

**HUBUNGAN ANTARA *SELF-EFFICACY* DENGAN  
*ACADEMIC BURNOUT* PADA MAHASISWA YANG BEKERJA  
PARUH WAKTU SEBAGAI BARISTA DI DKI JAKARTA**



**OLEH:**

**Angela Natasya Rengganis**

**1801617161**

**SKRIPSI**

**Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh**

**Gelar Sarjana Psikologi**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI**

**FAKULTAS PENDIDIKAN PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

**2021**

**LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING  
DAN PENGESAHAN PANITIA SIDANG SKRIPSI**

Hubungan antara *Self-Efficacy* dengan *Academic Burnout* pada Mahasiswa yang  
Bekerja Paruh Waktu sebagai Barista di DKI Jakarta

Nama Mahasiswa : Angela Natasya Rengganis  
NIM : 1801617161  
Program Studi : Psikologi  
Tanggal Ujian : 13 Agustus 2021

Pembimbing I



**Dwi Kencana Wulan, M.Psi**

NIP. 198212122014042001



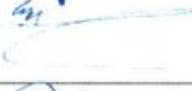


Pembimbing II



**Santi Yudhistira, M.Psi**

NIP. 198708182019032012

**Panitia Ujian Sidang Skripsi**

Nama	Tandatangan	Tanggal
Prof. Dr. Yufiarti, M.Si (Penanggungjawab)*		2 Sep 21
Dr. Gungum Gumelar, M.Si (Wakil Penanggungjawab)**		2 Sept 21
Prof. Dr. Suparno Eko Widodo, M.M. (Ketua Penguji)***		31 Agustus 2021
Ratna Dyah Suryaratri, Ph.D (Anggota)****		31 Agustus 2021
Rahmadianty Gazadinda, M.Sc (Anggota)		31 Agustus 2021

\*Dekan FPPsi

\*\*Wakil Dekan I

\*\*\*Ketua Penguji

\*\*\*\*Dosen penguji selain pembimbing

## LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini, mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Angela Natasya Rengganis

NIM : 1801617161

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul “Hubungan antara *Self-Efficacy* dengan *Academic Burnout* pada Mahasiswa yang Bekerja Paruh Waktu sebagai Barista di DKI Jakarta” adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan April sampai dengan bulan Juli 2021.
2. Bukan merupakan duplikasi skripsi/karya inovasi yang pernah dibuat orang lain atau jiplakan karya tulis orang lain dan bukan terjemahan karya tulis orang lain.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya ini tidak benar.

Jakarta, 19 Agustus 2021

Yang Membuat Pernyataan



Angela Natasya Rengganis

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI  
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Program Studi Psikologi, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Angela Natasya Rengganis

NIM : 180161716

Program Studi : Psikologi

Fakultas : Pendidikan Psikologi

Jenis karya : Skripsi

demikian demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul:

**“Hubungan antara *Self-Efficacy* dengan *Academic Burnout* pada Mahasiswa yang Bekerja Paruh Waktu sebagai Barista di DKI Jakarta”**

Berserta perangkat yang ada (jika diperlukan) dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Program Studi Psikologi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan memublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 19 Agustus 2021

Yang menyatakan



(Angela Natasya Rengganis)



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220  
Telepon/Faksimili: 021-4894221  
Laman: [lib.unj.ac.id](http://lib.unj.ac.id)

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Angela Natasya Rengganis  
NIM : 1801617161  
Fakultas/Prodi : Psikologi  
Alamat email : angelanatasya50@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi     Tesis     Disertasi     Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Hubungan antara *Self-Efficacy* dengan *Academic Burnout* pada Mahasiswa yang Bekerja Paruh Waktu sebagai Barista di DKI Jakarta

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta 14 September 2021

Penulis

( Angela Natasya Rengganis )  
*nama dan tanda tangan*

**Angela Natasya Rengganis**

Hubungan antara *Self-Efficacy* dengan *Academic Burnout* pada Mahasiswa yang  
Bekerja Paruh Waktu sebagai Barista di DKI Jakarta

Skripsi

Jakarta: Program Studi Psikologi

Fakultas Pendidikan Psikologi

Universitas Negeri Jakarta

2021

**LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN**

*“When you feel like giving up your dream, force yourself to work another day,  
another week, a year. You’ll be amazed what happens when you don’t give up.”*

(Nick Vujicic)

Skripsi ini saya persembahkan untuk kedua orangtua saya yang selalu mendoakan dan mendukung di segala macam kondisi. Skripsi ini juga saya persembahkan untuk diri saya sendiri yang telah percaya terhadap diri saya sendiri, bekerja keras dalam menyelesaikan skripsi ini, dan tidak pernah menyerah. Terima kasih.

## ABSTRAK

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara *self-efficacy* dengan *academic burnout* pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu sebagai barista di DKI Jakarta. Instrumen yang digunakan dalam mengukur variabel *self-efficacy* adalah *General Self-Efficacy Scale* (GSE) yang dikembangkan oleh Matthias Jerusalem dan Ralf Schwarzer (1979), sedangkan pada variabel *academic burnout* menggunakan *Maslach Burnout Inventory Student-Survey* (MBI-SS) yang dikembangkan oleh Schaufeli et al (2002). Pendekatan penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan menggunakan teknik *purposive sampling* dalam pengambilan sampelnya. Subjek penelitian berjumlah 100 mahasiswa yang bekerja paruh waktu sebagai barista dengan rentang usia 18-25 tahun di perguruan tinggi DKI Jakarta. Analisis statistik yang digunakan dalam menguji hipotesis adalah uji korelasi *product moment*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa  $r\text{-hitung} > r\text{-tabel}$ ;  $-0,308 > 0,195$  dengan nilai signifikansi  $p = 0,002 < 0,05$ , yang berarti terdapat hubungan signifikan antara *self-efficacy* dengan *academic burnout* pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu sebagai barista di DKI Jakarta.

Kata kunci : *self-efficacy*, *academic burnout*, mahasiswa bekerja paruh waktu, barista.

**Angela Natasya Rengganis**

Hubungan antara *Self-Efficacy* dengan *Academic Burnout* pada Mahasiswa yang Bekerja Paruh Waktu sebagai Barista di DKI Jakarta

Skripsi

Jakarta: Program Studi Psikologi

Fakultas Pendidikan Psikologi

Universitas Negeri Jakarta

2021

**ABSTRACT**

*This study aims to determine the correlation between self-efficacy and academic burnout in students who work part-time as barista in DKI Jakarta. The instrument used to measure the self-efficacy variable is the General Self-Efficacy Scale (GSE) developed by Matthias Jerusalem and Ralf Schwarzer (1979), while the academic burnout variable uses the Maslach Burnout Inventory Student-Survey (MBI-SS) developed by Schaufeli et al. al (2002). This research approach uses a quantitative approach by using purposive sampling technique in sampling. The research subjects were 100 students who worked part-time as baristas with an age range of 18-25 years at a university in DKI Jakarta. The statistical analysis used to test the hypothesis is the product moment correlation test. The results showed that,  $r\text{-count} > r\text{-table}$ ;  $-0.308 > 0.195$  with a significance value of  $p = 0.002 < 0.05$ , which means that there is a significant correlation between self-efficacy and academic burnout students who work part-time as barista in DKI Jakarta.*

*Keywords: self-efficacy, academic burnout, student working part time, barista.*



## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala berkat dan rahmat yang telah diberikan-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir berupa skripsi yang berjudul “Hubungan antara *Self-Efficacy* dengan *Academic Burnout* pada Mahasiswa yang Bekerja Paruh Waktu sebagai Barista di DKI Jakarta” yang menjadi syarat untuk lulus sebagai sarjana psikologi di Universitas Negeri Jakarta.

Dalam melaksanakan dan menyelesaikan penelitian ini, penulis menyadari bahwa penulisan ini tidak lepas tanpa adanya dukungan dan bantuan dari beberapa pihak sehingga penelitian ini dapat diselesaikan. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis bermaksud menyampaikan terima kasih kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Yufiarti, M.Si, selaku Dekan Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
2. Bapak Dr. Gumgum Gumelar, M.Si selaku Wakil Dekan I, Ibu Ratna Dyah Suryaratri, Ph.D, selaku Wakil Dekan II dan dosen pembimbing akademik, serta Ibu Mira Ariyani, Ph.D selaku Wakil Dekan III Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Jakarta.
3. Ibu Dr. phil. Zarina Akbar M.Psi selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
4. Ibu Dwi Kencana Wulan, M.Psi selaku Dosen Pembimbing I dan validator yang telah bersedia memberikan waktunya untuk melakukan bimbingan, *expert judgment*, memberi saran, memberi dukungan, dan semangat sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir berupa skripsi. Untuk bimbingan dan segalanya, penulis ucapkan terima kasih.
5. Kak Santi Yudhistira, M.Psi selaku Dosen Pembimbing II dan validator yang telah bersedia memberikan waktunya untuk melakukan bimbingan, *expert judgment*, memberi saran, memberi dukungan, dan semangat sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir berupa skripsi. Untuk bimbingan dan segalanya, penulis ucapkan terima kasih.

6. Bapak dan Ibu Staf Tata Usaha serta para petugas di Fakultas Pendidikan Psikologi yang telah membantu dalam hal administrasi dari awal perkuliahan hingga sekarang.
7. Mahasiswa yang bekerja paruh waktu sebagai barista di beberapa universitas di DKI Jakarta yang telah bersedia menjadi bagian dalam penelitian ini.
8. Mama, Bapak, dan Koko yang telah memberikan dukungan dan motivasi kepada penulis sejak awal penyusunan skripsi ini sampai penulisan skripsi dapat selesai.
9. Nada, Nana, Bella, Dika yang telah memberikan dukungan, semangat dalam menyelesaikan skripsi ini, serta membantu dalam menyebarkan kuesioner penelitian ini.
10. Sonia, Diah Rodhiatul, Annisa Salvia, dan Annisa Indaryanti yang telah meluangkan waktu untuk berdiskusi, memberikan semangat dan energi yang positif baik selama proses perkuliahan hingga penyelesaian penelitian ini.
11. Teman-teman bimbingan skripsi I dan II yang telah berjuang dan berproses bersama dalam menyelesaikan skripsi.
12. Teman-teman Angkatan 2017 yang telah memberikan kenangan baik selama menjalani masa perkuliahan.
13. Molly, yang telah menemani penulis dalam menyelesaikan skripsi dan memberikan energi positif setiap harinya.
14. Semua pihak yang tanpa disadari telah berjasa dan berkontribusi selama perkuliahan dan penelitian ini.

Penulis mengharapkan penelitian ini memberikan manfaat bagi pembaca dan perkembangan ilmu psikologi selanjutnya. Selain itu, penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini masih belum sempurna dalam penyusunannya oleh sebab itu, penulis mengharapkan adanya kritik dan saran yang membangun untuk membantu dalam penyempurnaan skripsi ini.

Jakarta, 2 Agustus 2021

Penulis

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING .....	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI .....	iii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI UPT UNJ.....	v
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN .....	vi
ABSTRAK .....	vii
ABSTRACT .....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL .....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Identifikasi Masalah .....	6
1.3 Pembatasan Masalah .....	7
1.4 Rumusan Masalah .....	7
1.5 Tujuan Penelitian.....	7
1.6 Manfaat Penelitian.....	7
1.6.1 Manfaat Teoritis .....	7
1.6.2 Manfaat Praktis.....	8
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>9</b>
2.1 <i>Burnout</i> .....	9
2.1.1 Pengertian <i>Academic Burnout</i> .....	9
2.1.2 Dimensi <i>Academic Burnout</i> .....	10
2.1.3 Faktor Yang Mempengaruhi <i>Academic Burnout</i> .....	11
2.1.4 Dampak <i>Academic Burnout</i> .....	15
2.1.5 Pengukuran Terhadap <i>Academic Burnout</i> .....	16
2.2 <i>Self-Efficacy</i> .....	18
2.2.1 Pengertian <i>Self-Efficacy</i> .....	18
2.2.2 Dimensi <i>Self-Efficacy</i> .....	19
2.2.3 Sumber-Sumber <i>Self-Efficacy</i> .....	20
2.2.4 Pengukuran Terhadap <i>Self-Efficacy</i> .....	22
2.3 Mahasiswa Bekerja Paruh Waktu .....	23
2.3.1 Barista.....	24
2.4 Hubungan Antara <i>Self-Efficacy</i> Dengan <i>Academic Burnout</i> .....	24
2.5 Kerangka Konseptual.....	26
2.6 Hipotesis Penelitian .....	27
2.7 Hasil Penelitian Yang Relevan .....	27
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>30</b>
3.1 Tipe Penelitian .....	30
3.2 Identifikasi Dan Operasionalisasi Variabel Penelitian.....	30
3.2.1 Identifikasi Variabel Penelitian .....	30
3.2.2 Definisi Konseptual .....	31

3.2.3	Definisi Operasional.....	31
3.3	Populasi Dan Sampel .....	32
3.3.1	Populasi .....	32
3.3.2	Sampel .....	32
3.4	Teknik Pengambilan Sampel .....	32
3.5	Teknik Pengumpulan Data.....	33
3.6	Instrumen Penelitian .....	33
3.6.1	Instrumen Penelitian <i>Academic Burnout</i> .....	34
3.6.2	Instrumen Penelitian <i>Self-Efficacy</i> .....	35
3.7	Uji Coba Instrumen .....	37
3.7.1	Hasil Uji Coba Instrumen <i>Academic Burnout</i> .....	38
3.7.2	Hasil Uji Coba Instrumen <i>Self-Efficacy</i> .....	40
3.8	Analisis Data .....	41
3.8.1	Analisa Statistik Deskriptif.....	41
3.8.2	Uji Normalitas .....	41
3.8.3	Uji Linearitas .....	42
3.8.4	Uji Hipotesis.....	42
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>		<b>44</b>
4.1	Gambaran Responden Penelitian .....	44
4.1.1	Gambaran Responden Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin.....	44
4.1.2	Gambaran Responden Berdasarkan Usia .....	45
4.1.3	Gambaran Responden Berdasarkan Lama Bekerja .....	46
4.1.4	Gambaran Responden Berdasarkan Total Durasi Kerja Dalam Seminggu.....	47
4.2	Prosedur Penelitian .....	48
4.2.1	Persiapan Penelitian.....	48
4.2.2	Pelaksanaan Penelitian .....	49
4.3	Hasil Analisis Data Penelitian .....	49
4.3.1	Variabel <i>Academic Burnout</i> .....	49
4.3.2	Kategorisasi Skor <i>Academic Burnout</i> .....	51
4.3.3	Tabulasi Silang Variabel <i>Academic Burnout</i> .....	51
4.3.4	Variabel <i>Self-Efficacy</i> .....	55
4.3.5	Kategorisasi Skor <i>Self-Efficacy</i> .....	56
4.3.6	Uji Normalitas .....	57
4.3.7	Uji Linearitas .....	58
4.3.8	Uji Hipotesis.....	59
4.4	Pembahasan.....	60
4.5	Keterbatasan Penelitian.....	63
<b>BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN .....</b>		<b>64</b>
5.1	Kesimpulan .....	64
5.2	Implikasi .....	64
5.3	Saran .....	65
5.3.1	Subjek Penelitian .....	65
5.3.2	Peneliti Selanjutnya .....	65
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>		<b>66</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>		<b>72</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 <i>Blueprint Maslach Burnout Inventory-Student Survey</i> .....	35
Tabel 3.2 Norma Skor Skala <i>Academic Burnout</i> .....	35
Tabel 3.3 <i>Blueprint General Self-Efficacy Scale</i> .....	36
Tabel 3.4 Norma Skor Skala <i>Self-Efficacy</i> .....	37
Tabel 3.5 Kategori Daya Diskriminasi Item .....	38
Tabel 3.6 Kategori Reliabilitas Guilford .....	38
Tabel 3.7 Skor Daya Diskriminasi <i>Item Maslach Burnout Inventory-Student Survey</i> .....	39
Tabel 3.8 Skor Reliabilitas <i>Maslach Burnout Inventory-Student Survey</i> .....	40
Tabel 3.9 Skor Daya Diskriminasi <i>Item General Self-Efficacy Scale</i> .....	40
Tabel 3.10 Skor Reliabilitas <i>General Self-Efficacy Scale</i> .....	41
Tabel 4.1 Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....	44
Tabel 4.2 Gambaran Responden Berdasarkan Usia.....	45
Tabel 4.3 Gambaran Responden Berdasarkan Lama Bekerja.....	46
Tabel 4.4 Gambaran Responden Berdasarkan Durasi Kerja Dalam Seminggu....	47
Tabel 4.5 Data Deskriptif <i>Variabel Academic Burnout</i> .....	50
Tabel 4.6 Kategorisasi Skor <i>Variabel Academic Burnout</i> .....	51
Tabel 4.7 Tabulasi Silang <i>Academic Burnout</i> Dengan Jenis Kelamin .....	52
Tabel 4.8 Tabulasi Silang <i>Academic Burnout</i> Dengan Usia.....	52
Tabel 4.9 Tabulasi Silang <i>Academic Burnout</i> Dengan Lama Bekerja.....	53
Tabel 4.10 Tabulasi Silang <i>Academic Burnout</i> Dengan Durasi Dalam Seminggu54	
Tabel 4.11 Data Deskriptif <i>Variabel Self-Efficacy</i> .....	55
Tabel 4.12 Kategorisasi Skor <i>Variabel Self-Efficacy</i> .....	56
Tabel 4.13 Hasil Uji Normalitas .....	57
Tabel 4.14 Hasil Uji Linearitas .....	58
Tabel 4.15 Hasil Uji Hipotesis.....	59

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Kerangka Pemikiran.....	27
Gambar 4.1 Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	44
Gambar 4.2 Gambaran Responden Berdasarkan Usia.....	45
Gambar 4.3 Gambaran Responden Berdasarkan Lama Bekerja.....	46
Gambar 4.4 Gambaran Responden Berdasarkan Durasi Kerja Dalam Seminggu	47
Gambar 4.5 Data Deskriptif Variabel <i>Academic Burnout</i> .....	50
Gambar 4.6 Data Deskriptif Variabel <i>Self-Efficacy</i> .....	56
Gambar 4.7 Hasil Uji Linearitas .....	58



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuesioner Final .....	72
Lampiran 2. Uji Daya Diskriminasi dan Reliabilitas Instrumen.....	74
Lampiran 3. Data Demografi .....	76
Lampiran 4. Data Deskriptif Variabel.....	77
Lampiran 5. Kategorisasi Skor .....	77
Lampiran 6. Tabulasi Silang .....	78
Lampiran 7. Uji Normalitas .....	79
Lampiran 8. Uji Linearitas .....	79
Lampiran 9. Uji Hipotesis.....	79
Lampiran 10. Lembar Validasi <i>Expert Judgment</i> .....	80
Lampiran 11. Riwayat Hidup.....	84

