

**PERBEDAAN *BURNOUT* (KEJENUHAN BELAJAR) PADA SISWA *FULL DAY*
SCHOOL DAN REGULER**

SKRIPSI

Sebagai Bagian dari Persyaratan

untuk Memperoleh Derajat Sarjana S-1 Psikologi



Diajukan oleh:

FAVRILLA ANITA FRATAMA

16090000020

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERDEKA MALANG

2021

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama : Favrilla Anita Fratama
Nim : 16090000020
Universitas : Universitas Merdeka Malang
Jurusan : Psikologi
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Perbedaan *Burnout* (Kejenuhan Belajar) Pada Siswa *Full Day School* Dan Reguler

Malang, 25 Februari 2021

DISETUJUI DAN DITERIMA :

Ketua Program Studi Psikologi

Dosen Pembimbing



Nur Azizah, S.Psi., MA



Dr. Fathul Lubabin Nuqul, S.Psi., M.Si., Psikolog

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Merdeka Malang



Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog

**Perbedaan *Burnout* (Kejenuhan Belajar) Pada Siswa *Full Day School* Dan
Reguler**

Dipersiapkan dan di susun oleh :

Favrilla Anita Fratama

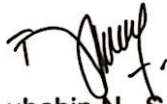
1609000020

Telah dipertahankan di Depan Dewan Penguji

Pada Tanggal 17 Februari 2021

Susunan Dewan Penguji

Ketua Penguji



Dr. Fathul Lubabin N., S.Psi., M.Si., Psikolog

Sekretaris Penguji



Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si

Anggota Penguji



Al Thuba Septa Prianggasari, S.Psi., M.Psi., Psikolog

**Skripsi Ini Telah Diterima Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana S-1 Psikologi.**

**Malang, 25 Februari 2021
Dekan Fakultas Psikologi
Universitas Merdeka Malang**



Dr. Nawang Warsi Wulandari, S.Psi., M.Si., Psikolog

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi yang berjudul **“Perbedaan Burnout (Kejenuhan Belajar) Pada Siswa *Full Day School* Dan *Reguler*”** merupakan karya asli yang diajukan untuk memperoleh gelar sarjana Psikologi di Universitas Merdeka Malang. Karya ini tidak pernah diajukan secara utuh maupun bagian-bagiannya. Untuk memperoleh gelar sarjana di perguruan tinggi lainnya, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Malang, 25 Februari 2021



METERAI
TEMPEL
9BDDEA IX078508838

Favrilla Anita Fratama

MOTTO

“Jadilah Dirimu Sendiri ”

HALAMAN PERSEMBAHAN

(Matius 5:13-16)

"Kamu adalah garam dunia. Jika garam itu menjadi tawar, dengan apakah ia diasinkan? Tidak ada lagi gunanya selain dibuang dan diinjak orang. Kamu adalah terang dunia. Kota yang terletak di atas gunung tidak mungkin tersembunyi. Lagipula orang tidak menyalakan pelita lalu meletakkannya di bawah gantang, melainkan di atas kaki dian sehingga menerangi semua orang di dalam rumah itu. Demikianlah hendaknya terangmu bercahaya di depan orang, supaya mereka melihat perbuatanmu yang baik dan memuliakan Bapamu yang di sorga."

UCAPAN TERIMAKASIH

Untuk itu peneliti ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Tuhan Yesus dan Bunda Maria yang selalu memberi kekuatan serta kesehatan, melindungi, membimbing dan menjaga saya untuk dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini.
2. Ibu Dr. Nawang Warsi Wulandari. S.Psi., M.Si., Psikolog selaku dekan Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang yang telah membantu kelancaran peneliti dalam menyelesaikan tugas akhir ini dan selama masa pendidikan di fakultas..
3. Bapak Dr. Fathul Lubabin Nuqul, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku pembimbing 1 saya, yang sudah dengan sabar membimbing, mengarahkan dan sudah meluangkan banyak waktunya untuk membantu saya dalam berproses menyelesaikan skripsi.
4. Ibu Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si selaku pembimbing 2 saya, yang sudah dengan sabar, teliti, dan mau meluangkan waktu untuk membimbing dan mengarahkan saya dalam penyelesaian skripsi.
5. Keluarga besar Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang, bapak dan ibu dosen yang menjadi orangtua bagi peneliti, memberikan banyak ilmu dan senantiasa membantu peneliti dalam mengurus berbagai hal.
6. Kepala sekolah, Guru BK SMPN 24 Malang bu Yuly dan mbak Indah selaku TU, serta guru BK SMPN 1 Donomulyo bu Lulus yang sudah mengizinkan saya untuk penelitian dan bersedia meluangkan waktu supaya peneliti dapat melaksanakan dan menyelesaikan skripsi.

7. Keluarga tercinta, Ayah Anang, Bunda Ita, Angel, Iyan yang selalu memberi doa, dukungan dan semangat kepada peneliti untuk bisa menyelesaikan skripsi.
8. Paschalis Apri Dian yang telah bersedia membantu, memberi semangat, dan dukungan pada peneliti untuk dapat menyelesaikan skripsi.
9. Sahabat-sahabat peneliti Dionisia, Atik, Dea, Silfi, Natasha, Erika yang selalu ada memberikan bantuan dan semangat pada peneliti.
10. Teman-teman PSIAGA angkatan 2016 dan seluruh teman peneliti yang telah memberi motivasi dan informasi sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi.

Akhir kata untuk semua pihak yang turut membantu dan yang tidak peneliti sebutkan satu persatu dan yang mempergunakan karya ilmiah ini dengan sebagaimana mestinya, peneliti mengucapkan terimakasih, Tuhan Yesus Memberkati. Berkah Dalem.

Peneliti menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih terdapat kekurangan, untuk itu peneliti berharap adanya masukan demi kesempurnaan skripsi ini.

Malang, 25 Februari 2021



Peneliti

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur saya panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Kuasa, karena hanya dengan kasih dan karunianya peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini tepat pada waktunya. Skripsi ini berjudul “Perbedaan *Burnout* (Kejenuhan Belajar) Pada Siswa *Full Day School* Dan Reguler”. Skripsi ini disusun untuk melengkapi tugas akademis untuk memenuhi syarat mencapai gelar sarjana Psikologi Universitas Merdeka Malang. Peneliti menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak mungkin berjalan lancar tanpa bantuan, bimbingan, dan dorongan dari berbagai pihak.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN.....	iv
MOTTO.....	v
LEMBAR PERSEMBAHAN.....	vi
UCAPAN TERIMAKASIH.....	vii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiviv
INTISARI.....	xv
ABSTRACT.....	xvi
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
E. Perbedaan Dengan Peneliti Sebelumnya.....	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	10
A. <i>Burnout</i> atau Kejenuhan Belajar.....	10
1. Pengertian <i>Burnout</i> atau Kejenuhan Belajar.....	10
2. Faktor yang mempengaruhi kejenuhan atau <i>burnout</i>	11
3. Ciri-ciri <i>burnout</i> atau kejenuhan belajar.....	12
4. Aspek <i>burnout</i> atau kejenuhan belajar.....	12
B. Program Studi <i>Full Day School</i> Dengan Siswa Program Studi <i>Reguler</i>	14
1. <i>Full Day School</i>	14
2. <i>Reguler</i> atau Umum.....	17
C. Perbedaan <i>Burnout</i> (Kejenuhan Belajar) Antara Siswa-Siswi <i>Full Day School</i> Dan <i>Reguler</i>	18
D. Kerangka Pemikiran Penelitian.....	22
E. Hipotesis Penelitian.....	23
BAB III METODE PENELITIAN.....	24
A. Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel.....	24
1. Identifikasi Variabel Penelitian.....	24
2. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	24
B. Subjek Penelitian.....	25
1. Populasi.....	25
2. Sampel.....	26
C. Cara Pengumpulan Data.....	28
D. Desain Penelitian.....	30
1. Uji Validitas.....	30
2. Reliabilitas.....	31
E. Cara Analisis Data.....	32
1. Uji homogenitas.....	32
2. Uji Normalitas.....	33

3. Uji Hipotesis	33
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	35
A. Deskripsi Subjek	35
B. Deskripsi Reliabilitas Data.....	35
1. Deskripsi Data Penelitian.....	35
2. Validitas Skala	38
3. Reliabilitas Skala	41
C. Hasil.....	43
1. Uji asumsi.....	43
2. Uji Hipotesis Penelitian	44
D. Pembahasan.....	45
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	48
A. Kesimpulan	48
B. Saran	48
DAFTAR PUSTAKA.....	50

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Blue Print Skala Burnout (Kejenuhan Belajar)	29
Tabel 2 Skoring jawaban dalam skala Likert	30
Tabel 3 Kategori koefisien korelasi menurut Guilford dan Frucher	32
Tabel 4 Deskripsi Data Subjek	36
Tabel 5 Deskripsi Data Subjek	36
Tabel 6 Rumus skor satandar	37
Tabel 7 Kategorisasi burnout	38
Tabel 8 Perbandingan kategorisasi siswa full day school dan reguler	38
Tabel 9 Validitas skala uji coba	39
Tabel 10 Sebaran aitem skala burnout sebelum uji coba	40
Tabel 11 Sebaran Aitem Skala Burnout Sesudah Uji Coba	41
Tabel 12 Koefisien Reliabilitas Menurut Guilford	42
Tabel 13 Reliabilitas skala penelitian	42
Tabel 14 Rangkuman hasil uji homogenitas	43
Tabel 15 Rangkuman hasil uji normalitas dengan Kolmogrov Smirnov	43
Tabel 16 Rangkuman Analisis Independent T-Test	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka pemikiran	22
-----------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Ijin Penelitian	53
Lampiran 2 Aiken V	56
Lampiran 3 Skala <i>Try Out</i>	59
Lampiran 4 Tabulasi Data <i>Try Out</i> Kelelahan Belajar	62
Lampiran 5 Hasil <i>Try Out</i> (Aitem Valid Dan Gugur)	64
Lampiran 6 Reliabilitas Skala Kelelahan Belajar (<i>Try Out</i>)	67
Lampiran 7 Skala Penelitian Kelelahan Belajar	69
Lampiran 8 Tabulasi Data Penelitian Kelelahan Belajar	74
Lampiran 9 Reliabilitas Skala Kelelahan Belajar	77
Lampiran 10 Uji Homogenitas Kelelahan Belajar	79
Lampiran 11 Uji Normalitas Kelelahan Belajar	81
Lampiran 12 Data Hasil Penelitian Kepuasan Kerja Menggunakan Independent T-Test	83

PERBEDAAN *BURNOUT* (KEJENUHAN BELAJAR) PADA SISWA *FULL DAY SCHOOL* DAN REGULER

Favrilla Anita Fratama

Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang

INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada perbedaan burnout (kejenuhan belajar) pada siswa full day school dan reguler. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa full day school SMP Negeri 24 Malang dengan jumlah 72 siswa dan siswa reguler SMP Negeri 1 Donomulyo yang berjumlah 87 siswa, jadi total populasi dalam penelitian ini 159 siswa. Sampel yang digunakan adalah siswa SMP kelas 9. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling. Pengumpulan data menggunakan skala burnout dengan skala likert. Dari uji reliabilitas skala burnout diperoleh koefisien korelasi sebesar 0,967 menunjukkan bahwa skala reliabel. Hasil analisis data menggunakan independent t-tes diperoleh t-hit -1,671 dengan signifikan 0,097. Mean siswa full day school 99,38 dan siswa reguler 102,07. Namun dalam penelitian ini menunjukkan tidak ada perbedaan burnout antara siswa full day dan siswa reguler, karena dalam uji independent t-tes menunjukkan hasil yang tidak signifikan artinya hipotesis yang diterima adalah H₀ tidak ada perbedaan burnout antara siswa full day school dengan siswa reguler.

Kata Kunci: *Burnout, full day school, sekolah reguler.*

DIFFERENCES IN *BURNOUT* (LEARNING FATIGUE) IN *FULL DAY SCHOOL* AND REGULAR STUDENTS

Favrilla Anita Fratama

Faculty of Psychology, University of Merdeka Malang

ABSTRACT

This study aims to determine whether there are differences in burnout (learning fatigue) in full day school and regular school student. The population in this study were students of full day school SMP Negeri 24 Malang with a total of 72 students and regular students of SMP Negeri 1 Donomulyo totaling 87 students, so the total population in this study was 159 students. The sample used was grade 9 junior high school students. The sample technique used purposive sampling. Data collection use a burnout scale with a Likert scale. From the reliability test, it was burnout obtained the correlation coefficient of 0.967 indicates that the scale is reliable. The results of data analysis using independent t-test obtained t-hit -1.671 with a significant 0.097. The mean of full day school students is 99.38 and regular students 102.07. However, in this study there was no difference in burnout between full day school and regular school students, because the independent t-test showed insignificant results, meaning that the accept hypothesis was H_0 , there was no difference in burnout between full day school and regular students.

Keywords: Burnout, full day school, regular school.