

BAB 5

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

5.1 Uji Asumsi

Peneliti melakukan uji korelasi secara kuantitatif pada skala dukungan sosial dan skala *burnout* dengan menggunakan teknik korelasi *product moment*. Dalam proses pengerjaan uji korelasi ini, peneliti dibantu oleh IBM SPSS *Statistic for Windows* versi 20.0. Dalam penelitian ini, uji asumsi terdiri dari uji normalitas dan uji linearitas. Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah sebaran skor yang didapatkan dari kedua skala normal atau tidak normal. Sedangkan uji linearitas dilakukan untuk mengetahui ada atau tidak adanya hubungan linear antara variabel bebas dan tergantung, yaitu dukungan sosial dan *burnout*.

5.1.1 Uji Normalitas

a. Dukungan Sosial Teman Sebaya

Peneliti melakukan uji normalitas pada variabel dukungan sosial teman sebaya menggunakan teknik *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Z Test* yang memiliki taraf signifikansi 0,05. Taraf signifikansi 0,05 ini berarti sebaran item dianggap normal ketika memiliki nilai p diatas 0,05. Sebaliknya, jika nilai p kurang dari 0,05 berarti sebaran item dianggap tidak normal. Setelah peneliti melakukan uji normalitas pada variabel dukungan sosial dengan $N = 127$, didapatkan nilai K-S-Z sebesar 1,213 dengan nilai $p = 0,105$. Hal ini menunjukkan bahwa sebaran item variabel dukungan sosial dianggap normal.

b. *Burnout*

Peneliti melakukan uji normalitas pada variabel *burnout* menggunakan teknik *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Z Test* yang memiliki taraf signifikansi 0,05. Taraf signifikansi 0,05 ini berarti sebaran item dianggap normal ketika memiliki nilai p diatas 0,05. Sebaliknya, jika nilai p kurang dari 0,05 berarti sebaran item dianggap tidak normal. Setelah peneliti melakukan uji normalitas pada variabel *burnout* dengan $N = 127$, didapatkan nilai K-S-Z sebesar 0,492 dengan nilai $p = 0,969$. Hal ini menunjukkan bahwa sebaran item variabel *burnout* dianggap normal.

5.1.2 Uji Linearitas

Uji linearitas pada penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara kedua variabel yang diteliti, yaitu variabel bebas dan variabel tergantung. Hasil uji linearitas antara dua variabel tersebut didapatkan F linear sebesar 23,329 dengan nilai $p = 0,00$ yang berarti p kurang dari 0,05. Hasil tersebut memiliki arti bahwa kedua variabel yang diteliti memiliki hubungan yang linear.

5.2 Uji Hipotesis

Dalam penelitian ini, perhitungan uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan bantuan IBM SPSS *Statistic for Windows* versi 20.0. Peneliti memilih teknik korelasi *Product Moment* milik Pearson untuk menguji kedua skala yaitu skala dukungan sosial dan skala *burnout*. Setelah dilakukan pengujian terhadap dua skala, didapatkan $r_{xy} = -0,397$ dengan

nilai $p = 0,00$ ($p < 0,05$). Kedua variabel dianggap memiliki hubungan yang signifikan ketika nilai p dibawah $0,05$. Berdasarkan hasil pengujian, terbukti bahwa terdapat korelasi negatif dan signifikan antara dukungan sosial dengan *burnout*, sehingga menjadi bukti bahwa hipotesis dapat diterima. Sifat hubungan negatif maka semakin tinggi tingkat dukungan sosial yang diperoleh, semakin rendah tingkat *burnout* yang akan dialami, begitu pula sebaliknya.

5.3 Pembahasan

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan, didapatkan hasil bahwa hipotesis penelitian dapat diterima. Hipotesis tersebut yaitu terdapat hubungan negatif dan signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *burnout* pada mahasiswa tingkat akhir ($r_{xy} = -0,397$ dengan nilai $p = 0,00$). Hasil tersebut berarti semakin tinggi tingkat dukungan sosial yang diperoleh, semakin rendah tingkat *burnout* yang akan dialami. Sebaliknya, semakin rendah tingkat dukungan sosial yang diperoleh, semakin tinggi pula tingkat *burnout* yang dialami seseorang. Peneliti juga mendapatkan hasil bahwa dukungan sosial yang berasal dari teman sebaya memiliki pengaruh sebesar 15,7% terhadap *burnout* pada mahasiswa tingkat akhir, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain.

Burnout menurut Santrock (dalam Christiana, 2020) merupakan suatu perasaan putus asa dan rasa tidak berdaya yang diakibatkan oleh keadaan stress yang berlarut-larut dan berkaitan dengan penyelesaian pekerjaan. *Burnout* merupakan suatu pengalaman yang terjadi secara personal dengan adanya kondisi seperti kelelahan baik secara fisik,

emosional, maupun mental yang disebabkan oleh keadaan yang menuntut emosi dalam kurun waktu yang lama (Pines & Aronson dalam Tameon, 2019). Berkaitan dengan *burnout*, salah satu faktor yang memengaruhi terjadinya *burnout* adalah dukungan sosial.

Hasil penelitian ini selaras dengan teori yang disampaikan oleh Gold dan Roth (dalam Christiana, 2020), Sutjipto (dalam Sahrah, 2017), dan Baron dan Greenberg (dalam Praningrum & Ariyadi, 2010) bahwa dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang memengaruhi terjadinya *burnout*. Hasil penelitian ini juga sesuai dengan pendapat Andarika (dalam Adnyaswari & Adnyani, 2017) bahwa dukungan sosial memiliki hubungan langsung dengan *burnout* yang dialami oleh seseorang.

Peneliti menemukan hasil yang konsisten dengan penelitian milik Andriani dan Helmayunita (2019) pada salah satu perusahaan asuransi. Didapatkan hasil bahwa dukungan sosial memiliki hubungan negatif yang signifikan terhadap *burnout*. Situasi yang menekan dan beban pekerjaan yang terlalu berat membuat individu membutuhkan dukungan sosial. Dengan tingkat dukungan sosial yang tinggi, individu dapat memiliki kemampuan untuk mengatasi tekanan yang didapatkan. Sebaliknya, individu yang kurang memperoleh dukungan sosial cenderung kesulitan mengatasi tekanan yang didapatkan.

Penelitian lain milik Adawiyah dan Blikololong (2018) yang dilakukan pada karyawan rumah sakit juga menunjukkan hasil yang serupa. Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan *burnout*. Dukungan sosial dari orang lain dapat membantu

seseorang mengatasi masalah-masalah psikologis dengan cepat dan tepat. Dukungan sosial merupakan suatu dasar bagi seseorang dalam menghadapi masalah sehingga mencegah terjadinya *burnout* (Rohman, Prihartanti, & Rosyid dalam Adawiyah & Blikololong, 2018).

Dukungan sosial ini bisa didapatkan dari pasangan, keluarga, teman, rekan kerja, dokter, ataupun suatu komunitas organisasi (Sarafino, 1990). Bagi mahasiswa, dukungan sosial yang utama bersumber dari teman sebaya (Desmita dalam Oktariani, Munir, & Aziz, 2020). Santrock (2007) menjelaskan bahwa hal tersebut disebabkan karena mahasiswa menggunakan sebagian besar waktunya dengan teman sebaya. Dukungan yang bersumber dari teman sebaya ini menjadi prediktor yang penting dalam penyesuaian, prestasi, dan komitmen mahasiswa terhadap perguruan tinggi (Dennis, Phinney, & Chuateco, 2005).

Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan *burnout* diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Rozsy (2018). Penelitian tersebut membuktikan bahwa dukungan sosial teman sebaya khususnya dukungan emosional memiliki hubungan negatif dengan *burnout* pada mahasiswa Fakultas Keperawatan, Universitas Jember. Hubungan negatif tersebut berarti semakin tinggi dukungan emosional yang diberikan, maka semakin rendah tingkat *burnout* yang dialami.