

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Gambaran Umum Penelitian**

##### **1. Profil Program Studi Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin**

Pada tanggal 12 Desember 2007, IAIN Antasari Banjarmasin menyelenggarakan seminar dengan tajuk “Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin IAIN Antasari Banjarmasin”. Acara ini terselenggara dalam rangka mendirikan dan meluncurkan Program Studi Psikologi Islam. Seminar tersebut mempunyai tujuan untuk dapat memperoleh informasi-informasi, mengumpulkan segala pendapat, pandangan dari orang penting dan masyarakat umum mengenai program studi Psikologi Islam, serta urgensi Fakultas Ushuluddin untuk membuka jurusan ini. Secara khusus, hasil dari seminar ini akan mengumpulkan informasi dan pendapat tentang program studi Psikologi Islam.

Orang-orang yang mengambil bagian dalam seminar yang berlangsung selama satu hari membahas apakah perlu untuk mendirikan jurusan ini atau tidak. Saran-saran berikut disampaikan pada seminar tersebut:

- a. Lulusan psikologi Islam sangat penting bagi masyarakat karena mereka dapat membantu individu mengatasi tantangan yang mereka hadapi.
- b. Peserta telah menyatakan persetujuan tegasnya untuk pembentukan Program Studi Psikologi Islam.

- c. Lakukan koreksi yang diperlukan dan selesaikan persyaratan sesegera mungkin.
- d. Perlu segera mengirimkan proposal untuk membuat program studi psikologi Islam.

Pada hari Selasa, 6 November di tahun 2007, Dekan yang berasal dari Fakultas Ushuluddin Humaniora mengeluarkan Surat Keputusan No.106/2007 tentang Tim Pendirian Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin IAIN Antasari, tim ini diketuai oleh Dr. H. Abdurrahman Jaferi, Wakil Ketua Umum Dra. Siti Faridah, M. Ag, dengan semua anggota tim bekerja sama untuk membuat proposal sementara itu. Usulan pendirian Program Studi Psikologi Islam, yang dilaksanakan pada hari selasa, 18 Maret di tahun 2008 dan secepatnya diajukan agar mendapatkan perizinan untuk pelaksanaannya.

Selain itu, Dirjen Pendidikan Islam telah memberikan restunya kepada Program Studi Psikologi Islam yang merupakan salah satu dari empat jurusan yang ditawarkan di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin. Keputusan Dirjen Pendidikan Islam Nomor: DJ. I/306/2008 tentang Pendirian Program Studi (S1) di Perguruan Tinggi Agama Islam (PTAI) tahun 2008, yang dikeluarkan pada tanggal 4 September 2008, ini menjadi dasar dibukanya program studi ini.

Satu-satunya Program Studi Psikologi di provinsi Kalimantan dapat ditemukan di Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, UIN Antasari Banjarmasin. Program ini dikenal sebagai Program Studi Psikologi Islam.

Jurusan ini, yang berusia sekitar sembilan tahun, telah melihat sejumlah peningkatan yang sangat menggembirakan dalam berbagai hal. Hal ini tidak dapat diwujudkan tanpa adanya bantuan dari semua pihak, termasuk bagian administrasi universitas, para pimpinan fakultas, bagian perangkat yang digunakan di jurusan, para dosen, para staf, mahasiswa-mahasiswi, dan pihak lain yang terlibat.<sup>1</sup>

Pada data rekapitulasi mahasiswa aktif tahun ajaran 2021/2022 mahasiswa UIN Antasari Banjarmasin, terdapat total 560 mahasiswa Prodi Psikologi UIN Antasari Banjarmasin, ada 124 mahasiswa dan 436 mahasiswi Prodi Psikologi UIN Antasari Banjarmasin. Pada rekapitulasi 2015/2016 terdapat total 26 mahasiswa aktif Prodi Psikologi UIN Antasari Banjarmasin. Pada rekapitulasi 2016/2017 terdapat total 52 mahasiswa aktif Prodi Psikologi UIN Antasari Banjarmasin. pada rekapitulasi 2017/2018 terdapat 70 mahasiswa aktif Prodi Psikologi UIN Antasari Banjarmasin. Pada rekapitulasi 2018/2019 terdapat 98 mahasiswa aktif Prodi Psikologi UIN Antasari Banjarmasin. Pada rekapitulasi 2019/2020 terdapat 129 mahasiswa aktif Prodi Psikologi UIN Antasari Banjarmasin. Pada rekapitulasi 2020/2021 terdapat 102 mahasiswa aktif Prodi Psikologi UIN Antasari Banjarmasin dan pada rekapitulasi 2021/2022 terdapat 83 mahasiswa aktif Prodi Psikologi UIN Antasari Banjarmasin.

---

<sup>1</sup>UIN Antasari Banjarmasin. "Sejarah Jurusan Psikologi Islam" pada web <https://pi.uin-antasari.ac.id/sejarah/>, diakses pada 21 September 2022.

## **2. Visi, Misi serta Tujuan Prodi Psikologi Islam**

### **a. Visi Prodi Psikologi Islam**

“Terwujudnya Program Studi yang Unggul dan Berakhlak dengan Mengintegrasikan Psikologi dan Keislaman pada Tahun 2034”

### **b. Misi Prodi Psikologi Islam**

Program Studi Psikologi Islam telah ditugaskan dengan tanggung jawab sebagai bagian dari keseluruhan proses pendirian Tridarma Pendidikan Tinggi, sebagai berikut:

- 1) Menyusun sistem untuk pendidikan dan pengajaran dalam psikologi Islam;
- 2) Menciptakan penelitian di bidang psikologi yang dipengaruhi Islam yang berkaitan dengan apa yang dibutuhkan masyarakat;
- 3) Mengikuti pelayanan kepada masyarakat dimana pun, dengan membina sebuah kerjasama dengan pihak manapun, dalam rangka untuk pemberdayaan masyarakat sesuai dengan kompetensi keilmuan psikologis berbasis Islam, yang melibatkan para pendidik, para peserta didik dan para alumni. Hal ini harus dilakukan sesuai dengan keahlian psikologis dan keilmuan berbasis Islam.

c. Tujuan Prodi Psikologi Islam

Program Studi Psikologi Islam memiliki tujuan yang dapat dilakukan untuk penyelenggaraan pendidikan tinggi berdasarkan visi dan misinya, tujuan tersebut ialah:

- 1) Menghasilkan para lulusan terbaik dan lulusan yang mampu memiliki pemahaman dan penguasaan dengan basis kesilaman;
- 2) Mengembangkan penelitian psikologi dengan landasan Islam yang aplikatif terhadap tuntutan yang akan dibutuhkan oleh masyarakat.
- 3) Melibatkan tenaga pendidik, mahasiswa, dan alumni dalam pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dan kerja sama dengan berbagai pihak dalam rangka pemberdayaan masyarakat sesuai keahlian bidang psikologi berbasis Islam.<sup>2</sup>

## B. Hasil Uji Instrumen

Untuk menguji validitas instrumen, peneliti membagikan instrumen penelitian berupa skala *academic resilience* dan skala *academic burnout* kepada 33 orang mahasiswa prodi Akidah dan Filsafat Islam (AFI) angkatan 2020 dan 2021 pada tanggal 12 September 2022. Skala *academic resilience* peneliti memodifikasi skala *The Academic Resilience Scale-30* (ARC-30) oleh Cassidy dan sudah di terjemah ke bahasa Indonesia oleh Kumalasari

---

<sup>2</sup>UIN Antasari Banjarmasin. "Sejarah Jurusan Psikologi Islam" pada web <https://pi.uin-antasari.ac.id/sejarah/>, diakses pada 21 September 2022.

*et.al.* dan skala *academic burnout* adalah modifikasi dari skala *Maslach Burnout Inventory – Student Survey* (MBI – SS) dari Schaufeli dan Salanova yang mana telah digunakan oleh Isma Dayanti pada penelitian skripsi yang berjudul “Pengaruh *Hardiness*, Dukungan Sosial dan Faktor Demografi terhadap *Academic Burnout* pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran UIN Syarif Hidayatullah Jakarta”.

Sebelum melakukan uji coba, peneliti telah melakukan *professional judgment* skala *academic resilience* dan skala *academic burnout* kepada ibu Kinanti Dartanyan, M. Psi., Psikolog dan ibu Nor Fatma., M.Si. Adapun alasan dalam pemilihan sample ini adalah karena mahasiswa prodi Akidah dan Filsafat Islam (AFI) mempunyai karakteristik yang hampir sama dengan mahasiswa Prodi Psikologi Islam yang menjadi sampel asli penelitian ini.

### 1. Uji Validitas

Uji validitas adalah sebuah alat ukur yang dapat menunjukkan jumlah validitas suatu instrumen penelitian. Alat ukur yang pada akhirnya akan digunakan dalam proses pengumpulan data biasanya adalah instrumen yang dianggap valid. Instrumen-instrumen ini telah diuji validitasnya.<sup>3</sup> Adapun rumus *correlation product moment*, yaitu:

$$r_{xy} = \frac{N \sum xy - \sum x \cdot \sum y}{[(N \sum x^2 - (\sum x)^2)][N \sum y^2 - (\sum y)^2]}$$

---

<sup>3</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, Cetakan ke 25 (Alfabeta, 2017), 91.

Keterangan:

$r_{xy}$  : *Product moment correlation* (koefisien korelasi *product moment*)

N : *Number of subjects* (jumlah dari subjek)

X : *Number of item scores* (jumlah dari skor aitem)

Y : *Total score count* (jumlah dari skor total).<sup>4</sup>

a. *Skala Academic Resilience*

Berdasarkan teori *academic resilience* yang telah dijelaskan di bab II disebutkan ada 3 dimensi skala *academic resilience* yang selanjutnya dijadikan aitem-aitem pada penelitian ini. Setelah melakukan uji coba pada 18 aitem, tidak ada aitem yang dinyatakan gugur dalam penelitian. 18 aitem dinyatakan valid pada skala *academic resilience*. Berikut ini tabel *blue print* skala *academic resilience* setelah dilakukan *try out* pada tabel 4.1.

---

<sup>4</sup>Ivan Fanani Qomusuddin, *Statistik Pendidikan*, Cetakan Pertama (Yogyakarta: Deepublish, 2019), 41.

TABEL 4.1 BLUE PRINT SKALA *ACADEMIC RESILIENCE* YANG TELAH VALID

No	Dimensi	Indikator	Item				Total
			F		UF		
			V	TV	V	TV	
1.	Ketekunan	Tidak mudah menyerah dan tidak mudah fokus pada tujuan	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8	-	-	-	8
2.	Merefleksi kan dan Beradaptasi dalam Mencari Bantuan	Menyadari ketika mengalami kesulitan dan mencari bantuan serta solusi	9, 10, 11, 12, 13, 14, 15	-	-	-	7
3.	Serta Pengaruh Negatif dan Respon Emosional	Mengontrol emosi dan optimis	16, 17, 18	-	-	-	3
<b>Total</b>			<b>18</b>				<b>18</b>

Keterangan: \*Item yang gugur

**F** : Favorable

**V** : Valid

**UF** : Unfavorable

**TV** : Tidak Valid

Dari tabel 4.1 menunjukkan tidak ada aitem yang tidak valid dan gugur dengan menggunakan signifikansi 1%. Pada penelitian ini terdapat 18 aitem yang valid yang akan digunakan untuk penelitian dengan 18 aitem favorable.

b. Skala *Academic Burnout*

Berdasarkan teori *academic burnout* yang telah dijelaskan di bab II, disebutkan ada 3 dimensi skala *academic burnout* yang selanjutnya dijadikan aitem-aitem pada penelitian ini. Setelah melakukan uji coba pada 15 aitem, tidak ada aitem yang dinyatakan gugur dalam penelitian. 15 aitem dinyatakan valid pada skala *academic burnout*. Berikut tabel *blue print* skala *academic resilience* setelah dilakukan *try out* pada tabel 4.2.

TABEL 4.2 BLUE PRINT SKALA *ACADEMIC BURNOUT* YANG TELAH VALID

No	Dimensi	Indikator	Item				Total
			F		UF		
			V	TV	V	TV	
1.	<i>Exhaustion</i>	Merasa lelah dengan studi	1, 2, 3	-	-	-	3
		Merasa tertekan dengan studi	4	-	-	-	1
		Merasa jenuh dengan studi	5	-	-	-	1
2.	<i>Cynicism</i>	Merasa tidak tertarik kepada studi	6, 7	-	-	-	2
		Merasa sinis kepada studi	8	-	-	-	1
		Merasa ragu kepada studi	9	-	-	-	1
3.	<i>Inefficacy</i>	Merasa tidak mampu terhadap kemampuan yang ada pada dirinya	10, 11, 12	-	-	-	3
		Merasa tidak mempelajari hal yang menarik ketika belajar di dalam studi	13	-	-	-	1
		Merasa tidak memiliki kontribusi kepada studi	14	-	-	-	1

	Merasa tidak terangsang ketika mencapai tujuan studi	15	-	-	-	1
<b>Total</b>		<b>15</b>				<b>15</b>

Keterangan: \*Item yang gugur

**F** : Favorable

**V** : Valid

**UF** : Unfavorable

**TV** : Tidak Valid

Tabel 4.2 menunjukkan tidak ada aitem yang tidak valid dan gugur dengan menggunakan signifikansi 1%. Pada penelitian ini terdapat 15 aitem yang valid yang akan digunakan untuk penelitian dengan 15 aitem favorable.

## 2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas adalah Pengukuran yang telah lulus pada uji reliabilitas dapat diandalkan sebagai instrumen pengumpulan data penelitian. Menentukan dependabilitas (hal yang dapat dipertanggung jawabkan) item soal yang telah lulus uji validitas.<sup>5</sup> Reliabilitas yang bagus adalah mendekati angka 1 (satu), dan ketika mendekati angka 0 (nol), maka reliabilitasnya akan dinyatakan rendah, dan apabila skor yang didapatkan adalah 0,7, nilai 0,7 sudah termasuk kedalam nilai yang memuaskan.<sup>6</sup> Rumus yang akan peneliti gunakan dalam perhitungan uji reliabilitas adalah *Alpha Cronbach*, yaitu:

<sup>5</sup>Ivan Fanani Qomusuddin, *Statistik Pendidikan*, Cetakan Pertama (Yogyakarta: Deepublish, 2019), 42.

<sup>6</sup>Jelpa Periantalo, *Penelitian Kuantitatif Untuk Psikologi*, (Yogyakarta: Penerbit Pustaka Pelajar, 2019, 128.

$$\alpha = \left( \frac{k}{k-1} \right) \left( 1 - \frac{\sum S_j^2}{S_x^2} \right)$$

Keterangan:

$\alpha$  : *Alpha reliability coefficient* (koefisien reliabilitas alpha)

$k$  : *Number of aitem* (jumlah aitem)

$S_j$  : *Respondent variants for items* (varian responden untuk item)

$S_x$  : *Total score variant count* (jumlah varian skor total).<sup>7</sup>

Uji ini dibantu oleh program komputer *IBM SPSS Statistics 25.0* dan didapatkan hasil *Cronbach Alpha* untuk skala *academic resilience* sebesar 0,901 dan skala *academic burnout* sebesar 0,881. Berikut rincian hasilnya.

TABEL 4.3 RELIABILITAS SKALA *ACADEMIC RESILIENCE* DAN *ACADEMIC BURNOUT*

Skala	Jumlah Aitem	Jumlah Responden	<i>Cronbach Alpha</i>
<i>Academic Resilience</i>	18	33	0,901
<i>Academic Burnout</i>	15	33	0,881

Mengacu kepada penjelasan mengenai uji reliabilitas pada tabel yang ada di atas, yang disebutkan bahwa skor reliabilitas sebesar 0,7 sudah dapat dikatakan memuaskan, maka berdasarkan kriteria tersebut skala *academic resilience* dan skala *academic burnout* telah dapat dikatakan reliabel sebagai alat pengumpulan data, karena melebihi dari skor 0,7.

<sup>7</sup>Ivan Fanani Qomusuddin, *Statistik Pendidikan*, Cetakan Pertama (Yogyakarta: Deepublish, 2019), 42.

### C. Hasil Analisis dan Interpretasi

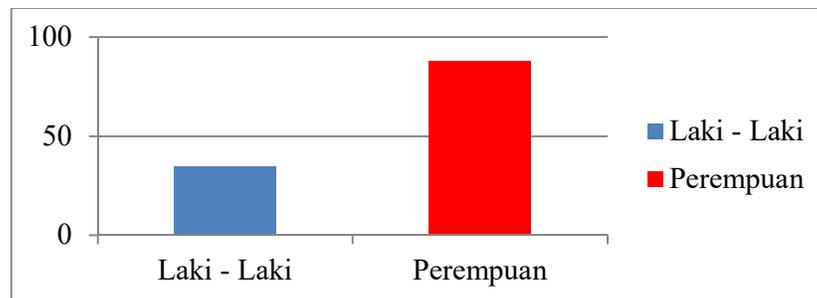
#### 1. Gambaran Responden pada Penelitian

Pada penelitian ini didapatkan 123 orang responden dari mahasiswa/I Prodi Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin dengan deskripsi umum berdasarkan jenis kelamin, usia serta angkatan. Berikut deskripsi umum berdasarkan jenis kelamin.

TABEL 4.4 GAMBARAN RESPONDEN BERDASARKAN JENIS KELAMIN

Jenis Kelamin	<i>Frekuensi</i>	<i>Pesentase (%)</i>
Laki-Laki	35	28%
Perempuan	88	72%
<b>Total</b>	123	100%

Di dalam Tabel 4.4 terdapat jumlah responden laki-laki terbukti sebanyak 35 orang (28%), sedangkan jumlah responden perempuan terbukti sebanyak 88 orang (72%). Berikut adalah diagram yang menggambarkan rincian jenis kelamin responden.



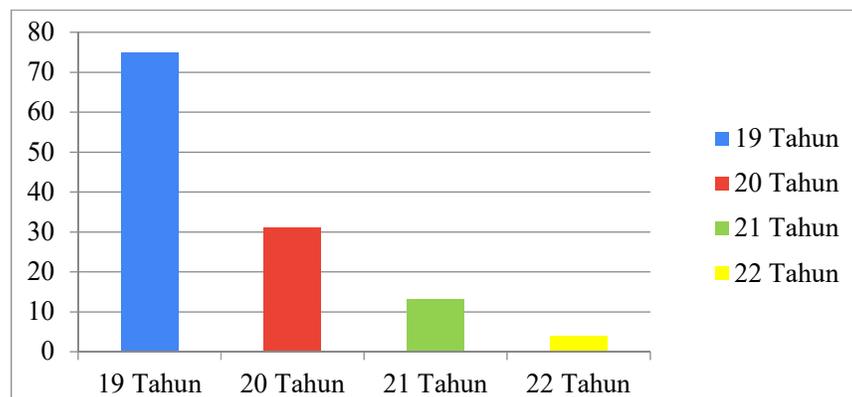
Gambar 4.1 Diagram responden berdasarkan jenis kelamin

Selanjutnya peneliti menyajikan deskripsi umum mengenai responden penelitian berdasarkan usia.

TABEL 4.5 GAMBARAN RESPONDEN BERDASARKAN USIA

<b>Usia</b>	<b><i>Frekuensi</i></b>	<b><i>Pesentase (%)</i></b>
19 Tahun	75	61%
20 Tahun	31	25%
21 Tahun	13	11%
22 Tahun	4	3%
<b>Total</b>	123	100%

Berdasarkan tabel 4.5 diketahui terdapat 75 orang (61%) responden usia 19 tahun, 31 orang (25%) usia 20 tahun, 13 orang (11%) usia 21 tahun dan 4 orang (3%) usia 22 tahun. Berikut diagram berdasarkan usia.



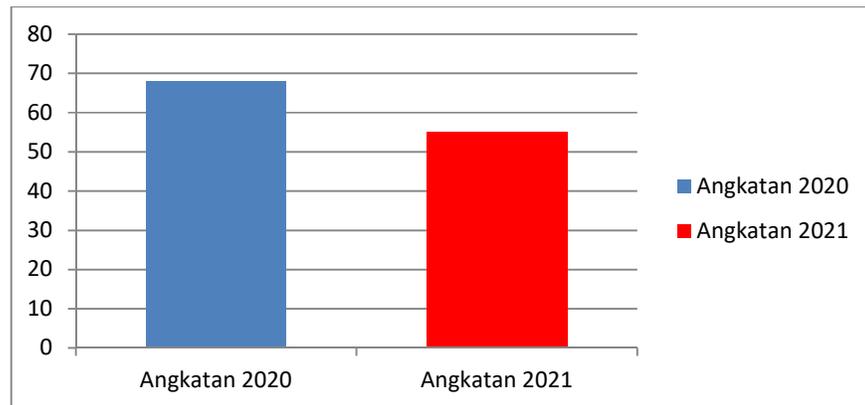
Gambar 4.2 Diagram responden berdasarkan usia

Selanjutnya peneliti menyajikan deskripsi umum mengenai responden berdasarkan angkatan.

TABEL 4.6 GAMBARAN RESPONDEN BERDASARKAN ANGKATAN

<b>Angkatan</b>	<b><i>Frekuensi</i></b>	<b><i>Pesentase (%)</i></b>
Angkatan 2020	68	55%
Angkatan 2021	55	45%
<b>Total</b>	123	100%

Berdasarkan tabel 4.6 terdapat 2 angkatan Prodi Psikologi Islam yang diambil dalam penelitian yang dilakukan peneliti ini. Responden dari angkatan 2020 sebanyak 68 orang (55%) dan responden dari angkatan 2021 sebanyak 55 orang (45%). Berikut diagram sebaran responden berdasarkan angkatan.



Gambar 4.3 Diagram responden berdasarkan Angkatan

## 2. Uji Asumsi

### a. Uji Normalitas

Uji normalitas berfungsi sebagai sebuah cara untuk dapat menilai sebuah data tersebut terdistribusi secara normal atau tidak normal. Data yang diuji untuk normalitas adalah jumlah nilai dari variabel *academic*

*resilience* dan jumlah nilai dari variabel *academic burnout*. Metode yang digunakan adalah *One-Sample Kolmogorov-Smirnov*. Jika nilai signifikansi lebih dari 0,05 ( $> 0,05$ ), maka dapat dinyatakan bahwa data mengikuti distribusi normal. Di sisi lain, jika nilai signifikansi kurang dari 0,05 ( $< 0,05$ ), ini menunjukkan bahwa data tidak mengikuti distribusi normal.<sup>8</sup> Adapun hasil yang didapatkan peneliti dalam penelitian ini adalah, sebagai berikut.

TABEL 4.7 HASIL UJI NORMALITAS

*One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test*

		Unstandardized Residual
N		123
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	,0000000
	Std. Deviation	6,51015001
Most Extreme Differences	Absolute	,053
	Positive	,053
	Negative	-,029
Test Statistic		,053
Asymp. Sig. (2-tailed)		<b>,200<sup>c,d</sup></b>

Berdasarkan tabel 4.7 di atas, hasil yang didapatkan adalah nilai signifikansi (2-tailed) dalam uji normalitas didapatkan hasil sebanyak  $0,200 > (p > 0,05)$ . Sehingga, kesimpulannya adalah nilai sebaran data dalam penelitian yang peneliti lakukan adalah berdistribusi normal.

## b. Uji Linearitas

Fungsi uji linearitas adalah untuk dapat mencari tahu sebuah hubungan linear antar dua variabel, pada penelitian ini akan diujikan

<sup>8</sup>V. Wiratna Sujarweni, *SPSS Untuk Penelitian* (Yogyakarta: Pustaka Baru Press, 2015), 55.

melalui variabel *academic resilience* dan *academic burnout*. Adapaun, interpretasi dalam uji linearitas yaitu jika nilai signifikansi lebih dari ( $> 0,05$ ), maka bisa disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linear antar dua variabel. Akan tetapi, jika nilai signifikansi kurang dari ( $< 0,05$ ), maka tidak terdapat hubungan yang linear antar dua variabel.<sup>9</sup> Berikut adalah hasil yang diperoleh.

TABEL 4.8 HASIL UJI LINEARLITAS

ANOVA Table

			Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Burnout * Resilensi	Between Groups	(Combined)	2707,185	29	93,351	3,556	0,000
		Linearity	1738,994	1	1738,994	66,242	0,000
		Deviation from Linearity	968,190	28	34,578	1,317	<b>0,165</b>
	Within Groups		2441,450	93	26,252		
	Total		5148,634	122			

Berdasarkan tabel 4.8 di atas, dapat diketahui bahwa nilai signifikansi (*deviation from linearity*) adalah 0,165 ( $p > 0,05$ ). Yang mana ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara dua variabel. Sehingga, kesimpulannya adalah terdapat hubungan yang linear antara variabel *academic resilience* dengan *academic burnout*.

<sup>9</sup>V. Wiratna Sujarweni, *SPSS Untuk Penelitian*, (Yogyakarta: Pustaka Baru Press, 2015), 56.

### 3. Analisis Data Deskriptif Hasil Penelitian

Pada penelitian data deskriptif hasil penelitian, peneliti menggunakan analisis data statistika deskriptif yang mana ini akan berfungsi sebagai penjelasan mengenai tentang korelasi, perbedaan serta pengaruh dalam sebuah variabel. Adapun data statistika deskriptif ini akan berfungsi dengan menjelaskan data apa adanya, karena data-data tersebut, adalah data yang belum diolah.<sup>10</sup> Oleh karena itu, untuk dapat mengetahui sebuah intensitas atau tingkatan dari dua variabel, maka akan terlebih dahulu harus mengetahui sebuah *mean* dan standar deviasinya dengan menggunakan *IBM SPSS Statistics 25*, setelah itu menggunakan rumus berikut untuk mengetahui intensitasnya.

$$\text{Sangat rendah} = X \leq M - 1\text{Std. D}$$

$$\text{Rendah} = M - 1\text{Std. D} < X \leq M$$

$$\text{Tinggi} = M < X \leq M + 1\text{Std. D}$$

$$\text{Sangat Tinggi} = X > M + 1\text{Std. D}$$

Keterangan:

$X$  : Skor subjek

$M$  : Mean

Std.D : Standar Deviasi

---

<sup>10</sup>Jelpa Periantalo, *Penelitian Kuantitatif Untuk Psikologi*, (Yogyakarta: Penerbit Pustaka Pelajar, 2019, 251.

Adapun rumus mean dan standar deviasi sebagai berikut:

$$Mean = \frac{X/Y_{min} + X/Y_{max}}{2} \quad Std.D = \frac{X/Y_{max}}{6}$$

Keterangan:

$X/Y_{min}$  : Skor minimal variable X/Y

$X/Y_{max}$  : Skor maximal variable X/Y

TABEL 4.9 HASIL UJI DESKRIPTIF

	N	Min.	Max.	Mean		Std. Deviation
	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Std. Error	Statistic
Resiliensi	123	39	72	57,68	,586	6,496
Burnout	123	18	55	32,67	,636	7,053
Valid N (listwise)	123					

Tabel 4.9 di atas terdiri dari 123 orang mahasiswa, memperoleh skor nilai minimum dari variabel *academic resilience* sebesar 39 dan skor nilai maksimal sebesar 72 dengan mean sebesar 57,68 dan standar deviasi sebesar 6,496. Sedangkan, skor nilai minimum dari variabel *academic burnout* sebesar 18 dan skor nilai maksimal sebesar 55 dengan mean sebesar 32,67 dan standar deviasi sebesar 7,053.

a. Analisis Data *Academic Resilience*

Pada skala *academic resilience*, peneliti menggunakan skor dari angka 1, 2, 3 dan 4. Skala ini mempunyai 18 item pernyataan, dan skor maksimal yang digunakan adalah 72 (4x18), dan skor minimal yang

digunakan adalah 18 ( $1 \times 18$ ). Mean yang digunakan adalah sebesar 45 ( $(X_{\min} + X_{\max})/2$ ), dengan standar deviasi yang digunakan adalah sebesar 15 ( $X_{\max}/6$ ), dan range yang digunakan adalah sebesar 54 ( $X_{\max} - X_{\min}$ ). Fungsi dari mean, standar deviasi dan range ini adalah untuk membantu menentukan tiap intensitas pada variable *academic resilience* yang dibantu melalui aplikasi komputer *IBM SPSS Statistics 25*. Adapun hasil outputnya sebagai berikut.

TABEL 4.10 KATEGORIASASI *ACADEMIC RESILIENCE* PADA MAHASISWA

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	23	18,7	18,7	18,7
	Sedang	80	65,0	65,0	83,7
	Tinggi	20	16,3	16,3	100,0
	Total	123	100,0	100,0	

Tabel 4.10 menunjukkan kategorisasi intensitas *academic resilience* mahasiswa terbagi dalam 3 katagori, yaitu pada tingkat rendah terdapat 23 orang dengan persentase 18,7%, terdapat 80 orang mahasiswa yang berada pada tingkat sedang dengan persentase 65,0% dan pada tingkat tinggi terdapat 20 orang mahasiswa dengan persentase 16,3%.

b. Analisis Data *Academic Burnout*

Skala *academic burnout* menggunakan skor dari angka 1, 2, 3 dan 4. Skala ini memiliki 15 aitem pernyataan, sehingga skor maksimalnya adalah 60 ( $4 \times 15$ ) dan skor minimal sebesar 15 ( $1 \times 15$ ). Mean sebesar 37,5 ( $(X_{\min} + X_{\max})/2$ ) dengan standar deviasi sebesar 10 ( $X_{\max}/6$ ) dan range

sebesar 45 ( $X_{\max}-X_{\min}$ ). Mean, standar deviasi dan range ini berfungsi untuk membantu menentukan intensitas pada variable *academic burnout* yang dibantu melalui aplikasi komputer *IBM SPSS Statistics 25*. Adapun hasil outputnya sebagai berikut.

TABEL 4.11 KATEGORIASASI *ACADEMIC BURNOUT* PADA MAHASISWA

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	92	74,8	74,8	74,8
	Sedang	9	7,3	7,3	82,1
	Tinggi	22	17,9	17,9	100,0
	Total	123	100,0	100,0	

Tabel 4.11 menunjukkan kategorisasi intensitas *academic burnout* mahasiswa terbagi dalam 3 katagori, yaitu terdapat 92 orang mahasiswa yang berada pada tingkat rendah dengan persentase 74,8%, terdapat 9 orang mahasiswa yang berada pada tingkat sedang dengan persentase 7,3% dan pada tingkat tinggi terdapat 22 orang mahasiswa dengan persentase 17,9%.

#### 4. Uji Hipotesis

Untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini, peneliti menemukan kesimpulan menerima atau menolak hipotesis tersebut merupakan tujuan dari uji hipotesis. Hipotesis dalam uji hipotesis ini, adalah:

Ha: Terdapat pengaruh *academic resilience* terhadap *academic burnout* pada mahasiswa Prodi Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin pada pascapandemi.

Ho: Tidak terdapat pengaruh *academic resilience* terhadap *academic burnout* pada mahasiswa Prodi Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin pada pascapandemi.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan uji korelasi dan uji regresi linear sederhana untuk menguji hipotesis. Uji korelasi dipakai untuk menemukan keterkaitan antara kedua variable yaitu variable *academic resilience* (X) dan *academic burnout* (Y). Uji Regresi linear sederhana dipakai untuk memeriksa hubungan linier yang ada antara dua variabel, salah satunya disebut sebagai variabel independen, dan yang lainnya disebut sebagai variabel dependen. Dalam hal ini, linearitas berarti bahwa diasumsikan sebagai nilai variabel independen berpengaruh pada nilai variabel dependen.<sup>11</sup>

---

<sup>11</sup>Sarwono & Hendra Nur Salim, *Prosedur-Prosedur Populer Statistik untuk Analisis Data Riset Skripsi* (Yogyakarta: Gava Media, 2017), 20.

## a. Uji Korelasi

TABEL 4.12 HASIL UJI KORELASI

		Resiliensi	Burnout
<i>Resilience</i>	Pearson Correlation	1	,581**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	123	123
<i>Burnout</i>	Pearson Correlation	,581**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	123	123

Tabel 4.12 di atas menunjukkan nilai *pearson correlation* antara *academic resilience* dan *academic burnout* sebesar 0,581 dengan nilai *sig (2-tailed)* 0,000 < 0,05. Hal ini berarti hipotesis didapat dengan kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang positif dari kedua variabel yaitu *academic resilience* dan *academic burnout* pada mahasiswa Prodi Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin. Untuk mengetahui tingkat hubungan tersebut, digunakan tabel klasifikasi kekuatan korelasi, yaitu:<sup>12</sup>

TABEL 4.13 KLASIFIKASI UNTUK MEMBERIKAN INTERPRETASI KOEFISIEN KORELASI

Koefisien	Kekuatan Hubungan
> 0,90	Mendekati sempurna
0,70 – 0,89	Sangat kuat
0,50 – 0,69	Kuat
0,30 – 0,49	Moderat (sedang)
0,10 – 0,29	Lemah
0,01 – 0,09	Kurang berarti
0,00	Tidak ada hubungan

<sup>12</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2015), 180.

Berdasarkan informasi yang disajikan dalam tabel 4.13, jelas bahwa nilai koefisien korelasi, yaitu 0,581, menunjukkan hubungan yang kuat dengan nilai koefisien yang didapatkan pada tingkat 0,50-0,69. Disini dapat diartikan bahwa, terdapat sebuah keterkaitan positif dan kuat diantara *academic resilience* dan *academic burnout* pada mahasiswa Prodi Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin.

#### b. Uji Regresi Sederhana

Uji regresi sederhana akan digunakan sebagai alat untuk mengukur besarnya pengaruh *academic resilience* terhadap *academic burnout* pada Mahasiswa Prodi Psikologi UIN Antasari Banjarmasin pada pascapandemi. Pada penelitian ini, peneliti menemukan hasilnya sebagai berikut.

TABEL 4.14 HASIL UJI REGRESI SEDERHANA

Model	R	R Square	F	Sig.
1. <i>Academic resilience</i> (X)	,581 <sup>a</sup>	,338	21,023	,000 <sup>b</sup>
2. <i>Academic burnout</i> (Y)				

Menurut tabel 4.14, didapatkan hasil hitungan F dengan angka 21,023 dan signifikansi 0,000, di mana  $0,000 < 0,05$  dimaksudkan adalah model regresi yang dapat dipakai untuk memprediksikan variable antara variabel *academic resilience* terhadap variable *academic burnout*. Pada nilai korelasi R dan R Square adalah sebesar 0,581 dan 0,338, dimaksudkan adalah pengaruh dari *academic resilience* terhadap

*academic burnout* adalah sebanyak 33,8%. Dengan hal demikian, pengambilan keputusan untuk uji regresi sederhana berdasarkan nilai signifikansi adalah  $H_a$  diterima, yaitu terdapat hubungan yang positif serta pengaruh yang signifikan antara *academic resilience* terhadap *academic burnout* Mahasiswa Prodi Psikologi UIN Antasari, dengan tingkat kekuatan hubungan masuk dalam kategori kuat.

Dengan kata lain, model regresi dapat digunakan untuk memprediksi variabel, dan variabel kelelahan akademik dan ketahanan memiliki dampak satu sama lain. Koefisien korelasi untuk  $R$  dan  $R$  Square masing-masing adalah 0,581 dan 0,338, menunjukkan penurunan 33,8% dalam kelelahan akademik sebagai hasil dari ketahanan di kelas. Mengingat fakta bahwa proses pengambilan keputusan tes regresi sederhana didasarkan pada nilai signifikansi, dapat dikatakan bahwa  $H_a$  diterima, yaitu ada hubungan positif dan pengaruh signifikan antara ketahanan akademik dan kelelahan akademik di antara Anta sari mahasiswa UIN mendaftar di program studi psikologi, dengan kekuatan hubungan sedang hingga kuat.

## 5. Sumbangan Efektif

Untuk dapat mencari sumbangan efektif dari aspek-aspek yang telah dipaparkan peneliti, maka peeneliti menggunakan cara skor total tiap aspek dibagi skor total tiap variable.<sup>13</sup> Adapun, sumbangan efektif dari dua variable adalah sebagai berikut.

### a. Sumbangan Efektif Aspek *Academic Resilience*

Terdapat tiga dimensi dalam *academic resilience* adapun sumbangan efektifnya sebagai berikut

$$1) \text{ Ketekunan} = \frac{3166}{7095} = 0,439 \times 33,8\% = 15\%$$

$$2) \text{ Mencari Bantuan} = \frac{2862}{7095} = 0,403 \times 33,8\% = 14\%$$

Adaptif

$$3) \text{ Pengaruh Negatif} = \frac{1117}{7095} = 0,157 \times 33,8\% = 5\%$$

dan Respon Emosional

### b. Sumbangan Efektif Aspek *Academic Burnout*

Terdapat tiga dimensi dalam *academic burnout*, adapun sumbangan efektifnya sebagai berikut:

$$1) \text{ Exhaustion} = \frac{1466}{4019} = 0,354 \times 100\% = 36\%$$

$$2) \text{ Cynicism} = \frac{956}{4019} = 0,236 \times 100\% = 24\%$$

$$3) \text{ Inefficacy} = \frac{1601}{4019} = 0,398 \times 100\% = 40\%$$

Berdasarkan perhitungan sumbangan efektif di atas, diketahui bahwa sumbangan efektif *academic resilience* pada indikator ketekunan

---

<sup>13</sup>Kurniani Nuzuliya, "Pengaruh Optimisme terhadap Resiliensi Akademik Siswa Selama Masa Pandemi Covid-19 di SMAN 1 Trenggalek," 2021, 51.

sebesar 15%, indikator mencari bantuan adaptif sebesar 14% dan indikator pengaruh negatif dan respon emosional sebesar 5%. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa indikator dari *academic resilience* yang paling mempengaruhi tingkat *academic burnout* pada mahasiswa Prodi Psikologi Islam UIN Antasari terdapat pada indikator ketekunan yang ditandai dengan kontribusi paling banyak sebesar 15%.

Berdasarkan perhitungan sumbangan efektif di atas, diketahui bahwa sumbangan efektif *academic burnout* pada indikator *exhaustion* sebesar 36%, indikator *cynicism* sebesar 24% dan indikator *inefficacy* sebesar 40%. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa indikator dari *academic burnout* yang paling mempengaruhi tingkat *academic resilience* pada mahasiswa Prodi Psikologi Islam UIN Antasari terdapat pada indikator *inefficay* yang ditandai dengan kontribusi paling banyak sebesar 40%.

#### **D. Pembahasan**

Pada awal Maret 2020 masyarakat Indonesia dibuat risau oleh sebuah wabah *Corona Virus Disease* (Covid-19). Setelah terjadinya pandemi *Corona Virus Disease* (Covid-19) di Indonesia tentunya banyak dampak yang ditimbulkan. Dampak ini secara langsung berdampak kepada seluruh masyarakat Indonesia mulai dari pekerja, pegawai, pegawai negeri sipil, siswa dan mahasiswa, dan lain-lain. Selain itu dalam kehidupan sehari-hari pun banyak perubahan yang terjadi di masyarakat di Indonesia. Mulai dari

wajibnya memakai masker apabila keluar rumah dan wajibnya vaksin dosis 1 dan dosis 2 serta *booster* bagi seluruh rakyat Indonesia.

Kasus Covid-19 di Indonesia sudah mulai stabil usai meningkatnya jumlah vaksin di masyarakat.<sup>14</sup> Hal ini mengakibatkan Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Kemendikbudristek) mengeluarkan Surat Edaran (SE) Mendikbudristek baru tentang bahwa satuan pendidikan di wilayah PPKM (Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat) level 1 dan 2 bisa melaksanakan PTM dengan jumlah peserta didik 100 persen jika capaian vaksinasi dosis 2 pendidik dan tenaga kependidikan paling sedikit 80 persen. Dengan begitu, sekolah dan kampus juga bisa menyelenggarakan PTM setiap hari dengan lama belajar paling banyak enam jam pelajaran per hari.

Sejumlah lembaga di Indonesia mulai menerapkan pembelajaran tatap muka (PTM) diberbagai sekolah dan kampus. Hal ini juga dilakukan oleh UIN Antasari Banjarmasin. Merujuk pada SK UIN Antasari No.110/Un.14/PP.00.9/01/2022, pelaksanaan pembelajaran tatap muka (PTM) di UIN Antasari dilakukan dengan 50%. Pemberlakuan PTM 100% diberlakukan untuk mahasiswa semester II dan semester IV. Pelaksanaan perkuliahan tatap muka dapat juga dilaksanakan untuk berbagai mata kuliah yang memang memerlukan tatap muka.<sup>15</sup>

---

<sup>14</sup>Satuan Tugas Penanganan Covid-19, "Data Vaksin Covid-19 di Indonesia pada 16-Juni-2022", <https://covid19.go.id/artikel/2022/01/24/data-vaksinasi-covid-19>, diakses pada 16-Juni-2022.

<sup>15</sup>UIN Antasari Banjarmasin, "Pemberitahuan Pembelajaran Tatap Muka (PTM) Semester Genap 2021/2022", <https://pasca.uin-antasari.ac.id/2022/01/pemberitahuan-pembelajaran-tatap-muka-ptm-semester-genap-2021-2022/>, diakses pada 11-Mei-2022.

Menurut Jafari dan Khazaei menyatakan *academic burnout syndrome* adalah sebuah kelelahan serius yang dialami siswa karena mereka bekerja lebih keras untuk menyelesaikan pekerjaan rumah dan menjadi pesimis, ketidakpedulian terhadap tugas di sekolah, merasa tidak mampu dan kehilangan keberhasilan akademis.<sup>16</sup>

Hasil penelitian sebelumnya terkait pascapandemi pernah dilakukan oleh Siti Wardah, Ahmad Syarifuddin, Amir Hamzah, Tutut Handayani dan Ines Tasya Jaddidah, pada penelitian ini mengungkapkan bahwa kesulitan siswa saat pembelajaran tatap muka (PTM) adalah siswa kesulitan untuk memahami sebuah konsep, kesulitan untuk menghitung, kesulitan dalam memecahkan sebuah masalah, sering didapat kesalahan ketika siswa sedang mengerjakan tugas-tugas karena kurangnya pemahaman siswa dalam pembelajaran.<sup>17</sup>

Sebuah studi yang menilai dampak psikologis dari pascapandemi Covid-19 telah dilakukan petugas kesehatan dari 22 rumah sakit di Beijing, hasil menunjukkan dokter medis berusia 30 hingga 50 tahun dan mereka yang bekerja di baris kedua selama pandemi melaporkan skor gejala psikologis dan kelelahan yang lebih tinggi pada periode pencegahan dan pengendalian epidemi secara teratur, stresor pekerjaan terkait epidemi secara positif memprediksi kelelahan, kecemasan, dan depresi di antara petugas kesehatan.

---

<sup>16</sup>Ni Luh Putu Thrisna Dewi dan Ni Made Nopita Wati, *Penerapan Metode Gayatri Mantra dan Emotional Freedom Technique (GEFT) pada Aspek Psikologis*, (Pasuruan: Penerbit Qiara Media, 2021), 30.

<sup>17</sup>Siti Wardah *et al.*, "Analisis Kesulitan Belajar pada Mata Pelajaran Matematika selama Pembelajaran Tatap Muka (PTM)", *Jurnal IBTIDA*, Vol. 03, No. 01 (2022), 7-16.

Diketahui 17,5% mengalami kecemasan, 19,3% mengalami depresi, 51,4% mengalami *burnout*.<sup>18</sup>

Berdasarkan penelitian terdahulu berkaitan dengan *academic burnout* yang dilakukan pada petugas kesehatan dari 22 rumah sakit di Beijing menunjukkan tingkat *burnout* yang tinggi dengan berbagai masalah yang terjadi pada petugas medis. Beranjak dari permasalahan tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti tentang *academic burnout* di dalam lingkup universitas. Yang mana hal ini akhirnya menyebabkan peneliti tentang *academic burnout* pada mahasiswa Prodi Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin pada angkatan 2020 dan 2021. Alasan diambilnya mahasiswa angkatan 2020 dan angkatan 2021 adalah dikarenakan mahasiswa angkatan 2020 dan angkatan 2021 untuk pertama kali melakukan pembelajaran tatap muka (PTM) setelah terjadinya masa pandemi di Indonesia. Hal ini mengakibatkan peneliti semakin tertarik untuk mengetahui meneliti *academic burnout* pada mahasiswa Prodi Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin di masa pascapandemi

Peneliti melakukan penelitian terhadap 123 mahasiswa Prodi Psikologi Islam di UIN Antasari Banjarmasin yang bertujuan untuk mengetahui tingkat tingkat *academic burnout* pada mahasiswa Prodi Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin dengan menggunakan alat ukur berupa skala *academic burnout* yang di modifikasi dari Isma Damayanti dan diperoleh hasil yaitu, terdapat 92 orang mahasiswa yang berada pada tingkat

---

<sup>18</sup>Ting Zhou *et al*, "Burnout and well-being of healthcare workers in the post-pandemic period of COVID-19: a perspective from the job demands-resources model", *BMC Health Serv*, 2022.

rendah dengan persentase 74,8%, terdapat 9 orang mahasiswa yang berada pada tingkat sedang dengan persentase 7,3% dan pada tingkat tinggi terdapat 22 orang mahasiswa dengan persentase 17,9%.

Dari hasil tersebut, dapat dilihat bahwa tingkat *academic burnout* yang paling mendominasi adalah terdapat pada kategori tingkat rendah pada persentase 74,8%. Hal ini membuktikan bahwasanya pada masa pascapandemi mahasiswa Prodi Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin memiliki *academic burnout* yang rendah. Hal ini dimungkinkan karena fakta bahwa mahasiswa di Program Studi Psikologi Islam memiliki kecenderungan untuk secara aktif membenamkan diri dalam setiap tuntutan akademik yang sekarang tersedia dan memiliki kecenderungan untuk tidak menyerah pada tugas bahkan ketika mereka berada di bawah tekanan. Temuan wawancara peneliti sesuai dengan salah satu mahasiswa Program Studi Psikologi Islam dengan inisiasi A juga cukup mendukung anggapan tersebut. Menurut mahasiswa Program Studi Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin, ia tetap berpegang teguh pada tujuan dan cita-cita pendidikannya meskipun dalam perjalanannya dihadapkan pada berbagai rintangan dan tekanan yang menyebabkan mereka mengalami kejenuhan dalam perkuliahan. Hal ini berlaku meskipun mereka menghadapi banyak masalah dan tekanan yang membuat mereka sulit untuk memperhatikan di kelas. Berikut kutipan wawancanya:

*“Saat pembelajaran secara tatap muka tidak semudah yang saya pikirkan selama ini, semuanya serba sulit untuk dilakukan. Mulai dari beradaptasi dengan lingkungan perkuliahan yang baru, memahami pembelajaran yang dan wajib fokus selama perkuliahan, saya sering*

*sekali kehilangan konsentrasi saya dalam pembelajaran karena masih merasa seperti pembelajaran seperti online, sehabis perkuliahan biasanya saya mengalami kelelahan dan saya juga sering mengalami sakit kepala secara tiba-tiba, nyeri punggung, tidak nafsu makan dan merasa mual. Beberapa kali saya mengalami sakit saat pembelajaran tatap muka. Saya juga harus tetap optimis saat PTM karena masih banyak yang harus saya kejar, walaupun kelelahan saat pembelajaran, saya harus tetap berkuliah dengan baik”.*<sup>19</sup>

Temuan yang peneliti temukan ini bertolak belakang dengan temuan penelitian terdahulu yang telah dipaparkan di atas, yaitu penelitian yang telah dilakukan oleh Ting Zhou, *et al* pada tahun 2022. Dimana, Ting Zhou menyatakan bahwa petugas medis mengalami *burnout* yang tinggi. Hal ini berbanding terbalik dengan mahasiswa Prodi Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin yang memiliki tingkat *academic burnout* yang rendah. Hasil yang diperoleh berbanding terbalik dengan penelitian terdahulu ini disebabkan oleh perbedaan subjek pada penelitian sebelumnya yaitu petugas medis.

Selain itu penyebab perbedaan pada penelitian sebelumnya juga dikarenakan pengaruh dari *resilience academic* terhadap *academic burnout*. Menurut Rirkin dan Hoopman *academic resilience* adalah gambaran seorang mahasiswa dalam beradaptasi dan melaksanakan pembelajaran secara efektif, mahasiswa perlu menang atas berbagai pengalaman atau hambatan yang merugikan, mendesak, dan menghambat saat mahasiswa sedang dalam proses belajar.<sup>20</sup>

---

<sup>19</sup>A, Mahasiswa Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin (UIN), Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 25 April 2022.

<sup>20</sup>M. Rirkin, dan M. Hoopman. *Moving beyond Risk to Resiliency* (Minneapolis, MN: Minneapolis Public School, 1991), 11.

Untuk itu, peneliti dalam penelitian ini melakukan penelitian terhadap 123 orang mahasiswa yang bertujuan untuk mengetahui tingkatan *academic resilience* pada mahasiswa Prodi Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin. Adapun, hasil yang diperoleh adalah pada tingkat rendah terdapat 23 orang dengan persentase 18,7%. terdapat 80 orang mahasiswa yang berada pada tingkat sedang dengan persentase 65,0% dan pada tingkat tinggi terdapat 20 orang mahasiswa dengan persentase 16,3%. Hal ini menunjukkan bahwa rata-rata mahasiswa Prodi Psikologi Islam mempunyai *academic resilience* yang sedang. Hasil ini tidak pada tingkatan yang tinggi dan pada tingkatan yang rendah.

Adapun penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris korelasi *academic burnout* dengan *academic resilience* pada mahasiswa Prodi Psikologi UIN Antasari Banjarmasin, hasil menunjukkan nilai *pearson correlation* antara *academic resilience* dan *academic burnout* sebesar 0,581 dengan nilai *sig (2-tailed)*  $0,000 < 0,05$ . Hal ini berarti hipotesis didapat dengan kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang positif dari kedua variabel yaitu *academic resilience* dan *academic burnout* pada mahasiswa Prodi Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin.

Pada uji regresi sederhana untuk menentukan hipotesis pada penelitian, peneliti melihat hubungan antara dua variable, yaitu *academic burnout* dan *academic resilience*, Penelitian mengarah pada penemuan bahwa nilai hitung F adalah 21,023, dan bahwa tingkat signifikansi adalah 0,000 dengan  $0,000 < 0,05$ . Hal ini menunjukkan bahwa komponen dapat diprediksi

menggunakan model regresi, dan bahwa variabel memiliki pengaruh dengan *academic burnout* (kelelahan akademik) dikendalikan oleh variabel yang terkait dengan *academic resilience* (ketahanan akademik). Untuk nilai korelasi R dan R Square adalah sebesar 0,581 dan 0,338, artinya adalah pengaruh *academic resilience* terhadap *academic burnout* adalah sebesar 33,8%. Oleh karena itu, berdasarkan nilai signifikansi dari tes regresi langsung, dimungkinkan untuk menarik kesimpulan bahwa  $H_a$  diterima, yang menunjukkan bahwa ada pengaruh yang positif serta pengaruh substansial pada *academic resilience* terhadap *academic burnout* mahasiswa Prodi Psikologi Islam UIN antasari, dengan tingkat kekuatan hubungan masuk dalam kategori kuat.

Kemudian, sumbangan efektif dari aspek *academic resilience* yaitu, sumbangan efektif *academic resilience* pada ketekunan sebesar 15%, mencari bantuan adaptif sebesar 14% dan pengaruh negatif dan respon emosional sebesar 5%. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa indikator dari *academic resilience* yang paling mempengaruhi tingkat *academic burnout* pada mahasiswa Prodi Psikologi Islam UIN Antasari terdapat pada indikator ketekunan yang ditandai dengan kontribusi paling banyak sebesar 15%.

Dengan demikian, aspek yang sangat berpengaruh terhadap *academic burnout* adalah ketekunan sebesar 15%. Hal ini menunjukkan bahwa ternyata mahasiswa Prodi Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin memiliki ketekunan yang baik saat melakukan studi di perkuliahan, fokus terhadap

studi dan cita-cita, tidak mudah menyerah disaat mengalami situasi yang sulit, belajar dengan keras dan memiliki sikap optimis terhadap perkuliahan.

Adapun konsep *resilience* dalam agama Islam disamakan dengan konsep dari Hijrah (*Al-Hijrotu*) dalam ajaran agama Islam. Alfi Syahar menjelaskan secara bahasa bahwa hijrah berarti berpindah atau meninggalkan, baik meninggalkan sebuah tempat ataupun meninggalkan sesuatu kegiatan yang tidak jujur dan baik secara ajaran Islam. Secara istilah hijrah juga memiliki dua makna yaitu *Al-Hijrotu Makaniyah* (fisik atau tempat) dan *Al-Hijrotu Maknawiyah* (hijrah mental) atau biasa disebut dengan hijrah hati (*Qalbiyah*). Hijrah secara mental ini adalah hijrah yang mana dilakukan dengan cara meninggalkan yang kufur dan menjadi orang yang beriman, syirik menjadi bertauhid kepada Allah SWT, *nifaq* (orang yang munafik) menjadi *istiqamah* (teguh pendirian dan konsisten), dari yang haram menjadi halal dan dari suka berbuat maksiat menjadi taat dalam perintah Allah SWT. Lebih lanjut penjelasan *resilience* dalam Islam juga memiliki faktor-faktor pendukung, seperti: sabar, istikamah, iktiar, ikhlas, dan syukur. Selain itu juga perkembangan *resilience* juga dipengaruhi oleh beberapa faktor eksternal, seperti: kasih sayang, kedamaian, belas kasih dan keharmonisan.<sup>21</sup> Pengertian *resilience* ini juga didukung oleh surah *Al-Baqarah* ayat 155-157, yang berbunyi:

---

<sup>21</sup>Evita Yuliatul Wahidah, "Resiliensi Perspektif Al Quran", *Jurnal Islam Nnusantara*, Vol. 02, No. 01, Juni 2018, 105-120.

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخُوفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالتَّمَرَاتِ وَبَشِيرِ الصَّابِرِينَ (155) الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ (156) أُولَئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِّن رَّبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ وَأُولَئِكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ (157)

Artinya: “Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar, (yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan, “Innaa lillaahi wa innaa ilaihi raaji`uun”. Mereka itulah yang mendapat keberkatan yang sempurna dan rahmat dari Tuhan mereka, dan mereka itulah orang-orang yang mendapat petunjuk”. (QS. Al-Baqarah/2: 155-157).

Menurut Al-Qurtubi dalam kitab tafsirnya, ujian atau cobaan yang disebut dalam ayat diatas adalah agar orang dan kelompok setelah mereka dapat mengambil pelajaran, sehingga mereka dapat mengetahui apa yang harus mereka lakukan. Ujian-ujian juga dapat memberikan sebuah keyakinan kepada manusia dalam menghadapi musibah, sehingga dapat menghadapi cobaan berikutnya dengan penuh keyakinan.<sup>22</sup>

Sedangkan sumbangan efektif dari *academic burnout* yaitu *inefficacy* sebesar 40%, pada *exhaustion* sebesar 36% dan *cynicism* sebesar 24%. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa indikator dari *academic burnout* yang paling mempengaruhi tingkat *academic resilience* pada mahasiswa Prodi Psikologi Islam UIN Antasari terdapat pada indikator *inefficay* yang ditandai dengan kontribusi paling banyak sebesar 40%.

Tingkat pencapaian sub variable *exhaustion* pada mahasiswa Prodi Psikologi Islam UIN Antassari Banjarmasin terdapat di persentase 36%. Rendahnya sikap *exhaustion* menunjukkan sikap mahasiswa yang antusias

---

<sup>22</sup>Syaikh Imam Al-Qurthubi, Tafsir Al-Qurthubi, (Jakarta: Pustaka Azzam, 2009), 409.

serta semangat terhadap perkuliahan, tidak bersikap apatis, tidak pesimis terhadap perkuliahan, menunjukkan sikap yang sabar, tidak merasa kelelahan serta kejenuhan dan tidak menunjukkan sikap yang depresi. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Scaufeli *et al*, dalam penelitiannya menyatakan jika mahasiswa mengalami *academic burnout*, maka mahasiswa tersebut akan menunjukkan sikap yang tidak semangat, tidak memiliki sifat yang mudah menyerah, tidak dapat dengan mudah mengalami frustrasi, tidak mudah mengalami putus asa, mudah melupakan sesuatu yang kecil dan susah untuk berkonsentrasi.<sup>23</sup> Maka dari itu, berdasarkan hasil dari pendapat Maslach dan Jackson menerangkan bahwa, mahasiswa yang sedang mengalami kelelahan maka ia akan menimbulkan rasa yang frustrasi, selalu merasakan kesedihan, merasa teretekan dan tidak berdaya, menunjukkan sikap yang acuh dan dingin serta merasa tugas-tugas yang didapatkan oleh dosen adalah tugas yang sulit.<sup>24</sup> Karena mahasiswa Prodi Psikologi Islam UIN Antassari Banjarmasin tidak mengalami *exhaustion*, asumsi tersebut sejalan dengan pendapat Lu dalam penelitian yang menjelaskan bahwa apabila tingkat *exhaustion* berada pada tingkat yang tinggi, maka dari itu kan menjadikan tingkat *academic burnout* menjadi tinggi.<sup>25</sup>

Sedangkan, tingkat rendahnya sub variable *cynicism* pada mahasiswa Prodi Psikologi Islam UIN Antassari Banjarmasin dengan hasil persentase

---

<sup>23</sup>Schaufeli *et al*. "Burnout and engagement in university students: A cross-national study". *Journal of cross-cultural psychology*, Vol. 33, No. 05 (2002), 464-481.

<sup>24</sup>C. Maslach dan S.E Jackson "The measurement of experienced burnout". *Journal of occupational behaviour*, 2 (1981), 99-113.

<sup>25</sup>J. Lu. "Organizational role stress indices affecting burnout among nurses. *Journal of international women's studies*", Vol.09, No.03 (2008), 63-78.

sebesar 24%. Rendahnya tingkat sub variable *cynicism* menjadikan mahasiswa Prodi Psikologi Islam UIN Antassari Banjarmasin tidak menunjukkan sikap tidak sopan terhadap dosen ataupun kepada teman, kurangnya kemampuan untuk mengontrol dan mudah emosi yang dirasakan mahasiswa Prodi Psikologi Islam UIN Antassari Banjarmasin. Menurut temuan Schaufeli, *et al*, diketahui mahasiswa yang sedang mengalami *burnout* akademik akan menunjukkan gejala seperti tidak merasa nyaman saat mengikuti pembelajaran di perkuliahan, yang biasanya mengakibatkan mahasiswa memilih untuk membolos. Gejala lainnya adalah mahasiswa menjadi pemarah, memiliki sikap pesimis, tidak mengerjakan tugas kuliah, tidak merasa senang, berpikir negatif terhadap dosen, dan kehilangan minat kuliah.<sup>26</sup> Menurut Maslach dan Laiter menyatakan bahwa, ketika mahasiswa memiliki sikap *cynicism* maka mahasiswa tersebut akan meminimalisir keterlibatannya terhadap perkuliahan, melupakan tujuan dan cita-cita yang sudah dibangun, memiliki sikap yang dingin dan acuh, memilih menjauh dalam pertemannya, serta selalu bersikap sinis terhadap pencapaian yang didapatkannya.

Bisa disimpulkan bahwa tingkat mahasiswa Prodi Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin *academic burnout* berada pada kategori rendah. Hal ini dapat dilihat dari faktor-faktor yang mempengaruhi *academic burnout* dan rendahnya tingkat *academic burnout* dalam penelitian ini. Temuan ini sejalan dengan pemahaman Kusano *et al*, yang menjelaskan bahwa tingkat

---

<sup>26</sup>Schaufeli *et al*. "Burnout and engagement in university students: A cross-national study". *Journal of cross-cultural psychology*, Vol. 33, No. 05 (2002), 464-481.

*academic burnout* dibagi menjadi 3 katagori. Dalam katagori pertama, *academic burnout* dinyatakan pada katagori tinggi apabila *cynicism* dengan *inefficacy* berada dalam posisi tingkat yang rendah atau dibawah rata-rata. Pada katagori yang kedua, disini *academic burnout* berada dalam katagori yang sedang, katagori sedang ini apabila *exhaustion*, *cynicism* dan *inefficacy* dalam posisi tingkat yang sedang. Dan katagori terakhir adalah katagori ketiga, *academic burnout* dikatakan masuk kedalam katagori rendah apabila *exhaustion* diposisi tingkat yang rendah, *cynicism* dalam posisi tingkat yang rendah dan *inefficacy* dalam posisi tingkat yang tinggi.<sup>27</sup> Hal ini sesuai dengan temuan penelitian peneliti, dimana *inefficacy* sebesar 40%, pada *exhaustion* sebesar 36% dan *cynicism* sebesar 24%.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwasanya *academic resilience* dapat mempengaruhi *academic burnout* mahasiswa pada masa pascapandemi. Dengan membutuhkan sebuah ketahanan yang tinggi mahasiswa mampu mengatasi *academic burnout* dari dalam dirinya sendiri. Mahasiswa juga mampu bertahan menghadapi lingkungan sulit pada masa pascapandemi dan memiliki usaha untuk menyelesaikan tugas diperkuliahan dengan sebaik mungkin.

---

<sup>27</sup>Kusano, et al. "Burnout in united states academic chairs of radiation oncology programs". *International Journal Oncology Biology Physical*. Vol.88, No.02 (2011), 363-8.

### E. Temuan Penelitian

Pada penelitian ini, peneliti menemukan beberapa temuan antara lain:

1. Nilai sumbangan efektif yang paling rendah pada *variabel academic burnout* terdapat pada dimensi *cynicism*, yaitu sebesar 24%. Hal ini menunjukkan bahwa ternyata mahasiswa Prodi Psikologi Islam UIN Banjarmasin memiliki tingkat sinisme yang rendah. Sedangkan dimensi yang paling tinggi terdapat pada *inefficacy*. Hal ini ditandai karena kurang percaya diri pada bakat individu tersebut, percaya bahwa individu tersebut belum mempelajari pembelajaran yang menarik, percaya bahwa individu tersebut belum berkontribusi apa pun untuk perkuliahan yang individu dapatkan, dan memiliki perasaan bahwa kemampuannya tidak memadai.
2. Nilai sumbangan efektif yang paling rendah pada *academic resilience* adalah pengaruh negatif dengan persentase 5%. Hal ini menunjukkan bahwa ternyata mahasiswa Prodi Psikolog Islam UIN Banjarmasin memiliki tingkat pengaruh negatif yang rendah. Sedangkan dimensi yang tinggi terdapat pada ketekunan 15%. Hal ini membuktikan bahwa mahasiswa Prodi Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin adalah mahasiswa yang tidak mudah menyerah dan fokus terhadap tujuan.

## F. Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan penelitian yang peneliti lakukan pada pengambilan data adalah, sebagai berikut:

1. Saat melakukan pengambilan dalam data penelitian, metode yang dilakukan oleh peneliti adalah wawancara. Metode wawancara hanya digunakan peneliti pada saat melakukan studi pendahuluan saja, dan tidak dilakukan kepada seluruh subjek penelitian. Karena pada penelitian ini peneliti menggunakan skala psikologi sebagai metode pengambilan data yang primer atau utama, sehingga data yang diperoleh terbatas, dan hanya fokus pada gambaran kondisi secara umum saja mengenai kedua variabel penelitian.
2. Kendala saat melakukan pengambilan data. Jumlah pengambilan data secara *online* dan *offline* yang tidak seimbang. Pada angkatan 2021 dilakukan pengambilan data secara *offline*. Sedangkan pada angkatan 2020 dilakukan secara *offline* dan *online*. Sehingga peneliti tidak bisa melihat secara langsung responden menjawab kuesioner penelitian.
3. Responden penelitian yang peneliti lakukan hanya berfokus kepada mahasiswa Prodi Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin. Sehingga, hasil penelitian tidak dapat digeneralisasikan kepada populasi umum.