

**PERANAN PERFEKSIONISME TERHADAP *BURNOUT* AKADEMIK
PADA MAHASISWA BERPRESTASI DI FAKULTAS KEDOKTERAN DAN
ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT**

Skripsi

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



Oleh

Orien Nur Ambarwati

2210914220039

**JURUSAN PSIKOLOGI
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT**

Juli, 2026

Skripsi

**PERANAN PERFEKSIONISME TERHADAP *BURNOUT* AKADEMIK PADA
MAHASISWA BERPRESTASI DI FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU
KESEHATAN UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT**

dipersiapkan dan disusun oleh

Orien Nur Ambarwati

telah dipertahankan di depan dewan penguji
pada tanggal 14 Juli 2026

Susunan Dewan Penguji

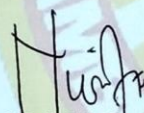
Pembimbing Utama

Anggota Dewan Penguji Lain


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


Dr. Novitawati, S.Psi., M.Pd
NIP. 197611062006042002

Pembimbing Pendamping


Nurul Fadhillah Ramdhani, M.Psi., Psikolog
NIP. 199403122024062001


Dr. Rusdi Rusli, M.Psi., Psikolog
NIP. 198711242014041001

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


Dr. Silvia Kristanti Tri Pebriana, M.Psi., Psikolog
NIP. 198302172008122001
Ketua Jurusan 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, 06 Agustus 2025



Orien Nur Ambarwati
NIM. 2210914220039

ABSTRAK

PERANAN PERFEKSIONISME TERHADAP *BURNOUT* AKADEMIK PADA MAHASISWA BERPRESTASI DI FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT

Orien Nur Ambarwati

Mahasiswa berprestasi di bidang kesehatan cenderung menghadapi tuntutan akademik tinggi yang berpotensi memicu kejenuhan emosional dan fisik. Penelitian ini bertujuan mengetahui peranan perfeksionisme, ditinjau melalui dimensi *evaluative concerns* dan *strivings*, terhadap *burnout* akademik pada mahasiswa berprestasi di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat. Penelitian menggunakan rancangan kuantitatif dengan desain *cross-sectional*, melibatkan 113 mahasiswa berprestasi FKIK ULM yang dipilih melalui *purposive sampling*. Data dikumpulkan menggunakan *Frost Multidimensional Perfectionism Scale-Brief* (FMPS-Brief) dan *Oldenburg Burnout Inventory* (OLBI), dianalisis dengan IBM SPSS Statistics 25 menggunakan regresi linear berganda sebagai uji utama dan regresi linear sederhana untuk uji parsial. Hasil menunjukkan *evaluative concerns* dan *strivings* secara simultan berperan signifikan terhadap *burnout* akademik ($F=8,790$; $p=0,000$; $R^2=0,138$). Secara parsial, *evaluative concerns* berperan positif dan signifikan ($B=1,216$; $p=0,000$), sedangkan *strivings* tidak signifikan ($B=-0,315$; $p=0,449$). Temuan ini membuktikan *burnout* akademik mahasiswa berprestasi FKIK ULM lebih dipengaruhi oleh kekhawatiran evaluatif terhadap kesalahan dan kegagalan, dibandingkan dorongan mencapai standar pribadi yang tinggi.

Kata kunci: perfeksionisme, *evaluative concerns*, *strivings*, *burnout* akademik, mahasiswa berprestasi

ABSTRACT

THE ROLE OF PERFECTIONISM IN ACADEMIC BURNOUT AMONG HIGH-ACHIEVING STUDENTS AT THE FACULTY OF MEDICINE AND HEALTH SCIENCES, UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT

Orien Nur Ambarwati

High-achieving students in the health sciences often face demanding academic requirements that may contribute to emotional and physical exhaustion. This study examined the role of perfectionism, as reflected in the dimensions of evaluative concerns and strivings, in academic burnout among high-achieving students at the Faculty of Medicine and Health Sciences, Universitas Lambung Mangkurat. A quantitative cross-sectional design was employed involving 113 high-achieving students selected through purposive sampling. Data were collected using the Frost Multidimensional Perfectionism Scale–Brief (FMPS-Brief) and the Oldenburg Burnout Inventory (OLBI). Data were analyzed with IBM SPSS Statistics 25 using multiple linear regression as the primary analysis and simple linear regression for partial analyses. The results indicated that evaluative concerns and strivings jointly had a significant role in academic burnout ($F = 8.790$; $p = 0.000$; $R^2 = 0.138$). In the partial analyses, evaluative concerns had a significant positive role in academic burnout ($B = 1.216$; $p = 0.000$), whereas strivings did not show a significant effect ($B = -0.315$; $p = 0.449$). These findings suggest that academic burnout among high-achieving students is more strongly influenced by evaluative concerns related to mistakes and failure than by the pursuit of high personal standards.

Keywords: perfectionism, evaluative concerns, strivings, academic burnout, high-achieving students

KATA PENGANTAR

Puji Syukur dan beribu kata terima kasih penulis haturkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa karena atas rahmat, karunia, dan penyertaan-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Peranan Perfeksionisme terhadap *Burnout* Akademik pada Mahasiswa Berprestasi di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat” sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi. Dalam proses penyusunan bantuan skripsi ini, penulis memperoleh banyak dukungan, bimbingan, serta do’a dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat Prof. Dr. dr. Syamsul Arifin, M.Pd., FISPH., FISCM atas kesempatan dan fasilitas memadai yang diberikan kepada peneliti untuk melaksanakan penelitian.
2. Ketua Jurusan Psikologi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat, Ibu Dr. Silvia Kristanti Tri Febriana, M.Psi., Psikolog yang memberikan kesempatan serta izin untuk penelitian ini.
3. Dosen pembimbing utama Ibu Firdha Yuserina, M.Psi., Psikolog dan pembimbing pendamping Ibu Nurul Fadhilah Ramdhani, M.Psi., Psikolog atas bimbingan, saran, arahan, serta motivasi yang diberikan hingga akhir penyusunan skripsi ini.

4. Dosen penguji Ibu Dr. Novitawati, S.Psi., M.Pd dan Bapak Dr. Rusdi Rusli, M.Psi., Psikolog yang telah memberikan saran dan arahan agar penyusunan skripsi ini menjadi lebih baik.
5. Dosen pembimbing akademik Ibu Rooswita Santia Dewi, S.Psi., M.Si dan seluruh dosen Jurusan Psikologi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat atas ilmu yang bermanfaat selama penulis menempuh masa perkuliahan.
6. Teruntuk kedua orang tua penulis tercinta, terima kasih atas segala do'a, kasih sayang, dukungan, kepercayaan, serta pengorbanan yang senantiasa diberikan demi penulis dapat menempuh pendidikan hingga sampai pada titik ini. Terima kasih telah menjadi sumber kekuatan terbesar dalam setiap proses kehidupan yang penulis jalani. Selesaiannya naskah skripsi ini pun tak lepas dari do'a dan ridho kedua orang tua penulis yang senantiasa membersamai. Tidak cukup hanya dengan kata atau kalimat untuk menggambarkan besarnya rasa terima kasih penulis atas segala cinta, pengorbanan, dan dukungan yang telah diberikan kepada penulis selama 22 tahun. Kehadiran dua orang tercinta penulis menjadi salah satu alasan penulis untuk terus bertahan dan menyelesaikan pendidikan dengan sebaik-baiknya.
7. Teruntuk kakak-kakak penuli tersayang, yang senantiasa memberikan semangat, dukungan, juga perhatian dan bantuan selama penulis menjalani masa perkuliahan hingga proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih atas nasihat, saran, ataupun motivasi yang diberikan, walau terkadang penulis

masih suka bersikap keras kepala namun kalian tetap hadir untuk mendengar keluh kesah penulis. Terima kasih telah menjadi tempat berbagi cerita, serta selalu mengingatkan penulis untuk berusaha dan tidak menyerah dalam menghadapi tantangan.

8. Keponakan terkasih, Rainnara yang hanya dengan kehadiran serta tawanya telah memberi penulis semangat dalam menjalani keseharian, termasuk pengerjaan naskah skripsi ini. Terima kasih telah menjadi sumber kebahagiaan dan penghibur dikala penulis merasa lelah. Tawa dan tingkah lucu sering kali menjadi penyemangat yang membantu penulis melewati hari-hari penuh tantangan dan tekanan.
9. Sahabat seperjuangan penulis dalam menempuh pendidikan S1 Psikologi, April, Rina, Maulida, Fitra, Vivi, dan Najma yang telah menemani dan memberi warna dalam perjalanan perkuliahan penulis, memberi bantuan, semangat, dukungan, serta selalu sedia menjadi tempat berbagi cerita, keluh kesah, dan tawa selama perkuliahan hingga proses penyusunan skripsi.
10. Teman-teman satu bimbingan utama peneliti, Zada, Shede, Della, Nasywa, Luqman dan Alghi yang telah kebersamaan, serta saling menyemangati satu sama lain.
11. Seluruh responden penelitian yang telah bersedia meluangkan waktu untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Tanpa partisipasi yang diberikan, penelitian ini tidak akan dapat terselesaikan dengan baik.
12. Kepada diri penulis sendiri, Orien Nur Ambarwati. Terima kasih karena telah bertahan, berusaha, dan terus melangkah hingga pada titik ini. Terima

kasih karena tidak memilih untuk menyerah, dan tetap bangkit setelah berbagai kesulitan, serta tetap melanjutkan langkah meskipun sering kali diliputi rasa keraguan, kelelahan, bahkan rasa takut akan kegagalan dan ketertinggalan. Perjalanan ini mungkin tidak selalu mudah, namun setiap proses yang telah dilalui membuktikan bahwa penulis mampu bertahan dan berkembang. Skripsi ini bukan hanya tentang menyelesaikan tugas akademik, tetapi juga sebuah perjalanan yang membuat penulis dapat lebih memahami diri, serta belajar untuk memahami bahwa setiap orang memiliki proses dan waktunya sendiri. Penulis bangga kepada diri sendiri yang telah berhasil sampai di titik ini.

Proses penyusunan skripsi ini bukanlah perjalanan yang singkat maupun mudah, karena dibalik setiap halaman yang tersusun, terdapat berbagai proses belajar, keraguan, revisi, serta kesalahan-kesalahan yang telah terlalui. Tidak ada yang sempurna di dunia ini, begitu pula dengan skripsi ini. Oleh karena itu, penulis dengan terbuka menerima kritik dan saran yang membangun demi membuat karya ini menjadi lebih baik lagi. Akhir kata, semoga skripsi ini dapat memberi manfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang psikologi, serta bagi pihak-pihak yang membutuhkan.

Banjarbaru, 12 Juni 2026

Orien Nur Ambarwati

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN.....	iii
ABSTRAK	iv
<i>ABSTRACT</i>	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	10
1.3 Tujuan Penelitian	10
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.....	17
2.1 <i>Burnout</i> Akademik.....	17
2.1.1 Definisi <i>Burnout</i> Akademik.....	17

2.1.2 Dimensi-Dimensi <i>Burnout</i> Akademik.....	18
2.1.3 Gejala <i>Burnout</i> Akademik.....	20
2.1.4 Faktor-Faktor yang Memengaruhi.....	21
2.1.5 Dampak <i>Burnout</i> Akademik.....	23
2.2 Perfeksionisme.....	24
2.2.1 Definisi Perfeksionisme.....	24
2.2.2 Dimensi-Dimensi Perfeksionisme.....	25
2.2.3 Tipe Perfeksionisme.....	29
2.2.4 Faktor-Faktor yang Memengaruhi.....	30
2.3 Mahasiswa Berprestasi.....	31
2.3.2 Definisi Mahasiswa Berprestasi.....	31
2.4 Peranan Perfeksionisme terhadap <i>Burnout</i> Akademik.....	32
2.5 Landasan Teori.....	33
2.6 Hipotesis.....	38
2.6.1 Hipotesis Mayor.....	38
2.6.2 Hipotesis Minor.....	39
BAB III METODE PENELITIAN.....	40
3.1 Rancangan Penelitian.....	40
3.2 Identifikasi, Konseptualisasi, dan Operasionalisasi Variabel Penelitian.....	40
3.2.1 Identifikasi Variabel Penelitian.....	40
3.2.2 Konseptualisasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian.....	41
3.3 Subjek dan Tempat Penelitian.....	42
3.4 Teknik Pengumpulan Data.....	44

3.4.1 Instrumen Penelitian.....	44
3.4.2 Adaptasi Alat Ukur.....	46
3.4.3 Pelaksanaan Uji Coba.....	49
3.4.4 Seleksi Aitem, Validitas, dan Reliabilitas Alat Ukur	53
3.5 Analisa Data.....	55
3.5.1 Uji Asumsi Dasar.....	55
3.5.2 Uji Hipotesis	57
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	59
4.1 Gambaran Subjek Penelitian.....	59
4.2 Pelaksanaan Penelitian.....	60
4.3 Hasil Penelitian	62
4.3.1 Deskripsi Data Penelitian	62
4.3.2 Hasil Analisis Data Penelitian	65
4.4 Pembahasan.....	71
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	82
5.1 Kesimpulan	82
5.2 Saran	82
5.2.1 Bagi Mahasiswa Berprestasi.....	82
5.2.2 Bagi Institusi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan ULM.....	83
5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya.....	83
DAFTAR PUSTAKA	84
LAMPIRAN.....	92

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 <i>Blue Print Frost Multidimensional Perfectionism-Brief</i>	45
Tabel 3.2 <i>Blue Print Oldenburg Burnout Inventory</i>	46
Tabel 3.3 <i>Rincian Frost Multidimensional Perfectionism Scale-Brief setelah uji coba</i>	52
Tabel 3.4 <i>Rincian Oldenburg Burnout Inventory setelah uji coba</i>	53
Tabel 4.1 <i>Data Demografi Partisipan Penelitian</i>	59
Tabel 4.2 <i>Rumus Skor Hipotetik Variabel</i>	63
Tabel 4.3 <i>Perbandingan Skor Hipotetik dan Skor Empirik</i>	63
Tabel 4.4 <i>Skor Kategorisasi</i>	65
Tabel 4.5 <i>Hasil Kategorisasi</i>	65
Tabel 4.6 <i>Uji Normalitas Residual</i>	66
Tabel 4.7 <i>Uji Linearitas</i>	67
Tabel 4.8 <i>Uji Analisis Regresi Linear Berganda</i>	68
Tabel 4.9 <i>Uji Simultan (Uji F)</i>	69
Tabel 4.10 <i>Nilai Koefisien Determinasi Regresi</i>	70
Tabel 4.11 <i>Uji Regresi Linear Sederhana</i>	71

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A. Guide Interview Studi Pendahuluan	93
Lampiran B. Skala Penelitian.....	96
Lampiran C. Adaptasi Alat Ukur	101
Lampiran D. Email Perizinan Menggunakan dan Adaptasi Alat Ukur	110
Lampiran E. Uji Keterbacaan Alat Ukur.....	111
Lampiran F. Uji Coba Alat Ukur.....	123
Lampiran G. Pengambilan Data.....	131
Lampiran H. Hasil Deskriptif Data Penelitian	151
Lampiran I. Hasil Analisis Data Penelitian	153
Lampiran J. Uji Sampel Size G*Power.....	158
Lampiran K. Uji Plagiasi.....	159
Lampiran L. Formulir Cek Referensi.....	160
Lampiran M. Catatan Bimbingan Skripsi	162
Lampiran N. Surat Pernyataan Kesiapan Membimbing Skripsi.....	164
Lampiran O. Form Skrining Awal Penilaian Etik Penelitian	166
Lampiran P. Formulir Cek Format Laporan dan Tata Tulis	168
Lampiran Q. Tabel Rincian Data Demografis Partisipan Penelitian (rujukan dari subbab 4.1 Gambaran Subjek Penelitian)	169