

**PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP  
*ACADEMIC BURNOUT* PADA MAHASISWA *DOUBLE DEGREE*  
UNIVERSITAS MERDEKA MALANG**

**SKRIPSI**

**Sebagai Bagian dari Persyaratan untuk Memperoleh  
Derajat Sarjana Psikologi**



Juwita Trinovita  
20090000039

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MERDEKA MALANG  
MALANG  
2024**

## LEMBAR PERSETUJUAN

Nama : Juwita Trinovita  
NIM : 20090000039  
Universitas : Universitas Merdeka Malang  
Fakultas : Fakultas Psikologi  
Program Studi : S1 Psikologi  
Judul Skripsi : Pengaruh Dukungan Sosial terhadap *Academic Burnout* pada Mahasiswa *Double Degree* Universitas Merdeka Malang

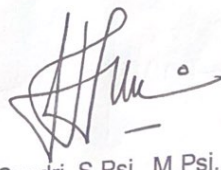
Malang, 07 Maret 2024

## DISETUJUI DAN DITERIMA

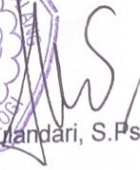
Ketua Program Studi Psikologi

Dosen Pembimbing

  
Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si

  
Ritna Sandri, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Dekan Fakultas Psikologi  
Universitas Merdeka Malang

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



**Pengaruh Dukungan Sosial terhadap  
Academic Burnout pada Mahasiswa Double Degree  
Universitas Merdeka Malang**

Dipersiapkan dan disusun oleh  
Juwita Trinovita  
20090000039

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji  
Pada tanggal 22 Februari 2024

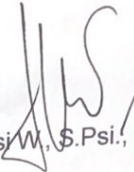
Susunan Dewan Penguji

Ketua Penguji



Ritna Sandri, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Sekretaris Penguji



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

Anggota Penguji



Dellawaty Supraba, S.Psi., M.Si

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana.

Malang, 07 Maret 2024

Dekan Fakultas Psikologi  
Universitas Merdeka Malang



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

## SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Juwita Trinovita  
Nomor Pokok : 20090000039  
Program Studi : S1 Psikologi  
Bidang Kajian Skripsi : Psikologi Pendidikan  
Judul Skripsi : Pengaruh Dukungan Sosial terhadap *Academic Burnout* pada Mahasiswa *Double Degree* Universitas Merdeka Malang  
Lokasi Penelitian : D3 Bahasa Inggris Universitas Merdeka Malang  
Jl. Terusan Raya Dieng No. 62-64, Malang  
Alamat Rumah Asal : Jl. Arjuna RT.04 RW.01 Desa Sumberputih,  
Kecamatan Wajak, Kabupaten Malang  
No. Telp/ Email : 082257392363 / [juwitatrinovita@gmail.com](mailto:juwitatrinovita@gmail.com)

Dengan ini menyatakan bahwa saya benar-benar melakukan penelitian dan penulisan skripsi tersebut benar-benar karya saya dan tidak melakukan plagiasi. Jika saya melakukan plagiasi maka saya bersedia dicabut gelar akademik saya.

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 07 Maret 2024


Juwita Trinovita

## MOTTO

*“Karena sesungguhnya beserta kesulitan itu ada kemudahan, sesungguhnya  
sesudah kesulitan itu ada kemudahan”*

(QS Al-Insyirah: 5-6)

## **LEMBAR PERSEMBAHAN**

Skripsi ini saya persembahkan untuk  
"Kedua orang tua, keluarga, sahabat serta untuk diriku sendiri"

## UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT karena atas rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan laporan penelitian yang berjudul “Pengaruh Dukungan Sosial terhadap *Academic Burnout* pada Mahasiswa *Double Degree* Universitas Merdeka Malang” ini dengan baik. Adapun penelitian ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memenuhi Mata Kuliah Skripsi serta syarat ujian akhir Program Studi S1 Psikologi di Universitas Merdeka Malang. Dalam proses penulisan laporan penelitian ini penulis banyak mendapatkan arahan, bantuan, motivasi dan do’a dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Anwar Sanusi, S.E., M. Si selaku Rektor Universitas Merdeka Malang.
2. Ibu Dr. Nawang Warsi Wulandari, S. Psi., M.Si., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang.
3. Ibu Ritna Sandri, S. Psi., M. Psi., Psikolog selaku dosen pembimbing. Terima kasih banyak atas bimbingan, masukan dan dukungannya untuk dapat segera menyelesaikan skripsi ini.
4. Seluruh dosen dan staf Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang. Terima kasih atas segala ilmu pengetahuan dan pembelajaran yang diberikan selama masa perkuliahan. Terima kasih pula karena telah membantu segala hal yang berkaitan dengan penulisan skripsi ini.
5. Instansi D3 Bahasa Inggris Universitas Merdeka Malang yang telah berkenan dan mengizinkan penulis untuk melakukan penelitian dan pengambilan data.
6. Kedua orang tua penulis, Bapak Taman dan Ibu Sulismiati yang selalu menjadi sumber kekuatan dan inspirasi bagi penulis untuk terus tumbuh dan

berkembang menjadi pribadi yang lebih baik. Terima kasih atas segala do'a, kasih sayang, pengorbanan dan dukungan yang selalu bapak dan ibu berikan kepada penulis. Semoga bapak dan ibu bahagia, sehat selalu, diberikan umur panjang dan keselamatan dunia akhirat oleh Allah SWT. Dan semoga penulis senantiasa dapat menjadi individu yang bapak dan ibu banggakan.

7. Kedua kakak penulis, Mas Arif dan Mbak Anita serta seluruh keluarga penulis. Terima kasih atas do'a dan motivasi yang diberikan kepada penulis agar menyelesaikan perkuliahan dengan baik dan menjadi pribadi yang bisa membanggakan bapak ibu.
8. Frizki Akbar Arsyanto sebagai sahabat terbaik penulis. Terima kasih telah senantiasa menemani dalam suka maupun duka, mendengarkan keluh kesah, memberikan waktu, dukungan dan bantuan kepada penulis selama menjalani kuliah hingga selesainya penulisan skripsi ini. Semoga segala hal baik selalu menyertaimu.
9. Muhammad Ari Fernanda, yang senantiasa mengamini segala do'a baik. Terima kasih atas waktu, dukungan, dan bantuan yang diberikan selama masa magang dan proses penyusunan skripsi ini. Semoga sehat, bahagia dan sukses selalu ya.
10. Teruntuk sahabat dan teman-teman seperjuangan penulis, Virzagita Youlan Helena Arvia, Nia Diniyati, Shafira Mei Lailatul Ayuna dan Alodia Kinanti Faruqa yang senantiasa mendengarkan segala keluh kesah serta memberikan dukungan dan semangat dari awal perkuliahan hingga penulis mampu untuk menyelesaikan skripsi ini. Semoga kesuksesan menyertai kalian semua.

11. Kak Seftiara, Kak Nikita dan Kak Uutia terimakasih banyak sudah mau direpoti penulis di masa perkuliahan maupun ketika penulis menyusun skripsi. Terimakasih untuk *sharing* pengalaman, saran, masukan dan dukungan yang diberikan, semoga selalu diberikan kesehatan dan kesuksesan.
12. Mahasiswa/i *double degree* Universitas Merdeka Malang tahun ajaran 2023/2024 yang telah bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian ini. Terima kasih atas segala partisipasi dan bantuan yang telah diberikan.
13. Terakhir, terima kasih pada diri sendiri Juwita Trinovita. Terima kasih telah berjuang menyelesaikan perkuliahan selama 3,5 tahun ini. Rasanya terharu namun sangat bangga dengan diri ini karena selama perkuliahan mampu memberikan prestasi bagi diri sendiri dan kampus dengan mendapatkan beasiswa perkuliahan *double degree*, beasiswa Djarum Foundation, menjadi bagian dari MSIB Kampus Merdeka Batch 5 di PT Industri Kereta Api (Persero) serta menyelesaikan skripsi ini dengan baik dalam waktu yang tepat. Terimakasih banyak karena selalu bertahan menguatkan pundaknya dan tidak pernah menyerah pada apapun kondisi yang dilalui. Semoga semua yang diperjuangkan akan berbuah baik di masa depan.

Akhir kata, penulis memohon maaf apabila terdapat banyak kesalahan ataupun kekurangan dalam penulisan skripsi ini. Penulis berharap penelitian skripsi ini dapat bermanfaat bagi siapapun yang membacanya.

Malang, 07 Maret 2024

Juwita Trinovita

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT karena atas rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh Dukungan Sosial terhadap *Academic Burnout* pada Mahasiswa *Double Degree* Universitas Merdeka Malang” dengan baik. Adapun skripsi ini disusun untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap *academic burnout* pada mahasiswa *double degree* Universitas Merdeka Malang dengan tujuan untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar kesarjanaan S1 Program Studi Psikologi. Dari laporan skripsi yang telah dibuat ini, penulis juga menyadari masih terdapat kekurangan di dalamnya. Oleh sebab itu, penulis sangat mengharapkan adanya saran dan kritik yang membangun dari kalangan pembaca untuk perbaikan penelitian skripsi ini. Penulis juga memohon maaf jika masih terdapat banyak kesalahan dalam proses penyusunan skripsi ini.

Malang, 07 Maret 2024

Juwita Trinovita

## DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iii
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS .....	iv
MOTTO.....	v
LEMBAR PERSEMBAHAN.....	vi
UCAPAN TERIMA KASIH .....	vii
KATA PENGANTAR .....	x
DAFTAR ISI .....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
INTISARI .....	xvi
<i>ABSTRACT</i> .....	xvii
BAB I PENGANTAR .....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah .....	7
C. Tujuan.....	7
D. Manfaat.....	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	9
A. <i>Academic Burnout</i> .....	9
1. Pengertian <i>Academic Burnout</i> .....	9
2. Aspek-Aspek <i>Academic Burnout</i> .....	10
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Academic Burnout</i> .....	11
B. Dukungan Sosial.....	13
1. Pengertian Dukungan Sosial .....	13
2. Aspek-Aspek Dukungan Sosial .....	14
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Dukungan Sosial.....	17
C. Keterkaitan antara <i>Academic Burnout</i> dengan Dukungan Sosial .....	18
D. Hipotesis.....	22
BAB III METODE PENELITIAN.....	23
A. Desain Penelitian .....	23
B. Identifikasi dan Operasionalisasi Variabel .....	23

1. Variabel Bebas (X): Dukungan Sosial .....	24
2. Variabel Terikat (Y): <i>Academic Burnout</i> .....	24
C. Partisipan Penelitian .....	25
1. Populasi .....	25
2. Sampel .....	25
D. Cara Pengumpulan Data.....	27
1. Skala <i>Academic Burnout</i> .....	27
2. Skala Dukungan Sosial .....	28
3. Reliabilitas.....	29
E. Cara Analisis Data .....	30
F. Prosedur Penelitian.....	32
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	34
A. Deskripsi Subjek Penelitian.....	34
B. Kategorisasi Data .....	35
C. Statistik Deskriptif dan Reliabilitas Alat Ukur .....	38
D. Hasil Uji Hipotesis .....	38
E. Pembahasan.....	43
BAB V PENUTUP .....	50
A. Kesimpulan .....	50
B. Saran .....	50
DAFTAR PUSTAKA .....	53
LAMPIRAN .....	58

## DAFTAR TABEL

Tabel 1 Nilai Pengukuran Skala .....	27
Tabel 2 <i>Blueprint</i> Skala <i>Academic Burnout</i> .....	28
Tabel 3 <i>Blueprint</i> Skala Dukungan Sosial .....	29
Tabel 4 Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin .....	34
Tabel 5 Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Usia .....	34
Tabel 6 Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Semester (Angkatan).....	35
Tabel 7 Nilai Minimal dan Maksimal, Rata-Rata ( <i>M</i> ) dan Standar Deviasi ( <i>SD</i> ) Hipotetik.....	35
Tabel 8 Rumus Skor Standar .....	36
Tabel 9 Hasil Kategorisasi Data Dukungan Sosial.....	36
Tabel 10 Hasil Kategorisasi Data <i>Academic Burnout</i> .....	37
Tabel 11 Nilai Maksimal dan Nilai Minimal, Nilai Rata-Rata ( <i>M</i> ), Standar Deviasi ( <i>SD</i> ) dan <i>Alpha Cronbach</i> ( $\alpha$ ).....	38
Tabel 12 Hasil Uji Normalitas <i>Kolmogorov-Smirnov</i> Dukungan Sosial dan <i>Academic Burnout</i> .....	39
Tabel 13 Hasil Uji Linearitas Dukungan Sosial dan <i>Academic Burnout</i> .....	40
Tabel 14 Hasil Analisa Regresi antara <i>Academic Burnout</i> dan Dukungan <i>Sosial</i> .....	40
Tabel 15 Hasil Uji Perbandingan <i>Academic Burnout</i> antara Laki-laki dan Perempuan .....	41
Tabel 16 Hasil Uji Perbandingan <i>Academic Burnout</i> antara Usia Remaja dan Dewasa Awal .....	42
Tabel 17 Hasil Uji Perbandingan <i>Academic Burnout</i> antara Angkatan 2021, 2022, dan 2023.....	43

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Penelitian .....	22
------------------------------------	----

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Ijin Penelitian .....	59
Lampiran 2 Skala Penelitian .....	62
Lampiran 3 Tabulasi Data Skala Penelitian .....	69
Lampiran 4 Hasil Perhitungan Skala Penelitian .....	75
Lampiran 5 Hasil Uji Normalitas.....	80
Lampiran 6 Hasil Uji Linearitas .....	82
Lampiran 7 Hasil Uji Hipotesis .....	84
Lampiran 8 Hasil Uji Perbandingan.....	86
Lampiran 9 Lembar Pernyataan Persetujuan Publikasi.....	90
Lampiran 10 Lampiran Hasil Cek Turnitin .....	92
Lampiran 11 Daftar Riwayat Hidup.....	95

**PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP *ACADEMIC BURNOUT* PADA  
MAHASISWA DOUBLE DEGREE UNIVERSITAS MERDEKA MALANG**

**Juwita Trinovita**  
Fakultas Psikologi Universitas Merdeka Malang  
[juwitrinovita@gmail.com](mailto:juwitrinovita@gmail.com)

**INTISARI**

Menjalani perkuliahan di dua program studi secara bersamaan menimbulkan berbagai tantangan tersendiri bagi mahasiswa *double degree* Universitas Merdeka Malang. Salah satu contohnya yaitu tingginya beban tugas akademik dan penguasaan materi yang diterima. Apabila mahasiswa tidak mampu mengatasi masalah tersebut dengan baik maka akan memicu timbulnya *academic burnout*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap *academic burnout* pada mahasiswa *double degree* Universitas Merdeka Malang. Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah metode kuantitatif. Teknik pengambilan sampel yaitu *accidental sampling* sebanyak 93 mahasiswa. Metode pengumpulan data menggunakan skala Likert yaitu skala dukungan sosial yang diadaptasi dari Hariyono serta skala *academic burnout* yang diadaptasi dari Fadilah. Analisis data menggunakan analisis regresi linier sederhana dengan bantuan *software statistics SPSS for windows v.27*. Hasil uji hipotesis melalui analisis regresi linier sederhana menunjukkan hasil signifikansi  $0,000 < 0,05$  yang berarti bahwa terdapat pengaruh signifikan dukungan sosial terhadap *academic burnout* pada mahasiswa *double degree* Universitas Merdeka Malang dengan sumbangan efektif sebesar 17% dan sisanya 83% dipengaruhi oleh faktor lain.

Kata kunci: Dukungan Sosial, *Academic Burnout*, Mahasiswa *Double Degree*

**THE EFFECT OF SOCIAL SUPPORT ON ACADEMIC BURNOUT IN DOUBLE  
DEGREE STUDENTS AT THE UNIVERSITY OF MERDEKA MALANG**

**Juwita Trinovita**

Faculty of Psychology, Universitas Merdeka Malang

[juwitrinovita@gmail.com](mailto:juwitrinovita@gmail.com)

**ABSTRACT**

*Studying in two study programmes simultaneously poses various challenges for double degree students at Universitas Merdeka Malang. One example is the high load of academic assignments and mastery of the material received. If students are unable to overcome this problem properly, it will trigger academic burnout. This study aims to determine the effect of social support on academic burnout in double degree students at Merdeka University Malang. The research method used in this research is quantitative method. The sampling technique is accidental sampling of as many as 93 students. The data collection method uses a Likert scale, namely the social support scale adapted from Hariyono and the academic burnout scale adapted from Fadilah. Data analysis used simple linear regression analysis with SPSS for windows v.27 statistics software. The results of hypothesis testing through simple linear regression analysis show a significance value of  $0,000 < 0,5$ , which means that there is a significant effect of social support on academic burnout in double degree students at Merdeka University Malang with an effective contribution of 17% and the remaining 83% is influenced by other factors.*

*Keywords: Social Support, Academic Burnout, Double Degree Students*