

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN
BURNOUT PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI
KOTA SEMARANG**

SKRIPSI

Bertha Ardianti Nugrahaeni

18.E1.0109



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA

SEMARANG

2022

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN
BURNOUT PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI
KOTA SEMARANG**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang dan Diterima untuk
Memenuhi Sebagian dari Syarat-syarat Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi

Bertha Ardianti Nugrahaeni

18.E1.0109



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG

2022

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Bertha Ardianti Nugrahaeni

NIM : 18.E1.0109

Progdi / Konsentrasi : Psikologi

Fakultas : Psikologi

Dengan ini saya menyatakan bahwa Laporan Tugas Akhir dengan judul Hubungan antara Dukungan Sosial dengan *Burnout* pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Kota Semarang tersebut bebas plagiasi. Akan tetapi apabila terbukti melakukan plagiasi maka bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Semarang, 18 Mei 2022

Yang Menyatakan,



Bertha Ardianti Nugrahaeni

HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi Program Studi Sarjana Psikologi
Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang dan Diterima
untuk Memenuhi Sebagian Syarat-syarat Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Psikologi

Pada Tanggal

13 Juli 2022

Mengesahkan

Ketua Progdi Sarjana Psikologi

Universitas Katolik Soegijapranata Semarang



(Dr. Suparmi, M.Si.)

Dosen Pembimbing

(Dr. Christin Wibhowo, M.Si.)

Dewan Penguji

(Damasia Linggarjati N.P., S.Psi., MA.)

(Esthi Rahayu, S.Psi., M.Si.)

(Dr. Christin Wibhowo, M.Si.)

**HALAMAN PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK
KEPENTINGAN AKADEMIS**

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Bertha Ardianti Nugrahaeni

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Psikologi

Jenis Karya : Laporan Tugas Akhir Skripsi

Menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Katolik Soegijapranata Semarang Hak Bebas Royalti Noneksklusif atas karya ilmiah yang berjudul “Hubungan antara Dukungan Sosial dengan *Burnout* pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Kota Semarang” beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Katolik Soegijapranata berhak menyimpan mengalihkan media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir ini selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Semarang, 18 Mei 2022

Yang Menyatakan,



Bertha Ardianti Nugrahaeni

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yesus Kristus atas penyertaan-Nya selama proses pengerjaan skripsi dari awal hingga akhir. Penulis bersyukur atas kasihNya yang memungkinkan peneliti menyelesaikan tugas akhir yang berjudul “Hubungan antara Dukungan Sosial dengan *Burnout* pada Mahasiswa Tingkat Akhir” sebagai pelengkap persyaratan kelulusan Program Strata I Jurusan Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata.

Penyusunan skripsi ini tidak lepas dari doa, dukungan, serta bantuan dari berbagai pihak. Pada kesempatan kali ini, penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Dr. M. Sih Setija Utami, M.Kes. selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata.
2. Dr. Suparmi, M.Si. selaku Kaprodi Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata.
3. Dr. Christin Wibhowo, M.Si. selaku dosen pembimbing skripsi yang bersedia memberi waktu, masukan, dukungan, dan bantuan dalam penulisan skripsi.
4. Dra. Emiliana Primastuti, M.Si. selaku dosen wali kelas 02 angkatan 2018 yang selalu mengarahkan serta memberikan bimbingan sepanjang proses perkuliahan di Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata.
5. Ibu Damasia Linggarjati N.P., S.Psi., MA. selaku dosen penguji proposal yang telah memberi masukan dan saran yang membangun untuk penulisan skripsi ini.

6. Staff Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata yang selalu sigap membantu penulis terkait hal-hal yang berhubungan dengan skripsi.
7. Seluruh responden mahasiswa tingkat akhir Universitas Katolik Soegijapranata yang telah meluangkan waktunya untuk mengisi kuesioner penelitian skripsi ini.
8. Orang tua penulis, Papa, Mama, dan seluruh keluarga besar yang turut membantu memberikan dukungan secara emosional maupun konkret sepanjang proses penyusunan skripsi.
9. Nicolas Crisanaldo Septano yang selalu memberikan waktu, perhatian, serta semangat kepada penulis selama proses penyusunan skripsi ini berlangsung.
10. Risma Febrianti dan Laurensia Arlita yang telah memberikan bantuan secara emosional maupun konkret selama penulis mengerjakan skripsi dari awal hingga akhir. Terima kasih karena telah bersedia selalu meluangkan waktu untuk mendengar bahkan membantu penulis menyelesaikan skripsi dengan tulus.
11. Teman-teman mahasiswa bimbingan Dr. Christin Wibhowo, M.Si., yang selalu bersedia bertukar informasi dan saling memberikan semangat terkait penyusunan skripsi.
12. Semua teman dekat penulis, yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu. Terima kasih karena tidak pernah bosan mendengar keluh kesah, cerita apapun yang berkaitan dengan proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih karena telah membantu penulis menyebarkan kuesioner

penelitian dan terima kasih karena sampai saat ini masih menjadi lingkup pertemanan yang *supportive* bagi penulis.

13. Teman-teman dekat penulis di kelas 02 angkatan 2018 yang tidak bisa penulis sebutkan satu-persatu. Terima kasih telah memberikan semangat dan bantuan konkret kepada penulis dari awal masa perkuliahan hingga proses penyusunan skripsi ini selesai.
14. Semua teman-teman yang bekerja di Gedung Mikael terkhusus *Marketing Communication* dan Promosi & Rekrutmen Mahasiswa yang telah mengizinkan dan mendukung penulis untuk tetap mengerjakan skripsi disela-sela mencari pengalaman dalam bekerja.
15. *Last but not least, I wanna thank me, for believing in me, for doing all this hard work, for having no days off, for never quitting, for just being me at all times.*

Peneliti menyadari jika penelitian ini jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, peneliti menerima kritik ataupun saran yang membangun untuk penelitian ini. Sehingga penelitian ini dapat bermanfaat bagi individu maupun institusi yang membutuhkan.

Semarang, 18 Mei 2022

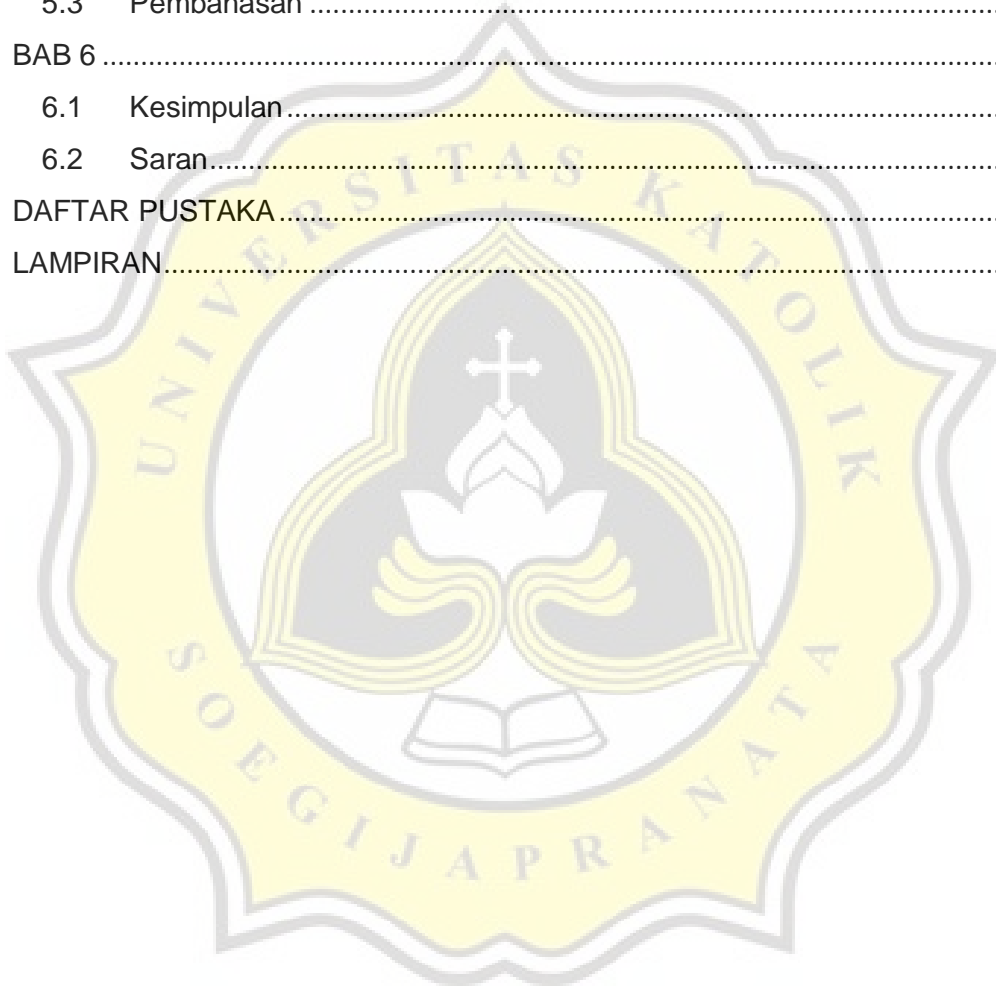


Bertha Ardianti Nugrahaeni

DAFTAR ISI

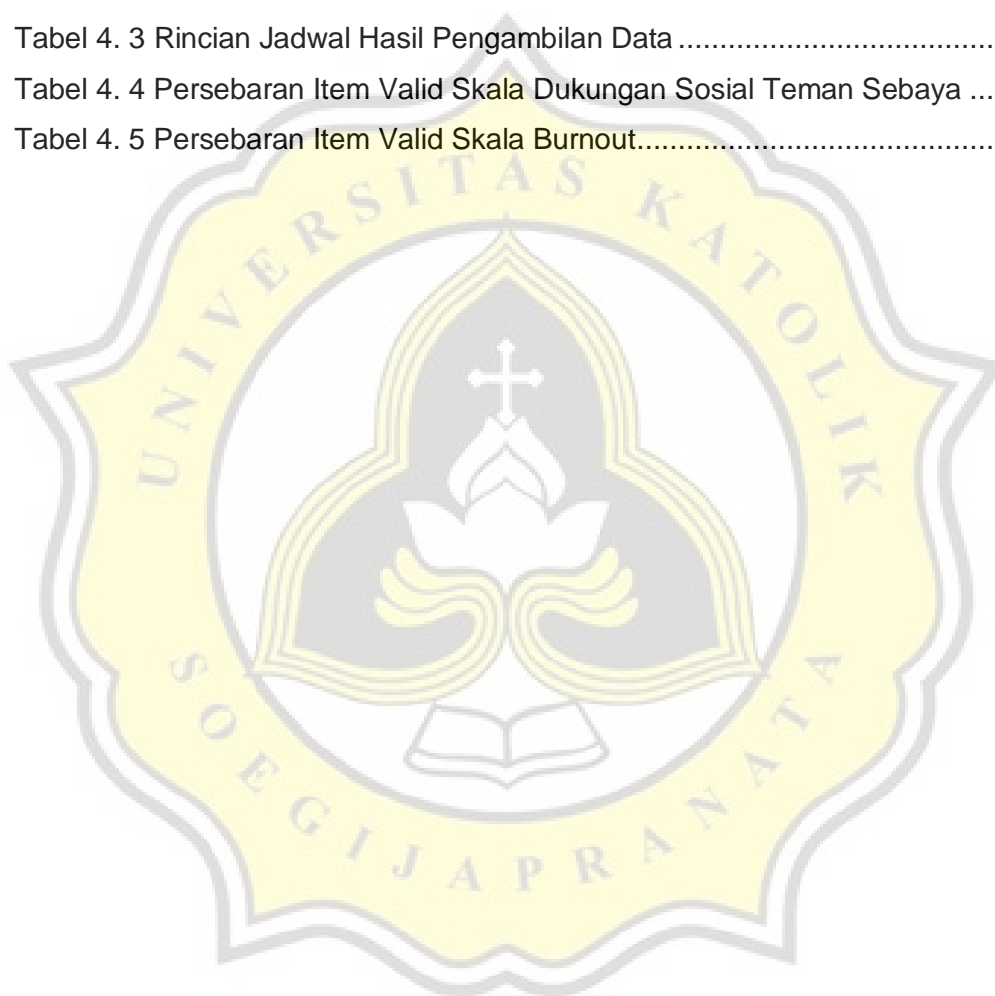
HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DENGAN <i>BURNOUT</i> PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI KOTA SEMARANG	i
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	iv
UCAPAN TERIMA KASIH	v
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
ABSTRAK	xii
ABSTRACT	xiii
BAB 1	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Tujuan Penelitian	7
1.3 Manfaat Penelitian	7
BAB 2	9
2.1 <i>Burnout</i> pada Mahasiswa Tingkat Akhir	9
2.2 Dukungan Sosial Teman Sebaya	19
2.3 Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan <i>Burnout</i> ...	23
2.4 Hipotesis Penelitian	28
BAB 3	29
3.1 Metode Penelitian yang Digunakan	29
3.2 Identifikasi Variabel Penelitian	29
3.3 Definisi Operasional Variabel Penelitian	29
3.4 Populasi dan Sampel	31
3.5 Teknik Pengumpulan Data	31
3.6 Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur	33
3.7 Metode Analisis Data	34
BAB 4	35
4.1 Orientasi Kancah Penelitian	35

4.2	Persiapan Pengumpulan Data Penelitian	36
4.3	Uji Coba Alat Ukur.....	39
4.4	Pengumpulan Data Penelitian	39
BAB 5	42
5.1	Uji Asumsi.....	42
5.2	Uji Hipotesis.....	43
5.3	Pembahasan	44
BAB 6	47
6.1	Kesimpulan.....	47
6.2	Saran.....	47
DAFTAR PUSTAKA	49
LAMPIRAN	53



DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Blueprint Skala Burnout.....	32
Tabel 3. 2 Blueprint Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya	33
Tabel 4. 1 Sebaran Item Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya	37
Tabel 4. 2 Sebaran Item Skala Burnout	38
Tabel 4. 3 Rincian Jadwal Hasil Pengambilan Data	39
Tabel 4. 4 Persebaran Item Valid Skala Dukungan Sosial Teman Sebaya	40
Tabel 4. 5 Persebaran Item Valid Skala Burnout.....	41



DAFTAR LAMPIRAN

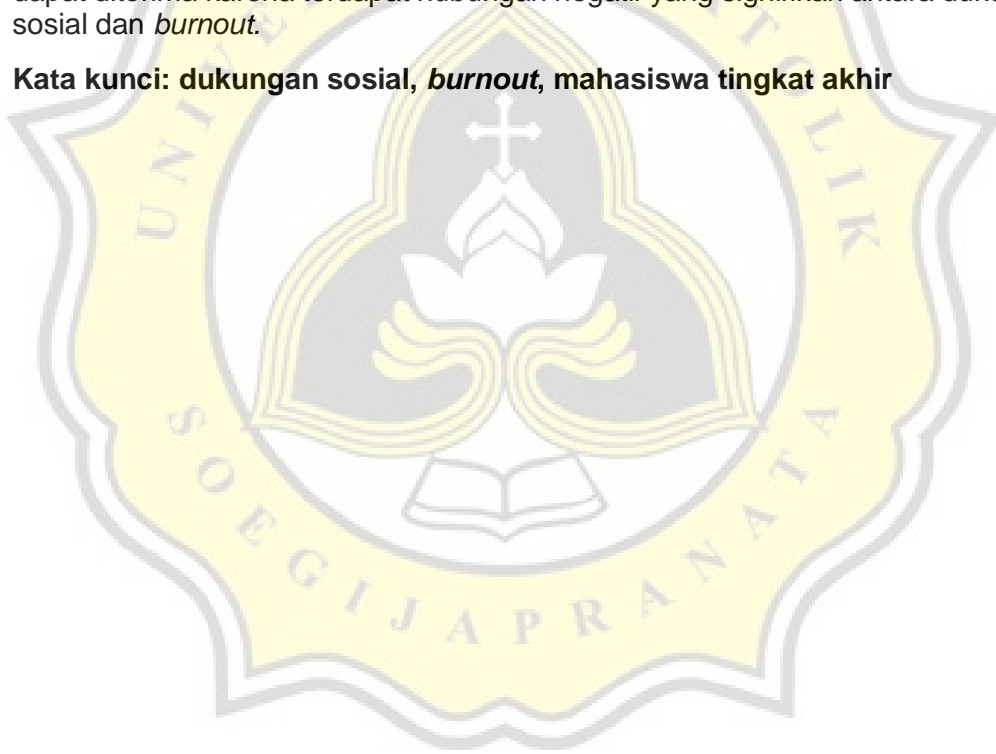
LAMPIRAN A SKALA PENELITIAN	54
LAMPIRAN B DATA PENELITIAN	68
LAMPIRAN C VALIDITAS DAN RELIABILITAS	72
LAMPIRAN D UJI ASUMSI	79
LAMPIRAN E UJI HIPOTESIS	82
LAMPIRAN F BUKTI PLAGIASI	83



ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan *burnout* pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Katolik Soegijapranata. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif antara dukungan sosial dengan *burnout* pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Katolik Soegijapranata. Subjek penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir di Universitas Katolik Soegijapranata Semarang. Jumlah mahasiswa yang terlibat dalam penelitian ini adalah 127 mahasiswa. Alat ukur yang digunakan yaitu Skala Psikologi berupa Skala Dukungan Sosial dan Skala *Burnout*, dimana alat ukur sudah teruji validitas dan reliabilitasnya. Proses penyebaran skala menggunakan *google form*. Uji hipotesis penelitian ini menggunakan teknik korelasi *Product Moment* milik Pearson. Hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya hubungan negatif dan signifikan antara kedua variabel ($r_{xy} = -0,397$, $p < 0,05$). Sehingga disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini dapat diterima karena terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dan *burnout*.

Kata kunci: dukungan sosial, *burnout*, mahasiswa tingkat akhir



ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between social support and burnout in final year students in Soegijapranata Catholic University. The hypothesis proposed in this study is that there is a negative relationship between social support and burnout in final year students in Soegijapranata Catholic University. The subjects of this study were final year students at Soegijapranata Catholic University, Semarang. The number of students involved in this study was 127 students. The measuring instrument used is the Psychological Scale in the form of the Social Support Scale and the Burnout Scale, where the measuring instrument has been tested for validity and reliability. Scale deployment process using google forms. This research hypothesis test uses Pearson's Product Moment correlation technique. The results of this study indicate that there is a negative and significant relationship between the two variables ($r_{xy} = -0.397, p < 0.05$). It is concluded that the hypothesis in this study can be accepted because there is a significant negative relationship between social support and burnout.

Keywords: social support, burnout, final year students

