

**HUBUNGAN *LOCUS OF CONTROL INTERNAL* DAN KONSEP DIRI
TERHADAP KELELAHAN AKADEMIK PADA MAHASISWA
FAKULTAS EKONOMI YANG BEKERJA**

Skripsi

Untuk memenuhi sebagian persyaratan
memperoleh derajat Sarjana Psikologi



Disusun oleh:

Hanifa Isnaeni Fatriana
(30701900082)

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG
SEMARANG
2023**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

**HUBUNGAN *LOCUS OF CONTROL INTERNAL* DAN KONSEP DIRI
TERHADAP KELELAHAN AKADEMIK MAHASISWA
FAKULTAS EKONOMI YANG BEKERJA**

Dipersiapkan dan disusun oleh :

HANIFA ISNAENI FATRIANA
NIM. 30701900082

Telah disetujui dan diuji dipertahankan di depan dewan penguji guna memenuhi
sebagian persyaratan untuk mencapai gelar sarjana psikologi

Pembimbing,

Tanggal,



Titin Suprihatin, S.Psi., M. Psi, Psikolog

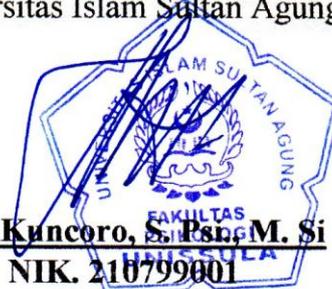
16 Agustus 2023

Semarang, 16 Agustus 2023

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Sultan Agung



Joko Kuncoro, S. Psi, M. Si
NIK. 210799001

PENGESAHAN

**HUBUNGAN *LOCUS OF CONTROL INTERNAL* DAN KONSEP DIRI
TERHADAP KELELAHAN AKADEMIK MAHASISWA
FAKULTAS EKONOMI YANG BEKERJA**

Dipersiapkan dan disusun oleh :

HANIFA ISNAENI FATRIANA

Nim. 30701900082

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal, 24 Agustus 2023

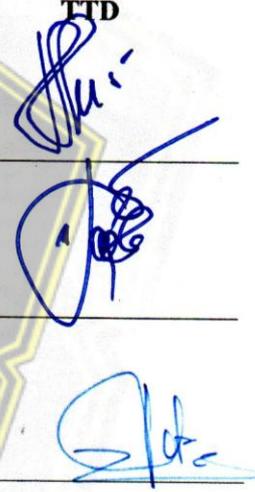
Penguji

1. Ruseno Arjanggi, S.Psi., MA., Psikolog

2. Agustin Handayani, S.Psi., M.Si

3. Titin Suprihatin, S.Psi., M.Psi, Psikolog

TTD



**Skripsi ini diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi**

Semarang, 24 Agustus 2023

Mengetahui

Dekan Fakultas Psikologi UNISSULA



Dr. Joko Kancoro, S.Psi., M.Si

NIM. 210799001

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, Saya Hanifa Isnaeni Fatriana dengan penuh kejujuran dan tanggung jawab menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah karya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan di suatu perguruan tinggi manapun.
2. Sepanjang pengetahuan saya, di dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis/diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.
3. Jika terdapat hal – hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan ini, maka saya bersedia derajat kesarjanaan saya dicabut.

Semarang, 16 Agustus 2023

Yang menyatakan,



Hanifa Isnaeni Fatrian
30701900082



MOTTO

“Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Maka apabila engkau telah selesai (dari suatu urusan) tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain).

Dan hanya kepada TUHANmulah engkau berharap”

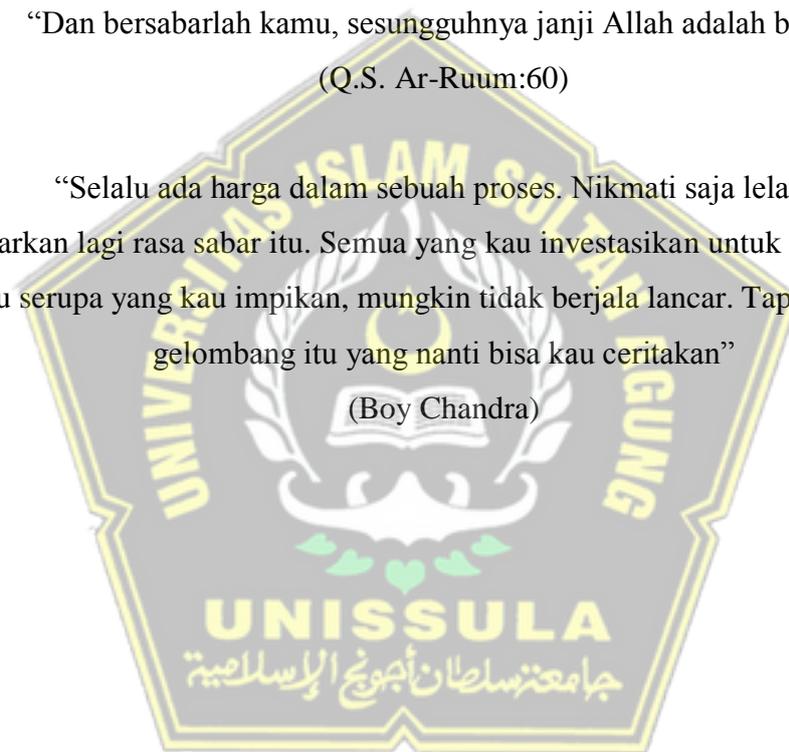
(QS. Al-Insyirah, 6-8)

“Dan bersabarlah kamu, sesungguhnya janji Allah adalah benar”

(Q.S. Ar-Ruum:60)

“Selalu ada harga dalam sebuah proses. Nikmati saja lelah-lelah itu. Lebarakan lagi rasa sabar itu. Semua yang kau investasikan untuk menjadikan dirimu serupa yang kau impikan, mungkin tidak berjela lancar. Tapi gelombang-gelombang itu yang nanti bisa kau ceritakan”

(Boy Chandra)



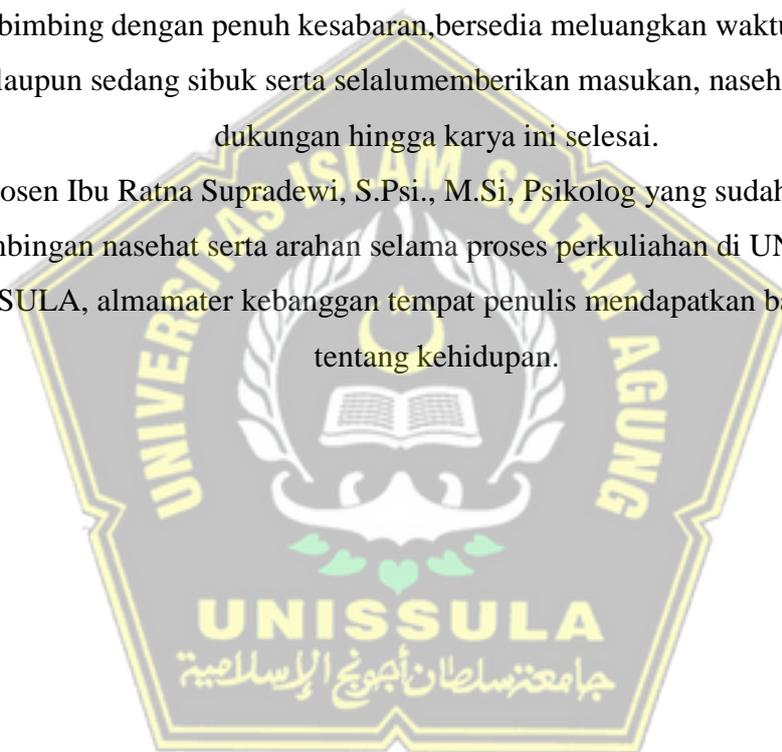
PERSEMBAHAN

Penulis Persembahkan Karya ini Kepada:

Bapak dan Ibu tercinta, Mohamad Fatoni dan Tri asmoroningsih yang selalu memberikan segala bentuk dukungan mulai dari doa, motivasi, semangat serta seluruh fasilitas yang telah diberikan yang menunjang kelancaran dalam penyelesaian tugas akhir.

Dosen pembimbing Ibu Titin Suprihatin, S.Psi., M.Psi, Psikolog yang senantiasa membimbing dengan penuh kesabaran, bersedia meluangkan waktu dan tenaga walaupun sedang sibuk serta selalumemberikan masukan, nasehat maupun dukungan hingga karya ini selesai.

Wali dosen Ibu Ratna Supradewi, S.Psi., M.Si, Psikolog yang sudah memberikan bimbingan nasehat serta arahan selama proses perkuliahan di UNISSULA. UNISSULA, almamater kebanggaan tempat penulis mendapatkan banyak makna tentang kehidupan.



KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufik beserta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan karya ini sebagai salah satu syarat guna mencapai derajat S-1 Sarjana Psikologi di Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Penulis menyadari bahwa dalam menyusun karya ini tidak luput dari berbagai pihak yang telah banyak membantu, mendukung dan menyemangati sehingga karya ini dapat terselesaikan. Penulis dengan penuh kerendahan hati mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Joko Kuncoro, S.Psi, M.Si. selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang telah memberikan kemudahan dalam perijinan penelitian.
2. Ibu Titin Suprihatin, S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku dosen pembimbing skripsi yang telah bersedia untuk meluangkan waktu, mengajari dan membimbing dalam proses penyusunan karya ini.
3. Ibu Ratna Supradewi, S.Psi, M.Si, Psikolog. Selaku dosen wali yang senantiasa membantu dan memberikan saran dan perhatian kepada penulis selama mengenyam pendidikan di Fakultas Psikologi
4. Bapak dan Ibu dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang sebagai tenaga pengajar yang telah memberikan ilmu sehingga penulis mendapatkan pengetahuan dan pengalaman selama menempuh studi ini.
5. Bapak Ibu Karyawan Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang yang telah membantu dalam proses administrasi.
6. Bapak Edy Mulyantomo, S.E.,M.M selaku Dekan Fakultas Ekonomi Universitas Semarang yang telah mengizinkan saya melakukan penelitian dan membantu saya dalam pelaksanaan penelitian
7. Mahasiswa Fakultas Ekonomi angkatan 2020 yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk mengisi skala dan menjadi subjek dalam penyusunan skripsi penulis

8. Bapak dan ibu tercinta, Mohamad Fatoni dan Tri asmoroningsih yang tidak pernah berhenti memberikan do'a, nasehat, dukungan motivasi, dan dengan sabar membimbing serta mengarahkan penulis menjadi pribadi yang lebih baik.
9. Saudara laki-laki penulis, Muhammad Faqih Alfaiz yang selalu bersiap sedia membantu ketika dirumah
10. Annisa Fa'ila Shofa, Umika Purwitasari dan Elisa Rahma selaku sahabat penulis yang selalu memberikan motivasi baik. Selalu mengulurkan bantuan dan do'a dalam setiap keadaan.
11. Anissa Amaliya, Imamatul Husniyah, Intan Ayu, Farah Ayu, Indri Kurniati, fitri nur jannah, endah fajar, cindy jihan, imroatul selaku sahabat penulis yang selalu menghibur dan memberikan banyak bantuan kepada penulis selama proses kuliah sampai pengerjaan skripsi.
12. Teman-teman angkatan 2019 yang telah menemani penulis selama mengenyam pendidikan bersama, semoga kalian sehat selalu.
13. Kepada semua pihak yang telah ikut membantu berkontribusi dalam penyusunan skripsi ini yang tidak bisa saya sebutkan satu-persatu, dari hati yang paling dalam terimakasih atas segala kebaikan, do'a dan dukungan yang selalu diberikan kepada penulis. Semoga selalu diberikan kesehatan dan balasan yang setimpal oleh Allah SWT
14. Tidak lupa, berterimakasih kepada diri sendiri yang kuat dan mampu bertahan hingga dapat menyelesaikan skripsi ini hingga akhir meskipun banyak rintangan dan halangan yang hadir.

Proses penyelesaian skripsi ini telah dikerjakan dengan sebaik-baiknya dan sungguh-sungguh. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat di bidang psikologi dan semua pihak yang membutuhkan

Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Semarang, 16 Agustus 2023

Hanifa Isnaeni Fatriana

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
PENGESAHAN	iii
PERNYATAAN.....	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
ABSTRAK.....	xv
ABSTRACT.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan masalah.....	8
C. Tujuan penelitian.....	9
D. Manfaat penelitian.....	9
BAB II LANDASAN TEORI.....	10
A. Kelelahan Akademis	10
1. Pengertian Kelelahan Akademik.....	10
2. Aspek-Aspek Kelelahan Akademik	11
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kelelahan Akademik	13
4. Dampak Kelelahan Akademik	19
B. <i>Locus of control Internal</i>	20
1. Pengertian <i>Locus of Control Internal</i>	20
2. Aspek-aspek <i>Locus of Control Internal</i>	21

3.	Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Locus of Control Internal</i>	24
C.	Konsep Diri	25
1.	Pengertian Konsep Diri	25
2.	Aspek-Aspek Konsep Diri	27
3.	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Konsep Diri.....	30
4.	Ciri-ciri Konsep Diri	32
D.	Mahasiswa Bekerja	33
E.	Hubungan Antara <i>Locus of Control Internal</i> dan Konsep Diri terhadap Kelelahan Akademis Mahasiswa yang Bekerja	35
F.	Hipotesis.....	37
BAB III	METODE PENELITIAN.....	38
A.	Identifikasi variabel.....	38
B.	Definisi Operasional.....	38
1.	Kelelahan akademik.....	38
2.	<i>Locus of Control Internal</i>	39
3.	Konsep Diri	39
C.	Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling.....	39
1.	Populasi.....	39
2.	Sampel.....	40
3.	Teknik Pengambilan Sampel	40
D.	Metode Pengambilan Data	40
1.	Skala kelelahan akademik.....	41
2.	Skala <i>Locus of Control Internal</i>	42
3.	Skala Konsep Diri	42
E.	Validitas, Uji Daya Beda Aitem.....	43
1.	Validitas	43
2.	Uji Data Beda Aitem.....	44
3.	Realibilitas	44
F.	Teknik Analisis	45

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	46
A. Orientasi Kanchah dan Pelaksanaan Penelitian	46
1. Orientasi Kanchah Penelitian.....	46
2. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian.....	47
3. Penomoran Kembali.....	53
B. Pelaksanan Penelitian.....	54
C. Analisis Data dan Hasil Penelitian.....	55
1. Uji Asumsi	55
a. Uji Normalitas.....	55
b. Uji Linieritas	55
c. Uji Multikolinieritas.....	56
2. Uji Hipotesis	56
a. Hipotesis pertama.....	56
b. Hipotesis kedua.....	57
c. Hipotesis ketiga.....	57
D. Deskripsi Hasil Penelitian.....	57
1. Deskripsi Data Skor Skala kelelahan akademik <i>Academik</i>	58
2. Deskripsi Data Skor Skala <i>Locus of Control Intenal</i>	59
3. Deskripsi Data Skor Konsep Diri.....	60
E. Pembahasan.....	61
F. Kelemahan Penelitian.....	63
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	64
A. Kesimpulan Penelitian	64
B. Saran.....	64
DAFTAR PUSTAKA	66
LAMPIRAN.....	70

DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Skala kelelahan akademik	42
Tabel 2.	Skala <i>locus of control internal</i>	42
Tabel 3.	Skala konsep diri	43
Tabel 4.	Sebaran aitem kelelahan akademik	48
Tabel 5.	Sebaran aitem <i>locus of control internal</i>	49
Tabel 6.	Sebaran aitem konsep diri	49
Tabel 7.	Rincian data uji coba	50
Tabel 8.	Daya Beda Aitem kelelahan akademik	51
Tabel 9.	Daya beda aitem skala <i>locus of control internal</i>	52
Tabel 10.	Daya beda aitem konsep diri	52
Tabel 11.	Tabel sebaran aitem skala kelelahan akademik	53
Tabel 12.	Sebaran aitem <i>Locus of Control Internal</i>	53
Tabel 13.	Sebaran aitem skala Konsep Diri	54
Tabel 14.	Data Demografi	54
Tabel 15.	Hasil Uji Normalitas	55
Tabel 16.	Norma Kategori Skor	57
Tabel 17.	Deskripsi Skor Penelitian kelelahan akademik	58
Tabel 18.	Kategorisasi Skor Subjek pada Skala kelelahan akademik	58
Tabel 19.	Deskripsi Skor <i>Locus of Control Internal</i>	59
Tabel 20.	Kategorisasi Skor Subjek pada Skala <i>Locus of Control Internal</i>	59
Tabel 21.	Deskripsi Skor Skala Konsep Diri	60
Tabel 22.	Kategorisasi Skor Subjek pada Skala Konsep Diri	60

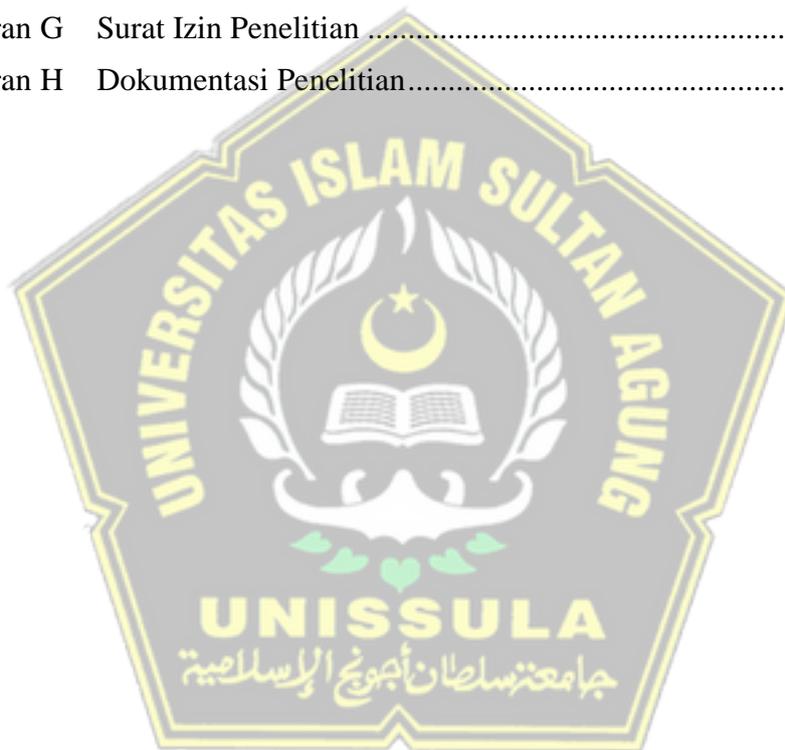
DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Norma Kategorisasi Skala Kelelahan Akademik	58
Gambar 2. Gambar Norma Kategorisasi Skala <i>Locus of Control Internal</i>	59
Gambar 3. Norma Kategorisasi Skala Konsep Diri	60



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A	Skala Uji Coba.....	71
Lampiran B	Tabulasi Data Skala Uji Coba	81
Lampiran C	Uji Daya Beda Aitem & Estimasi Reliabilitas Skala Uji Coba	91
Lampiran D	Skala Penelitian	95
Lampiran E	Tabulasi Data Skala Penelitian.....	104
Lampiran F	Analisis Data	117
Lampiran G	Surat Izin Penelitian.....	122
Lampiran H	Dokumentasi Penelitian.....	124



**HUBUNGAN *LOCUS OF CONTROL INTERNAL* DAN KONSEP DIRI
TERHADAP KELELAHAN AKADEMIK MAHASISWA
FAKULTAS EKONOMI YANG BEKERJA**

Hanifa Isnaeni Fatriana
Fakultas Psikologi
Universitas Islam Sultan Agung
Email: hanifaisnaenifatriana@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan antara *locus of control internal* dan konsep diri terhadap kelelahan akademik mahasiswa bekerja Fakultas Ekonomi. Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswi Fakultas Ekonomi Universitas “X” Semarang dengan sampel 135 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan *quota sampling*. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan tiga skala, yaitu skala kelelahan akademik terdiri dari 15 aitem dengan koefisien alpha sebesar 0,851, skala *locus of control internal* dengan jumlah aitem sebanyak 22 aitem dengan koefisien alpha sebesar 0,843, skala konsep diri sebanyak 24 aitem dengan koefisien alpha sebesar 0,904. Teknik analisis data penelitian menggunakan analisis regresi berganda dan korelasi parsial. Hasil hipotesis pertama didapatkan $R = 0,206$ serta $F = 2,920$ dengan $p = 0,057$ ($p > 0,05$) yang berarti tidak terdapat hubungan antara *locus of control internal* dan konsep diri terhadap kelelahan akademik mahasiswa bekerja. Hipotesis kedua diperoleh r_{x1y} sebesar 0,170 dengan signifikansi senilai 0,050 ($p \leq 0,05$) yang berarti hubungan negatif yang signifikan antara *locus of control internal* dan kelelahan akademik mahasiswi yang bekerja. Hipotesis ke tiga diperoleh skor $r_{x2y} = 0,097$ dengan signifikansi senilai 0,266 ($p > 0,05$) yang berarti tidak terbukti adanya hubungan negatif yang signifikan antara konsep diri dengan kelelahan akademik mahasiswa yang bekerja.

Kata kunci: Kelelahan Akademik, *Locus of Control Internal*, Konsep Diri

**THE RELATIONSHIP BETWEEN INTERNAL LOCUS OF CONTROL AND
SELF-CONCEPT WITH ACADEMIC BURNOUT IN WORK ECONOMICS
STUDENTS**

Hanifa Isnaeni Fatriana
Faculty of Psychology,
Sultan Agung Islamic University
Email: hanifaisnaenfariana@gmail.com

ABSTRACT

This study aim to determine the relationship between internal locus of control and self-concept and the academic burnout of working students in the Faculty of Economics. The population in this study were female students of the Faculty of Economics, University of "X" Semarang, with a sample of 220 students. The sampling technique used was quota sampling. The measuring instrument used in this study used three scales, namely the academic burnout scale consisting of 15 items with an alpha coefficient of 0.851, an internal locus of control scale with a total of 22 items with an alpha coefficient of 0.843, and a self-concept scale consisting of 24 items with an alpha coefficient of 0.904. The research data analysis technique uses multiple regression analyses and partial correlation. The results of the first hypothesis obtained $R = 0.206$ and $F = 2.920$ with $p = 0.057$ ($p > 0.05$), which means that there is no relationship between internal locus of control and self-concept on the academic burnout of working students. The second hypothesis obtained a r_{x1y} of 0.170 with a significance of 0.050 ($p \leq 0.05$), which means a significant negative relationship between internal locus of control and academic burnout among working students. The third hypothesis obtained a score of $r_{x2y} = 0.097$ with a significance of 0.266 ($p > 0.05$), which means that there is no evidence of a significant negative relationship between self-concept and academic burnout among working students.

Keywords: *academic kelelahan akademik, internal locus of control, self-concept.*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mahasiswa adalah calon intelektual atau cendekiawan muda dalam suatu lapisan masyarakat (Putri & Budiani, 2012). Mahasiswa sebagai calon intelektual yang sedang menjalani pendidikan di perguruan dan diharapkan mampu bertindak sebagai pemimpin masyarakat, negara ataupun dunia kerja (Indrawati, 2019). Kesibukan mahasiswa tidak terbatas hanya belajar di kampus saja, akan tetapi juga bekerja atau berwirausaha di luar kampus (Octavia & Nugraha, 2013).

Banyak ditemukan fenomena peran ganda pada mahasiswa, yaitu menempuh pendidikan tinggi dan berstatus aktif yang juga bekerja atau menjalankan usaha (Arlinkasari & Akmal, 2017). Fenomena mahasiswa yang bekerja bukan merupakan hal baru dalam beberapa tahun ini. Terdapat beberapa penelitian menunjukkan peningkatan jumlah mahasiswa aktif yang kuliah dengan bekerja, baik di negara maju maupun secara global (Tessema dkk., 2014). Mereka menyatakan bahwa bekerja ingin meningkatkan ketrampilan, menambah biaya perkuliahan, menambah uang saku, dan mengisi waktu senggang atau sekedar hobi (Rahayu & Maryam, 2022).

Kebutuhan hidup yang semakin meningkat membuat mahasiswa harus mencari cara untuk memenuhi kebutuhan pendidikan dan juga biaya hidupnya. Beberapa kebutuhan mahasiswa dalam proses menimba ilmu sangatlah beragam di antaranya membayar uang kuliah tunggal, observasi, membeli buku, akses internet, biaya hidup dan biaya penelitian. Demi kelancaran berlangsungnya proses pendidikan maka kebutuhan-kebutuhan tadi harus dipenuhi dengan cara bekerja (Mardelina & Muhson, 2017). Biasanya mahasiswa yang bekerja memiliki beberapa kontrak yang berbeda seperti bekerja dengan kontrak jangka pendek (*shortterm contracts*) dan kerja paruh waktu (*parttime jobs*) (Van der Meer & Wielers, 2019).

Bagi mahasiswa yang bekerja tidaklah mudah untuk berprestasi dalam bidang akademik sebab waktu yang terbagi dengan kesibukan bekerja, ditambah

dengan waktu beristirahat sangat kurang karena energi mereka digunakan untuk dua aktivitas yang sama pentingnya (Putri & Budiani, 2012). Aktivitas kuliah sambil bekerja menuntut mahasiswa untuk dapat menyeimbangkan antara aktivitas dalam bekerja dan kuliah yang dijalankan secara bersamaan. Apabila mahasiswa tidak dapat mengatur aktivitas akademik dan kerja dengan baik, maka akan ada salah satu aktivitas yang dikorbankan (Octavia & Nugraha, 2013).

Menurut (Rice & Dolgin, 2008) ada dua pandangan mengenai kuliah sambil bekerja. Pandangan pertama, kuliah sambil bekerja akan menjadi hal yang buruk apabila memberikan jarak antara mahasiswa dengan kegiatan penting lainnya, seperti aktivitas perkuliahan dan waktu dengan keluarga. Pandangan kedua, kuliah sambil bekerja adalah hal yang baik apabila dijalankan dalam dosis yang kecil, karena terlalu banyak bekerja akan sangat beresiko bagi peran individu tersebut sebagai mahasiswa. Misalnya dalam sebuah permasalahan yang disampaikan oleh Kaho (2015) bahwa mahasiswa yang bekerja ternyata memiliki risiko lebih besar untuk memiliki masalah mental dalam dirinya. Adapun permasalahan lain yang dapat memberikan dampak buruk apabila mahasiswa terlalu sibuk bekerja, dimana kuliah sambil bekerja dapat menjadi salah satu faktor penghambat lulus kuliah (Priyatna, 2012).

Dalam pelaksanaan tersebut hal yang sangat diperlukan adalah memiliki manajemen waktu yang baik antara kuliah dan bekerja sehingga tidak terjadi kelelahan akademik (Mardelina & Muhson, 2017). Aktivitas kuliah sambil bekerja mengharuskan mahasiswa untuk dapat menyeimbangkan antara bekerja dan kuliah, hal ini bisa terjadi apabila disertai dengan adanya keyakinan untuk berhasil dan kemampuan memegang kendali saat menghadapi kesulitan. Dapat memberikan kemampuan bagi mahasiswa untuk mengatasi beban kerja dengan penuh tanggung jawab tanpa merusak perannya sebagai mahasiswa (Octaviani & Nugraha, 2013).

Menurut Raudah, dkk (2013) adanya tuntutan yang begitu tinggi terhadap mahasiswa yang bekerja tentunya dapat menyebabkan stres akademik yang sangat tinggi. Stres yang berkepanjangan tersebut akan memperburuk kondisi psikis, mental dan fisik mahasiswa. Kemudian stres yang tinggi dapat mengakibatkan

kelelahan akademik (Puspitaningrum, 2018). Kelelahan belajar adalah suatu masalah umum yang dialami mahasiswa di lingkungan perguruan tinggi. Berdasarkan paparan dari Rad, dkk (2017) bahwa di China terdapat 86,6% mahasiswa yang mengalami stres akademik tinggi sehingga terjadi kelelahan akademik.

Mahasiswa yang mengalami kelelahan akademik biasanya akan melakukan beberapa hal seperti melewatkan kelas, rendahnya motivasi untuk mengerjakan tugas-tugas yang diberikan sehingga berujung tidak dikerjakan atau mengerjakan apa adanya, motivasi belajar yang rendah dan mendapat hasil ujian yang buruk hingga akhirnya berpotensi untuk dikeluarkan dari perguruan tinggi (Bai dkk, 2019). Penelitian sebelumnya yang serupa dilakukan pada mahasiswa di Indonesia juga menunjukkan fenomena yang sama, yaitu di Institut Teknologi Bandung (ITB), Wakil Rektor Senior ITB Prof. Adang Surahman mengatakan Rad, dkk (2017) bahwa rata-rata sekitar 10% mahasiswa di ITB per angkatan atau 2% per tahunnya mengalami *dropout* yang kebanyakan disebabkan oleh persoalan akademik. Untuk mengatasi hal tersebut KM-ITB mengadakan bimbingan konseling terhadap mereka yang terancam *dropout*.

Berdasarkan hasil observasi data dari bidang akademik Universitas PGRI Kanjuruhan Malang, terlaporkan bahwa terdapat mahasiswa *dropout* TA 2017/2018 ganjil sebanyak 117 mahasiswa, 2017/2018 genap sebanyak 159 mahasiswa, dan 2018/2019 ganjil sebanyak 231 mahasiswa. Tingginya angka *dropout* pada mahasiswa di perguruan tinggi yang disebabkan oleh permasalahan akademik. Permasalahan akademik ini yang tidak segera terselesaikan berpotensi akan muncul stres yang berkepanjangan dan berakhir dengan mahasiswa mengalami kelelahan akademik (Permatasari dkk., 2021).

Menurut Dadgar (2012) dalam hasil wawancara dengan mahasiswa yang putus kuliah, ditemukan hasil bahwa ketidakmampuan untuk menyeimbangkan kegiatan kerja dan perkuliahan memiliki peran penting dalam tingkat *dropout*, hal ini menunjukkan adanya pengaruh dalam kegiatan bekerja pada mahasiswa pada pencapaian prestasi akademik mahasiswa itu sendiri. Prestasi akademik

merupakan istilah yang menunjukkan suatu pencapaian atau tingkat keberhasilan tentang suatu tujuan sebagai hasil dari usaha belajar yang telah dilakukan oleh seseorang secara optimal. Prestasi akademik pun menjadi salah satu tolak ukur keberhasilan mahasiswa dalam menyelesaikan studinya di bangku kuliah (Mardelina & Muhson, 2017).

Penelitian Putri & Budiana (2012) dari 40 orang mahasiswa yang menjadi subjek 22,5% di antaranya memiliki tingkat kelelahan akademik yang tinggi, 65% dengan tingkat kelelahan akademik sedang, sisanya memiliki tingkat kelelahan akademik rendah. Hasil penelitian terdahulu menyebutkan bahwa terdapat gejala perilaku stres pada mahasiswa, dengan tingkat stres ringan (11,1%), stres sedang (85,2%) dan stres berat (3,7%). Adi (2017) mengatakan bahwa gejala yang banyak ditunjukkan adalah gangguan tidur, sering terlihat cemas, mudah marah dan sering lupa.

Berdasarkan hasil wawancara pada tanggal 29 Januari 2023 kepada 3 subjek, subjek pertama berinisial D, Mahasiswa Universitas Swasta Semarang mengatakan:

Saya bekerja di kala kedai makan sudah dari semester 3 jadi kurang lebih 2 tahun. Orang tua saya tau saya bekerja dan mendapatkan respon yang baik, supaya mandiri katanya. Alasan saya kuliah sambil bekerja yaitu buat nambah uang jajan dan kadang membantu orang tua untuk membayar biaya kuliah. Ketika awal mulai kerja saya merasa capek dan cukup keteteran dengan waktu, seperti mengerjakan tugas, memilih titip absen teman yang berangkat kuliah, kurang memperhatikan dosen ketika pembelajaran. Selain itu, dalam mengerjakan tugas itu apa adanya, sering numpang nama ketika mengerjakan tugas kelompok, dan tidak ada waktu untuk belajar mempersiapkan ujian karena sering kerja. Menurut saya lebih menikmati dunia kerja karna mendapatkan uang. Buat mengatasi hal tersebut saya biasanya intropeksi dulu buat tujuan awalku kuliah, buat penyemangat dan meyakinkan diri aku bisa menjalani keduanya”

Subjek kedua berinisial M, Mahasiswa Universitas Swasta Semarang mengatakan:

“Saya bekerja di Napila Creative sudah 1,5 th. Pengen kerja karna bisa nambah uang jajan dan cari pengalaman dan kebetulan emang kerjanya sesuai dengan jurusan kuliah dan passion. Orang tua mengetahui dan membei dukungan. Karena saya sadar prioritasku tetap kuliah jadi aku harus siap sedia mengerjakan tugas dengan tepat waktu. Tapi kalau terlalu banyak tugas antara keduanya aku pernah ambil jasa joki tugas karena merasa punya uang sendiri. Saya juga selalu menggunakan 3 kali kesempatan absen untuk memilih berangkat kerja, apabila melebihi 3 kai saya nitip absen ke teman kelas. Dalam menyelesaikan masalah aku lebih suka menyelesaikan sendiri karna emang yang paham sama diri sendiri, yakin bahwa aku juga bisa bisa menyelesaikan masalah. Tapi kadang tetep minta pertimbangan sama orang-orang terdekat”

Subjek ketiga berinisial A, Mahasiswa Universitas Swasta Semarang mengatakan:

“Saya bekerja jadi tutor Inggris dan matematika selama 2 tahun. Saya bekerja untuk mendapatkan tambahan uang saku sama pengalaman. Untuk kendala biasanya di jam kerja yang tiba-tiba berubah dan hal tersebut mempengaruhi jadwal kuliah. Saya merasakan kegiatan belajar saya terganggu, karena harus membagi waktu antara mengerjakan tugas kuliah dan belajar materi untuk bahan mengajar. Saya sering mendahulukan belajar materi mengajar karena tidak ingin mengecewakan anak-anak dan dipotong gajinya. Akan tetapi, hal tersebut memiliki dampak buruk terhadap nilai hasil ujian akhir karena banyak nilai yang harus diremidi. Karena ini sudah mulai skripsi ada sedikit keraguan untuk lanjut kerja, soalnya mau fokus ke skripsi. Kalau ada masalah aku lebih suka menyelesaikan sendiri dulu, nanti kalau masih ada yang ganjel baru minta pendapat orang lain”

Menurut beberapa mahasiswa yang juga bekerja didapatkan fakta bahwa mereka bekerja atas kemauan sendiri untuk membantu orang tua dalam memenuhi kebutuhan hidup dan mencari pengalaman. Subjek mengalami beberapa gejala kelelahan akademik yaitu yang pertama, Subjek mengalami kelelahan emosional sehingga kehilangan energi dan hilangnya motivasi untuk melakukan aktivitas seperti mengerjakan tugas kuliah. Kedua, Subjek menghindar dari tanggung jawab

sebagai mahasiswa seperti tidak ikut andil dalam mengerjakan tugas kelompok. Ketiga, subjek merasa keberatan dengan adanya tugas yang diberikan oleh dosen dan mengabaikan kewajibannya sebagai mahasiswa yaitu belajar (Chritiana, 2022). Berdasarkan hasil wawancara dengan subjek dapat disimpulkan bahwa mereka mengalami beberapa gejala kelelahan akademik.

Kelelahan akademik pada mahasiswa harus cepat ditangani supaya proses pencapaian tujuan di perguruan tinggi terlaksana. Sejalan dengan pendapat Aminoto (2007) yaitu mahasiswa memiliki tugas menuntut ilmu di perguruan tinggi. Hal tersebut guna mempersiapkan diri untuk berkarir di kemudian hari. Tujuan mahasiswa kuliah adalah sukses dalam perkuliahan ditentukan dengan pencapaian akademik dan pengembangan kemampuan sosialnya.

Sullivan (1989) menjelaskan beberapa faktor yang menyebabkan kelelahan akademik yaitu terdapat faktor lingkungan berkaitan dengan konflik peran, beban kerja yang berlebihan, kurangnya dukungan sosial, keterlibatan penuh terhadap pekerjaan. Faktor individu meliputi faktor demografik seperti jenis kelamin, status perkawinan, etnis suku, latar belakang pendidikan, faktor kepribadian seperti tipe kepribadian *introvet* atau *ekstrovet*, konsep diri, kebutuhan, motivasi, kemampuan dalam mengendalikan emosi dan *locus of control internal*. Faktor sosial kultural berkaitan dengan norma, nilai dan kepercayaan.

Data yang didapat dari lapangan mahasiswa yang kuliah sambil bekerja cenderung lebih mudah mengalami kelelahan akademik. Akan tetapi, mahasiswa dengan orientasi *locus of control internal* lebih bisa mengatasi masalah kelelahan akademik yang dialaminya (Sullivan 1988). Karena menurut Rotter (1966) mahasiswa dengan *locus of control internal* mempunyai kepercayaan bahwa dirinya mampu mengontrol baik kehidupannya, berusaha dan yakin untuk mencapai tujuan dengan kemampuan serta keterampilannya yang dimiliki oleh dirinya sendiri, terakhir mempunyai keyakinan bahwa sesuatu positif akan diperoleh sebagai imbalan dari tingkah lakunya. Fadila (2016) juga menjelaskan

mahasiswa yang memiliki *locus of control internal* akan cenderung berusaha dengan gigih dan tekun, sebab mereka merasa dan percaya bahwa sesuatu yang mereka peroleh merupakan hasilnya sendiri, yaitu hasil usaha dan kerja keras, kemampuan, keterampilan yang mereka miliki sendiri. Dengan perilaku yang positif tadi maka bisa membuat mahasiswa terhindar dari masalah kelelahan akademik. Sejalan dengan dengan pendapat Baron dan Greenberg (1995) bahwa orang dengan *locus of control internal* memiliki kepuasan yang tinggi dengan pekerjaan dan terlihat lebih mampu menahan stres dari pada *locus of control eksternal*.

Locus of control internal merupakan salah satu karakteristik pada individu yang dapat mengontrol peristiwa yang terjadi pada dirinya, sehingga mempengaruhi hasil yang akan diperoleh (Sari, 2015). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Sari (2015) terdapat hubungan antara *locus of control internal* dengan kelelahan akademik. Hubungan kedua variabel disebabkan karena adanya keseimbangan didalam diri individu dengan adanya *locus of control internal*. Puspita (2017) menjelaskan hasil penelitiannya bahwa terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara *locus of control internal* dengan kelelahan akademik, semakin tinggi *locus of control internal* yang dimiliki maka kan semakin rendah kelelahan akademik yang akan terjadi, dan sebaliknya apabila *locus of control internal* rendah maka akan semakin tinggi kelelahan akademik yang dialami.

Selain itu, terdapat konsep diri menjadi cara selanjutnya untuk mengatasi . Konsep diri merupakan konsep seseorang menilai dirinya sendiri dan bagaimana seseorang memandang dirinya sendiri. Konsep yang ditujukan untuk melihat dirinya sendiri melalui cermin yang mana merupakan gambaran ideal yang didambakan oleh banyak orang (Kiling, 2015).

Salmela, dkk (2009) menyatakan kelelahan akademik merupakan sebuah fenomena yang disebabkan oleh stres pada mahasiswa yang kemudian menjadi kelelahan berat seperti kelelahan mengerjakan tugas, menjauh dari lingkungan dan merasa tidak mampu sebagai mahasiswa. Paidar, dkk (2016) menyatakan konsep

diri memiliki peran untuk menghindari terjadinya kelelahan akademik pada mahasiswa. Mahasiswa dengan konsep diri yang rendah akan memiliki kepercayaan dan penilaian diri yang rendah, pesimis, kurang meyakini kemampuan yang dimilikinya sehingga mereka akan rentan mengalami kelelahan akademik (Ikbar, 2019).

Peneliti terdahulu menyatakan terdapat hubungan antara *locus of control internal* dan kelelahan akademik. Waskito (2019) melakukan penelitian hubungan *locus of control internal* dan kelelahan akademik pada mahasiswa PTS dan PTN Yogyakarta yang bekerja. Diporeleh hasil analisis koefisien korelasi R dengan nilai -0,428 dengan signifikansi $p = 0,003 (<0,05)$ hal ini menunjukkan adanya hubungan negatif antara *locus of control internal* dan kelelahan akademik, yang artinya semakin tinggi *locus of control internal* yang dimiliki maka semakin rendah kelelahan akademik yang dimiliki dan sebaliknya.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti ingin melakukan penelitian kuantitatif yang berfokus pada *locus of control internal* dan konsep diri terhadap kelelahan akademik. Penelitian ini terdapat perbedaan yang menunjukkan orisinalitas dalam penelitian ini. Penelitian ini memiliki perbedaan dengan penelitian terdahulu, yaitu terdapat dua variabel tergantung yaitu *locus of control internal* dan konsep diri serta variabel bebas yaitu kelelahan akademik. Perbedaan lain terdapat di lokasi dan subjek penelitian yang ditujukan kepada mahasiswa bekerja Universitas X Semarang. Peneliti ingin mengetahui hubungan *locus of control internal* dan konsep diri terhadap kelelahan akademik mahasiswa Universitas X Semarang yang bekerja.

B. Rumusan masalah

Berdasarkan pemaparan latar belakang yang telah diuraikan maka dapat dirumuskan masalah dari penelitian ini yaitu apakah terdapat hubungan antara *locus of control internal* dan konsep diri dengan kelelahan akademik mahasiswa yang bekerja?

C. Tujuan penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *locus of control internal* dan konsep diri terhadap kelelahan akademik mahasiswa yang bekerja

D. Manfaat penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna untuk memperkaya hasil-hasil penelitian terkait hubungan *locus of control internal* mahasiswa dan konsep diri dengan kelelahan akademik mahasiswa yang bekerja.

2. Manfaat praktis

a. Bagi subjek

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang *locus of control internal* dan konsep diri dengan kelelahan akademik pada mahasiswa yang bekerja agar nantinya mahasiswa dapat mengetahui dan mengatasi tingkat kelelahan akademik yang dimilikinya.

b. Bagi instansi terkait

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan masukan bagi instansi terkait yang menaungi mahasiswa dalam studi dan pekerjaannya sehingga nanti bisa secara bersama-sama mengatasi masalah kelelahan akademik.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kelelahan Akademik

1. Pengertian Kelelahan Akademik

Istilah kelelahan akademik di sampaikan oleh Herbert Freudenberge (Gunarsa, 2014) yaitu kondisi kelelahan fisik, mental dan emosional yang muncul sebagai akibat dari ketidakseimbangan kondisi individu dengan pekerjaannya atau lingkungannya. Pendapat lain disampaikan oleh Maslach, dkk (2001) menyatakan bahwa kelelahan akademik merupakan permasalahan psikologis yang disertai dengan adanya kelelahan emosional, depersonalisasi dan penghargaan terhadap diri sendiri yang rendah. Salmela (2009) menyatakan kelelahan akademik merupakan sebuah fenomena yang disebabkan oleh stres pada mahasiswa yang kemudian menjadi kelelahan berat yang terdiri dari kelelahan mengerjakan tugas, menjauh dari lingkungan dan merasa tidak mampu sebagai mahasiswa.

Menurut Zhang Gan, Cham (2017) kelelahan akademik merupakan perasaan lelah karena adanya tuntutan belajar, memiliki perasaan menghindar dan sikap kurang kompeten sebagai seorang mahasiswa. Khusumawati & Christiana (2014) menambahkan bahwa mahasiswa yang mengalami kelelahan seluruh anggota panca indera dan kehilangan rasa semangat dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar, timbul rasa jenuh dan bosan, kehilangan motivasi diri, kehilangan minat dan tidak mendapatkan hasil.

Pendapat lain disampaikan oleh Muna (2013) bahwa kelelahan akademik adalah kondisi mental dimana seorang mahasiswa mengalami kejenuhan ketika melakukan aktivitas belajar, menurunnya motivasi dan prestasi belajar. Kemudian menurut Maslach & Pines (1977) menambahkan bahwa kelelahan akademik mengacu pada perasaan lelah karena tuntutan belajar, memiliki sikap acuh terhadap tugas-tugas perkuliahan, dan merasa tidak mampu sebagai mahasiswa. Penelitian ini sejalan dengan pendapat Lia (2022) yang mendefinisikan kelelahan akademik sebagai kurangnya minat

seseorang dalam memenuhi tugas, rendahnya motivasi, dan kelelahan karena persyaratan pendidikan sehingga munculnya perasaan yang tidak diinginkan.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa kelelahan akademik pada mahasiswa yang bekerja adalah mahasiswa yang memiliki perasaan lelah karena tuntutan studi dari proses pembelajaran yang diikuti sehingga memiliki kecenderungan untuk depersonalisasi, perasaan prestasi pribadi yang rendah, dan perasaan tidak kompeten sebagai mahasiswa (Lia, 2022).

2. Aspek-Aspek Kelelahan Akademik

Maslach & Goldberg (1998) mendefinisikan aspek kelelahan akademik diantaranya sebagai berikut:

- a. Kelelahan emosional, individu merasa kelelahan yang berkepanjangan secara mental dan emosional. Individu akan merasa energinya terkuras, hilangnya motivasi untuk melakukan aktivitas dan perasaan kosong. Penyebab dari kelelahan emosional karena adanya beban kerja yang berlebihan dan konflik personal. Kelelahan emosional disertai dengan menurunnya konsentrasi, kecemasan, kemarahan, kesedihan dan depresi.
- b. Depersonalisasi upaya untuk melindungi diri, individu bersikap kurang baik pada orang yang berada di lingkup kerjanya, cenderung menarik diri dan mengurangi untuk terlibat dalam hal pekerjaan. Individu berperilaku demikian, sebagai cara untuk melindungi diri dari rasa kecewa dan menganggap perilaku tersebut akan mengamankan dirinya serta mampu menghindari ketidak pastian dalam pekerjaan. Individu yang mengalami hal ini biasanya disertai dengan menarik diri, kurang tidur, perubahan nafsu makan, rasa waspada yang meningkat, dan mudah tersinggung.
- c. Rendahnya penghargaan terhadap diri sendiri, individu cenderung merasakan tidak puas pada diri sendiri, merasa tidak pernah melakukan sesuatu yang bermanfaat bagi dirinya sendiri dan orang lain. Individu

dengan rasa rendah diri biasanya mengalami susah dalam mengambil keputusan dan hilangnya tujuan hidup.

Pines dan Aronson (2008) membagi kelelahan akademis terdiri dari 3 aspek, meliputi:

- a. Kelelahan fisik, hal ini dapat dilihat pada gejala-gejala sakit fisik dan berkurangnya kekuatan fisik pada individu. Sakit fisik ditandai dengan sakit punggung, sakit kepala, tegang pada otot, rentan terhadap penyakit, perubahan pola makan, susah tidur dan energi yang rendah.
- b. Kelelahan emosional, seseorang yang berhubungan dengan perasaan pribadi yang ditandai dengan rasa ketidakberdayaan. Kelelahan emosional antara lain mudah tersinggung, sinisme, rasa jenuh, sering mengeluh, tidak dapat mengontrol amarah, tidak peduli dengan orang lain dan perasaan tidak ingin menolong orang lain.
- c. Kelelahan mental, individu memiliki hubungan dengan rendahnya penghargaan kepada diri sendiri. Kelelahan mental ditandai dengan rasa gagal, perasaan tidak berharga, konsep diri yang rendah, selalu menyalahkan dan kurang bersimpati dengan orang lain.

Baron dan Greenberg (2003) juga menyampaikan pendapat mengenai empat aspek kelelahan akademik, yaitu:

- a. Kelelahan fisik, yang ditandai dengan susah tidur, kurang nafsu makan dan serangan sakit kepala,
- b. Kelelahan emosional, ditandai dengan perasaan tidak berdaya, depresi, mudah marah, cepat tersinggung dan merasa terjebak dengan dengan pekerjaannya.
- c. Kelelahan mental, ditandai dengan cenderung merugikan diri sendiri, pekerjaan, organisasi dan bersikap sinis.
- d. Rendahnya penghargaan terhadap diri sendiri, ditandai dengan tidak pernah menemukan kepuasan terhadap kerja keras diri sendiri, tidak pernah merasa bermanfaat untuk diri sendiri maupun orang lain.

Berdasarkan teori dari para tokoh diatas, aspek dari kelelahan akademik diantaranya adalah kelelahan fisik, kelelahan emosional, penurunan prestasi, dan rendahnya penghargaan terhadap diri sendiri. Kelelahan emosional, depersonalisasi dan penghargaan yang rendah terhadap diri juga memiliki peran penting terjadinya kelelahan akademik.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kelelahan Akademik

Beberapa ahli menjelaskan tentang faktor-faktor yang dapat menyebabkan kelelahan akademik, salah satunya adalah Cherniss. Cherniss (1980) mengelompokkan tiga faktor utama yang menyebabkan kelelahan akademik yaitu faktor individual, organisasi, dan kultural. Selain itu Maslach & Jackson (1982) mengungkapkan terdapat tiga faktor yang menyebabkan kelelahan akademik yaitu karakteristik individu, lingkungan kerja, dan keterikatan emosional dengan klien atau penerima layanan. Dengan beragamnya pandangan terhadap faktor yang menyebabkan kelelahan akademik, banyak ahli yang mengelompokkannya menjadi dua faktor yaitu karakteristik individu dan lingkungan kerja.

a. Karakteristik Individu

Jackson & Maslach (1982) mengelompokkan karakteristik individu menjadi dua faktor, yaitu faktor demografik dan faktor kepribadian.

1) Faktor Demografik

- a) Jenis kelamin, Maslach menemukan bahwa pria yang mengalami kelelahan akademik cenderung mengarah kepada depersonalisasi, sedangkan wanita yang mengalami kelelahan akademik cenderung mengarah kepada kelelahan emosional (Cherniss, 1980).
- b) Usia, Maslach dan Schaufeli mengungkapkan individu dengan usia dibawah 40 tahun memiliki kecenderungan lebih tinggi untuk mengalami kelelahan akademik (Maslach dkk, 2001). Pendapat tersebut sesuai dengan Farber (1991), menurutnya individu dengan usia diatas 40 tahun cenderung lebih matang

sehingga memiliki pandangan yang lebih mengarah pada fakta di kehidupan nyata.

- c) Status perkawinan, seseorang yang belum menikah lebih rentan mengalami kelelahan akademik dibandingkan dengan individu yang sudah menikah (Maslach, 2001).
 - d) Tingkat pendidikan, Maslach (1997) mengungkapkan bahwa individu dengan tingkat pendidikan yang tinggi cenderung mudah mengalami kelelahan akademik dibandingkan dengan individu dengan pendidikan yang rendah. Hal tersebut karena individu dengan pendidikan yang tinggi memiliki harapan dan aspirasi yang idealis, sehingga ketika dihadapkan dengan realitas yang tidak sesuai dengan harapan dan aspirasinya dapat menimbulkan kegelisahan dan kekecewaan yang pada akhirnya dapat menimbulkan kelelahan akademik.
- 2) Faktor Kepribadian
- a) Konsep diri, individu yang memiliki konsep diri rendah akan memiliki penghargaan diri yang rendah sehingga akan muncul perasaan takut dan pasrah dalam dirinya. Individu dengan konsep diri yang rendah tidak asertif dan tidak mampu berjuang dengan beban kerja yang berlebihan yang dengan demikian akan menimbulkan kelelahan akademik.
 - b) *Locus of control*, individu dengan *locus of control* akan menyalahkan faktor-faktor didalam dirinya. Dengan kondisi tersebut individu akan merasa tidak berdaya menghadapi situasi yang menimbulkan stres, dan akan berlanjut pada sindrom kelelahan akademik (Schaufeli, 1998).
 - c) Perilaku tipe A, individu dengan perilaku tipe A lebih mengarah kepada tindakan yang agresif, egois, dan perfeksionis sehingga lebih memungkinkan untuk mengalami kelelahan akademik. Hal tersebut dikarenakan individu dengan perilaku tipe A cenderung

menunjukkan kerja keras, kompetitif dan gaya hidup yang penuh dengan tekanan (Schaufeli, 1998).

- d) Tingkat introversi, Cherniss (1980) mengungkapkan individu yang *introvert* mengalami ketegangan emosional yang lebih besar saat menghadapi konflik karena cenderung menarik diri dari lingkungan kerja yang akna menghambat efektivitas individu dalam penyelesaian konflik.
 - e) Perfeksionis, individu yang perfeksionis rentan untuk mengalami kelelahan akademik karena keinginan yang besar untuk hasil yang sempurna sehingga individu akan mudah frustrasi bila hasil pekerjaan tidak sesuai dengan yang diharapkan.
 - f) *Hardiness*, individu dengan kepribadian *hardiness* dapat mengurangi dan bahkan dapat menghindarkan kelelahan akademik. Hal ini karena kepribadian *hardiness* memiliki keterlibatan langsung dengan kegiatan sehari-hari yang memegang kontrol terhadap peristiwa, serta keterbukaan terhadap perubahan (Farber 1991).
- b. Lingkungan Kerja
- 1) Beban kerja, salah satu faktor yang menimbulkan kelelahan akademik (Maslach, 2001). Beban kerja yang berlebihan meliputi jam kerja, jumlah individu yang harus dilayani, tanggung jawab terhadap pekerjaan, serta pekerjaan yang melebihi kapasitas dan kemampuan individu.
 - 2) Konflik peran, suatu harapan yang berlawanan dengan yang lainnya sehingga menjadi penekanan yang penting bagi sebagian orang. Hal ini muncul karena adanya tuntutan yang tidak sejalan atau bertentangan (Cherniss, 1980).
 - 3) Ambiguitas, keadaan dimana individu tidak mengetahui apa yang harus dilakukan dan menjadi bingung karena kurang pemahaman terhadap hak dan kewajiban yang harus dilakukan dalam bekerja (Schaufeli, 1998).

- 4) Dukungan sosial dan rekan, faktor yang dapat menimbulkan kelelahan akademik. Dukungan sosial dan rekan kerja yang baik dapat mengurangi dan bahkan menghindari terjadinya kelelahan akademik (Pines & Aronson, 1989).

Menurut Khairani & Ifdil, (2015) kelelahan akademik dipengaruhi lima faktor, antara lain:

- a. Kurangnya dukungan sosial, faktor yang dapat meningkatkan kelelahan akademik pada beberapa penelitian. Enam fungsi dukungan sosial, yaitu: mendengarkan, dukungan profesional, tantangan profesional, dukungan emosional, tantangan emosional, dan berbagi realitas sosial. Mendengarkan dalam artian memberikan saran atau membuat penilaian. Dukungan emosional dimaknai dengan adanya seseorang yang selalu mendampingi dan menghargai apa yang dilakukan. Hal tersebut merupakan fungsi yang paling penting untuk mengurangi kelelahan akademik. Dari pernyataan tersebut dapat disimpulkan bahwa pentingnya dukungan sosial dan dukungan emosional sehingga dapat meminimalkan kelelahan akademik yang dialami.
- b. Faktor demografis, penelitian menyatakan bahwa kelelahan akademik lebih mungkin terjadi pada pria daripada wanita dan individu yang masih lajang. Melihat temuan dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa laki-laki lebih rentan terhadap kelelahan akademik daripada wanita. Laki-laki lebih membutuhkan dukungan dan bantuan sosial. Kurangnya dukungan sosial terhadap laki-laki dapat menyebabkan rasa terasingkan dan kekecewaan yang mengarah ke kelelahan akademik jika tidak segera melakukan langkah-langkah pencegahan. Seseorang yang masih sendiri juga mengalami tingkat kelelahan akademik yang lebih tinggi. Orang-orang yang masih sendiri akan merasa sering kekurangan dukungan sosial di rumah dan lebih memilih menghabiskan waktu dengan aktivitas di luar rumah. Ketika hasil diharapkan tidak konsisten dengan upaya yang dilakukan, perasaan kekecewaan, kesepian dan bahkan kemarahan bisa menjadi konsekuensinya.
- c. Konsep diri, belajar mengenai kelelahan akademik menunjukkan bahwa individu dengan konsep diri yang tinggi akan lebih mudah melawan stres

dan lebih mungkin untuk mempertahankan rasa prestasi pribadi saat belajar di bawah tekanan. Seseorang sering merasa bahwa rasa harga diri dan rasa memiliki terpengaruh ketika bahwa menjadi kecewa dan putus asa.

- d. Peran konflik dan peran ambiguitas, Seseorang yang memiliki rasa konflik ketika peran dan tuntutan yang melebihi kemampuan dan tidak konsisten dibebankan pada mereka. Ketika dua atau lebih perilaku peran yang tidak konsisten ini dialami oleh seorang individu, maka akan akibatnya adalah konflik peran. Ketika individu tersebut tidak dapat mendamaikan konflik peran antara perilaku peran yang diharapkan, mahasiswa mengalami konflik. Sedangkan ambiguitas peran merupakan keadaan seseorang tidak memiliki informasi yang konsisten mengenai tujuan mahasiswa, tanggung jawab, hak, dan kewajiban bagaimana mereka dapat melaksanakannya dengan baik.
- e. Isolasi, individu sebagai pemula disuatu profesi dengan keyakinan mahasiswa sekarang akan menjadi milik kelompok tersebut. Namun kenyataannya kondisi tersebut membuat individu rentan mendapatkan kritik. Sehingga kurangnya dukungan sosial menghasilkan perasaan kesepian dan isolasi. Di mana individu merasa perasaan tidak ditangani, kekecewaan adalah perkembangan alami yang akhirnya mengarah ke kelelahan akademik.

Caputo (2012) menyebutkan sebab terjadinya kelelahan akademik, yaitu:

- a. Karakteristik Individu.

Hal ini berasal dari dalam diri seseorang yang merupakan mejadi salah satu penyebab timbulnya kelelahan akademik. Sumber tersebut digolongkan menjadi 2 faktor, yaitu:

- 1) Faktor demogafi, mengacu kepada perbadaan jenis kelamin antara perempuan dan laki-laki. Laki-laki rentan terhadap stres dan kelelahan akademik jika dibandingkan dengan perempuan. Perempuan cenderung lebih matang dalam mempersiapkan sesuatu dan memikirkan segala resiko yang terjadi, sehingga lebih mampu dalam menangani tekanan yang besar (Rahmawati, 2013). Tetapi

Maslach (2001) berpendapat bahwa laki-laki yang mengalami kelelahan akademik biasanya mengalami depersonalisasi, sedangkan perempuan cenderung mengalami kelelahan emosional.

- 2) Faktor perfeksionis, adalah seseorang yang selalu mengerjakan pekerjaan berusaha untuk sempurna sehingga sangat mudah mengalami frustrasi apabila kesempurnaan tersebut tidak tercapai. Karena, menurut Caputo (1991) seseorang yang perfeksionis rentan terhadap kelelahan akademik.

b. Lingkungan Kerja.

Bagi mahasiswa yang bekerja lingkungan menjadi salah satu penyebab terjadinya kelelahan akademik. Terjadinya beban kerja yang berlebihan, konflik peran, tanggung jawab yang harus dipikul, dan kontrol diri yang rendah. Lingkungan kerja dibagi menjadi 2 yaitu lingkungan kerja fisik dan lingkungan kerja non fisik. Lingkungan kerja menurut Sedarmayanti (2009) adalah keadaan yang berwujud fisik yang terdapat disekitar tempat kerja dan dapat mempengaruhi secara langsung maupun tidak langsung, sedangkan lingkungan kerja nonfisik yaitu keadaan yang berhubungan dengan atasan dan sesama rekan kerja, ataupun hubungan dengan bawahan. Ditambahkan Rahmawati (2013) lingkungan kerja non fisik adalah lingkungan kerja yang dapat membangun suatu iklim dan suasana kerja yang dapat membangkitkan rasa kekeluargaan untuk mencapai suatu tujuan.

Berdasarkan uraian tersebut terdapat dua faktor yang dapat menimbulkan kelelahan akademik yaitu karakteristik individu dan lingkungan kerja. Karakteristik individu terbagi menjadi dua faktor meliputi faktor demografik (jenis kelamin, usia, status perkawinan, dan tingkat pendidikan) dan faktor individu (konsep diri, *locus of control internal*, perilaku tipe A, tingkat *introversi*, *perfeksionis*, dan *hardiness*). Faktor lingkungan kerja terdiri dari empat yang meliputi beban kerja, konflik peran, ambiguitas, serta dukungan atasan dan rekan kerja.

4. Dampak Kelelahan Akademik

Telah banyak penelitian tentang kelelahan akademik yang menunjukkan kelelahan akademik tidak hanya berakibat negatif pada individu seperti depresi, perasaan gagal, kelelahan, dan hilangnya motivasi tapi juga berakibat negatif pada organisasi seperti *resign*, tidak hadir dan menurunnya produktivitas kerja (Lailani, 2015). Lailani (2015) mengelompokkan manifestasi kelelahan akademik, sebagai dampak dari adanya kelelahan akademik, dalam enam kategori utama, yaitu:

- a. Manifestasi mental, individu dengan kelelahan akademik akan mengalami gejala yang berkaitan dengan depresi seperti merasa tertekan, tidak berdaya, tidak ada harapan, dan merasa tidak berarti yang dapat membuat rendahnya harga diri pada penderita kelelahan akademik. Sedangkan gejala kognitif yang dapat terjadi adalah tidak mampu berkonsentrasi, pelupa, serta kesulitan dalam membuat keputusan.
- b. Manifestasi fisik, keluhan fisik yang sering timbul pada individu yang mengalami kelelahan akademik seperti sakit kepala, mual, sakit pada otot, gangguan tidur, serta hilangnya nafsu makan.
- c. Manifestasi perilaku, individu yang mengalami kelelahan akademik dapat berubah terutama disebabkan oleh meningkatnya *level of arousal* seperti hiperaktifitas dan perilaku kasar.
- d. Manifestasi sosial, individu dengan kelelahan akademik dapat membawa masalah ditempat kerja ke rumah. Selain itu individu juga cenderung menarik diri dari lingkungan.
- e. Manifestasi Sikap, individu dengan kelelahan akademik akan mengalami sikap negatif dalam hubungan interpersonal seperti tidak berperasaan, memisahkan diri, acuh tak acuh, dan sinis terhadap klien.
- f. Manifestasi Organisasi, Jaffe dan Scott mengungkapkan bahwa kelelahan akademik dapat menimbulkan dampak bagi organisasi karena gejala kelelahan akademik dapat muncul dalam bentuk komitmen, kinerja kerja, frustrasi, penurunan semangat kerja, *resign*, hilangnya dedikasi, serta kreativitas individu. Cherniss dan Freudemberger (Schutlz &

Schultz, 1994, dalam Lailani, 2015) menambahkan individu dengan kelelahan akademik menunjukkan rendahnya energi dan minat dalam berktivits.

Berdasarkan pemaparan teori diatas, dapat disimpulkan bahwa kelelahan akademik memiliki dampak kepada individu diantaranya kesehatan mental yang menurun, kesehatan fisik, perubahan sikap dan perilaku sosial. Hal tersebut ditandai dengan konsentrasi yang menurun, kesulitan dalam mengambil keputusan, sakit kepala, menarik diri dari lingkungan dan menurunya energi untuk melakukan aktivitas.

B. *Locus of control Internal*

1. *Pengertian Locus of Control Internal*

Rotter (1996) menyatakan *locus of control internal* merupakan kepercayaan individu kepada diri sendiri bahwa kesuksesan yang dicapai merupakan hasil kerja keras dan kemampuan yang mutlak berasal dari diri sendiri. Menurut Levenson (1989) *locus of control internal* adalah keyakinan individu bahwa sumber kekuatan berasal dari dirinya sendiri. Hal ini diperkuat juga dengan pendapat dari Lucynda & Endro (2012) mengenai *locus of control internal* yaitu individu yang meyakini keberhasilan bergantung kepada usaha dan perjuangan seseorang.

Individu dengan *locus of control internal* mampu melakukan kontrol diri dengan baik atas peristiwa yang terjadi didalam dirinya (Greenberg, 2006). Specter (2011) menjelaskan bahwa individu dengan *locus of control internal* mampu memberikan kekuatan yang positif maupun negatif pada dirinya. Safitri (2013) juga mengartikan *locus of control internal* merupakan keyakinan kepada diri sendiri yang mana memiliki tanggung jawab penuh terhadap segala sesuatu yang dialami serta merupakan faktor sikap seseorang untuk memperlihatkan pengendalian terhadap dirinya. Robbins (2008) *locus of control internal* merupakan keyakinan seseorang jika dirinya mampu mengontrol segala sesuatu yang terjadi di dalam dirinya sendiri.

Sanjiwa & Wisadha (2016) mengatakan bahwa *locus of control internal* adalah kondisi jika dirinya mampu menguasai semua hal yang terjadi pada dirinya sendiri. Robbins & Judge (2012) mendefinisikan *Locus of Control Internal* sebagai tingkatan keyakinan yang ada pada dalam diri yang mempercayai dengan penentu nasib dalam hidupnya adalah diri sendiri. Individu percaya bahwa hasil dari apa yang dikerjakannya berasal dari kemampuan yang dimilikinya. Larsen & Buss (2015) keyakinan individu terkait apakah tanggung jawab yang dimiliki mengenai suatu hal secara internal seperti keberhasilan dari potensi yang dimiliki diri sendiri disebut dengan *locus of control internal*.

Berdasarkan pemaparan beberapa tokoh diatas bahwa *locus of control internal* adalah kepercayaan dan keyakinan seseorang jika dirinya mampu bertanggungjawab atas segala hal yng terjadi, serta dapat menguasai hal dalam bidang yang telah diputuskan oleh dirinya sendiri sehingga kesuksesan dapat diraih.

2. Aspek-aspek *Locus of Control Internal*

Fadilah & Mahyuny (2018) menyatakan jika *locus of control internal* dibagi menjadi tiga aspek yaitu:

- a. Percaya diri bahwa keahlian yang dimiliki untuk menyelesaikan semua permasalahan sendiri
- b. Berusaha dengan ketekunan yang giat serta percaya akan kesuksesannya untuk kedepan, maka dapat menghasilkan prestasi yang ingin dicapai.
- c. Seseorang memiliki kepercayaan untuk mengerjakan suatu tugas tanpa bantuan orang lain.

Nurhidayah & Hidayanti (2019) memaparkan aspek-aspek *locus of control internal*, ialah:

- a. Kemampuan dalam diri seseorang atas sukses dan gagal nya suatu kejadian dalam hidupnya dikarenakan oleh kemampuan dalam diri. Seseorang yang yakin dengan kemampuan dirinya dipercaya dapat memberi pengaruh dalam hidupnya.

- b. Minat individu dengan minat yang tinggi akan lebih dapat mengontrol perilaku, peristiwa serta tindakan dalam hidupnya. Seseorang yang yakin akan keinginan dalam diri dapat mengontrol dirinya terhadap peristiwa yang terjadi.
- c. Usaha yang dilakukan dengan maksimal untuk mengontrol dirinya sendiri akan memberikan hal baik. Seseorang dengan sikap optimis dan pantang menyerah akan yakin atas usaha yang telah dilakukan dalam hidupnya memberi kendali.

Scarvanoni (2020) mengatakan terdapat 3 aspek *locus of control internal*, yaitu:

- a. Pilihan pribadi, yaitu keputusan individu yang tidak berdasarkan opini orang lain atau bahkan dengan orang yang disegani, dapat memilih tindakan yang sesuai dengan pemikirannya sendiri, dan mencoba untuk memilih jalan keluar ketika menghadapi masalah.
- b. Percaya kepada diri, merupakan keyakinan individu dalam meyakini dan memahami kemampuan dalam menghadapi permasalahan hidup, berani untuk menguatkan pendapatnya dalam suatu kelompok, tidak terlalu memikirkan opini orang lain terhadap dirinya, peasaan percaya diri dengan kemampuannya sendiri, tidak membutuhkan pujian dari orang lain untuk memuaskan diri sendiri.
- c. Tindakan independen, yaitu sifat dan sikap yang dimiliki oleh individu yang mandiri, tidak bergantung kepada pihak atau orang lain yang menghalangi perbuatannya yang akan dilakukan, berusaha menyelesaikan masalahnya sendiri, memiliki kekuasaan sendiri dan tidak dikendalikan oleh orang lain.

Menurut Sarafino (1998) aspek *locus of control internal* sebagai berikut:

- a. Kontrol, keyakinan yang ada pada diri individu tentang kemampuan untuk mengendalikan peristiwa yang terjadi berkaitan dengan hasil yang diinginkan dalam kehidupan, bukan dikontrol oleh nasib atau keberuntungan

- b. Mandiri, individu dalam usahanya untuk mencapai suatu tujuan atau hasil, yakin dengan kemampuan dan keterampilannya sendiri. Sehingga individu memiliki keyakinan bahwa hidup terasa lebih mudah (memandang kehidupan itu tidak sulit)
- c. Tanggung jawab, individu mampu menerima segala sesuatu sebagai akibat dari sikap atau tingkah lakunya sendiri, serta berusaha untuk memperbaiki sikap atau tingkah lakunya agar mencapai hasil yang lebih baik dari sebelumnya.
- d. Ekpektasi, individu mempunyai penilaian subjektif atau keyakinan bahwa konsekuensi positif (reward) akan diperoleh pada situasi tertentu sebagai imbalan tingkah lakunya. Sehingga individu memiliki keyakinan bahwa dunia itu adil

Menurut Crider (2003) perbedaan karakteristik antara *locus of control internal* sebagai berikut:

- a. Suka bekerja keras
- b. Memiliki inisiatif yang tinggi
- c. Selalu berusaha untuk menemukan pemecahan masalah
- d. Selalu mencoba untuk berfikir seefektif mungkin

Menurut Andre (2018) *locus of control internal* memiliki beberapa karakteristik, yaitu:

- a. Memiliki kontrol diri yang lebih baik, perilaku dalam bekerja lebih positif
- b. Lebih aktif dan produktif
- c. Memiliki self esteem yang lebih tinggi
- d. Memiliki kepuasan kerja yang lebih tinggi
- e. Memiliki kemampuan yang lebih baik dalam menyelesaikan masalah dan stress
- f. Meyakini reward dan punishment yang diterima merupakan proses kinerja yang mereka hasilkan

Berdasarkan pemaparan teori diatas, aspek *locus of control internal* menggunakan aspek yang dikemukakan oleh Crider (2003) yaitu bekerja keras, memiliki inisiatif yang tinggi, selalau berusaha untuk menemukan

pemecahan masalah, dan berfikir efektif. Dengan adanya faktor tersebut dalam diri seseorang maka mampu membangun *locus of control internal* yang positif.

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Locus of Control Internal*

Faktor Pembentuk *locus of control* secara umum, *locus of control* terbentuk melalui hubungan dengan keluarga, kebudayaan dan pengalaman masa lalu yang memperoleh penguatan. Rotter (Anastasi, 2006) menilai atau menaksir terbentuknya *locus of control internal* atau *eksternal* pada diri individu disebabkan karena adanya:

- a. Faktor penguatan, Rotter (1996) menulis “efek penguatan mengikuti perilaku tertentu. Bukan sekedar proses pencapaian melainkan tergantung apakah seseorang mempercayai kesuksesan karena kerja keras yang dilakukan”. Menurut Rotter (1996) individu *internal* memandang perilaku terhadap sebuah kekuatan merupakan hubungan sebab akibat sehingga individu dengan kemampuan internal yakin bahwa dirinya mampu mengendalikan kekuatan yang diterimanya, sedangkan individu dengan kemampuan *eksternal* yang lebih memandang kekuatan sebagai sebuah hal yang datang tiba-tiba dan tidak dapat dikendalikan sehingga mereka cenderung “pasrah”. *Locus of control internal* merujuk pada anggapan atas sebuah peristiwa sebagai sesuatu yang tergantung pada perilaku seseorang atau pada ciri-ciri seseorang yang relatif tetap. Sebaliknya, *locus of control eksternal* mengindikasikan bahwa penguatan positif atau negatif mengikuti tindakan tertentu yang dianggap sebagai sesuatu yang tidak seluruhnya tergantung pada tindakannya sendiri, melainkan sebagai hasil peluang, nasib atau keberuntungan, atau bisa dianggap sebagai sesuatu yang ada dibawah kontrol orang lain yang berkuasa dan tidak terduga (Anastasi, 2006).
- b. Pola pengasuhan orangtua, terbentuknya *locus of control internal* dalam diri individu. Menurut Soemanto (1990) *parental behavior* berhubungan dengan perkembangan kontrol anak. Orangtua yang hangat, mendorong, membantu dan mengharap anak segera dapat berdiri sendiri pada usia

yang masih muda, maka anaknya akan mempunyai *locus of control internal*.

Menurut Gershaw (2010) terbentuknya *locus of control internal* yaitu:

- a. Status ekonomi yang lebih tinggi
 - b. Gaya keluarga
 - c. Stabilitas budaya dan pengalaman yang mendorong kearah penghargaan.
- Sebaliknya, *locus of control eksternal* dihubungkan dengan status sosial ekonomi yang lebih rendah, sebab orang-orang dengan ekonomi rendah mempunyai lebih sedikit kendali atas hidupnya. Ketika mereka mengalami kegelisahan atau kerusuhan sosial mereka cenderung meningkatkan pengharapan atas kontrol di luar dirinya sehingga membuat mereka akan cenderung lebih *eksternal*.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor *locus of control* adalah penguatan, pola asuh, status ekonomi, dan stabilitas budaya.

C. Konsep Diri

1. Pengertian Konsep Diri

Konsep diri menurut Rogers (Sobur, 2011) merupakan bagian pengalaman individu yang di gambarkan dengan “aku” sebagai pusat referensi. Konsep diri menjadi pembeda dari orang lain dan bayangan dari diri sendiri. Menurut Klien (Baron, 2003) konsep diri merupakan keyakinan dan persepsi diri mengenai diri sendiri, memberikan kerangka berfikir yang digunakan untuk mengolah informasi mengenai diri sendiri seperti keadaan emosional, motivasi, kemampuan diri dan evaluasi diri. Brooks (Rakhmat, 2008) menyatakan konsep diri merupakan pandangan dan pesan seseorang tentang dirinya sendiri, baik yang bersifat sosial, fisik maupun psikologis yang diperoleh individu melalui pengalaman dan interaksi.

Menurut (Hurlock, 1993) konsep diri merupakan gambaran yang dimiliki tentang dirinya. Konsep diri mencakup citra fisik diri, citra psikologis diri. Citra fisik adalah elemen pertama yang terbentuk dan berkaitan dengan

daya tarik, penampilan fisik, kesesuaian jenis kelamin. Sedangkan citra psikologis adalah yang didasari oleh pikiran, emosi dan perasaan yang terdiri dari kualitas dan kemampuan yang mempengaruhi penyesuaian terhadap kehidupan. Calhoun dan Acocella (1990) menyatakan konsep diri merupakan cara pandang seseorang dengan yang lain sehingga dapat membentuk konsep tentang dirinya, hal ini dapat dijadikan penentuan bagaimana individu bertindak dalam segala situasi.

Fitts (Agustiani, 2016) menyatakan bahwa konsep diri adalah aspek terpenting bagi individu, karena konsep diri merupakan pedoman dalam berinteraksi dengan lingkungan. Konsep diri menjadikan individu dapat mendeskripsikan dirinya, bereaksi terhadap dirinya, memberikan arti dan penilaian serta membentuk karakter dirinya sendiri. Menurut Rahman (2013) konsep diri adalah usaha memahami diri sendiri kemudian menghasilkan konsep mengenai diri tersebut. Mercer dan Clayton (2012) konsep diri dipandang representasi kognitif diri yang berupaya memberikan makna bagi pengalaman-pengalaman.

Menurut Thalib (2010) konsep diri adalah gambaran tentang diri sendiri dipengaruhi oleh hubungan atau interaksi individu dengan lingkungan sekitar, pengamatan terhadap diri sendiri dan pengalaman dalam kehidupan keseharian. Menurut Fuhrmann (Alifah, 2017), konsep diri adalah konsep dasar tentang diri sendiri, pikiran dan opini pribadi, kesadaran tentang apa dan siapa dirinya, dan bagaimana beberapa idealisme yang telah dikembangkannya. Hal-hal yang termasuk dalam persepsi diri ini antara lain adalah fisik, seksual, kognitif, moral, okupasional atau segala apapun yang telah dilakukan dengan keterampilan, peran, kompetensi, penampilan, motivasi, tujuan atau emosi.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa konsep diri adalah gambaran, perasaan, pandangan, penilaian dan harapan seseorang mengenai bagaimana dirinya dalam realita sesungguhnya.

2. Aspek-Aspek Konsep Diri

Menurut Bracken (2009) aspek-aspek konsep diri terdiri dari aspek internal dan eksternal secara spesifik terbagi atas enam yaitu:

- a. *Academic Self-Concept*, konsep diri akademik menggambarkan bagaimana perasaan seseorang tentang dirinya pada lingkungan akademik atau berkaitan dengan kemajuan akademik, kemampuan intelektual, pencapaian, penerimaan ide, kontribusi, saran oleh orang lain di lingkungan akademik.
- b. *Affect Self-Concept*, kesadaran diri dan penerimaan terhadap perasaan seseorang dan masalah atau kondisi yang berkaitan dengan perasaan yang dialami individu. Misalnya individu mudah merasa malu, marah, sedih, atau cemas. Kemampuan dalam mengatasi emosi negatif dan mempertahankan sikap positif adalah kunci untuk mempertahankan konsep diri yang positif
- c. *Competence Self-Concept*, kompetensi didefinisikan sebagai evaluasi seseorang mengenai dirinya dan kemampuan untuk memenuhi kebutuhan dasarnya.
- d. *Family Self-Concept*, perasaan seseorang tentang dirinya sebagai anggota keluarga yang dipengaruhi oleh faktor eksternal dan internal individu didalam keluarganya meliputi kesehatan, pola asuh, keberhasilan dan kegagalan didalam keluarga.
- e. *Physical Self-Concept*, konsep diri fisik pada dasarnya adalah bagaimana perasaan seseorang tentang fisiknya termasuk penampilan (ukuran, daya tarik, atau warna kulit), kesehatan dan keterbatasan (cacat, keterbatasan, kesehatan kronis) dan kecakapan (kemampuan atletis, stamina dan kelincahan)
- f. *Social Self-Concept*, hal ini mencerminkan apa yang dirasakan seseorang tentang kemampuannya untuk berinteraksi dengan orang lain, dan diterima oleh masyarakat

Menurut Fitts (Agustiani, 2006) konsep diri merupakan suatu gambaran dan penilaian terhadap diri sendiri dan terdiri atas beberapa aspek sebagai berikut:

- a. Aspek diri fisik, pandangan individu terhadap keadaan fisik, kesehatan, penampilan dari luar dan gerak motoriknya. Dalam hal ini persepsi seseorang mengenai kesehatan dirinya, penampilan dirinya (cantik, jelek, menarik, tidak menarik) dan keadaan tubuhnya (tinggi, pendek, gemuk, kurus).
- b. Aspek diri keluarga, pandangan dan penelitian individu sebagai anggota keluarga. Dalam hal ini menunjukkan seberapa jauh seseorang merasa adekuat terhadap dirinya sebagai anggota keluarga, serta terhadap peran maupun fungsi yang dijalankan sebagai anggota dari suatu keluarga.
- c. Aspek diri pribadi yaitu, individu menilai dirinya sendiri, hal ini tidak dipengaruhi oleh kondisi fisik atau hubungan dengan orang lain, tetapi dipengaruhi oleh sejauh mana individu merasa dirinya sebagai pribadi yang tepat.
- d. Aspek diri etik-moral yaitu bagaimana persepsi seseorang terhadap dirinya dilihat dari standar pertimbangan nilai moral dan etika. Perasaan individu mengenai hal-hal yang dianggap baik dan tidak baik.

Aspek-aspek konsep diri dikemukakan oleh Berk (Dariyo, 2017). Berdasarkan empat aspek yaitu:

- a. Aspek fisiologis, meliputi penilaian individu terhadap segala sesuatu yang dimilikinya seperti tubuh, pakaian dan benda yang dimilikinya. Individu tersebut memiliki konsep diri yang positif bila memandang positif penampilannya, kondisi kesehatan kulitnya, ketampanan atau kecantikan serta ukuran tubuh ideal. Individu memiliki konsep diri yang negatif bila memandang secara negatif hal-hal di atas.
- b. Aspek psikologis, meliputi pikiran, perasaan, dan sikap yang dimiliki individu terhadap dirinya sendiri. Seseorang digolongkan memiliki konsep diri positif bila memandang dirinya sebagai individu yang

bahagia, optimis, mampu mengontrol diri dan memiliki berbagai kemampuan. Sebaliknya, individu digolongkan sebagai orang yang memiliki konsep diri negatif bila individu memandang dirinya sebagai orang yang tidak bahagia, pesimis, tidak mampu mengontrol diri dan memiliki berbagai macam kekurangan.

- c. Aspek Psiko-sosiologis, meliputi peran individu dalam lingkup peran sosialnya dan penelitian individu terhadap peran tersebut. Konsep diri sosial berkaitan dengan kemampuan yang berhubungan dengan dunia luar dirinya, perasaan mampu, dan berharga dalam lingkup interaksi sosial. Sebagai orang yang terbuka pada orang lain, memahami orang lain, merasa mudah akrab dengan orang lain, merasa diperhatikan, menjaga perasaan orang lain. Sebaliknya, individu yang memiliki konsep diri sosial negatif bila tidak memberi perhatian terhadap orang lain dan tidak aktif dalam kegiatan sosial.
- d. Aspek psiko-etika dan moral, merupakan nilai dan prinsip yang memberikan arti dan arah dalam hidup individu. Konsep diri moral berkaitan dengan nilai prinsip yang memberi arti dan arah bagi kehidupan seseorang. Digolongkan memiliki konsep diri moral positif bila memandang dirinya sebagai orang yang berpegangan teguh pada nilai etik moral, namun sebaliknya, individu digolongkan memiliki konsep diri moral negatif bila memandang dirinya sebagai orang yang menyimpang dari standart nilai moral yang seharusnya diikutinya.

Aspek-aspek dari Calhoun dan Acocella (Hadi, 2014) yang terdiri dari:

- a. Pengetahuan, informasi yang berkaitan dengan diri kita dalam hal jenis kelamin, suku bangsa, usia dan kemampuan yang dimiliki.
- b. Pengharapan, suatu pandangan yang berkaitan dengan orientasi masa depan dan harapan dan akan menjadi apa di masa depan
- c. Penilaian, pemberian kriteria terhadap apa yang kita miliki, seberapa besar kita menyukai segala hal yang ada pada diri kita.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa aspek aspek pada konsep diri adalah aspek-aspek dari Calhoun dan Acocella (Hadi, 2014) yang terdiri dari pengetahuan, penghargaan dan penilaian.

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Konsep Diri

Menurut Burns (2005), konsep diri dipengaruhi oleh faktor-faktor sebagai berikut:

- a. Citra Diri, berisi tentang kesadaran dan citra tubuh, yang pada mulanya dilengkapi melalui persepsi inderawi, inti dan dasar dari acuan dan identitas diri yang terbentuk.
- b. Kemampuan bahasa, timbul untuk membantu proses diferensiasi terhadap orang lain yang ada disekitar individu, dan juga untuk memudahkan atas umpan balik yang dilakukan oleh orang-orang terdekat
- c. Umpan balik dari lingkungan khususnya dari orang-orang terdekat, individu yang citra tubuhnya mendekati ideal masyarakat atau sesuai dengan yang diinginkan oleh orang lain yang dihormatinya, akan mempunyai rasa harga diri yang akan tampak melalui penilaian-penilaian yang terefleksikan.
- d. Identifikasi Peran Jenis yang Sesuai dengan *Stereotipe* Masyarakat, identifikasi berdasarkan penggolongan seks dan peran seks yang sesuai dengan pengalaman masing-masing individu akan berpengaruh terhadap sejauh mana individu memberi label maskulin atau feminin kepada dirinya sendiri.
- e. Pola asuh dan komunikasi orang tua, Hal ini akan berpengaruh terhadap harga diri individu karena ada pengaruh secara fisik, emosional dan sosial kepada orang tua individu, selain karena orang tua juga memberikan umpan balik bagi individu.

Menurut Rahmat (2017) faktor-faktor yang mempengaruhi konsep diri adalah:

- a. Orang lain, menurut Sullivan (Rahmat, 2017) bahwa jika individu diterima orang lain, dihormati dan disenangi karena keadaan dirinya, individu tersebut akan cenderung bersikap menghormati dan menerima

dirinya. Sebaliknya jika orang lain selalu meremehkan, menyalahkan dan menolaknya, individu tersebut akan cenderung tidak akan menyenangi dirinya sendiri.

- b. Kelompok rujukan, setiap kelompok mempunyai norma-norma tertentu. Ada kelompok secara emosional mengikat individu dan berpengaruh terhadap pembentukan konsep diri. Dengan melihat kelompok ini orang akan mengarahkan prilakunya dan menyesuaikan diri dengan ciri-ciri kelompok tersebut.

Menurut Hurlock (2006) mengatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi konsep diri adalah:

- a. Usia kematangan, individu matang lebih awal, yang diberlakukan seperti orang dewasa, mengembangkan konsep diri yang menyenangkan. Individu yang matang terlambat, diberlakukan seperti anak-anak, mengembangkan konsep diri yang kurang menyenangkan.
- b. Penampilan diri, penampilan yang berbeda membuat individu merasa rendah diri meskipun perbedaan yang ada menambah daya tarik fisik. Tiap cacat fisik merupakan hal yang memalukan yang mengakibatkan rendah diri, sebaliknya daya tarik fisik menimbulkan penilaian yang menyenangkan tentang diri kepribadian dan menambah dukungan sosial.
- c. Nama dan julukan, individu merasa malu dan peka bila teman-teman sekelompoknya menilai namanya buruk atau bila mereka memberi julukan yang bernada cemoohan.
- d. Hubungan keluarga, seseorang yang mempunyai hubungan yang erat dengan anggota keluarga mengidentifikasikan diri dengan orang lain dan ingin mengembangkan pola kepribadian yang sama.
- e. Teman sebaya, teman sebaya mempengaruhi pola kepribadian individu dalam dua cara. Pertama, konsep diri individu merupakan cerminan dan anggapan tentang konsep teman sebaya tentang dirinya. Kedua, ia berada dalam tekanan untuk mengembangkan ciri-ciri kepribadian yang diakui oleh kelompoknya.

- f. Kreativitas, individu yang sejak kanak-kanak didorong agar kreatif dalam melaksanakan tugas-tugas akademik. Akan mengembangkan perasaan individualitas dan identitas yang mempengaruhi konsep dirinya.
- g. Cita-cita, individu yang memiliki cita-cita realistik akan menimbulkan kepercayaan diri yang besar yang memberikan konsep diri yang baik sedangkan individu yang mempunyai cita-cita tidak realistik akan mengalami kegagalan.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi pembentuk konsep diri adalah citra diri, kemampuan bahasa, umpan balik dari lingkungan, identifikasi peran jenis, pola asuh dan komunikasi orangtua, orang lain, kelompok, usia, penampilan, berat tubuh, nama dan julukan, hubungan keluarga, jenis kelamin, teman sebaya, kreativitas dan cita-cita

4. Ciri-ciri Konsep Diri

Menurut Hamachek (Rahmat, 2007) menyebutkan beberapa karakteristik konsep diri, yaitu:

- a. Meyakini betul-betul nilai dan prinsip-prinsip tertentu serta bersedia mempertahankannya, walaupun menghadapi pendapat kelompok yang kuat. Akan tetapi, dia juga merasa dirinya cukup tangguh untuk mengubah prinsip-prinsip itu bila pengalaman dan bukti-bukti baru menunjukkan ia salah.
- b. Ia mampu bertindak berdasarkan penilaian yang baik tanpa merasa bersalah yang berlebih-lebihan, atau menyesali tindakannya jika orang lain tidak menyetujui tindakannya.
- c. Ia tidak menghabiskan waktu yang tidak perlu untuk mencemaskan apa yang akan terjadi besok, apa yang telah terjadi waktu yang lalu, dan apa yang terjadi waktu sekarang.
- d. Ia memiliki keyakinan pada kemampuannya untuk mengatasi persoalan, bahkan ketika ia menghadapi kegagalan atau kemunduran.

- e. Ia merasa sama dengan orang lain, sebagai manusia tidak tinggi atau rendah, walaupun terdapat perbedaan dalam kemampuan tertentu, latar belakang keluarga, atau sikap orang lain terhadapnya.

Brooks & Emmert (Rahmat, 2007) ada empat karakteristik orang yang memiliki konsep diri positif:

- a. Individu yakin akan kemampuan mengatasi masalah
- b. Merasa setara dengan orang lain
- c. Dapat menerima pujian tanpa merasa malu
- d. Menyadari bahwa setiap orang mempunyai berbagai perasaan, keinginan perilaku, dan semuanya tidak seluruhnya disetujui dimasyarakat
- e. Mampu memperbaiki diri karena sanggup mengungkapkan sesuatu yang tidak disenangi serta mengubah sesuatu tersebut menjadi lebih baik.

Berdasarkan ciri-ciri konsep diri yang dipaparkan di atas dapat dikatakan bahwa dasar konsep diri positif adalah yakin akan kemampuan dalam menyelesaikan masalah, merasa setara dengan orang lain (rendah diri), menerima pujian tanpa rasa malu, menyadari bahwa setiap orang mempunyai berbagai perasaan dan keinginan serta perilaku yang tidak seharusnya disetujui masyarakat, memperbaiki diri, dan introspeksi diri.

D. Mahasiswa Bekerja

Bekerja adalah suatu bentuk aktivitas yang mengandung 4 unsur, yaitu rasa kewajiban, pengeluaran energi, pengalaman mewujudkan atau menciptakan sesuatu, dan diterima atau disetujui oleh masyarakat menurut Powell (Daulay, 2011). Menjelang usia remaja, banyak para remaja yang sudah memikirkan tentang bagaimana mencari *part-time job*, mengembangkan kemampuannya dalam masalah personal, mengembangkan pendidikan, atau masuk dalam dunia pekerjaan, dan presentase remaja yang bekerja meningkat sampai pada usia 21 tahun (Powell, 1983).

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa yang bekerja adalah individu yang menjalani aktivitas perkuliahannya sambil bekerja dalam suatu lembaga usaha baik bekerja secara part-time maupun secara full-time.

Alasan umum individu bekerja adalah karena uang (Anoraga, 2001). Jadi keinginan untuk mempertahankan hidup merupakan salah satu sebab terkuat yang dapat menjelaskan mengapa individu bekerja. Begitu pula halnya dengan mahasiswa yang bekerja.

Menurut Motte dan Schwartz (2009) alasan utama mahasiswa bekerja adalah untuk mendapatkan sumber penghasilan. Selain itu Motte dan Schwartz (2009) mengemukakan alasan lain mahasiswa bekerja yaitu:

1. Bekerja untuk membantu orang tua dalam membiayai kuliah Motte dan Schwartz (2009) menyatakan bahwa alasan ini banyak dikemukakan oleh mahasiswa yang berasal dari latar belakang ekonomi rendah yang hanya mendapatkan sedikit dukungan finansial dari keluarganya sehingga tak mampu menutupi seluruh biaya perkuliahan.
2. Bekerja untuk membayar aktivitas waktu luang, Alasan ini banyak dikemukakan oleh mahasiswa yang berasal dari latar belakang ekonomi menengah ke atas. Tujuan utama mereka bekerja adalah mendapatkan penghasilan tambahan untuk membayar segala aktivitas waktu luang mereka yang tidak berhubungan dengan biaya pendidikan.
3. Bekerja sebagai suatu cara hidup mandiri, Alasan ini dikemukakan oleh mahasiswa yang bekerja untuk mendapatkan kemandirian ekonomis dan tidak ingin bergantung pada penghasilan orang tua meskipun orangtua masih mampu membiayai perkuliahan.
4. Bekerja untuk mencari pengalaman, Mahasiswa bekerja untuk dapat merasakan langsung semua hal yang berhubungan dengan dunia kerja yang sesungguhnya. Dengan pengetahuan dan pengalaman langsung, mahasiswa akan lebih mudah memahami isi perkuliahan tersebut.

Maka dapat disimpulkan, dengan bekerja, mahasiswa juga mendapatkan gaji atau pendapatan dari tempat bekerjanya. Dari segi besarnya gaji yang diberikan, biasanya tempat bekerja dari mahasiswa sudah mempunyai standar khusus bagi pekerjanya yang masih kuliah. Dan memang gaji yang diberikan lebih rendah dari pada pekerja yang telah menyandang gelar sarjana.

E. Hubungan Antara *Locus of Control Internal* dan Konsep Diri terhadap Kelelahan Akademis Mahasiswa yang Bekerja

Menurut Leiter & Maslach (1998) menjelaskan bahwa kelelahan akademik mengalami beberapa gejala yaitu kelelahan emosional, depersonalisasi dan penurunan rasa pencapaian pribadi yang terjadi pada individu. Hal ini didukung dengan pendapat oleh Red dkk., (Orpina & Prahara, 2019) bahwa kelelahan akademik mengalami beberapa gejala yang memiliki dampak negatif kepada mahasiswa seperti rendahnya motivasi, kelelahan karena banyaknya tanggung jawab dan tuntutan, perasaan tidak nyaman dengan dirinya sendiri dan menarik diri dari sosial.

Mahasiswa yang memiliki *locus of control internal* akan berprinsip bahwa mereka mempunyai peran dan pengaruh yang sangat besar atas peristiwa yang terjadi didalam hidupnya. Dengan begitu, mahasiswa mempercayai bahwa kemampuan yang dimiliki dan kesuksesan yang dicapai adalah hasil dari kemampuan didalam dirinya sendiri. Hal ini didukung dengan penelitian Umam, dkk (2001) bahwa keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya sendiri memiliki kekuatan atau dampak pada peristiwa yang dan perilaku yang dialami, termasuk peristiwa kelelahan akademik menurut Sujadi & Setioningsih (2018) *locus of control* dapat memberikan pengaruh kepada seseorang dalam bersikap dan bertindak, jika individu memiliki *locus of control internal* maka individu akan meyakini bahwa dirinya memiliki kemampuan dan peran besar atas keberhasilan yang dicapai. Selain itu, individu dengan *locus of control internal* memiliki konsistensi yang tinggi sehingga dapat menyelesaikan tugasnya dengan baik.

Kreitner & Kinichi (2005) menyatakan bahwa *locus of control internal* dapat menurunkan kelelahan akademik. Dijelaskan lebih lanjut bahwa tingkatan rendah, *locus of control internal* dapat menghambat mahasiswa dalam pengambilan resiko, sehingga mereka lebih cenderung stabil dalam karir, mengupayakan masa depan yang lebih baik, juga telah terbukti bahwa mahasiswa yang kelelahan akademik lebih menunjukkan kinerja yang tidak maksimal.

Selain *locus of control*, Gold & Roth (1993) menyebutkan konsep diri juga memiliki peran penting dalam menurunkan kelelahan akademik. Konsep diri merupakan pandangan individu kepada diri sendiri baik secara fisik, psikologis dan sosial berdasarkan pengalaman dan hasil interaksi dengan orang lain. Konsep diri memiliki peran penting dalam penurunan kelelahan akademik akademis karena konsep diri merupakan bagian dari nilai-nilai dasar pribadi. Setiap mahasiswa memiliki pandangan yang berbeda kepada dirinya sendiri. Pandangan kepada diri sendiri ini memiliki pengaruh yaitu ketahanan mahasiswa dalam menjalani aktivitas belajar dan lainnya. Pandangan tersebut bisa sebagai pandangan positif atau pandangan negatif. Mahasiswa yang memiliki konsep diri positif maka dapat mengontrol stress atau gejala lain yang menyebabkan terjadinya kelelahan akademik.

Individu dengan konsep diri baik yaitu individu yang dapat menerima dan memahami diri sendiri secara positif, memiliki harapan dan mampu merancang tujuan hidup yang sesuai, berpikir positif, terbuka terhadap kritik, dan mampu menyelesaikan masalah. Konsep diri mempunyai peran yang sangat penting dalam membantu mahasiswa dalam beradaptasi dengan lebih baik ketika mengalami banyaknya tuntutan dan tanggung jawab.

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa *locus of control internal* dan konsep diri dapat mempengaruhi kelelahan akademik pada mahasiswa bekerja. Semakin tinggi *locus of control internal* dan konsep diri mahasiswa maka akan semakin rendah kelelahan akademik mahasiswa yang bekerja.

F. Hipotesis

1. Terdapat hubungan antara *locus of control internal* dan konsep diri terhadap kelelahan akademik mahasiswa yang bekerja
2. Terdapat hubungan negatif antara *locus of control internal* dan kelelahan akademik terhadap mahasiswa yang bekerja. Artinya, semakin rendah *locus of control internal*, maka semakin tinggi kelelahan akademik dan sebaliknya.
3. Terdapat hubungan negatif antara konsep diri dan kelelahan akademik. Artinya, semakin tinggi konsep diri maka semakin rendah kelelahan akademik dan sebaliknya.



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi variabel

Variabel penelitian merupakan segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang diterapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga memperoleh informasi untuk ditarik suatu kesimpulannya (Sugiyono, 2013). Sedangkan menurut Martono (2016) menjelaskan secara singkat bahwa variabel dapat didefinisikan sebagai konsep yang memiliki variasi atau memiliki lebih dari satu nilai.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dimana penelitian kuantitatif berfungsi untuk menguji kebenaran sebuah teori. Penelitian kuantitatif dilakukan dengan mengumpulkan data berupa angka atau kata-kata dan kalimat yang dikonversi menjadi data yang berbentuk angka, kemudian diolah dan dianalisis untuk mendapatkan suatu informasi ilmiah dibalik angka-angka yang didapat (Martono, 2016). Pada penelitian kuantitatif ini memiliki variabel bebas sebagai variabel yang mempengaruhi serta variabel terganggu sebagai variabel dipengaruhi. Variabel-variabel yang terdapat dalam penelitian ini adalah:

Variabel Bebas (X) : 1. *Locus of Control Internal*
2. Konsep Diri

Variabel Tergantung (Y) : kelelahan akademik

B. Definisi Operasional

1. Kelelahan akademik

Kelelahan akademik merupakan fenomena psikologis yang dialami oleh seseorang dalam bidang akademis, dimana individu merasa lelah, sinis dan apatis terhadap kegiatan akademiknya sehingga menyebabkan pencapaian pribadi menurun. Alat ukur pada penelitian ini menggunakan skala yang disusun oleh *Maslach* kelelahan akademik *Inventory – student survey* yang terdiri dari tiga aspek yaitu (1) *exhaustion*, yang berkaitan dengan kelelahan emosional, fisik dan mental akibat tuntutan belajar, (2) *cynicism*, yaitu sikap sinis atau menghindar dari aktivitas belajar dan lingkungan sekitar, (3)

reduced academic efficacy, yaitu perasaan tidak kompeten yang dimiliki oleh mahasiswa sehingga menyebabkan menurunnya keyakinan akademik. Skor yang diperoleh dari Skala kelelahan akademik menunjukkan tinggi dan rendahnya kelelahan akademik yang dimiliki oleh subjek. Skor yang tinggi menunjukkan bahwa subjek memiliki tingkat kelelahan akademik yang tinggi, sebaliknya skor yang rendah menunjukkan bahwa subjek memiliki tingkat kelelahan akademik yang rendah.

2. *Locus of Control Internal*

Locus of Control Internal merupakan keyakinan individu tentang kemampuannya untuk bisa mempengaruhi dirinya dalam berkaitan dengan pekerjaannya yang berasal dari dalam diri individu tersebut. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini sesuai aspek dari Crider (1983) yaitu suka bekerja keras, memiliki inisiatif yang tinggi, selalu berusaha menemukan untuk pemecahan masalah dan selalu berfikir seefektif mungkin. Semakin tinggi skor *locus of control internal* yang diperoleh maka semakin tinggi *locus of control internal* yang dimiliki mahasiswa bekerja.

3. Konsep Diri

Konsep diri adalah gambaran atau apa yang dirasakan dan dipikirkan mahasiswa mengenai dirinya sendiri. Aspek yang digunakan untuk menyusun alat ukur konsep diri berdasarkan aspek-aspek dari Calhoun dan Acocella (Hadi, 2014) yang terdiri dari pengetahuan, penghargaan dan penilaian. Semakin tinggi skor konsep diri yang didapat maka semakin tinggi pula konsep diri yang dimiliki oleh mahasiswa bekerja.

C. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling

1. Populasi

Populasi menurut Sugiyono (Imron, 2019) mendefinisikan populasi sebagai generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang mempunyai karakteristik yang telah ditentukan oleh peneliti untuk dianalisis yang selanjutnya diambil kesimpulannya. Azwar (2017) menyebutkan populasi adalah sekelompok subjek yang hendak dikenai generalisasi penelitian.

Penentuan kriteria dalam penelitian ini akan mempengaruhi hasil yang akan didapatkan dalam penelitian.

- a. Mahasiswa aktif yang memilih program kelas karyawan
- b. Mahasiswa program studi S1 Akuntansi, S1 Manajemen dan D3 Manajemen

2. Sampel

Sampel merupakan dari populasi dengan memiliki ciri-ciri tertentu sesuai dengan tujuan penelitian. Sampel merupakan anggota dari populasi yang dipilih dengan menggunakan prosedur tertentu sehingga diharapkan dapat mewakili populasi (Martono, 2016). Pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah menggunakan sebagian dari jumlah populasi, dengan kriteria mahasiswa yang bekerja angkatan 2020.

3. Teknik Pengambilan Sampel

Dalam penelitian ini menggunakan *quota sampling* dengan metode yaitu pengambilan sampel dengan menentukan dari populasi yang memiliki ciri-ciri tertentu sampai jumlah yang ditentukan. Menurut Sugiyono (2018) *quota sampling* karena mampu mewakili karakteristik populasi sehingga dapat memperoleh hasil yang diinginkan..

D. Metode Pengambilan Data

Metode dalam pengumpulan data yang digunakan peneliti adalah dengan pendekatan kuantitatif, sehingga menggunakan alat ukur berupa skala. Menurut Azwar (2016) skala merupakan suatu alat ukur untuk mengetahui atau mengungkapkan hasil penelitian dengan pernyataan dalam skala berupa stimulus yang tertuju pada indikator perilaku, serta bertujuan untuk merangsang subjek agar dapat mengungkapkan keadaan diri yang tidak disadarinya. Bentuk skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala likert. Menurut Sugiyono (2016) skala likert dapat digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi individu atau sekelompok orang tentang fenomena sosial.

Skala likert pada penelitian ini memiliki sifat *favourable* dan *unfavourable* yang disajikan dengan 4 alternatif jawaban. Aitem *favourable* memiliki nilai

dengan Sangat Sesuai (SS) = 4, Sesuai (S) = 3, Tidak Sesuai (TS) = 2, dan Sangat Tidak Sesuai (STS) = 1, sedangkan *unfavourable* memiliki nilai dengan aitem sangat Sangat Sesuai (SS) = 1, Sesuai (S) = 2, Tidak sesuai (TS) = 3, Sangat Tidak Sesuai (STS) = 4. Azwar (2016) penggunaan 4 alternatif jawaban bertujuan agar subjek berpendapat dan tidak bersikap netral. Menurut Hadi (2015) menyatakan bahwa jawaban netral atau ditengah-tengah untuk menghindari hal-hal yang tidak dapat dianalisis. Dalam penggunaan istilah harus sesuai supaya dapat mengukur keadaan diri subjek dengan pertimbangan sejauh manakah isi pernyataan sesuai dengan gambaran keadaan dirinya atau perilakunya (Azwar, 2016). Dalam penelitian ini terdapat 3 skala yaitu skala *locus of control internal*, skala kelelahan akademik, dan skala konsep diri.

1. Skala kelelahan akademik

Skala pada penelitian ini disusun berdasarkan aspek dari *Maslach Inventory – Student Survey* (MBI-SS) yang di sesuaikan dalam konteks akademik oleh Schaufeli (2002) dan diterjemahkan legal oleh Universitas Semarang Maharani (2019) yang terdiri dari *Exhaustion*, *cynicism* dan *reduced academic efficacy*. Koefisien realibilitas *Maslach* kelelahan akademik *Inventory – Student Survey* untuk masing-masing skor skala adalah 0,85 untuk *exhaustion*, 0,78 untuk *cynicism* dan 0,73 untuk *reduced academic efficacy*.

Skala ini terdapat 15 aitem yang terdiri dari 9 *favorable* dan 6 *unfavorable*. Skala kelelahan akademik disajikan dengan 4 alternatif jawaban. Skala ini hanya menggunakan aitem *favorable* memiliki nilai dengan Sangat Sesuai (SS) = 4, Sesuai (S) = 3, Tidak Sesuai (TS) = 2, dan Sangat Tidak Sesuai (STS) = 1. Sedangkan skor untuk *unfavorable* Sangat sesuai (SS) 1, Sesuai (S) = 2, Tidak Sesuai (TS) = 3, dan Sangat Tidak Sesuai (STS) = 4.

Tabel 1. Skala kelelahan akademik

No	Aspek	Aitem		Total
		Favorable	Unfavorable	
1	<i>Exhaustion</i> (Kelelahan karena tuntutan studi)	1, 2, 3, 4, 5		5
2	<i>Cynicism</i> (sikap sinis atau berjarak denga studi)	6, 7, 8, 9		4
3	<i>Reduced academic efficacy</i> (Menurunnya keyakinan akademik)		10, 11, 12, 13, 14, 15	6
Total		9	6	15

2. Skala *Locus of Control Internal*

Penelitian ini disusun oleh peneliti sesuai dengan aspek *locus of control intenal* berdasarkan Crider (1983) yaitu suka bekerja keras, memiliki inisiatif yang tinggi, selalu berusaha befikir efektif dan berusaha untuk memukan pemecahan masalah. Skala *locus of control intenal* memiliki 32 item yang terdiri dari 16 *favorable* dan 16 *unfavorable*.

Skala *Locus of cotrol internal* disajikan dengan 4 alternatif jawaban. Skala ini hanya menggunakan aitem *favorable* memiliki nilai dengan Sangat Sesuai (SS) = 4, Sesuai (S) = 3, Tidak Sesuai (TS) = 2, dan Sangat Tidak Sesuai (STS) = 1. Sedangkan skor untuk *unfavorable* Sangat sesuai (SS) 1, Sesuai (S) = 2, Tidak Sesuai (TS) = 3, dan Sangat Tidak Sesuai (STS) = 4.

Tabel 2. Skala *locus of control internal*

No	<i>Locus of Control Internal</i>	Aitem		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1	Bekerja keras	1, 5, 10, 7	8, 3, 11, 20	8
2	Memiliki inisiatif yang tinggi	2, 4, 9, 15	12, 13, 22, 29	8
3	Berusaha memecahkan masala sendiri	6, 25, 16, 17	14, 18, 19, 30	8
4	Berfikir efektif	21, 24, 27, 32	23, 26, 28, 31	8
Jumlah		16	16	32

3. Skala Konsep Diri

Peneliti menyusun sendiri skala konsep diri menggunakan aspek oleh Calhoun & Acocella (Hadi,2014) yang terdiri dari pengetahuan, penghargaan dan penilaian. Skala konsep diri yang digunakan dalam penelitian ini dibuat

dengan dua macam jenis aitem yaitu aitem *favorable* dan aitem *unfavorable*. Aitem *favorable* merupakan aitem pendukung yang sesuai dengan karakter yang akan diukur, sedangkan aitem *unfavorabel* merupakan aitem yang tidak menunjukkan karakter yang akan dilakukan pengukuran.

Skala konsep diri disajikan dengan 4 alternatif jawaban. Aitem *favorable* memiliki nilai dengan Sangat Sesuai (SS) = 4, Sesuai (S) = 3, Tidak Sesuai (TS) = 2, dan Sangat Tidak Sesuai (STS) = 1, sedangkan *unfavorable* memiliki nilai dengan aitem sangat Sangat Sesuai (SS) = 1, Sesuai (S) = 2, Tidak sesuai (TS) = 3, Sangat Tidak Sesuai (STS) = 4. Skala konsep diri memiliki 30 aitem yang dibagi menjadi 15 aitem *favorable* dan 15 aitem *unfavorable*.

Tabel 3. Skala konsep diri

No	Aspek	Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Pengetahuan	1, 3, 5, 6, 8	2, 4, 7, 10, 13	10
2	Pengharapan	9, 12, 16, 20, 23	11, 15, 19, 25, 27	10
3	Penilaian	14, 18, 21, 29, 28	17, 22, 24, 26, 30	10
Jumlah		15	15	30

E. Validitas, Uji Daya Beda Aitem

1. Validitas

Azwar (2014) menjelaskan validitas merupakan sejauh mana alat ukur mampu melakukan pengukuran secara akurat dalam melakukan fungsi ukurnya dan tujuan dari alat ukur tersebut. Siregar (Imron, 2009) mengatakan bahwa validitas menunjukkan apakah alat ukur yang digunakan dalam penelitian dapat memenuhi kebutuhan peneliti. Sehingga dapat dikatakan valid apabila tes dapat melakukan pengukuran dengan cermat.

Uji validitas untuk skala dalam penelitian ini dilakukan dengan validitas isi. Menurut Sugiyono (2014) validitas isi adalah validitas yang pengujiannya dilakukan dengan membandingkan antara isi instrumen dengan isi atau rancangan yang telah ditetapkan. Secara teknis pengujiannya dapat dibantu dengan menggunakan kisi-kisi instrumen. Dalam kisi-kisi itu terdapat

variabel. Validitas isi merupakan analisis rasional yang tidak dapat dinilai oleh penilaian peneliti, sehingga melakukan kesepakatan dengan penilaian yang lebih kompeten dibidangnya yang disebut dengan *expert judgment* (Azwa,2012) *Expert judgment* dalam penelitian ini adalah dosen pembimbing skripsi.

2. Uji Data Beda Aitem

Daya beda merupakan sejauh mana aitem dapat membedakan antar individu tau kelompok yang memiliki dan tidak memiliki atribut yang diukur dalam penelitian (Azwar, 2015). Penguji daya beda aitem ini dilakukan dengan komputasi koefisien antara distribusi skor pada setiap aitem dengan distribusi skor skala itu sendiri. Skala penelitian ini peneliti menggunakan indeks daya beda aitem 0,30. Menurut (Azwar, 2012) menjelaskan bahwa indeks daya tiap aitem sudah dikatakan memuaskan jika indeks daya beda aitem 0,30 atau 0,25. Indeks daya beda aitem ini merupakan suatu ukuran untuk keseimbangan dan konsistensi pada fungsi aitem terhadap skala secara keseluruhan. Teknik dalam penelitian ini untuk mendapatkan uji beda aitem menggunakan korelasi berganda dan parsial, teknik ini menguji daya beda aitem dengan pemberian skor pada level interval terhadap setiap aitem dalam skala dan dibantu dengan program SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) for windows.

3. Realibilitas

Intstrumen dikatakan reliabel apabila pengukuran tersebut konsisten, cermat dan akurat (Imron 2019). Uji reliabilitas bertujuan untuk mengetahui konsistensi dari instrument sebagai alat ukur, sehingga nantinya hasil dari pengukuran tersebut dapat dipercaya. Reliabilitas aitem dapat dinyatakan baik apabila koefisien reliabilitas berada pada rentan 0 sampai 1,00 dan semakin baik apabila mendekati 1,00 (Azwar, 2012). Pengujian reliabilitas alat ukur dalam penelitian ini menggunakan reliabilitas teknik *Alpha Cronbach*. Teknik ini digunakan untuk menguji indikator yang valid dan akan terdeteksi indikator yang tidak konsisten dibantu dengan menggunakan SPSS (*Statistical Product Service Solutions*) versi 27.

F. Teknik Analisis

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik statistik. Teknik statistik adalah cara-cara yang dipersiapkan untuk menyusun, mengumpulkan menyajikan dan menganalisa data peneyelidikan yang berbentuk angka-angka. Teknik statistik menyediakan dasar-dasar yang dapat dipertanggungjawabkan untuk menarik kesimpulan-kesimpulan yang benar dan mengambil keputusan yang tepat (Hadi,2000).

Kegiatan menganalisis data adalah mengorganisasikan data sesuai variabel dan jenis responden, mentabulasi data tersebut berdasarkan variabel dan seluruh responden, menyajikan data tiap variabel yang diteliti, melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah, dan melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan (Azwar, 2012). Metode analisa data dilakukan untuk menguji hipotesis.

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi berganda dan korelasi parsial. Analisis regresi berganda adalah hubungan antara kedua variabel bebas dengan variabel tergantung (Sugiono, 2009). Sedangkan korelasi parsial adalah analisis data yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel dengan mengontrol atau menyesuaikan efek dari satu atau lebih variabel lain (Sugiono, 2009). Perhitungan analisis data dilakukan dengan menggunakan program komputer *SPSS versi 27 for windows*.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Orientasi Kancah dan Pelaksanaan Penelitian

1. Orientasi Kancah Penelitian

Orientasi penelitian adalah langkah permulaan yang dilalui sebelum penelitian dilaksanakan. Hal tersebut dilakukan bertujuan untuk mempersiapkan hal-hal yang berhubungan dengan proses penelitian. Langkah awal yang dilakukan adalah penentuan lokasi penelitian di Universitas “X” Semarang yang beralamat Jl. Soekarno Hatta Tlogosari Semarang, Jawa Tengah, kemudian melakukan observasi di lokasi penelitian berdasarkan pada karakteristik populasi yang telah ditetapkan.

Penelitian ini diawali dengan studi pendahuluan melalui wawancara terhadap mahasiswa yang bekerja. Beberapa mahasiswa mengalami kendala karena menjalani kuliah dengan bekerja. Kemudian peneliti melakukan pencarian data dan mencari literatur untuk mendukung penelitian ini. Peneliti juga menyempurnakan konsep dengan menambah teori agar penelitian ini semakin kuat dengan petunjuk dosen pembimbing skripsi. Pencarian data tersebut diawali dengan mencari data jumlah seluruh mahasiswa Fakultas Ekonomi di Universitas “X” kepada Satuan Komunikasi dan Teknologi Informasi (SaKTI). Satuan Komunikas dan Teknologi Informasi (SaKTI) Universitas “X”, menjelaskan bahwa mahasiswa yang diperbolehkan sebagai partisipan penelitian yaitu Fakultas Ekonomi kelas karyawan angkatan 2020 sesuai dengan penelitian yang akan dilaksanakan yaitu kepada mahasiswa bekerja. Peneliti kemudian meminta data kepada mahasiswa Fakultas Ekonomi kelas karyawan angkatan 2020 yang terdiri dari prodi D3 Manajemen Perusahaan, S1 Manajemen dan S1 Akuntansi Universitas “X” untuk mengetahui jumlah populasi dan sampel penelitian. Pada penelitian ini, teknik *quota sampling* digunakan sebagai metode pengambilan sampel, dimana peneliti memilih subjek sesuai dengan kriteria yang seseuai dan jumlah yang diinginkan (Sugiono, 2016). Penelitian ini dapat terlaksana

dengan lancar berkat izin dari pihak Fakultas Ekonomi Universitas “X” yang juga disertai surat rekomendasi Fakultas Psikologi Unissula.

2. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian

Persiapan pelaksanaan dilaksanakan supaya proses dalam penelitian berjalan lancar dan baik. Persiapan dalam penelitian ini yaitu melakukan wawancara, mengurus surat izin, menyiapkan alat ukur, pelaksanaan uji coba penelitian (*try out*) dan terakhir melakukan penelitian.

a. Persiapan Perizinan Penelitian

Sebelum melaksanakan penelitian sangat penting bagi peneliti untuk mengurus bagian perizinan yang mencakup izin dengan pihak berkaitan selama proses penelitian. Persiapan izin meliputi surat perizinan tertulis kepada Wakil Dekan 1 Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang dengan nomor surat 418/C.1/Psi-SA/IV/2023 ditujukan kepada Rektor Universitas “X”. Setelah peneliti mendapat izin, langkah berikutnya yaitu penelitian melalui pembagian link kuesioner untuk Mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas “X”.

b. Penyusunan Alat Ukur

Alat pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan skala. Alat ukur disusun dari indikator-indikator yang diambil dari aspek-aspek variabel yang dijelaskan menggunakan pernyataan. Penelitian ini menggunakan 3 skala yaitu kelelahan akademik, *Locus of Control Internal* dan konsep diri.

Pernyataan *favorable* dan *unfavorable* adalah jenis pernyataan yang digunakan dalam penelitian yang terdiri dari 4 pilihan jawaban dengan nilai berjenjang. Penilaian aitem untuk pernyataan *favorable* yaitu 4 untuk Sangat Sesuai (SS), skor 3 untuk Sesuai (S), skor 2 untuk Tidak Sesuai (TS), dan skor 1 untuk Sangat Tidak Sesuai (STS). Sedangkan penilaian untuk aitem *unfavourable* merupakan kebalikan dari *favorable*, yaitu skor 1 untuk Sangat Sesuai (SS), skor 2 untuk Sesuai (S), skor 3 Tidak sesuai (TS), dan skor 4 untuk Sangat Tidak Sesuai (STS).

1) Skala kelelahan akademik

Skala kelelahan akademik pada penelitian ini disusun berdasarkan aspek dari *Maslach* kelelahan akademik *Inventory – Student Survey* (MBI-SS) yang disesuaikan dengan konteks akademik oleh Schaufeli (2002) dan diterjemahkan legal oleh Universitas Semarang (Maharani, 2019) yang terdiri dari *Exhaustion*, *cynicism* dan *reduced academic efficacy*. Koefisien realibilitas *Maslach* kelelahan akademik *Inventory – Student Survey* untuk masing-masing skor skala adalah 0,85 untuk *exhaustion*, 0,78 untuk *cynicism* dan 0,73 untuk *reduced academic efficacy*. Skala ini terdapat 15 aitem yang terdiri dari 9 *favorable* dan 6 *unfavorable*.

Tabel 4. Sebaran aitem kelelahan akademik

No	Aspek	Aitem		Total
		Favorable	Unfavorable	
1	<i>Exhaustion</i> (Kelelahan karena tuntutan studi)	1, 2, 3, 4, 5		5
2	<i>Cynicism</i> (sikap sinis atau berjarak dengan studi)	6, 7, 8, 9		4
3	<i>Reduced academic efficacy</i> (Menurunnya keyakinan akademik)		10, 11, 12, 13, 14, 15	6
<i>Jumlah</i>		9	6	15

Keterangan: F = *Favorable*
UF = *Unfavorable*

2) Skala *Locus of Control Internal*

Penelitian ini disusun oleh peneliti sesuai dengan aspek *locus of control internal* berdasarkan Crider (1983) yaitu suka bekerja keras, memiliki inisiatif yang tinggi, selalu berusaha berfikir efektif dan berusaha untuk memunculkan pemecahan masalah. Skala *locus of control internal* memiliki 32 item yang terdiri dari 16 *favorable* dan 16 *unfavorable*.

Tabel 5. Sebaran aitem locus of control internal

No	<i>Locus of Control Internal</i>	<i>Aitem</i>		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Bekerja keras	1, 5, 10, 7	8, 3, 11, 20	8
2	Memiliki inisiatif yang tinggi	2, 4, 9, 15	12, 13, 22, 29	8
3	Berusaha memecahkan masala sendiri	6, 25, 16, 17	14, 18, 19, 30	8
4	Berfikir efektif	21, 24, 27, 32	23, 26, 28, 31	8
Jumlah		16	16	32

Keterangan: F = *Favorable*
 UF = *Unfavorable*

3) Skala Konsep Diri

Peneliti menyusun skala konsep diri menggunakan aspek oleh Calhoun & Acocella (Hadi, 2014) yang terdiri dari pengetahuan, penghargaan dan penilaian. Skala konsep diri yang digunakan dalam penelitian ini dibuat dengan dua macam jenis aitem yaitu aitem *favorabel* dan aitem *unfavorable*. Aitem *favorable* merupakan aitem pendukung yang sesuai dengan karakter yang akan diukur, sedangkan aitem *unfavorabel* merupakan aitem yang tidak menunjukkan karakter yang akan dilakukan pengukuran. Skala konsep diri memiliki 30 aitem yang terbagi menjadi 15 aitem *favorable* dan 15 aitem *unfavorable*.

Tabel 6. Sebaran aitem konsep diri

No	Aspek	<i>Aitem</i>		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	Pengetahuan	1, 3, 5, 6, 8	2, 4, 7, 10, 13	10
2	Pengharapan	9, 12, 16, 20, 23	11, 15, 19, 25, 27	10
3	Penilaian	14, 18, 21, 29, 28	17, 22, 24, 26, 30	10
Jumlah		15	15	30

Keterangan: F = *Favorable*
 UF = *Unfavorable*

c. Uji Coba Alat Ukur

Uji coba alat ukur adalah salah satu langkah yang dilaksanakan sebelum penelitian. Langkah ini dengan tujuan guna melihat realibilitas alat ukur sera daya beda aitem. Uji coba ini dilaksanakan pada 8 – 13 Juli 2023 pada mahasiswa Fakultas Ekonomi prodi angkatan 2020. Kuiseoner disebar melalui skala likert dan terisi 85 responden. Adapun rincian data uji coba yaitu:

Tabel 7. Rincian data uji coba

No	Prodi	Laki-laki	Perempuan	Jumlah	Angkatan
1	D3 Manajemen Perusahaan	7	16	23	2020
2	S1 Manajemen	17	45	62	2020
Total				85	

d. Uji Daya Beda Aitem dan Estimasi Realibilitas Alat Ukur

Tahap selanjutnya peneliti setelah skoring pada semua skala yaitu dilakukanya uji daya beda aitem dan reliabilitas alat ukur pada skala kelelahan akademik, *locus of control internal* dan konsep diri. Uji tersebut untuk mengetahui aitem yang dapat menjadi pembeda individu yang mempunyai atribut yang diukur ataupun tidak. Dikatakan memiliki daya beda aitem tinggi ketika koefisien korelasinya $\geq 0,30$ dan sebaliknya dapat dikatakan daya aitem rendah apabila koefisien korelasinya $\leq 0,30$. Tetapi bila aitem yang lolos jumlahnya tidak memenuhi, sehingga koefisien korelasinya bisa diturunkan batas kriteria menjadi $\geq 0,25$.

1) Skala kelelahan akademik

Berdasarkan hasil uji daya beda aitem yang diperoleh skala kelelahahn akaedemik dari 15 aitem memiliki daya beda aitem tinggi berkisar 0,315 hingga 0,765. Koefisien realibilitas yang dipakai dalam skala ini $\geq 0,25$. Estimasi realibilitas skala kelelahan

akademik diperoleh dengan bantuan koefisien realibilitas alpha cronbach dari 15 aitem yaitu 0,851 maka alat ukur skala kelelahan akademik dalam hal ini dinyatakan reliabel. Daya beda aitem kelelahan akademik dijelaskan dalam tabel dibawah ini.

Tabel 8. Daya Beda Aitem kelelahan akademik

No	Aspek	Aitem		Jumlah		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	DBT	DBR	
1	<i>Exhaustion</i> (Kelelahan karena tuntutan studi)	1, 2, 3, 4, 5		5	0	5
2	<i>Cynicism</i> (sikap sinis atau berjarak denga studi)	6,7,8,9		4	0	4
3	<i>Reduced academic efficacy</i> (Menurunnya keyakinan akademik)		10, 11, 12, 13, 14, 15	6	0	6
Total		9	6	15	0	15

Keterangan: DBT: Daya Beda Tinggi
DBR: Daya Beda Rendah

2) Skala *Locus of Control Intenal*

Berdasarkan hasil uji daya beda aitem yang diperoleh skala *locus of control intenal* dari 32 aitem, 22 aitem memiliki daya beda aitem tinggi berkisar 0,304 hingga 0,601 dan memiliki 10 aitem memiliki daya beda aitem rendah yaitu 0,030 hingga 0,289. Koefisien realibilias yang dipakai dalam skala ini yaitu $\geq 0,30$. Estimasi realibilitas skala *locus of control internal* didapat dengan bantuan koefisien relibilitas *Alpha Cronbach* dari 22 aitem diperoleh hasil sebanyak 0,843 maka alat ukur skala *locus of control intenal* dalam hal ini dainyatakan reliabel. Daya beda aitem skala *locus of control internal* dijelaskan dalam tabel dibawah ini.

Tabel 9. Daya beda aitem skala locus of control internal

No	Locus of Control Internal	Aitem		Jumlah		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	DBT	DBR	
1	Bekerja keras	1, 5, 10, 7	8,3*, 11*, 20*	5	3	8
2	Memiliki inisiatif yang tinggi	2*, 4*, 9, 15	12*,13*,22, 29	4	4	8
3	Berusaha memecahkan masala sendiri	6, 25, 16, 17	14*,18*,19, 30	6	2	8
4	Berfikir efektif	21, 24*, 27, 32	23, 26, 28, 31	7	1	8
Jumlah		16	16	22	10	32

Keterangan: * aitem dengan daya beda rendah
 DBT: Daya Beda Tinggi
 DBR: Daya Beda Rendah

3) Skala Konsep Diri

Berdasarkan hasil uji daya beda aitem yang diperoleh skala konsep diri dari 30 aitem, 24 aitem memiliki daya beda aitem tinggi berkisar 0,374 hingga 0,677 dan memiliki 6 aitem memiliki daya beda aitem rendah yaitu 0,094 hingga 0,282. Koefisien realibilitas yang dipakai dalam skala ini yaitu $\geq 0,30$. Estimasi realibilitas skala konsep diri didapat dengan bantuan koefisien relibilitas *Alpha Cronbach* dari 24 aitem diperoleh hasil sebanyak 0,904 maka alat ukur konsep diri dalam hal ini dinyatakan reliabel. Daya beda aitem konsep diri dijelaskan dalam tabel dibawah ini.

Tabel 10. Daya beda aitem konsep diri

No	Aspek	Aitem		Jumlah		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	DBT	DBR	
1	Pengetahuan	1, 3*, 5, 6*, 8	2, 4, 7*, 10, 13	7	3	10
2	Pengharapan	9, 12, 16, 20, 23	11, 15, 19, 25, 27	10	0	10
3	Penilaian	14, 18*, 21, 29, 28*	17, 22, 24, , 30*	7	3	10
Jumlah		15	15	24	6	30

Keterangan: * aitem dengan daya beda rendah
 DBT: Daya Beda Tinggi
 DBR: Daya Beda Rendah

3. Penomoran Kembali

Tahap berikutnya dari hasil uji coa yang telah dilaksanakan sebelumnya maka dilakukan penyusunan aitem dengan nomor urut baru yang akan digunakan dalam skala penelitian. Pemberian nomor ulang dilaksanakan dengan menghilangkan aitem yang mempunyai daya beda aitem rendah, sedangkan beda aitem yang tinggi dijadikan sebagai alat ukur penelitian. Susunan nomor aitem baru dijabarkan pada tabel berikut

Tabel 11. Tabel sebaran aitem skala kelelahan akademik

Aspek	Aitem		Total
	Favorable	Unfavorable	
<i>Exhaustion</i> (Kelelahan karena tuntutan studi)	1, 2, 3, 4, 5		5
<i>Cynicism</i> (sikap sinis atau berjarak denga studi)	6, 7, 8, 9		4
<i>Reduced academic efficacy</i> (Menurunnya keyakinan akademik)		10, 11, 12, 13, 14, 15	6
Jumlah	9	6	15

Keterangan: (...) nomor aitem baru

Tabel 12. Sebaran aitem *Locus of Control Internal*

No	<i>Locus of Control Internal</i>	Aitem		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1	Bekerja keras	1, 5, 10, 7	8 (3)	5
2	Memiliki inisiatif yang tinggi	9 (4), 15 (6)	22 (16), 29 (20)	4
3	Berusaha memecahkan masala sendiri	6 (2), 25 (8), 16 (11), 17 (19)	19 (13), 30 (18)	6
4	Berfikir efektif	21 (12), 27 (15), 32 (22)	23 (9), 26 (14), 28 (17), 31 (21)	7
	Jumlah	13	9	22

Keterangan: (...) nomor aitem baru

Tabel 13. Sebaran aitem skala Konsep Diri

No	Aspek	Aitem		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
1	Pengetahuan	1 (1), 5 (5), 8 (8)	2 (3), 4 (4), 10 (10), 13 (13)	7
2	Pengharapan	9 (2), 12 (6), 16 (9), 20 (12), 23 (15)	11 (7), 15 (11), 19 (17), 25 (20), 27 24)	10
3	Penilaian	14 (16), 21 (18), 29 (21)	17 (14), 22 (19), 24 (22), 26 (23)	7
Jumlah		11	13	24

Keterangan: (...) nomor aitem baru

B. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian dilakukan pada tanggal 25 Juli – 4 Agustus 2023, peneliti melaksanakan penelitian menggunakan teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *cluster random sampling*. Skala penelitian ini dibuat menggunakan *google form* kemudian peneliti dibantu salah satu mahasiswa akuntansi untuk mengirimkan *link google form* tersebut ke grup angkatan. Pengisian kuesioner dilakukan secara online dengan menyesuaikan panduan dari peneliti <https://forms.gle/8D34FJPCJ9cC9JwU9>. Selama 11 hari terkumpul 135 responden yang mana dari program studi S1 Akuntansi yang terdiri dari 95 perempuan dan 40 laki-laki, kemudian peneliti langsung melakukan skoring dan analisis data menggunakan SPSS versi 27.0.

Tabel 14. Data Demografi

No	Karakteristik	Frekuensi	Prosentase	Total
1.	Jenis Kelamin			
	a. Laki-laki	40	29,6%	135
	b. Perempuan	95	70,3%	
2.	Usia			
	a. 20	3	2,22%	135
	b. 21	56	41,4%	
	c. 22	51	37,7%	
	d. 23	23	17,03%	
	e. 24	1	0,74%	
	f. 25	1	0,74%	
3.	Prodi			
	a. S1 Akuntansi	135	100%	135

C. Analisis Data dan Hasil Penelitian

1. Uji Asumsi

a. Uji Normalitas

Tujuan uji normalitas guna mengetahui normal atau tidaknya data yang berdistribusi, teknik yang dipakai untuk uji normalitas adalah *One-Sample Kolmogrov Smirnov Z*. Data bisa dinyatakan telah berdistribusi dengan normal jika memenuhi ketentuan signifikansi nilai $p > 0,05$. Perolehan uji normalitas terdapat dalam tabel.

Tabel 15. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Mean	SD	KS-Z	Sig	P	Ket
kelelahan akademik	33.59	8.454		0.086	>0,05	Normal
<i>Locus of Control Internal</i>	63.56	10.078		0.057	>0,05	Normal
Konsep Diri	66.14	13.548		0.65	>0,05	Normal

Hasil uji normalitas yang telah dilaksanakan, diperoleh data variabel kelelahan akademik nilai signifikansi senilai 0.086 ($p > 0,05$). Perolehan tersebut menyatakan distribusi normal. Uji normalitas pada variabel *locus of control internal* mempunyai signifikansi senilai 0.057 ($p > 0,05$) yang berarti distribusi pada variabel tersebut normal. Selanjutnya pada variabel konsep diri diperoleh signifikansi senilai 0.65 ($p > 0,05$) yang mana hal ini dinyatakan normal.

b. Uji Linieritas

Uji linieritas yaitu uji yang memiliki fungsi untuk mengidentifikasi hubungan antara variabel bebas dengan variabel tergantung. Hasil dari uji linieritas bertujuan untuk mengidentifikasi signifikansi atau tidaknya variabel yang telah diteliti. Data penelitian dapat dikatakan linier dengan membandingkan nilai signifikansinya dari deviation from linearity yang dihasilkan dari uji linieritas dengan SPSS. Jika nilai signifikansi dari Deviation from linearity $> 0,05$ maka nilai tersebut linier (R. Gunawan Sudarmanto, 2005).

Hasil uji linieritas antara variabel kelelahan akademik dan *Locus of Control Internal* di peroleh F_{linier} sebesar 1,571 dengan signifikansi 0,051 ($p > 0,05$), maka hasil tersebut menyatakan bahwa kelelahan akademik dan *locus of control internal* berkaitan secara linier. Kemudian, hasil uji linieritas kelelahan akademik dan konsep diri diperoleh F_{linier} 0,981 dengan signifikansi 0,517 ($p > 0,05$) maka kedua kelelahan akademik dan konsep diri berhubungan seacara linier.

c. Uji Multikolinieritas

Uji Multikolinieritas ini dengan dengan tujuan guna melihat terdapatnya koneksi antar variabel pada suatu regresi. Umumnya pada pengujian menggunakan metode yang baik yaitu metode pengujian dengan melihat skor VIF < 10 serta nilai tolerance $> 0,1$ sehingga penelitian tersebut bebas dari multikolinieritas (Priyanto, 2016).

Hasil yang diperoleh dari uji multikolinieritas pada penelitian ini ditunjukan hasil *tolerance* sebanyak 0.983 dengan nilai VIF 1.1017, hal ini dinyatakan hasil < 10 yang artinya tidak terjadi multikolinieritas pada variabel independent model regresi.

2. Uji Hipotesis

a. Hipotesis pertama

Teknik korelasi yang digunakan untuk uji korelasi yaitu korelasi regresi berganda guna membuktikan adanya hubungan antara *locus of control internal* dan konsep diri terhadap kelelahan akademik mahasiswa yang bekerja.

Hasil uji korelasi yang dilaksanakan yaitu, menunjukkan $R = 0,206$ dan $F = 2,920$ serta signifikansi 0.057 ($p > 0,05$). Hasil tersebut menyatakan bahwa hipotesis ditolak terdapat hubungan antar variabel, yang mana artinya tidak terbukti adanya hubungan yang signifikan antara *locus of control internal* dan konsep diri terhadap kelelahan akademik mahasiswa yang bekerja. Persamaan garis regresinya adalah $y = -0.143X_1 + -0.060X_2 + 46.618$.

b. Hipotesis kedua

Uji korelasi pada hipotesis kedua penelitian ini menggunakan teknik korelasi parsial yang bertujuan untuk membuktikan adanya ketekaitan antara variabel *locus of control internal* dan kelelahan akademik dengan mengontrol variabel konsep diri. Pada penelitian ini mendapatkan hasil $r_{x1y} = 0.170$ dengan signifikansi $0,050$ ($p \leq 0,05$) maka memperlihatkan hubungan negatif yang signifikan antara *locus of control internal* dan kelelahan akademik. Hal tersebut menyatakan bahwa semakin tinggi *locus of control internal* yang dimiliki maka semakin rendah terjadinya kelelahan akademik pada mahasiswa yang bekerja. Dapat disimpulkan bahwa hipotesis kedua diterima.

c. Hipotesis ketiga

Uji korelasi pada hipotesis ketiga penelitian ini menggunakan teknik korelasi parasiial. Hasil menunjukkan $r_{x2y} = 0,097$ dengan signifikansi $0,266$ ($p > 0,05$). Hal ini menunjukkan tidak terbukti adanya hubungan yang signifikan antara konsep diri dan kelelahan akademik, yang artinya hipotesis ketiga ditolak.

D. Deskripsi Hasil Penelitian

Deskripsi data penelitian ini disusun untuk menggambarkan mengenai skor dalam kelompok yang posisinya bertingkat sesuai dengan variabel yang diungkap. Distribusi normal (Azwar, 2016) adalah distribusi standar yang terbagi 6 bagian satuan standar deviasi. Norma yang digunakan yaitu:

Tabel 16. Norma Kategori Skor

Rentang Skor	Kategorisasi
$\mu + 1,5 \sigma < X$	Sangat tinggi
$\mu + 0,5 \sigma < X \leq \mu + 1,5 \sigma$	Tinggi
$\mu - 0,5 \sigma < X \leq \mu + 0,5 \sigma$	Sedang
$\mu - 1,5 \sigma < X \leq \mu + 0,5 \sigma$	Rendah
$X \leq \mu - 1,5 \sigma$	Sangat rendah

Keterangan: μ = Mean hipotetik

σ = Standar deviasi hipotetik

X = Skor yang diperoleh

1. Deskripsi Data Skor Skala kelelahan akademik *Academik*

Skala kelelahan akademik memiliki 15 berdaya tinggi aitem dengan pemberian skor diantara 1 sampai 4. Skor minimum yang diperoleh yakni 15 (15×1) dan skor maksimumnya sebesar 60 (15×4) dan rentan skor 45 ($60-15$). Mean hipotetik dari penelitian ini yaitu 37,5 ($[(15+60):2]$) dan standar deviasi hipotetik 7,5 ($[(60-15):6]$).

Skala ini memiliki nilai empirik dengan skor minimal 20 dan skor maksimal sebesar 54. Mean empirik sejumlah 33,59 dengan standar deviasi 8,45.

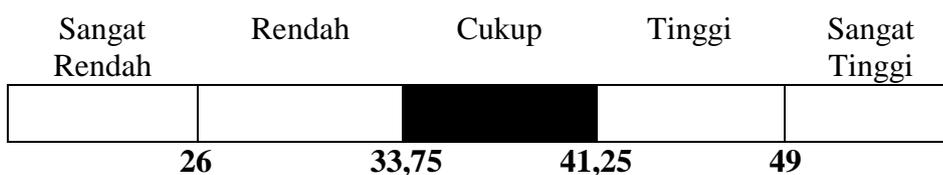
Tabel 17. Deskripsi Skor Penelitian kelelahan akademik

Deskripsi Skor	Empirik	Hipotetik
Skor Minimum	20	15
Skor Maksimum	54	60
Mean (M)	33,59	37,5
Standar Deviasi (SD)	8,45	7,5

Berdasarkan penjelasan tabel skor data variabel kelelahan akademik diatas, mean empirik sejumlah 33,59. Melihat dari norma kategori skor sampel pada penelitian ini memiliki kategori sedang.

Tabel 18. Kategorisasi Skor Subjek pada Skala kelelahan akademik

Kategorisasi	Norma	Frekuensi	Presentasi
Sangat Tinggi	$49 < x$	9	7%
Tinggi	$41,25 < x \leq 49$	9	7%
Sedang	$33,75 < x \leq 41,25$	49	36%
Rendah	$26 < x \leq 33,75$	35	26%
Sangat Rendah	$x \leq 26$	33	7,88%
Total		135	100%



Gambar 1. Norma Kategorisasi Skala kelelahan akademik

2. Deskripsi Data Skor Skala *Locus of Control Intenal*

Skala locus of control intenal memiliki 22 berdaya tinggi aitem dengan pemberian skor diantara 1 sampai 4. Skor minimum yang diperoleh yakni 22 (22×1) dan skor maksimumnya sebesar 88 (22×4) dan rentan skor 66 ($88-22$). Mean hipotetik dari penelitian ini yaitu 55 ($[(22+88):2]$) dan standar deviasi hipotetik 11 ($[(88-22):6]$).

Skala ini memiliki nilai empirik dengan skor minimal 35 dan skor maksimal sebesar 80. *Mean* empirik sejumlah 63,5 dengan standar deviasi 10,07.

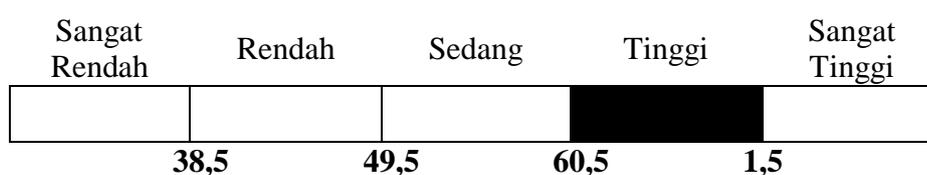
Tabel 19. Deskripsi Skor *Locus of Control Internal*

Deskripsi Skor	Empirik	Hipotetik
Skor Minimum	35	22
Skor Maksimum	80	88
Mean (M)	63,5	55
Standar Deviasi (SD)	10,07	11

Berdasarkan penjelasan tabel skor data variabel *locus of control intenal* diatas, mean empirik sejumlah 63,5. Melihat dari norma kategori skor sampel pada penelitian ini memiliki kategori tinggi.

Tabel 20. Kategorisasi Skor Subjek pada Skala *Locus of Control Internal*

Kategorisasi	Norma	Frekuensi	Presentasi
Sangat Tinggi	$71,5 < x$	34	25%
Tinggi	$60,5 < x \leq 71,5$	50	37%
Sedang	$49,5 < x \leq 60,5$	38	28%
Rendah	$38,5 < x \leq 49,5$	12	9%
Sangat Rendah	$x \leq 38,5$	1	1%
Total		135	100%



Gambar 2. Gambar Norma Kategorisasi Skal *Locus of Control Internal*

3. Deskripsi Data Skor Konsep Diri

Skala konsep diri memiliki 24 berdaya tinggi aitem tinggi dengan pemberian skor diantara 1 sampai 4. Skor minimum yang diperoleh yakni 24 (24×1) dan skor maksimumnya sebesar 96 (24×4) dan rentan skor 72 ($96 - 24$). Mean hipotetik dari penelitian ini yaitu 60 ($[(24+96):2]$) dan standar deviasi hipotetik 12 ($[(96-24):6]$).

Skala ini memiliki nilai empirik dengan skor minimal 33 dan skor maksimal sebesar 95. *Mean* empirik sejumlah 66,1 dengan standar deviasi 13,54.

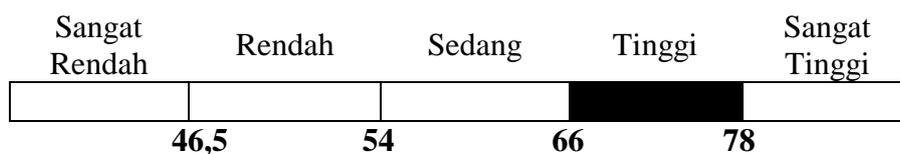
Tabel 21. Deskripsi Skor Skala Konsep Diri

Deskripsi Skor	Empirik	Hipotetik
Skor Minimum	33	24
Skor Maksimum	95	96
Mean (M)	66,1	60
Standar Deviasi (SD)	13,54	12

Berdasarkan penjelasan tabel skor data variabel konsep diri diatas, mean empirik sejumlah 66,1. Melihat dari norma kategori skor sampel pada penelitian ini memiliki kategori tinggi.

Tabel 22. Kategorisasi Skor Subjek pada Skala Konsep Diri

Kategorisasi	Norma	Frekuensi	Presentasi
Sangat Tinggi	$78 < x$	28	21%
Tinggi	$66 < x \leq 78$	41	30%
Sedang	$54 < x \leq 66$	37	27%
Rendah	$46,5 < x \leq 54$	17	12%
Sangat Rendah	$x \leq 46,5$	12	9%
Total		135	100%



Gambar 3. Norma Kategoeresasi Skala Konsep Diri

E. Pembahasan

Penelitian dilaksanakan dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara *locus of control internal* dan konsep diri dengan kelelahan akademik pada mahasiswa yang bekerja. Penelitian ini menggunakan tiga hipotesis dan berdasarkan analisis data yang telah dilakukan pada hipotesis pertama diketahui hasil koefisien korelasi ganda $R = 0,206$ dengan $F = 2,920$ dan nilai signifikan sebesar $0,057$ ($p > 0,05$). Hal tersebut menunjukkan bahwa tidak terbukti adanya hubungan yang signifikan antara *locus of control internal* dan konsep diri dengan kelelahan akademik pada mahasiswa yang bekerja.

Hipotesis kedua dilakukan dengan uji korelasi parsial dimana bahwa antara *locus of control internal* dan kelelahan akademik diperoleh nilai r_{x_1y} $0,170$ dengan signifikansi $0,050$ ($p \leq 0,05$). Hal tersebut menunjukkan bahwa adanya hubungan negatif antara variabel *locus of control internal* dengan kelelahan akademik pada mahasiswa bekerja. Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis diterima. *Locus of control internal* merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kelelahan akademik pada mahasiswa bekerja, hal tersebut ditunjukkan dengan diterimanya hipotesis pada penelitian ini. Hipotesis ini artinya jika mahasiswa yang kuliah sambil bekerja memiliki kelelahan akademik yang tinggi maka *locus of control internal* yang dimiliki akan cenderung rendah, begitupun sebaliknya jika mahasiswa yang kuliah sambil bekerja memiliki kelelahan akademik rendah, maka cenderung memiliki tingkat *locus of control internal* yang tinggi.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Puspita (2017) dengan judul Hubungan antara *locus of control internal* dengan kelelahan akademik pada perawat terdapat hubungan negatif dan signifikan antara *locus of control internal* dan kelelahan akademik, yang menjelaskan memiliki *locus of control internal* akan menghambat perawat dalam pengambil resiko, dan pekerjaan akan stabil. Hal ini sesuai dengan pendapat kreitner & Kinichi (2005) bahwa *locus of control internal* dapat menurunkan kelelahan akademik. Penelitian serupa yang dilakukan oleh (Waskito, 2019) dengan judul hubungan *locus of control internal* dengan kelelahan akademik pada mahasiswa yang bekerja terdapat hubungan yang negatif

dan signifikan antara *locus of control internal* dan kelelahan akademik. Penelitian tersebut menyatakan bahwa mahasiswa yang bekerja memiliki *locus of control internal* yang rendah.

Mahasiswa dengan *locus of control internal* yang baik akan merasa bertanggung jawab dan menerima segala sesuatu karena akibat dari tingkah lakunya sendiri. Mahasiswa dengan *locus of control internal* yang tinggi cenderung memiliki keyakinan bahwa diri sendirilah yang menentukan tentang segala kejadian di dalam hidupnya (Nowicki, 2016). Dengan tanggung jawab tadi membuat mahasiswa untuk tetap memperbaiki tingkah lakunya menjadi lebih baik.

Nilai koefisien determinasi (R Squared) sebesar 0,033 menunjukkan bahwa variabel *locus of control internal* memiliki kontribusi sebesar 0,33% terhadap variabel kelelahan akademik pada mahasiswa bekerja dan sisanya 99,67% diengaruhi oleh faktor lain seperti konflik peran, beban kerja, kurangnya dukungan sosial dan sosial *cultural factor*.

Hipotesis ketiga pada penelitian ini melalui uji korelasi parsial. Berdasarkan hasil uji korelasi yang dilakukan, terlihat bahwa antara variabel konsep diri dan kelelahan akademik didapat nilai $r_{x_2y} = 0,097$ dengan signifikansi 0,266 ($p > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara konsep diri dan kelelahan akademik.

Penelitian ini didukung oleh penelitian (Octari & Sumiati, 2023) yang berjudul kelelahan akademik guru inklusi: prediktor konsep diri, dukungan sosial dan faktor demografi bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara konsep diri dan kelelahan akademik. Penelitian ini berbanding kebalik dengan penelitian (Kurniawan, 2019) yang menyatkan adanya pengaruh negatif dan signifikan yang antara konsep diri dan kelelahan akademik.

Hipotesis pertama dan hipotesis ketiga pada penelitian ini ditolak, artinya tidak terdapat hubungan yang signifikan secara bersama-sama dari variabel *locus of control internal* dan konsep diri terhadap kelelahan akademik mahasiswa

bekerja serta tidak adanya hubungan yang signifikan antara konsep diri dan kelelahan akademik mahasiswa bekerja. Mahasiswa yang bekerja tidak semua mengalami kelelahan akademik, ada yang dapat menjalankan kuliah dengan bekerja dan ada juga mahasiswa yang mengalami kelelahan akademik. Fenomena terjadi karena mempresepsikan tanggung jawab mengerjakan tugas kuliah dan bekerja sebagai beban. Konsep diri merupakan cara pandang individu terhadap diri sendiri yang akan mempengaruhi tingkah laku untuk menghadapi lingkungan sekitar secara emosional sehingga dapat menurunkan kelelahan akademik.

Subjek dalam penelitian ini menggunakan kelas karyawan Fakultas Ekonomi yang mana semua mahasiswa memiliki tanggung jawab ganda yaitu belajar dan bekerja. Mahasiswa kelas karyawan di dalam penelitian ini menyadari sejak awal resiko dan dampak positif maupun negatif ketika menjalani kuliah dengan bekerja seperti mampu membagi waktu untuk menyeimbangkan kedua tanggung jawab. Lingkungan sosial di dalam kelas karyawan cukup mendukung untuk selalu melakukan yang terbaik dalam belajar dan bekerja, hal ini mampu menciptakan konsep diri yang positif pada mahasiswa. Konsep diri yang positif menurut Callhoun dan Acocella (2004) adalah perilaku individu yang mengarahkan kepada hal yang bernilai positif bagi dirinya seperti meningkatnya prestasi dalam dunia akademik maupun non akademik. Mahasiswa yang memiliki konsep diri positif akan akan memandang dirinya positif sehingga akan bergerak maju untuk memaksimalkan potensi diri. Konsep diri yang positif juga mampu membantu mahasiswa terhindar dari fenomena kelelahan akademik, karena mahasiswa percaya bahwa pikiran dan tingkah laku yang positif akan memiliki dampak positif terhadap dirinya sendiri serta memiliki keyakinan penuh terhadap dirinya sendiri.

F. Kelemahan Penelitian

Kelemahan tau kekurangan yang terdapat dalam penelitian ini ini adalah sebagai berikut:

1. Teknik sampling yang tidak dengan rencana awal, sehingga membatasi peneliti untuk mendapatkan subjek yang lebih luas

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan Penelitian

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan, bisa ditarik kesimpulan bahwa :

1. Tidak terdapat hubungan antara *locus of control intenal* dan konsep diri terhadap kelelahan akademik mahasiswa bekerja Fakultas Ekonomi. Artinya *locus of control internal* dan konsep diri tidak dapat digunakan untuk melihat *burnot academic* mahasiswa bekerja atau hipotesis pertama ditolak.
2. Terdapat hubungan negatif antara *locus of control intenal* terhadap kelelahan akademik mahasiswa bekerja fakultas Ekonomi. Maksudnya semakin rendah *locus of control internal*, maka semakin tinggi kelelahan akademik mahasiswa bekerja dan begitu sebaliknya.
3. Tidak terdapat hubungan negatif antara konsep diri terhadap kelelahan akademik mahasiswa bekerja Fakultas Ekonomi. Artinya hal ini menunjukkan bahwa hipotesis ketiga pada penelitian ini ditolak.

B. Saran

Berdasarkan pada kesimpulan dan hasil penelitian, dapat diambil beberapa saran kepada pihak yang meliputi:

1. Bagi Mahasiswa

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan, diharapkan mahasiswa yang bekerja dapat mempertahankan locus of control internal atau keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri supaya dapat menjalani sebagai mahasiswa dan pekerja. Mahasiswa juga diharapkan dapat meningkatkan konsep diri sehingga kelelahan akademik dapat ditekan semaksimal mungkin.

2. Saran bagi peneliti selanjutnya
 - a. Diharapkan dapat melakukan studi lebih mendalam mengenai kelelahan akademik mahasiswa yang bekerja untuk mendapatkan data yang lebih akurat mengenai permasalahan penelitian.

- b. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian yang dihubungkan dengan variabel lainya seperti efikasi diri dan beban aktivitas.



DAFTAR PUSTAKA

- Acocella, J. R., & Calhoun, J. F. (1990). *Psychology of adjustment human relationship* (3th ed). New York: McGraw-Hill.
- Adi, T. N. (2017). Perilaku coping mahasiswa dalam mengatasi stress mengikuti mata kuliah mpk kuantitatif. *Jurnal Acta Diurna*, 6(2), 1–11. https://scholar.google.co.id/citations?view_op=view_citation&hl=en&user=78_dQuwAAAAJ&citation_for_view=78_dQuwAAAAJ:Y0pCki6q_DkC
- Arlinkasari, F., & Akmal, S. Z. (2017). Hubungan antara school engagement, academic self-efficacy dan academic burnout pada mahasiswa. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 1(2), 81. <https://doi.org/10.28932/humanitas.v1i2.418>
- Chritiana, E. (2022). Burnout akademik selama pandemi Covid-19. *Psychological Journal: Science and Practice*, 1(2), 37–42. <https://doi.org/10.22219/pjsp.v1i2.19021>
- Dadgar, M. (2012). The academic consequences of employment for students enrolled in community college. *Community College Research Center, Columbia University*, 46, 1–30. <https://doi.org/https://citeseerx.ist.psu.edu/document?repid=rep1&type=pdf&doi=cc1ca02a6727f3d721a850e0e0e205a95971a968>
- Fadila. (2016). Mengembangkan motivasi belajar melalui locus of control dan self esteem pendahuluan. *Jurnal Pendidikan Islam*, 1(01). <http://journal.iaincurup.ac.id/index.php/belajea/article/download/86/36>
- Indrawati, H. (2019). *Keterampilan berpikir kritis dan hasil belajar biologi antara siswa yang berkepribadian ekstrovert dan introvert di sma negeri* [Skripsi. Fakultas Pendidikan Biologi. Makassar: Universitas Islam Negeri Makassar]. <http://eprints.unm.ac.id/12171/%0Ahttp://eprints.unm.ac.id/12171/1/4>.
- Jackson, S., & Maslach, C. (1982). After-effects of job-related stress: families as victims. *Journal of Occupational Behaviour*, 3(1), 63–77. <https://www.jstor.org/stable/3000298>
- Khairani, Y., & Ifdil. (2015). Konsep burnout pada mahasiswa bimbingan dan konseling. *Konselor*, 4(4), 208. <https://doi.org/10.24036/02015446474-0-00>
- Khusumawati, Z. E., & Christiana, E. (2014). Penerapan kombinasi antara teknik relaksasi dan self-instruction untuk mengurangi kejenuhan belajar siswa. *Bk Unesa*, 5(1), 8.

- Kiling, B. N. (2015). Jurnal psikologi pendidikan dan konseling. *Tinjauan Konsep Diri Dan Dimensinya Pada Anak Dalam Masa Kanak-Kanak Akhir, 1*(1), 116–124. <http://ojs.unm.ac.id/JPPK/article/view/1537/604>
- Kurniawan, F. F. (2019). Pengaruh konsep diri dan dukungan sosial terhadap kejenuhan belajar pada siswa di sma negeri se-wilayah semarang barat tahun pelajaran 2018/2019 [Skripsi. Fakultas Bimbingan dan Konseling. Semarang: Universitas Negeri Semarang]. In *Skripsi*. <http://lib.unnes.ac.id/34286/>
- Lia, S. (2022). Hubungan locus of control internal dan burnout pada siswa. *Jurnal Psikologi, 8.5.2017*, 2003–2005. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/autism-spectrum-disorders>
- Maharani, D. M. (2019). Hubungan antara self-esteem dengan academic burnout pada siswa kelas xi sma negeri 1 semarang tahun ajaran 2018/2019 [Skripsi. Fakultas Ilmu Pendidikan. Semarang: Universitas Negeri Semarang]. In *Skripsi*. <http://lib.unnes.ac.id/32751/>
- Mardelina, E., & Muhson, A. (2017). Mahasiswa bekerja dan dampaknya pada aktivitas belajar dan prestasi akademik. *Jurnal Economia, 13*(2), 201. <https://doi.org/10.21831/economia.v13i2.13239>
- Maslach, C., & Goldberg, J. (1998). Prevention of burnout: New perspectives. *Applied and Preventive Psychology, 7*(1), 63–74. [https://doi.org/10.1016/S0962-1849\(98\)80022-X](https://doi.org/10.1016/S0962-1849(98)80022-X)
- Maslach, C., & Jackson, S. (1982). After-effects of job-related stress: families as victims. *Journal of Occupational Behaviour, 3*(1), 63–77. <https://www.jstor.org/stable/3000298>
- Maslach, C., & Pines, A. (1977). The burn-out syndrome in the day care setting. *Child Care Quarterly, 6*(2), 100–113. <https://doi.org/10.1007/BF01554696>
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job burnout. *Annual Review of Psychology, 52*(February), 397–422. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397>
- Muna, N. R. (2013). Efektifitas teknik self regulation learning. *Holistik, 14*(02), 57–78. https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=efektivitas+teknik+self+regulation+learning+dalam+meredukasi&btnG=#d=gs_qabs&t=1693801941108&u=%23p%3DoZNutPI-YJYJ
- Octari, S. L., & Sumiati, N. T. (2023). Siti Lutfia Octari dan Neneng Tati Sumiati * Keywords : Abstrak : Abstract : *Intensi Jurnal Psikologi, 2*(1981), 49–55. <https://doi.org/https://doi.org/10.31479/intensi.v1i2.12>

- Octavia, E., & Nugraha, S. P. (2013). Hubungan antara adversity quotient dan work-study conflict pada mahasiswa yang bekerja. *Jurnal Psikologi Integratif*, 1(1), 44–51.
- Paidar, F., Amirhooshangi, A., & Taghavi, R. (2016). Gender differences in students' mathematics self-koncept and academic burnout. *International Journal of School Health*, 4(1), 1–6. <https://doi.org/10.17795/intjsh-39351>
- Permatasari, D., Latifah, L., & Pambudi, P. R. (2021). Studi academic burnout dan self-efficacy mahasiswa. *Jurnal Prakarsa Paedagogia*, 4(2). <https://doi.org/10.24176/jpp.v4i2.7418>
- Puspita, P. I. (2017). Hubungan Antara locus of control internal dengan burnout pada perawat. Skripsi. Fakultas Psikologi. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Puspitaningrum, K. (2018). Pengaruh dukungan sosial orang tua terhadap burnout pada mahasiswa dalam mengerjakan skripsi. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 4(1), 11. <https://journal.student.uny.ac.id/ojs/index.php/fipbk/article/download/12599/12145>
- Putri, A., & Budiani, M. S. (2012). Pengaruh kelelahan emosional terhadap perilaku belajar pada mahasiswa yang bekerja. *Penelitian Psikologi*, 1(2), 1–20.
- Rad, M., Shomoossi, N., Rakhshani, mohammad hasan, & Sabzevari, marzieh torkmannejad. (2017). Psychological capital and academic burnout in students of clinical majors in iran. *Acta Facultatis Medicae Naessensis*, 34(4), 311–319. <https://doi.org/10.1515/afmnai-2017-0035>
- Raudah, F., Budiarti, lia yulia, & Lestari, ririn dhian. (2013). Stres dengan motivasi belajar mahasiswa reguler fakultas kedokteran universitas lampung yang sedang menyusun karya iulis ilmiah. *Dunia Keperawatan*, 3(1), 44–55. <http://ppjp.unlam.ac.id/journal/index.php/JDK/article/view/1705>
- Rice, F. ., & Dolgin, K. . (2008). The adolescent: development , relationship, and culture 12th edition. In *United Studes of Amerika: Pearson International Edition* (Vol. 3, Issue 2). <https://doi.org/10.30653/001.201932.93>
- Rotter, J. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monograph*, 80(1), 1–2. https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=Rotter+J.B.%281996%29.+Generalized+Expectancies+for+Internal+Versus+External+Control++of+Reinforcement+Psycological+Monographs&btnG=#d=gs_qabs&t=1693803075426&u=%23p%3DBjb9JNrVWGsJ

- Salmela-Aro, K., Kiuru, N., Leskinen, E., & Nurmi, J. E. (2009). School burnout inventory (SBI) reliability and validity. *European Journal of Psychological Assessment*, 25(1), 48–57. <https://doi.org/10.1027/1015-5759.25.1.48>
- Salmela, K. (2009). Gejala depresi dan kelelahan sekolah selama masa remaja: Bukti dari dua studi longitudinal yang saling tertunda. *Jurnal Remaja Dan Remaja*, 38(1), 10. <https://doi.org/https://doi.org/10.1007/s10964-008-9334-3>
- Sari, ni luh putu dian yunita. (2015). Hubungan Beban kerja , faktor demografi ,locus of control dan harga diri terhadap burnout syndrome ird rsup sanglah. *Coping Ners Journal*, 3(2), 51–60. <https://scholar.google.com/scholar>
- Sari, rahayu anjas, & Maryam, E. W. (2022). Hubungan antara gratitude dengan psychological well-being pada mahasiswa pekerja di universitas muhammadiyah sidoarjo. 2 No 3, 865–872. <https://doi.org/10.29313/bcsps.v2i3.4888>
- Tessema, T. M., Ready, J. K., & Astani, M. (2014). Does Part-time job affect college students' satisfaction and academic performance (gpa)? the case of a mid-sized public university. *International Journal of Business Administration*, 5(2). <https://doi.org/10.5430/ijba.v5n2p50>
- van der Meer, P., & Wielers, R. (2001). The increased labour market participation of Dutch students. *Work, Employment and Society*, 15(1), 55–71. <https://doi.org/10.1177/09500170122118779>
- Waskito, O. E. (2019). Hubungan locus of control internal dengan burnout academic pada mahasiswa yang bekerja [Skripsi. Fakultas Psikologi. Yogyakarta: Universitas Mercu Buana]. <http://eprints.mercubuana-yogya.ac.id/7047/1/naskah publikasi.docx>