

ARTIKEL PUTRI H_192010200177

by CEK TURNITIN NO REPOSITORY

Submission date: 24-Aug-2023 09:39AM (UTC-0400)

Submission ID: 2150515091

File name: ARTIKEL_PUTRI_H_192010200177.docx (546.56K)

Word count: 6238

Character count: 39649



PENGARUH WORK LIFE BALANCE, SELF EFFICACY DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP BURNOUT PADA MAHASISWA YANG BEKERJA PRODI MANAJEMEN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SIDOARJO.

1
THE EFFECT OF WORK LIFE BALANCE, SELF EFFICACY AND SOCIAL SUPPORT ON BURNOUT IN STUDENTS WORKING MANAGEMENT PROGRAM MUHAMMADIYAH SIDOARJO UNIVERSITY.

Putri Handayani
192010200177

Dosen Pembimbing
Hasan Ubaidillah, S.E., M.M

Dosen Penguji
Dr. Vera Firdaus, S.Psi., M.M.

PROPOSAL TUGAS AKHIR (ARTIKEL / KARYA TULIS ILMIAH)

6
Program Studi Manajemen
Fakultas Bisnis, Hukum dan Ilmu Sosial

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo
Agustus, 2023

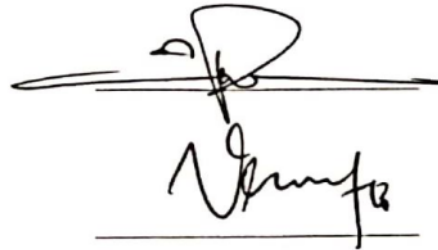
LEMBAR PENGESAHAN

Judul : Pengaruh Work Life Balance, Self Efficacy dan Dukungan Sosial Terhadap Burnout Pada Mahasiswa Yang Bekerja Prodi Manajemen Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Nama Mahasiswa : Putri Handayani
NIM : 192010200177

Disetujui oleh

Dosen Pembimbing
(Hasan Ubaidillah, SE., M.M.)
NIDN. 0726027304



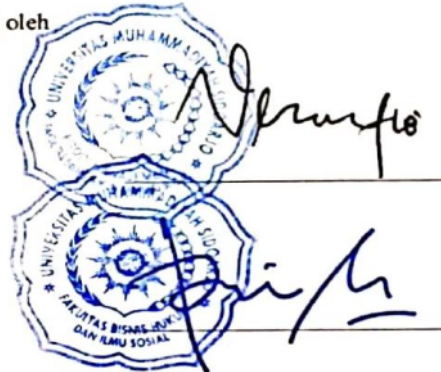
Handwritten signature of Hasan Ubaidillah, SE., M.M., with a horizontal line underneath.

Dosen Penguji 1
(Dr. Vera Firdaus, S.Psi., M.M.)
NIDN. 0715067304

Dosen Penguji 2
()
NIDN.

Diketahui oleh

Ketua Program Studi
Dr. Vera Firdaus, S.Psi., M.M.
NIDN. 0715067304



Handwritten signature of Dr. Vera Firdaus, S.Psi., M.M., with a horizontal line underneath. To the left of the signature is a blue circular stamp of Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Faculty of Business Administration and Social Sciences.

Dekan
Poppy Febriana, S.Sos., M.Med. Kom
NIDN. 07110280001

Tanggal Ujian
()

Tanggal Lulus
()

DAFTAR ISI

1. Bagian Pengesahan
 1. Sampul
 2. Lembar Pengesahan
 3. Daftar Isi

2. Bagian Isi
 1. Judul
 2. Abstrak
 3. Pendahuluan
 4. Metode Penelitian
 5. Hasil dan Pembahasan
 6. Simpulan
 7. Ucapan Terima Kasih
 8. Referensi

3. Pernyataan
 1. Pernyataan Publikasi Ilmiah
 2. Pernyataan Mengenai Karya Tulis Ilmiah dan Sumber Informasi Serta Pelimpahan Hak Cipta

Pengaruh Work Life Balance, Self Efficacy dan Dukungan Sosial Terhadap Burnout Pada Mahasiswa Yang Bekerja Prodi Manajemen Universitas Muhammadiyah Sidoarjo.

“The Effect Of Work Life Balance, Self Efficacy And Social Support On Burnout In Students Working Management Program Muhammadiyah Sidoarjo University”

Putri Handayani¹⁾, Hasan Ubaidillah²⁾

¹⁾Program Studi Manajemen, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

²⁾Program Studi Manajemen, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

*Email Penulis Korespondensi: putrinday239@gmail.com, hasanubaidillah@umsida.ac.id

Abstract. Education is one of the means to improve human resources and advance the country. The quality of education really says a lot about a country. Currently, many students choose the dual role of working and studying at lectures where most of them experience burnout or fatigue due to having dual roles as employees and students so they are unable to divide their time between work and college, besides that they also lack self-efficacy and support. good social environment so that their office work and college assignments are less effective. This study aims to determine how much influence work life balance, self-efficacy and social support have on burnout. In this study using quantitative methods. The population in this study were 350 students of management study program batch 2020 at Muhammadiyah University. In taking the sample, this study used a random sampling technique by taking 187 students. The research data consists of primary data obtained from distributing questionnaires to respondents. This data analysis uses multiple linear regression with the help of SPSS software. The results of research conducted based on the results of multiple linear regression test calculations show that work life balance, self-efficacy and social support have a significant positive effect on burnout.

Keywords – work life balance, self efficacy, social support, burnout.

Abstrak. Pendidikan merupakan salah satu sarana untuk meningkatkan sumber daya manusia dan memajukan negara. Kualitas pendidikan benar-benar menunjukkan banyak hal tentang suatu negara. Saat ini banyak mahasiswa memilih peran ganda bekerja dan belajar di bangku perkuliahan dimana kebanyakan dari mereka mengalami burnout atau kelelahan dikarenakan memiliki peran ganda sebagai karyawan dan mahasiswa sehingga mereka kurang bisa membagi waktunya antara bekerja dan kuliah, selain itu mereka juga kurang memiliki self efficacy dan dukungan sosial yang baik sehingga pekerjaan kantor dan tugas kuliah mereka kurang berjalan secara efektif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar pengaruh work life balance, self efficacy dan dukungan sosial terhadap burnout. Dalam penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini merupakan mahasiswa prodi manajemen angkatan 2020 universitas muhammadiyah sidoarjo yang berjumlah 350. Dalam mengambil sampel penelitian ini menggunakan teknik random sampling dengan mengambil 187 mahasiswa. Data penelitian ini terdiri dari data primer yang diperoleh dari penyebaran kuesioner kepada responden. Analisis data ini menggunakan uji regresi linier berganda dengan bantuan software SPSS. Hasil penelitian yang dilakukan berdasarkan hasil perhitungan uji regresi linier berganda yang menunjukkan bahwa work life balance, self efficacy dan dukungan sosial berpengaruh positif signifikan terhadap Burnout.

Kata kunci – work life balance, self efficacy, dukungan sosial, burnout.

I. PENDAHULUAN

Di era globalisasi saat ini terus berupaya mengembangkan sumber daya manusia yang berkualitas untuk bersaing secara global. Persaingan dan tantangan di era globalisasi yang semakin menuntut membutuhkan sumber daya manusia yang berkualitas. Sumber daya manusia yang unggul memegang peranan penting dalam mencapai daya saing bangsa Indonesia. Pendidikan merupakan salah satu sarana untuk meningkatkan sumber daya manusia dan memajukan negara, namun saat ini biaya pendidikan terus meningkat[1].

Sebagai anak bangsa Indonesia, kita harus meningkatkan kualitas dari segala aspek. Kualitas pendidikan

benar-benar menunjukkan banyak hal tentang suatu negara. Banyak mahasiswa memilih peran ganda bekerja dan belajar di bangku perkuliahan[2]. Work life balance merupakan faktor penting yang harus diperhitungkan saat mengembangkan kebijakan untuk menjaga produktivitas di lingkungan pekerjaan[3].

Work life balance adalah konsep menyeimbangkan ambisi atau karir dengan kebahagiaan, waktu luang, keluarga dan perkembangan[1]. Bekerja sambil kuliah memiliki dampak positif dan negatif. Dampak positifnya sendiri dapat membayar SPP sendiri, mengurangi beban orang tua, dan menambah pengalaman kerja, sedangkan dampak negatifnya adalah sulit mengatur waktu, sulit berkonsentrasi saat belajar dan bekerja, penurunan akademik kinerja, terlambat lulus, dan diberhentikan dari perguruan tinggi[4]. Oleh karena itu mahasiswa yang memiliki peran ganda bekerja sambil menjalani pendidikan di bangku perkuliahan memerlukan rasa keyakinan pada dirinya sendiri pada kemampuan yang dimilikinya serta dukungan sosial dari orang disekitarnya agar tidak mengalami kejenuhan saat menjalani peran ganda tersebut[2].

Self Efficacy adalah keyakinan seseorang pada kemampuannya guna melaksanakan tugas atau tindakan yang dibutuhkan untuk mencapai hasil. Dengan demikian, efikasi diri menekankan kepercayaan diri dalam melakukan tugas dan tindakan, dan siswa harus mampu bertindak atas apa yang dimilikinya[5]. Mahasiswa yang bekerja paruh waktu menunjukkan bahwa mereka sering kurang percaya diri dalam menyelesaikan pekerjaan rumahnya di kuliah atau bekerja[4]. Mahasiswa yang bekerja paruh waktu juga mengakui bahwa mahasiswa tidak berprestasi di kelas karena lelah bekerja seharian. Mahasiswa juga mengakui hal itu. Jika ada masalah akademik, mahasiswa tidak akan menentukan apakah solusi yang tepat dapat ditemukan untuk memecahkan masalah tersebut[6].

Efikasi diri dalam kaitannya dengan lingkungan, perilaku masa lalu, dan aspek pribadi lainnya, terutama ekspektasi hasil untuk mendorong suatu perilaku[7]. Mahasiswa yang memiliki rasa percaya diri yang tinggi ketika melihat tugas dan tugas lain di luar perkuliahan akan dapat menyelesaikannya dengan benar dan berhasil. Sebaliknya, mahasiswa yang kurang percaya diri saat melihat tugas dan tugas selain perkuliahan tidak akan bisa menyelesaikannya dengan baik[8].

Dukungan sosial sangat penting untuk mengatasi stres yang disebabkan oleh pekerjaan dan untuk memerangi kejenuhan. Stres dapat berkurang ketika mahasiswa menerima dukungan sosial[9]. Seorang mahasiswa membutuhkan perhatian, kenyamanan, dan penghargaan orang lain untuk semua masalah yang dihadapi ketika dikelilingi oleh orang-orang yang menuntun mereka menyelesaikan pekerjaan rumahnya dengan begitu cepat dan melelahkan[10]. Mahasiswa membutuhkan dukungan sosial dari orang lain, terutama orang tua mereka, untuk menyemangati mereka, memberi mereka kepercayaan diri dan menjaga mereka agar tidak bosan[11].

Kelelahan adalah keadaan psikologis sebagai respons terhadap stres kronis yang berkepanjangan. Burnout ditandai dengan kelelahan yang ekstrim, perasaan skeptis tentang tugas, perasaan tidak mampu dan gagal[12]. Bagi mahasiswa yang belajar dan bekerja dalam waktu yang bersamaan, hal ini tentu tidak dapat bertahan lama, namun harus segera diatasi karena dapat mengakibatkan hilangnya minat dan ketidakefisienan dalam menyelesaikan pelajaran dan pekerjaan rumah[11]. Dalam fenomena ini, mahasiswa banyak sekali yang mengalami burnout atau kelelahan dikarenakan memiliki peran ganda sebagai karyawan dan mahasiswa sehingga mereka kurang bisa membagi waktunya antara bekerja dan kuliah, selain itu mereka juga kurang memiliki self efficacy dan dukungan sosial yang baik sehingga pekerjaan kantor dan tugas kuliah mereka kurang berjalan secara efektif.

Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan berdasarkan *gap research* pada penelitian terdahulu. Pada penelitian[1] terdapat kesamaan variabel dengan penelitian ini yaitu tentang work life balance. Dari hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa work life balance berpengaruh positif terhadap burnout yang berarti bahwa mahasiswa yang memiliki peran ganda sambil bekerja tidak bisa membagi waktunya dengan baik dan lama kelamaan akan mengalami burnout. *Novelty* pada penelitian ini yaitu dengan mengganti variabel baru pada penelitian sekarang, yaitu dukungan sosial dimana menurut peneliti dukungan sosial dapat mempengaruhi tingkat burnout mahasiswa sehingga peneliti berminat untuk meneliti lebih dalam lagi mengenai **Pengaruh Work Life Balance, Self Efficacy dan Dukungan Sosial Terhadap Burnout Pada Mahasiswa Yang Bekerja Fakultas Bisnis, Hukum, dan Ilmu Sosial Universitas Muhammadiyah Sidoarjo.**

Rumusan masalah

: berdasarkan uraian tersebut, diperoleh rumusan masalah sebagai berikut : 1. Bagaimana *work life balance* mempengaruhi burnout, 2. Bagaimana *Self Efficacy* mempengaruhi burnout 3. Bagaimana *dukungan sosial* mempengaruhi burnout

Kategori SDG's

: Dalam penelitian ini menggambarkan system kategori SDGs yang diterapkan pada poin (8) Pekerjaan Layak dan Pertumbuhan Ekonomi yakni Mendukung kesempatan kerja penuh dan produktif, pertumbuhan ekonomi yang inklusif dan berkelanjutan, serta pekerjaan yang layak untuk semua.

Literatur Review

Work Life Balance

Work-life balance dapat dipahami sebagai kemampuan seseorang untuk menyeimbangkan tanggung jawab pekerjaan dan hal-hal lain yang tidak terkait dengan pekerjaan[1]. Ini bukan hanya tentang menemukan keseimbangan kehidupan kerja, tetapi juga tentang menetapkan jumlah waktu kerja yang realistis sehingga seseorang dapat bekerja untuk memaksimalkan potensinya[3]. Indikator pada penelitian[3] mendukung penelitian ini yang menyatakan bahwa indikator work life balance (Menurut Carter, et al (2008) dalam (Ariawaty 2019) adalah :

1. Time balance (Keseimbangan Waktu) : terkait dengan jumlah waktu yang dihabiskan baik untuk bekerja maupun untuk keluarga. Seseorang yang bekerja selain bekerja juga membutuhkan waktu untuk bersenang-senang, berkumpul dengan teman, dan meluangkan waktu untuk keluarga. keseimbangan waktu dalam kaitannya dengan anggaran waktu untuk setiap orang.
2. Involvement balance (Keseimbangan Keterlibatan) : keterlibatan psikologis, komitmen, dalam perannya masing-masing di tempat kerja dan di luar pekerjaan.
3. Satisfaction balance (Keseimbangan Kepuasan) : tingkat kepuasan antara peran dalam pekerjaan dan peran di luar pekerjaan.

Keseimbangan antara kehidupan pribadi dan kehidupan pekerjaan itu sangatlah penting agar potensi dari seseorang itu bisa bekerja dengan maksimal[1]. Penelitian terdahulu [2] menunjukkan bahwa work life balance mempengaruhi tingkat burnout yang berarti bahwa mahasiswa yang tidak bisa membagi waktunya dengan baik dan lama kelamaan akan mengalami burnout. Serta pada penelitian [1] juga menunjukkan hasil bahwa work life balance sangat mempengaruhi burnout pada mahasiswa dengan peran ganda bekerja sambil kuliah.

Self efficacy

Self-efficacy adalah kemampuan individu untuk mengatur diri sendiri. Self-efficacy digambarkan sebagai kemampuan individu untuk mengatur dan melakukan tindakan untuk mencapai tujuan tertentu[13]. Indikator penelitian [14] mendukung penelitian ini yang menyatakan bahwa indikator self efficacy (Menurut Bandura, 1997) antara lain :

1. Dimensi Level : mengacu pada tingkat kesulitan tugas kantor dan tugas kuliah yang dapat diselesaikan dengan percaya diri.
2. Dimensi Generality : terkait dengan tugas yang dilakukan, dengan menyelesaikan masalah di tempat kerja atau di kampus, seseorang memiliki rasa percaya diri untuk menjalankan aktivitasnya dan mampu menyelesaikan masalahnya sendiri.
3. Dimensi Strength : berkaitan dengan keyakinan kelebihan dan kekurangan seseorang dalam kaitannya dengan kemampuan yang dimilikinya.

Dari teori tersebut dapat dijabarkan bahwa keyakinan pada kemampuan seseorang untuk melakukan perilaku tertentu mengacu pada keyakinan bahwa perilaku tersebut akan menghasilkan hasil tertentu. Penelitian terdahulu [13] menyatakan bahwa self efficacy mempengaruhi burnout mahasiswa, sedangkan pada penelitian [15] menyatakan bahwa self efficacy tidak mempengaruhi burnout mahasiswa.

Dukungan Sosial

Dukungan sosial adalah dukungan timbal balik dari orang lain untuk menunjukkan bahwa individu tersebut dihormati, dicintai dan selalu terlibat dalam komunikasi[16]. Disadur dari jurnalnya Psychometric characteristics of the Multidimensional Scale of Perceived Social Support (1990), terdapat tiga dimensi dukungan sosial, antara lain keluarga, teman dan orang yang dianggap penting (significant other) yaitu :

1. Dukungan keluarga (Family support) : upaya keluarga untuk anak atau orang lain guna mendorong orang melakukan sesuatu yang ingin dicapai.
2. Dukungan teman (Friend Support) : bentuk sikap yang disampaikan oleh kerabat kepada seseorang untuk memberikan dukungan dan mengurangi masalah yang dihadapi seseorang.
3. Dukungan orang yang istimewa (Significant Other Support) : bentuk sikap yang disampaikan oleh orang lain yang dianggap penting bagi orang-orang dengan tujuan membantu ketika orang-orang dalam kesulitan.

Penelitian terdahulu [16] menyatakan bahwa dukungan sosial berpengaruh negatif terhadap burnout. Karena semakin tinggi dukungan sosial maka level burnout yang dialami akan semakin kecil.

Burnout

Burnout adalah keadaan kelelahan atau kebosanan yang terjadi ketika seseorang bekerja terlalu keras untuk memenuhi harapan tanpa memperhatikan kebutuhannya sendiri [17]. Dalam upaya memenuhi harapan tersebut, seseorang kemudian bekerja terlalu keras tanpa memperhatikan kebutuhannya sendiri meskipun tuntutan pekerjaan terus berlanjut [18]. Jika seseorang terus berusaha memenuhi harapannya, mereka akan mengalami gejala seperti kehilangan vitalitas, energi, dan gangguan lainnya. Gejala-gejala ini adalah tanda bahwa seseorang sedang mengalami kelelahan. Indikator penelitian [3] mendukung penelitian ini yang menyatakan bahwa indikatornya (Menurut Maslach & Jackson, 1982) dalam Eliyana (2016) antara lain :

1. Kelelahan Emosional : Suatu perasaan terjadi ketika seseorang merasa lelah, kehilangan semangat untuk bekerja, dan bertindak acuh tak acuh.
2. Depersonalisasi : Proses mengalahkannya ketimpangan antara kebutuhan dan kesanggupan seseorang yang dilaksanakan seseorang untuk mengurangi kelelahan emosional.
3. Rendahnya Penghargaan Diri (Reduced Personal Accomplishment) : Pencapaian pribadi yang berkurang, ditandai dengan perasaan tidak puas terhadap diri sendiri, pekerjaan, bahkan kehidupan, dan perasaan tidak pernah mencapai sesuatu yang berguna.

Penelitian terdahulu [3] menyatakan bahwa hasil penelitian juga menunjukkan bahwa derajat kejenuhan yang paling tinggi terletak pada dimensi kejenuhan fisik, yang menurut hasil penelitian adalah kelelahan fisik, kelelahan emosional, perasaan terlalu banyak bekerja dan kelelahan.

II. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan analisis data kuantitatif. Data yang dikumpulkan melalui metode survei dengan menyebarkan kuisioner melalui Google Form dan dikenal sebagai data primer. Data yang pertama kali dicatat dan diperoleh secara langsung dari sumber awal disebut data primer. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar pengaruh variabel independen, yaitu Work Life Balance, Self-Efficacy, dan Dukungan Sosial, terhadap jumlah mahasiswa yang bekerja. Selain itu, variabel dependen dari penelitian ini adalah Burnout. Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa angkatan 2020 dari Prodi Manajemen di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo.

$$n = \frac{n}{1 + Ne^2}$$

n = jumlah sample

n = jumlah populasi

e = margin error 5%

diketahui

n = 350

e = 5%

$$n = \frac{350}{1 + 350 \cdot 5\%^2} = \frac{350}{1 + 0,875} = \frac{350}{1,875} = 187$$

Waktu penelitian dilakukan mulai bulan maret – 2023 populasi dalam penelitian ini sebanyak 187. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah dengan cara proporsional random sampling. Untuk menentukan sampel ditentukan berdasarkan kriteria yang telah diputuskan. Dalam penelitian ini memakai rumus slovin digunakan dalam penentuan jumlah sampel yang menggunakan tingkat kendala 95% yang berarti toleransi error sebesar 5% dan memperoleh sampel sebesar 187 mahasiswa prodi manajemen angkatan tahun 2020. Berikut ini adalah perhitungan dalam menentukan sampel :

Tabel 2.1 Jumlah Populasi dan Sampel Penelitian

No.	Kelas	Jumlah Mahasiswa	Sampel
1	Manajemen A1	35	$35/350 \times 187 = 18,7$
2	Manajemen A2	35	$35/350 \times 187 = 18,7$
3	Manajemen A3	35	$35/350 \times 187 = 18,7$
4	Manajemen A4	35	$35/350 \times 187 = 18,7$
5	Manajemen A5	35	$35/350 \times 187 = 18,7$
6	Manajemen B1	35	$35/350 \times 187 = 18,7$
7	Manajemen B2	35	$35/350 \times 187 = 18,7$
8	Manajemen B3	35	$35/350 \times 187 = 18,7$
9	Manajemen B4	35	$35/350 \times 187 = 18,7$
10	Manajemen B5	35	$35/350 \times 187 = 18,7$
Total		350	187 Responden

Pada penelitian ini Penulis menggunakan software SPSS. Penelitian ini mengukur uji validitas dan uji realibilitas. Uji asumsi klasik terdiri atas uji normalitas, uji heteroskedastisitas, dan uji multikolinieritas. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis regresi linier berganda. Regresi linier berganda yaitu untuk menguji pengaruh dua atau lebih variabel independen terhadap satu variabel dependen. Untuk menguji hipotesis penelitian ini menggunakan Uji t (Uji Parsial), Uji F (Uji Simultan) dan Koefisien Determinasi. Uji t dilakukan untuk mengetahui pengaruh dari masing-masing variabel independen (X) terhadap variabel dependen (Y).

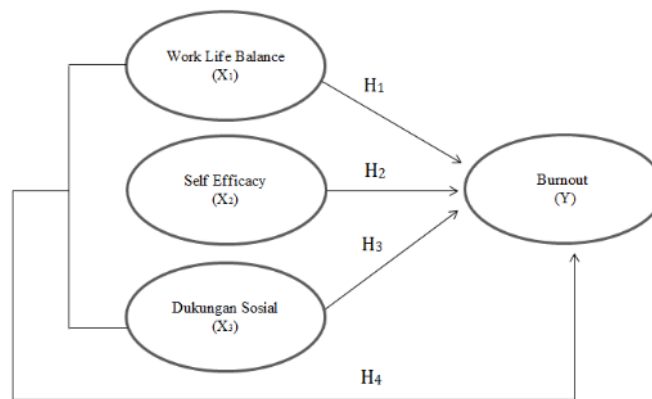
Definisi Operasional

- a. Definisi operasional *Work Life Balance* (X_1) Adalah seseorang yang menyeimbangkan pekerjaan dan kehidupan pribadi dengan menjalani aktivitas bersama keluarga, mengejar hobi, menjalin hubungan baik dengan rekan kerja dan mampu melakukan pekerjaannya dengan baik[15]. Indikator work lif balance merujuk antara lain :
 1. Keseimbangan waktu adalah jumlah waktu yang dihabiskan baik untuk bekerja maupun untuk keluarga. Seseorang yang bekerja selain bekerja juga membutuhkan waktu untuk bersenang-senang, berkumpul dengan teman, dan meluangkan waktu untuk keluarga.keseimbangan waktu dalam kaitannya dengan anggaran waktu untuk setiap orang.
 2. Keseimbangan keterlibatan yaitu keterlibatan psikologis, komitmen, dalam perannya masing-masing di tempat kerja dan di luar pekerjaan.
 3. Keseimbangan kepuasan yaitu tingkat kepuasan antara peran dalam pekerjaan dan peran di luar pekerjaan.
- b. Definisi operasional *Self Efficacy* (X_2) adalah keyakinan mahasiswa terhadap kemampuannya sendiri dengan cara dimotivasi sehingga dapat berhasil dalam pekerjaannya dan meningkatkan kinerja kemampuannya[19]. Indikator self efficacy (Menurut Bandura, 1997) diantaranya :
 1. Dimensi Tingkat (Level) yaitu mengacu pada tingkat kesulitan tugas kantor dan tugas kuliah yang dapat diselesaikan dengan percaya diri.
 2. Dimensi Kekuatan (Strength) yaitu Seseorang dengan rasa percaya diri yang tinggi tidak mau menyerah dengan mudah dan terus meningkatkan kinerjanya meskipun banyak rintangan yang dihadapi. Sementara itu, orang dengan harga diri rendah lebih mungkin menghadapi hambatan kecil dalam menyelesaikan tugasnya.
 3. Dimensi Generalisasi (Generality) yaitu terkait dengan tugas yang dilakukan, dengan menyelesaikan masalah di

tempat kerja atau di kampus, seseorang memiliki rasa percaya diri untuk menjalankan aktivitasnya dan mampu menyelesaikan masalahnya sendiri.

- c. Definisi operasional Dukungan Sosial (X_3) Pada penelitian[13] menunjukkan apakah dukungan tersebut dari satu individu ke individu lain yang memiliki hubungan dekat atau tidak. Dukungan sosial dapat diperoleh dari keluarga, orang tersayang, teman, masyarakat sekitar. Indikator dukungan sosial antara lain :
1. Dukungan keluarga (Family support) upaya keluarga untuk anak atau orang lain guna mendorong orang melakukan sesuatu yang ingin dicapai.
 2. Dukungan teman (Friend Support) suatu sikap yang disampaikan oleh kerabat kepada seseorang untuk memberikan dukungan dan mengurangi masalah yang dihadapi seseorang.
 3. Dukungan orang yang istimewa (Significant Other Support) suatu sikap yang disampaikan oleh orang lain yang dianggap penting bagi orang-orang dengan tujuan membantu ketika orang-orang dalam kesulitan.
- d. Definisi operasional Burnout (Y) Burnout didefinisikan sebagai sindrom kelelahan emosional, kehilangan kepribadian dan berkurangnya kinerja pribadi yang terjadi pada orang yang pekerjaannya memberikan jasa kepada orang lain, dll.[21]. Indikator burnout diantaranya :
1. Kelelahan Emosional : perasaan yang terjadi ketika seseorang merasa lelah, kehilangan semangat untuk bekerja, dan bertindak acuh tak acuh.
 2. Depersonalisasi : Proses mengalahkannya ketimpangan antara kebutuhan dan kesanggupan seseorang yang dilaksanakan seseorang untuk mengurangi kelelahan emosional.
 3. Rendahnya Penghargaan Diri : Pencapaian pribadi yang berkurang, ditandai dengan perasaan tidak puas terhadap diri sendiri, pekerjaan, bahkan kehidupan, dan perasaan tidak pernah mencapai sesuatu yang berguna.

Kerangka Konseptual



Gambar 2.1 Kerangka Konseptual

Hipotesis

- H₁ : *Work Life Balance* diduga secara parsial berpengaruh terhadap Burnout.
- H₂ : *Self Efficacy* diduga secara parsial berpengaruh terhadap Burnout.
- H₃ : *Dukungan Sosial* diduga secara parsial berpengaruh terhadap Burnout.
- H₄ : *Work Life Balance, Self Efficacy dan Dukungan Sosial* diduga secara simultan berpengaruh terhadap Burnout.

III. HASIL PENELITIAN

A. Uji Validitas

Uji validitas dilakukan untuk mengukur valid atau tidaknya suatu indikator yang terdapat dalam kuesioner. Suatu kuesioner dikatakan valid apabila mampu untuk mengungkapkan sesuatu yang diukur dan tinggi rendahnya validitas kuesioner menunjukkan data yang terkumpul tidak menyimpang dari gambaran tentang variabel tersebut. Pengujian ini dilakukan dengan melihat kuesioner yang digunakan sudah tepat dengan mengukur apa yang diukur

TABEL 4.1 HASIL UJI VALIDITAS

Variabel	Item	R Hitung	Corelate	Keterangan
X1 Work Life Balance	X1.1	,636	0,3	Valid
	X1.2	,688	0,3	Valid
	X1.3	,716	0,3	Valid
X2 Self Efficacy	X2.1	,580	0,3	Valid
	X2.2	,623	0,3	Valid
	X2.3	,592	0,3	Valid
	X2.4	,597	0,3	Valid
	X2.5	,664	0,3	Valid
	X2.6	,623	0,3	Valid
X3 Dukungan Sosial	X3.1	,649	0,3	Valid
	X3.2	,504	0,3	Valid
	X3.3	,530	0,3	Valid
	X3.4	,647	0,3	Valid
	X3.5	,716	0,3	Valid
	X3.6	,660	0,3	Valid
Y1 Burnout	Y.1	,454	0,3	Valid
	Y.2	,572	0,3	Valid
	Y.3	,553	0,3	Valid
	Y.4	,528	0,3	Valid
	y.5	,610	0,3	Valid
	y.6	,585	0,3	Valid

Hasil diatas menunjukkan uji validitas setiap item pernyataan mendapatkan nilai signifikan ($<0,03$), dan bisa diakui bahwa setiap item valid.

B. Uji Reliabilitas

Uji realibilitas pada penelitian ini adalah menggunakan Croanbach Alpha, dimana suatu alat ukur dapat dikatakan reliable ketika nilai Croanbach Alpha > 0,60 dan sebaliknya. Hasil uji reliabilitas yang dilakukan dengan menggunakan program komputer SPSS ditunjukkan pada tabel berikut:

TABEL 4.2 HASIL UJI RELIABILITAS

VARIABEL	Nilai Cronbach's Alpha	Nilai Kritis	Keterangan
Work life balance X1	0,619		Reliabel
Self Efficacy X2	0,664		Reliabel
Dukungan sosial X3	0,678	0.6	Reliabel
Burnout Y	0,638		Reliabel

Dari tabel 2 didapatkan nilai reliabilitas alpha cronbach pada variabel X₁ sebanyak 0,619, variabel X₂ 0,664, variabel X₃ 0,678 juga variabel Y 0,638 dan dapat disimpulkan lebih dari 0,6 maka kesimpulannya adalah kuesioner yang dipakai dalam analisis ini benar-benar reliabel.

C. Uji Asumsi Klasik

Untuk memperoleh nilai yang efisien dari persamaan regresi berganda dengan kuadrat kecil biasa (*ordinary least square*), maka dalam melakukan analisis data harus memenuhi asumsi klasik sebagai berikut :

3.1 Uji Normalitas

Uji normalitas data digunakan untuk menguji apakah dalam model regresi, variabel dependent, variabel *independent*, atau keduanya mempunyai distribusi normal atau tidak. Hasil dalam penelitian ini dapat dilihat dari Non Parametik *Kolmogorov-Smirnov* (K-S) dengan nilai signifikan lebih besar dari 0,05. Dari hasil pengujian diperoleh hasil sebagai berikut :

TABEL 4.3 HASIL UJI NORMALITAS

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		Unstandardized Residual
N		187
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	2.60512257
Most Extreme Differences	Absolute	.067
	Positive	.034
	Negative	-.067
Test Statistic		.067
Asymp. Sig. (2-tailed)		.138 ^c

Tabel uji normalitas diatas diperoleh perhitungan sejumlah 0,138 dan lebih besar dari 0,05, artinya data yang dipakai untuk penelitian ini berdistribusi normal dan dapat dikatakan memenuhi syarat untuk dianalisis.

3.2 Uji Multikolinieritas

Uji multikolinieritas digunakan untuk menguji apakah pada model regresi ditemukan adanya korelasi antar variabel bebas (independen). Model regresi yang baik seharusnya tidak terjadi korelasi antar variabel bebas. Uji ini dilakukan dengan cara melihat nilai Tolerance dan VIF (*Variance Inflation Factor*). Berikut ini cara melihat pengambilan keputusan uji multikolinieritas :

1. Nilai Tolerance
 - a. Tolerance > 0,10 : tidak terjadi multikolinieritas
 - b. Tolerance < 0,10 : terjadi multikolinieritas
2. Nilai VIF
 - a. VIF < 10 : tidak terjadi multikolinieritas
 - b. VIF > 10 : terjadi multikolinieritas

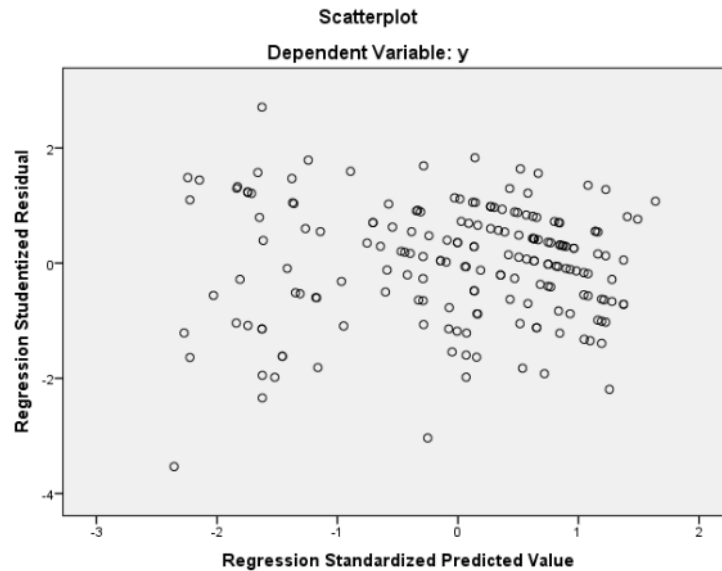
TABEL 4.4 HASIL UJI MULTIKOLINIERUTAS

Model	<u>. Collinearity Statistic</u> Tolerance	VIF
Constant		
Work life balance X1	0.762	1.312
Self Efficacy X2	0.552	1.812
Dukungan sosial X3	0.543	1.842

Dari tabel 4 membuktikan nilai VIF dari variabel X₁ ialah 1.312 (1.312 <10), variabel X₂ 1.812 (1.812 <10) dan variabel X₃ 1.842 (1.842 <10) hingga bisa diterangkan bahwa regresi linier berganda bebas dari multikolinieritas.

3.3 Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas digunakan untuk menguji apakah model regresi terjadi ketidaksamaan varian dari residual satu pengamatan ke pengamatan yang lain. Model regresi yang baik adalah homoskedastisitas atau tidak terjadi heteroskedastisitas. Cara melihat tidak terjadi uji heteroskedastisitas adalah titik-titik menyebar secara acak, tidak membentuk sebuah pola, serta tersebar baik diatas atau dibawah angka 0 pada sumbu Y. hasil uji heteroskedastisitas dapat dilihat dari gambar berikut



GAMBAR 4.1 HASIL UJI HETEROSKEDASITAS

Melihat dari gambar Scatterplot diatas didapati bahwa plot memiliki pola yang tidak jelas dan titik-titik pada gambar memencardariatas maupun dari bawah diangka 0 dari sumbu Y, kesimpulannya analisis tidak terjadi heterokedastisitas.

3.4 Uji Autokorelasi

Uji autokorelasi digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya penyimpangan asumsi klasik autokorelasi yaitu korelasi yang terjadi antara residual pada satu pengamatan dengan pengamatan lain pada model regresi. Berdasarkan hasil pengujian diperoleh hasil sebagai berikut :

TABEL 4.5 HASIL UJI AUTOKORELASI

Durbin-Watson
1.897

Sumber : Output SPSS data diolah (2022)

Dari tabel diatas diketahui nilai DW (Durbin- Watson) sebesar 1,897 Berdasarkan perhitungan diatas, diketahui bahwa nilai Durbin-Watson 1,897 berada diantara nilai dL sebesar 1.7282 dan nilai 4-dU sebesar 2.2718, ada tidaknya nilai korelasi dapa diihat dari rumus $DL < DW < 4 \cdot DU$ sehingga $1,7282 < 1,897 < 2,718$ sehingga dapat disimpulkan bahwa dalam penelitian ini tidak terdapat autokorelasi.

D. Analisis Regresi Linier Berganda

Setelah mengetahui nilai dari setiap variabel, selanjutnya melakukan analisis regresi linier berganda dengan tujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat. Untuk

mempermudah perhitungannya menggunakan bantuan program IBM SPSS *version* 20.0 sehingga diperoleh hasil sebagai berikut :

TABEL 4.1 HASIL ANALISIS REGRESI LINIER BERGANDA

Model	Unsatandardized Coefficient		Satandardized Coefficient
	B	Std.Error	Beta
(Constant)	12,750	1,868	
Work life balance X1	0,276	0,136	0.154
Self Efficacy X2	0.192	0.083	0.206
Dukungan sosial X3	0.152	0.076	0.179

Hasil penelitian diperoleh model regresi sebagai berikut

$$Y = 12,750 + 0,276X_1 + 0,192X_2 + 0,152X_3 + e.$$

Dari hasil persamaan diatas, maka dapat dijelaskan sebagai berikut :

- Nilai koefisien Work life balance (X₁) sebesar 0.276, artinya bahwa setiap penambahan satu-satuan Work life balance (X₁) akan mengakibatkan meningkatnya nilai k burnout (Y) sebesar 0,276
- Nilai koefisien Self Efficacy (X₂) sebesar 0.276, artinya bahwa setiap kenaikan atau penambahan satu-satuan Self Efficacy (X₂) akan mengakibatkan meningkatnya nilai burnout (Y) sebesar 0.276.
- Nilai koefisien Dukungan sosial (X₃) sebesar 0.152, artinya bahwa setiap penambahan satu-satuan Dukungan sosial (X₃) akan mengakibatkan meningkatnya nilai burnout (Y) sebesar 0.152.

E. Koefisien Determinasi R²

Koefisien determinasi bertujuan untuk mengukur kemampuan model dalam menerangkan variabel dependen. Nilai yang digunakan dalam koefisien determinasi adalah nilai *Adjusted R square*, nilai tersebut diambil dari tabel model *summary* dan diperoleh nilai sebagai berikut :

TABEL 4.2 HASIL KOEFISIEN DETERMINASI

Model	R	R Square
1	0.446	0.199

dapat diketahui nilai R Square sebesar 0,446 artinya pengaruh semua variabel bebas yaitu Work Life Balance (X₁), Self Efficacy (X₂) dan Dukungan Sosial(X₃) mempengaruhi variabel terikat yaitu Burn out sebesar 44,6% sedangkan sisanya 55,4% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak termasuk dalam model konseptual untuk dianalisis atau tidak ikut dalam model analisis yang diteliti.

F. Uji t Parsial

Uji t digunakan untuk menguji apakah sebuah variabel bebas memberikan pengaruh terhadap variabel terikat. Dalam pengujian hipotesis Pengujian ini dilakukan dengan membandingkan nilai probabilitas (sig.) dengan nilai alpha (0,05). Sedangkan untuk kriteria pengambilan keputusan sebagai berikut :

- Jika sig. penelitian $< 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima
- Jika sig. penelitian $> 0,05$ maka H_0 diterima dan H_1 ditolak

Hipotesis :

H_0 = Variabel independen tidak berpengaruh signifikan terhadap variabel dependen.

H_1 = Variabel independen berpengaruh signifikan terhadap variabel dependen

Berdasarkan dari hasil pengujian diperoleh tabel sebagai berikut :

TABEL 4.8 UJI T PARSIAL

Model	t	Sig.	Kesimpulan
Work life balance X1	2,039	.043	Berpengaruh
Self Efficacy X2	2,318	.022	Berpengaruh
Dukungan sosial X3	1,990	.048	Berpengaruh

Melihat hasil dari tabel diatas jika tingkat signifikan $< 0,05$ maka dapat dipastikan berpengaruh signifikan secara parsial atas pengaruh terhadap burnout

- Pada variabel Work Life Balance (X_1) nilai sig. $0,043 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima yang artinya variabel Work Life Balance (X_1) berpengaruh positif terhadap variabel Burnout (Y).
- Pada variabel Self Efficacy (X_2) nilai sig. $0,022 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima yang artinya variabel Self Efficacy (X_2) berpengaruh positif terhadap variabel Burnout (Y).
- Pada variabel Dukungan Sosial (X_3) nilai sig. $0,048 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima yang artinya variabel Dukungan Sosial (X_3) berpengaruh positif terhadap variabel Burnout (Y).

G. Uji F Simultan

Uji F dilakukan untuk menguji apakah model yang digunakan dalam penelitian ini signifikan atau tidak, sehingga dapat dipastikan apakah model tersebut dapat digunakan untuk memprediksi pengaruh variabel independen secara bersama-sama terhadap variabel dependen.

- H_0 = Semua variabel independen secara bersama- sama atau simultan tidak berpengaruh signifikan terhadap variabel dependen.
- H_1 = Semua variabel independen secara bersama- sama atau simultan berpengaruh signifikan terhadap variabel dependen. Berdasarkan dari hasil pengujian diperoleh tabel dibawah ini :

TABEL 4.9 HASIL UJI F

Model	F	Sig.
Regression	15.148	,000 ^b

Tabel diatas didapati nilai F hitung adalah 15,148 serta nilai signifikansi $0,000 < 0,05$. Dari hasil tersebut maka dapat dinyatakan bahwa hipotesis H_0 ditolak dan H_1 diterima. Artinya bahwa variabel Work Life Balance (X_1), Self Efficacy (X_2) dan Dukungan Sosial (X_3) secara bersama – sama berpengaruh atau simultan terhadap variabel Burnout (Y).

IV. PEMBAHASAN

1. Pengaruh Work Life Balance (X₁) terhadap Burnout (Y)

Sebagaimana dapat diamati dari perhitungan pengujian hipotesis pada bab sebelumnya bahwa hasil uji parsial menunjukkan hipotesis H₁ diterima yang menandakan arah koefisien regresi positif. Artinya Work-Life Balance berpengaruh positif signifikan terhadap burnout. Hal ini menunjukkan bahwa semakin rendah keseimbangan kehidupan kerja, maka semakin tinggi tingkat burnout. Sebagaimana mahasiswa program studi manajemen Universitas Muhammadiyah Sidoarjo yang kesulitan membagi waktu karena banyaknya tugas dan membutuhkan waktu untuk berpikir sehingga menyebabkan mahasiswa kurang fokus menjalani peran gandanya sebagai mahasiswa dan juga sebagai karyawan. Apalagi jika mahasiswa mempunyai permasalahan dalam kehidupan pribadinya, keadaan akan menjadi sulit, bahkan tidak dapat melakukan aktivitas normal seperti biasanya dan akan mengalami burnout. Dari hasil kuesioner juga menyatakan bahwa mahasiswa kurang memiliki rasa tanggung jawab terhadap peran gandanya sebagai karyawan dan mahasiswa sehingga salah satu tugas mereka terabaikan.

Hasil ini relevan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh [1]. Dari hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa work life balance berpengaruh positif terhadap burnout yang berarti bahwa mahasiswa yang sambil bekerja tidak bisa membagi waktunya dengan baik dan lama kelamaan akan mengalami burnout. Keseimbangan kehidupan kerja sangat penting bagi setiap manusia karena harus menemukan keseimbangan antara kehidupan pribadi dan lingkungan kerja, hal ini tidaklah mudah. Karena setiap orang harus menghadapi stres kerja yang berbeda-beda untuk memenuhi peran gandanya. Jika seseorang tidak bisa mengelola stres, ia akan mengalami burnout sehingga tidak bisa membagi waktu antara pekerjaan dan kehidupan pribadi.

2. Pengaruh Self Efficacy (X₂) terhadap Burnout (Y)

Sebagaimana dapat diamati dari perhitungan pengujian hipotesis pada bab sebelumnya bahwa hasil uji parsial, menunjukkan bahwa hipotesis H₂ diterima yang menandakan arah koefisien regresi positif. Artinya Self Efficacy berpengaruh positif yang signifikan terhadap Burnout. Bagi mahasiswa yang memiliki peran ganda, hal ini juga terjadi dan tentunya dapat membuat mereka kehilangan minat dan tidak efektif dalam menyelesaikan pelajaran dan tugas. Individu diperlukan suatu strategi untuk mengatasi atau meminimalkan dampak stres. Seiring dengan efikasi diri, hal ini memungkinkan individu untuk mengelola stres dalam hidupnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa efikasi diri berpengaruh terhadap burnout. Oleh karena itu, hasil penelitian ini mendukung hipotesis yang telah dikemukakan sebelumnya bahwa self-efficacy berpengaruh terhadap burnout pada mahasiswa program studi manajemen Universitas Muhammadiyah Sidoarjo.

Dengan efikasi diri, individu menganggap pekerjaan sulit sebagai tantangan yang harus diatasi, bukan ancaman yang harus dihindari. Mereka menetapkan tujuan dan membuat komitmen yang kuat, serta meningkatkan dan mempertahankan upaya mereka dalam menghadapi kemunduran. Mereka mampu pulih dengan cepat dari kemunduran atau kegagalan karena mereka menghubungkan kegagalan dengan kurangnya usaha atau kurangnya pengetahuan dan keterampilan. Visi seperti itu pada akhirnya akan mendatangkan kepuasan pribadi, mengurangi stres, dan mengurangi risiko depresi. Hasil ini relevan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Penelitian terdahulu [13] menyatakan bahwa self efficacy berpengaruh positif dan signifikan terhadap burnout mahasiswa.

3. Pengaruh antara variable Dukungan Sosial X₃ terhadap variabel Burnout Y

Sebagaimana dapat diamati dari perhitungan pengujian hipotesis pada bab sebelumnya bahwa hasil Uji parsial, menunjukkan bahwa hipotesis H₃ diterima yang menandakan arah koefisien regresi positif. Artinya Dukungan Sosial berpengaruh positif yang signifikan terhadap Burnout. Hasil penelitian di atas menunjukkan bahwa dukungan sosial memberikan pengaruh positif terhadap burnout mahasiswa. Persepsi mahasiswa program studi manajemen Universitas Muhammadiyah Sidoarjo pada hasil kuesioner tentang dukungan sosial dalam kaitannya dengan burnout mahasiswa sangat bervariasi. Seperti yang diungkapkan oleh para mahasiswa, ketika mengalami burnout, responden banyak mendapat dukungan dari keluarga baik secara mental maupun finansial, sehingga mereka merasa mempunyai semangat yang tinggi untuk menyelesaikan tugas akademik sehingga tidak mengalami burnout. Mereka juga memiliki

teman yang dapat diajak berbagi kebahagiaan maupun kesedihan ketika menjalani peran ganda bekerja sambil perkuliahan sehingga tingkat terjadinya burnout sangat kecil.

Hasil ini relevan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Penelitian yang dilakukan[20] bahwa Dukungan Sosial berpengaruh secara signifikan dan positif terhadap Burnout Mahasiswa.

4. Terdapat pengaruh antara variabel Work Life Balance X1 dan Self Efficacy X2 dan Dukungan Sosial X3 terhadap variabel Burnout Y

Berdasarkan hasil uji simultan, menunjukkan bahwa hipotesis H4 diterima. Artinya, variabel independen yang meliputi X1 Work Life Balance dan X2 Self Efficacy, dan X3 Dukungan Sosial memiliki pengaruh positif secara simultan terhadap variabel dependen Y Burnout. Dalam hal ini dapat disimpulkan bahwa Work Life Balance, Self Efficacy, dan Dukungan Sosial berpengaruh secara bersamaan atau Simultan, dan dapat meningkatkan Burnout secara signifikan. Dari hasil kuesioner responden mahasiswa prodi manajemen universitas muhammadiyah sidoarjo menyatakan bahwa work life balance memiliki pengaruh yang lebih tinggi terhadap terjadinya burnout. Hal ini menunjukkan bahwa para mahasiswa ini harus mampu membagi waktunya antara kepentingan pribadi dan harus profesional untuk memaksimalkan peran gandanya dan harus memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi agar merasa mandiri, percaya pada apa yang dilakukannya. Sebab pada diri seseorang yang memiliki efikasi diri yang tinggi maka orang tersebut akan susah merasakan kelelahan. Sebagai mahasiswa yang memiliki peran ganda juga harus mendapatkan dukungan yang kuat dari orang di sekitarnya karena dengan dukungan sosial yang kuat suatu pekerjaan dapat dengan mudah terselesaikan tampaknya tidak sulit dan seseorang akan mencapai tujuan.

V. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai pengaruh Work Life Balance, Self Efficacy dan dan Dukungan Sosial terhadap Burnout dengan teknik pengumpulan data menggunakan angket/kuesioner pada Googleform kepada 187 responden yang merupakan mahasiswa yang bekerja di Prodi Manajemen dapat disimpulkan bahwa :

1. Work Life Balance berpengaruh positif signifikan terhadap Burnout. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Work Life Balance berpengaruh positif signifikan secara parsial terhadap Burnout.
2. Self Efficacy berpengaruh positif signifikan terhadap Burnout. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Self Efficacy berpengaruh positif signifikan secara parsial terhadap Burnout.
3. Dukungan Sosial berpengaruh positif signifikan terhadap Burnout. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Dukungan Sosial berpengaruh positif signifikan secara parsial terhadap Burnout.
4. Work Life Balance, Self Efficacy, dan Dukungan Sosial berpengaruh positif signifikan terhadap Burnout. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Work Life Balance, Self Efficacy dan Dukungan Sosial berpengaruh positif signifikan secara simultan terhadap Burnout.

VI. UCAPAN TERIMA KASIH

Mengucapkan syukur kepada Allah SWT, yang selalu ada dengan rahmat dan karunia-Nya, sehingga saya dapat menyelesaikan tugas akhir saya dengan lancar dan kuat. Walaupun banyak tantangan yang dihadapi dalam penulisan tugas akhir ini, namun dapat diatasi dengan bantuan, arahan dan partisipasi dari berbagai pihak. Penulis juga mengucapkan (1) Terima kasih Bapak dan Ibu dosen yang turut serta dalam kelancaran proses penyusunan tugas akhir penelitian ini; (2) Kedua orang tua dan saudara yang selalu ada untuk menyayangi, memberikan dukungan dan memotivasi sehingga saya dapat terus mengerjakan tugas akhir penelitian ini hingga selesai; (3) Orang – orang terdekat saya yang terus menyemangati, memotivasi dan memberikan berbagai pengalaman dengan saya selama proses perkuliahan dan menyelesaikan tugas akhir penelitian ini.

VII. REFERENSI

- [1] B. L. Winata and N. Nurhasanah, "Pengaruh Work Life Balance, Self-Efficacy, Dan Komitmen Organisasional Terhadap Burnout Pada Mahasiswa Yang Bekerja," *J. Hum. Resour.*, vol. 2, no. 2, pp. 87–102, 2022, [Online]. Available: <https://ojs.uph.edu/index.php/FF/article/view/5986>

- [2] S. D. Yahya and H. Yulianto, "Burnout sebagai implikasi konflik peran ganda (pekerjaan-kuliah) pada mahasiswa yang bekerja di Kota Makassar," *AkMen J. Ilm.*, vol. 15, no. 4, pp. 564–573, 2018, [Online]. Available: <https://e-jurnal.stienobel-indonesia.ac.id/index.php/akmen/article/view/517>
- [3] R. Rizal and S. Fipiariny, "Pengaruh employee engagement dan work life balance terhadap burnout pada pekerja di bidang kesehatan kota Palembang," *J. Adminika*, vol. 8, no. 1, pp. 1–14, 2022, [Online]. Available: <http://poltekanika.ac.id/journal/index.php/adm/article/download/304/260>
- [4] S. Orpina and S. A. Prahara, "Self-Efficacy dan Burnout Akademik pada Mahasiswa yang Bekerja," *Indones. J. Educ. Couns.*, vol. 3, no. 2, pp. 119–130, 2019, doi: 10.30653/001.201932.93.
- [5] Y. Andi, H. Sunaryo, and M. K. Anwarudin, "Pengaruh Dukungan Sosial, Self-Esteem dan Self-Efficacy," *e-Jurnal Ris. Manaj.*, vol. 09, no. 13, pp. 17–31, 2020.
- [6] Junaidin, A. A. Ikham, and Hardiyono, "Pengaruh Work Life Balance Terhadap Burnout Dan Kepuasan Kerja Karyawan (Studi Kasus Pada Perusahaan Listrik Negara (PLN) Area Makassar Selatan)," *MANDAR (Management Dev. Appl. Res. Journal)*, vol. 1, no. 2, pp. 27–34, 2019.
- [7] K. Puspitaningrum, "Pengaruh dukungan sosial orang tua terhadap burnout pada mahasiswa dalam mengerjakan skripsi," *Pengaruh Dukungan Sos. Orang Tua Terhadap Burn. Pada Mhs. Dalam Mengerjakan Skripsi*, vol. 4, no. 1, p. 11, 2018.
- [8] D. Permatasari, L. Latifah, and P. R. Pambudi, "Studi Academic Burnout dan Self-Efficacy Mahasiswa," *J. Prakarsa Paedagog.*, vol. 4, no. 2, 2021, doi: 10.24176/jpp.v4i2.7418.
- [9] N. L. P. A. Redityani and L. K. P. A. Susilawati, "Peran Resiliensi dan Dukungan Sosial terhadap Burnout pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana," *J. Psikol. Udayana*, vol. 8, no. 1, p. 86, 2021, doi: 10.24843/jpu.2021.v08.i01.p09.
- [10] L. C. Romadhoni, T. Asmony, and M. Suryatni, "Pengaruh Beban Kerja, Lingkungan Kerja, dan Dukungan Sosial Terhadap Burnout Pustakawan Di Kota Mataram," *Khizanah al-Hikmah J. Ilmu Perpustakaan, Informasi, dan Kearsipan*, vol. 3, no. 2, pp. 124–145, 2015, doi: 10.24252/kah.v3i2a3.
- [11] R. A. Mubdiyah, N. A. D. Rahmawati, and ..., "Dukungan Sosial Pada Mahasiswa Kerja Yang Mengalami Burnout," *Parad. Ris. ...*, vol. 1, no. 1, pp. 197–208, 2023, [Online]. Available: <https://ejurnal.uharajaya.ac.id/index.php/PRI/article/download/2290/1326>
- [12] F. Khansa and T. Damayanti Djamhoer, "Hubungan Academic Self Efficacy Dengan Academic Burnout Pada Mahasiswa Di Kota Bandung," *Pros. Psikol.*, vol. 6, no. 2, pp. 834–839, 2020, [Online]. Available: <http://dx.doi.org/10.29313/v6i2.24457>
- [13] S. Ulfa and M. Aprianti, "Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Burnout Dan Perbedaannya Berdasarkan Gender," *Psychosopia J. Psychol. Relig. Humanit.*, vol. 3, no. 1, pp. 24–35, 2021, doi: 10.32923/psc.v3i1.1651.
- [14] R. Muslihatul, Y. D. Andari, and M. Hariyono, "Hubungan Dukungan Sosial Keluarga terhadap Burnout Mahasiswa dengan Peran Ganda," vol. X, pp. 226–233.
- [15] R. Manggaharti and N. P. Noviati, "Keseimbangan Kehidupan Kerja Ditinjau Dari Dukungan Sosial Pada Pekerja," *J. Stud. Insa.*, vol. 7, no. 1, p. 1, 2019, doi: 10.18592/jsi.v7i1.1997.
- [16] E. Indriyani, J. Purba, and A. Yulianto, "Pengaruh dukungan sosial Terhadap Burnout Pada Guru," *J. Psikol.*, vol. 5, no. 1, pp. 80–82, 2007, [Online]. Available: <https://digilib.esaunggul.ac.id/public/UEU-Journal-4982-johanaP.aries.pdf>
- [17] A. P. Putra, I. H. Susanti, and T. Sumarni, "HUBUNGAN ACADEMIC SELF EFFICACY DENGAN KEJADIAN ACADEMIC BURNOUT PADA MAHASISWA FARMASI Andika Parnomo Putra* 1 , Indri Heri Susanti 1 , Tri Sumarni 1 1," vol. 10, pp. 598–606, 2022.

- [18] N. Laily, I. F. Sholichah, P. Faculty, and U. M. Gresik, "Journal Universitas Muhammadiyah Gresik Engineering , Social Science , and Health International Conference (UMGESHIC) UMGCMATIC : 1 st Rethinking Education during Covid-19 Era : Challenge and Innovation THE EFFECT OF ACADEMIC SELF-EFFICACY ON ACADEMIC," no. 2017, pp. 207–215, 2019.
- [19] A. Tiaranissa and D. Rosiana, "Pengaruh academic self-efficacy terhadap academic burnout pada mahasiswa di masa pandemi covid-19," *Bandung Conf. Ser. Psychol. Sci.*, vol. 2, no. 2, pp. 335–341, 2022.
- [20] S. N. Halim *et al.*, "Pengaruh Dukungan Sosial Orang Tua Terhadap Burnout Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha yang Menghadapi Kuliah Online di Masa Pandemi Covid-19," *Semin. Nas. Sist. Inf.*, vol. 6, no. September, pp. 3619–3627, 2022, [Online]. Available: <https://jurnalfti.unmer.ac.id/index.php/senasif/article/view/443>
- [21] Y. Purwati & Mahfud, "Pengaruh Dukungan Sosial, Kepribadian Hardiness, Dan Efikasi Diri Terhadap Burnout (Studi Pada Guru SMP Negeri 1 Sigaluh Banjarnegara)," *J. Econ. Bus. Eng.*, vol. 1, no. 1, pp. 70–77, 2019.

ARTIKEL PUTRI H_192010200177

ORIGINALITY REPORT

17%

SIMILARITY INDEX

18%

INTERNET SOURCES

7%

PUBLICATIONS

8%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	www.researchgate.net Internet Source	2%
2	digilib.uinsby.ac.id Internet Source	2%
3	jurnal.lp2msasbabel.ac.id Internet Source	1%
4	Submitted to iGroup Student Paper	1%
5	riset.unisma.ac.id Internet Source	1%
6	archive.umsida.ac.id Internet Source	1%
7	repository.mahardhika-library.id Internet Source	1%
8	journal.pancabudi.ac.id Internet Source	1%
9	journal.poltekanika.ac.id Internet Source	1%

10	repository.iainpalopo.ac.id Internet Source	1 %
11	Submitted to Jayabaya University Student Paper	1 %
12	ijler.umsida.ac.id Internet Source	1 %
13	adoc.pub Internet Source	1 %
14	journal.stimykpn.ac.id Internet Source	1 %
15	repository.ut.ac.id Internet Source	1 %
16	Submitted to Forum Perpustakaan Perguruan Tinggi Indonesia Jawa Timur Student Paper	1 %
17	jurnal.polgan.ac.id Internet Source	1 %
18	repository.uin-suska.ac.id Internet Source	1 %

Exclude quotes On

Exclude matches < 1%

Exclude bibliography On