z., & Shahali Kaborani, F. (2018). The role of emotional, cognitive and behavioral enthusiasm in predicting *Academic Burnout* students. *Biquarterly Journal of Cognitive Strategies in Learning*, 6(10), 197–206. <https://doi.org/10.22084/J.PSYCHOLOGY.2017.8753.1242>
- Malakian, A., Sayyah, M., & Motamed, K. (2020). Relationship Between Educational Justice and *Academic Burnout* in Medical Interns. *Hospital Practices and Research*, 6(2), 75–79. <https://doi.org/10.34172/hpr.2021.14>
- Mandaviya, M. (2016). Emotional Intelligence and *Academic Burnout*: An Academic Sector. *International Journal of Science and Research (IJSR)*, 5(10), 50–54. <https://www.ijsr.net/archive/v5i10/ART2016234.pdf>
- Martínez-García, I., Nielsen, T., & Alastor, E. (2022). Perceived Stress and Perceived *Lack of Control* of Spanish Education-Degree University Students: Differences Dependent on Degree Year, Basis for Admission and Gender. *Psychological Reports*, 125(4), 1824–1851. https://doi.org/10.1177/00332941211006023/ASSET/IMAGES/LARGE/10.1177_00332941211006023-FIG2.JPEG
- Martono, N. (2010). *Statistik Sosial: Teori dan Aplikasi Program SPSS (Pertama)*. Penerbit Gava Media.
- Maslach, C., Schaufeli, W. ., & Leiter, M. . (2001). Job burnout. *Annual Review of Psychology*, 52, 397–422. https://dspace.library.uu.nl/bitstream/handle/1874/13606/maslach_01_jobburnout.pdf?sequen
- Maslach, Christina, & Leiter, M. (2008a). Early predictors of job burnout and engagement. *The Journal of Applied Psychology*, 93(3), 498–512.

<https://doi.org/10.1037/0021-9010.93.3.498>

- Maslach, Christina, & Leiter, M. (2016). Burnout. In *Stress: Concepts, Cognition, Emotion, and Behavior* (pp. 351–357). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-800951-2.00044-3>
- Maslach, Christina, & Leiter, M. P. (2008b). *The truth about Burnout: How organizations cause personal stress and what to do about it*. <https://books.google.com/books?hl=id&lr=&id=uzomWhbqcCAC&oi=fnd&pg=PR7&dq=The+truth+about+burnout:+How+organizations+cause+personal+stress+and+what+to+do+about+it.&ots=9B9rstTHUA&sig=G0wQ6VeH8lz6FCMkP7zBblTLnT8>
- Moghadam, M. T., Abbasi, E., & Khoshnodifar, Z. (2020). Students' *Academic Burnout* in Iranian agricultural higher education system: the mediating role of achievement motivation. *Heliyon*, 6(9), e04960. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2020.e04960>
- Muflihah, L., & Savira, S. I. (2021). Pengaruh Persepsi Dukungan Sosial Terhadap Burnout Akademik Selama Pandemi. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(2), 201–211. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/40975>
- Muhid, A. (2019). *Analisis Statistik* (Keuda). Zifatama Jawara.
- Orpina, S., & Prahara, S. A. (2019). Self-Efficacy dan Burnout Akademik pada Mahasiswa yang Bekerja. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 3(2), 119–130. <https://doi.org/10.30653/001.201932.93>
- Park, S.-G., Min, K.-B., Chang, S.-J., Kim, H.-C., & Min, J.-Y. (2009). Job stress and depressive symptoms among Korean employees: the effects of culture on work. *International Archives of Occupational and Environmental Health*, 82(3), 397–405. <https://doi.org/10.1007/s00420-008-0347-8>
- Pawicara, R., & Conilie, M. (2020). Analisis pembelajaran daring terhadap kejenuhan belajar mahasiswa Tadris Biologi IAIN Jember di tengah pandemi Covid-19. *ALVEOLI: Jurnal Pendidikan Biologi*, 1(1), 29–38. <https://alveoli.iain-jember.ac.id/index.php/alv/article/view/7>
- Permatasari, D., Latifah, L., & Pambudi, P. R. (2021). Studi *Academic Burnout* dan Self-Efficacy Mahasiswa. *Jurnal Prakarsa Paedagogia*, 4(2), 373–384. <https://doi.org/10.24176/jpp.v4i2.7418>
- Permatasari, N., Sutanto, L., & Ismail, N. S. (2021). Hubungan efikasi diri terhadap tingkat kejenuhan akademik: Studi empiris pembelajaran daring semasa covid-19. *Jurnal Sosio Sains*, 7(1), 36–50. <http://journal.lldikti9.id/sosiosains>
- Pouratashi, M., & Zamani, A. (2020). Students' psychological characteristics and its relationship with exhaustion, cynicism, and academic inefficacy. *International Journal of Knowledge and Learning*, 13(2), 98–109. <https://doi.org/10.1504/IJKL.2020.106647>

- Pratama, R. Y. (2016). *Bimbingan Konseling Islam dengan Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) untuk Mengatasi Burnout Syndrome Seorang Pengurus di Unit Kegiatan Mahasiswa Paduan Suara UIN Sunan Ampel Surabaya*. UIN Sunan Ampel Surabaya.
- Prihatsanti, U. (2014). Dukungan Keluarga Dan Modal Psikologis Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Undip*, 13(2), 196–201. <https://doi.org/10.14710/jpu.13.2.196-201>
- Purwati, M., & Rahmandani, A. (2018). Hubungan antara Kelekatan pada Teman Sebaya dengan Stres Akademik pada Mahasiswa Teknik Perencanaan Wilayah dan Kota Universitas Diponegoro Semarang. *Jurnal Empati*, 7(2), 1–26.
- Rad, M., Shomoossi, N., Rakhshani, M. H., & Sabzevari, M. T. (2017). Psychological Capital and *Academic Burnout* in Students of Clinical Majors in Iran. *Acta Facultatis Medicae Naissensis*, 34(4), 311–319. <https://doi.org/10.1515/AFMNAI-2017-0035>
- Rohmatun, S., Fathoni, A., & Haryono, A. T. (2018). Pengaruh Gaya Kepemimpinan Birokratis, Peraturan dan Kontrol Diri terhadap Burnout melalui Self Efficacy sebagai Variable Intervening pada Mahasiswa Santri. *Jurnal of Management*, 4(4). <http://jurnal.unpand.ac.id/index.php/MS/article/download/1114/1088>
- Rudman, A., & Gustavsson, J. P. (2012). Burnout during nursing education predicts lower occupational preparedness and future clinical performance: A longitudinal study. *International Journal of Nursing Studies*, 49(8), 988–1001. <https://doi.org/10.1016/J.IJNURSTU.2012.03.010>
- Saadah, N., Djerubu, D., Setyorini, D., Wirta, I. W., Atik, B., Hendra, T., Mahmudah, Handayani, W. T., Anggraini, R., Zulkarnain, M., & Prisusanti, R. D. (2022). *Ilmu Komunikasi dan Statistik* (A. Munandar (ed.)). Media Sains Indonesia.
- Saefudin, W., Sriwiyanti, & Yusoff, S. (2021). Role Of Social Support Toward Student Academic Self-Efficacy In Online Learning During Pandemic. *Tatsqif: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Pendidikan*, 19(2), 133–154. <https://doi.org/10.20414/jtq.v19i2.4221>
- Sagita, D. D., & Meilyawati, V. (2021). *Academic Burnout* Mahasiswa Pada Masa Pandemi Covid -19. *Jurnal Nusantara Of Research*, 8(2), 16. <http://ojs.unpkediri.ac.id/index.php/efekto>
- Satrio, I. P. B. A., Ilfiandra, & Agustin, M. (2020). Tendency for Learning Plateau: Literature Study in Grade Five at Bandung Regency Primary School. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 397, 252–257. <https://www.atlantis-press.com/proceedings/icliqe-19/125933484>
- Schaufeli, W. B., Martínez, I. M., Pinto, A. M., Salanova, M., & Barker, A. B. (2002). Burnout and engagement in university students a cross-national study.

- Journal of Cross-Cultural Psychology*, 33(5), 464–481.
<https://doi.org/10.1177/0022022102033005003>
- Seibert, G. S., May, R. W., Fitzgerald, M. C., & Fincham, F. D. (2016). Understanding school burnout: Does self-control matter? *Learning and Individual Differences*, 49, 120–127.
<https://doi.org/10.1016/j.lindif.2016.05.024>
- Setiawan, W. (2018). Reward and Punishment dalam Perspektif Pendidikan Islam. *Al-Murabbi*, 4(2), 184–201.
<http://ejournal.kopertais4.or.id/mataraman/index.php/murabbi/article/view/3171>
- Setyorini, D., Rahmawati, D., Yusita, A. N., Dewanti, P. W., & Hutama, P. S. P. (2016). Pengaruh Reputasi Auditor dan Tenur Audit terhadap Cost of Debt Capital. *Rosiding Seminar Nasional FE UNY*, 1–15.
- Sharififard, F., Nourozi, K., Hosseini, M., Asayesh, H., & Nourozi, M. (2014). Related factors with *Academic Burnout* in nursing and paramedics students of Qom University of Medical Sciences in 2014. *Journal Nursing Education*, 3(3), 59–68.
https://jne.ir/browse.php?a_id=362&slc_lang=en&sid=1&printcase=1&hbnr=1&hmb=1
- Silvianingrum, T. (2021). *Hubungan Self Efficacy Dan Academic Burnout Dimasa Pandemi Pada Mahasiswa Program Teknik Informatika Studi Universitas Widya Dharma Fase Quarter Life Crisis*. Universitas Widya Dharma Klaten.
- Simarmata, S. W., Nengsih, Harahap, A. C. P., & Batubara, A. (2022). Mahasiswa Laki-Laki Dan Perempuan Dalam Perspektif *Academic Burnout* Sari. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(4), 2747–2753.
<https://core.ac.uk/download/pdf/322599509.pdf>
- Simbolon, P., & Simbolon, N. (2021). Hubungan *Academic Burnout* dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Stikes Santa Elisabeth Medan. *Jurnal Pendidikan*, 12(2), 96–108.
<https://jp.ejournal.unri.ac.id/index.php/JP/article/view/7904>
- Singh, L. B., Kumar, A., & Srivastava, S. (2020). *Academic Burnout* and student engagement: a moderated mediation model of internal locus of control and loneliness. *Journal of International Education in Business*, 14(2), 219–239.
<https://doi.org/10.1108/JIEB-03-2020-0020/FULL/HTML>
- Sugiarto, W., Milfayeti, S., & Lubis, M. (2020). Hubungan Lingkungan Kerja dan Konsep Diri dengan Burnout pada Anggota Brigade Mobile Kepolisian Daerah Sumatera Utara. *Tabularasa: Jurnal Ilmiah Magister Psikologi*, 2(2), 180–188.
<http://jurnalmahasiswa.uma.ac.id/index.php/tabularasa/article/view/311>
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.

- Suryabrata, S. (2000). *Pengembangan Alat Ukur Psikologis*. Penerbit Andi.
- Suryani, Abdullah, A. Z., & Kadir, A. R. (2016). Pengaruh Kesejahteraan Spiritual (Spiritual Well Being) dan Letak Kendali (Locus of Control) terhadap Burnout Kerja Perawat di RS Unhas Makassar. *JST Kesehatan*, 6(2), 162–171. <http://pasca.unhas.ac.id/jurnal/files/94417819b59b4fddf857a26aea5f5d04.pdf>
- Susanti, R. W. (2015). *Nilai Pendidikan Akhlak tentang Sikap Adil dalam Perspektif Al-Qur'an*. UIN Syarif Hidayatullah.
- Sutopo, Y., & Slamet, A. (2017). *Statistik Inferensial* (Giovanny (ed.); 1st ed.). Penerbit ANDI.
- Taka, F., Nomura, K., Horie, S., Takemoto, K., Takeuchi, M., Takenoshita, S., Murakami, A., Hiraike, H., Okonaga, H., & Smith, D. R. (2016). Organizational climate with gender equity and burnout among university academics in Japan. *Industrial Health*, 54(6), 480–487. <https://doi.org/10.2486/indhealth.2016-0126>
- Trousselard, M., Dutheil, F., Naughton, G., Cosserant, S., Amadon, S., Dualé, C., & Schoeffler, P. (2016). Stress among nurses working in emergency, anesthesiology and intensive care units depends on qualification: a Job Demand-Control survey. *International Archives of Occupational and Environmental Health*, 89(2), 221–229. <https://doi.org/10.1007/s00420-015-1065-7>
- Tyler, T. (1994). Psychological models of the justice motive: Antecedents of distributive and procedural justice. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(5), 850–863. <https://psycnet.apa.org/record/1995-09388-001>
- Yang, H. J. (2004). Factors affecting student burnout and academic achievement in multiple enrollment programs in Taiwan's technical-vocational colleges. *International Journal of Educational Development*, 24(3), 283–301. <https://doi.org/10.1016/J.IJEDUDEV.2003.12.001>
- Yikealo, D., Tareke, W., & Karvinen, I. (2018). The Level of Stress among College Students: A Case in the College of Education, Eritrea Institute of Technology. *Open Science Journal*, 3(4), 1–18. <https://doi.org/10.23954/OSJ.V3I4.1691>