



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SIDOARJO

FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU PENDIDIKAN

PROGRAM STUDI : • PSIKOLOGI (S1) • PGSD (S1) • PGPAUD (S1) • PENDIDIKAN BAHASA NGGRIS (S1)
• PENDIDIKAN IPA (S1) • PENDIDIKAN TEKNOLOGI INFORMASI (S1)

LEMBAR BIMBINGAN SKRIPSI

Nim : 222030100006
Nama : ILHAAM NAZHIR AKBAR
Prodi : PSIKOLOGI

No	Tanggal	Logbook	Jenis Revisi	Gaya Penulisan	Naskah	Catatan
1	Sabtu, 05 April 2025	Logbook Bimbingan Proposal - Pertemuan Pertama Pada hari ini, saya melakukan bimbingan perdana dengan dosen pembimbing. Dalam pertemuan ini, dosen menjelaskan berbagai aspek penting yang perlu dipersiapkan untuk penyusunan tugas akhir. Salah satu poin utama yang ditekankan adalah pentingnya menentukan jenis penelitian yang akan diambil, apakah kualitatif atau kuantitatif. Selain itu, dosen juga menggarisbawahi perlunya pemilihan subjek penelitian yang tepat serta penentuan tema yang akan diteliti. Dosen pembimbing melanjutkan dengan menanyakan progres masing-masing mahasiswa secara individu, memberikan kesempatan bagi setiap mahasiswa untuk menguraikan langkah-langkah yang telah diambil dalam persiapan tugas akhir. Melalui diskusi ini, saya mendapatkan wawasan yang lebih jelas mengenai arah penelitian saya serta strategi yang perlu diterapkan untuk mencapai tujuan akademis yang diharapkan.	Judul	Tidak ada revisi	Tidak ada	
2	Rabu, 23 April 2025	Pada hari ini, saya mempresentasikan variabel Y yang telah saya pilih, yaitu Quiet Quitting Sebelum mengambil keputusan untuk memilih variabel ini, saya melakukan diskusi mendalam dengan mentor di tempat magang mengenai relevansi dan implikasi dari topik tersebut. Dalam sesi bimbingan, dosen pembimbing mengajukan pertanyaan mengenai sumber dan referensi yang mendukung variabel Quiet Quitting, yang mendorong saya untuk lebih kritis dalam mencari literatur yang relevan. Selain itu, saya juga diberikan tugas untuk mencari referensi tambahan terkait variabel X yang akan dijadikan bagian dari penelitian saya. Tugas ini diharapkan dapat memperluas pemahaman saya mengenai hubungan antar variabel dalam konteks penelitian yang lebih luas. Diskusi ini sangat bermanfaat untuk memperkuat landasan teoritis dalam proposal tugas akhir saya.	Judul	Tidak ada revisi	Tidak ada	
3	Kamis, 08 Mei 2025	Logbook Bimbingan Tugas Akhir - Diskusi Validitas dan Reliabilitas Skala Pada hari ini, saya melakukan diskusi dengan dosen pembimbing mengenai skala yang saya pilih untuk survei awal penelitian. Dalam sesi ini, kami melakukan evaluasi terhadap validitas dan reliabilitas variabel yang telah saya tentukan. Untuk variabel Y, yaitu "Quiet Quitting," hasil analisis menunjukkan bahwa nilai validitas berada di atas 0,5 dan nilai reliabilitas melebihi 0,7, yang mengindikasikan bahwa skala ini memiliki kualitas yang baik. Dosen pembimbing menyarankan agar saya juga melakukan pengecekan validitas dan reliabilitas untuk variabel X yang lain. Saran ini sangat berharga, karena memastikan bahwa semua variabel yang digunakan dalam penelitian memiliki dasar yang kuat dan dapat dipercaya. Diskusi ini memberikan saya wawasan yang lebih mendalam mengenai pentingnya pengujian skala dalam penelitian psikologi.	Pendahuluan	Tidak ada revisi	Tidak ada	

4	Jum'at, 16 Mei 2025	Logbook Bimbingan Tugas Akhir - Diskusi Timeline Magang Pada hari ini, saya melakukan diskusi dengan dosen pembimbing mengenai timeline magang yang akan saya jalani. Dalam pertemuan ini, kami membahas berbagai kegiatan yang perlu dilaksanakan selama periode magang untuk mendukung penyusunan tugas akhir. Beberapa hal yang diidentifikasi mencakup penyusunan proposal penelitian, penjadwalan waktu untuk distribusi angket survei awal, serta proses pengolahan data yang akan diperoleh dari survei tersebut. Diskusi ini sangat penting untuk memastikan bahwa semua langkah yang diperlukan dapat dilaksanakan secara sistematis dan tepat waktu, sehingga mendukung kelancaran dan keberhasilan penelitian yang saya lakukan. Dosen pembimbing memberikan masukan yang konstruktif terkait prioritas dan estimasi waktu yang diperlukan untuk setiap tahap, yang akan menjadi panduan saya selama magang.	Pendahuluan	Tidak ada revisi	Tidak ada	
5	Sabtu, 05 Juli 2025	Telah menemukan skala dan siap untuk menyebarkan survei awal, sembari membenarkan apa yang perlu direvisi bab 1 dan bab 2	Metode Penelitian			
6	Sabtu, 18 Oktober 2025	Melakukan bimbingan awal skripsi dengan dosen pembimbing. Pada tahap ini dilakukan pembahasan terkait penajaman judul penelitian, perumusan latar belakang masalah, serta penyesuaian topik dengan bidang keilmuan yang relevan.”	Pendahuluan	Sistematika penulisan belum lengkap dan bersistem baik	Tidak ada	
7	Minggu, 26 Oktober 2025	Melaksanakan bimbingan lanjutan dengan dosen pembimbing. Kegiatan difokuskan pada penyusunan rumusan masalah, tujuan penelitian, serta penentuan variabel penelitian. Dosen pembimbing memberikan masukan terkait sistematika penulisan.	Pendahuluan	Tidak ada revisi	Tidak ada	
8	Sabtu, 08 November 2025	Melakukan bimbingan skripsi dengan membahas penyusunan kajian pustaka dan landasan teori. Pada tahap ini, saya diarahkan untuk menambah referensi yang relevan dan memperkuat keterkaitan teori dengan variabel penelitian.	Pendahuluan	Tidak ada revisi	Tidak ada	
9	Sabtu, 22 November 2025	Melaksanakan bimbingan terkait metode penelitian. Pembahasan meliputi penentuan desain penelitian, subjek penelitian, teknik pengumpulan data, serta instrumen yang digunakan. Dosen pembimbing memberikan koreksi dan persetujuan terhadap metode yang dipilih.	Metode Penelitian	Tidak ada revisi	Tidak ada	
10	Jum'at, 12 Desember 2025	Melakukan bimbingan lanjutan dengan mempresentasikan perkembangan penulisan skripsi secara keseluruhan. Dosen pembimbing memberikan evaluasi terhadap kelengkapan bab, konsistensi penulisan, serta kesiapan skripsi untuk dilanjutkan ke tahap analisis dan pembahasan.	Metode Penelitian	Sistematika penulisan belum lengkap dan bersistem baik	Tidak ada	
11	Sabtu, 20 Desember 2025	“Melaksanakan bimbingan skripsi dengan fokus pada pembahasan hasil penelitian dan analisis data. Dosen pembimbing memberikan arahan terkait interpretasi hasil uji statistik serta penyesuaian pembahasan dengan landasan teori yang digunakan.	Hasil dan Pembahasan	Pengacuan pustaka dan pengutipan belum baku dan konsisten dan tidak memakai mendeley atau zotero	Tidak ada	
12	Kamis, 25 Desember 2025	Melaksanakan bimbingan dengan dosen pembimbing. Pada kegiatan ini, saya diarahkan untuk memperkaya pembahasan dengan teori-teori yang relevan. Selain itu, dilakukan perbaikan penempatan sitasi agar sesuai dengan template UMSIDA. Bimbingan juga diisi dengan kegiatan diskusi dan brainstorming bersama dosen pembimbing.	Hasil dan Pembahasan	Pengacuan pustaka dan pengutipan belum baku dan konsisten dan tidak memakai mendeley atau zotero	Tidak ada	
13	Kamis, 01 Januari 2026	Melaksanakan bimbingan dengan dosen pembimbing. Pada kegiatan ini, dosen pembimbing menganjurkan penambahan teori Job Demand–Resources untuk memperkaya pembahasan dinamika dalam artikel penelitian. Selain itu, diberikan arahan untuk merapikan penulisan agar sesuai dengan template UMSIDA serta melakukan parafrase narasi agar lebih ringkas dan tidak bertele-tele.	Hasil dan Pembahasan	Penggunaan bahasa masih belum baik (masih ada salah ejaan, kalimat atau kata tidak baku, tanda baca yang tidak tepat)	Tidak ada	

14	Kamis, 08 Januari 2026	Melaksanakan bimbingan dengan dosen pembimbing. Pada kegiatan ini, dosen pembimbing menganjurkan penambahan teori psikoanalisis defense mechanism untuk memperkaya pembahasan dalam artikel penelitian. Selain itu, dilakukan arahan untuk merapikan penulisan agar sesuai dengan template UMSIDA, khususnya pada bagian hasil uji statistik, seperti penulisan nilai $p < 0,05$.	Hasil dan Pembahasan	Penggunaan bahasa masih belum baik (masih ada salah ejaan, kalimat atau kata tidak baku, tanda baca yang tidak tepat)	Tidak ada	
15	Senin, 12 Januari 2026	Melaksanakan bimbingan akhir skripsi bersama dosen pembimbing. Dosen pembimbing melakukan pengecekan ulang (crosscheck) terhadap naskah skripsi dan memberikan persetujuan serta tanda tangan sebagai syarat untuk mengikuti sidang skripsi.	Kesimpulan	Tidak ada revisi	Analisis dan sintesis belum sistematis, dan masih berulang-ulang	

Sidoarjo, 19 Februari 2026
Mengetahui,
Dosen Pembimbing

Lely Ika Mariyati, S.Psi. M.Psi. Psikolog

** Lembar bimbingan ini telah diperiksa dan divalidasi oleh Dosen Pembimbing dan dapat digunakan sebagai bukti yang sah*



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SIDOARJO

FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU PENDIDIKAN

PROGRAM STUDI : • PSIKOLOGI (S1) • PGSD (S1) • PGPAUD (S1) • PENDIDIKAN BAHASA NGGRIS (S1)
• PENDIDIKAN IPA (S1) • PENDIDIKAN TEKNOLOGI INFORMASI (S1)

BERITA ACARA UJIAN SKRIPSI

Tanggal : Senin, 26 Januari 2026

Jam : 13:00

Tempat : Lab Psikodiagnostik

Telah dilaksanakan ujian Skripsi

Judul : PENGARUH JOB BURNOUT DAN WORK-LIFE BALANCE TERHADAP QUIET
QUITTING PADA KARYAWAN GENERASI Z DI JAWA TIMUR

Nama : ILHAAM NAZHIR AKBAR

Nim : 222030100006

Prodi : PSIKOLOGI

Bidang : PSIKOLOGI KLINIS

Dengan Hasil :

Disetujui

Jangka Waktu Perbaikan 2 Hari

Perbaikan / penyempurnaan yang harus dilakukan adalah : (kalau diperlukan dapat ditulis dilembar terpisah)

No	Nama Dosen	Jabatan
1	Lely Ika Mariyati, S.Psi. M.Psi. Psikolog	Ketua Penguji
2	Zaki Nur Fahmawati, S.Psi. M.Psi. Psikolog	Penguji 1
3	Nurfi Laili, M.Psi., Psi.	Penguji 2

Mengetahui,
Kaprodik



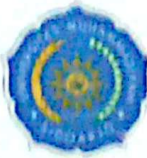
Ghozali Rusyid Affandi, S.Psi., MA.

Sidoarjo, 26 Januari 2026

Ketua Sidang



Lely Ika Mariyati, S.Psi. M.Psi. Psikolog



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SIDOARJO

FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU PENDIDIKAN

PROGRAM STUDI : • PSIKOLOGI (S1) • PGSD (S1) • PGPAUD (S1) • PENDIDIKAN BAHASA INGGRIS (S1)
• PENDIDIKAN IPA (S1) • PENDIDIKAN TEKNOLOGI INFORMASI (S1)

BERITA ACARA UJIAN SKRIPSI

Pada hari ini Senin tanggal 26 bulan Januari tahun 2026 pukul 13:00 – 14:00 WIB, bertempat di Laboratorium Psikodiagnostik Universitas Muhammadiyah Sidoarjo Kampus 3, telah diadakan ujian skripsi dengan peserta sebagai berikut :

Nama : Ilhaam Nazhir Akbar
NIM : 222030100006
Dosen Pembimbing : Lely Ika Mariyati, M.Psi., Psikolog
Judul : Pengaruh *Job Burnout* dan *Work-Life Balance* terhadap *Quiet Quitting* pada Karyawan Generasi Z

Telah melaksanakan ujian skripsi dengan susunan panitia penguji sebagai berikut :

Ketua : Lely Ika Mariyati, M.Psi., Psikolog

Anggota : 1. Zaki Nur Fahmawati, M.Psi., Psikolog

2. Nurfi Laili, M.Psi., Psikolog

()
()
()

Berdasarkan hasil pelaksanaan ujian skripsi yang telah dilakukan, maka yang bersangkutan dinyatakan **LULUS**.

Mengetahui

Ketua Prodi Psikologi



Ghozali Rusyid Affandi, S.Psi., M.A

Ketua Panitia Penguji



Lely Ika Mariyati, M.Psi., Psikolog