

**PENGARUH *BIG FIVE PERSONALITY* TERHADAP
ACADEMIC BURNOUT PADA MAHASISWA YANG BEKERJA**



Disusun Oleh:
Heni Nadila Putri (1801622241)

SKRIPSI

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
JUNI 2026**

**PENGARUH *BIG FIVE PERSONALITY* TERHADAP
ACADEMIC BURNOUT PADA MAHASISWA YANG BEKERJA**



Disusun Oleh:

Heni Nadila Putri (1801622241)

SKRIPSI

**Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh Gelar
Sarjana Psikologi**

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

JUNI 2026

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGUJI

LEMBAR PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING DAN PENGUJI

PENGARUH *BIG FIVE PERSONALITY* TERHADAP *ACADEMIC BURNOUT* PADA MAHASISWA YANG BEKERJA

Nama : Heni Nadila Putri
NIM : 1801622241
Program Studi : Psikologi
Tanggal Ujian : 1 Juli 2026

Pembimbing I



Mauna, M.Psi., Psikolog
(198410142015042001)

Pembimbing II



Dr. R.A. Fadhallah, S.Psi., M.Si
(197901122006042001)

Panitia Ujian/Sidang Skripsi

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Gumgum Gumelar Fajar Rakhman, M.Si (Dekan/Penanggungjawab)		27 Juli 2026
Mira Ariyani, PhD (Wakil Dekan/Wakil Penanggungjawab)		27 Juli 2026
Dr. Iriani Indri Hapsari, M.Psi, Psikolog (Ketua Sidang)		22 Juli 2026
Ratna Dyah Suryaratri, PhD (Dosen Penguji I)		21 Juli 2026
Atikah Ainun Mufidah, M.Si (Dosen Penguji II)		21 Juli 2026

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta:

Nama : Heni Nadila Putri

NIM : 1801622241

Program Studi : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang dibuat dengan judul "**Pengaruh *Big Five Personality* terhadap *Academic Burnout* pada Mahasiswa yang Bekerja**" adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan oleh saya sendiri, berdasarkan data yang diperoleh dari hasil penelitian pada bulan Januari sampai dengan bulan Juni 2026.
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.

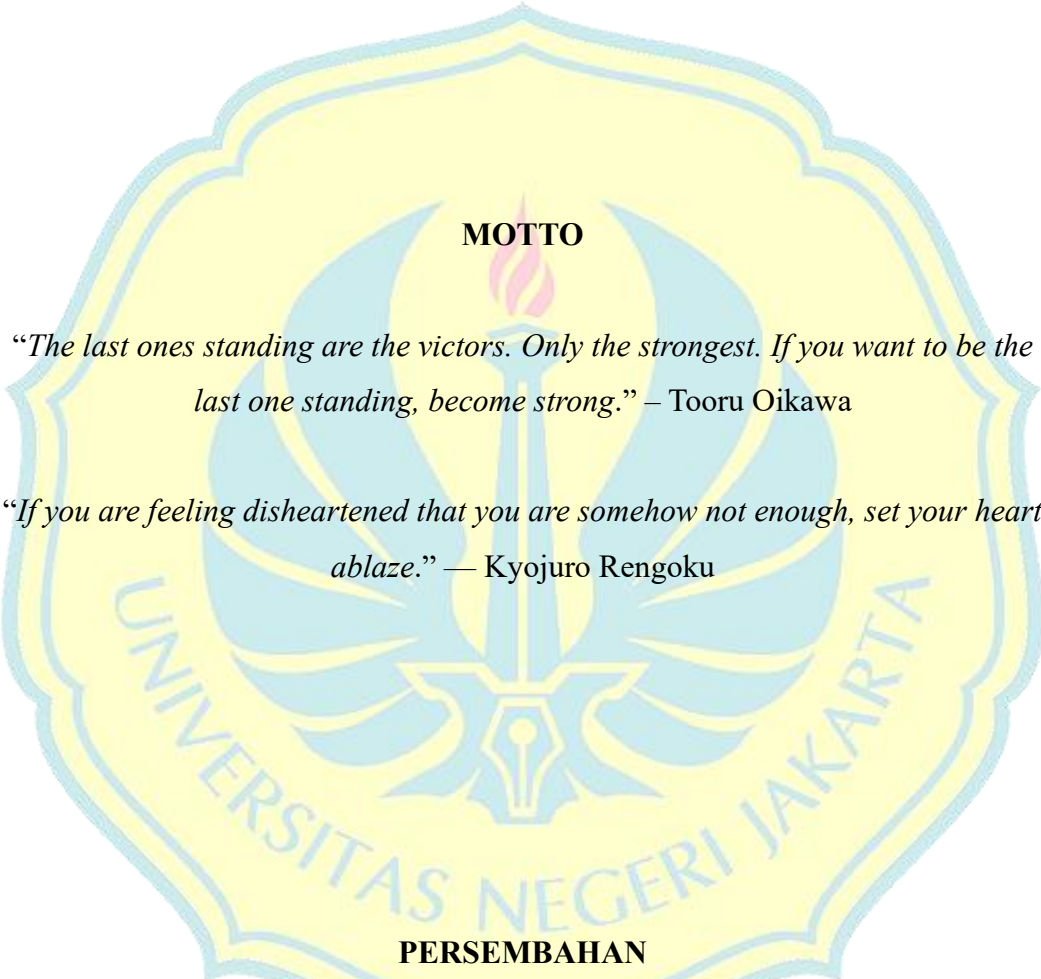
Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung segala akibat yang ditimbulkan jika pernyataan saya tidak benar.

Jakarta, 1 Juli 2026

Yang Membuat Pernyataan,


ZBC10A0X115260381
(Heni Nadila Putri)

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN



MOTTO

“The last ones standing are the victors. Only the strongest. If you want to be the last one standing, become strong.” – Tooru Oikawa

“If you are feeling disheartened that you are somehow not enough, set your heart ablaze.” — Kyojuro Rengoku

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada Mamah yang selalu mendukung saya dalam perjalanan hidup saya dengan segala pengorbanan dan kasih sayang yang tak pernah putus. Skripsi ini juga saya persembahkan kepada seluruh mahasiswa yang bekerja sambil menempuh pendidikan, yang setiap harinya belajar merangkul lelah dalam dirinya dan tetap melangkah menghadapi derasnya tuntutan kehidupan demi masa depan yang dicita-citakan.

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
PERPUSTAKAAN DAN KEARSIPAN
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, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Heni Nadila Putri
NIM : 1801622241
Fakultas/Prodi : S1-Psikologi
Alamat email : heninadilaa@gmail.com

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

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

yang berjudul :

Pengaruh *Big Five Personality* terhadap *Academic Burnout* pada Mahasiswa yang Bekerja

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Perpustakaan dan Kearsipan 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, 5 Agustus 2026

Penulis



(Heni Nadila Putri)
nama dan tanda tangan

HENI NADILA PUTRI

PENGARUH *BIG FIVE PERSONALITY* TERHADAP *ACADEMIC BURNOUT* PADA MAHASISWA YANG BEKERJA

SKRIPSI

Jakarta: Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta,
2026

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh *big five personality* terhadap *academic burnout* pada mahasiswa yang bekerja. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan analisis regresi linear berganda. Instrumen penelitian yang digunakan adalah *Maslach Burnout Inventory–Student Survey* (MBI-SS) untuk mengukur *academic burnout* dan *Big Five Inventory-2-Short* (BFI-2-S) untuk mengukur *big five personality*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *non-probability sampling* dengan teknik *convenience sampling*. Penelitian ini melibatkan 221 mahasiswa yang bekerja sebagai responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *big five personality* secara simultan berpengaruh signifikan terhadap *academic burnout* ($F = 38,003$; $p < 0,001$) dengan koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,469, yang menunjukkan bahwa *big five personality* mampu menjelaskan 46,9% variasi *academic burnout*. Secara parsial, dimensi *conscientiousness*, *extraversion*, *negative emotionality*, dan *open-mindedness* berpengaruh signifikan terhadap *academic burnout*, sedangkan *agreeableness* tidak berpengaruh signifikan. *Conscientiousness*, *extraversion*, dan *open-mindedness* memiliki pengaruh negatif terhadap *academic burnout*, sedangkan *negative emotionality* memiliki pengaruh positif. *Conscientiousness* merupakan prediktor yang memberikan pengaruh paling dominan terhadap *academic burnout*. Temuan ini menunjukkan bahwa kemampuan regulasi diri, disiplin, dan tanggung jawab yang tercermin dalam dimensi *conscientiousness* berperan penting dalam menurunkan *academic burnout* pada mahasiswa yang bekerja.

Kata Kunci: *academic burnout*, *big five personality*, mahasiswa yang bekerja

HENI NADILA PUTRI

**THE EFFECT OF THE BIG FIVE PERSONALITY TRAITS ON ACADEMIC
BURNOUT AMONG WORKING STUDENTS**

Undergraduate thesis

Jakarta: Major of Psychology, Faculty of Psychology, State University of Jakarta

2026

ABSTRACT

This study aims to examine the influence of the Big Five personality traits on academic burnout among working college students. This study employs a quantitative approach using multiple linear regression analysis. The research instruments used are the Maslach Burnout Inventory–Student Survey (MBI-SS) to measure academic burnout and the Big Five Inventory-2-Short (BFI-2-S) to measure the Big Five personality traits. The sampling technique used non-probability sampling with convenience sampling. This study involved 221 working college students as respondents. The results showed that the Big Five personality traits simultaneously had a significant effect on academic burnout ($F = 38.003$; $p < 0.001$) with a coefficient of determination (R^2) of 0.469, indicating that the Big Five personality traits account for 46.9% of the variation in academic burnout. Partially, the dimensions of conscientiousness, extraversion, negative emotionality, and open-mindedness had a significant effect on academic burnout, while agreeableness did not have a significant effect. Conscientiousness, extraversion, and open-mindedness had a negative effect on academic burnout, while negative emotionality had a positive effect. Conscientiousness was the predictor with the most dominant influence on academic burnout. These findings indicate that self-regulation, discipline, and responsibility—as reflected in the dimension of conscientiousness—play an important role in reducing academic burnout among working college students.

Keywords: academic burnout, big five personality, working students

KATA PENGANTAR

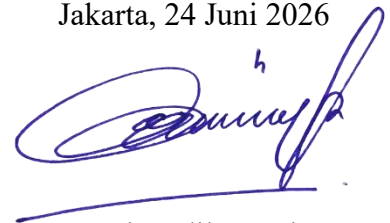
Puji dan Syukur atas kehadiran Allah SWT atas bantuan, berkah rahmat, serta karunia-Nya yang selalu dilimpahkan bagi peneliti sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian dengan judul “Pengaruh Big Five Personality terhadap Academic Burnout pada Mahasiswa yang Bekerja”.

Penelitian ini diajukan sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana psikologi di Universitas Negeri Jakarta. Peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak untuk dapat menyempurnakan penelitian ini. Penyusunan dan penulisan penelitian ini tidak terlepas dari bantuan, bimbingan serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu dalam kesempatan ini peneliti dengan tulus hati menyampaikan terimakasih kepada:

1. Bapak Dr. Gumgum Gumelar, M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
2. Ibu Mira Ariyani, Ph.D., selaku Wakil Dekan I Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
3. Ibu Dr. Lussy Dwiutami Wahyuni, M.Pd., selaku Wakil Dekan II Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
4. Bapak Herdiyan Maulana, Ph.D., selaku Wakil Dekan III Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
5. Irma Rosalinda Lubis, S.Psi., M.Si, Psikolog selaku Ketua Prodi Psikologi Universitas Negeri Jakarta.
6. Ibu Mauna, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing I yang telah meluangkan waktu, memberikan bimbingan, arahan, masukan, serta motivasi dengan penuh kesabaran selama proses penyusunan skripsi ini.
7. Ibu Dr. R.A. Fadhallah, S.Psi., M.Si, selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, arahan, saran, dan dukungan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
8. Mba Adhissa Qonita, M.Psi, selaku Dosen Pembimbing Akademik
9. Seluruh dosen, staf administrasi, dan karyawan di Fakultas Psikologi Universitas Negeri Jakarta yang telah membantu penulis selama proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi.

10. Mamah, Teteh, Ninda dan Alesha, terima kasih untuk doa, kasih sayang, dan dukungan yang tidak pernah putus.
11. Princess Pisang (Alifah, Syafina, Jasmin, Nazwa, Shabira, Dhiya, dan Ceca) *thank you for being the best listeners and for sharing the rollercoaster of emotions since the beginning.*
12. Akmal, *my emotional support. Thank you for always being there when things felt overwhelming. Thanks for listening and supporting me through it all.*
13. Geto Suguru, Kuroo Tetsurō, Sanemi Shinazugawa, Kei Tsukishima, dan Mads Mikkelsen. Terima kasih kepada kalian yang tanpa sadar telah menjadi penyemangat selama menyelesaikan skripsi ini.
14. Arip, Anggun, dan Alda (AHAA). Terima kasih sudah jadi *partner* berjuang yang saling *support* dari awal sampai akhir. Semua diskusi, kebingungan, dan perjuangan bareng kalian jadi kenangan yang tidak akan peneliti lupakan.
15. Febrio dan Ayu. Terima kasih telah menemani terutama saat menghadapi berbagai kendala dalam instrumen penelitian.
16. Seluruh mahasiswa yang menjadi anak bimbingan Ibu Fadhallah yang telah memberikan semangat, motivasi, dan keyakinan kepada peneliti untuk terus berjuang menyelesaikan penelitian ini hingga akhir.
17. Para responden penelitian, serta semua pihak yang senantiasa mendoakan untuk kelancaran penelitian.
18. Diri sendiri yang telah berjuang, bertahan, dan terus melangkah hingga penelitian ini dapat diselesaikan.

Jakarta, 24 Juni 2026



Heni Nadila Putri

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING DAN PENGUJI	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	iii
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	v
ABSTRAK	vi
<i>ABSTRACT</i>	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	7
1.3 Pembatasan Masalah	8
1.4 Rumusan Masalah	8
1.5 Tujuan Penelitian	8
1.6 Manfaat Penelitian	8
1.6.1 Manfaat Teoritis	8
1.6.2 Manfaat Praktis	9
1.6.2.1 Bagi Mahasiswa	9
1.6.2.2 Bagi Perguruan Tinggi	9
1.6.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	10
2.1 <i>Academic Burnout</i>	10
2.1.1 Definisi <i>Academic Burnout</i>	10
2.1.2 Dimensi <i>Academic Burnout</i>	11
2.1.3 Faktor yang memengaruhi <i>Academic Burnout</i>	12
2.1.4 Alat Ukur <i>Academic Burnout</i>	16

2.1.4.1 Maslach Burnout Inventory–Student Survey (MBI-SS).....	16
2.1.4.2 School Burnout Inventory (SBI)	16
2.2 <i>Big Five Personality</i>	16
2.2.1 Definisi <i>Big Five Personality</i>	16
2.2.2 Dimensi <i>Big Five Personality</i>	18
2.2.3 Faktor yang Memengaruhi <i>Big Five Personality</i>	20
2.2.4 Alat Ukur <i>Big Five Personality</i>	24
2.2.4.1 Big Five Personality Inventory – 2 Short (BFI-2-S).....	24
2.2.4.2 NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI)	24
2.3 Mahasiswa yang Bekerja.....	25
2.3.1 Definisi Mahasiswa yang Bekerja.....	25
2.3.1.1 Kriteria pekerjaan.....	25
2.4 Hubungan <i>Academic Burnout</i> dengan <i>Big Five Personality</i> pada Mahasiswa yang Bekerja.....	26
2.5 Kerangka Konseptual	27
2.6 Hipotesis Penelitian.....	27
2.7 Hasil Penelitian yang Relevan	28
BAB III METODE PENELITIAN.....	31
3.1 Tipe Penelitian.....	31
3.2 Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel	31
3.2.1 Definisi Konseptual.....	31
3.2.1.1 Definisi Konseptual <i>Academic Burnout</i>	31
3.2.1.2 Definisi Konseptual <i>Big Five Personality</i>	32
3.2.2 Definisi Operasional.....	32
3.2.2.1 Definisi Operasional <i>Academic Burnout</i>	32
3.2.2.2 Definisi Operasional <i>Big Five Personality</i>	32
3.3 Populasi dan Sampel Penelitian	33
3.3.1 Populasi Penelitian	33
3.3.2 Sampel Penelitian.....	33
3.3.3 Teknik Pengambilan Sampel.....	33
3.4 Teknik Pengumpulan Data	34
3.4.1 Teknik Pengumpulan Data	34

3.4.2 Instrumen Penelitian.....	34
3.4.2.1 Instrumen <i>Academic Burnout</i>	34
3.4.2.1.1 Latar Belakang Instrumen <i>Academic Burnout</i>	34
3.4.2.1.2 Kisi-kisi Instrumen <i>Academic Burnout</i>	35
3.4.2.1.3 Proses adaptasi instrumen	36
3.4.2.1.4 Uji coba instrumen	37
3.4.2.2 Instrumen <i>Big Five Personality</i>	39
3.4.2.2.1 Latar Belakang Instrumen <i>Big Five Personality</i>	39
3.4.2.2.2 Kisi-kisi Instrumen <i>Big Five Personality</i>	39
3.4.2.2.3 Proses adopsi.....	41
3.4.2.2.4 Uji Coba Instrumen	41
3.5 Analisis Data	46
3.5.1 Uji Statistik	46
3.5.2 Uji Asumsi.....	46
3.5.2.1 Uji Normalitas.....	46
3.5.2.2 Uji Linearitas.....	46
3.5.2.3 Uji Multikolinieritas.....	47
3.5.2.4 Uji Heteroskedastisitas.....	47
3.5.3 Uji Hipotesis	47
3.5.3.1 Uji Korelasi	47
3.5.3.2 Uji Regresi Linear Berganda.....	47
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	48
4.1 Gambaran Partisipan Penelitian	48
4.2 Prosedur Penelitian.....	52
4.2.1 Persiapan Penelitian	52
4.2.2 Pelaksanaan Penelitian	53
4.3 Hasil Analisis Data Penelitian.....	54
4.3.1 Hasil Deskriptif <i>Academic Burnout</i>	54
4.3.2 Hasil Deskriptif <i>Big Five Personality</i>	55
4.3.3 Hasil Uji Asumsi	57
4.3.3.1 Uji Normalitas.....	57
4.3.3.2 Uji Linearitas.....	58

4.3.3.3 Uji Multikolinearitas	58
4.3.3.4 Uji Heteroskedastisitas	59
4.3.4 Hasil Uji Hipotesis	60
4.3.4.1 Uji Korelasi	60
4.3.4.2 Uji Regresi Linear Berganda (<i>Model Summary</i>).....	61
4.3.4.3 Uji Persamaan Regresi	61
4.3.4.4 Uji Anova	63
4.4 Pembahasan.....	64
4.5 Keterbatasan Penelitian.....	67
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN.....	69
5.1 Kesimpulan	69
5.2 Implikasi.....	70
5.3 Saran dan Rekomendasi	70
5.3.1 Bagi Mahasiswa yang Bekerja.....	70
5.3.2 Bagi Perguruan Tinggi	70
5.3.3 Bagi Peneliti Selanjutnya	71
DAFTAR PUSTAKA	72
LAMPIRAN.....	77

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual.....	31
-------------------------------------	----



DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Kisi-kisi Instrumen Maslach Burnout Inventory–Student Survey (MBI-SS).....	35
Tabel 3.2 Respon Skala Maslach Burnout Inventory–Student Survey (MBI-SS)	35
Tabel 3.3 Hasil Uji Diskriminasi Maslach Burnout Inventory–Student Survey (MBI-SS).....	37
Tabel 3.4 Hasil Uji Reliabilitas Maslach Burnout Inventory–Student Survey (MBI-SS).....	38
Tabel 3.5 Kisi-kisi Instrumen Big Five Inventory–2 Short (BFI-2-S).....	39
Tabel 3.6 Respon Skala Big Five Inventory–2 Short (BFI-2-S)	40
Tabel 3.7 Hasil Uji Diskriminasi Big Five Inventory –2 Short (BFI-2-S).....	41
Tabel 3.8 Hasil Uji Diskriminasi Big Five Inventory –2 Short (BFI-2-S).....	43
Tabel 3.9 Hasil Uji Reliabilitas Big Five Inventory –2 Short (BFI-2-S)	45
Tabel 3.10 Hasil Uji Reliabilitas Big Five Inventory –2 Short (BFI-2-S)	45
Tabel 4.1 Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	51
Tabel 4.1 Gambaran Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	48
Tabel 4.2 Gambaran Responden Berdasarkan Usia	48
Tabel 4.3 Gambaran Responden Berdasarkan Provinsi	49
Tabel 4.4 Gambaran Responden Berdasarkan Semester.....	50
Tabel 4.5 Gambaran Responden Berdasarkan Status Pekerjaan.....	51
Tabel 4.6 Gambaran Responden Berdasarkan Lama Bekerja.....	51
Tabel 4.7 Gambaran Responden Berdasarkan Penghasilan	51
Tabel 4.8 Gambaran Responden Berdasarkan Kegiatan	52
Tabel 4.9 Gambaran Responden Berdasarkan Tempat Tinggal	52
Tabel 4.10 Data Deskriptif Academic Burnout	54
Tabel 4.11 Data Deskriptif Extraversion	55
Tabel 4.12 Data Deskriptif Agreeableness	55
Tabel 4.13 Data Deskriptif Conscientiousness.....	56
Tabel 4.14 Data Deskriptif Negative Emotionality	56
Tabel 4.15 Data Deskriptif Open-Mindedness	57
Tabel 4.16 Hasil Uji Linearitas	58

Tabel 4.17 Hasil Uji Multikolinearitas	59
Tabel 4.18 Hasil Uji Heteroskedastisitas	59
Tabel 4.19 Hasil Uji Korelasi.....	60
Tabel 4.20 Hasil Uji Regresi Linear Berganda	61
Tabel 4.21 Hasil Uji Persamaan Regresi.....	62
Tabel 4.22 Hasil Uji Anova.....	63



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Hasil Uji Reliabilitas dan Uji Daya Beda Instrumen Maslach Burnout Inventory–Student Survey (MBI-SS).....	77
Lampiran 2. Hasil Uji Reliabilitas dan Uji Daya Beda Instrumen Big Five Inventory - 2 - Short (BFI-2-S).....	77
Lampiran 3 Hasil Pengujian dan Analisis Statistik Data Mentah Penelitian	80
Lampiran 4 Instrumen Alat Ukur	85
Lampiran 6 Perizinan Alat Ukur	89
Lampiran 7 Lembar Expert Judgement Istrumen Penelitian.....	90

