

**PENGARUH *ACADEMIC BURNOUT* TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK DALAM
MENYUSUN SKRIPSI PADA MAHASISWA UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK**

SKRIPSI



Disusun oleh :

SABRINA BABUL FARKHAH

170701025

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK

GRESIK

2021

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim.

Puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah memberikan daya dan kekuatan bagi orang-orang yang bertawakal, memberikan kemudahan dan menghilangkan kesukaran, atas segala rahmat, hidayah, dan karunianya. Sholawat serta salam semoga tetap terlimpahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW. Alhamdulillah atas hidayah dan inayah-Nya, penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini.

Seiring dengan rasa syukur kepada Allah SWT, atas terselesainya penulisan skripsi yang berjudul “PENGARUH *ACADEMIC BURNOUT* TERHADAP PROKRASTINASI AKADEMIK DALAM MENYUSUN SKRIPSI PADA MAHASISWA UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK” maka penulis tidak lupa mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Bapak Awang Setiawan Wicaksono, M.Psi., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik.
2. Ibu Ima Fitri Sholichah, S.Psi, M.A selaku Kepala Prodi Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik.
3. Ibu Muhimmatul Hasanah, S.Psi, M.A, selaku dosen pembimbing 1 yang senantiasa membimbing peneliti dengan sabar, memberikan motivasi, arahan, dan nasehat kepada peneliti sejak awal perkuliahan.
4. Ibu Prianggi Amelasasih, S.Psi., M.Si., selaku dosen pembimbing 2 yang senantiasa membimbing penelitian dengan sabar, memberikan arahan dan motivasi kepada peneliti.
5. Seluruh dosen Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan telah menjadi contoh yang baik bagi peneliti.
6. Semua pihak yang membantu penyelesaian skripsi ini yang tidak mungkin saya sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa di dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan walaupun demikian penulis tetap berharap semoga penulisan skripsi ini berguna dalam rangka pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya bidang psikologi.

Gresik, Desember 2021

Penulis



ABSTRAK

Sabrina Babul Farkhah (170701025). Pengaruh *Academic Burnout* Terhadap Prokrastinasi Akademik Dalam Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gresik

Menyusun skripsi bukanlah hal yang mudah, ada banyak kendala yang menyertainya. Mahasiswa yang kesulitan mengendalikan emosi negatif akibat menyusun skripsi akan mengalami *academic burnout* sehingga menyebabkan mahasiswa melakukan prokrastinasi akademik dalam menyusun skripsi. Studi ini bertujuan untuk menguji secara empiris pengaruh *academic burnout* terhadap prokrastinasi akademik dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gresik. Penelitian ini menganalisis data yang didapat dari sampel sebanyak 46 orang. Alat ukur yang digunakan adalah Skala *Academic Burnout* dan Skala Prokrastinasi Akademik. Metode analisis statistik yang digunakan yaitu analisis regresi linier sederhana. Hasil Uji parsial menghasilkan $t_{hitung} = 12,902$ lebih dari $t_{tabel} = 2,015$ dengan signifikansi (p) = 0,000 kurang dari 0,05 yang berarti adanya pengaruh signifikan *academic burnout* terhadap prokrastinasi akademik dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gresik dengan pengaruh *academic burnout* terhadap prokrastinasi akademik sebesar 79,1 %. Hasil kategorisasi penelitian ini menunjukkan bahwa subjek memiliki kategori sedang pada prokrastinasi akademik dan kategori sedang pada *academic burnout*.

Kata kunci: Mahasiswa, Prokrastinasi Akademik, *Academic Burnout*



ABSTRACT

Sabrina Babul Farkhah (170701025). The Effect of Academic Burnout on Academic Procrastination in Writing Thesis for Students at the University of Muhammadiyah Gresik

Writing a thesis is not an easy thing, there are many obstacles that accompany it. Students who have difficulty controlling negative emotions due to writing a thesis will experience academic burnout, causing students to do academic procrastination in writing a thesis. This study aims to empirically examine the effect of academic burnout on academic procrastination in writing thesis for students at the University of Muhammadiyah Gresik. This study analyzed the data obtained from a sample of 46 people. The measuring instrument used is the Academic Burnout Scale and the Academic Procrastination Scale. The statistical analysis method used is simple linear regression analysis. The results of the partial test resulted in $t_{count} = 12,902$ more than $t_{table} = 2,015$ with a significance (p) = 0.000 less than 0.05, which means that there is a significant effect of academic burnout on academic procrastination in writing thesis at Muhammadiyah University Gresik students with the effect of academic burnout on academic procrastination of 79.1%. The results of this research categorization indicate that the subject has a moderate category on academic procrastination and a moderate category on academic burnout.

Keywords: Student, Academic Procrastination, Academic Burnout



DAFTAR ISI

<u>HALAMAN JUDUL</u>	i
<u>HALAMAN PERSETUJUAN</u>	ii
<u>HALAMAN PENGESAHAN</u>	iii
<u>HALAMAN MOTTO</u>	iv
<u>HALAMAN PERSEMBAHAN</u>	v
<u>PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI</u>	vi
<u>KATA PENGANTAR</u>	vii
<u>DAFTAR ISI</u>	ix
<u>DAFTAR TABEL</u>	xii
<u>DAFTAR GAMBAR</u>	xiii
<u>DAFTAR LAMPIRAN</u>	xiv
<u>ABSTRAK</u>	xv
<u>ABSTRACT</u>	xvi
<u>BAB I PENDAHULUAN</u>	1
<u>1.1 Latar Belakang</u>	1
<u>1.2 Identifikasi Masalah</u>	7
<u>1.3 Batasan Masalah</u>	12
<u>1.4 Rumusan Masalah</u>	13
<u>1.5 Tujuan Penelitian</u>	13
<u>1.6 Manfaat Penelitian</u>	14
<u>1.6.1 Manfaat Teoritis</u>	14
<u>1.6.2 Manfaat Praktis</u>	14
<u>BAB II KAJIAN TEORI</u>	15
<u>2.1 Prokrastinasi Akademik</u>	15
<u>2.1.1 Definisi Prokrastinasi Akademik</u>	15
<u>2.1.2 Aspek-aspek Prokrastinasi Akademik</u>	16
<u>2.1.3 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik</u>	17
<u>2.2 Academic Burnout</u>	20
<u>2.2.1 Definisi Academic Burnout</u>	20
<u>2.2.2 Aspek Academic Burnout</u>	22
<u>2.2.3 Ciri-ciri Academic Burnout</u>	23
<u>2.2.4 Faktor-faktor Penyebab Academic Burnout</u>	24

2.2.5	<u>Dampak Academic Burnout</u>	26
2.3	<u>Hubungan Academic Burnout terhadap Prokrastinasi Akademik</u>	27
2.4	<u>Kerangka Konseptual</u>	29
2.5	<u>Hipotesis</u>	30
BAB III	<u>METODE PENELITIAN</u>	31
3.1	<u>Tipe Penelitian</u>	31
3.2	<u>Identifikasi Variabel</u>	31
3.2.1	<u>Variabel Terikat (Y)</u>	32
3.2.2	<u>Variabel Bebas (X)</u>	32
3.3	<u>Definisi Operasional</u>	32
3.3.1	<u>Prokrastinasi Akademik</u>	32
3.3.2	<u>Academic Burnout</u>	33
3.4	<u>Populasi dan Teknik Sampling</u>	33
3.4.1	<u>Populasi</u>	33
3.4.2	<u>Teknik Sampling</u>	34
3.5	<u>Teknik Pengumpulan Data</u>	35
3.6	<u>Validitas dan Reabilitas</u>	38
3.6.1	<u>Validitas Alat Ukur</u>	38
3.6.2	<u>Reabilitas Alat Ukur</u>	39
3.7	<u>Teknik Analisis Data</u>	39
BAB IV	<u>HASIL PENELITIAN</u>	41
4.1.	<u>Gambaran Umum Penelitian</u>	41
4.1.1	<u>Gambaran Universitas Muhammadiyah Gresik</u>	41
4.1.2	<u>Visi, Misi Universitas Muhammadiyah Gresik</u>	41
4.1.3	<u>Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian</u>	42
4.1.4	<u>Subjek Penelitian</u>	42
4.1.5	<u>Hambatan dalam Proses Penelitian</u>	43
4.2.	<u>Hasil Pengukuran Validitas Dan Reliabilitas</u>	43
4.2.1	<u>Uji Validitas</u>	44
4.2.2	<u>Uji Reabilitas</u>	46
4.3.	<u>Hasil Uji Asumsi dan Hipotesis</u>	47
4.3.1	<u>Uji Asumsi</u>	47
4.3.2	<u>Uji Hipotesis</u>	49

4.4. Kategorisasi Berdasarkan Norma.....	51
4.5. Pembahasan.....	53
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	62
5.1 <u>Kesimpulan</u>	62
5.2 <u>Saran</u>	62
DAFTAR PUSTAKA.....	64
LAMPIRAN.....	67



DAFTAR TABEL

<u>Tabel 1.1 Hasil Wawancara Tentang Alasan Tidak Lulus Tepat Waktu</u>	2
<u>Tabel 1.2 Hasil Wawancara Tentang Target Lulus</u>	4
<u>Tabel 1.3 Hasil Wawancara Tentang Perilaku Prokrastinasi Akademik</u>	5
<u>Tabel 1.4 Hasil Wawancara Tentang Faktor yang Mempengaruhi Prokrastinasi Akademik</u> ...	8
<u>Tabel 3.1 Populasi Mahasiswa</u>	34
<u>Tabel 3.2 Skor Pengukuran Skala Likert untuk Mengukur Tiap Variabel</u>	36
<u>Tabel 3.3 <i>Blueprint</i> Skala Prokrastinasi Akademik</u>	37
<u>Tabel 3.4 <i>Bluprint</i> Skala <i>Academic Burnout</i></u>	38
<u>Tabel 4.1 <i>Blueprint</i> Skala Prokrastinasi Akademik Setelah Uji Coba</u>	45
<u>Tabel 4.2 <i>Blueprint</i> Skala <i>Academic Burnout</i> Setelah Uji Coba</u>	46
<u>Tabel 4.3 Hasil Uji Reabilitas Skala Prokrastinasi Akademik</u>	46
<u>Tabel 4.4 Hasil Uji Reabilitas Skala <i>Academic Burnout</i></u>	47
<u>Tabel 4.5 Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov</u>	47
<u>Tabel 4.6 Hasil Uji Linieritas</u>	48
<u>Tabel 4.7 Anova</u>	49
<u>Tabel 4.8 Koefisien Determinasi</u>	50
<u>Tabel 4.9 Persamaan Regresi</u>	50
<u>Tabel 4.10 Statistik Deskriptif</u>	51
<u>Tabel 4.11 Norma Kategorisasi</u>	51
<u>Tabel 4.12 Kategori Data Hasil Skala Prokrastinasi Akademik</u>	52
<u>Tabel 4.13 Kategori Data Hasil Skala <i>Academic Burnout</i></u>	52
<u>Tabel 4.14 Item Skala Prokrastinasi Akademik yang Banyak Dipilih</u>	57
<u>Tabel 4.15 Item Skala Prokrastinasi Akademik yang Sedikit Dipilih</u>	58
<u>Tabel 4.16 Item Skala <i>Academic Burnout</i> yang Banyak Dipilih</u>	59
<u>Tabel 4.17 Item Skala <i>Academic Burnout</i> yang Sedikit Dipilih</u>	60

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Konseptual..... 29



DAFTAR LAMPIRAN

<u>Lampiran 1 Skala <i>Academic Burnout</i></u>	68
<u>Lampiran 2 Skala Prokrastinasi Akademik.....</u>	72
<u>Lampiran 3 Data Responden.....</u>	75
<u>Lampiran 4 Data Kategorisasi Responden.....</u>	76
<u>Lampiran 5 Skoring Skala Prokrastinasi Akademik <i>Try Out</i>.....</u>	78
<u>Lampiran 6 Skoring Skala <i>Academic Burnout Try Out</i></u>	79
<u>Lampiran 7 Uji Validitas Skala Prokrastinasi Akademik Putaran Ke-1</u>	80
<u>Lampiran 8 Uji Validitas Skala Prokrastinasi Akademik Putaran Ke-2</u>	81
<u>Lampiran 9 Uji Validitas Skala <i>Academic Burnout</i> Putaran Ke-1.....</u>	82
<u>Lampiran 10 Uji Validitas Skala <i>Academic Burnout</i> Putaran Ke-2.....</u>	83
<u>Lampiran 11 Skoring Skala Prokrastinasi Akademik Setelah Uji Coba.....</u>	85
<u>Lampiran 12 Skoring Skala <i>Academic Burnout</i> Setelah Uji Coba</u>	86
<u>Lampiran 13 Uji Reabilitas Skala <i>Academic Burnout</i> dan Skala Prokrastinasi Akademik</u>	87
<u>Lampiran 14 Hasil Uji Normalitas.....</u>	87
<u>Lampiran 15 Hasil Uji Linieritas</u>	88
<u>Lampiran 16 Hasil Uji Regresi Linier Sederhana</u>	88
<u>Lampiran 17 Hasil Uji Koefisien Determinasi</u>	88
<u>Lampiran 18 Hasil Uji Persamaan Regresi</u>	89
<u>Lampiran 19 Hasil Uji Statistik Deskriptif</u>	89
<u>Lampiran 20 Surat Persetujuan Expert Judgement 1 Variabel X</u>	90
<u>Lampiran 21 Surat Persetujuan Expert Judgement 1 Variabel Y</u>	91
<u>Lampiran 22 Surat Persetujuan Expert Judgement 2 Variabel X</u>	92
<u>Lampiran 23 Surat Persetujuan Expert Judgement 2 Variabel Y</u>	93
<u>Lampiran 24 Surat Izin Penelitian</u>	94
<u>Lampiran 25 Kartu Bimbingan Skripsi.....</u>	95
<u>Lampiran 26 <i>Plagiarism Checker</i></u>	97