

***QUIET QUITTING* DALAM AKTIVITAS AKADEMIK
MAHASISWA PROGRAM STUDI PENDIDIKAN IPS FISH
UNJ**



Indi Rahmawati
1407622053

Skripsi ini Disusun untuk Memenuhi Syarat dalam memperoleh gelar Sarjana
Pendidikan (S.Pd)

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN IPS
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUKUM
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2026**

ABSTRAK

Indi Rahmawati, *Quiet Quitting* dalam Aktivitas Akademik Mahasiswa Program Studi Pendidikan IPS FISH UNJ. Skripsi. Program Studi Pendidikan IPS, Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum, Universitas Negeri Jakarta, 2026.

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan faktor-faktor yang menyebabkan munculnya fenomena *quiet quitting* dalam aktivitas akademik mahasiswa Program Studi Pendidikan IPS FISH Universitas Negeri Jakarta serta mendeskripsikan dampaknya terhadap aktivitas akademik mahasiswa. Penelitian ini menggunakan deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara semi-terstruktur, kuesioner, dan dokumentasi. Analisis data dilakukan melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) fenomena *quiet quitting* dalam aktivitas akademik mahasiswa dipengaruhi oleh berbagai faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi menurunnya rasa kompetensi (*competence*) yang ditunjukkan melalui kelelahan akademik dan kondisi psikologis mahasiswa, serta berkurangnya otonomi dalam belajar (*autonomy*) yang ditunjukkan melalui menurunnya motivasi belajar, upaya menjaga kesehatan mental dan keseimbangan hidup, serta perubahan prioritas dalam menjalani perkuliahan. Sementara itu, faktor eksternal meliputi kondisi lingkungan akademik dan suasana belajar di kelas, lingkungan pertemanan, beban tugas yang berlebih, serta keterlibatan mahasiswa dalam organisasi, pekerjaan, dan aktivitas non-akademik lainnya. (2) Fenomena *quiet quitting* memberikan dampak terhadap aktivitas akademik mahasiswa yang ditunjukkan melalui menurunnya *behavioral engagement*, *cognitive engagement*, dan *emotional engagement*, seperti berkurangnya partisipasi dalam pembelajaran, rendahnya keterlibatan dalam diskusi kelas, menurunnya pemahaman terhadap materi pembelajaran, berkurangnya antusiasme mengikuti perkuliahan, serta kecenderungan menyelesaikan tugas hanya untuk memenuhi kewajiban akademik.

Kata Kunci: *Quiet quitting*, Aktivitas akademik, *Student Engagement*, Mahasiswa.

Intelligentia - Dignitas

ABSTRACT

Indi Rahmawati. Quiet Quitting in the Academic Activities of Students in the Social Studies Education Study Program, Faculty of Social Sciences and Law, Universitas Negeri Jakarta. Undergraduate Thesis. Social Studies Education Study Program, Faculty of Social Sciences and Law, Universitas Negeri Jakarta, 2026.

This study aims to describe the factors contributing to the emergence of the quiet quitting phenomenon in the academic activities of students in the Social Studies Education Study Program, Faculty of Social Sciences and Law, Universitas Negeri Jakarta, as well as to examine its impacts on students' academic activities. This study employed a descriptive qualitative approach. Data were collected through structured interviews, observation, and documentation. The data were analyzed using the stages of data reduction, data display, and conclusion drawing. The findings reveal that: (1) the quiet quitting phenomenon in the academic activities of students is influenced by various internal and external factors. Internal factors include a decline in students' sense of competence, as reflected in academic burnout and psychological conditions, as well as reduced learning autonomy, as indicated by decreased learning motivation, efforts to maintain mental health and work-life balance, and changes in priorities during their academic journey. External factors include the academic environment and classroom learning atmosphere, peer influence, excessive academic workload, and students' involvement in organizations, employment, and other non-academic activities. (2) The quiet quitting phenomenon has an impact on students' academic activities, as reflected in decreased behavioral engagement, cognitive engagement, and emotional engagement, including reduced participation in learning activities, limited involvement in classroom discussions, lower comprehension of learning materials, diminished enthusiasm for attending lectures, and a tendency to complete assignments merely to fulfill academic requirements.

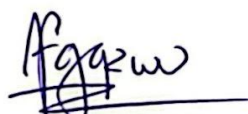
Keywords: *Quiet quitting, Academic activities, Student Engagement, University students.*

Intelligentia - Dignitas

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Penanggung Jawab/Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum
Universitas Negeri Jakarta


Firdaus Wajdi, S.Th.I., M.A., Ph.D.
NIP. 198107182008011016

No.	Nama	Tanda Tangan	Tanggal
1.	<u>Ajeng Ginanjar, M.Pd.</u> NIP. 199201292025062003 Ketua		21/7 2026
2.	<u>Dr. Sujarwo, S.Pd., M.Pd.</u> NIP. 198608012014041001 Penguji Ahli I		21/7 2026
3.	<u>Dr. Fajar Wahyudi Utomo, M.Pd.</u> NIP. 198610292025061001 Penguji Ahli II		21/7 2026
4.	<u>Prof. Dr. Desy Safitri, M.Si.</u> NIP. 196912042008012016 Pembimbing I		24/7 2026
5.	<u>Nurul Istiqomah, S.Pd., M.Pd.</u> NIP. 198612312019032020 Pembimbing II		22/7 2026

Tanggal Lulus: 03 Agustus 2026

LEMBAR PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Indi Rahmawati

NIM : 1407622053

Program Studi : S1 Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial

Menyatakan bahwa skripsi saya yang berjudul “Quiet Quitting dalam Aktivitas Akademik Mahasiswa Program Studi Pendidikan IPS FISH UNJ” adalah:

1. Skripsi ini asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (ahli madya, sarjana, magister, dan/atau doctor) baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di Perguruan Tinggi lainnya.
2. Skripsi ini murni hasil gagasan dan rumusan penelitian saya sendiri dengan berbantu mesin *Artificial Intelegent* (AI) kurang dari < 20%. Serta memperoleh bimbingan dan arahan dari Dosen Pembimbing.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menanggung segala sanksi akademik sesuai dengan yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 28 Juli 2026



Indi Rahmawati

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

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

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Indi Rahmawati
NIM : 1407622053
Fakultas/Prodi : Ilmu Sosial dan Hukum/Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial
Alamat Surel : indirahmawati2003@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: *Quiet Quitting* dalam Aktivitas Akademik Mahasiswa Prodi Pendidikan IPS FISH UNJ

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

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak UPT 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, 28 Juli 2026

Indi Rahmawati

MOTTO

"Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan."

- Q.S. Al-Insyirah: 6 -

"Tiada yang bilang badainya kan reda, berhadapan dengan cahaya yang kerap membutakan. Tiada yang bilang jawaban kan datang, jauh dari seram yang selama ini telah kubayangkan"

- Nadin Amizah -

"The wound is the place where the light enters you. Then as you start to walk on the way, the way appears."

- Jalaluddin Rumi -

Ada banyak doa yang tidak terdengar, tetapi diam-diam mengantarkanku sampai di sini. Dan ada banyak tangan yang tidak selalu terlihat, tetapi diam-diam menopang langkahku ketika hampir menyerah. Untuk mereka yang percaya ketika aku belum mampu percaya pada diriku sendiri, Dan untuk mereka yang tetap tinggal, bahkan ketika langkahku melambat. Terima kasih telah menerima bahwa tidak semua hal harus berjalan sesuai rencana, terima kasih telah menunggu bangkitnya diriku setelah lelah itu datang.

Tidak apa-apa jika langkahmu pernah melambat, tidak apa-apa jika pernah merasa lelah atau kehilangan arah. Yang terpenting, kamu tidak pernah benar-benar berhenti.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan ke hadirat Allah SWT. atas segala rahmat, nikmat, serta karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "*Quiet Quitting* dalam Aktivitas Akademik Mahasiswa Program Studi Pendidikan IPS Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum Universitas Negeri Jakarta." Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.) pada Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial, Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum, Universitas Negeri Jakarta.

Selama proses penyusunan skripsi ini, peneliti menyadari bahwa banyak pihak telah memberikan bantuan, bimbingan, motivasi, serta doa sehingga penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik. Oleh karena itu, pada kesempatan ini peneliti menyampaikan rasa hormat dan terima kasih kepada:

1. Firdaus Wajdi, M.A., Ph.D., selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum Universitas Negeri Jakarta.
2. Prof. Dr. Desy Safitri, M.Si., selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial, Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum Universitas Negeri Jakarta.
3. Prof. Dr. Desy Safitri, M.Si., selaku Dosen Pembimbing I yang telah memberikan arahan, masukan, motivasi, serta meluangkan waktu dalam membimbing peneliti selama proses penyusunan skripsi.
4. Nurul Istiqomah, S.Pd., M.Pd., selaku Dosen Pembimbing II yang dengan penuh kesabaran memberikan bimbingan, kritik, saran, dan dukungan kepada peneliti hingga skripsi ini dapat diselesaikan.
5. Seluruh dosen Program Studi Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan ilmu, pengalaman, dan pembelajaran selama masa perkuliahan.
6. Keluarga tercinta, Bapak dan Kakak, yang senantiasa memberikan kasih sayang, dukungan, pengorbanan, motivasi, dan doa yang tidak pernah putus sehingga peneliti mampu menyelesaikan pendidikan ini.

7. Seluruh informan penelitian, yaitu mahasiswa Program Studi Pendidikan IPS FISH Universitas Negeri Jakarta, yang telah bersedia meluangkan waktu, memberikan pengalaman, serta berbagi cerita sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan baik.
8. Trioctavia, Alifia, Salsabila, Putri, Feby, dan teman-teman Program Studi Pendidikan IPS angkatan 2022 yang telah menemani perjalanan perkuliahan, saling memberikan semangat, bertukar pikiran, dan menjadi bagian dari proses belajar peneliti.
9. Teman-teman organisasi, teman PKM, serta seluruh rekan yang telah memberikan dukungan, motivasi, dan pengalaman berharga selama masa perkuliahan.
10. Semua pihak yang tidak dapat peneliti sebutkan satu per satu yang telah memberikan bantuan, baik secara langsung maupun tidak langsung, selama proses penyusunan skripsi.
11. Terima kasih kepada diri sendiri yang telah berjuang, bertahan, dan tidak menyerah dalam menghadapi berbagai tantangan selama proses perkuliahan hingga penyelesaian skripsi ini. Setiap proses yang dilalui menjadi pelajaran berharga untuk terus berkembang menjadi pribadi yang lebih baik.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki keterbatasan dan jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, peneliti sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi penyempurnaan karya ini di masa mendatang.

Akhir kata, peneliti berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca, menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya, serta memberikan kontribusi dalam kajian mengenai fenomena *quiet quitting* dalam aktivitas akademik mahasiswa.

Intelligentia - Dignitas

Jakarta, 2 Juli 2026



Indi Rahmawati

DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	i
ABSTRACT.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI.....	iii
LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iv
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
MOTTO.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Pembatasan Masalah.....	5
C. Perumusan Masalah.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	7
A. Deskripsi Teori.....	7
1. Konsep Quiet Quitting.....	7
2. Konsep Aktivitas Akademik.....	13
3. Konsep Mahasiswa.....	20
4. Konsep Self Determination Theory (SDT).....	22
5. Konsep Student Engagement.....	26
B. Penelitian Relevan.....	30
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	33
A. Tujuan Penelitian.....	33
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	33
C. Metode Penelitian.....	33
D. Subjek Penelitian.....	34

E. Teknik Pengumpulan Data.....	35
F. Teknik Analisis Data.....	36
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	39
A. Deskripsi Data.....	39
1. Gambaran Umum Penelitian.....	39
2. Deskripsi Hasil Temuan.....	48
B. Pembahasan Hasil Temuan.....	80
1. Faktor-faktor Penyebab Munculnya Quiet Quitting dalam Aktivitas Akademik.....	80
2. Dampak Quiet Quitting dalam Aktivitas Akademik.....	100
BAB IV PENUTUP.....	113
A. Kesimpulan.....	113
B. Saran.....	114
C. Keterbatasan Penelitian.....	115
DAFTAR PUSTAKA.....	116
LAMPIRAN.....	120
RIWAYAT HIDUP.....	201

Intelligentia - Dignitas

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Relevan	30
Tabel 4.1 Bentuk Quiet Quitting dalam Aktivitas Akademik Mahasiswa	42
Tabel 4.2 Data Indeks Prestasi (IP) Mahasiswa	108



Intelligentia - Dignitas

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Peta Lokasi Penelitian.....	39
--	----



Intelligentia - Dignitas

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Kisi-Kisi Instrumen Penelitian	121
Lampiran 2: Instrumen Wawancara	123
Lampiran 3: Transkrip Hasil Wawancara	126
Lampiran 4: Catatan Lapangan	189
Lampiran 5: Dokumentasi	199



Intelligentia - Dignitas