

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

1. Sejarah Singkat Program Studi Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin

Program studi Psikologi Islam merupakan salah satu dari 35 prodi yang aktif di UIN Antasari Banjarmasin. Salah satu prodi dari tiga prodi lainnya yang berada dibawah naungan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora. Saat ini Program Studi Psikologi Islam (PI) bertempat di kampus 2 yang ada di Banjarbaru, yang ber alamat di Jl. Pandarapan, Kel. Guntung Manggis, Kec. Landasan Ulin Tengah, Kota Banjarbaru, Kalimantan Selatan 70724.

Pada 6 November 2007 Dekan Fakultas Ushuluddin pada waktu itu menerbitkan Surat Keputusan Nomor 106 tahun 2007, mengenai pembentukan Tim Program Studi Psikologi Islam di Fakultas Ushuluddin IAIN Antasari. Tim tersebut dipimpin oleh Drs. H. Abdurrahman Jaferi, M.Ag sebagai ketua, dan Dra. Siti Faridah, M.Ag sebagai wakil ketua, serta anggota tim lainnya. Mereka bekerja untuk menyusun proposal yang dimaksudkan. Pada tanggal 18 Maret 2008, proposal pembentukan Jurusan Psikologi Islam segera diajukan ke Departemen Agama dengan tujuan memperoleh izin penyelenggaraan.

Prodi Psikologi Islam (PI) selanjutnya menjadi salah satu dari empat prodi yang ada di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin. Berdirinya program studi ini memperoleh izin pendirian berdasarkan Keputusan DirJen Pendidikan Islam Nomor: DJ.I/306/2008 yang dikeluarkan pada tanggal 4 September 2008 mengenai Pembukaan Program Studi (S1) pada Perguruan Tinggi Agama Islam (PTAI).

Jurusan Psikologi Islam di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin merupakan satu-satunya jurusan Psikologi Islam yang ada di wilayah Kalimantan. Selama kurang lebih 14 tahun berdirinya, jurusan ini telah mengalami perkembangan yang sangat positif dalam berbagai aspek. Prestasi ini tidak terlepas dari dukungan yang diberikan oleh berbagai pihak, termasuk pimpinan Universitas, pimpinan Fakultas, staf jurusan, para dosen, karyawan, mahasiswa, dan semua individu yang terlibat dalam kegiatan di jurusan tersebut.¹

2. Identitas Program Studi Psikologi Islam

Nama Program Studi	: Psikologi Islam
Kode Program Studi	: 73201
Jenjang	: S1
Akreditasi Prodi	: B
Tanggal Berdiri	: 4 September 2008

¹Admin, "Sejarah Psikologi Islam" *Psikologi Islam UIN Antasari* (blog), diakses 28 September 2022, <https://pi.uin-antasari.ac.id/sejarah/>.

SK Penyelenggaraan : Perpres 36 Tahun 2017

Perguruan Tinggi : Universitas Islam Negeri Antasari
Banjarmasin.

Status Program Studi : Aktif

3. Dosen Pengajar dan Struktur Organisasi Program Studi Psikologi Islam

a. Dosen Pengajar

Dalam Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora ada yang berstatus dosen tetap di Psikologi Islam, dosen tetap di luar program Studi Psikologi Islam, dan dosen tidak tetap Program Studi Psikologi Islam.²

Tabel 4. 1 Dosen Tetap Psikologi Islam

No.	Nama	Jabatan
1.	Dr. Akhmad Sagir, M.Ag	Dosen Tetap di Program Studi Psikologi Islam
2.	Dr. M. Zainal Abidin, M.Ag	
3.	Dra. Hj. Siti Faridah, M.Ag	
4.	Dra. Mulyani, M.Ag	
5.	Mubarak, M.A	
6.	Imadduddin, M.A	
7.	Yulia Hairina, M.Psi. Psikolog	
8.	Dina Aprilia, M.Psi. Psikolog	
9.	Shanty Komalasari, M.Psi. Psikolog	
10.	Musfichin, M.A	
11.	Mahdia Fadhila, M.Psi. Psikolog	

²Admin, "Tenaga Pengajar" *Psikologi Islam UIN Antasari* (blog), diakses 4 Agustus 2023, <https://pi.uin-antasari.ac.id/tenaga-pengajar-2/>.

Tabel 4. 2 Dosen Tetap Luar Psikologi Islam

No.	Nama	Jabatan
1.	Prof. Dr. Abdullah Karim, M.Ag	Dosen Tetap di luar Program Studi Psikologi Islam
2.	Dr. Noorhidayat, M.A	
3.	Dr. H. Ahmad Mujahid, M.A	
4.	Dr. Fatrawati Kumari, M.Hum	
5.	Drs. Arni, M.Fil.I	
6.	Drs. Basrian, M.Fil.I	
7.	Dr. Taufik Hidayat, M.Kes	
8.	Anwar Fuadi, M.A	
9.	Widiya Aris Radiani, S.Psi, M.Psi, Psikolog	
10.	Miftahul Aula Sa'adah, M.Psi., Psikolog	

Tabel 4. 3 Dosen Tidak Tetap Psikologi Islam

No.	Nama	Jabatan
1.	Anida Magfirah, M.Psi.	Dosen Tidak Tetap Program Studi Psikologi Islam
2.	Siti Rai'yati., M.Psi	
3.	Kinanti Dartanyan, M.Psi., Psikolog	
4.	Sarihat, M.A	

b. Struktur Organisasi Program Studi Psikologi Islam

Adapun struktur organisasi Studi Psikologi Islam ialah:³

Tabel 4. 4 Struktur Organisasi Psikologi Islam

No.	Jabatan	Nama
1.	Ketua Prodi	Drs. Mulyani, M.Ag
2.	Sekretaris Prodi	Musfichin, M.A
3.	Gugus Penjamin Mutu (GPM)	Siti Ra'iyati, M.Psi.
4.	Ketua Laboratorium	Mahdia Fadhilla, M.Psi., Psikolog
5.	Ketua PSTPI	Imaduddin, M.A

³Admin, "Struktur Organisasi" *Psikologi Islam UIN Antasari* (blog), diakses 4 Agustus 2023, <https://pi.uin-antasari.ac.id/struktur-organisasi/>.

B. Prosedur Penelitian

Pengambilan penelitian ini berlangsung selama satu bulan dimulai dari tanggal 1 sampai dengan 14 Oktober 2022, instrumen penelitian disebarakan dengan cara menyebarkan kuesioner secara *online* dan juga *offline*. Subjek penelitian ialah mahasiswa Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin dengan skala *academic hardiness* dan *academic burnout* kepada 135 mahasiswa Angkatan 2020 dan 2021. Penyebaran skala dilaksanakan dengan menggunakan metode *purposive sampling*.

Tabel 4. 5 Prosedur Penelitian

No.	Tanggal	Pelaksanaan Penelitian	Ket.
1.	1 Agustus s.d 2 September 2022	Konsultasi penyusunan skala penelitian kepada dosen pembimbing	
2.	5 – 20 September 2022	Konsultasi penyusunan skala penelitian kepada <i>professional judgment 1</i>	
3.	20 – 22 September 2022	Konsultasi penyusunan skala penelitian kepada <i>professional judgment 2</i>	
4.	23-27 September 2022	Uji coba skala	Kepada mhs IAT Angkatan 2020
5.	28-29 September 2022	Uji validitas dan reabilitas	
6.	1-14 Oktober 2022	Penyebaran skala penelitian utama	
7.	15-17 Oktober 2022	Tabulasi dan pengolahan data	
8.	18-20 Oktober 2022	Analisis data	
9.	21-23 Oktober 2022	Penarikan kesimpulan	

C. Hasil Uji Instrumen

Sebelum melaksanakan pengumpulan data di lapangan, peneliti terlebih dahulu melakukan pengembangan skala untuk mengukur variabel *academic hardiness* dan *academic burnout*. Setelah selesai disusun, skala tersebut kemudian diperiksa oleh ahli profesional untuk mengevaluasi kesesuaian semua pernyataan yang ada dalam skala. Pada penelitian ini, dua orang *professional judgment* dari dosen Psikologi Islam telah ditetapkan sebagai penilai kelayakan skala yang akan digunakan yaitu Ibu Kinan Dartanyan, M.Psi., Psikolog dan dosen tetap di luar prodi Psikologi Islam Bapak Anwar Fuadi, S.Pd.I, M.A.

1. Hasil Uji Validitas

Uji validitas adalah tahap penting untuk memastikan keabsahan instrumen yang dipakai sebagai alat ukur pada penelitian. Uji validitas ini memakai *Correlation Product Moment* dengan bantuan *IBM SPSS Statistics ver. 25*. Keputusan dalam uji validitas didasarkan pada perbandingan antara nilai r hitung dan nilai r tabel. Jika nilai r hitung $>$ r tabel maka item pernyataan dianggap valid, sebaliknya jika r hitung $<$ r tabel maka item pernyataan dianggap tidak valid. Untuk menghitung nilai r tabel digunakan rumus $df = N - 2$, di mana N adalah jumlah sampel tryout. Dalam penelitian ini, diperoleh nilai $df = 40 - 2$ yaitu 38 dengan tingkat signifikansi kesalahan sebesar 5%. Oleh karena itu, nilai r tabel yang diperoleh 0,320.

c. **Skala *Academic Hardiness***

Skala *academic hardiness* yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan 3 aspek yang tersebar dalam 19 item pernyataan dengan 18 item favoreble dan 1 item unfavoreble. Setelah dilakukan uji instrumen terhadap 19 item tersebut didapatkan hasil bahwa seluruh item dinyatakan valid dengan r hitung $>$ r table yang dapat dilihat pada table berikut:

Tabel 4. 6 Rangkuman Uji Validitas *Skala Academic Hardiness* Setelah Uji Coba

Dimensi	Indikator	No		Ket.
		F	Uf	
Komitmen	Mempunyai kesediaan untuk melakukan usaha terus menerus dan berkorban untuk unggul secara akademis.	6, 8, 13	-	Valid
Tantangan	Melihat kesulitan akademik sebagai tantangan dan pengalaman.	5, 9, 11, 12, 14	-	Valid
Kontrol Perasaan	Kemampuan untuk mempengaruhi dan mengatur emosi ketika dihadapkan dengan tantangan akademik.	4, 7, 15, 16, 18, 19	3	Valid
Kontrol Usaha	Kemampuan untuk mengenali dan mengaktifkan perilaku yang meningkatkan kemampuan untuk mengatasi kesulitan akademik.	1, 2, 10, 17	-	Valid
		Total		19

d. **Skala *Academic Burnout***

Skala *academic burnout* yang dipergunakan dalam penelitian ini menggunakan 3 aspek yang tersebar dalam 15 item pernyataan dengan keseluruhan itemnya favoreble. Setelah dilakukan uji instrument terhadap 15 item tersebut, didapatkan hasil bahwa seluruh item dinyatakan valid dengan r hitung $>$ r table yang dapat dilihat pada table berikut:

Tabel 4. 7 Rangkuman Uji Validitas Skala *Academic Burnout* Setelah Uji Coba

Dimensi	Indikator	Nomor		Ket.
		F	Uf	
Exhaustion	Merasa lelah terhadap studi	1, 2, 3	-	Valid
	Merasa tertekan terhadap studi	4	-	Valid
	Merasa jenuh terhadap studi	5	-	Valid
Cynicism	Merasa tidak tertarik dengan studi	6, 7	-	Valid
	Merasa sinis terhadap studi	8	-	Valid
	Merasa ragu terhadap studi	9	-	Valid
Inefficacy	Merasa tidak yakin terhadap kemampuan dirinya	10, 12, 15	-	Valid
	Merasa tidak mempelajari hal yang menarik dalam studi	14	-	Valid
	Merasa tidak memiliki kontribusi terhadap studi	11	-	Valid
	Merasa tidak terangsang ketika mencapai tujuan studi	13	-	Valid
	Jumlah	15	-	15

2. Hasil Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas ialah persyaratan yang wajib dipenuhi oleh suatu instrumen guna memastikan alat ukur yang dipakai benar-benar konsisten dan dapat digunakan berulang-ulang.⁴ Instrumen penelitian yang reliabel memiliki kemampuan mengukur variabel penelitian yang diinginkan secara akurat sehingga data yang diperoleh dapat mewakili kondisi subjek yang sebenarnya.

Ketentuan yang sudah ditetapkan dalam uji reliabilitas yaitu dengan besaran nilai *combach's alpha* $\geq 0,05$ diperlukan agar instrumen yang dipakai dalam penelitian bisa dikatakan reliabel. Adapun sbelum melakukan pengujian reliabilitas, terlebih dahulu dilakukan pengujian validitas, guna mengetahui kevalidan item-item yang digunakan dan jika ada item yang gugur maka harus dibuang. Item yang tersisa tersebut dinamakan item valid dan dapat dilanjutkan untuk uji reliabilitas.

Pengujian reliabilitas menggunakan bantuan *IBM SPSSS Statistic* 25. Hasil uji skala *academic hardiness* menunjukkan nilai 0.895 dan skala *academic burnout* menunjukkan nilai 0.941, yang mana nilai keduanya lebih besar dari *combach's alpha* yaitu 0,05, maka semuanya dapat dikatakan reliabel dan dapat dilanjutkan untuk penelitian selanjutnya.

⁴S. Nasution, *Metode Research (Penelitian Ilmiah)* (Jakarta: Bumi Aksara, 1996), 77.

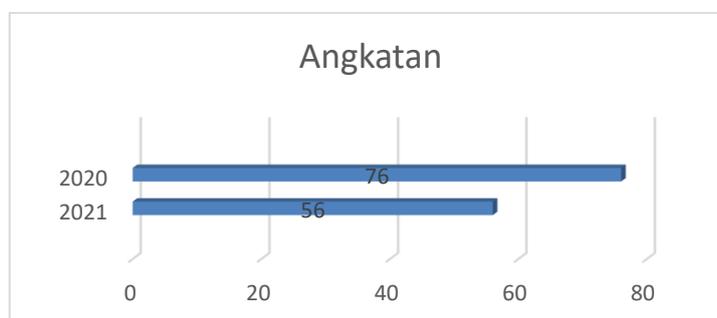
Tabel 4. 8 Rangkuman Uji Reliabilitas Skala *Academic Hardiness* Dan *Academic Burnout*

Skala	Jumlah Item	Jumlah Subjek	Cronbach's Alpha
<i>Academic Hardiness</i>	19	40	0.895
<i>Academic Burnout</i>	15	40	0.941

D. Hasil Analisis Data dan Pembahasan

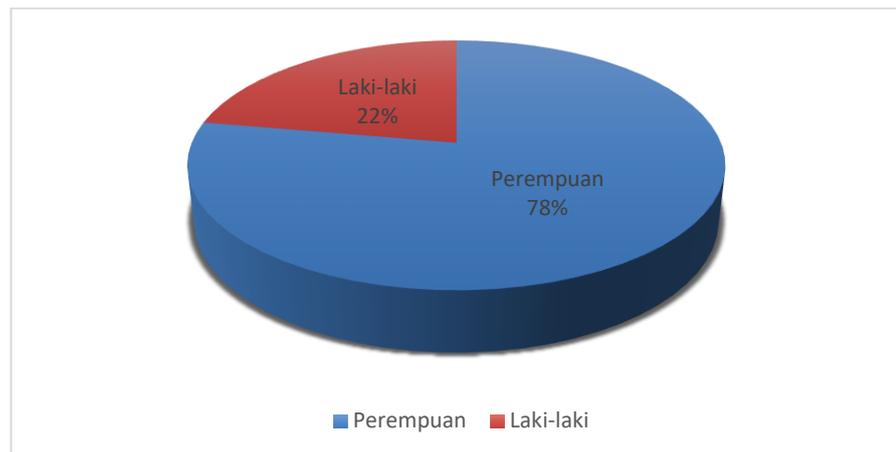
1. Gambaran Responden Penelitian

Subjek yang menjadi target untuk penelitian ini yaitu mahasiswa jurusan Psikologi Islam UIN Antasari yang terdiri dari 2 angkatan, yaitu angkatan tahun 2020 dan 2021. Total ada sebanyak 19 item pernyataan dalam skala *academic Hardiness* dan sebanyak 15 item pernyataan pada skala *academic Burnout*. Sebanyak 135 mahasiswa dengan 76 mahasiswa Psikologi Islam angkatan 2020 dan 59 mahasiswa Psikologi Islam Angkatan 2021 yang menjadi subjek penelitian ini.



Gambar 4. 1 Diagram Responden Berdasarkan Kelas

Mayoritas subjek dalam penelitian ini ialah mahasiswa perempuan sebanyak 105 orang sedangkan mahasiswa laki-laki sebanyak 30 orang.



Gambar 4. 2 Diagram Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

2. Analisis Data Deskriptif Hasil Penelitian

Tujuan analisis deskriptif dalam penelitian ini untuk mendeskripsikan atau memberikan gambaran terhadap suatu data yang telah dikumpulkan sehingga dapat di analisis. Analisis deskriptif membantu menghasilkan nilai mean dan standar deviasi yang selanjutnya bisa dipakai untuk memahami frekuensi sebaran data.⁵ Untuk menentukan kategorasi atau tingkatan setiap variabel penelitian, peneliti menggunakan rumus perhitungan sebagai berikut:

$$\text{Rendah} \quad : X < (\text{Mean} - 1\text{SD})$$

⁵Edi Riadi, *Statistika Penelitian (Analisi Manual dan IBM SPSS)* (Yogyakarta: CV. Andi Offset, 2016), 57.

Sedang : $(\text{Mean} - 1\text{SD} \leq X < (\text{Mean} + 1\text{SD}))$

Tinggi : $X \geq (\text{Mean} + 1\text{SD})^6$

Keterangan :

X : Skor Subjek

Mean : Nilai rata-rata

SD : Standar Deviasi

Tabel 4. 9 Hasil Uji Deskriptif Data Penelitian

<i>Descriptive Statistics</i>						
	N	Min	Max	Mean	Range	Std. Deviation
<i>Academic Hardines</i>	135	19	76	47.5	57	12.6
<i>Academic Burnout</i>	135	15	60	37.5	45	10
Valid N (listwise)	135					

Skala *academic hardiness* memiliki 19 item pernyataan dengan 4 alternatif jawaban yang yang diberi skor 1, 2, 3 dan 4. Skor minimal untuk skala ini ialah 19 (1x19) dan skor maksimal ialah 76 (4x19). Nilai mean yaitu 47.5 $(x_{\min}+x_{\max})/2$ dan range 57 $(x_{\max}-x_{\min})$ serta standar deviasi 12.6 $(x_{\max}/6)$. Adapun Skala *academic burnout* memiliki 15 item pernyataan dengan 4 alternatif jawaban yang terdiri dari skor 1, 2, 3 dan 4. Skor minimal untuk skala ini ialah 15 dan skor maksimal ialah 60. Nilai mean yaitu 37.5 dan range 45 serta standar deviasi 10.

⁶Saifuddin Azwar, *Penyusunan Skala Psikologi* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012), 149.

a. Analisis Data Variabel *Academic Hardiness*

Sesuai dengan uji statistic deskriptif pada tabel 4.4 sebelumnya, variabel *academic hardiness* memiliki nilai mean sebesar 47.5 dengan standar deviasi 12.6. Nilai-nilai ini kemudian digunakan dalam rumus perhitungan untuk kategorisasi variabel, dan hasilnya dapat dilihat pada table berikut :

Tabel 4. 10 Tabel Kategorisasi *Academic Hardiness*

Interval	Kategorisasi	Subjek	
		Frekuensi	Persentase
$X < 35$	Rendah	0	0.0%
$35 \leq X < 60$	Sedang	90	66.7%
$X \geq 60$	Tinggi	45	33.7%
Total		135	100%

Tabel 4.6 mendiskripsikan bahwa kategorisasi tingkat *academic hardiness* pada subjek penelitian terdapat 0% yang memiliki *academic hardiness* rendah, 66.7% atau 90 subjek memiliki *academic hardiness* pada tingkatan sedang dan 33.3% atau 45 orang subjek memiliki tingkat *academic hardiness* tinggi.

Azwar menjelaskan bahwa kategorisasi dalam tiga tingkatan, yaitu tinggi, sedang, dan rendah, mencerminkan tingkat variabel yang sangat baik, baik, dan kurang baik.⁷ Berdasarkan hasil pengelompokkan tersebut, dapat diambil kesimpulan bahwa *academic hardiness* yang dimiliki oleh mahasiswa Psikologi Islam

⁷Azwar, *Penyusunan Skala Psikologi*.

berada pada tingkat yang baik. Kategorisasi ini secara keseluruhan menunjukkan bahwa responden penelitian memiliki kemampuan untuk menerapkan dan memiliki aspek-aspek yang terkait dengan *academic hardiness*. Dengan adanya tingkat *academic hardiness* yang tinggi, mahasiswa dapat mengatasi berbagai hambatan dan tantangan yang muncul selama studi mereka.

Adapun untuk tingkatan *academic hardiness* berdasarkan tahun angkatan dapat dilihat seperti dalam table berikut :

Tabel 4. 11 Tabel Kategorisasi *Academic Hardiness* Angkatan 2020

Interval	Kategorisasi	Subjek	
		Frekuensi	Persentase
$X < 35$	Rendah	0	0.0%
$35 \leq X < 60$	Sedang	51	67.1%
$X \geq 60$	Tinggi	25	32.9%
Total		76	100%

Pada mahasiswa Psikologi Islam Angkatan 2020 tidak terdapat satu orangpun dari 76 mahasiswa yang memiliki tingkat persentasi rendah. Namun terdapat sebanyak 51 orang atau 67.1% memiliki tingkat persentasi sedang dan 25 orang atau sebesar 37.9% memiliki persentasi tinggi.

Sedangkan untuk mahasiswa Psikologi Islam Angkatan 2021 dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4. 12 Tabel Kategorisasi *Academic Hardiness* Angkatan 2021

Interval	Kategorisasi	Subjek	
		Frekuensi	Persentase
$X < 35$	Rendah	0	0.0%
$35 \leq X < 60$	Sedang	39	66.1%
$X \geq 60$	Tinggi	20	33.9%
Total		59	100%

Adapun dari 59 mahasiswa angkatan 2021 yang memiliki tingkat *academic hardiness* dengan persentasi rendah 0%, sebanyak 39 orang atau 66.1% dalam tingkatan sedang dan 20 orang atau 33.9% pada tingkatan tinggi.

b. Analisis Data Variabel *Academic Burnout*

Kategorisasi data untuk variabel *academic burnout* pada responden dapat dilihat pada table berikut :

Tabel 4. 13 Tabel Kategorisasi *Academic Burnout*

Interval	Kategorisasi	Subjek	
		Frekuensi	Persentase
$X < 28$	Rendah	13	9.6%
$28 \leq X < 58$	Sedang	122	90.4%
$X \geq 58$	Tinggi	0	0%
Total		135	100%

Dari tabel hasil perhitungan manual sebelumnya dapat diketahui bahwa sebanyak 90.4% atau 122 subjek memiliki *academic burnout* pada tingkatan sedang, lalu di ikuti 9.6% atau 13 subjek memiliki *academic burnout* rendah dan 0% atau tidak ada subjek penelitian yang memiliki *academic burnout* tinggi. Sehingga

bisa diambil kesimpulan secara general bahwa *academic burnout* pada mahasiswa Psikologi Islam berada dalam kategorisasi baik.

Adapun untuk tingkatan *academic burnout* berdasarkan tahun angkatan dapat dilihat seperti dalam table berikut :

Tabel 4. 14 Tabel Kategorisasi *Academic Burnout* Angkatan 2020

Interval	Kategorisasi	Subjek	
		Frekuensi	Persentase
$X < 28$	Rendah	7	9.2%
$28 \leq X < 58$	Sedang	69	90.8%
$X \geq 58$	Tinggi	0	0%
Total		76	100%

Pada mahasiswa Psikologi Islam Angkatan 2020 ada sebanyak 7 orang atau 9.2% dari 76 mahasiswa memiliki tingkat persentasi *academic burnout* rendah. 69 orang atau 90.8% memiliki tingkat persentasi sedang dan 0% atau tidak ada sama yang memiliki persentasi tinggi.

Sedangkan untuk mahasiswa Psikologi Islam Angkatan 2021 dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 4. 15 Tabel Kategorisasi *Academic Burnout* Angkatan 2021

Interval	Kategorisasi	Subjek	
		Frekuensi	Persentase
$X < 28$	Rendah	6	10.2%
$28 \leq X < 58$	Sedang	53	89.8%
$X \geq 58$	Tinggi	0	0%
Total		59	100%

Dapat dibaca pada table 4.11 ada sebanyak 53 mahasiswa atau 89.8% angkatan 2021 yang berada pada tingkatan academic burnout sedang. 6 mahasiswa atau 10.2% pada tingkatan rendah dan 0% atau tidak pada tingkatan *academic burnout* tinggi.

3. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Dalam sebuah penelitian, uji normalitas menjadi salah satu asumsi yang penting untuk mengetahui apakah data yang dikumpulkan memiliki distribusi yang mengikuti pola normal atau tidak. Pengujian dapat dilanjutkan ketahap selanjutnya apabila data berdistribusi normal.

Pengujian normalitas, memakai metode Kolmogorov-Smirnov dan mengambil keputusan berdasarkan nilai signifikansi. Apabila nilai sig. > 0,05, maka data penelitian dapat dikatakan berdistribusi normal.⁸ Uji asumsi ini dilakukan menggunakan perangkat lunak *IBM SPSS Statistics versi 25*.

Tabel 4. 16 Hasil Uji Normalitas Skala *Academic Hardiness* dan *Academic Burnout*

Unstandardized Residual	Kolmogorov-Smirnov Test		
	Statistic	df	Sig.
	.068	135	.200

Dari tabel 4.12 ditemukan bahwa nilai signifikansi (sig.) antara variabel *academic hardiness* dan *academic burnout* adalah 0,200.

⁸Riadi, *Statistika Penelitian (Analisi Manual dan IBM SPSS)*, 122.

Berdasarkan kriteria pengambilan keputusan, nilai sig. $0,200 > 0,05$, yang menunjukkan bahwa data dalam penelitian ini memiliki distribusi yang normal.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas dalam penelitian berfungsi untuk mengetahui apakah data dua variabel yang diujikan memiliki distribusi yang linear atau tidak. Apabila linear maka dapat dilanjutkan ke tahap analisis berikutnya. Dasar keputusan diperoleh dengan mempertimbangkan apakah nilai *deviation from linearity* melebihi 0.05. Jika melebihi nilai tersebut, data yang diperoleh dinyatakan linear. Adapun hasil pengujian linearitas pada penelitian ini sebagai berikut:

Tabel 4. 17 Hasil Uji Linearitas Skala *Academic Hardiness* dan *Academic Burnout*

Variabel	Linearity		Deviation from linearity		Keterangan
	F	Sig.	F	Sig.	
<i>Academic Hardiness*</i>	30.479	.000	1.012	.460	Linear
<i>Academic Burnout</i>					

Deviation from linearity memiliki nilai sebesar 0,460, yang mana nilai tersebut melebihi 0,05 ($0,460 > 0,050$). Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa data penelitian ini memiliki distribusi yang linear.

4. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan guna untuk mengetahui sejauh mana hubungan sebab akibat di antara variabel satu dengan yang lainnya. Dalam penelitian ini menggunakan uji regresi linear sederhana karena variabel yang di ujikan ada 2 variabel. Uji regresi linear sederhana dilakukan karena peneliti ingin mengetahui ada atau tidaknya pengaruh antara *academic hardiness* dan *academic burnout* pada mahasiswa Psikologi Islam UIN Antasari, baik pengaruh positif maupun negatif. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk memprediksi sejauh mana variabel bebas dapat mempengaruhi variabel terikat.

Hasil pengujian hipotesis ada pada tabel berikut :

Tabel 4. 18 Hasil Uji Regresi Linear Sederhana Variabel *Academic Hardiness* dan *Academic Burnout*

Variabel	F	Sig.	Keterangan
<i>Academic Hardiness*</i> <i>Academic Burnout</i>	30.409	.000	Sangat Signifikan

Berdasarkan hasil uji hipotesis menggunakan *IBM SPSS Ver. 25*, ditemukan bahwa nilai F hitung adalah 30.409 dengan tingkat signifikansi sebesar $0.000 < 0.05$. Mengacu pada kriteria pengambilan keputusan yang disarankan oleh Sugiyono, jika nilai sig. > 0.05 , maka H_0 (hipotesis nol) diterima, yang berarti tidak ada hubungan antara variabel X dan variabel Y. Sebaliknya, jika nilai sig. < 0.05 , maka H_a

(hipotesis alternatif) diterima, yang mengindikasikan adanya pengaruh variabel X terhadap variabel Y.⁹

Berdasarkan acuan pengambilan keputusan sebelumnya, dapat diambil kesimpulan bahwa model regresi dapat dipakai untuk memprediksi variabel *academic burnout*. Dengan kata lain ada pengaruh *academic hardiness* (x) terhadap *academic burnout* (y) dengan nilai sig. $0.000 < 0.05$.

Tabel 4. 19 Rangkuman Pengaruh *Academic Hardiness* terhadap *Academic Burnout*

Variabel	R	R Square	Sig.
<i>Academic Hardiness*</i> <i>Academic Burnout</i>	.431 ^a	.186	0.00

Adapun dilihat pada tabel Model Summary sebelumnya dapat dijelaskan bahwa besarnya nilai hubungan atau korelasi (R) yaitu sebesar 0.431. sedang nilai koefisien determinasi (R Square) yang dihasilkan sebesar 0.186, yang artinya peran variabel bebas (*academic hardiness*) terhadap variabel terikat (*academic burnout*) sebesar 18.6 %. Adapun faktor-faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini berkontribusi sebanyak 81,4% terhadap variabilitas yang diamati.

⁹Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, 65.

5. Dimensi Pembentuk Utama

a. Dimensi Pembentuk *Academic Hardiness*

Variabel *academic hardiness* melibatkan tiga dimensi penting, yaitu *control*, *commitmen*, dan *challenge*. Untuk menghitung persentase kontribusi setiap dimensi, caranya adalah dengan membagi total skor pada setiap dimensi dengan skor keseluruhan variabel.

$$\textit{Control (Effort,Affect)} \quad : \frac{4525}{7733} \times 100\% = 58.5\%$$

$$\textit{Challenge} \quad : \frac{1927}{7733} \times 100\% = 24.9\%$$

$$\textit{Commitment} \quad : \frac{1281}{7733} \times 100\% = 16.6\%$$

Berdasarkan hasil hitungan dimensi *control* memiliki peran penting dalam pembentukan *academic hardiness* pada mahasiswa Psikologi Islam UIN Antasari dengan sumbangsih sebesar 58.5%, diikuti oleh dimensi *challenge* sebesar 24.9% dan dimensi *commitment* memiliki peranan paling rendah, dengan sumbangsih sebesar 16.6%.

b. Dimensi Pembentuk *Academic Burnout*

Pada variabel *academic burnout* terdapat 3 dimensi utama didalamnya, yaitu *exhaustion*, *cynicism* dan *inneficacy*. Metode untuk menghitung persentase kontribusi setiap dimensi adalah dengan membagi total skor pada masing-masing dimensi dengan skor keseluruhan variabel.

$$Exhaustion : \frac{1618}{4466} \times 100\% = 36\%$$

$$Cynicism : \frac{1013}{4466} \times 100\% = 23\%$$

$$Inneficacy : \frac{1835}{4466} \times 100\% = 41\%$$

Berdasarkan hasil hitungan dimensi *inneficacy* memiliki peran penting dalam pembentukan *academic burnout* pada mahasiswa Psikologi Islam UIN Antasari dengan sumbangsih sebesar 41%, diikuti oleh dimensi *exhaustion* sebesar 36% dan dimensi *cynicism* memiliki peranan paling rendah, dengan sumbangsih sebesar 23%.

E. Pembahasan

Keadaan pascapandemi Covid-19 mengharuskan mahasiswa beradaptasi kembali dengan kebiasaan lama namun terasa baru, hal ini menimbulkan kelelahan hingga stres pada mahasiswa. Stres akademik yang berlebih dapat memicu terjadinya kejenuhan akademik atau disebut dengan *academic burnout*. Dalam mengurangi *academic burnout* tersebut diperlukan kepribadian yang tangguh dan *academic hardiness* diasumsikan dapat menahan dampak negatif stres akademik.

Menjawab rumusan masalah yang pertama mengenai *academic hardiness*. *Academic hardiness* dapat di definisikan sebagai suatu karakteristik kepribadian yang ada pada seorang siswa atau mahasiswa yang mempunyai daya tahan banting dan kekuatan ketika ia menghadapi berbagai masalah yang ada pada dunia pendidikan. Menurut Benishek dan Lopez

academic hardiness mengacu pada ketahanan seseorang untuk bertahan dalam akademik.¹⁰

Aspek dari *academic hardiness* dari Benishek adalah: 1) *commitmen* (komitmen), *commitment* yang tinggi cenderung mengerjakan tugas secara berlebihan (maksimum) agar mendapatkan hasil yang terbaik; 2) *control* (kontrol), individu mampu mengontrol perilaku agar terhindar dari situasi negatif di akademik; 3) *challenge* (tantangan), individu yang mempunyai sikap *challenge* yang lemah, ia cenderung menganggap suatu tantangan ialah suatu hal yang mempersulitnya.

Untuk mengetahui tingkatan *academic hardiness* yang dimiliki oleh mahasiswa Psikologi Islam UIN Antasari maka dilakukan analisis deskriptif dengan bantuan *IBM SPSS Statistics Ver. 25*, dari perhitungan tersebut didapatkan hasil bahwa sebanyak 33.7% atau 45 subjek penelitian memiliki *academic hardiness* tinggi, 66.7% atau 90 subjek memiliki *academic hardiness* pada tingkatan sedang dan 0% atau tidak ada subjek yang memiliki tingkat *academic hardiness* rendah. Berdasarkan hasil tersebut dapat diketahui mayoritas mahasiswa Psikologi Islam UIN Antasari yaitu 90 mahasiswa atau 66.7% dari 135 mahasiswa masuk dalam kategorisasi yang baik atau pada tingkatan *academic hardiness* yang sedang, tidak dalam tingkatan yang tinggi juga rendah.

¹⁰Muharrama Trifiriani dan Ivan Muhammad Agung, "Academic hardiness dan Prokrastinasi pada Mahasiswa," *Jurnal Psikologi* Vol. 13, No. 2 (2017): 144.

Lalu pada dimensi pembentuk utama yang memiliki peranan besar dalam membentuk tingkatan *academic hardiness* pada mahasiswa Psikologi Islam UIN Antasari adalah dimensi *control* dengan sumbangsih sebesar 58.5%, diikuti oleh dimensi *challenge* sebesar 24.9% dan dimensi *commitment* memiliki peranan paling rendah, dengan sumbangsih sebesar 16.6%. *Control* ialah kemampuan individu dalam mengontrol perilaku agar terhindar dari situasi negatif di akademik. Walaupun dimensi *control* memiliki peranan yang besar dalam membentuk *academic hardiness*, dimensi yang lainnya juga turut memberikan pengaruh dalam pembentukan *academic hardiness*.

Adapun *academic burnout* menurut Schaufeli dkk. ia menjelaskan bahwa *academic burnout* ialah kondisi dimana individu merasakan kelelahan akibat tuntutan akademik, juga kurangnya ketertarikan pada studi serta tidak kompeten sebagai mahasiswa.¹¹ *Academic burnout* ditandai dengan tiga aspek penting, yaitu: mengacu pada perasaan lelah secara emosional (*emotional exhaustion*) karena tuntutan studi, memiliki sikap sinis (*depersonalisasi*) atau ketidakpedulian terhadap tugas-tugas perkuliahan¹² dan ketidakefektifan (*Inefficacy*) dimana seseorang memiliki perasaan tidak berdaya dan merasa semua tugas yang diberikan berat.¹³

¹¹Wilmar B Schaufeli dkk., "Burnout and Engagement in University Students," dalam *Journal of Cross-Cultural Psychology* Vol. 33, No. 5 (2002): 465.

¹²Lie Fun Fun dkk., "Peran bentuk social support terhadap academic burnout pada mahasiswa Psikologi di Universitas 'X' Bandung," *Mediapsi* Vol. 7, No. 1 (1 Juni 2021): 18.

¹³Dewi dan Wati, *Penerapan Metode Gayatri Mantra dan Emotional Freedom Technique (GEFT) Pada Aspek Psikologis*, 32–33.

Lalu menjawab pada rumusan masalah yang kedua yaitu tentang tingkatan *academic burnout* pada subjek penelitian, didapat hasil bahwasanya tingkat *academic burnout* pada mahasiswa psikologi UIN Antasari Banjarmasin ada sebanyak 122 mahasiswa atau 90.4% pada kategori *academic burnout* tingkat sedang, lalu di ikuti 9.6% atau 13 subjek memiliki *academic burnout* rendah dan 0% atau tidak ada subjek penelitian yang memiliki *academic burnout* tinggi. Berdasarkan pada hasil penelitian tersebut, maka tingkat *academic burnout* yang dimiliki oleh mahasiswa Psikologi Islam UIN Antasari cenderung berada pada tingkatan sedang atau pada ketegorisasi baik. Hal ini menjelaskan bahwa mahasiswa tidak mengalami kecenderungan *academic burnout* yang tinggi maupun rendah.

Berdasarkan perhitungan pada dimensi pembentuk utama, dimensi *inefficacy* lah yang memberikan peran paling besar dalam membentuk *academic burnout* pada subjek dengan nilai 41%. *Inefficacy* merupakan perasaan yang tidak memiliki kemampuan, kehilangan kepercayaan dalam kemampuan diri sendiri dan cenderung rendah dalam menilai kemampuan diri sendiri. Pada dimensi ini menggambarkan kondisi mahasiswa di mana masa perkuliahan selama pascapandemi. Adapun dimensi *exhaustion* memiliki pengaruh sebesar 36% dan dimensi *cynicism* 23%.

Menjawab rumusan masalah yang terakhir maka dilakukanlah uji hipotesis untuk kedua variabel menggunakan analisis regresi sederhana, yang mana sebelumnya sudah dilakukan uji deskriptif, ketegorisasi data, uji normalitas sampai dengan uji linearitas. Adapun hasil yang didapat dalam

uji hipotesis di ketahui bahwa nilai F hitung = 30.409 dengan tingkat signifikansi sebesar 0.000, yang mana $0.000 < 0.05$. sehingga dalam disimpulkan bahwa variabel *academic hardiness* memiliki pengaruh terhadap *academic burnout* dengan persentase pengaruh sebanyak 18.6%.

Hal ini dapat dibuktikan juga dengan penelitian terdahulu, yang diteliti oleh Bellina Widya Budiarti dengan judul peran *hardiness* dan *academic burnout* pada mahasiswa yang menjalani pembelajaran online di Kota Palembang, dalam penelitian tersebut menunjukkan hasil analisis regresi nilai *R square* = 0.383 dan $p = 0.000$ ($p < 0.05$). yang artinya bahwa *hardiness* memiliki peran yang signifikan terhadap *academic burnout*.¹⁴

Terlihat juga dalam studi yang dilakukan oleh Khumairah dkk., berjudul "Hubungan Kepribadian *Hardiness* dengan *Academic Burnout* pada Mahasiswa", hasil uji korelasi Spearman menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar -0,0718 dengan nilai signifikansi 0,000. Temuan tersebut mengindikasikan adanya hubungan negatif yang kuat dan sangat signifikan antara kepribadian *hardiness* dan *burnout* akademik pada mahasiswa Sarjana Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya Angkatan 2020 dan 2021.¹⁵

¹⁴Bellina Widya Budiarti, "Peran *Hardiness* Terhadap *Academic Burnout* pada Mahasiswa yang Menjalani Pembelajaran Online Di Kota Palembang," dalam *Skripsi Fakultas Kedokteran*, 2021, 69.

¹⁵Khumaira Binti Zahid, "Hubungan Antara Kepribadian *Hardiness* dengan Akademik *Burnout* pada Mahasiswa *Correlation Between Hardiness and Burnout among College Students*," dalam *Skripsi Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya*, 2022.

F. Keterbatasan Penelitian

Peneliti telah menyesuaikan dengan prosedur ilmiah penelitian dalam melakukan penelitian ini. Peneliti juga telah berupaya sebaik mungkin untuk mengumpulkan data penelitian yang relevan guna menjawab rumusan masalah yang ingin diselesaikan. Namun, peneliti juga menyadari bahwa dalam penelitian ini masih ada beberapa batasan. Beberapa kendala yang dihadapi dalam penelitian ini meliputi:

1. Penyebaran kuesioner pada penelitian ini dengan menggunakan cara baru yaitu dengan membagikan secara langsung pamflet berisi *barcode* untuk mengakses link kuesioner yang ada *google reader* lainnya. Namun karena cara ini tergolong jarang digunakan, ada beberapa responden yang kesulitan dan kebingungan untuk mengaksesnya.
2. Responden dalam penelitian ini masih tergolong sebagai skala kecil karena ketersediaan waktu dan juga tenaga yang terbatas sehingga peneliti tidak mengambil sampel dalam jumlah yang besar.
3. Dikarenakan prodi Psikologi Islam yang tadinya ada Banjarmasin berpindah ke kampus 2 yang ada di Banjarbaru dan juga jadwal kuliah yang tidak pasti menjadi kendala dalam pengambilan data, yang seharusnya selesai dalam waktu kurang dari satu minggu menjadi memakan waktu hampir dua minggu.