

HUBUNGAN ANTARA *INTERNAL LOCUS OF CONTROL* DAN EFIKASI DIRI DENGAN *BURNOUT* MAHASISWA INSTITUT TEKNOLOGI DAN BISNIS ADIAS PEMALANG YANG KULIAH SAMBIL BEKERJA

SKRIPSI

Diajukan kepada

Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang

untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Menyelesaikan Program Strata Satu

(S1) Psikologi (S.Psi)



Intan Nur Permatasari

1907016121

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG**

2023

LEMBAR PENGESAHAN



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PENGESAHAN

Judul : HUBUNGAN ANTARA *INTERNAL LOCUS OF CONTROL* DAN FIKASI DIRI DENGAN *BURNOUT* MAHASISWA INSTITUT TEKNOLOGI DAN BISNIS ADIAS PEMALANG YANG KULIAH SAMBIL BEKERJA

Penulis : Intan Nur Permatasari
NIM : 1907016121
Jurusan : Psikologi

Telah diujikan dalam sidang *munaqosah* oleh Dewan Penguji Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo dan dapat diterima sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana dalam ilmu Psikologi.

Semarang, 5 Juli 2023

DEWAN PENGUJI

Penguji I

Moh. Arifin, S.Ag., M.Hum.
NIP 197110121997031003

Penguji II,

Khairani Zikrinawati, M.A.
NIP 199201012019032036

Penguji III

Dewi Khurun Aini, S.PdI, M.A.
NIP 198605232018012002

Penguji IV

Nadya Ariyani Hasanah
Nurriyatiningrum, M. Psi., Psikolog
NIP 19920117201903219

Pembimbing I

Dr. Haidi Bukhori, S.Ag., M.Si
NIP 197304271996031001

Pembimbing II

Khairani Zikrinawati, M.A.
NIP 199201012019032036

PERNYATAAN KEASLIAN

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Intan Nur Permatasari

NIM : 1907016121

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul :

HUBUNGAN ANTARA *INTERNAL LOCUS OF CONTROL* DAN EFIKASI DIRI DENGAN *BURNOUT* MAHASISWA INSTITUT TEKNOLOGI DAN BISNIS ADIAS PEMALANG YANG KULIAH SAMBIL BEKERJA

Secara keseluruhan adalah hasil penelitian karya saya sendiri, kecuali pada bagian tertentu yang dirujuk sumbernya.

Semarang, 12 Juni 2023



Intan Nur Permatasari
NIM. 1907016121

NOTA PERSETUJUAN PEMBIMBING I



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Yth.
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan
UIN Walisongo Semarang
Di Semarang

Assalamu'alaikum. wr. wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : HUBUNGAN ANTARA *INTERNAL LOCUS OF CONTROL* DAN EFIKASI DIRI DENGAN *BURNOUT* MAHASISWA INSTITUT TEKNOLOGI DAN BISNIS ADIAS PEMALANG YANG KULIAH SAMBIL BEKERJA

Nama : INTAN NUR PERMATASARI
NIM : 1907016121
Jurusan : PSIKOLOGI


Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

Wassalamu'alaikum. wr. wb.

Mengetahui
Pembimbing I,


Dr. Baidi Bukhori, M.Si
NIP 19730427 199603 1001

Semarang, 12 Juni 2023
Yang bersangkutan


Intan Nur Permatasari
NIM 1907016121

NOTA PERSETUJUAN PEMBIMBING II



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
JURUSAN PSIKOLOGI

Jl. Prof. Hamka (Kampus III) Ngaliyan, Semarang 50185, Telp. 76433370

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Yth.
Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan
UIN Walisongo Semarang
Di Semarang

Assalamu'alaikum. wr. wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan dan koreksi naskah skripsi dengan judul sebagai berikut.

Judul : HUBUNGAN ANTARA *INTERNAL LOCUS OF CONTROL* DAN EFIKASI DIRI DENGAN *BURNOUT* MAHASISWA INSTITUT TEKNOLOGI DAN BISNIS ADIAS PEMALANG YANG KULIAH SAMBIL BEKERJA
Nama : INTAN NUR PERMATASARI
NIM : 1907016121
Jurusan : PSIKOLOGI

Saya memandang bahwa naskah skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo untuk diujikan dalam Ujian Munaqosah.

Wassalamu'alaikum. wr. wb.

Mengetahui
Pembimbing II,

Khairani Zikrinawati, M.A.
NIP 199201012019032036

Semarang, 12 Juni 2023
Yang bersangkutan

Intan Nur Permatasari
NIM 1907016121

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT atas rahmat, berkah, dan hidayah yang telah diberikan kepada peneliti, sehingga skripsi yang berjudul “Hubungan antara *Internal Locus Of Control* dan Efikasi Diri dengan *Burnout* Mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pemasang yang Kuliah sambil Bekerja” dapat terselesaikan dengan baik.

Penelitian ini tentu tidak akan berhasil tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, karena banyak hambatan dan rintangan yang harus peneliti lalui untuk bisa menyelesaikan penelitian ini. Maka dari itu, peneliti ingin mengungkapkan rasa terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Allah SWT atas segala rahmat, berkah, hidayah, rezeki, dan kemudahan yang telah diberikan kepada peneliti sehingga skripsi ini bisa terselesaikan.
2. Kedua orang tua peneliti, Bapak Karyono dan Ibu Almh. Wiyati, atas dukungan doa, nasihat, semangat, kesabaran, kebesaran hati, penguat, pengingat sehingga peneliti bisa menyelesaikan studinya.
3. Rektor UIN Walisongo Semarang Bapak Prof. Dr. Imam Taufiq, M.Ag.
4. Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan Bapak Prof. Dr. Syamsul Ma'arif, M.Ag.
5. Ibu Wening Wihartati, S.Psi., M.Si selaku ketua jurusan psikologi.
6. Ibu Khairani Zikrinawati, M.A. selaku dosen wali dan pembimbing II.
7. Bapak Dr. Baidi Bukhori, M.Si selaku pembimbing I.

8. Dosen Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo Semarang yang telah memberikan ilmu dengan tulus selama peneliti menjalani perkuliahan.
9. Kepada kakak peneliti, Indra Febri Wibowo dan Diah Wuriyah Ningsih yang selalu siap sedia setiap saat untuk membantu.
10. Keluarga besar peneliti yang senantiasa memberikan dukungan, semangat dan selalu mendoakan keberhasilan dalam mengikuti perkuliahan sampai penyusunan skripsi.
11. Kepada Institut Teknologi dan Bisnis adias Pemalang yang sudah memberikan izin penelitian.
12. Kepada mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pemalang yang sudah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini untuk memberikan informasi yang dibutuhkan guna kelancaran penelitian.
13. Kepada Intanu, Mahda, Dien, Taza yang telah menjadi sahabat peneliti yang banyak membantu dan kebersamaian dari awal semester sampai selesainya skripsi ini. *See you on top.*
14. Kepada *Girllapan* (Lisma, Tika, Lutfi, Wulan, Fanny, Syahfara, Ninda), dan Lia yang selalu ada meskipun tidak bersama.
15. Kepada seluruh teman-teman Psikologi angkatan 2019 terutama kelas C yang telah memberikan pengalaman dan pembelajaran selama dibangku perkuliahan ini.
16. Kepada semua pihak yang telah membantu dalam proses penyelesaian skripsi ini yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu

17. *Last but not least, I wanna thank me, I wanna thank me for believing in me, I wanna thank me for doing all this hard work, I wanna thank me for having no days off, I wanna thank me for never quitting, I wanna thank me for always being a giver and trying to do more than I receive, I wanna thank me for tryna do more right than wrong, I wanna thank me for just being me at all times.*

Penelitian ini tentu masih jauh dari kata sempurna, maka dari itu jika dimasa mendatang terdapat kritikan terkait hasil penelitian ini, peneliti akan menerima dengan tangan terbuka. Peneliti berharap hasil dari penelitian ini akan bermanfaat. Semoga kebaikan pihak-pihak terkait mendapat balasan setimpal dari Allah SWT.

Semarang, 12 Juni 2023



Intan Nur Permatasari
NIM. 1907016121

MOTTO

“If we never try, how will we know”.

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN KEASLIAN.....	iii
NOTA PERSETUJUAN PEMBIMBING I	iv
NOTA PERSETUJUAN PEMBIMBING II.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
MOTTO	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian.....	9
E. Keaslian Penelitian.....	10
BAB II	13
LANDASAN TEORI.....	13
A. Burnout	13
1. Pengertian <i>Burnout</i>	13
2. Aspek-aspek <i>Burnout</i>	14
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Burnout</i>	15

4.	<i>Burnout</i> dalam Perspektif Islam.....	18
B.	<i>Internal Locus of Control</i>	21
1.	Pengertian <i>Internal Locus of Control</i>	21
2.	Aspek-aspek <i>Internal Locus of Control</i>	22
3.	Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Internal Locus of Control</i>	24
4.	<i>Internal Locus of Control</i> dalam Perspektif Islam	25
C.	Efikasi Diri.....	26
1.	Pengertian Efikasi Diri.....	26
2.	Aspek-aspek Efikasi Diri.....	28
3.	Faktor-faktor Efikasi Diri.....	30
4.	Efikasi Diri dalam Perspektif Islam.....	33
D.	Hubungan <i>Internal Locus Of Control</i> dan Efikasi Diri dengan <i>Burnout</i> Mahasiswa yang Kuliah Sambil Bekerja	35
E.	HIPOTESIS	40
BAB III.....	42
METODOLOGI PENELITIAN	42
A.	Jenis dan Pendekatan Penelitian	42
B.	Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	42
1.	Variabel Penelitian	42
2.	Definisi Operasional	43
C.	Lokasi dan Waktu Penelitian.....	44
1.	Tempat Penelitian	44
2.	Waktu Penelitian	44
D.	Sumber Data	44
E.	Responden Penelitian.....	45
1.	Populasi	45
2.	Sampel	46
3.	Teknik Sampling.....	47
F.	Teknik Pengumpulan Data	48
1.	Alat Ukur.....	49
G.	Validitas dan Reabilitas Alat Ukur	61
1.	Uji Validitas.....	61
2.	Uji Reliabilitas.....	72
H.	Teknik Analisis Data.....	74
1.	Uji Asumsi	74
2.	Uji Hipotesis	75

BAB IV	76
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	76
A. Hasil Penelitian.....	76
1. Deskripsi Subjek	76
2. Kategorisasi Variabel	78
3. Teknik Analisis Data	80
B. Pembahasan	85
BAB V.....	93
KESIMPULAN DAN SARAN	93
A. Kesimpulan	93
B. Saran	93
DAFTAR PUSTAKA	95
LAMPIRAN.....	101
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	114

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Jumlah Populasi	45
Tabel 2. Skor Skala Likert	48
Tabel 3. Blue Print Skala Burnout	49
Tabel 4. Blue Print Skala Internal Locus of Control.....	54
Tabel 5. Blue Print Skala Internal Locus of Control.....	57
Tabel 6. Output Uji Validitas Corrected Item-Total Correlation Skala Burnout.....	62
Tabel 7. Hasil Try Out Uji Validitas Skala Burnout.....	65
Tabel 8. Output Uji Validitas Corrected Item-Total Correlation Skala Internal Locus of Control	66
Tabel 9. Output Uji Validitas Corrected Item-Total Correlation Skala Internal Locus of Control	68
Tabel 10. Output Uji Validitas Corrected Item-Total Correlation Skala Efikasi Diri	69
Tabel 11. Hasil Try Out Uji Validitas Skala Efikasi Diri	71
Tabel 12. Uji Reliabilitas Skala Burnout	72
Tabel 13. Uji Reliabilitas Skala Internal Locus of Control.....	73
Tabel 14. Uji Reliabilitas Skala Efikasi Diri.....	73
Tabel 15. Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi	75
Tabel 16. Hasil Uji Deskriptif.....	78
Tabel 17. Kategorisasi Skor Burnout	78
Tabel 18. Kategorisasi Burnout.....	78
Tabel 19. Kategorisasi Skor Internal Locus of Control	79
Tabel 20. Kategorisasi Internal Locus of Control.....	79
Tabel 21. Kategorisasi Skor Efikasi Diri	79
Tabel 22. Kategorisasi Efikasi Diri.....	80
Tabel 23. Hasil Uji Normalitas Internal Locus of Control, Efikasi Diri, dan Burnout..	80
Tabel 24. Hasil Uji Linearitas Internal Locus of Control dengan Burnout.....	81
Tabel 25. Hasil Uji Linearitas Efikasi Diri dengan Burnout.....	82
Tabel 26. Hasil Uji Koefisien Korelasi Hipotesis 1	82
Tabel 27. Hasil Uji Koefisien Korelasi Hipotesis 2.....	83
Tabel 28. Hasil Uji Koefisien Korelasi Hipotesis 3.....	84

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Presentase Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin	76
Gambar 2. Presentase Subjek Berdasarkan Jurusan.....	76
Gambar 3. Presentase Subjek Berdasarkan Angkatan	77
Gambar 4. Presentase Subjek Berdasarkan Lama Bekerja	77

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Google Form Uji Coba	101
Lampiran 2. Google Form Penelitian.....	102
Lampiran 3. Tabel Output Uji Validitas Corrected Item-Total Correlation Skala Burnout.....	103
Lampiran 4. Tabel Output Uji Validitas Corrected Item-Total Correlation Skala Internal Locus of Control	105
Lampiran 5. Tabel Output Uji Validitas Corrected Item-Total Correlation Skala Efikasi Diri	106
Lampiran 6. Tabel Uji Reliabilitas Skala Burnout.....	108
Lampiran 7. Tabel Uji Reliabilitas Skala Internal Locus of Control	108
Lampiran 8. Tabel Uji Reliabilitas Skala Efikasi Diri	108
Lampiran 9. Gambar Presentase Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin.....	108
Lampiran 10. Gambar Presentase Subjek Berdasarkan Jurusan	109
Lampiran 11. Gambar Presentase Subjek Berdasarkan Angkatan.....	109
Lampiran 12. Gambar Presentase Subjek Berdasarkan Lama Bekerja.....	109
Lampiran 13. Tabel Hasil Uji Deskriptif	110
Lampiran 14. Tabel Kategorisasi Burnout	110
Lampiran 15. Tabel Kategorisasi Internal Locus of Control	110
Lampiran 16. Tabel Kategorisasi Efikasi Diri	110
Lampiran 17. Tabel Hasil Uji Normalitas Internal Locus of Control, Efikasi Diri, dan Burnout.....	111
Lampiran 18. Tabel Hasil Uji Linearitas Internal Locus of Control dengan Burnout	111
Lampiran 19. Tabel Hasil Uji Linearitas Efikasi Diri dengan Burnout	111
Lampiran 20. Tabel Hasil Uji Koefisien Korelasi Hipotesis 1	112
Lampiran 21. Tabel Hasil Uji Koefisien Korelasi Hipotesis 2	112
Lampiran 22. Tabel Hasil Uji Koefisien Korelasi Hipotesis 3	113
Lampiran 23. Surat Permohonan Izin Penelitian	113

ABSTRACT

Burnout is a condition in which individuals feel extreme boredom with the activities they carried out, which results in decreased motivation, a strong sense of laziness, and decreased performance. The purpose of this study was to empirically examine the relationship between internal locus of control and self-efficacy toward burnout in Institutional students of Technology and Business Adias Pematang who studies while working. The method used in this study is a quantitative correlational approach involving 100 students of the Adias Pematang Institute of Technology and Business as a research sample. The sampling technique used is non-probability sampling, where each member of the population does not have the same opportunity to be selected as a sample. Burnout, internal locus of control, and self-efficacy are used as research tools. The analytical method used is multiple correlation analysis. The results showed that there was a significant negative relationship between internal locus of control and the burnout of students at the Adias Pematang Institute of Technology and Business who studied while working, with a moderate relationship level of -0.584. Furthermore, the test results show that there is a significant negative relationship between self-efficacy and burnout of students of the Adias Pematang Institute of Technology and Business who study while working, with a moderate level of -0.538. In the third test, the results showed a significant relationship between internal locus of control and self-efficacy with burnout of students at the Adias Pematang Institute of Technology and Business who study while working, with a low level of 0.363. Based on the research results, it can be concluded that the higher the level of internal locus of control and self-efficacy, the burnout of Adias Pematang Institute of Technology and Business students who work will be lower.

Keywords: *burnout, internal locus of control, self-efficacy, studying while working*

ABSTRAK

Burnout merupakan kondisi dimana individu merasakan kebosanan yang ekstrem terhadap aktivitas yang dilakukan, yang mengakibatkan menurunnya motivasi, munculnya rasa malas yang kuat, dan penurunan kinerja. Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji secara empiris hubungan antara *internal locus of control* dan efikasi diri dengan *burnout* mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pemasang yang kuliah sambil bekerja. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif korelasional dengan melibatkan 100 mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pemasang sebagai sampel penelitian. Teknik sampling yang digunakan adalah *non probability sampling*, dimana setiap anggota populasi tidak memiliki peluang yang sama guna dipilih sebagai sampel. *Burnout*, *internal locus of control*, dan efikasi diri digunakan sebagai alat penelitian. Metode analisis yang digunakan adalah analisis korelasi berganda. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif signifikan antara *internal locus of control* dengan *burnout* mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pemasang yang kuliah sambil bekerja, dengan tingkat hubungan sedang sebesar -0,584. Selanjutnya, hasil pengujian menunjukkan terdapat hubungan yang negatif signifikan antara efikasi diri dengan *burnout* mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pemasang yang kuliah sambil bekerja, dengan tingkat sedang sebesar -0,538. Pada pengujian ketiga, hasilnya menunjukkan hubungan yang signifikan antara *internal locus of control* dan efikasi diri dengan *burnout* mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pemasang yang kuliah sambil bekerja, dengan tingkat rendah sebesar 0,363. Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat *internal locus of control* dan efikasi diri, maka *burnout* pada mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pemasang yang bekerja akan semakin rendah.

Kata Kunci: *burnout*, *internal locus of control*, efikasi diri, kuliah sambil bekerja

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perguruan Tinggi merupakan suatu institusi akademik yang memiliki tanggung jawab untuk memberikan pendidikan dan pelatihan kepada para mahasiswa dengan cara ilmiah dan sesuai dengan kebudayaan Indonesia. Prabowo (2010: 410) menjelaskan bahwa di perguruan tinggi, pengelolaan berfokus pada tiga bidang utama, yaitu: proses, konten, dan sumber daya. Faktor-faktor lain yang memengaruhi kualitas perguruan tinggi meliputi struktur organisasi dan budaya organisasi, serta etika kerja dan prinsip moral. Meskipun setiap faktor tersebut tidak dapat dipisahkan satu sama lain, namun harus diintegrasikan dengan memperhatikan visi, misi, tujuan, dan sasaran perguruan tinggi. Sumber daya manusia, khususnya mahasiswa, juga merupakan indikator kualitas perguruan tinggi.

Mahasiswa adalah sekelompok manusia yang sedang menempuh pendidikan tinggi dan diharapkan pada akhirnya dapat memimpin bangsanya, negaranya, bahkan didunia kerja (Wijaya, 2016: 1). Mahasiswa adalah sebutan untuk orang-orang yang saat ini terdaftar di perguruan tinggi yang terdiri dari universitas, institut, sekolah tinggi, akademi, dan sekolah politeknik. Peran mahasiswa tidak hanya sebatas memperoleh pengetahuan melalui kegiatan di kelas, perpustakaan, dan sumber informasi digital yang

terkait dengan disiplin ilmu yang ditekuni, namun jauh melampaui batas tersebut.

Mahasiswa tidak sekedar belajar di kelas, tetapi juga bekerja maupun terlibat dalam kegiatan yang tidak berhubungan dengan kampus (Octavia & Nugraha, 2013: 44). Mahasiswa harus mencari cara agar dapat memenuhi kebutuhan hidupnya secara memadai baik untuk biaya hidup maupun pendidikannya karena kebutuhan pokok sehari-hari yang mahal. Beberapa mahasiswa mencari solusi agar dapat terpenuhi itu semua dengan bekerja, sehingga banyak ditemukan mahasiswa kuliah sambil bekerja (Mardelina & Muhson, 2017: 202). Biasanya, mahasiswa akan bekerja paruh waktu (*parttime jobs*). Dengan kebutuhan akan pengelolaan sumber daya yang baik serta berbagai tugas yang diperlukan dan harus diselesaikan, tantangan yang dihadapi oleh seorang mahasiswa yang bekerja akan menjadi kompleks, dan tidak serta merta mengarah pada *burnout*.

Burnout merupakan kondisi kelelahan emosional dan fisik yang diakibatkan dari terlalu banyak energi emosional dalam situasi yang tidak kondusif bagi stabilitas emosi. Berbagai rutinitas sehari-hari yang dikerjakan saat dikampus membuat mahasiswa beresiko mengalami *burnout* (Chrisnawati *dkk*, 2019: 102). Menurut Schaufeli *et al.* (2002: 470) beberapa aspek dari *burnout*, yaitu: 1) *exhaustion* atau kelelahan emosional yaitu individu merasa emosinya terkuras dan habis. Individu kekurangan energi untuk menjalani hari; 2) *cynicism* yaitu kurangnya kepedulian terhadap

keadaan saat ini; 3) *professional efficacy* yaitu individu merasa tidak memiliki kemampuan yang memadai, tidak mampu mencapai hasil yang diinginkan, kurang produktif dalam melaksanakan tugas-tugas, mengalami kesulitan dalam menyelesaikan pekerjaan, dan mengalami penurunan rasa percaya diri.

Menurut penelitian oleh Suha, *et al.* (2022: 287) *burnout* mempengaruhi 570 mahasiswa keperawatan dari universitas di Brazil dalam tingkat kelelahan yang tinggi (64%), tingkat sinisme (35,7%), dan tingkat kinerja pribadi yang rendah (87,72%). Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh (Alimah, dkk, 2018: 133) menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa mengalami *burnout* dengan tingkat yang tinggi (56,4%). Akibatnya perlu dilakukan intervensi agar *burnout* ini tidak berdampak pada produktivitas mahasiswa.

Dampak *burnout* bagi mahasiswa salah satunya yaitu *drop out* telah banyak terjadi pada beberapa perguruan tinggi di Indonesia. Persentase *drop out* di Universitas Terbuka dari tahun 2001-2007 mencapai 86,40%, yang mayoritas disebabkan oleh tingkat belajar mahasiswa yang menurun (Ratnaningsih, dkk, 2008: 102). Kampus lain yang mengalami fenomena ini adalah Institut Teknologi Bandung (ITB), dimana sekitar 10% mahasiswa S1 mengalami *drop out* setiap tahun atau 2% setiap semester karena permasalahan akademik.

Dampak lainnya dari *burnout* bagi mahasiswa antara lain tidak memiliki motivasi untuk belajar bahkan malas untuk belajar, kegiatan belajar

terasa sangat membosankan sehingga mengakibatkan prestasi belajar menurun (Muna, 2013: 67). Walaupun kuliah sambil bekerja, akan tetapi mahasiswa juga mengharapkan agar dapat berprestasi di kampus, karena pada hakikatnya prestasi adalah standar kesuksesan mahasiswa (Fakhria & Setiowati, 2017: 30). Menurut Khusumawati & Christiana (2014: 2), pada saat mahasiswa mengalami *burnout*, maka akan mengalami gejala yakni lesu, kurangnya motivasi untuk terlibat dalam kegiatan belajar, penurunan tingkat energi, dan kurangnya hasil dari tugas yang dikerjakan.

Berdasarkan prariset yang telah dilakukan peneliti terhadap 7 mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pematang menunjukkan 5 mahasiswa menunjukkan adanya gejala *burnout*, yaitu dapat dilihat dari aspek *exhaustion* seperti merasa pusing bahkan mual ketika sedang mengikuti kegiatan perkuliahan, mudah capek, sulit tidur ketika malam hari, gelisah, dan tidak bersemangat dalam menjalani perkuliahan maupun pada saat bekerja. Kemudian aspek *cynism* seperti mudah tersinggung dengan perkataan orang lain, acuh tak acuh terhadap teman-teman dan lingkungan sekitar, dan mudah marah tanpa alasan yang jelas, malas berjumpa dengan orang-orang. Dan juga aspek *reduce of profesional efficacy* seperti kurang percaya diri karena tidak bisa maksimal dalam menjalankan perkuliahan dan bekerja, mengalami kesulitan untuk berkonsentrasi saat kegiatan belajar di kelas dan pada saat ujian, merasa tugas yang diberikan sangat berat sehingga sering menunda-nunda dalam mengerjakan tugas, menganggap hasil yang diperoleh dari kerja

kerasnya tidak maksimal, dan sering kehilangan ide saat mengerjakan tugas. Dari prariset yang telah dilakukan tersebut dapat ditarik kesimpulan bahwa mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Adias yang bekerja mengalami gejala burnout.

Burnout disebabkan oleh faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal yang mempengaruhi *burnout* salah satunya yaitu dukungan sosial. Burnout disebabkan oleh lingkungan sekitar, khususnya lingkungan sosial. Hal ini terjadi sebagai akibat kapasitas dukungan sosial untuk membantu mahasiswa mengatasi hambatan akademik yang mahasiswa alami sehingga dapat mengurangi *burnout* pada mahasiswa (Dayanti, 2019: 24). Selain itu, terdapat dua penyebab yang berhubungan dengan *burnout* pada faktor internal mahasiswa yaitu *self-esteem* dan efikasi diri.

Efikasi diri didefinisikan oleh Zajacova, dkk. (2005: 677) sebagai karakteristik bagi mahasiswa yang sangat penting sehubungan dengan kapasitas individu untuk melaksanakan tugas-tugas akademik termasuk mempersiapkan ujian dan mengerjakan tugas perkuliahan. Mahasiswa seharusnya memiliki efikasi diri sehingga memiliki kemampuan untuk mengontrol peristiwa-peristiwa dalam kehidupan (Alfinuha & Nuqul, 2017: 14). Menurut (Rachmah, 2013: 9), mahasiswa yang memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi dapat mengatasi berbagai tantangan yang dihadapi sebagai mahasiswa di perguruan tinggi. Selain itu, mahasiswa dengan tingkat efikasi diri yang tinggi juga menunjukkan penurunan tingkat kecemasan, gejala

depresi yang lebih rendah, kepuasan hidup yang besar, dan peningkatan dalam prestasi akademik. Menurut pernyataan yang dikemukakan oleh Chemers dkk (2001: 55), mahasiswa yang memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi menunjukkan kemampuan yang lebih fleksibel dalam menemukan solusi atas masalah perkuliahan, memiliki aspirasi yang tinggi dalam mencapai keberhasilan akademik, dan mencapai kinerja yang lebih baik jika dibandingkan dengan mahasiswa yang memiliki tingkat efikasi diri yang rendah.

Menurut penelitian dari Victoriana (2012: 42), mahasiswa dengan efikasi diri yang tinggi mempunyai kepercayaan diri untuk menghadapi situasi yang menantang secara efektif dan menangani berbagai situasi terkait pekerjaan yang penuh tekanan. Efikasi diri yang tinggi juga meningkatkan motivasi mahasiswa untuk menguasai materi perkuliahannya yang sulit dan kompleks. Efikasi diri yang tinggi membuat mahasiswa mampu mengukur kemampuannya secara akurat, sehingga mahasiswa akan dapat membuat pilihan tentang tindakan yang mahasiswa miliki. Mahasiswa dengan efikasi diri tinggi memiliki *sense of self-achievement*. *Sense of self-achievement* membuat mahasiswa kuat dari kegagalan. Kegagalan atau kesalahan menjadi pengalaman untuk mengatasi masalah atau tugas yang serupa (Yulikhah dkk, 2019: 73). Waskito (2019: 1) menjelaskan faktor lain yang dapat menyebabkan *burnout* pada mahasiswa yaitu *internal locus of control*.

Menurut Kreitner & Kinicki (2009: 76), individu yang mempunyai *internal locus of control* merupakan individu yang mempunyai kemampuan untuk mengenali setiap indikator yang berdampak negatif pada kualitas hidup individu. Individu dengan *internal locus of control* yang kuat memiliki kemampuan untuk mengatur perilakunya. Menurut Sarafino & Smith (2014: 87), individu yang memiliki *internal locus of control* memahami bahwa kesuksesan dan kegagalan hidup individu berhubungan langsung dengan individu sendiri.

Menurut Fadila (2016: 83) menekankan bahwa individu dengan *internal locus of control* terus bekerja keras dan bersabar karena individu memahami bahwa kesuksesan akan diperoleh dari hasil kerja keras individu sendiri. Hal ini dapat menghindarkan individu dari *burnout*. Menurut penelitian Greenberg & Baron (1993: 39), individu yang memiliki *internal locus of control* memiliki motivasi yang lebih kuat untuk mengerjakan tugas dan lebih mampu menangani stres daripada individu yang tidak memiliki *internal locus of control*.

Berdasarkan uraian diatas dan juga prariset yang sudah dilakukan pada beberapa mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pematang, menunjukkan bahwa beberapa mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pematang yang bekerja menunjukkan gejala *burnout*, oleh karena itu perlu diteliti tentang hubungan antara *internal locus of control* dan efikasi diri

dengan *burnout* mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pematang yang kuliah sambil bekerja.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang sudah dikemukakan sebelumnya, jadi rumusan masalah dalam penelitian ini, yaitu:

1. Apakah ada hubungan antara *internal locus of control* dengan *burnout* mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pematang yang kuliah sambil bekerja?
2. Apakah ada hubungan antara efikasi diri dengan *burnout* mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pematang yang kuliah sambil bekerja?
3. Apakah ada hubungan antara *internal locus of control* dan efikasi diri dengan *burnout* mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pematang yang kuliah sambil bekerja?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah yang telah dikemukakan, jadi tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk menguji secara empiris hubungan antara *internal locus of control* dengan *burnout* mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pematang yang kuliah sambil bekerja.

2. Untuk menguji secara empiris hubungan antara efikasi diri dengan *burnout* mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pematang yang kuliah sambil bekerja.
3. Untuk menguji secara empiris hubungan antara *internal locus of control* dan efikasi diri dengan *burnout* mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pematang yang kuliah sambil bekerja.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teori, tujuan dari penelitian ini adalah untuk memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, terutama dalam bidang pendidikan dan psikologi yang terkait dengan konsep hubungan antara *internal locus of control* dan efikasi diri dengan *burnout* mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pematang yang kuliah sambil bekerja.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pematang penelitian ini dapat dijadikan acuan untuk meminimalisir terjadinya *burnout* pada mahasiswa yang bekerja yang disebabkan oleh rendahnya *internal locus of control* dan efikasi diri.
- b. Bagi peneliti sendiri, untuk menambah wawasan serta memperluas pengetahuan peneliti mengenai *internal locus of control* dan efikasi

diri dengan *burnout* mahasiswa yang kuliah sambil bekerja, sehingga dapat memperkaya ilmu.

- c. Bagi peneliti lain, dapat dijadikan acuan dalam pengembangan dan penelitian selanjutnya berkaitan dengan *internal locus of control* dan efikasi diri dengan *burnout* mahasiswa yang kuliah sambil bekerja.

E. Keaslian Penelitian

Berbagai penelitian tentang *burnout* pada mahasiswa yang bekerja telah dilakukan, namun yang mengkaji hubungan antara *internal locus of control* dan efikasi diri dengan *burnout* mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pematang yang kuliah sambil bekerja belum dipublikasikan. Beberapa studi sebelumnya telah memusatkan perhatian pada variabel yang memiliki kesamaan dengan variabel yang sedang dibahas ini, yaitu:

Pertama, Penelitian yang dilakukan oleh Lutfi, dkk (2022) dengan judul “Pengaruh Dukungan Sosial, *Self-Esteem*, dan *Self-Efficacy* terhadap *Burnout* Mahasiswa” (Studi pada mahasiswa UNISMA). Dari hasil penelitian terlihat jika variabel *self-efficacy* mempunyai pengaruh positif yang signifikan terhadap terjadinya *burnout* pada mahasiswa. Nilai koefisien β_3 pada regresi *self-efficacy* (X_3) adalah 0,223. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara *self-efficacy* dengan terjadinya *burnout* pada mahasiswa UNISMA.

Kedua, penelitian terdahulu mengenai "*Self-efficacy* dengan *Burnout Akademik* pada Mahasiswa yang Bekerja" (Orpina & Prahara, 2019). Dari temuan ini dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi negatif antara *self-efficacy* dengan *academic burnout* pada mahasiswa yang bekerja. Dimana, jika tingkat *self-efficacy tinggi*, maka tingkat *academic burnout* pada mahasiswa yang bekerja rendah, begitu juga sebaliknya.

Ketiga, penelitian yang berjudul "Hubungan antara *School Engagement*, *Academic Self Efficacy* dan *Academic Burnout* pada Mahasiswa" dari Arlinkasari dan Akmal (2017). Menunjukkan jika *academic self-efficacy* tinggi maka *academic burnout* rendah. Kemudian jika *academic self-efficacy* rendah, maka *academic burnout* tinggi.

Keempat, penelitian dari Waskito (2019) dengan judul "Hubungan *locus of control* dengan mahasiswa *burnout* yang bekerja". Dengan mahasiswa PTN dan PTS di DIY sebagai subjek. Didapatkan hasil koefisien korelasi $r_{xy} = -0,428$ dengan taraf signifikansi $p = 0,003$ menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *internal locus of control* dan *burnout* pada mahasiswa yang kuliah sambil bekerja.

Kelima, penelitian yang berjudul "Hubungan *Locus of Control Internal* terhadap *Burnout* pada Karyawan di PT Golden Victory Source", yang dilakukan oleh Ruhaida (2018), Jumlah sampel dalam penelitian ini yaitu 70 responden. Dari data yang diperoleh maka kesimpulannya sebagai berikut: terdapat hubungan negatif antara *internal locus of control* dengan *burnout*,

dengan $r_{xy} = -0,529$ dan $p = 0,000 < 0,050$ yang berarti apabila *internal locus of control* tinggi maka tingkat *burnout* rendah.

Berdasarkan penelitian-penelitian sebelumnya memiliki persamaan dimana pada penelitian pertama, kedua dan ketiga terdapat persamaan pada variabel efikasi diri dan *burnout*. Pada penelitian keempat dan kelima memiliki persamaan pada variabel *internal locus of control* dan *burnout*. Kemudian yang membedakan penelitian terdahulu dengan penelitian ini, antara lain: lokasi penelitian ini dengan penelitian sebelumnya berbeda, penelitian ini dilakukan di Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pematang yang merupakan salah satu perguruan tinggi di Kabupaten Pematang. Perbedaan selanjutnya yaitu jumlah populasi dan sampel yang akan diteliti berbeda dengan jumlah sampel penelitian terdahulu.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Burnout

1. Pengertian *Burnout*

Burnout adalah kondisi dimana individu kehilangan energi psikis maupun fisik. Biasanya hal itu disebabkan oleh situasi kerja yang tidak mendukung atau tidak sesuai dengan kebutuhan dan harapan. Biasanya burnout dialami dalam bentuk kelelahan fisik, mental, dan emosional yang intens (Rizka, 2013: 261). Muna (2013: 64) menyatakan pandangan bahwa *burnout* merupakan kondisi dimana individu merasakan kebosanan yang ekstrem terhadap aktivitas yang dilakukan, yang mengakibatkan menurunnya motivasi, munculnya rasa malas yang kuat, dan penurunan kinerja. Burnout adalah kondisi dari stres yang dapat berbentuk kelelahan fisik, kelelahan mental, kelelahan emosional, depersonalisasi, dan berkurangnya penghargaan terhadap diri sendiri (Rahman, 2007: 219).

Berdasarkan beragam penjelasan yang telah diungkapkan, dapat ditarik kesimpulan, *burnout* yaitu suatu kondisi psikologis yang terjadi pada individu didalam lingkungannya. Gejala yang ditunjukkan mencakup kelelahan, sikap sinisme, dan menurunnya minat terhadap tugas yang diberikan, yang pada akhirnya dapat berakibat pada penurunan prestasi.

2. Aspek-aspek *Burnout*

Menurut Pines & Aronson terdapat tiga aspek dalam *burnout* yaitu:

- a. Kelelahan fisik, seperti mual, sakit kepala, nafsu makan berkurang, dan susah tidur (Rahman, 2007: 222).
- b. Kelelahan emosional, seperti mudah marah, depresi, cepat putus asa, perasaan tidak berdaya, dan merasa terjebak dalam pekerjaannya (Rahman, 2007: 222).
- c. Kelelahan mental, seperti sinis kepada orang lain dan bersifat negatif dengan orang lain (Rahman, 2007: 222).

Menurut Schaufeli, Leiter, Maslach & Jackson *burnout* terdiri dari tiga aspek, yaitu:

- a. *Exhaustion*, kelelahan yang lebih mengarah kelelahan emosional, terjadi penurunan energi emosional yang membuat individu sulit untuk terlibat dengan orang lain (Schaufeli, *et al.*, 2002: 465).
- b. *Cynicism*, dicirikan oleh kurangnya kepedulian terhadap keadaan saat ini akan tetapi tidak selalu dengan orang lain tetapi dengan perkuliahan yang sedang dijalani (Schaufeli, *et al.*, 2002: 465).
- c. *Professional efficacy*, mencakup aspek sosial juga nonsosial dalam kesuksesan. Individu akan mengalami kurangnya motivasi dan semua tugas akan menjadi sulit dan individu cenderung merasa tidak efektif dan tidak mampu (Schaufeli, *et al.*, 2002: 465).

Berdasarkan pendapat beberapa ahli diatas maka dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek burnout terdiri dari kelelahan fisik, kelelahan mental, kelelahan emosional, *cynicism*, dan *reduce of professional efficacy*. Pada penelitian ini akan mengacu pada aspek-aspek dari Schaufeli *et al*, yaitu *exhaustion*, *cynicism*, dan *professional efficacy*.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Burnout*

Faktor-faktor yang menyebabkan *burnout* menurut Santoso (2021: 3-7), antara lain:

a. Faktor Internal

1) Jenis Kelamin

Wanita lebih besar mengalami burnout daripada pria. Hal ini dapat dikarenakan wanita sering mengalami kelelahan emosional.

2) Usia

Pekerja berusia muda akan lebih tinggi mengalami burnout dari pekerja yang berusia lebih tua. Hal ini disebabkan pekerja pada usia muda lebih dipenuhi akan suatu harapan yang terkadang tidak realistis, berbeda dengan pekerja yang memiliki usia lebih tua. Seiring bertambahnya akan usia umumnya individu lebih menjadi matang, lebih menjadi stabil, lebih menjadi teguh sehingga akan memiliki suatu pandangan lebih matang dan realistis.

3) Status Perkawinan

Individu yang belum atau tidak menikah akan lebih mudah mengalami burnout jika dibandingkan dengan individu sudah berumahtangga. Individu berstatus single akan lebih mudah mengalami level burnout yang lebih tinggi jika dibandingkan terhadap individu yang pernah bercerai.

4) Kepribadian

Salah satunya adalah *locus of control*. *Locus of control* merupakan keyakinan dari individu dalam mengontrol dirinya dalam sebuah peristiwa, kejadian kehidupan dan untuk memecahkan masalah. *Locus of control* ini terbagi dua yaitu: *internal locus of control* dan *eksternal locus of control*.

b. Faktor Eksternal

1) Beban Kerja

Beban kerja yang berlebihan merupakan salah satu dari faktor pekerjaan yang dapat menyebabkan terjadinya burnout.

2) Masa Kerja

Tidak ada berapa lama masa kerja yang spesifik dan baku yang dapat menyebabkan individu mengalami kejadian burnout, namun berdasarkan semakin lamanya individu bekerja maka akan semakin berisiko individu mengalami burnout.

3) Peran konflik dan peran ambiguitas

Individu akan memiliki perasaan konflik apabila peran dengan tuntutan yang tidak seimbang atau tidak pantas atau tidak sesuai, tidak konsisten dengan beban yang dibebankan kepadanya.

4) Lingkungan Kerja

Lingkungan kerja dapat menjadi penentu terjadinya burnout seperti adanya beban kerja yang terlalu berlebih, terjadinya konflik dari peran.

Menurut Seibert *et al.* (2016: 23), beberapa faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya *burnout*, antara lain: konsep diri (*self-concept*), beban kerja yang berlebihan (*work overload*), kurangnya dukungan sosial (*lack of social support*), kurangnya kontrol (*lack of control*), kurangnya penghargaan (*lack of reward*), faktor demografis (*demographic factors*), dan ketidakadilan (*lack of fairness*). Konsep diri (*self-concept*) dapat membuat individu lebih rentan terhadap stres dan kesulitan dalam mempertahankan prestasi diri saat berada dibawah tekanan. Beban kerja yang berlebihan (*work overload*) terjadi ketika individu menerima tugas yang melebihi kemampuan yang dimilikinya. Kurangnya dukungan sosial (*lack of social support*) dapat meningkatkan risiko terjadinya burnout. Kurangnya kontrol (*lack of control*) terjadi ketika individu kesulitan membagi prioritas tugas yang dimilikinya, apakah tugas tersebut penting atau tidak, mendesak atau tidak. Kurangnya penghargaan (*lack of reward*) akan mengurangi semangat individu dalam mengerjakan pekerjaannya,

yang berdampak pada turunnya komitmen dan motivasi belajar. Faktor demografis (*demographic factors*) juga dapat memengaruhi terjadinya burnout, seperti individu yang masih berstatus lajang lebih rentan terkena burnout. Ketidakadilan (*lack of fairness*) terjadi ketika penerapan aturan di suatu institusi cenderung tidak konsisten dan terjadi komunikasi yang kurang lancar.

Berdasarkan pendapat beberapa ahli di atas, maka dapat disimpulkan bahwa burnout disebabkan oleh faktor situasional seperti beban kerja, masa kerja, peran dan konflik kerja, lingkungan kerja, pengawasan, penghargaan, komunitas, keadilan, nilai dan faktor individual seperti jenis kelamin, usia, *internal locus of control*, tingkat pendidikan, *coping styles*, efikasi diri dan harga diri.

4. *Burnout* dalam Perspektif Islam

Setiap individu membutuhkan ketenangan dalam menghadapi masalah seperti kejenuhan (*burnout*). Individu yang selalu tenang dalam menghadapi masalah akan lebih banyak memperoleh informasi yang membuat individu tersebut lebih dapat memahami keadaan dan mengatasi masalah. Individu akan merespon sesuai dengan kemampuannya sebagai akibat dari keterbatasan pemahaman. Terdapat ayat Al-Qur'an yang berhubungan dengan *burnout* yaitu Surat Al-Baqarah: 286

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ۗ لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ ۗ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ
أَخْطَأْنَا ۗ رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا ۗ رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ
وَاعْفُ عَنَّا وَارْحَمْنَا ۗ إِنَّتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ ۝

Artinya: "Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Dia mendapat (pahala) dari (kebajikan) yang dikerjakannya dan dia mendapat (siksa) dari (kejahatan) yang diperbuatnya. Mereka berdo'a Ya Tuhan kami, janganlah engkau hukum kami jika kami lupa atau tersalah. Ya tuhan kami, janganlah engkau bebankan kepada kami beban yang berat sebagaimana engkau bebankan kepada orang-orang yang sebelum kami. Ya Tuhan kami, janganlah engkau pikulkan kepada kami apa yang tak sanggup kami memikulnya. Beri maafilah kami, ampunilah kami, dan rahmatilah kami. Engkaulah Penolong kami, maka tolonglah kami terhadap kaum yang kafir".

Menurut Tafsir Ibnu Katsir, Rasul telah beriman kepada Al-Qur'an yang diturunkan kepadanya dari Tuhannya, demikian pula orang-orang yang beriman. Semuanya beriman kepada Allah, malaikat-malaikat-Nya, kitab-kitab-Nya, dan rasul-rasul-Nya. (Mereka mengatakan), "Kami tidak membeda-bedakan antara seseorang pun (dengan yang lain) dari rasul-rasul-Nya," dan mereka mengatakan, "Kami dengar dan kami taat." (Mereka berdoa), "Ampunilah kami, ya Tuhan kami, dan kepada Engkaulah tempat kembali." Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Ia mendapat pahala (dari kebaikan) yang

dusahakannya dan ia mendapat siksa (dari kejahatan) yang dikerjakannya. (Mereka berdoa), "Ya Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami tersalah.

Setiap motivasi dari individu untuk melakukan tugas secara efektif akan ada sarana untuk melakukan tugas tersebut dengan cepat dan mudah. Individu akan memiliki lebih banyak motivasi dan semangat untuk melakukan jenis tugas lain jika individu berhasil dan memahami apa yang telah diberikan kepada individu. Semua bentuk tugas yang tidak baik merupakan tugas yang tidak tepat dengan kodrat manusia. Individu yang melakukan hal buruk disebabkan karena terpaksa. Pada saat individu melakukan hal buruk, individu akan merasa tidak tenang dan takut orang lain yang kemungkinan besar akan mengetahuinya. Setelah itu, akan ada rasa berdosa pada dirinya sendiri, malas dan merasa dirinya dibenci oleh orang lain.

Menurut pernyataan diatas, *burnout* dapat disebabkan karena individu tidak memiliki motivasi untuk melakukan tindakan yang benar dalam dirinya. Oleh karena itu individu dapat mencegah *burnout* dengan cara konsisten melakukan pekerjaan maupun tindakan yang baik dan mengenali tanda-tanda *burnout* yang dapat menimbulkan konsekuensi negatif bagi kesejahteraan individu sendiri.

B. *Internal Locus of Control*

1. *Pengertian Internal Locus of Control*

Internal Locus of control yaitu sikap individu yang yakin bahwa semua hasil, baik itu positif maupun negatif merupakan kontrol dari dalam individu itu sendiri. Individu dengan *internal locus of control* yakin bahwa individu memiliki kapasitas untuk mengatasi ancaman dan tantangan yang muncul dari lingkungan (Nainggolan dkk, 2018: 4031). Individu yang percaya bahwa takdir, kejadian, dan peristiwa yang terjadi didalam kehidupan individu merupakan akibat dari sikap dan tindakannya disebut dengan *internal locus of control* (Herleni & Tasman, 2019: 271).

Internal locus of control adalah kepercayaan individu bahwa semua kejadian didalam hidupnya ditentukan oleh sikap dan usahanya sendiri (Pratama & Suharman, 2014: 217). *Internal locus of control* juga didefinisikan oleh Kustini & Ayuni (2020: 155) yaitu individu sendirilah yang menjadi penentu semua yang terjadi didalam hidupnya. Oleh karena itu, jika individu menemui kegagalan kemungkinan besar individu akan menyalahkan dirinya sendiri karena kualitas usaha individu yang buruk dan juga ketika individu mendapatkan keberhasilan maka individu akan merasa bangga dengan dirinya sendiri atas usaha yang telah individu lakukan.

Berdasarkan pendapat beberapa ahli diatas dapat disimpulkan bahwa *internal locus of control* mengacu pada sikap individu mengenai keyakinan

bahwa hal baik dan buruk yang terjadi pada hidupnya merupakan akibat dari kontrol dirinya sendiri.

2. Aspek-aspek Internal Locus of Control

Terdapat tiga aspek menurut Rotter, antara lain:

a. Keyakinan

Individu percaya bahwa kegagalan dan keberhasilan yang terjadi dipengaruhi oleh sumber daya yang dimiliki individu (Nurhidayati & Hidayanti, 2009: 71).

b. Minat

Minat lebih besar terhadap perilaku dan tindakannya (Nurhidayati & Hidayanti, 2009: 71).

c. Usaha

Individu yang memiliki *internal locus of control* akan selalu optimis, berusaha dan pantang menyerah untuk mengontrol perilaku individu itu sendiri (Nurhidayati & Hidayanti, 2009: 71).

Aspek-aspek internal locus of control menurut Kutanis *et al* (2011: 116), antara lain:

a. Kemampuan

Individu dengan *internal locus of control* memiliki kecenderungan untuk memilih aktivitas dimana individu dapat menampilkan kemampuannya.

b. Tanggungjawab

Individu bertanggung jawab atas keputusan individu sendiri, dan individu merasa bahwa nasib individu tidak dipengaruhi oleh faktor-faktor diluar kendali individu, tetapi oleh keputusan individu sendiri.

c. Perubahan

Keyakinan individu bahwa individu memiliki kendali terhadap nasib sendiri karena individu bertanggung jawab atas perilakunya sendiri.

d. Lingkungan

Individu menggunakan lebih banyak kontrol di lingkungan individu dan individu menampilkan kinerja belajar yang lebih baik. Individu menggunakan informasi dengan lebih baik jika individu perlu memecahkan masalah.

e. Coping Stres

Individu yang memiliki *internal locus of control* memiliki coping stres yang baik.

f. Kepuasan Kerja

Kepuasan kerja individu dengan *internal locus of control* lebih tinggi daripada individu dengan *eksternal locus of control*.

g. Motivasi Kerja

Individu percaya bahwa upaya individu akan membuahkan hasil yang baik. Individu lebih percaya diri dan individu mempercayai kemampuannya sendiri.

Berdasarkan pendapat beberapa ahli diatas, maka dapat disimpulkan bahwa *internal locus of control* terdiri dari aspek keyakinan, minat, usaha, tanggungjawab, kemampuan, perubahan, coping stres, lingkungan, kepuasan kerja, dan motivasi kerja. Pada penelitian akan mengacu pada teori Rotter yaitu keyakinan, minat, dan usaha.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Internal Locus of Control*

Ghufon dan Risnawati (2012: 70) mengemukakan bahwa faktor yang mempengaruhi *internal locus of control* adalah lingkungan fisik dan sosial. Lingkungan sosial yang pertama bagi individu ialah keluarga karena didalam keluarga terdapat interaksi antara orang tua dan anak. Penanaman nilai-nilai dan norma individu juga terjadi didalam keluarga. *Internal locus of control* mulai terbentuk apabila tingkah laku anak mendapatkan respons karena dengan respons, anak akan merasakan sesuatu didalam lingkungannya.

Faktor-Faktor yang mempengaruhi *internal locus of control* menurut Fadilah dan Mahyuny (2018: 101), yaitu:

a. Faktor keluarga

Pada faktor keluarga memberikan penjelasan bahwa terciptanya rasa kekeluargaan dalam interaksi pekerjaan akan menjadi suatu komponen yang tepat dalam pencapaian karakter

b. Faktor usia dan jenis kelamin

Semakin matang usia semakin meningkat pula tingkat *internal locus of control*. Sedangkan dari jenis kelamin, akan didominasi oleh salah satu jenisnya bisa laki-laki atau perempuan.

c. Faktor Sosial

Adanya hubungan antara tingkat sosial individu yang apabila semakin rendah, maka semakin rendah pula tingkat *insternal locus of control*.

Berdasarkan beberapa pendapat ahli diatas maka dapat disimpulkan faktor-faktor yang mempengaruhi *internal locus of control* antara lain lingkungan fisik, lingkungan sosial, faktor usia dan jenis kelamin.

4. *Internal Locus of Control* dalam Perspektif Islam

Individu yang mempunyai *internal locus of control* memiliki rasa diri yang positif, yang akan membantu individu untuk memberikan arah yang positif dan sikap positif terhadap kehidupan. Individu yang berpikir positif akan terlihat lebih serius, gembira, bersemangat, percaya diri, serta memiliki keyakinan yang kuat. Hal tersebut sesuai dengan Surat Yusuf: 53

وَمَا أُبْرِئُ نَفْسِي ۚ إِنَّ النَّفْسَ لَأَمَّارَةٌ بِالسُّوءِ إِلَّا مَا رَحِمَ رَبِّي ۚ إِنَّ رَبِّي غَفُورٌ رَحِيمٌ

Artinya: "Aku tidak (menyatakan) diriku bebas (dari kesalahan) karena sesungguhnya nafsu itu selalu mendorong kepada kejahatan, kecuali (nafsu) yang diberi rahmat oleh Tuhanku. Sesungguhnya Tuhanku Maha Pengampun lagi Maha Penyayang."

Menurut tafsir Ibnu Katsir menyatakan, “Yaitu (nafsu itu pasti berhubungan kepada hal yang tidak baik) selain nafsu yang Allah pelihara (dari hal yang tidak baik)”. Nafsu manusia itu pasti menyuruh terhadap apa yang dikehendaki, walaupun menyuruh terhadap apa yang tidak diridhoi oleh Allah, akan tetapi apabila Allah menurunkan rahmat untuk siapa yang dikehendaki-Nya. Allah pasti akan memberikan ampunan kepada setiap orang yang menyimpang dari perilaku yang tidak baik dengan tidak menghukumnya.

Hal tersebut sejalan dengan *internal locus of control* dimana semua yang terjadi didalam hidup individu dikendalikan oleh individu sendiri. Apabila individu tidak dapat mengendalikan hawa nafsu maka individu akan mudah terpengaruh faktor dari luar diri individu yang akan berakibat pada hasil yang akan individu peroleh.

C. Efikasi Diri

1. Pengertian Efikasi Diri

Efikasi diri merupakan keyakinan individu dalam mencapai tujuan yang diinginkan (A'yun & Hartini, 2019: 202). Efikasi diri yaitu kepercayaan mengenai kapasitas individu untuk secara efektif menangani tugas dengan baik (Situmorang, dkk. 2018: 18). Efikasi diri merupakan kepercayaan yang berhubungan dengan keyakinan individu bahwa individu dapat melakukan suatu perilaku tertentu (Friedman & Miriam, 2008: 184).

Efikasi diri merupakan penilaian individu pada kemampuannya sendiri dan keyakinan pada potensi yang dimiliki untuk mencapai keberhasilan melalui perilaku khusus (Ormrod, 2008: 20). Menurut Bandura (2001: 10), efikasi diri merupakan keyakinan individu untuk melakukan sebuah tugas, mencapai tujuan, dan mengatasi hambatan.

Menurut Feist dkk, (2017: 147), individu dengan efikasi diri yang tinggi memiliki keyakinan bahwa individu mampu melaksanakan tugas yang akan menghasilkan hasil yang diinginkan. Sehubungan dengan hal tersebut, Rahmi *et al* (2017: 12) menegaskan bahwa individu dengan efikasi diri yang tinggi akan mempunyai keyakinan bahwa individu mampu menyelesaikan suatu masalah, sedangkan individu dengan tingkat efikasi diri yang rendah merasa kesulitan dalam menghadapi masalah (Schultz & Sydney, 2016: 407).

Menurut Alwisol (2009: 289) efikasi diri adalah penilaian terhadap diri sendiri yang berhubungan dengan kemampuan untuk melaksanakan tindakan. Sedangkan menurut Pervin, dkk (2010: 445) efikasi diri merupakan pemahaman berkaitan dengan kemampuan diri seperti akan mampu atau tidak mampu melakukan sesuatu sesuai dengan kondisi maupun tugas yang diberikan.

Dari pendapat ahli diatas, maka dapat disimpulkan bahwa efikasi diri merujuk pada keyakinan individu tentang kemampuannya untuk

meningkatkan kinerja dan berhasil dalam kehidupan dan juga untuk mengatasi masalah.

2. Aspek-aspek Efikasi Diri

Aspek-aspek efikasi diri menurut Bandura antara lain, yaitu:

a. Aspek Tingkat Kesulitan Tugas (*Level*)

Merujuk pada seberapa sulit sebuah tugas yang dapat dilakukan oleh individu. Tingkat kesulitan tersebut dapat mempengaruhi pilihan perilaku individu. Individu cenderung memilih perilaku yang individu yakini mampu dilakukan dengan mudah dan menghindari perilaku yang dianggap sulit untuk dilakukan (Permana, dkk, 2016 : 56-57).

b. Aspek Luas Bidang Tugas (*Generality*)

Aspek ini memuat cakupan tugas, seberapa besar keyakinan individu dalam mengatasi berbagai tugas yang dihadapinya. Hal ini mencakup apakah keyakinan tersebut berbeda dalam situasi dan aktivitas yang berbeda (Permana, dkk, 2016 : 56-57).

c. Aspek Kemantapan, Keyakinan, Kekuatan (*Strength*)

Aspek ini berhubungan dengan seberapa lemah atau kuatnya individu mengetahui kemampuannya sendiri dalam melaksanakan kegiatan. Pengalaman yang berhasil mencapai tujuan dapat memperkuat keyakinan individu, sedangkan pengalaman yang tidak berhasil dapat melemahkan keyakinan individu. Oleh karena itu, keyakinan yang kuat

akan mendorong individu untuk tetap berusaha bahkan dalam situasi yang sukar. Sebaliknya, keyakinan yang lemah dapat dengan mudah dipengaruhi oleh kegagalan dan situasi yang tidak menguntungkan (Permana, dkk, 2016 : 56-57).

Efikasi diri memiliki empat aspek menurut Corsini, yaitu sebagai berikut:

a. Kognitif

Keterampilan kritis yang dimiliki individu untuk dapat merencanakan ke depan dan menerapkan taktik tertentu yang akan digunakan untuk mencapai tujuan khusus (Fitriani & Nurmala, 2021: 964).

b. Motivasi

Kepercayaan yang dimiliki individu untuk memberikan dorongan melalui motivasi berdasarkan persepsi bahwa hal tersebut terkait dengan suatu tindakan dan mempunyai tujuan untuk tercapainya suatu tujuan yang diinginkan (Fitriani & Nurmala, 2021: 964)..

c. Afeksi

Kemampuan mengendalikan emosi diri sendiri dikenal sebagai aspek afeksi dan merupakan salah satu aspek untuk membantu individu mencapai tujuan yang diharapkan (Fitriani & Nurmala, 2021: 964).

d. Seleksi

Individu memiliki kemampuan untuk memilih atau memodifikasi lingkungan tingkahlaku individu agar aman dan sesuai dengan tujuan

individu untuk membantu individu mencapai tujuan tersebut (Fitriani & Nurmalia, 2021: 964).

Berdasarkan pendapat beberapa ahli diatas, maka dapat disimpulkan bahwa efikasi diri terdiri dari aspek *level*, motivasi, *generality*, *strength*, kognitif, afeksi, dan seleksi. Pada penelitian akan mengacu pada teori Bandura yaitu aspek tingkat kesulitan tugas (*level*), aspek luas bidang tugas (*generality*), dan aspek kemantapan, keyakinan, dan kekuatan (*strength*).

3. Faktor-faktor Efikasi Diri

Faktor-Faktor yang mempengaruhi efikasi diri menurut Bandura ada beberapa faktor yang mempengaruhi efikasi diri, yaitu:

a. Pengalaman Keberhasilan (*mastery experiences*)

Keberhasilan yang didapatkan akan meningkatkan efikasi diri yang dimiliki individu, sedangkan kegagalan akan menurunkan efikasi dirinya. Apabila keberhasilan yang didapat individu lebih banyak karena faktor-faktor diluar dirinya, biasanya tidak akan membawa pengaruh terhadap peningkatan efikasi diri. Akan tetapi, jika keberhasilan tersebut didapatkan dengan melalui hambatan yang besar dan merupakan hasil perjuangannya sendiri, maka hal itu akan membawa pengaruh pada peningkatan efikasi dirinya (Shofiah & Raudatussalamah, 2014: 221).

b. Pengalaman Orang Lain (*vicarious experiences*)

Pengalaman keberhasilan orang lain yang memiliki kemiripan dengan individu dalam mengerjakan suatu tugas biasanya akan meningkatkan efikasi diri individu dalam mengerjakan tugas yang sama. Efikasi diri tersebut didapat melalui *social models* yang biasanya terjadi pada diri individu yang kurang pengetahuan tentang kemampuan dirinya sehingga mendorong individu untuk melakukan modeling (Shofiah & Raudatussalamah, 2014: 221).

c. Persuasi Sosial (*Social Persuasion*)

Informasi tentang kemampuan yang disampaikan secara verbal oleh orang yang berpengaruh biasanya digunakan untuk meyakinkan individu bahwa individu cukup mampu melakukan suatu tugas (Shofiah & Raudatussalamah, 2014: 221).

d. Keadaan fisiologis dan emosional (*physiological and emotional states*)

Efikasi diri biasanya ditandai oleh rendahnya tingkat stres dan kecemasan, sebaliknya efikasi diri yang rendah ditandai oleh tingkat stres dan kecemasan yang tinggi pula. oleh rendahnya tingkat stres dan kecemasan, sebaliknya efikasi diri yang rendah ditandai oleh tingkat stres dan kecemasan yang tinggi (Shofiah & Raudatussalamah, 2014: 221).

Menurut Feist, dkk (2017: 158) efikasi diri memiliki berbagai faktor, antara lain:

a. Pengalaman menguasai sesuatu (*performance accomplishment*)

Efikasi diri individu dipengaruhi oleh kinerja yang telah dicapai dalam beberapa tahun terakhir. Prestasi dan pengalaman yang diperoleh dapat meningkatkan efikasi diri individu, sedangkan masalah yang berulang dapat menurunkan efikasi diri individu. Kegagalan berulang tidak memengaruhi efikasi diri individu yang didasarkan pada keberhasilan sebelumnya.

b. Pemodelan sosial (*vicarious experience*)

Memperhatikan perilaku orang lain (*modeling*) merupakan salah satu metode efektif untuk meningkatkan efikasi diri. Mengamati keberhasilan orang lain dalam menggunakan keterampilan sehari-hari dapat meningkatkan efikasi diri. Melihat keberhasilan orang lain dengan kemampuan yang setara juga dapat meningkatkan efikasi diri.

c. Persuasi sosial (*social persuasion*)

Persuasi dapat merujuk pada berbagai bentuk komunikasi yang digunakan untuk meyakinkan individu agar dapat melakukan suatu tindakan atau memperbaiki sikap, termasuk saran, nasihat, dan motivasi dari orang lain. Menurut Bandura, persuasi dapat digunakan untuk meyakinkan individu bahwa individu memiliki kemampuan untuk mengatasi hambatan dan menghadapi masalah.

d. Kondisi fisiologis dan kondisi emosional (*psychological emotional state*)

Kondisi psikologis dan fisik dapat berpengaruh pada kinerja individu dalam menyelesaikan tugas atau mengatasi masalah. Jika individu mengalami patah hati, suasana hati yang buruk, atau emosi negatif lainnya, hal tersebut dapat menurunkan efikasi diri individu dan mempengaruhi kinerjanya.

Berdasarkan pendapat beberapa ahli diatas maka dapat disimpulkan bahwa efikasi diri disebabkan oleh faktor pengalaman, keadaan fisiologis dan emosional, dan persuasi sosial.

4. Efikasi Diri dalam Perspektif Islam

Terdapat banyak uraian tentang kepribadian yang umum, baik kepribadian buruk ataupun baik, serta situasi-situasi yang berkaitan pada kepribadian didalam Al-Quran. Keyakinan pada diri sendiri sangat penting dalam agama Islam, karena keyakinan membuat individu mampu menggerakkan seluruh perilaku dan tindakannya. Jika individu tidak memiliki keyakinan terhadap diri sendiri, maka individu akan menjadi ragu, takut dan mudah terpengaruh yang membuat individu akan kesulitan dalam menghadapi segala peristiwa dalam hidupnya. Individu harus konsisten dan optimis terhadap kemampuan yang dimiliki karena hal tersebut merupakan salah satu faktor yang menentukan keberhasilan dalam hidupnya. Sebagaimana firman Allah SWT dalam Q.S.Ar-Ra'ad ayat 11 :

لَهُ مُعَقِّبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُعْزِرُوا مَا
بِأَنفُسِهِمْ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ وَمَا لَهُمْ مِنْ دُونِهِ مِنْ وَالٍ

Artinya: “Bagi manusia ada malaikat-malaikat yang selalu mengikutinya bergiliran, dimuka dan dibelakangnya, mereka menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak merubah keadaan suatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri. Dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap suatu kaum, maka tak ada yang dapat menolaknya, dan sekali-kali tak ada pelindung bagi mereka selain Dia”.

Menurut Tafsir Quraish Shihab, sesungguhnya Allahlah yang memelihara kalian. Setiap manusia memiliki sejumlah malaikat yang bertugas--atas perintah Allah--menjaga dan memeliharanya. Mereka ada yang menjaga dari arah depan dan ada juga yang menjaga dari arah belakang. Demikian pula, Allah tidak akan mengubah nasib suatu bangsa dari susah menjadi bahagia, atau dari kuat menjadi lemah, sebelum mereka sendiri mengubah apa yang ada pada diri mereka sesuai dengan keadaan yang akan mereka jalani. Apabila Allah berkehendak memberikan bencana kepada suatu bangsa, tidak akan ada seorang pun yang dapat melindungi mereka dari bencana itu. Tidak ada seorang pun yang mengendalikan urusan kalian hingga dapat menolak bencana itu.

Menurut teori efikasi diri yang sudah dipaparkan sebelumnya, bahwa efikasi diri berpengaruh dalam perilaku individu dimana dalam mencapai

tujuan yang ingin dicapai individu harus yakin terhadap kemampuannya sendiri. Karena apabila individu tidak memiliki efikasi diri maka individu tersebut tidak akan memulai mengerjakan suatu tugas karena dari awal sudah tidak yakin dengan kemampuannya sendiri. Sebagaimana dinyatakan dalam tafsir Quraish Shihab, meskipun mengacu pada perubahan bangsa, akan tetapi perubahan itu sendiri dilakukan oleh individu. Jika individu yakin terhadap kemampuannya maka akan berpengaruh terhadap perubahan pada hasilnya kelak. Efikasi diri dalam hal ini sebagai bentuk perantara dari perubahan yang dimaksud.

Berdasarkan pemaparan diatas, efikasi diri dalam Islam lebih menekankan pada keimanan dan keyakinan individu, sehingga efikasi diri individu dalam konteks ini akan semakin kuat jika keimanan dan kepercayaan individu tersebut juga kuat. Dalam Islam disebutkan bahwa karena memiliki akal dan pikiran, manusia adalah makhluk yang paling suci diantara semua makhluk lainnya. Untuk mencapai suatu keberhasilan, harus yakin bahwa Allah SWT sudah memberikan kekuatan untuk menghadapi segala urusan dalam kehidupan.

D. Hubungan *Internal Locus Of Control* dan Efikasi Diri dengan *Burnout* Mahasiswa yang Kuliah Sambil Bekerja

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), “mahasiswa” merupakan individu yang sedang menempuh pendidikan di Perguruan Tinggi

(Depdiknas, 2005). Kesibukan mahasiswa tidak hanya belajar di perguruan tinggi, namun juga bekerja maupun terlibat dalam kegiatan yang tidak berhubungan dengan perguruan tinggi (Orpina & Prahara, 2019: 119). Mahasiswa diajarkan untuk dapat membandingkan dan membedakan kegiatan-kegiatan yang dilaksanakan baik dalam bekerja maupun kuliah apabila dilaksanakan secara bersamaan. Jika mahasiswa tidak mampu menyeimbangkan tanggung jawab akademik dan pekerjaan, maka salah satunya akan terbengkalai. Menurut Orpina & Prahara (2019: 120), terdapat dua pandangan tentang kuliah saat bekerja. Yang pertama kuliah sambil bekerja merupakan kegiatan yang baik apabila mahasiswa dapat menyeimbangkan antara waktu bekerja dengan belajar. Yang kedua, kuliah sambil bekerja akan menjadi situasi yang problematis jika mahasiswa tidak dapat membagi waktu antara belajar dan bekerja. Salah satu masalah yang akan muncul apabila mahasiswa tidak dapat menyeimbangkan antara kuliah dan bekerja yaitu *burnout*. *Burnout* pada mahasiswa merujuk pada situasi dimana terdapat beban, stres atau faktor psikologis lain yang muncul selama proses pembelajaran, yang menyebabkan mahasiswa mengalami kelelahan emosional, depersonalisasi, serta perasaan rendahnya pencapaian pribadi (Orpina & Prahara, 2019: 123).

Maslach (2001: 407) mengidentifikasi bahwa salah satu faktor yang berpengaruh pada *burnout* adalah *locus of control*, dan penelitian ini fokus pada *locus of control internal*. Individu yang memiliki orientasi pada *internal*

locus of control yang tinggi memiliki beberapa karakteristik seperti rajin dalam bekerja, memiliki inisiatif yang tinggi dalam mengatasi masalah, mencari jalan keluar dari permasalahan, berusaha untuk melakukan pekerjaan dengan seefektif mungkin, dan meyakini bahwa keberhasilan ditentukan oleh usaha yang dilakukan (Fadila, 2016: 90). Hal tersebut sejalan dengan pandangan Hafna & Aprilia (2018: 140) yang berpendapat bahwa individu yang berorientasi pada *internal locus of control* cenderung memiliki perilaku yang berani dalam mengambil tanggung jawab, mampu mengendalikan diri, dan siap menghadapi risiko dalam kehidupan. Oleh karena itu, individu dengan kecenderungan pada *internal locus of control* akan lebih mampu mengatasi tekanan dalam kehidupan (Pratiwi, 2017: 73).

Hal tersebut dibuktikan dengan hasil dari penelitian yang berjudul "Hubungan antara *Locus of Control Internal* dengan *Burnout* pada Perawat di Rumah Sakit Islam Amal Sehat Sragen", yang merupakan judul penelitian dari Puspita dan Dwityanto (2017: 1). Dalam analisis data, ditemukan hubungan negatif yang signifikan antara *internal locus of control* dan *burnout*. Temuan tersebut menunjukkan jika semakin tinggi *internal locus of control*, semakin rendah tingkat *burnout*. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Puspita dan Dwityanto (2017: 8), ditemukan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara *burnout* dan *locus of control internal* dengan koefisien korelasi r_{xy} sebesar -0,640 dan sig. sebesar 0,000 ($p < 0,01$). Ketika *locus of control internal* meningkat maka *burnout* rendah dan sebaliknya ketika *locus of*

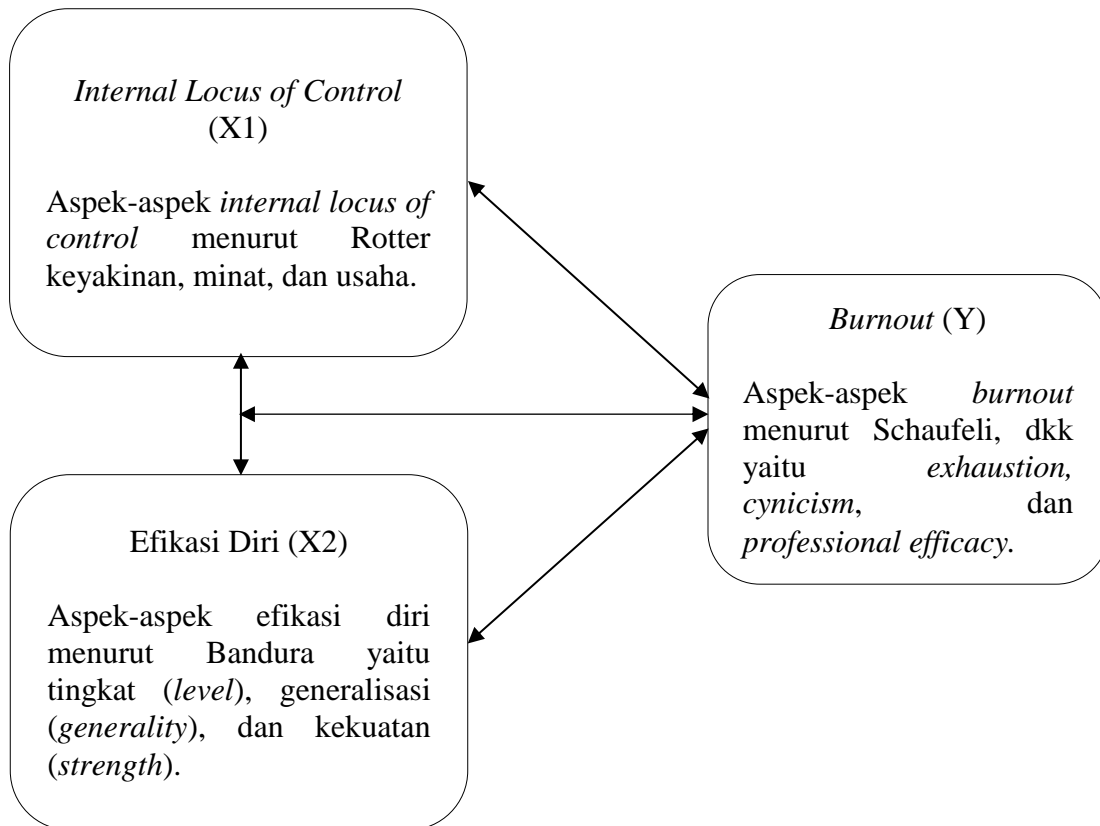
control internal menurun maka *burnout* meningkat. Hal ini sejalan dengan temuan Kreitner & Kinichi (2005: 76) bahwa *burnout* dapat diminimalisir dengan *internal locus of control*. Dinyatakan lebih lengkap bahwa *internal locus of control* yang tinggi dapat melindungi karyawan dari risiko, memungkinkan karyawan menjadi lebih stabil dalam pekerjaan dan mencapai keseimbangan kehidupan kerja yang lebih baik. Juga dibuktikan bahwa karyawan yang mengalami *burnout* lebih cenderung tidak produktif dalam bekerja.

Burnout juga berkorelasi dengan variabel psikologis lainnya yaitu efikasi diri. Individu yang kurang percaya pada kemampuan diri cenderung lebih rentan mengalami *burnout* dan kesulitan dalam beradaptasi (Orpina & Prahara, 2019: 123) menyarankan supaya mahasiswa mempunyai efikasi diri yang memadai, sehingga terlindung dari potensi *burnout*.

Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fairuza & Maryatmi (2022: 74) dengan judul Hubungan Antara Regulasi Emosi dan Efikasi Diri dengan *Burnout* pada Perawat di Rumah Sakit X. Menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan negatif dan signifikan pada efikasi diri terhadap *burnout* pada perawat di Rumah Sakit X. Hal ini menyatakan bahwa semakin tinggi tingkat efikasi diri yang dimiliki perawat maka semakin rendah tingkat *burnout* pada perawat. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah tingkat efikasi diri yang dimiliki perawat maka semakin tinggi tingkat *burnout* pada perawat.

Penelitian yang dilakukan oleh Permatasari, Latifah & Pambudi, (2021: 381) dengan judul penelitian studi *academic burnout* dan *self-efficacy* mahasiswa, juga mendapatkan hasil yaitu terdapat hubungan terbalik antara *self-efficacy* dengan *academic burnout* pada mahasiswa, berarti jika *self-efficacy* tinggi, maka *academic burnout* pada mahasiswa rendah dan jika *self-efficacy* rendah, maka *academic burnout* pada mahasiswa tinggi.

KERANGKA BERFIKIR



E. HIPOTESIS

Berdasarkan penjelasan yang telah dipaparkan diatas, peneliti merumuskan hipotesis yaitu:

H1 : Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *internal locus of control* dengan *burnout* mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pemalang yang kuliah sambil bekerja.

H2 : Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri dengan *burnout* mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pematang yang kuliah sambil bekerja.

H3 : Terdapat hubungan yang signifikan antara *internal locus of control* dan efikasi diri dengan *burnout* mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pematang yang kuliah sambil bekerja.

.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang berorientasi pada pengujian hipotesis dan pengumpulan data dengan menggunakan instrumen yang reliabel, sehingga mampu menghasilkan kesimpulan yang dapat digeneralisasikan pada populasi yang lebih luas (Anshori & Iswati, 2019: 13).

Penelitian ini menggunakan pendekatan korelasional yang mengaitkan variabel-variabel *internal locus of control* (X1), efikasi diri (X2), dan *burnout* (Y). Penelitian ini bertujuan untuk menentukan apakah terdapat korelasi antara satu variabel dengan variabel lainnya.

B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

1. Variabel Penelitian

Pada penelitian ini melibatkan tiga variabel yaitu dua variabel bebas (X1 dan X2) dan satu variabel terikat (Y). Variabel bebas (X) merupakan variabel yang mempengaruhi variabel terikat dan variabel terikat (Y) merupakan variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas. Variabel bebas pada penelitian ini yaitu *internal locus of control* dan efikasi diri sedangkan variabel terikat pada penelitian ini yaitu *burnout*.

2. Definisi Operasional

a. *Burnout*

Burnout merupakan kondisi yang terjadi ketika tubuh mengalami kelelahan yang ditandai dengan gejala emosional, fisik, dan mental sebagai akibat dari stres yang intens dan terus menerus. Peneliti mengukur variabel *burnout* dengan skala *burnout* yang diambil dari tiga aspek, yaitu 1) *exhaustion*, 2) *cynicism*, dan 3) *reduce of profesional efficacy*. Semakin tinggi skor yang diperoleh menandakan semakin tingginya tingkat *burnout* pada individu. Sebaliknya, semakin rendah skor yang didapatkan menandakan bahwa semakin rendah tingkat *burnout* pada individu.

b. *Internal Locus of Control*

Internal locus of control adalah keyakinan individu bahwa semua peristiwa yang terjadi dalam hidupnya merupakan hasil dari kontrol tindakan dan perilakunya. Peneliti mengukur variabel *internal locus of control* dengan skala *internal locus of control* yang diambil dari tiga aspek, yaitu 1) keyakinan, 2) minat, dan 3) usaha. Semakin tinggi skor yang diperoleh menandakan semakin tingginya tingkat *internal locus of control* pada individu. Sebaliknya, semakin rendah skor yang didapatkan menandakan bahwa semakin rendah tingkat *internal locus of control* pada individu.

c. Efikasi Diri

Efikasi diri merupakan keyakinan individu pada kemampuan yang dimiliki untuk menyelesaikan tugas serta mengatasi hambatan. Peneliti mengukur variabel efikasi diri dengan skala efikasi diri yang diambil dari tiga aspek, yaitu 1) tingkat (*level*), 2) generalisasi (*generality*), dan 3) kekuatan (*strength*). Semakin tinggi skor yang diperoleh menandakan semakin tingginya tingkat efikasi diri pada individu. Sebaliknya, semakin rendah skor yang didapatkan menandakan bahwa semakin rendah tingkat efikasi diri pada individu.

C. Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan di Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pematang, Jawa Tengah.

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan pada bulan Juni 2023.

D. Sumber Data

Arikunto (2013: 172) menjelaskan bahwa sumber data merupakan bagaimana data diperoleh. Data dalam penelitian ini merupakan data primer yang telah didapatkan secara langsung dari responden. Mahasiswa yang kuliah sambil bekerja di Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pematang menjadi responden dalam penelitian ini.

E. Responden Penelitian

1. Populasi

Definisi populasi menurut Arikunto (2013: 173) adalah semua subjek yang menjadi objek penelitian. Penelitian ini menggunakan populasi seluruh mahasiswa angkatan 2019-2022 di Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pematang yang berjumlah 1.615 mahasiswa.

Tabel 1. Jumlah Populasi

No	Angkatan	Jurusan	Jumlah
1.	Angkatan 2022	Manajemen perusahaan	57 mahasiswa
		Akutansi	79 mahasiswa
		Manajemen	448 mahasiswa
		Sistem Informasi	10 mahasiswa
2.	Angkatan 2021	Manajemen perusahaan	54 mahasiswa
		Akutansi	68 mahasiswa
		Manajemen	383 mahasiswa
		Sistem Informasi	0 mahasiswa
3	Angkatan 2020	Manajemen perusahaan	36 mahasiswa
		Akutansi	39 mahasiswa
		Manajemen	235 mahasiswa
		Sistem Informasi	0 mahasiswa
4	Angkatan 2019	Manajemen perusahaan	17 mahasiswa

Akutansi	22 mahasiswa
Manajemen	167 mahasiswa
Sistem Informasi	0 mahasiswa
Jumlah	1.615 mahasiswa

2. Sampel

Sampel adalah sebagian populasi yang terpilih dan mewakili populasi tersebut dalam penelitian (Arikunto, 2013: 174).

Untuk menentukan besaran sampel secara keseluruhan, maka peneliti merujuk pada rumus Slovin dengan tingkat kesalahan 10%. Menurut Harry King peneliti bebas menentukan tingkat kepercayaan sampel, tingkat kepercayaan merentang dari tingkat kepercayaan 0,3-10. Artinya tingkat kepercayaan sampel yang akan diambil itu merentang dari 99,7% - 90%. Jadi tingkat kesalahannya sampel hanya 0,3 - 10% (Imron, 2017: 117).

$$n = \frac{N}{1+Ne^2}$$

Keterangan:

N = Jumlah populasi

n = Jumlah sampel

e = Persentase kesalahan pengambilan sampel yang masih dapat ditolerir atau digunakan (sebesar 10%).

Sesuai dengan jumlah populasi penelitian, maka besarnya sampel penelitian dapat ditentukan melalui perhitungan seperti berikut.

$$n = \frac{N}{1+Ne^2}$$

$$n = \frac{1615}{1+1615(0,1)^2}$$

$$n = \frac{1615}{1+(16,15)}$$

$$n = \frac{1615}{17,15} = 94,16 \text{ dibulatkan } 100 \text{ mahasiswa}$$

Berdasarkan hasil perhitungan diatas, maka dapat diketahui bahwa dari 1615 mahasiswa, diperoleh jumlah besaran sampel sebanyak 100 mahasiswa.

3. Teknik Sampling

Prosedur pengambilan sampel dalam penelitian ini dengan teknik *non-probability sampling*, dimana setiap anggota populasi tidak memiliki peluang yang sama guna dipilih sebagai sampel (Sugiyono, 2019: 133). Metode yang digunakan dengan *purposive sampling*, dimana teknik ini digunakan untuk mendapatkan sampel dengan mempertimbangkan sejumlah kriteria. Langkah dalam *Purposive Sampling*, yaitu :

- a. Membuat daftar populasi
- b. Menentukan kriteria sampel, antara lain :
 - 1) Mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pematang angkatan 2019-2022

- 2) Menjalani perkuliahan sambil bekerja
- 3) Sudah bekerja selama minimal enam bulan. Penetapan syarat minimal enam bulan kerja, menurut penelitian oleh Lally *et al.* (2010: 103), waktu yang dibutuhkan individu untuk membentuk kebiasaan baru berkisar antara 18 hingga 254 hari. Setelah enam bulan, individu dapat mengalami perubahan perilaku sebagai hasil dari faktor-faktor seperti pembentukan kebiasaan, penyesuaian dengan perubahan lingkungan, perkembangan dan belajar, adaptasi terhadap perubahan situasi, serta perubahan sikap dan keyakinan.

F. Teknik Pengumpulan Data

Pada penelitian ini, teknik pengumpulan data menggunakan skala likert. Skala likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, serta persepsi individu maupun kelompok terhadap fenomena (Sugiyono, 2019: 146). Skor pada skala likert dibuat berurutan 1-4.

Tabel 2. Skor Skala Likert

Respon	Favorable	Unfavorable
Sangat Sesuai (SS)	4	1
Sesuai (S)	3	2
Tidak Sesuai (TS)	2	3
Sangat Tidak Sesuai (STS)	1	4

1. Alat Ukur

a. Skala *Burnout*

Peneliti mengukur variabel *burnout* dengan skala *burnout* yang diambil dari tiga aspek dari Schaufeli (2002: 465), yaitu kelelahan (*exhaustion*), sikap sinis (*cynicism*), dan penurunan efikasi profesional (*reduce of professional efficacy*).

Tabel 3. Blue Print Skala Burnout

Aspek	Indikator	No Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
<i>Exhaustion</i>	Kelelahan berkepanjangan	1. Saya merasa lelah jika harus bekerja setelah kuliah	8. Saya tetap bersemangat melakukan kegiatan lain meskipun sibuk kuliah sambil bekerja	4
		5. Saya merasa energi saya terkuras karena kuliah sambil bekerja	11. Saya tetap bersemangat bekerja setelah kegiatan perkuliahan	
	Stres dan tertekan	14. Saya merasa terbebani dengan	13. Saya merasa senang saat mengikuti	3

perkuliahan yang perkuliahan

saya jalani

17. Saya stres

dengan tugas

perkuliahan

Kehilangan 12. Saya merasa 20. Saya mampu 4

energi untuk tidak bersemangat mengerjakan kegiatan

menjalani hari menjalani kegiatan lain setelah

lain setelah perkuliahan

perkuliahan

16. Banyaknya 6. Saya selalu antusias

tuntutan tugas mengikuti perkuliahan

perkuliahan dan

pekerjaan membuat

saya malas untuk

melakukan kegiatan

lain

Konsentrasi 35. Saya tidak fokus 36. Saya mencari 4

menurun ketika presentasi di tempat yang nyaman

	depan kelas		saat belajar	
	38. Fokus saya mudah terganggu dengan hal-hal kecil saat perkuliahan berlangsung		37. Saya mendengarkan musik yang dapat membantu fokus belajar	
	Memisahkan diri dari lingkungan sosial	27. Saya risih apabila mengerjakan tugas bersama teman	25. Saya pergi ke perpustakaan dengan teman-teman	4
<i>Cynicism</i>		29. Saya lebih nyaman sendiri saat berada di kelas	7. Saya menghabiskan banyak waktu mengobrol dengan teman kampus	
	Pemikiran negatif tentang orang lain	19. beranggapan orang lain mendekati saya karena ada maunya saja	28. Saya menganggap orang lain lebih mampu dari pada saya	4

	26.Saya merasa teman di kelas selalu mencurigai kehidupan saya	30. Saya merasa teman saya sangat peduli dengan saya	
Acuh tak acuh terhadap lingkungan sekitar	15. Saya tidak peduli dengan yang terjadi di sekitar	18. Saya peduli dengan keadaan teman-teman	4
	21.Saya enggan mengikuti kegiatan di kampus	22.Saya peka terhadap respon dari teman tentang diri saya 36. Saya mencari tempat yang nyaman saat belajar	
Hilangnya motivasi dalam mengerjakan tugas	31. Saya menunda-nunda mengerjakan tugas perkuliahan	-	2
<i>Reduce of Profesional Efficacy</i>	34. Saya tidak bersemangat ketika belajar		

Hilangnya	24.	Saya tidak	9. Saya menghormati	3
kepercayaan	dengan apa	yang dikatakan	setiap keputusan yang	
dengan orang	yang	diambil oleh	teman	
lain	teman			
	33.	Saya merasa		
		orang lain sering		
		berkata tidak jujur		
		kepada saya		
Merasa tidak	3.	Saya meminta	39. Keberhasilan yang	4
cukup dengan	bantuan	teman	saya dapatkan	
diri sendiri	ketika mengerjakan	sekarang sebanding		
	tugas	dengan usaha yang		
		saya lakukan		
	32.	Saya merasa diri	23. Kuliah sambil	
		saya tidak sepandai	bekerja membuat diri	
		teman yang lainnya	saya lebih tertantang	
			untuk	
			menyelesaikannya	

Merasa tidak berguna	40.	Saya merasa kehadiran saya tidak dipedulikan di kelas	10. Saya berkontribusi setiap acara kampus	4
	4.	Tidak ada yang peduli dengan prestasi yang diperoleh	2. Saya mengembangkan bakat yang dimiliki	
Total		22	18	40

b. Skala *Internal Locus of Control*

Peneliti mengukur variabel *internal locus of control* dengan skala *internal locus of control* yang merujuk pada aspek-aspek dari Rotter (1966: 72) yaitu: 1) kemampuan, 2) minat dan 3) usaha.

Tabel 4. Blue Print Skala Internal Locus of Control

Aspek	Indikator	No Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
Kemampuan	Keyakinan individu akan kemampuan diri sendiri	2. Saya yakin terhadap kemampuan saya miliki	1. Saya khawatir tidak maksimal dalam mengerjakan tugas	4

	7. Prestasi yang saya peroleh berdasarkan atas kemampuan yang saya miliki	6. Tanpa bantuan dari orang lain saya yakin saya tidak dapat mendapatkan apa yang saya inginkan	
	Kemampuan individu untuk menyelesaikan setiap persoalan	4. Saya mampu menyelesaikan tugas meskipun sibuk bekerja	5. Kecemasan yang saya alami sering melemahkan kemampuan saya dalam menyelesaikan tugas
			3
		11. Saya kesulitan untuk menyelesaikan tugas perkuliahan	
Minat	Ketertarikan untuk mengerjakan tugas	14. Saya langsung mengerjakan tugas setelah perkuliahan	9. Saya selalu mengabaikan tugas yang diberikan
		17. Jadwal pekerjaan	20. Tugas perkuliahan

		yang padat tidak	hanya	akan	
		mengganggu saya	menambah	beban	
		untuk tetap	pekerjaan saya		
		mengerjakan tugas			
Memberi perhatian lebih besar terhadap sesuatu yang diminati tanpa menghiraukan yang lain (fokus)	13. Saya tetap fokus mengerjakan sesuatu tanpa terpengaruh oleh hal lain	21. Ketika sedang mengerjakan tugas dan banyak gangguan dari luar saya akan berhenti mengerjakan tugas tersebut			4
	16. Saya dapat berkonsentrasi mengerjakan tugas meskipun memiliki masalah lain	10. Saya hanya mengerjakan tugas yang saya anggap mudah			
Usaha Bekerja keras untuk mencapai kesuksesan	15. Saya yakin bahwa keberhasilan yang diperoleh di dunia tergantung usaha	8. Jika menghadapi suatu masalah saya malas untuk mencari solusinya			4

		yang dilakukan		
		18. Segala cara akan saya coba demi mencapai kesuksesan	19. Saya tidak belajar materi terlebih dahulu sebelum perkuliahan	
	Tidak	putus asa mencapai keberhasilan	12. Saya langsung merubah ketika ada yang menghalanginya	3. Saya tidak semangat ketika bekerja tertimpa masalah
				2
Total				10
				11
				21

c. Skala Efikasi Diri

Peneliti mengukur variabel efikasi diri dengan skala efikasi diri yang merujuk pada aspek-aspek dari Bandura (1997: 42) yaitu: 1) tingkat (*level*), 2) generalisasi (*generality*), dan 3) kekuatan (*strength*).

Tabel 5. Blue Print Skala *Internal Locus of Control*

Aspek	Indikator	No Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
Tingkat	Mempunyai	3. Sesulit apapun	4. Saya kurang yakin	4

<i>(level)</i>	keyakinan	tugas yang diberikan	dapat menyelesaikan
	yang kuat dan	saya yakin mampu	tugas yang sulit
	usaha yang	mengerjakan dengan	dengan kemampuan
	keras dalam	baik	yang saya miliki
	mengerjakan		
	tugas yang	9. Saya yakin dapat	8. Saya langsung
	tidak mudah	menyelesaikan tugas	putus asa ketika ada
		lebih dari satu	tugas
			yang tidak dapat
			diselesaikan
	Adanya	5. Saya berusaha	2. Ketika ada tugas 3
	strategi dalam	untuk belajar jika	yang sulit saya
	menyelesaikan	menghadapi materi	menyerah jika tidak
	tugas sesuai	yang sulit dalam	berhasil
	dengan tingkat	pembelajaran	menyelesaikannya
	kesulitan		
			6. Jika kesulitan
			mengerjakan tugas
			maka saya akan
			membiarkannya
			berlarut-larut

	<p>Mampu menangani situasi maupun kondisi yang beragam dengan cara yang positif</p>	<p>7. Ketika semangat turun saya tahu apa yang harus dilakukan agar semangat bangkit kembali</p> <p>10. Ketika tidak paham materi perkuliahan saya bertanya kepada dosen atau teman saya</p>	<p>17. Saya tidak berusaha belajar jika menghadapi materi yang sulit dalam perkuliahan</p> <p>20. Saya selalu menyontek untuk mendapatkan nilai yang bagus</p>	<p>4</p>
<p>Generalisasi (<i>generality</i>)</p>	<p>Fokus dalam mengerjakan berbagai tugas</p>	<p>11. Saya tetap dapat mengerjakan tugas dengan baik walaupun banyak gangguan</p> <p>14. Saya masih bisa fokus mengikuti</p>	<p>12. Saya tidak dapat berfikir dengan baik ketika mendapatkan masalah</p> <p>15. Ketika dihadapkan pada</p>	<p>4</p>

		perkuliahan	beberapa tugas saya	
		meskipun sedang	tidak dapat	
		banyak masalah	mengerjakannya	
			sekaligus	
	Membuat	-	22. Saat rasa malas	2
	prioritas-		melanda saya memilih	
	prioritas dalam		untuk tidur	
	kehidupan			
			21. Saya lebih	
			memilih bermain	
			daripada mengerjakan	
			tugas	
	Memiliki	13. Meskipun nilai	16. Dengan	3
	keyakinan	tugas saya jelek saya	kekurangan yang	
	bahwa usaha	tetap berusaha untuk	dimiliki, saya tidak	
	yang	belajar menjadi yang	yakin bisa mencapai	
Kekuatan	dikerjakan	terbaik	keberhasilan	
(<i>strength</i>)	dapat berhasil			
	untuk	18. Saya yakin bisa		
	mencapai	menyelesaikan tugas		
	tujuan	yang diberikan		

dengan baik			
Bertahan menyelesaikan tugas dalam segala kondisi	-	1. membuat berhenti mencoba	2
		19. Saya langsung menyerah ketika mendapatkan tugas yang sulit	
Total	9	14	22

G. Validitas dan Reabilitas Alat Ukur

1. Uji Validitas

Validitas adalah proses menentukan apakah instrumen yang disusun dapat secara akurat mengukur apa yang akan diteliti. Instrumen yang valid adalah alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data itu akurat (Sugiyono, 2019: 124). Langkah-langkah untuk menentukan validitas adalah sebagai berikut:

- a. Menyusun instrumen kisi-kisi berdasarkan teori yang digunakan dalam penelitian.

- b. Periksa instrumen serupa yang telah dipisahkan satu sama lain untuk konsistensi indikator.
- c. Berkonsultasi kepada beberapa ahli *expert judgement* mengenai instrumen yang telah disusun untuk menentukan validitas isi, selanjutnya yaitu melakukan uji coba dilapangan.
- d. Setelah instrumen dilakukan uji coba, hasilnya ditentukan secara statistik dengan menggunakan teknik *Pearson Product Moment*. Jika hasil korelasi lebih besar dari 0,30 maka instrumen yang digunakan valid dan jika hasil korelasi kurang dari 0,30 maka instrumen yang digunakan tidak valid (Sugiyono, 2019: 126).

1) Hasil Try Out Uji Validitas

a) *Burnout*

Berdasarkan hasil *try out* uji validitas product moment yang dilakukan, terdapat tiga butir item pernyataan yang dinyatakan gugur atau tidak valid, beberapa butir item pernyataan tersebut meliputi butir item nomor 9, 23, 32, dan 40. Dengan demikian hanya tersisa 40 butir item pernyataan yang dinyatakan valid, adapun untuk blue print dari skala *burnout* berdasarkan *try out* yang telah dilakukan dan akan digunakan sebagai alat ukur dalam penelitian ini adalah sebagai berikut

Tabel 6. Output Uji Validitas *Corrected Item-Total Correlation* Skala *Burnout*
Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR0000 1	105,85	322,133	,552	.	,900
VAR0000 2	106,45	328,318	,456	.	,901
VAR0000 3	105,73	330,205	,394	.	,902
VAR0000 4	106,55	331,256	,435	.	,902
VAR0000 5	105,70	325,218	,603	.	,900
VAR0000 6	106,67	330,729	,394	.	,902
VAR0000 7	106,76	330,189	,416	.	,902
VAR0000 8	106,97	332,843	,434	.	,902
VAR0000 9	105,61	337,121	,273	.	,903
VAR0001 0	107,18	334,716	,389	.	,902
VAR0001 1	106,79	331,860	,407	.	,902
VAR0001 2	106,27	328,205	,542	.	,900
VAR0001 3	106,21	334,422	,312	.	,903
VAR0001 4	106,58	327,564	,498	.	,901
VAR0001 5	106,42	329,814	,426	.	,902
VAR0001 6	106,27	329,267	,466	.	,901
VAR0001 7	105,94	331,559	,516	.	,901
VAR0001 8	106,18	332,216	,378	.	,902
VAR0001 9	106,15	329,570	,411	.	,902

VAR0002 0	106,36	332,614	,319	.	,903
VAR0002 1	106,21	329,610	,495	.	,901
VAR0002 2	106,67	328,167	,423	.	,902
VAR0002 3	105,55	338,006	,203	.	,904
VAR0002 4	106,18	329,153	,452	.	,901
VAR0002 5	105,64	329,551	,382	.	,902
VAR0002 6	106,39	331,559	,374	.	,902
VAR0002 7	106,52	332,945	,361	.	,902
VAR0002 8	106,03	328,968	,589	.	,900
VAR0002 9	106,58	332,252	,430	.	,902
VAR0003 0	106,70	330,155	,417	.	,902
VAR0003 1	106,06	329,684	,427	.	,902
VAR0003 2	105,91	353,773	-,266	.	,909
VAR0003 3	106,30	331,468	,386	.	,902
VAR0003 4	106,18	329,403	,527	.	,901
VAR0003 5	106,21	327,547	,481	.	,901
VAR0003 6	106,27	326,267	,422	.	,902
VAR0003 7	106,18	329,403	,401	.	,902
VAR0003 8	106,21	333,172	,380	.	,902
VAR0003 9	106,06	329,871	,422	.	,902
VAR0004 0	105,94	347,496	-,068	.	,908

VAR0004 1	106,09	328,398	,432	.	,902
VAR0004 2	106,12	328,797	,581	.	,900
VAR0004 3	106,15	327,633	,411	.	,902
VAR0004 4	106,48	329,945	,414	.	,902

Tabel 7. Hasil Try Out Uji Validitas Skala *Burnout*

Aspek	Indikator	No Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
<i>Exhaustion</i>	Kelelahan berkepanjangan	1, 5	8, 11	4
	Stres dan tertekan	14, 17	9*, 13	4
	Kehilangan energi untuk menjalani hari	12, 16	20, 6	4
	Acuh tak acuh terhadap lingkungan sekitar	15, 21	18, 22	4
<i>Cynicism</i>	Memisahkan diri dari lingkungan sosial	27, 29	25, 7	4
	Pemikiran negatif tentang orang lain	19, 26	28, 30	4
	Konsentrasi menurun	35, 38	36, 37	4

<i>Reduce Of Professional Efficacy</i>	Hilangnya motivasi dalam mengerjakan tugas	31, 34	23*, 32*	4
	Hilangnya kepercayaan dengan orang lain	24, 33	40*, 43	4
	Merasa tidak cukup dengan diri sendiri	3, 42	39, 41	4
	Merasa tidak berguna	4, 44	2, 10	4
Total		22	22	44

Keterangan : * item yang gugur

b) *Internal locus of control*

Berdasarkan hasil *try out* uji validitas product moment yang dilakukan, terdapat tiga butir item pernyataan yang dinyatakan gugur atau tidak valid, beberapa butir item pernyataan tersebut meliputi butir item nomor 9, 10, dan 20. Dengan demikian hanya tersisa 21 butir item pernyataan yang dinyatakan valid, adapun untuk *blue print* dari skala *internal locus of control* berdasarkan *try out* yang telah dilakukan dan akan digunakan sebagai alat ukur dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 8. Output Uji Validitas *Corrected Item-Total Correlation Skala Internal Locus of Control*
Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR0000 1	245,7879	676,485	,687	.	,713
VAR0000 2	245,4242	672,939	,629	.	,712
VAR0000 3	245,9091	674,460	,619	.	,713
VAR0000 4	245,8485	680,320	,425	.	,716
VAR0000 5	245,7576	677,939	,549	.	,714
VAR0000 6	246,3636	680,364	,510	.	,716
VAR0000 7	245,4545	687,818	,356	.	,719
VAR0000 8	246,3939	682,121	,453	.	,716
VAR0000 9	245,2121	705,672	-,120	.	,727
VAR0001 0	245,3030	703,405	-,050	.	,726
VAR0001 1	246,2727	684,017	,395	.	,717
VAR0001 2	245,4545	685,006	,366	.	,718
VAR0001 3	245,6667	686,542	,431	.	,718
VAR0001 4	245,9697	685,280	,366	.	,718
VAR0001 5	245,3939	678,059	,525	.	,715
VAR0001 6	245,8485	678,195	,469	.	,715
VAR0001 7	245,7576	686,189	,353	.	,718
VAR0001 8	245,4848	677,695	,463	.	,715
VAR0001 9	246,0909	678,023	,499	.	,715

VAR0002 0	246,4848	690,758	,289	.	,720
VAR0002 1	245,9394	687,746	,366	.	,719
VAR0002 2	246,6364	677,051	,632	.	,714
VAR0002 3	246,2424	686,752	,312	.	,719
VAR0002 4	246,1818	680,216	,486	.	,716

Tabel 9. Output Uji Validitas *Corrected Item-Total Correlation* Skala *Internal Locus of Control*

Aspek	Indikator	No Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
Kemampuan	Keyakinan individu akan kemampuan diri sendiri	2, 7	1, 6	4
	Kemampuan individu untuk menyelesaikan setiap persoalan	4, 10*	5, 11	4
Minat	Ketertarikan untuk mengerjakan tugas	14, 17	22, 23	4
	Memberi perhatian yang lebih besar terhadap sesuatu yang diminati tanpa menghiraukan yang lain (fokus)	13, 16	21, 24	4

Usaha	Bekerja keras untuk mencapai kesuksesan	15, 18	8, 19	4
	Tidak putus asa dalam mencapai keberhasilan	9*, 12	3, 20*	4
Total		12	12	24

Keterangan : * item yang gugur

c) Efikasi diri

Berdasarkan hasil *try out* uji validitas product moment yang dilakukan, terdapat enam butir item pernyataan yang dinyatakan gugur atau tidak valid, beberapa butir item pernyataan tersebut meliputi butir item nomor 1, 14, 16, 21, 23 dan 25. Dengan demikian hanya tersisa 22 butir item pernyataan yang dinyatakan valid, adapun untuk blue print dari skala efikasi diri berdasarkan *try out* yang telah dilakukan dan akan digunakan sebagai alat ukur dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 10. Output Uji Validitas *Corrected Item-Total Correlation* Skala Efikasi Diri
Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	274,4545	1480,381	,026	.	,698
VAR00002	275,7576	1443,189	,639	.	,690
VAR00003	274,8788	1444,172	,543	.	,690

VAR0000 4	275,6970	1458,030	,443	.	,693
VAR0000 5	274,9394	1446,434	,513	.	,691
VAR0000 6	275,8182	1454,341	,505	.	,692
VAR0000 7	275,3939	1448,746	,411	.	,691
VAR0000 8	275,8788	1443,735	,630	.	,690
VAR0000 9	275,1212	1445,610	,492	.	,691
VAR0001 0	275,2424	1439,939	,560	.	,689
VAR0001 1	275,2727	1435,330	,623	.	,688
VAR0001 2	275,2121	1450,110	,475	.	,691
VAR0001 3	274,8788	1447,797	,454	.	,691
VAR0001 4	275,2424	1479,752	,034	.	,698
VAR0001 5	275,3939	1456,121	,399	.	,693
VAR0001 6	274,6970	1492,905	-,189	.	,701
VAR0001 7	275,6970	1443,593	,556	.	,690
VAR0001 8	274,7576	1448,752	,441	.	,691
VAR0001 9	275,7879	1447,735	,499	.	,691
VAR0002 0	276,0303	1459,718	,442	.	,694
VAR0002 1	275,3030	1487,343	-,100	.	,700
VAR0002 2	275,3030	1456,030	,381	.	,693
VAR0002 3	274,9091	1492,585	-,187	.	,701
VAR0002 4	275,7576	1455,814	,480	.	,693

VAR0002 5	274,6667	1480,604	,020	.	,698
VAR0002 6	275,9091	1451,148	,494	.	,692
VAR0002 7	275,8485	1433,195	,643	.	,688
VAR0002 8	275,6061	1453,934	,489	.	,692

Tabel 11. Hasil *Try Out* Uji Validitas Skala Efikasi Diri

Aspek	Indikator	No Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
Tingkat (<i>level</i>)	Mempunyai keyakinan yang kuat dan usaha yang keras dalam mengerjakan tugas yang tidak mudah	3, 9	4, 8	4
	Adanya strategi dalam menyelesaikan tugas sesuai dengan tingkat kesulitan	1*, 5	2, 6	4
Generalisasi (<i>generality</i>)	Mampu menangani situasi maupun kondisi yang beragam dengan cara yang positif	7, 10	17, 20	4
	Fokus dalam mengerjakan berbagai tugas	11, 14*	12, 15	4

	Membuat prioritas-prioritas dalam kehidupan	21*, 23*	22, 24	4
	Memiliki keyakinan bahwa usaha yang dikerjakan dapat	13, 18	26, 28	4
Kekuatan (strength)	berhasil untuk mencapai tujuan			
	Bertahan menyelesaikan tugas dalam segala kondisi	16*, 25*	19, 27	4
Total		14	14	28

Keterangan : * item yang gugur

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas didefinisikan sebagai kestabilan atau konsistensi instrumen penelitian yang diberikan kepada individu yang serupa pada waktu yang berbeda (Yusuf, 2013: 242). Uji reliabilitas instrumen menggunakan koefisien Alpha Cronbach. Jika koefisien reliabilitas adalah $> 0,60$ maka instrumen tersebut dikatakan reliabel.

a. Hasil *Try Out* Uji Reliabilitas

1) *Burnout*

Tabel 12. Uji Reliabilitas Skala Burnout

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items

,736	41
------	----

2) *Internal locus of control*

Tabel 13. Uji Reliabilitas Skala *Internal Locus of Control*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,849	21

3) Efikasi diri

Tabel 14. Uji Reliabilitas Skala Efikasi Diri

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,883	22

Berdasarkan hasil *try out* uji reliabilitas Alpha Cronbach, didapatkan hasil bahwa ketiga skala atau instrumen dalam penelitian ini memiliki reliabilitas yang dapat diterima atau cukup reliabel, dengan nilai koefisien Cronbach Alpha ketiga skala berada pada rentang nilai 0,736 hingga 0,883. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa instrumen atau skala yang digunakan dalam penelitian ini diterima reliabilitasnya atau dapat dikatakan sebagai alat ukur penelitian yang konsisten.

H. Teknik Analisis Data

1. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Untuk mengetahui apakah ketiga variabel tersebut berdistribusi normal maupun tidak, digunakan uji normalitas. Prosedur yang digunakan dalam uji normalitas menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov yang merupakan uji untuk membandingkan koefisien Asymp. Sig. atau P-value dengan ambang batas signifikansi 0,05 (Widana & Muliani, 2020: 18). Persoalan normal tidaknya distribusi atau sebaran data sampel pada populasi ini akan menentukan typologi statistik yang akan diterapkan dalam proses analisis dan interpretasi data penelitian. Secara terminologis, apabila hasil test distribusi data itu sifatnya bersebar secara normal, maka typologi statistik yang akan diterapkan adalah type inferensial. Sementara jika hasilnya distribusi datanya tidak normal, maka tipology statistiknya adalah statistik deskriptif. Type inferensial artinya dapat digunakan untuk menguji hipotesis, uji korelasi dan uji analisis regresi (Imron, 2017: 120).

b. Uji Linearitas

Untuk mengetahui ada tidaknya hubungan linear dari beberapa variabel, digunakan uji linieritas. Menggunakan persamaan garis regresi yang merupakan salah satu metode untuk menggunakan uji

linieritas. Jika nilai signifikansi dari Deviation from Linearity $>$ alpha (0,05) maka nilai tersebut linear (Widana & Muliani, 2020: 53).

2. Uji Hipotesis

Pada penelitian ini uji hipotesis menggunakan teknik analisis korelasi berganda. Untuk menguji hipotesis tentang hubungan antara dua variabel bebas atau lebih dengan satu variabel terikat digunakan teknik analisis korelasi ganda (Sugiyono, 2019: 153). Hipotesis diterima apabila tingkat signifikansi kurang dari 0,05 ($P < 0,05$).

Tabel 15. Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi

Interval Koefisien	Tingkat Hubungan
0,00 - 0,199	Sangat Rendah
0,20 - 0,399	Rendah
0,40 – 0,599	Sedang
0,60 – 0,799	Kuat
0,80 – 1.000	Sangat Kuat

BAB IV

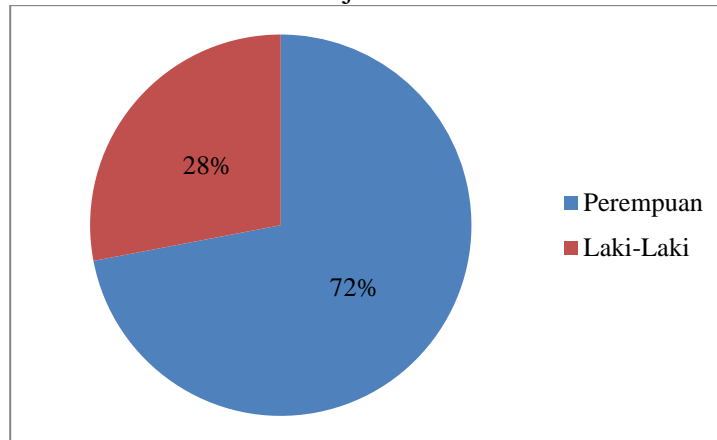
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Subjek

- a. Berdasarkan jenis kelamin

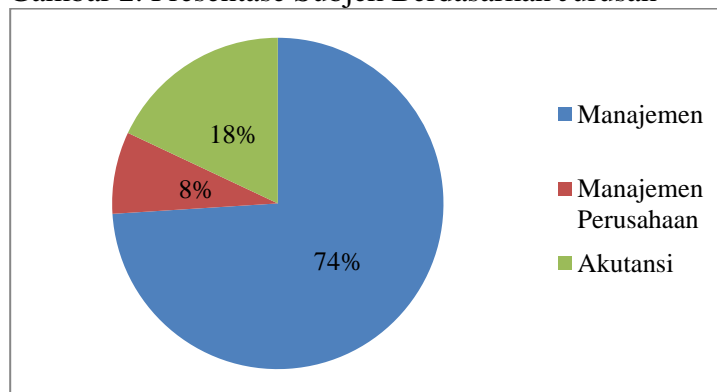
Gambar 1. Presentase Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin



Distribusi jenis kelamin pada sampel adalah sebesar 72% atau 72 orang untuk perempuan dan sebesar 28% atau 28 orang untuk laki-laki.

- b. Berdasarkan jurusan

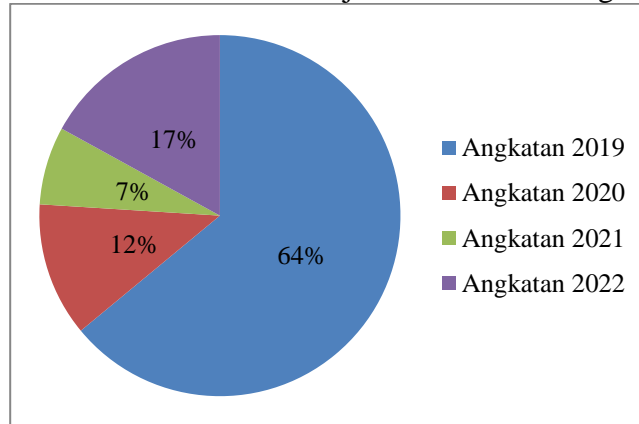
Gambar 2. Presentase Subjek Berdasarkan Jurusan



Distribusi jurusan pada sampel adalah sebesar 74% atau 74 orang untuk jurusan manajemen, 18% atau 18 orang untuk jurusan akuntansi, 8% atau 8 orang untuk manajemen, dan 24% atau 24 orang untuk manajemen perusahaan.

c. Berdasarkan angkatan

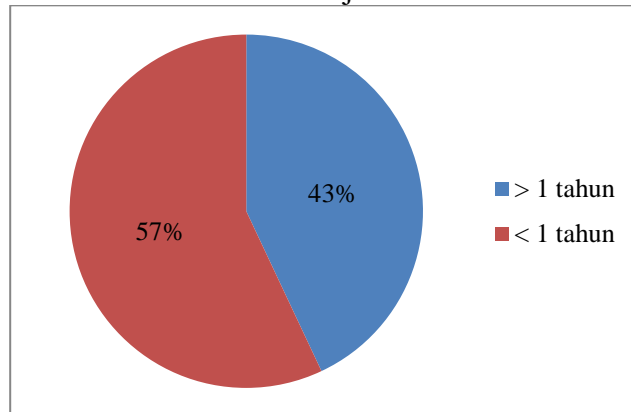
Gambar 3. Presentase Subjek Berdasarkan Angkatan



Distribusi angkatan pada sampel adalah sebesar 64% atau 64 orang untuk angkatan 2019, 12% atau 12 orang untuk angkatan 2020, 7% atau 7 orang untuk angkatan 2021, dan 17% atau 17 orang untuk angkatan 2022.

d. Berdasarkan lama bekerja

Gambar 4. Presentase Subjek Berdasarkan Lama Bekerja



Distribusi lama bekerja pada sampel adalah sebesar 57% atau 57 orang untuk lama bekerja dibawah 1 tahun (6 bulan – 1 tahun) dan sebesar 43% atau 43 orang untuk lama bekerja diatas 1 tahun.

2. Kategorisasi Variabel

Tabel 16. Hasil Uji Deskriptif

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Burnout	100	82	133	105.21	10.337
Internal Locus of Control	100	25	78	56.27	6.113
Efikasi Diri	100	33	80	59.28	7.487
Valid N (listwise)	100				

a. Burnout

Tabel 17. Kategorisasi Skor *Burnout*

Rentang Nilai	Kategorisasi Skor
$Y < 94,87$	Rendah
$94,87 \leq Y < 115,54$	Sedang
$115,54 \leq Y$	Tinggi

Tabel 18. Kategorisasi *Burnout*

		Burnout			Cumulative Percent
		Frequency	Percent	Valid Percent	
Valid	Rendah	11	11.0	11.0	11.0
	Sedang	70	70.0	70.0	81.0
	Tinggi	19	19.0	19.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel frekuensi, terdapat 11% atau 11 orang dengan nilai burnout rendah, 70% atau 70 orang dengan nilai burnout sedang, dan 19% atau 19 orang dengan nilai burnout tinggi.

b. Internal Locus of Control

Tabel 19. Kategorisasi Skor *Internal Locus of Control*

Rentang Nilai	Kategorisasi Skor
$X1 < 50,15$	Rendah
$50,15 \leq X1 < 62,38$	Sedang
$62,38 \leq X1$	Tinggi

Tabel 20. Kategorisasi *Internal Locus of Control*

		Internal Locus of Control			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	8	8.0	8.0	8.0
	Sedang	74	74.0	74.0	82.0
	Tinggi	18	18.0	18.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel frekuensi, terdapat 8% atau 8 orang dengan nilai Internal Locus of Control rendah, 74% atau 74 orang dengan nilai Internal Locus of Control sedang, dan 18% atau 18 orang dengan nilai Internal Locus of Control tinggi.

c. Efikasi Diri

Tabel 21. Kategorisasi Skor Efikasi Diri

Rentang Nilai	Kategorisasi Skor
$X2 < 51,79$	Rendah

$51,79 \leq X_2 < 66,76$	Sedang
$66,76 \leq X_2$	Tinggi

Tabel 22. Kategorisasi Efikasi Diri

		Efikasi Diri			Cumulative
		Frequency	Percent	Valid Percent	Percent
Valid	Rendah	17	17.0	17.0	17.0
	Sedang	62	62.0	62.0	79.0
	Tinggi	21	21.0	21.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Berdasarkan tabel frekuensi, terdapat 17% atau 17 orang dengan nilai Efikasi Diri rendah, 62% atau 62 orang dengan nilai Efikasi Diri sedang, dan 21% atau 21 orang dengan nilai Efikasi Diri tinggi.

3. Teknik Analisis Data

a. Uji Asumsi

1) Uji Normalitas

Sampel dinyatakan berdistribusi normal ketika nilai sig. yang didapat lebih tinggi dari 0,05. Nilai sig. pada pengujian ini adalah sebesar 0,075, artinya nilai sig. > 0,05. Sehingga data dinyatakan berdistribusi normal.

Tabel 23. Hasil Uji Normalitas *Internal Locus of Control*, Efikasi Diri, dan *Burnout*

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		100
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	8.24925360
Most Extreme Differences	Absolute	.008
	Positive	.008
	Negative	.090
Test Statistic		.008
Asymp. Sig. (2-tailed)		.075 ^c

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

2) Uji Linearitas

Apabila nilai signifikansi dari *Deviation From Linearity* $> 0,05$ (5%), maka terdapat hubungan linear antara variabel dependen dengan variabel independen. Hasil uji linearitas pada data menunjukkan bahwa nilai signifikansi dari *Deviation From Linearity* untuk X1 dan Y adalah sebesar 0,169. Hal itu menyatakan bahwa terdapat hubungan linear antara *internal locus of control* dengan *burnout*. Adapun nilai sig. untuk X2 dan Y adalah sebesar 0,217. Sehingga efikasi diri dan *burnout* juga memiliki hubungan yang linear.

Tabel 24. Hasil Uji Linearitas *Internal Locus of Control* dengan *Burnout*

			ANOVA Table				
			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Burnout	Between	(Combined)	5566.413	23	242.018	3.670	.000

*	Groups	Linearity	3607.531	1	3607.531	54.701	.000
Internal		Deviation from	1958.882	22	89.040	1.350	.169
Locus of		Linearity					
Control	Within Groups		5012.177	76	65.950		
	Total		10578.590	99			

Tabel 25. Hasil Uji Linearitas Efikasi Diri dengan *Burnout*

ANOVA Table

			Sum of	df	Mean	F	Sig.
			Squares		Square		
Burnout	Between	(Combined)	7337.522	27	271.760	6.037	.000
*	Groups	Linearity	3062.996	1	3062.996	68.044	.000
Efikasi		Deviation from	1274.526	26	64.405	1.652	.217
Diri		Linearity					
	Within Groups		3241.068	72	45.015		
	Total		10578.590	99			

b. Uji Hipotesis

1) Uji Hipotesis Pertama

Tabel 26. Hasil Uji Koefisien Korelasi Hipotesis 1

Correlations

		internal Locus of Control	Burnout
Internal Locus of Control	Pearson	1	-.584**
	Correlation		
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	100	100
Burnout	Pearson	-.584**	1
	Correlation		
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	100	100

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Uji hipotesis pertama pada penelitian ini adalah penentuan hubungan antara variabel *internal locus of control* dengan variabel *burnout*. Berdasarkan tabel diatas, dengan menggunakan korelasi *product moment* menghasilkan nilai koefisien korelasi antara *internal locus of control* dengan *burnout* sebesar -0,584 yang berarti terdapat hubungan yang negatif antara *internal locus of control* dengan *burnout* dan masuk dalam kategori cukup. Hubungan negatif yang dimaksud adalah semakin tinggi nilai *internal locus of control* maka semakin rendah nilai *burnout*, begitu juga sebaliknya. Hasil nilai signifikansi yang diperoleh sebesar 0,000 yang mana nilai tersebut kurang dari 0, 05 ($0,000 < 0,05$), maka kedua variabel dinyatakan signifikan.

2) Uji Hipotesis Kedua

Tabel 27. Hasil Uji Koefisien Korelasi Hipotesis 2

		TOTAL X2	TOTAL Y
Efikasi Diri	Pearson Correlation	1	-.538**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	100	100
Burnout	Pearson Correlation	-.538**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	100	100

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Uji hipotesis kedua pada penelitian ini adalah penentuan hubungan antara variabel efikasi diri dengan variabel *burnout*. Berdasarkan tabel diatas,

dengan menggunakan korelasi *product moment* menghasilkan nilai koefisien korelasi antara efikasi diri dengan *burnout* sebesar -0,538 yang berarti terdapat hubungan yang negatif antara efikasi diri dengan *burnout* dan masuk dalam kategori cukup. Hubungan negatif yang dimaksud adalah semakin tinggi nilai efikasi diri maka semakin rendah nilai *burnout*, begitu juga sebaliknya. Hasil nilai signifikansi yang diperoleh sebesar 0,000 yang mana nilai tersebut kurang dari 0,05 ($0,000 < 0,05$), maka kedua variabel dinyatakan signifikan.

3) Uji Hipotesis Ketiga

Tabel 28. Hasil Uji Koefisien Korelasi Hipotesis 3

Model Summary ^b									
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	R Square Change	Change Statistics			Sig. F Change
						F Change	df1	df2	
1	.603 ^a	.363	.350	8.33386	.363	27.656	2	97	.000

a. Predictors: (Constant), Efikasi Diri, Internal Locus of Control

b. Dependent Variable: Burnout

Berdasarkan hasil analisis diatas, diperoleh hasil sebagai berikut:

- a) Nilai *Sig. F Change* sebesar 0,000 yang berarti kurang dari 0,05 ($0,000 < 0,05$) menunjukkan bahwa *internal locus of control* dan efikasi diri memiliki hubungan yang signifikan dengan *burnout*.

b) Nilai R. (koefisien korelasi) sebesar 0,603 maka bisa disimpulkan bahwa tingkat hubungan antara *internal locus of control* dan efikasi diri dengan *burnout* secara simultan memiliki hubungan kuat.

Berdasarkan nilai signifikansi dan koefisien korelasi, disimpulkan bahwa ketiga hipotesis yang diajukan peneliti diterima, yang artinya:

H1 : Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara internal locus of control dengan burnout mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pemasang yang kuliah sambil bekerja

H2 : Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri dengan burnout mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pemasang yang kuliah sambil bekerja

H3 : Terdapat hubungan yang signifikan antara internal locus of control dan efikasi diri dengan burnout mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pemasang yang kuliah sambil bekerja

B. Pembahasan

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan *internal locus of control* dengan efikasi diri dengan *burnout* pada mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pemasang yang kuliah sambil bekerja. Yang pertama dari tiga temuan utama penelitian ini adalah hubungan *internal locus of control* dengan *burnout* mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pemasang yang kuliah sambil kerja. Selanjutnya, hubungan efikasi diri dengan

burnout mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pemalang yang kuliah sambil bekerja. Ketiga, hubungan *internal locus of control* dan efikasi diri dengan *burnout* mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Pemalang yang kuliah sambil bekerja. Hipotesis dalam penelitian ini ketiganya diterima.

1. Hubungan antara *internal locus of control* dengan *burnout* mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pemalang yang kuliah sambil bekerja

Hasil hipotesis pertama mendapat nilai koefisien korelasi (r) sebesar -0,584 yang masuk dalam kategori korelasi sedang. Kemudian nilai sig. (2-tailed) antara *internal locus of control* dengan *burnout* adalah 0,000 yang artinya kurang dari 0,05 sehingga kedua variabel tersebut dinyatakan signifikan. Maka dapat ditarik kesimpulan bahwa adanya hubungan negatif antara *internal locus of control* dengan *burnout* mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pemalang yang bekerja, artinya semakin tinggi *internal locus of control* yang dimiliki mahasiswa maka akan semakin rendah tingkat *burnout* yang dimiliki mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pemalang yang bekerja.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ruhaida (2018: 185) yang menemukan hubungan negatif dan signifikan antara *internal locus of control* dengan *burnout*. Hal ini diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Fatimah dkk (2019: 30), yang mengatakan

bahwa tinggi rendahnya *internal locus of control* dapat mempengaruhi *burnout*.

Individu yang memiliki *internal locus of control* berpegang pada prinsip bahwa individu memiliki peran yang cukup kuat untuk mempengaruhi kejadian yang dialami individu. Oleh karena itu individu percaya jika keberhasilan yang didapatkan merupakan hasil dari kontrol dirinya sendiri. Menurut Sujadi dan Setioningsih (2018: 135), *locus of control* yang dimiliki individu akan mempengaruhi bagaimana individu tersebut bersikap dan berpikir. Apabila *individu memiliki internal locus of control*, maka individu akan memiliki potensi dan pengaruh yang signifikan terhadap tingkat kesuksesan individu (Herawati dkk, 2022: 29).

Mahasiswa dengan *internal locus of control* cenderung memiliki tingkat kepuasan yang lebih tinggi dengan peran ganda sebagai mahasiswa dan pekerja. Mahasiswa lebih efektif dalam mengelola stres dan tekanan yang terkait dengan kuliah dan pekerjaan dan oleh karena itu, mahasiswa memiliki risiko yang lebih rendah untuk mengalami *burnout* (Hakanen *et al*, 2006: 501).

Mahasiswa yang memiliki *internal locus of control* secara konsisten memiliki tingkat kepuasan yang lebih tinggi dalam hubungannya dengan peran ganda mahasiswa sebagai mahasiswa dan pekerja. Mahasiswa lebih efektif dalam mengatasi stres dan masalah lain yang berkaitan dengan pekerjaan dan perkuliahan, dan sebagai akibatnya mahasiswa memiliki risiko

yang lebih rendah mengalami burnout. Dalam konteks kuliah sambil bekerja, *burnout* dapat muncul karena beban tugas yang berlebihan, konflik waktu, dan tekanan yang tinggi untuk mencapai hasil yang baik di kedua peran tersebut. Namun, individu dengan *internal locus of control* yang tinggi lebih cenderung menghadapi tantangan ini dengan cara yang lebih efektif. Mahasiswa dengan *internal locus of control* yang tinggi cenderung memiliki kemampuan yang lebih baik dalam mengatur waktu. Mahasiswa dapat mengidentifikasi prioritas, mengatur jadwal dengan bijak, dan mengalokasikan waktu secara efektif antara kuliah dan pekerjaan (Hakanen et al., 2006: 503).

Burnout dapat dikurangi dengan *internal locus of control*, menurut Kreitner dan Kinichi (2005: 84). Dinyatakan lebih lengkap bahwa tingkat *internal locus of control* yang tinggi dapat melindungi individu dari risiko *burnout*, memungkinkan individu menjadi lebih stabil dalam hidup dan menikmati kualitas hidup yang lebih baik dimasa sekarang.

2. Hubungan antara efikasi diri dengan *burnout* mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pemasang yang kuliah sambil bekerja

Hasil hipotesis kedua mendapat nilai koefisien korelasi (r) sebesar -0,538 yang masuk dalam kategori korelasi sedang. Kemudian nilai sig. (2-tailed) antara efikasi diri dengan *burnout* adalah 0,000 yang artinya kurang dari 0,05 sehingga kedua variabel tersebut dinyatakan signifikan. Maka dapat ditarik kesimpulan bahwa adanya hubungan negatif antara efikasi diri

dengan *burnout* mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pematang yang bekerja, artinya semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki mahasiswa maka akan semakin rendah tingkat *burnout* yang dimiliki mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pematang yang bekerja.

Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Orpina dan Prahara (2019: 127) yang menemukan bahwa *burnout* dan efikasi diri memiliki hubungan yang negatif dan signifikan. Penelitian lain oleh Arlinkasari dan Akmal (2017: 98) menemukan adanya hubungan yang negatif signifikan antara *burnout* dan efikasi diri. Temuan ini mendukung teori bahwa ketika efikasi diri meningkat, maka tingkat *burnout* semakin rendah, begitu juga sebaliknya ketika efikasi diri turun maka *burnout* meningkat. Arlinkasari & Akmal (2017: 93) menyatakan jika mahasiswa tidak memiliki efikasi diri yang kurang menjadi rentan terhadap *burnout* dan kurang memiliki kemampuan untuk beradaptasi.

Menurut Arlinkasari dan Akmal (2017: 83) mahasiswa dengan tingkat efikasi diri yang tinggi dapat mengidentifikasi situasi stres dan memiliki kapasitas untuk menghadapi berbagai situasi perkuliahan yang menantang. Efikasi diri yang tinggi dapat meningkatkan motivasi untuk terlibat dengan materi perkuliahan. Diharapkan mahasiswa yang memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi mampu mengatasi tantangan perkuliahan yang semakin sulit dan kompleks. Mahasiswa dengan efikasi diri yang rendah cenderung akan mengalami *burnout*. Mahasiswa dengan tingkat efikasi diri yang tinggi

cenderung melihat masalah lebih serius daripada mahasiswa dengan tingkat efikasi diri yang rendah dan lebih tahan terhadap stres, depresi, dan masalah psikologis lainnya.

3. Hubungan antara *internal locus of control* dan efikasi diri dengan *burnout* mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pematang yang kuliah sambil bekerja

Hasil hipotesis ketiga mendapat hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *internal locus of control* dan efikasi diri dengan *burnout* mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pematang yang bekerja. Berdasarkan hasil koefisien korelasi (r) sebesar 0,363 yang masuk dalam kategori korelasi rendah. Kemudian nilai *sig. F change* yang diperoleh sebesar 0,000 yang mana nilai tersebut kurang dari 0.05 ($0,000 < 0,05$), maka ketiga variabel dinyatakan signifikan. Kesimpulannya terdapat hubungan yang signifikan antara *internal locus of control* dan efikasi diri dengan *burnout* mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pematang yang bekerja, artinya semakin tinggi *internal locus of control* yang dimiliki mahasiswa maka akan semakin rendah tingkat *burnout* yang dimiliki mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pematang yang bekerja.

Menurut penelitian dari Victoriana (2012: 42), mahasiswa dengan efikasi diri yang tinggi mempunyai kepercayaan diri untuk menghadapi situasi yang menantang secara efektif dan menangani berbagai situasi terkait pekerjaan yang penuh tekanan. Efikasi diri yang tinggi juga meningkatkan

motivasi mahasiswa untuk menguasai materi perkuliahannya yang sulit dan kompleks.

Menurut Kreitner & Kinicki (2009: 76), individu yang mempunyai *internal locus of control* merupakan individu yang mempunyai kemampuan untuk mengenali setiap indikator yang berdampak negatif pada kualitas hidup individu. Individu dengan *internal locus of control* yang kuat memiliki kemampuan untuk mengatur perilakunya. Menurut Sarafino & Smith (2014: 87), individu yang memiliki *internal locus of control* memahami bahwa kesuksesan dan kegagalan hidup individu berhubungan langsung dengan individu sendiri.

Tujuan dalam penelitian ini sudah tercapai dengan adanya bukti hasil penelitian yang kemudian dikuatkan dengan teori yang telah dijelaskan sebelumnya bahwa semakin tinggi tingkat *internal locus of control* individu maka semakin rendah tingkat *burnout* yang dialami dan juga semakin tinggi tingkat efikasi diri maka semakin rendah tingkat *burnout* yang dialami. Dalam penelitian-penelitian sebelumnya, belum terdapat penelitian yang menggunakan variabel *internal locus of control*, efikasi diri dan *burnout* secara bersama-sama dengan subjek mahasiswa yang bekerja, sehingga hal tersebut menjadi sebuah pembaharuan dalam penelitian.

Secara keseluruhan dalam proses penelitian ini, peneliti tidak terlepas dari kelemahan. Dalam penelitian ini hasil penelitian menunjukkan tingkat korelasi yang rendah, sehingga dalam penelitian ini terdapat kelemahan-kelemahan

diantaranya peneliti tidak dapat mengontrol faktor-faktor yang memengaruhi subjek saat mengisi kuesioner karena dilakukan secara online menggunakan google form, sehingga tidak dapat mengontrol secara langsung keadaan subjek seperti kondisi fisik, psikologis, maupun lingkungan subjek. Kelemahan yang lain yaitu terbatasnya variabel yang diteliti sedangkan masih terdapat faktor lain dari burnout seperti variabel dukungan sosial, jenis kelamin, umur, dan pendidikan.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Adapun kesimpulan dalam penelitian ini adalah:

1. Ada hubungan negatif yang signifikan antara *internal locus of control* dengan *burnout* mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pematang yang kuliah sambil bekerja.
2. Ada hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri dengan *burnout* mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pematang yang kuliah sambil bekerja.
3. Ada hubungan yang signifikan antara *internal locus of control* dan efikasi diri dengan *burnout* mahasiswa Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pematang yang kuliah sambil bekerja.

B. Saran

Berdasarkan hasil kajian yang telah dilakukan diatas, peneliti memberikan saran kepada pihak yang terlibat dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut :

1. Bagi subjek diharapkan lebih meningkatkan *internal locus of control* dan efikasi diri yang dimiliki agar dapat mengurangi tingkat burnout.
2. Bagi Institut Teknologi dan Bisnis Adias Pematang, diharapkan agar dapat meminimalisir terjadinya burnout pada mahasiswa yang bekerja yang disebabkan oleh rendahnya *internal locus of control* dan efikasi diri.

3. Bagi peneliti selanjutnya yang memiliki ketertarikan untuk mengkaji permasalahan yang sama, disarankan meneliti variabel lain yang dapat mempengaruhi burnout, seperti dukungan sosial, jenis kelamin, umur, dan pendidikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, M. (2017). *Tafsir ibnu katsir: jilid 2*. Pustaka Imam Asy-Syafi'i.
- Alfinuha, S., & Nuqul, F. L. (2017). Bahagia dalam meraih cita-cita: Kesejahteraan subjektif mahasiswa teknik arsitektur ditinjau dari regulasi emosi dan efikasi diri. *Psikohumaniora : Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(1), 12-28. <http://dx.doi.org/10.21580/pjpp.v2i1.1357>
- Alimah, S., & Swasti, K. G. (2018). Gambaran burnout pada Mahasiswa keperawatan di purwokerto. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 11(2), 130-141. <http://dx.doi.org/10.20884/1.jks.2016.11.2.709>
- Alwisol. (2009). *Psikologi kepribadian*. UMM Press.
- Anshori, M. & Iswati, S. (2019). *Metodologi penelitian kuantitatif: edisi 1*. Airlangga University Press.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik*. Rineka Cipta.
- Arlinkasari, F., & Akmal, S. Z. (2017). Hubungan antara school engagement, academic self efficacy dan academic burnout pada mahasiswa. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 1(2), 81-102. <https://doi.org/10.28932/humanitas.v1i2.418>
- Asyifa, R. N., Setianingsih, E., & Waladani, B. (2023). Hubungan efikasi diri dengan burnout pada perawat di ruang intensive rsud Dr. Soedirman kebumen. In *Prosiding University Research Colloquium*, 1349-1359.
- A'yun, R. Q., & Hartini, N. (2019). Can cognitive behavioral-therapy increase the quality of life and self-efficacy in rheumatoid arthritis patients. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 4(2), 201-212. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v4i2.4184>
- Bandura, A. (2001). Social cognitive theory: an agentic perspective. *Annual Review of Psychology*, 52 (1), 1-26. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.1>
- Cahyono, H. (2019). Peran mahasiswa di masyarakat. *de banten-bode: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) Setiabudhi*, 1(1), 32-41. <https://doi.org/10.30653/001.201932.93>
- Chemers, M. M., Hu, L.T., & Garcia, B. F. (2001). Academic self-efficacy and first-year college student performance and adjustment. *Journal of Educational Psychology*, 93(1), 55-64. <https://doi.org/10.1037//0022-0663.93.1.55>
- Chrisnawati, A. S., & Agustina, D. M. (2019). Pelatihan hypnotherapy pada mahasiswa keperawatan di stikes suaka insan banjarmasin. *Jurnal Suaka Insan Mengabdi (JSIM)*, 1(2), 102-107. <https://doi.org/10.51143/jksi.v7i1>
- Dayanti, I. (2019). Pengaruh hardiness, dukungan sosial faktor demografi terhadap academic burnout. *Skripsi*. UIN Syarif Hidayatullah.
- Fadila. (2016). Mengembangkan motivasi belajar melalui locus of control dan self esteem. *Belajea: Jurnal Pendidikan Islam*, 1(1), 84-100.

- <http://dx.doi.org/10.29240/bjpi.v11.86>
- Fadilah, F., & Mahyuni, S. R. (2018). Analisis faktor yang mempengaruhi locus of control mahasiswa pendidikan matematika fkip universitas samudra. *JUPI: Jurnal IPA dan Pembelajaran IPA*, 2(2), 100-105.
<https://doi.org/10.24815/jipi.v2i2.10731>
- Fairuza, R. A., & Maryatmi, A. S. (2022). Hubungan antara regulasi emosi dan efikasi diri dengan burnout pada perawat di rumah sakit x. *Psikologi Kreatif Inovatif*, 2(3), 67-75.
<https://doi.org/10.37817/psikologikreatifinovatif.v2i3.2128>
- Faizah, . & Rahman, K. A. (2022). Pengaruh internal locus of control dan job insecurity terhadap burnout guru honorer sekolah dengan job stress sebagai variabel moderasi. *Indonesian Educational Administration and Leadership Journal*, 4(1), 1-19. <https://doi.org/10.30653/001.202232.19>
- Fakhria, M., & Setiowati, E. A. (2017). Motivasi berprestasi siswa ditinjau dari fasilitasi sosial dan ketakutan akan kegagalan. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 2(1), 29-42. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v2i1.1279>
- Fatimah, S., Suherman, M. M., Rohaeti, E. E., Duntari, R. A. A., & Hidayat, R. (2019). Hubungan internal locus of control dengan stres akademik siswa sman 2 cimahi. *Psikodidaktika: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan Dan Konseling*, 4(1), 27–35.
<https://doi.org/10.32663/psikodidaktika.v4i1.788>
- Feist, J., Feist, G. J. & Roberts, T. A. (2017). *Teori kepribadian: edisi 8*. Salemba Humanika.
- Fitriani, Y. & Nurmala, B. (2021). Validasi skala self efikasi akademik pada siswa SMA. *Jurnal Mitra Pendidikan*. 5(12). 961-970.
<https://doi.org/10.52160/e-jmp.v5i12.885>
- Friedman, H. S., & Miriam, W. S. (2008). *Kepribadian (teori klasik dan riset modern)*. Erlangga.
- Ghufroon, M. N. & Risnawita, R. (2012). *Teori-teori Psikologi*. Ar-Ruzz Media.
- Hakanen, J. J., Bakker, A. B., & Schaufeli, W. B. (2006). Burnout and work engagement among teachers. *Journal of School Psychology*. 43, 495–513.
<https://doi.org/10.1016/j.jsp.2005.11.001>
- Herawati, A. A., Dharmayana, I. W., & Bastian, Riki. (2022). Hubungan locus of control terhadap academic burnout siswa selama masa pandemic covid-19. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 11 (3), 22-32. <https://doi.org/10.15294/ijgc.v11i3.54364>
- Imron, H. A. (2017). Peran sampling dan distribusi data dalam penelitian komunikasi pendekatan kuantitatif. *Jurnal Studi Komunikasi dan Media*, 21(1), 111-126.
<https://doi.org/10.31445/jskm.2017.210109>
- Iskandar. (2010). *Metodologi penelitian pendidikan dan sosial: Kuantitatif & kualitatif*. GP Press.

- Khusumawati, Z. E., & Christiana, E. (2014). Penerapan kombinasi antara teknik relaksasi dan self-instruction untuk mengurangi kejenuhan belajar siswa kelas xi ipa 2 sman 22 surabaya. *Jurnal BK UNESA*, 5(1), 1–10.
<https://doi.org/10.1037//0022-0663.93.1.55>
- Kreitner & Kinichi (2005). *Perilaku organisasi*. Salemba Empat.
- Kustini & Ayuni, A. D. (2020). Kontribusi pendidikan kewirausahaan dan internal locus of control terhadap intensi kewirausahaan (studi pada mahasiswa fakultas ekonomi dan bisnis di universitas pembangunan nasional “veteran” jawa timur). *Jurnal Studi Manajemen dan Bisnis*, 7(2), 152-160.
<https://doi.org/10.21107/jsmb.v7i2.9140>
- Kutani, R. O., Mesci, M. & Ovdur, Z. (2011). The effects of locus of control on learning performance: a case of an academic organization. *Journal of Economic and Social Studies*, (2), 113-133.
<https://doi.org/10.14706/JECOSS11125>
- Lally, P., Jaarsveld, C. H. M. V., Potts, H. W. W., & Wardle, J. (2010). How are habits formed: Modelling habit formation in the real world. *European Journal of Social Psychology*, 40(6), 998-1009.
<https://doi.org/10.1002/ejsp.674>
- Lutfi, M., Mardani, R. M., & Athia, I. (2022). Pengaruh dukungan sosial, self-esteem dan self-efficacy terhadap burnout mahasiswa (studi pada mahasiswa universitas islam malang). *Jurnal Ilmiah Riset Manajemen*, 11(07), 13-23.
<http://repository.unisma.ac.id/handle/123456789/5173>
- Mardelina, E., & Muhson, A. (2017). Mahasiswa bekerja dan dampaknya pada aktivitas belajar dan prestasi akademik. *Jurnal Economia*, 13(2), 201-209. <https://doi.org/10.21831/economia.v13i2.13239>.
- Muna, N. R. (2013). Efektifitas teknik self regulation learning dalam mereduksi tingkat kejenuhan belajar siswa di sma insan cendekia sekarkemuning cirebon. *Jurnal Holistik*, 14(2), 57-78.
<http://dx.doi.org/10.24235/holistik.v14i2.450>
- Nainggolan, M. A., Kojo, C., & Sendow, G. (2018). Analisis pengaruh internal locus of control dan external locus of control terhadap kepuasan kerja serta dampaknya terhadap kinerja tenaga kependidikan di fakultas ekonomi dan bisnis universitas sam ratulangi. *Jurnal EMBA: Jurnal Riset Ekonomi, Manajemen, Bisnis dan Akuntansi*, 6(4), 4023-4032.
<https://doi.org/10.35794/emba.v6i4.21926>
- Nastiti, N. (2019). Hubungan antara dukungan sosial dan ciri kepribadian extraversion dengan self-efficacy pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi. *Jurnal CALYPTRA*, 8(1), 1742–1754.
<http://repository.ubaya.ac.id/34505/>
- Nurhidayah, S. & Hidayanti, N. (2009). Hubungan Antara ketabahan dan locus of control external dengan kebermaknaan hidup pada istri yang bekerja di bagian sewing pada pt. bosaeng jaya bantar gebang bekasi. *Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 2(2), 62-89.

- <http://www.ejournal-unisma.net/ojs/index.php/soul/article/view/724>
- Nurkasmi. (2019). *hubungan locus of control internal dengan proactive coping pada mahasiswa yang tinggal di dayah darul aman aceh besar*. Progam Studi Psikologi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry.
- Octavia, E., & Nugraha, S. P. (2013). Hubungan antara adversity quotient dan work-study conflict pada mahasiswa yang bekerja. *Psikologi Integratif*, 1(1), 44-51. <https://doi.org/10.14421/jpsi.2013.%25x>
- Ormrod, J. E. (2008). *Psikologi pendidikan (membantu siswa tumbuh dan berkembang)*. Erlangga.
- Orpina, S., & Prahara, S. A. (2019). Self-efficacy dan burnout akademik pada mahasiswa yang bekerja. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 3(2), 119-130. <https://doi.org/10.30653/001.201932.93>
- Permana, H., Harahap, F., & Astuti, B. (2016). Hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan dalam menghadapi ujian dalam menghadapi ujian pada siswa kelas ix di mts al hikmah brebes. *Jurnal Hisbah*, 13 (1), 51-68. <https://doi.org/10.14421/hisbah.2016.132-04>
- Permatasari, D., Latifah, L., & Pambudi, P. R. (2021). Studi academic burnout dan self-efficacy mahasiswa. *Jurnal Prakarsa Paedagogia*, 4(2), 373-384. <https://doi.org/10.24176/jpp.v4i2.7418>
- Pervin (2010). *Psikologi kepribadian: teori & penelitian*. Kencana Prenada Media Grup.
- Prabowo, H. (2010). Knowledge management di perguruan tinggi. *Binus Business Review*, 1(2), 407-415. <https://doi.org/10.21512/bbr.v1i2.1087>
- Pratama, B. D., & Suharnan, S. (2014). Hubungan antara konsep diri dan internal locus of control dengan kematangan karir siswa sma. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 3(03), 213-222. <https://doi.org/10.30996/persona.v3i03.411>
- Puspita, P. I., & Dwityanto, A. (2017). Hubungan antara locus of control internal dengan burnout pada perawat di rumah sakit islam amal sehat sragen (doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Rachmah, D. N. (2013). Hubungan self efficacy, coping stress dan prestasi akademik. *Jurnal Ecopsy*, 1(1), 7-14. <http://dx.doi.org/10.20527/ecopsy.v1i1.477>
- Rahman, U. (2007). Mengenal burnout pada guru. *Lentera Pendidikan: Jurnal Ilmu Tarbiyah dan Keguruan*, 10 (2), 216-227. <https://doi.org/10.24252/lp.2007v10n2a7>
- Rahmi, N., Khaldun, I., & Fitri, Z. (2017). Hubungan efikasi diri dan kemandirian belajar dengan indeks prestasi kumulatif (ipk) mahasiswa pendidikan kimia angkatan 2012, 2013, dan 2014 universitas syiah kuala. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Kimia*, 2(1), 11-18. <http://jim.usk.ac.id/pendidikan-kimia/article/view/3399>
- Ratnaningsih, D. J., Asep S., & Hari W. (2008). Pemodelan daya tahan belajar mahasiswa pendidikan tinggi jarak jauh dengan pendekatan regresi logistik

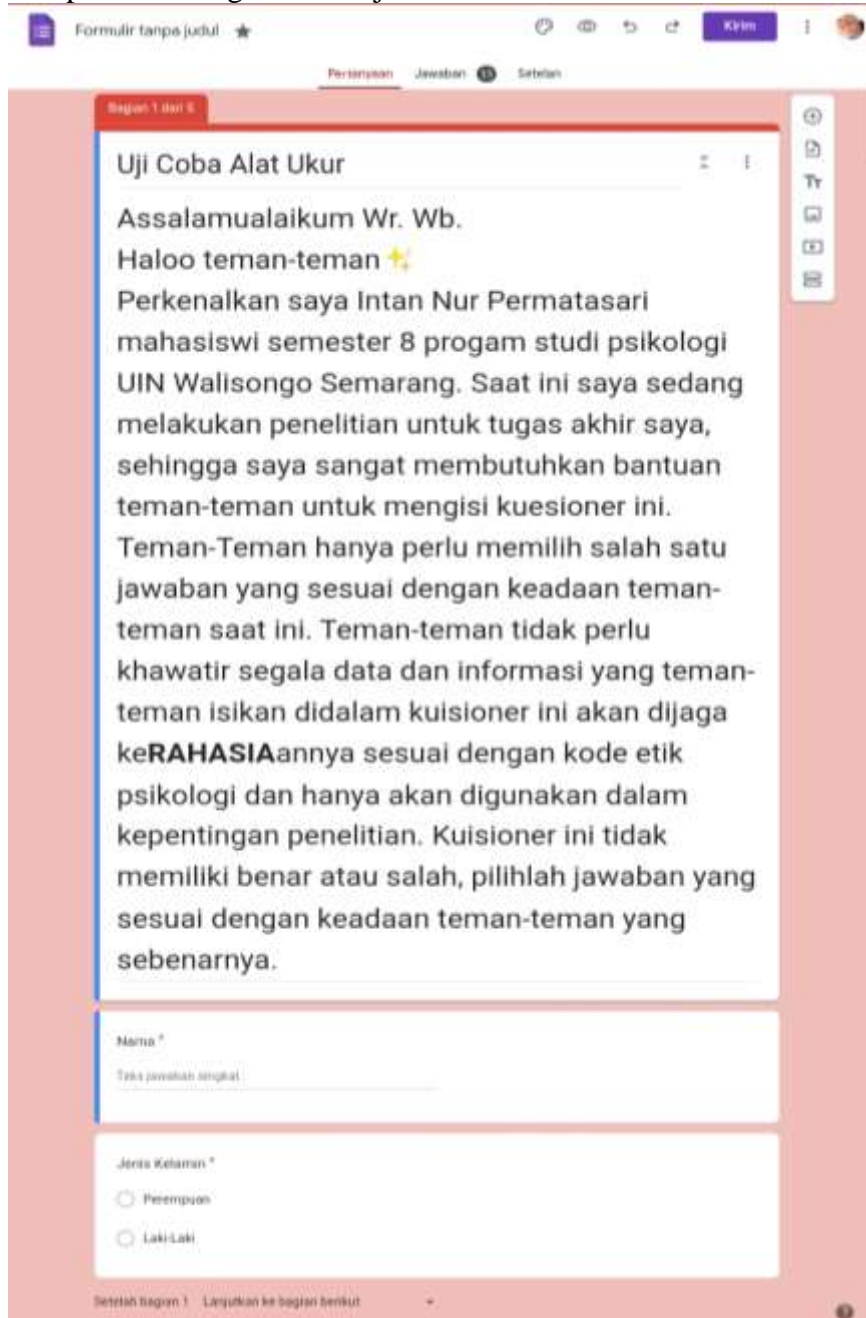
- biner (studi kasus: mahasiswa fakultas ekonomi jurusan manajemen). *Jurnal Pendidikan Terbuka dan Jarak Jauh*, 12(2), 57-67
<http://repository.ipb.ac.id/handle/123456789/54595>
- Rizka, Z. (2013). Sikap terhadap pengembangan karir dengan burnout pada karyawan. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 1(2), 260–272.
<https://doi.org/10.22219/jipt.v1i2.1582>
- Ruhaida. (2018). Hubungan locus of control internal terhadap burnout pada karyawan di pt golden victory source. *Skripsi*. Fakultas Psikologi Universitas Medan Area, Medan.
- Santoso, M. D. Y. (2021). Faktor-faktor yang berhubungan dengan burnout pada tenaga kesehatan dalam situasi pandemi covid-19. *Jurnal Keperawatan Tropis Papua*, 4(1), 1-10. <https://doi.org/10.47539/jktp.v4i1.176>
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2014). *Health psychology: biopsychosocial interactions* (seventh ed). John Wiley & Sons, Inc.
- Schaufeli, W. B. (2002). Burnout and engagement in university students: a cross - national study. *Journal of Cross - Cultural Psychology*, 33(5), 464-481.
<http://dx.doi.org/10.1177/0022022102033005003>
- Schultz, D. P., & Sydney, E. S. (2016). *Teori kepribadian*. EGC.
- Seibert, G. S., May, R. W., Fitzgerald, M. C., & Fincham, F. D. (2016). Understanding school burnout: Does self-control matter Learning and Individual Differences, 49, 120–127.
<https://doi.org/10.1016/j.lindif.2016.05.024>
- Shihab, M. Quraish. (2012). *Tafsir al-misbah*. Lentera Hati.
- Shofiah, V., & Raudatussalamah. (2014). Self efficacy dan self regulation sebagai unsur penting dalam pendidikan karakter (aplikasi pembelajaran mata kuliah akhlak tasawuf). *Jurnal Penelitian Sosial Keagamaan*, 17(2) 214-229.
<http://dx.doi.org/10.24014/kutubkhanah.v17i2.818>
- Siregar, R. A. (2018). *Hubungan self efficacy dengan kemandirian belajar pada siswa smpit al-fakhri sunggal*. Fakultas Psikologi, Univeraitas Medan Area.
- Situmorang, D. D. B., Wibowo, M. E., & Mulawarman, M. (2018). konseling kelompok active music therapy berbasis cognitive behavior therapy (cbt) untuk meningkatkan self-efficacy mahasiswa millennials. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(1), 17-36.
<https://doi.org/10.21580/pjpp.v3i1.2508>
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan r&d*. Alfabeta.
- Suha, Y., Nauli, F. A., & Karim, D. (2022). *Gambaran burnout pada mahasiswa jurusan keperawatan*. Community of Publishing in Nursing (COPING), p-ISSN 2303-1298, e-ISSN 2715-1980. 10(3).
- Sujadi, E., & Setioningsih, L. (2018). Perbedaan locus of control ditinjau dari etnis. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Terapan*, 2(2), 128-138.
<http://dx.doi.org/10.30598/jbkt.v2i2.371>
- Tinambunan, M. E. (2021). Hubungan locus of control dengan burnout pada perawat di instalasi gawat darurat rsud pasar rebo. *Skripsi*. Fakultas Ilmu Kesehatan

Program Studi Keperawatan Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, Jakarta.

- Victoriana, E. (2012). Studi kasus mengenai self-efficacy untuk menguasai mata kuliah psikodiagnostika umum pada mahasiswa magister profesi psikologi di universitas "x". Fakultas Psikologi Universitas Kristen Maranatha. Bandung.
- Waskito, O. E. (2019). Hubungan locus of control internal dengan burnout pada mahasiswa yang bekerja. *Doctoral dissertation*. Universitas Mercu Buana Yogyakarta).
- Widana, I. W. & Muliani, N. P. L. (2020). *Uji persyaratan analisis*. Klik Media.
- Wijaya, R. S. (2016). Perbandingan penyesuaian diri mahasiswa berkepribadian ekstrovert dan introvert. *Jurnal Penelitian Tindakan Bimbingan dan Konseling*, 2(2), 1–6. <https://doi.org/10.30653/001.201632.6>
- Wiriani, W., Piatrini, P. S., Ardana, K., & Juliarsa, G. (2013). Efek moderasi locus of control pada hubungan pelatihan dan kinerja pada bank perkreditan rakyat di kabupaten badung. *Jurnal Ilmiah Akuntansi dan Bisnis*, 8(2), 99-105. <https://ojs.unud.ac.id/index.php/jiab/article/view/10864>
- Yulikhah, S., Bukhori, B., & Murtadho, A. (2019). Self concept, self efficacy, and interpersonal communication effectiveness of student. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 4(1), 65-76. doi:<http://dx.doi.org/10.21580/pjpp.v4i1.3196>
- Yunita, I., & Rahayu, A. (2021). Internal locus of control dan konsep diri hubungannya dengan kematangan karir siswa sma x bekasi. *Jurnal IKRA-ITH Humaniora*, 5(1), 168-176. <https://api.core.ac.uk/oai/oai:ojs2.27.50.18.77:article/938>
- Yusuf, A. M. (2013). *Metodologi penelitian: Kuantitatif, kualitatif, dan penelitian gabungan*. Kencana Prenada Media Group.
- Zajacova, A., Scott M. L. & Thomas J. E. (2005) Self-efficacy, stress, and academic success in college. *Research In Higher Education*, 46(6). 677-706. <http://dx.doi.org/10.1007/s11162-004-4139-z>

LAMPIRAN

Lampiran 1. Google Form Uji Coba



The image shows a screenshot of a Google Form titled "Uji Coba Alat Ukur". The form is displayed on a mobile device, with a navigation bar at the top showing "Perencanaan", "Jawaban" (with a progress indicator), and "Selesai". The form content includes a greeting, an introduction of the researcher, a request for assistance, and a section for demographic information.

Uji Coba Alat Ukur

Assalamualaikum Wr. Wb.
Halo teman-teman ✨

Perkenalkan saya Intan Nur Permatasari mahasiswa semester 8 progam studi psikologi UIN Wallsongo Semarang. Saat ini saya sedang melakukan penelitian untuk tugas akhir saya, sehingga saya sangat membutuhkan bantuan teman-teman untuk mengisi kuesioner ini. Teman-Teman hanya perlu memilih salah satu jawaban yang sesuai dengan keadaan teman-teman saat ini. Teman-teman tidak perlu khawatir segala data dan informasi yang teman-teman isikan didalam kuisisioner ini akan dijaga **keRAHASIA**annya sesuai dengan kode etik psikologi dan hanya akan digunakan dalam kepentingan penelitian. Kuisisioner ini tidak memiliki benar atau salah, pilihlah jawaban yang sesuai dengan keadaan teman-teman yang sebenarnya.

Nama *

Teks jawaban singkat

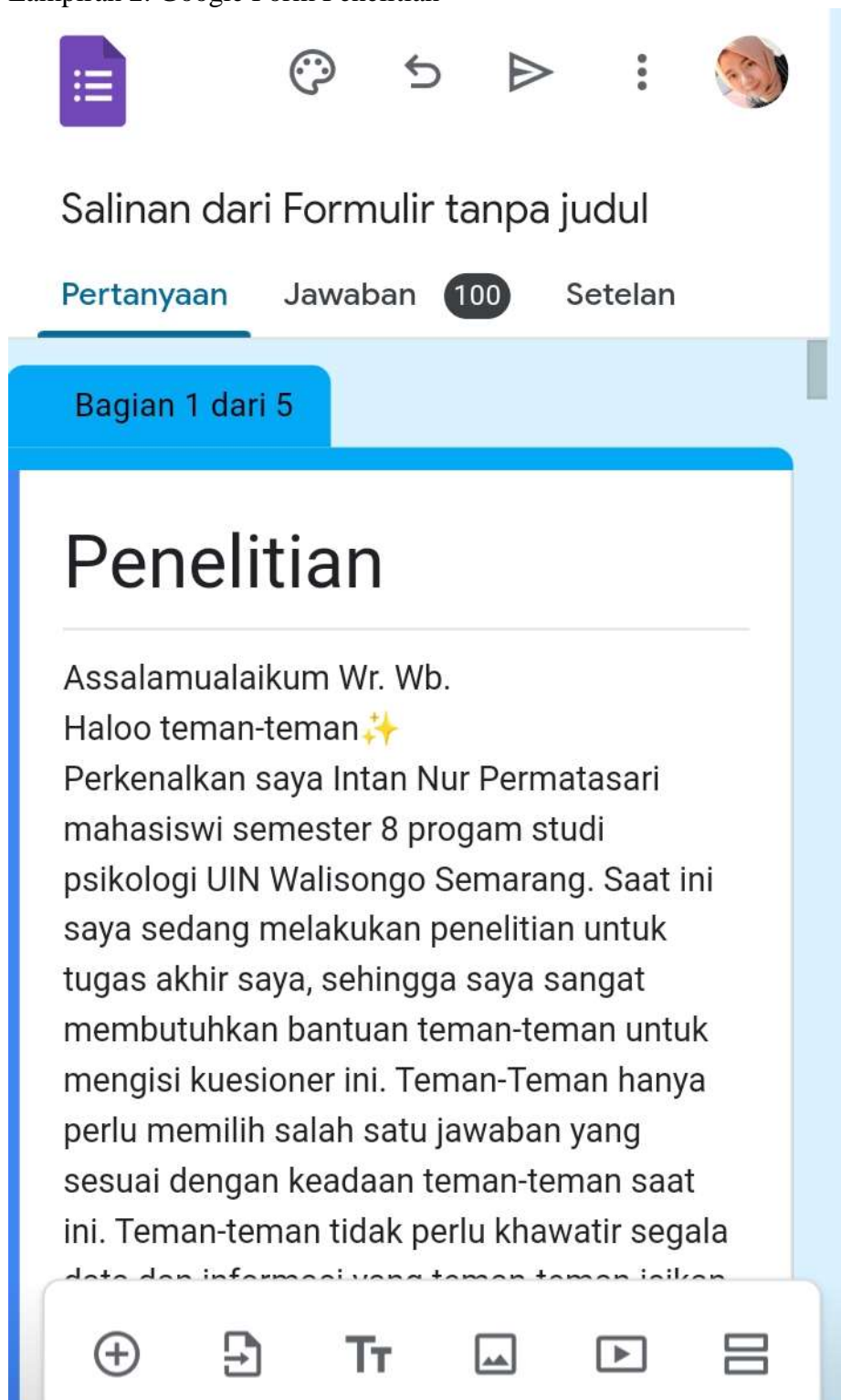
Jenis Kelamin *

Perempuan

Laki-Laki

Selesai bagian 1 Lanjutkan ke bagian berikut

Lampiran 2. Google Form Penelitian



Salinan dari Formulir tanpa judul

Pertanyaan Jawaban 100 Setelan

Bagian 1 dari 5

Penelitian

Assalamualaikum Wr. Wb.
Halo teman-teman ✨
Perkenalkan saya Intan Nur Permatasari mahasiswa semester 8 program studi psikologi UIN Walisongo Semarang. Saat ini saya sedang melakukan penelitian untuk tugas akhir saya, sehingga saya sangat membutuhkan bantuan teman-teman untuk mengisi kuesioner ini. Teman-Teman hanya perlu memilih salah satu jawaban yang sesuai dengan keadaan teman-teman saat ini. Teman-teman tidak perlu khawatir segala data dan informasi yang teman-teman berikan

⊕ 📄 Tt 🖼️ 🎥 ☰

Lampiran 3. Tabel Output Uji Validitas Corrected Item-Total Correlation Skala Burnout

Item-Total Statistics					
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	105,85	322,133	,552	.	,900
VAR00002	106,45	328,318	,456	.	,901
VAR00003	105,73	330,205	,394	.	,902
VAR00004	106,55	331,256	,435	.	,902
VAR00005	105,70	325,218	,603	.	,900
VAR00006	106,67	330,729	,394	.	,902
VAR00007	106,76	330,189	,416	.	,902
VAR00008	106,97	332,843	,434	.	,902
VAR00009	105,61	337,121	,273	.	,903
VAR00010	107,18	334,716	,389	.	,902
VAR00011	106,79	331,860	,407	.	,902
VAR00012	106,27	328,205	,542	.	,900
VAR00013	106,21	334,422	,312	.	,903
VAR00014	106,58	327,564	,498	.	,901
VAR00015	106,42	329,814	,426	.	,902
VAR00016	106,27	329,267	,466	.	,901
VAR00017	105,94	331,559	,516	.	,901
VAR00018	106,18	332,216	,378	.	,902

VAR0001 9	106,15	329,570	,411	.	,902
VAR0002 0	106,36	332,614	,319	.	,903
VAR0002 1	106,21	329,610	,495	.	,901
VAR0002 2	106,67	328,167	,423	.	,902
VAR0002 3	105,55	338,006	,203	.	,904
VAR0002 4	106,18	329,153	,452	.	,901
VAR0002 5	105,64	329,551	,382	.	,902
VAR0002 6	106,39	331,559	,374	.	,902
VAR0002 7	106,52	332,945	,361	.	,902
VAR0002 8	106,03	328,968	,589	.	,900
VAR0002 9	106,58	332,252	,430	.	,902
VAR0003 0	106,70	330,155	,417	.	,902
VAR0003 1	106,06	329,684	,427	.	,902
VAR0003 2	105,91	353,773	-,266	.	,909
VAR0003 3	106,30	331,468	,386	.	,902
VAR0003 4	106,18	329,403	,527	.	,901
VAR0003 5	106,21	327,547	,481	.	,901
VAR0003 6	106,27	326,267	,422	.	,902
VAR0003 7	106,18	329,403	,401	.	,902
VAR0003 8	106,21	333,172	,380	.	,902
VAR0003 9	106,06	329,871	,422	.	,902

VAR0004 0	105,94	347,496	-,068	.	,908
VAR0004 1	106,09	328,398	,432	.	,902
VAR0004 2	106,12	328,797	,581	.	,900
VAR0004 3	106,15	327,633	,411	.	,902
VAR0004 4	106,48	329,945	,414	.	,902

Lampiran 4. Tabel Output Uji Validitas Corrected Item-Total Correlation Skala Internal Locus of Control

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR0000 1	245,7879	676,485	,687	.	,713
VAR0000 2	245,4242	672,939	,629	.	,712
VAR0000 3	245,9091	674,460	,619	.	,713
VAR0000 4	245,8485	680,320	,425	.	,716
VAR0000 5	245,7576	677,939	,549	.	,714
VAR0000 6	246,3636	680,364	,510	.	,716
VAR0000 7	245,4545	687,818	,356	.	,719
VAR0000 8	246,3939	682,121	,453	.	,716
VAR0000 9	245,2121	705,672	-,120	.	,727
VAR0001 0	245,3030	703,405	-,050	.	,726
VAR0001 1	246,2727	684,017	,395	.	,717
VAR0001 2	245,4545	685,006	,366	.	,718

VAR0001 3	245,6667	686,542	,431	.	,718
VAR0001 4	245,9697	685,280	,366	.	,718
VAR0001 5	245,3939	678,059	,525	.	,715
VAR0001 6	245,8485	678,195	,469	.	,715
VAR0001 7	245,7576	686,189	,353	.	,718
VAR0001 8	245,4848	677,695	,463	.	,715
VAR0001 9	246,0909	678,023	,499	.	,715
VAR0002 0	246,4848	690,758	,289	.	,720
VAR0002 1	245,9394	687,746	,366	.	,719
VAR0002 2	246,6364	677,051	,632	.	,714
VAR0002 3	246,2424	686,752	,312	.	,719
VAR0002 4	246,1818	680,216	,486	.	,716

Lampiran 5. Tabel Output Uji Validitas Corrected Item-Total Correlation Skala Efikasi Diri

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR0000 1	274,4545	1480,381	,026	.	,698
VAR0000 2	275,7576	1443,189	,639	.	,690
VAR0000 3	274,8788	1444,172	,543	.	,690
VAR0000 4	275,6970	1458,030	,443	.	,693
VAR0000 5	274,9394	1446,434	,513	.	,691

VAR0000 6	275,8182	1454,341	,505	.	,692
VAR0000 7	275,3939	1448,746	,411	.	,691
VAR0000 8	275,8788	1443,735	,630	.	,690
VAR0000 9	275,1212	1445,610	,492	.	,691
VAR0001 0	275,2424	1439,939	,560	.	,689
VAR0001 1	275,2727	1435,330	,623	.	,688
VAR0001 2	275,2121	1450,110	,475	.	,691
VAR0001 3	274,8788	1447,797	,454	.	,691
VAR0001 4	275,2424	1479,752	,034	.	,698
VAR0001 5	275,3939	1456,121	,399	.	,693
VAR0001 6	274,6970	1492,905	-,189	.	,701
VAR0001 7	275,6970	1443,593	,556	.	,690
VAR0001 8	274,7576	1448,752	,441	.	,691
VAR0001 9	275,7879	1447,735	,499	.	,691
VAR0002 0	276,0303	1459,718	,442	.	,694
VAR0002 1	275,3030	1487,343	-,100	.	,700
VAR0002 2	275,3030	1456,030	,381	.	,693
VAR0002 3	274,9091	1492,585	-,187	.	,701
VAR0002 4	275,7576	1455,814	,480	.	,693
VAR0002 5	274,6667	1480,604	,020	.	,698
VAR0002 6	275,9091	1451,148	,494	.	,692

VAR00027	275,8485	1433,195	,643	.	,688
VAR00028	275,6061	1453,934	,489	.	,692

Lampiran 6. Tabel Uji Reliabilitas Skala Burnout

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,736	41

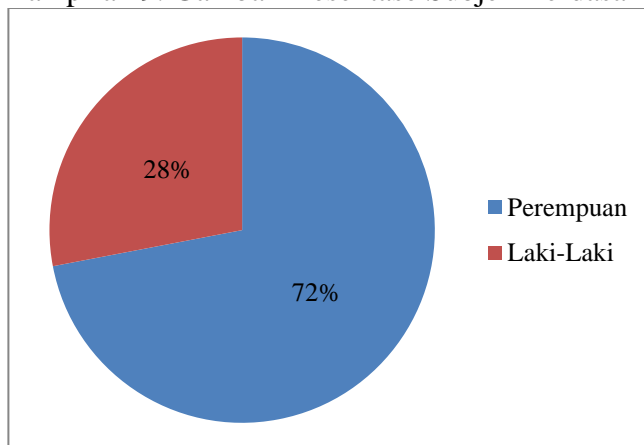
Lampiran 7. Tabel Uji Reliabilitas Skala Internal Locus of Control

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,849	21

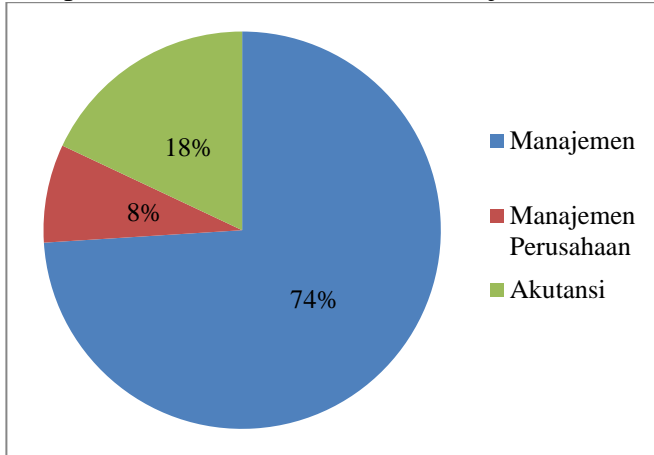
Lampiran 8. Tabel Uji Reliabilitas Skala Efikasi Diri

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
,883	22

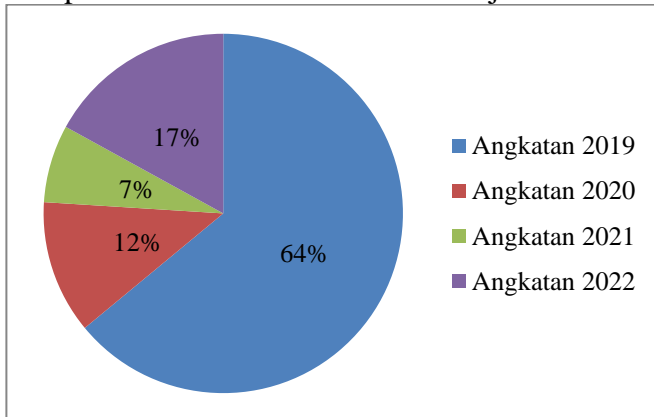
Lampiran 9. Gambar Presentase Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin



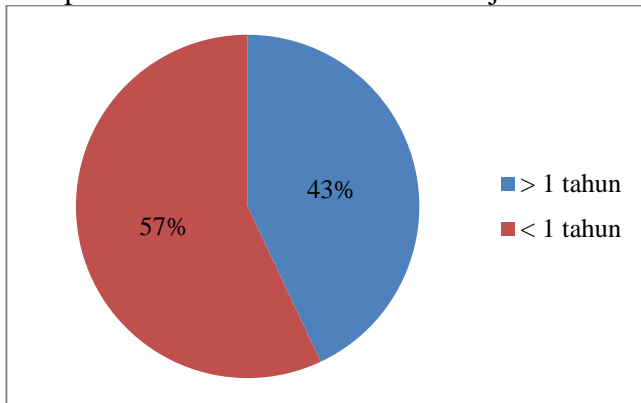
Lampiran 10. Gambar Presentase Subjek Berdasarkan Jurusan



Lampiran 11. Gambar Presentase Subjek Berdasarkan Angkatan



Lampiran 12. Gambar Presentase Subjek Berdasarkan Lama Bekerja



Lampiran 13. Tabel Hasil Uji Deskriptif

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Burnout	100	82	133	105.21	10.337
Internal Locus of Control	100	25	78	56.27	6.113
Efikasi Diri	100	33	80	59.28	7.487
Valid N (listwise)	100				

Lampiran 14. Tabel Kategorisasi Burnout

Burnout					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	11	11.0	11.0	11.0
	Sedang	70	70.0	70.0	81.0
	Tinggi	19	19.0	19.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Lampiran 15. Tabel Kategorisasi Internal Locus of Control

Internal Locus of Control					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	8	8.0	8.0	8.0
	Sedang	74	74.0	74.0	82.0
	Tinggi	18	18.0	18.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Lampiran 16. Tabel Kategorisasi Efikasi Diri

Efikasi Diri					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	17	17.0	17.0	17.0
	Sedang	62	62.0	62.0	79.0
	Tinggi	21	21.0	21.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Lampiran 17. Tabel Hasil Uji Normalitas Internal Locus of Control, Efikasi Diri, dan Burnout

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		100
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	8.24925360
Most Extreme Differences	Absolute	.008
	Positive	.008
	Negative	.090
Test Statistic		.008
Asymp. Sig. (2-tailed)		.075 ^c

- a. Test distribution is Normal.
- b. Calculated from data.
- c. Lilliefors Significance Correction.

Lampiran 18. Tabel Hasil Uji Linearitas Internal Locus of Control dengan Burnout

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Burnout * Internal Locus of Control	Between Groups	(Combined)	5566.413	23	242.018	3.670	.000
		Linearity	3607.531	1	3607.531	54.701	.000
		Deviation from Linearity	1958.882	22	89.040	1.350	.169
	Within Groups		5012.177	76	65.950		
Total		10578.590	99				

Lampiran 19. Tabel Hasil Uji Linearitas Efikasi Diri dengan Burnout

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Burnout * Efikasi Diri	Between Groups	(Combined)	7337.522	27	271.760	6.037	.000
		Linearity	3062.996	1	3062.996	68.044	.000

	Deviation from Linearity	1274.526	26	64.405	1.652	.217
	Within Groups	3241.068	72	45.015		
	Total	10578.590	99			

Lampiran 20. Tabel Hasil Uji Koefisien Korelasi Hipotesis 1

Correlations

		internal Locus of Control	Burnout
Internal Locus of Control	Pearson Correlation	1	-.584**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	100	100
Burnout	Pearson Correlation	-.584**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	100	100

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Lampiran 21. Tabel Hasil Uji Koefisien Korelasi Hipotesis 2

Correlations

		TOTAL X2	TOTAL Y
Efikasi Diri	Pearson Correlation	1	-.538**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	100	100
Burnout	Pearson Correlation	-.538**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	100	100

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Lampiran 22. Tabel Hasil Uji Koefisien Korelasi Hipotesis 3

Model Summary^b

Model	R	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	R Square Change	Change Statistics			Sig. F Change
					F Change	df1	df2	
1	.603 ^a	.363	8.33386	.363	27.656	2	97	.000

a. Predictors: (Constant), Efikasi Diri, Internal Locus of Control

b. Dependent Variable: Burnout

Lampiran 23. Surat Permohonan Izin Penelitian



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO SEMARANG
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
 Jalan. Prof. Dr. Hamka Km.01, Kampus III, Ngaliyan, Semarang 50185.
 Telepon (024) 76433370, Website : fpk.walisongo.ac.id, Email : fpk@walisongo.ac.id

Nomor : 2049/Un.10.7/D1/KM.00.01/05/2023 25 Mei 2023
 Lamp. : -
 Hal : Permohonan Lokasi Penelitian

Kepada Yth.
 Rektor Institut Teknologi dan Bisnis (ITB) Adias Pemasang
 di Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Dengan hormat kami sampaikan bahwa dalam rangka untuk memenuhi tugas penulisan skripsi bagi mahasiswa Program S1 pada Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Islam Negeri (UIN) Walisongo Semarang, maka kami mohon perkenan untuk memberikan ijin penelitian kepada :

1. Nama : INTAN NUR PERMATASARI
 2. Nim : 1907016121
 3. Jurusan : Psikologi
 4. Fakultas : Psikologi dan Kesehatan
 5. Lokasi Penelitian : INSTITUT TEKNOLOGI DAN BISNIS ADIAS PEMALANG JAWA TENGAH
 6. Judul Skripsi : HUBUNGAN ANTARA INTERNAL LOCUS OF CONTROL DAN EFIKASI DIRI DENGAN BURNOUT MAHASISWA INSTITUT TEKNOLOGI DAN BISNIS ADIAS PEMALANG YANG KULIAH SAMBIL BEKERJA

Demikian surat permohonan penelitian kami sampaikan atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

a.n. Dekan,
 Wakil Dekan Bidang Akademik & Kelembagaan



 Dr. Baidi Bukhori, S.Ag., M.Si.

Tembusan Yth :
 Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan UIN Walisongo (sebagai laporan).

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Identitas Diri

Nama Lengkap : Intan Nur Permatasari
TTL : Pemalang, 28 Februari 2001
Alamat : Tegalmлатi RT. 04/RW. 04, Petarukan, Kab. Pemalang
Email : intannpermatasari2@gmail.com

Riwayat Pendidikan

SD N 01 Tegalmлатi

SMP N 1 Petarukan

SMA N 2 Pemalang

Riwayat Organisasi

Staff HRD UKM-F MASA (2021-2022)

Semarang, 12 Juni 2023



Intan Nur Permatasari