

**PERANAN *SELF REGULATED LEARNING* TERHADAP *ACADEMIC*
BURNOUT PADA MAHASISWA FAKULTAS TEKNIK
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT**

Skripsi

**Diajukan guna memenuhi sebagian syarat
Untuk memperoleh derajat Sarjana Psikologi
Universitas Lambung Mangkurat**



Oleh

Caecillia Raras Andaristie

1910914220027

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT**

Oktober, 2023

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi

**PERANAN *SELF REGULATED LEARNING* TERHADAP *ACADEMIC BURNOUT* PADA MAHASISWA FAKULTAS TEKNIK
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT**

dipersiapkan dan disusun oleh

Caecillia Raras Andaristie

telah dipertahankan di depan dewan penguji
pada tanggal 23 Oktober 2023

Susunan Dewan Penguji

Pembimbing Utama

Anggota Dewan Penguji Lain



Marina Dwi Mayangsari, M.Psi., Psikolog
NIP. 198403022008122002



Firdha Yusefina, M.Psi., Psikolog
NIP. 199204192019032019

Pembimbing Pendamping

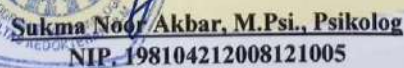


Dwi Nur Rachmah, S.Psi., M.A
NIP. 198006152005012003



Rahmi Fauzia, M.A., Psikolog
NIP. 19771222008122001

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
Untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi



Sukma Noor Akbar, M.Psi., Psikolog
NIP. 198104212008121005

Koordinator Program Studi Psikologi

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam Skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Banjarbaru, 25 Oktober 2023



Caccillia Raras Andaristie
NIM. 1910914220027

ABSTRAK

PERANAN *SELF REGULATED LEARNING* TERHADAP *ACADEMIC BURNOUT* PADA MAHASISWA FAKULTAS TEKNIK UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT

Caecillia Raras Andaristie

Mahasiswa di fakultas teknik memiliki berbagai tugas dalam bentuk proyek dan memiliki beban yang lebih berat dibandingkan dengan tugas harian serta harus diselesaikan dalam jangka waktu yang telah ditentukan. Mahasiswa fakultas teknik yang tidak mampu mengelola proses belajarnya di perkuliahan akan rentan mengalami *academic burnout* sehingga dalam mengatasi *academic burnout* tersebut, salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah dengan menguasai *self regulated learning*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peranan antara *self regulated learning* terhadap *academic burnout* pada mahasiswa fakultas teknik, Universitas Lambung Mangkurat. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif fakultas teknik di Universitas Lambung Mangkurat berjumlah 159 partisipan yang diperoleh secara *random sampling*. Pengumpulan data dilakukan secara daring melalui *Google Formulir* serta menggunakan alat ukur *Maslach Burnout Inventory-Student Survey* (MBI-SS) yang telah diadaptasi dan alat ukur Psikologis *Self Regulated Learning*. Berdasarkan hasil analisis regresi linear sederhana diperoleh nilai signifikansi yaitu 0,520 (0,520; $p > 0,05$) yang menunjukkan bahwa *self regulated learning* tidak memiliki peranan yang signifikan terhadap *academic burnout* pada mahasiswa fakultas teknik Universitas Lambung Mangkurat.

Kata kunci: *Self regulated learning*, *academic burnout*, mahasiswa fakultas teknik

ABSTRACT

THE ROLE OF SELF-REGULATED LEARNING IN ACADEMIC BURNOUT AMONG STUDENTS OF THE FACULTY OF ENGINEERING LAMBUNG MANGKURAT UNIVERSITY

Caecillia Raras Andaristie

Engineering students have various assignments in the form of projects and have heavier workload compared to daily assignments, which must be completed within a predetermined time period. Engineering students who are unable to manage their learning process are vulnerable to experiencing academic burnout. One effort that can be made to overcome academic burnout is to implement self-regulated learning. This study aims to investigate the role of self-regulated learning in academic burnout among students of the Faculty of Engineering, Lambung Mangkurat University. The research method used in the study was a quantitative method with a cross-sectional design. The population in this study were the active students of the Faculty of Engineering, Lambung Mangkurat University, as many as 159 participants who were selected using the random sampling technique. Data were collected online via Google Forms and using the adapted Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS) and the Psychological Self-Regulated Learning as the measurement instruments. Based on the results of the simple linear regression analysis, a significance value was 0.520 (0.520; $p > 0.05$), which indicated that self-regulated learning did not have a significant role in academic burnout among students of the Faculty of Engineering, Lambung Mangkurat University.

Keywords: Self regulated learning, academic burnout, engineering students

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas kehendak dan berkat-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan naskah skripsi yang berjudul “Peranan Self Regulated Learning terhadap Academic Burnout pada Mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Lambung Mangkurat”. Naskah skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh derajat Sarjana Psikologi di Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Lambung Mangkurat. Dalam kesempatan ini, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dekan Fakultas Kedokteran ibu Dr. dr. Istiana., M.Kes yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas selama proses pelaksanaan penelitian skripsi ini.
2. Koordinator Program Studi Psikologi bapak Sukma Noor Akbar, M.Psi., Psikolog yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas selama proses pelaksanaan penelitian skripsi ini.
3. Kedua pembimbing skripsi penulis yaitu ibu Marina Dwi Mayangsari, M.Psi., Psikolog sebagai dosen pembimbing utama dan ibu Dwi Nur Rachmah., S.Psi., MA sebagai dosen pembimbing pendamping yang telah meluangkan waktu, memberikan banyak perhatian, saran, arahan dan dukungan dalam proses penyelesaian skripsi ini.
4. Kedua dosen penguji skripsi penulis yaitu ibu Firdha Yuserina, M.Psi., Psikolog dan ibu Rahmi Fauzia, M.A., Psikolog atas kritik dan saran yang diberikan sehingga skripsi ini dapat menjadi lebih baik.

5. Dosen pembimbing akademik penulis yaitu ibu Neka Erlyani, M.Psi., Psikolog atas seluruh dukungan motivasi, nasihat dan bimbingannya dari awal perkuliahan hingga saat ini sehingga mampu membuat penulis menjadi pribadi yang lebih baik.
6. Seluruh dosen di Program Studi Psikologi yang telah memberikan banyak ilmu, pengetahuan dan nasihat yang sangat bermanfaat bagi masa depan penulis serta seluruh staff administrasi yang telah banyak membantu dan memberikan pelayanan yang baik selama berkuliah hingga proses penyelesaian skripsi ini.
7. Seluruh partisipan mahasiswa Program Studi Psikologi yang telah bersedia menjadi subjek uji coba penelitian dan bersedia dan meluangkan waktunya untuk mengisi *Google Form* penelitian skripsi ini.
8. Dekan Fakultas Teknik yang telah memberikan izin, kesempatan dan fasilitas selama proses pelaksanaan penelitian skripsi ini serta seluruh partisipan mahasiswa Fakultas Teknik yang telah bersedia menjadi subjek dalam penelitian skripsi ini dan meluangkan waktunya untuk mengisi *Google Form* penelitian.
9. Orang tua penulis yang telah memberikan dukungannya dari awal perkuliahan hingga skripsi ini selesai dan kepada adik laki-laki saya yang telah kondusif selama proses penyelesaian skripsi ini.
10. Keluarga saya yang lain yaitu Oma, Uti dan Kakung yang tidak berhenti memberikan dukungan motivasi dan doanya serta mendengarkan keluh kesah penulis selama proses penyelesaian skripsi ini.
11. Rekan penelitian sepayung penulis yaitu Sofia Annisa Fitri Nadia atau yang sering penulis panggil Supia, atas kerja sama, semangat, motivasi dan saling

menguatkan satu sama lain selama proses penyelesaian penelitian skripsi ini serta sebagai teman dekat selama berkuliah yang telah memberikan banyak pengalaman bermakna dan berkesan.

12. Kakak tingkat penulis yaitu kak Oci dan kak Cindy yang telah memberikan banyak bantuan, dukungan, kritik dan saran selama proses penelitian skripsi ini.
13. Teman-teman grup kuliah “Rebahan *Club*” yaitu Nailah, Maryam, Mellysa Shella dan Sofia Annisa Fitri Nadia yang telah bersama-sama berjuang dari awal perkuliahan, mengikuti organisasi KOPMA, mengerjakan tugas kuliah hingga akhir studi ini. Terima kasih atas dukungan positif satu sama lain dan selamat telah berhasil melewati pahit dan manisnya perjalanan perkuliahan. Semoga kita semua bisa sukses dan mencapai harapan yang diinginkan di masa depan.
14. Teman dekat penulis yang lain yaitu Eno Min yang telah menjadi teman baik di masa semester akhir atas berbagai dukungan semangat, motivasi dan keseruannya sehingga membuat suasana hati penulis menjadi lebih baik.
15. Seluruh teman-teman dan adik tingkat yang selalu menghibur, saling menyemangati dan memberikan kesan yang baik dalam kehidupan perkuliahan penulis.
16. Terakhir, peneliti ingin berterima kasih kepada diri sendiri, terima kasih telah mempercayai diri sendiri, telah melakukan semua kerja keras ini, tidak pernah berhenti, selalu menjadi pemberi dan mencoba memberi lebih dari yang diterima, telah mencoba melakukan lebih banyak hal yang benar daripada yang salah dan penulis ingin berterima kasih pada diri sendiri karena telah menjadi diri sendiri setiap saat.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini jauh dari kata sempurna dan masih terdapat kekurangan sehingga penulis membutuhkan saran dan masukan yang membangun dari para pembaca maupun yang ahli di bidangnya. Penulis berharap hasil penelitian ini mampu memberikan manfaat bagi para pembaca, pihak-pihak yang terkait dan ilmu pengetahuan khususnya di bidang psikologi pendidikan.

Banjarbaru, 10 Oktober 2023

Caecillia Raras Andaristie

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
ABSTRAK.....	iii
<i>ABSTRACT</i>	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah.....	10
1.3 Tujuan Penelitian	11
1.4 Manfaat Penelitian.....	11
1.4.1 Manfaat Teoritis	11
1.4.2 Manfaat Praktis.....	11
1.5 Signifikansi dan Keunikan Penelitian.....	12
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	15
2.1 <i>Academic Burnout</i>	15
2.1.1 Definisi <i>Academic Burnout</i>	15
2.1.2 Aspek <i>Academic Burnout</i>	16
2.1.3 Dimensi <i>Academic Burnout</i>	17
2.1.4 Faktor Penyebab <i>Academic Burnout</i>	18
2.2 <i>Self Regulated Learning</i>	20
2.2.1 Definisi <i>Self Regulated Learning</i>	20
2.2.2 Aspek <i>Self Regulated Learning</i>	21
2.2.3 Faktor Penyebab <i>Self Regulated Learning</i>	24
2.3 Peranan antara <i>Self Regulated Learning</i> terhadap <i>Academic Burnout</i>	25

2.4 Landasan Teori.....	27
2.5 Hipotesis Penelitian.....	31
BAB III METODE PENELITIAN.....	32
3.1 Rancangan Penelitian	32
3.2. Identifikasi, Konseptualisasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian	33
3.2.1 Identifikasi Variabel Penelitian	33
3.2.2 Definisi Konseptual dan Operasional Variabel Penelitian	33
3.3 Subjek dan Tempat Penelitian.....	34
3.4 Teknik Pengumpulan Data	36
3.4.1 Instrumen Penelitian	36
3.4.2 Seleksi Aitem, Validitas & Reliabilitas	38
3.5 Analisis Data	41
3.5.1 Uji Asumsi.....	41
3.5.2 Uji Hipotesis	42
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	43
4.1 Gambaran Subjek Penelitian	43
4.2 Pelaksanaan Penelitian	45
4.3 Hasil Penelitian	46
4.3.1 Deskripsi Data Penelitian	46
4.3.2 Hasil Uji Asumsi	50
4.3.3 Hasil Uji Hipotesis.....	52
4.4 Pembahasan.....	54
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	60
5.1 Kesimpulan	60
5.2 Saran.....	60
5.2.1 Bagi Mahasiswa.....	60
5.2.2 Bagi Institusi Perguruan Tinggi.....	61
DAFTAR PUSTAKA	63
LAMPIRAN.....	69

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 <i>Blueprint</i> Skala <i>Maslach Burnout Inventory-Student Survey</i> (MBI-SS)	37
Tabel 3.2 <i>Blueprint</i> Skala <i>Self Regulated Learning</i>	38
Tabel 3.3 Tabel <i>Alpha Cronbach</i>	41
Tabel 4.1 Tabel Uraian Demografi Subjek Penelitian	43
Tabel 4.2 Rumus Skor Hipotetik.....	47
Tabel 4.3 Skor Hipotetik Variabel Penelitian	47
Tabel 4.4 Perbandingan Skor Hipotetik dan Skor Empirik Variabel Penelitian...	48
Tabel 4.5 Rumus Norma Kategorisasi	49
Tabel 4.6 Distribusi Kategorisasi Data Variabel <i>Self Regulated Learning</i>	49
Tabel 4.7 Distribusi Kategorisasi Data Variabel <i>Academic Burnout</i>	50
Tabel 4.8 Hasil Uji Normalitas <i>Kolmogorov Smirnov</i> Data Penelitian	51
Tabel 4.9 Hasil Uji Linearitas Data Variabel Penelitian.....	52
Tabel 4.10 Hasil Uji Regresi Linear Sederhana.....	53
Tabel 4.11 Nilai Koefisien Determinasi Regresi	54

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
A. Skala Asli Penelitian	70
A.1 Skala Asli <i>Academic Burnout</i>	70
A.2 Skala Asli <i>Self Regulated Learning</i>	71
B. Bukti Perizinan Alat Ukur	73
B.1 Alat Ukur <i>Academic Burnout</i>	73
B.2 Alat Ukur <i>Self Regulated Learning</i>	73
C. Hasil Uji Sampel Dengan <i>G*Power</i>	74
D. Skala Penelitian Uji Coba	75
D.1 Skala <i>Academic Burnout</i>	75
D.2 Skala <i>Self Regulated Learning</i>	76
E. Surat Izin Melakukan Pengambilan Data Penelitian	79
F. Formulir Skrining Awal Penilaian Etika Penelitian	80
F.1 Form. Skrining Awal Penilaian Etika Penelitian Dosen Utama	80
F.2 Form. Skrining Awal Penilaian Etika Penelitian Dosen Pembimbing	83
G. Rincian Data Uji Coba	86
G.1 Rincian Data Uji Coba Skala <i>Academic Burnout</i>	86
G.2 Rincian Data Uji Coba Skala <i>Self Regulated Learning</i>	89
H. Hasil Uji Statistik Data Uji Coba	93
H.1 Hasil Uji Statistik Data Uji Coba Skala <i>Academic Burnout</i>	93
H.2 Hasil Uji Statistik Data Uji Coba Skala <i>Self Regulated Learning</i>	93

I. Skala Penelitian Setelah Uji Coba	98
I.1 Skala Penelitian <i>Academic Burnout</i>	98
I.2 Skala Penelitian <i>Self Regulated Learning</i>	99
J. <i>Screenshot Google Form</i> Penelitian	102
J.1 <i>Screenshot Gform</i> Penelitian Skala <i>Academic Burnout</i>	103
J.2 <i>Screenshot Gform</i> Penelitian Skala <i>Self Regulated Learning</i>	104
K. Rincian Data Penelitian	107
K.1 Rincian Data Penelitian Skala <i>Academic Burnout</i>	107
K.2 Rincian Data Penelitian Skala <i>Self Regulated Learning</i>	116
L. Hasil Analisis Data Penelitian	134
L.1 Hasil Uji Normalitas	134
L.2 Hasil Uji Linearitas	134
L.3 Hasil Uji Hipotesis	135
M. Surat Pernyataan Kesiapan Membimbing.....	136
M.1 Pembimbing Utama.....	136
M.2 Pembimbing Pendamping	137
N. Catatan Bimbingan Skripsi.....	138
O. Sertifikat Uji Plagiasi	141