



Kegigihan dan Academic Burnout pada Mahasiswa yang Sedang Menyelesaikan Skripsi

Siti Padila Ode Aru¹, Nanda Yunika Wulandari²

Universitas Mercu Buana Yogyakarta

* fadilaodearu06@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kegigihan dengan *academic burnout* pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan antara kegigihan dengan *academic burnout* pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. Subjek pada penelitian ini 170 mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi dengan rentang usia 18 tahun sampai 25 tahun. Teknik pengumpulan data akan menggunakan skala kegigihan dan skala *academic burnout*. Data dianalisis dengan menggunakan *pearson's correlation product moment* pada program *software* SPSS Versi 23. Berdasarkan hasil analisis yang didapatkan hasil nilai koefisien sebesar -0,303 dan $p = 0,000$ ($p < 0,050$). Hasil tersebut menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan pada kegigihan dan *academic burnout*. Koefisien determinan R^2 bernilai 0,092 dimana artinya kegigihan memiliki hubungan sebesar 9,2% terhadap *academic burnout* sementara sisanya sebesar 90,8 dipengaruhi oleh faktor-faktor lain.

Kata Kunci : *Kegigihan, Mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi, Academic burnout*

Abstract

This study aims to determine the relationship between grit and academic burnout in students who are completing their thesis. The hypothesis in this study is that there is a relationship between grit and academic burnout in students who are completing their thesis. The subjects in 170 this study were students who were completing their thesis with an age range of 18 to 25 years. The data collection technique will use the grit scale and the academic burnout scale. Data were analyzed using Pearson's correlation product moment in the SPSS Version 23 software program. Based on the results of the analysis, the coefficient value was -0.303 and $p = 0.000$ ($p < 0.050$). These results indicate that there is a significant negative relationship to grit and academic burnout. The coefficient of determination R^2 is 0.092, which means that grit has a 9.2% relationship to academic burnout, while the remaining 90.8 is influenced by other factors.

Keywords : *Grit, Students who are completing their thesis, Academic Burnout*



PENDAHULUAN

Penelitian adalah suatu kegiatan ilmiah yang dilakukan secara sistematis untuk memperoleh pengetahuan empiris dan teoritis terbaru, salah satu kegiatan penelitian yang diwajibkan oleh mahasiswa yaitu skripsi (Wulan & Abdullah, 2014). Pada penyelesaian skripsi mahasiswa sering mengalami berbagai macam masalah yang dihadapi. Hal ini membuat mahasiswa membentuk sikap negatif yang secara tidak sadar mempengaruhi proses penyelesaian skripsi (Etika & Hasibuan, 2016). Schaufel. dkk (2002) mengatakan bahwa seseorang mengalami tekanan lingkungan maupun psikologis yang lama akan menyebabkan seseorang mengalami kelelahan atau *burnout*. Pada bidang pendidikan dinamakan yaitu *academic burnout* (Mudjahid, 2017). Hasil penelitian yang dilakukan Puspitaningrum (2018) menemukan mahasiswa akhir mengalami *academic burnout* pada tingkat tinggi atau sebesar 61,25% yang menyebabkan terhambatnya penyelesaian tugas akhir.

Academic burnout merupakan suatu kondisi mahasiswa yang mengalami kelelahan yang disebabkan oleh tuntutan akademik, memiliki perasaan pesimis, dan berkurangnya ketertarikan terhadap pembelajaran dan memiliki perasaan tidak kompeten sebagai seorang mahasiswa (Maslach, Schaufeli, Martez & Bakker, 2001). Pada penelitian Mudjahid (2017) ditemukan dampak psikologis bagi mahasiswa akhir yaitu cenderung mengalami *academic burnout* yang menunjukkan bahwa mahasiswa akhir yang sedang menyelesaikan skripsi merasakan kelelahan secara emosional, adanya kecemasan dalam dirinya, dan tidak percaya diri akan kompetensinya.

Penelitian dari Jennings (2009) menemukan bahwa mahasiswa akhir yang mengalami *academic burnout* lebih cenderung berpotensi dua hingga tiga kali lipat memiliki keinginan untuk bunuh diri dibandingkan mahasiswa akhir yang tidak mengalami *academic burnout*. Oleh karena itu, berdasarkan data tersebut menunjukkan bahwa masih terdapat permasalahan *academic burnout* pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. Maslach dkk. (2001) mengemukakan tentang aspek-aspek dari *academic burnout* yaitu kelelahan (*exhaustion*), sinisme (*depersonalization*), dan penurunan pencapaian diri (*reduced personal accomplishment*). Mahasiswa yang mengalami *academic burnout* pada tingkat rendah akan rendah cenderung tidak mudah merasakan kelelahan secara psikologis, sehingga mampu menghadapi berbagai tugas-tugas dengan kemampuan terbaik (Jex, 2017). Putri (2016) menjelaskan bahwa seharusnya mahasiswa tingkat akhir memiliki derajat kegigihan yang tinggi agar mampu untuk tetap fokus pada minat dan tujuan jangka panjang, mampu menghadapi tekanan dalam proses



perkuliahan, tidak mudah menyerah, mampu bertahan dalam segala tuntutan serta hambatan yang dihadapi.

Pada proses terjadinya *academic burnout* terhadap mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut Maslach, Leiter, dan Schaufeli (2001) terjadinya *academic burnout* yaitu kontrol (*control*), penghargaan diri (*reward*), *workload*, kegigihan (*grit*), nilai (*value*), komunitas (*community*), ketidakadilan (*fairless*). Berdasarkan faktor-faktor tersebut, terdapat faktor kegigihan yang dapat menyebabkan *academic burnout*. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Maulana (2022) menunjukkan bahwa kegigihan dapat mempengaruhi terjadinya *academic burnout*.

Hasil penelitian dari Ayu Anggraini Wasito (2020) yang menemukan sebagian besar mahasiswa akhir mengalami gejala *academic burnout* pada tingkat sedang sebesar 38% atau sebanyak 27 mahasiswa akhir dan 28,2% atau sebanyak 20 mahasiswa akhir mengalami *academic burnout* pada tingkat tinggi yang menyebabkan terhambatnya penyelesaian tugas akhir. Penelitian yang dilakukan Izaach (2017) menunjukkan hasil bahwa 86,3% mahasiswa memiliki tingkat kegigihan yang rendah dan 13,7% memiliki kegigihan pada tingkat tinggi disebabkan upaya yang dilakukan oleh mahasiswa dalam mencapai tujuan bukan suatu kepentingan sehingga menyebabkan mahasiswa kurang memiliki upaya untuk berjuang dalam mencapai tujuan atau kesuksesan dalam hidup.

LeBeof (2011) menjelaskan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi *academic burnout* adalah kegigihan. Permasalahan yang terjadi apabila mahasiswa memiliki kegigihan yang rendah maka mahasiswa tidak rajin atau gigih, mudah terganggu dan teralihkan oleh ide baru, tidak dapat menetapkan tujuan jangka panjang dan kurang motivasi atau kurang fokus untuk pekerjaan yang memerlukan waktu yang lama (Duckworth, 2007). Duckworth (2007) menyatakan kegigihan adalah kemampuan seseorang dalam berusaha dan konsistensi terhadap minat meskipun menghadapi kegagalan, kesulitan, dan hambatan untuk mencapai tujuan jangka panjang. Aspek dari kegigihan menurut Duckworth (2007) terdapat dua aspek yaitu *Consistency of interest* dan *Perseverance of effort*.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Halliday dkk. (2017) menunjukkan bahwa kegigihan merupakan unsur penting yang dapat mempengaruhi terjadinya *burnout*. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Eskreis-Winker, Shulman, dan Duckworth (2014) mengatakan bahwa pelajar dengan level kegigihan yang tinggi akan lebih mampu lulus sekolah dengan lebih baik. Sehingga kegigihan merupakan salah satu faktor yang dapat mengurangi terjadinya *academic burnout* pada mahasiswa (Duckworth, 2014).



Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Maulana (2022) yang menunjukkan hal yang sama yaitu secara signifikan kegigihan dapat berkorelasi dengan *academic burnout*. Ketika level kegigihan yang ada dalam diri mahasiswa semakin tinggi, maka akan menurunkan tingkat *academic burnout* dan sebaliknya. Sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat kegigihan yang dimiliki mahasiswa, maka akan semakin rendah tingkat *academic burnout* dan sebaliknya semakin rendah tingkat kegigihan maka akan semakin tinggi tingkat *academic burnout* pada mahasiswa. Setelah mengkaji dua variabel yang digunakan dalam penelitian ini, maka hipotesis dalam penelitian yaitu terdapat hubungan yang negatif antara kegigihan dengan *academic burnout* pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. Dimana, semakin tinggi tingkat kegigihan yang dimiliki mahasiswa maka semakin rendah tingkat *academic burnout* yang dimiliki mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. Sebaliknya, semakin rendah tingkat kegigihan maka akan semakin tinggi tingkat *academic burnout* yang dimiliki mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi.

METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan skala sebagai metode pengumpulan data. Skala yang digunakan dalam pengumpulan data adalah skala *academic burnout* dan skala kegigihan dengan menggunakan metode pengumpulan data berupa skala model *likert*. Skala *likert* merupakan skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi individu atau kelompok tentang suatu fenomena sosial (Azwar, 2016). Skala *academic burnout* diukur menggunakan skala *School Burnout Inventory* yang dimodifikasi dari skala *academic burnout* Bagus Dewa (2022) dengan mengacu berdasarkan aspek-aspek *academic burnout* yang dikemukakan oleh Maslach, dkk (2001) yaitu kelelahan emosi (*Exhaustion*), Sinisme (*depersonalization*), dan penurunan pencapaian diri (*reduced personal accomplishment*) yang diperoleh daya beda aitem bergerak dari angka 0.336 sampai 0.640 dengan koefisien *reliabilitas alpha* sebesar 0.834. Skala kegigihan diukur menggunakan skala kegigihan yang dimodifikasi dari skala kegigihan Rodyah Mulyani (2021) yang mengacu berdasarkan aspek-aspek kegigihan yang dikemukakan oleh Duckworth (2007) yaitu *Consistency of interest* dan *Perseverance of effort* yang diperoleh daya beda aitem bergerak dari angka 0.414 sampai 0.582 dengan koefisien *reliabilitas alpha* sebesar 0.753. Teknik analisis data yang digunakan dalam menguji hipotesis penelitian ini adalah uji korelasi *product moment* yang dikembangkan oleh Karl Pearson. Subjek penelitian yang digunakan adalah mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi dengan rentang usia 18 – 25 tahun dengan jumlah subjek sebanyak 170 mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi.



HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan analisis yang dilakukan terhadap data penelitian, diperoleh deskripsi statistic pada masing-masing variabel. Pada skala *academic burnout* data hipotetik yang diperoleh yaitu skor terendah sebanyak 9 dan skor tertinggi 36, rerata hipotetik 22,5 dan standar deviasi 4,5. Selanjutnya hasil analisis dari data empirik skala *academic burnout* jumlah skor tertinggi 36 dan skor terendah 13, rerata empirik 24,49 dan standar deviasi 5,183. Pada skala kegigihan hasil data hipotetik diperoleh yaitu skor terendah 7 dan skor tertinggi 28, rerata hipotetik 17,5 dan standar deviasi 3,5. Kemudian hasil analisis data empirik dari skala kegigihan diperoleh yaitu skor terendah 12, skor tertinggi 28, rerata hipotetik sebesar 20,18 dan standar deviasi 4,497. Data deskriptif yang telah dijabarkan sebelumnya, dapat dijadikan sebagai dasar dalam melakukan kategorisasi skor terhadap variabel *academic burnout* dan kegigihan. Pada kategorisasi skor *academic burnout* ditemukan bahwa dari 170 subjek mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi yaitu sebanyak 56 mahasiswa (32,9%) yang memiliki tingkat *academic burnout* pada tingkat tinggi, 100 mahasiswa (58,8%) memiliki tingkat *academic burnout* pada kategori sedang, dan 14 mahasiswa (8,2%) dengan tingkat *academic burnout* pada tingkat rendah. Dapat disimpulkan bahwa mayoritas mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi yang menjadi subjek pada penelitian memiliki tingkat *academic burnout* yang sedang. Selanjutnya kategorisasi pada skor kegigihan ditemukan bahwa sebanyak 77 (45,3%) memiliki tingkat kegigihan yang tinggi, 81 (47,6%) mahasiswa memiliki tingkat kegigihan yang sedang dan 12 (7,1%) memiliki tingkat kegigihan yang rendah. Maka dapat disimpulkan bahwa mayoritas mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi yang menjadi subjek penelitian memiliki tingkat kegigihan pada tingkat tinggi dan sedang. Berdasarkan hasil uji *Kolmogorov-Smirnov* untuk variabel *academic burnout* diperoleh $KS-Z = 0,062$ dengan $p = 0,200$ yang berarti sebaran data variabel *academic burnout* mengikuti sebaran data normal. Kemudian dari hasil uji *Kolmogorov-Smirnov* untuk variabel kegigihan $KS-Z = 0,067$ dengan $p = 0,061$ yang berarti sebaran data variabel kegigihan mengikuti sebaran data normal.

Hasil uji linearitas pada data hasil penelitian variabel kegigihan dan *academic burnout*, ditemukan bahwa nilai signifikannya adalah sebesar $p = 0,000$ ($p < 0,050$) dengan $F = 22,186$. Hal tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara kegigihan dengan *academic burnout* merupakan hubungan yang linear. Berdasarkan hasil uji korelasi *product moment*, nilai uji hasil penelitian memiliki signifikan sebesar $p = 0,000$ ($p < 0,050$) dengan koefisien korelasi r sebesar $-0,303$. Sehingga dapat dipahami bahwa terdapat korelasi atau hubungan antara kegigihan dengan *academic burnout*. Nilai koefisien korelasi sebesar $r_{xy} = -0,303$ dan bernilai negatif yang menunjukkan indikasi adanya hubungan yang



negatif antara variabel kegigihan dan variabel *academic burnout*. Berdasarkan hasil tersebut maka disimpulkan semakin tinggi kegigihan yang dimiliki mahasiswa maka semakin rendah tingkat *academic burnout* yang dialami oleh mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. Namun sebaliknya jika semakin rendah tingkat kegigihan maka akan semakin tinggi tingkat *academic burnout* yang dialami oleh mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. Besarnya nilai $r_{xy} = -0,303$ antara variabel kegigihan dan *academic burnout* termasuk dalam kategori rendah (Sugiyono, 2019).

Hasil dari analisis data menunjukkan nilai koefisien determinan (R^2) = 0,092 menunjukkan bahwa variabel kegigihan memiliki kontribusi 9,2% terhadap *academic burnout* pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi, sisanya 90,8% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain. Maslach dkk. (2001) mengatakan bahwa terdapat faktor yang mempengaruhi *academic burnout* salah satunya adalah kegigihan. Penelitian yang dilakukan Maulana (2022) menunjukkan bahwa kegigihan berkorelasi dengan *academic burnout*, individu yang memiliki tingkat kegigihan yang tinggi akan memiliki *academic burnout* dengan tingkat yang rendah. Hal ini didukung juga oleh Duckworth dan Quinn (2009) yang menjelaskan bahwa individu yang memiliki tingkat kegigihan yang tinggi akan terus menunjukkan usaha meskipun mengalami kegagalan, terus bekerja keras, dan memiliki konsistensi yang tinggi, serta fokus pada tujuan yang ingin dicapai.

Duckworth (2009) menjelaskan bahwa kegigihan adalah ketekunan dan konsisten dalam tujuan jangka panjang. Menurut Duckworth (2009) terdapat dua aspek dalam kegigihan, yaitu *consistency of interests* dan *perseverance of effort*. Pada aspek *consistency of interests*, seorang mahasiswa yang memiliki *consistency of interests* yang positif akan mempunyai konsisten dan komitmen yang tinggi untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Namun sebaliknya, seorang mahasiswa yang memiliki *consistency of interests* yang negatif maka tidak akan konsisten pada tujuan yang telah ditetapkan dan sering berubah tujuan. Berdasarkan hasil penelitian seperti pada pernyataan “Saya menyelesaikan apapun yang saya mulai” terdapat 4 mahasiswa menjawab Sangat Tidak Sesuai, 21 mahasiswa menjawab Tidak Sesuai, 61 mahasiswa menjawab Sesuai, dan 84 mahasiswa yang menjawab Sangat Sesuai. Dari pernyataan tersebut subjek kebanyakan sudah memiliki level kegigihan yang tinggi untuk konsisten dalam mencapai tujuan yang ditetapkan sehingga dapat mencegah timbulnya *academic burnout*.

Pada aspek *perseverance of effort*, seorang mahasiswa yang memiliki *perseverance of effort* yang positif akan memiliki ketekunan untuk menyelesaikan suatu tujuan bahkan ketika dihadapkan pada berbagai macam tantangan maupun rintangan. Namun sebaliknya seorang mahasiswa yang memiliki



perseverance of effort yang negatif maka akan mudah menyerah ketika dihadapkan pada kegagalan dan tidak akan menyelesaikan tujuan yang ditetapkan. Berdasarkan hasil penelitian seperti pada pernyataan “Kegagalan tidak membuat saya berkecil hati” terdapat 6 mahasiswa menjawab Sangat Tidak Sesuai, 24 Mahasiswa menjawab Tidak Sesuai, 72 mahasiswa menjawab Sesuai dan 68 mahasiswa menjawab Sangat Sesuai. Dari pernyataan tersebut subjek kebanyakan sudah memiliki level kegigihan yang tinggi untuk tekun dalam menyelesaikan tujuan sekalipun dihadapkan dengan tantangan maupun rintangan.

Rad dkk. (2017) menjelaskan bahwa *academic burnout* adalah rendahnya motivasi individu, menurunnya minat dalam memenuhi tugas yang diberikan, kelelahan yang memicu timbulnya perasaan yang tidak diinginkan dan perasaan yang tidak efisien. Dari penjelasan sebelumnya serta berdasarkan hasil uji data penelitian maka disimpulkan bahwa kegigihan dapat menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi *academic burnout* pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. Hasil penelitian mengindikasikan bahwa mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi dengan tingkat kegigihan yang tinggi tidak akan memiliki tingkat *academic burnout* dan sebaliknya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara kegigihan dan *academic burnout* pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. Hal tersebut dilihat dari koefisien korelasi (r_{xy}) = -0,303 dengan $p = 0,000$ ($p < 0,050$) yang berarti ada hubungan yang negatif antara kegigihan dan *academic burnout* pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. Artinya semakin tinggi kegigihan maka akan semakin rendah *academic burnout* pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. Begitu pun sebaliknya, semakin rendah kegigihan maka akan semakin tinggi *academic burnout* pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. Hasil kategorisasi pada variabel kegigihan dapat diketahui bahwa mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi memiliki kegigihan yang cenderung tinggi. Sedangkan hasil kategorisasi pada variabel *academic burnout* disimpulkan bahwa *academic burnout* pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi cenderung sedang. Hasil penelitian ini memperoleh koefisien determinan (R^2) sebesar 0,092 yang menunjukkan bahwa variabel kegigihan memberikan sumbangan sebesar 9,2% terhadap *academic burnout* dan sisanya 90,8% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti oleh peneliti.



DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini Ayu, W.N & Hery. (2020). Pengaruh academic self efficacy terhadap academic burnout pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*, 1 (1), 112-119.
- Azwar, S. (2016). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Duckworth, A. L., Peterson, C., Matthews, M. D., & Kelly, D. R. (2007). *Grit: perseverance and passion for long-term goals*, *Journal of personality and social psychology*, 92 (6), 1087-1101
- Duckworth, A. L., & Quinn, P. D. (2009). Development and validation of short grit scale (Grit-S). *Journal of Personality Assesment*, 91 (2), 166-174, Doi :10.1080/00223890802634290
- Eskreis-Winker, L., Shulman, E.P., Beal, S.A., & Duckworth, A.L. (2014). The Grit Effect: predicting Retention in the Military, the Workplace, School, and Marriage. *Journal of Personality Science and Individual Difference*, 5 (36), 1-12. April 26, 2022. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2014.000368>
- Etika, dkk. (2016). Deskripsi Masalah Mahasiswa Yang Sedang Menyelesaikan Skripsi. *Jurnal KOPASTA*, 3 (1), 40-52.
- Halliday, L., Walker, A., Vig, S., Hines, J., & Brecknell, J. (2017). Grit and burnout in UK doctors: a cross-sectional study across specialties and stages of training. *Postgraduate Medical Journal*, 93 (1101), 389-394.
- Izaach, R. N. (2017). Gambaran derajat *Grit* pada mahasiswa akademi keperawatan “X” di kabupaten kepulauan Aru. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 1 (1). 61-70
<https://doi.org/10.28932/humanitas.v1i1.403>
- Jennings, M.L. (2009). Medical student burnout: interdisciplinary exploration and analysis. *Journal Med Humanit*. 30: 253-269. DOI: 10.1007/S10912-00909093-5.
- Jex, S.M. (2017). *Organizational Psychology: A Scientist-Practitioner Approach*. Canada: John Wiley & Sons, Inc
- Puspitaningrum, K, (2018). Pengaruh Dukungan Sosial Orang Tua Terhadap Burnout Pada Mahasiswa Dalam Mengerjakan Skripsi. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, 4 (10).
- LeBoeuf, M. (2011). *10 strategi manajemen terdahsyat di dunia*. Jakarta: Tangga Pustaka
- Maslach, C., Schaufelli, W.B & Leiter, M.P. (2001). Job burnout: annual review. *Journal of Psychology*, 52 (1), 397- 422.
- Maulana, B. I. (2022). *Hubungan antara grit dan academic burnout pada mahasiswa Teknik arsitektur Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim).
- Mudjahid, Q. (2017). Pengaruh Karakteristik Kerja Keras Terhadap *Academic Burnout* Mahasiswa yang sedang menempuh Skripsi pada Perguruan Tinggi Swasta di Kabupaten Banyumas.



- Putri (2016). *Studi Deskripsi Mengenai Grit Pada Mahasiswa Psikologi (Skripsi)*. Fakultas Psikologi Universitas Islam Bandung; Bandung.
- Puspitaningrum, K, (2018). Pengaruh Dukungan Sosial Orang Tua Terhadap Burnout Pada Mahasiswa Dalam Mengerjakan Skripsi. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, 4 (1). 11.
- Rodyah, M. (2021). Hubungan antara *grit* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi, Fakultas Psikologi, Universitas Mercu Buana Yogyakarta.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung. Alfabeta.
- Schaufeli, W. B., Martinez, I. M., Pinto, A. M., Salanova, M., & Barker, A. B. (2002). Burnout and engagement in university students a cross-national study. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 33 (5), 464-481. <https://doi.org/10.1177/0022022102033005003>
- Wulan, D, A, N., & Abdullah, S, M. (2014). Prokrastinasi akademik dalam penyelesaian skripsi. *Jurnal Socio-Humaniora*, 5 (1), 55-74