

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh koefisien korelasi $r_{xy} = -0,428$ dengan taraf signifikansi $p = 0,003$ yang berarti ada hubungan negatif antara *locus of control* internal dengan *burnout* pada mahasiswa yang bekerja. Dari hasil tersebut maka dapat ditarik kesimpulan ada korelasi negatif antara *locus of control* internal dengan *burnout* pada mahasiswa yang bekerja. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi *locus of control* internal maka semakin rendah *burnout* pada mahasiswa yang bekerja, sebaliknya semakin rendah *locus of control* maka cenderung tinggi *burnout* pada mahasiswa yang bekerja.

Nilai koefisien determinansi (*R Squared*) sebesar 0,184 menunjukkan bahwa variabel *locus of control* internal memiliki kontribusi sebesar 18,4% terhadap variabel *burnout* pada mahasiswa yang bekerja dan sisanya 81,6% dipengaruhi faktor lain yaitu *environmental factor* seperti konflik peran, beban kerja berlebihan, kurangnya dukungan sosial, dan *social cultural factor*.

Pada kategorisasi *burnout* terdapat 29 orang (47,5%) mahasiswa dalam kategori sedang, dan pada kategorisasi *locus of control* internal terdapat 29 orang (72,5%) dalam kategori rendah. Diterimanya hipotesis dalam penelitian ini memiliki koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,184 menunjukkan bahwa variabel *locus of control* internal memberikan kontribusi sebesar 18,4% terhadap variabel *burnout* pada mahasiswa yang bekerja, sedangkan sisanya sebesar 81,6% dipengaruhi variabel lain, yaitu *environmental factor* dan *social cultural factor*.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka diajukan beberapa saran sebagai berikut:

1. Instansi terkait yang menaungi mahasiswa dari hasil penelitian diketahui 40 mahasiswa yang menjadi subjek dalam penelitian memiliki tingkat *burnout* dalam kategori sedang sebesar 47,5%, dapat dikatakan sebagian besar mahasiswa yang kuliah sambil bekerja memiliki *burnout* yang sedang. Untuk merendahkan tingkat *burnout* yang dialami mahasiswa bisa diberikan pelatihan *management stress* atau relaksasi untuk meningkatkan produktivitasnya. Sedangkan kategorisasi *locus of control* internal, 72,5% yang masuk kedalam kategori rendah, oleh sebab itu diharapkan instansi terkait dapat memberikan pelatihan seperti berpikir positif, pelatihan motivasi ataupun pelatihan lainnya yang dapat membantu mahasiswa meningkatkan *locus of control* internal
2. Bagi Subjek penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan masukan mengenai pentingnya mengatasi *burnout* sehingga diharapkan nantinya subjek dalam penelitian ini dapat menjaga tingkat *burnout*nya rendah dengan cara meningkatkan tingkat *locus of control* internal.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya, sumbangan *locus of control* internal terhadap *burnout* pada mahasiswa yang kuliah sambil bekerja sebesar 18,4% bisa diteliti lagi. Dengan mempertimbangkan untuk menggunakan faktor besar yang mempengaruhi *burnout* bukan anak dari faktor. Faktor-faktor besar tersebut antara lain yaitu *environmental factor* merupakan faktor yang berkaitan dengan konflik peran, beban kerja yang berlebihan, kurangnya dukungan sosial,

keterlibatan terhadap pekerjaan, tingkat fleksibilitas waktu kerja. Dalam keluarga, faktor lingkungan termasuk dalam jumlah anak, keterlibatan dalam keluarga, serta kualitas hubungan dengan anggota keluarga. Dan *social cultural factor* berkaitan dengan nilai, norma, kepercayaan yang dianut dalam masyarakat yang berkaitan dengan pelayanan sosial dipengaruhi variabel lain, konflik peran, beban kerja, jenis kelamin, motivasi, nilai, dan norma

DAFTAR PUSTAKA

- Adali, E. P. (2002). Burnout among nurse in intensive care units. Internal medicine wards and emergency departments in Greek Hospital. *Icus nurs web J.* 11, 1-19
- Adi, T. N. (2010). Perilaku *coping* mahasiswa dalam mengatasi stres mengikuti mata kuliah mpk kuantitatif. *Acta diurnal*, 6(2), 1-11.
- Amalia, H., Musadieg, M., Afrianty, T. (2016). Pengaruh *Locus Of Control* Terhadap Kepuasan Kerja Dan Kinerja (Studi pada Karyawan Perusahaan Daerah Air Minum (PDAM) Kota Malang). *Jurnal Administrasi Bisnis*, 35(1)
- Azwar, S. (2016). Metode Penelitian. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2015). Metode Penelitian. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Baron, R.A. & Greenberg, I. (2003). Behavior in organization understanding and managing the human side of work 8th edition. New Jersey: Prentice Hall.
- Chakraborty, C. (2012). Internal Predictors of Burnout in Psychiatric Nurses: An Indian Study. *Industrial Psychiatry Journal*, 21(2), 119-124.
- Chernis, C. (1980). *Staff burnout: Job stress in the human service*. London: Dage Publicatoin
- Cokroaminoto. (2007). Faktor-faktor yang mempengaruhi kinerja individu: respon untuk Zaenul cite from URL: <http://cokroaminoto.wordpress.com/2007/06/12/faktor-faktor-yang-mempengaruhi-kinerja-individu-respon-untuk-zaenul/#comment-93> (diakses tanggal 26 April 2019)
- Danta, E., Rahmat, I. (2005). *Burnout* Ditinjau dari *Locus of Control* Internal dan Eksternal. *Majalah Kedokteran Nusantara*, 38(3), 213-217.
- Dudija, N. (2011). Perbedaan motivasi menyelesaikan skripsi antara mahasiswa yang bekerja dan mahasiswa yang tidak bekerja. *Humanitas*, 8(2), 196-206
- Fadila. (2016). Mengembangkan motivasi belajar melalui *locus of control* dan *sefl esteem*. *Balajea: Jurnal Pendidikan Islam* 1(1), 84-146

- Farber, B. A. (1991). *Crisis and education: Stress and burnout in the American teacher*. San Fransisco: Jossey Bass
- Greenberg, J., Baron, R. A. (1995). *Behavior in organization understanding and managing the human side of work*. 5th edition. Englewood Cliffts, New Jersey: Prentice Hall International, Inc.
- Ghufron, M., Nur., Risnawati, R. (2014) *teori- Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-ruzz Media
- Hadi, S. (2015). *Statistika*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Hartaji, D. A. (2012). *Motivasi berprestasi pada mahasiswa yang berkuliah dengan jurusan yang dipilih orang tua*. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma.
- Ivancevich, J. M., Konopaske, R. & Matteson, M. T. (2006). *Perilaku dan manajemen organisasi*. Jakarta: Erlangga.
- Juniarso, E. M. (2017). *Burnout Ditinjau Dari Persepsi Terhadap Kompensasi Pada Karyawan Industri Manufaktur PT Sankei Gohsyu Industries Bekasi*. *Skripsi*. Universitas Mercu Buana Yogyakarta
- Kreitner & Kinichi (2005). *Perilaku Organisasi*. Jakarta: Salemba Empat.
- Lopez, S. J. (2009). *The Encyclopedia Of Positive Psychology*. 1
- Mardelina, E., Muhson, A. (2017). *Mahasiswa bekeja dan dampaknya pada aktivitas belajar dan prestasi akademik*. *Jurnal Economia*, 13(2), 201-209.
- Maslach, C., Jackson, S.E., Leiter, M.P (1996) *Maslach Burnout Inventory Manual*, Third Edition, Mountain View, California.
- Maslach, C., Schaufelli, W.B. & Leiter, M.P. (2001). *Job burnout: annual review*. *Journal of Psychology*, 52(1), 397-422
- Motte, A & Schwartz, S. (2009). *Are student employment and academic success linked?*. Canada: Millenium Research Note.

- Nowicki, Stephen. 2016. *Choice or Change*, Prometheus books, United State of America.
- Nugrahaningsih, P. (2005). Analisis Perbedaan Perilaku Etis Auditor di Kantor Akuntan Publik dalam Etika Profesi (studi terhadap peran factor-faktor individual: locus of control, lama pengalaman kerja, gender, equality sensitivity). *Proceeding Simposium Nasional Akuntan VIII Solo*: 617-630
- Nugroho, A. D., Hardjajani, T., Karyanta, A. N. (2010). Hubungan antara locus of control internal dan kecerdasan emosi dengan perilaku prososial pada mahasiswa program studi psikologi UNS.
- Octaviani, E., Nugraha, P. S. (2013). Hubungan antara adversity dan work-study conflict pada mahasiswa yang bekerja. *Jurnal Psikologi Integratif*, 1(1), 44-51
- O'Driscoll, M. (2006). *Locus of control. Encyclopedia of career development*.
- Phares, E. J. 1980. *Locus of control in personality*. New Jersey: General Learning Press.
- Prahesti, M. (2018). Hubungan antara locus of control internal dengan kematangan karir pada siswa SMK kelas XII. *Skripsi*. Universitas Mercu Buana Yogyakarta.
- Pratiwi, J. A. (2017). Hubungan antar locus of control internal dan penyesuaian diperguruan tinggi pada mahasiswa tahun pertama. *Skripsi*. Universitas Sanata Dharma.
- Pramita, A. (2008). Harapan (hope) pada remaja penyandang Thalassaemia Mayor. *Skripsi*. Universitas Indonesia
- Prestiana, I., Putri, A. 2013. Internal locus of control dan job insecurity Terhadap burnout pada guru honorer Sekolah dasar negeri Di bekasi selatan. *Jurnal Soul*, 6(1), 57-76.
- Puspitaningrum, K. (2018). Pengaruh dukungan sosial orang tua terhadap burnout pada mahasiswa dalam mengerjakan skripsi. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*, 4(10), 616-625

- Puspita, I. P. 2017. Hubungan Antara Locus Of Control Internal Dengan Burnout Pada Perawat [skripsi]. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Putri, A., Budiani, S. M. (2012). Pengaruh kelelahan emosional terhadap perilaku belajar pada mahasiswa yang bekerja.
- Powell, D. H. 1983. Understanding human adjustment. Canada: Little, Brown
- Raudah, F., Budiarti, Y. L., Lestari, R. D. (2015). Stres dengan motivasi belajar mahasiswa regular fakultas kedokteran unlam yang sedang menyusun karya tulis ilmiah (KTI). *Stres dengan Motivasi Belajar DK*, 3(1), 44-55
- Robbins, S. P. & Coulter, M. (2010). Manajemen edisi kesepuluh. Jakarta: Erlangga.
- Rohmatun, S. (2018). Pengaruh gaya kepemimpinan birokratis, peraturan, dan kontrol diri, terhadap burnout melalui self efficacy sebagai variabel intervening pada mahasiswa santri. *Journal of management*. 4(4)
- Rotter, J. B. 1996. Generalized Expectancies for Internal Versus External Control of Reinforcement. *Psychological Monographs*, 80(1 Whole Bo. 609)
- Sarafino, E. P. 1998. *Health Psychology: Biopsychosocial Interaction 3rd editions*. New York: John Wiley & Sons
- Sari, Y. (2015). Hubungan beban kerja, faktor demografi, locus of control dan harga diri terhadap burnout syndrome pada perawat pelaksana IRD RSUP SANGLAH. *COPING Ners Journal*, 3(2), 51-60.
- Sugiono. 2016. Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan kombinasi (mixed methods). Bandung: Alfabeta
- Sullivan, I. G. (1989). Burnout: A study of A psychiatric center. In D. T. Wessels, Jr., A.H. Kutscher, I.B. seeland, F. E. selder, D.J. Cherico, & E.J. Clack (Eds.), *Professional Burnout in Medicine and The Helping Professions* (pp. 83-90). New York: The Haworth Press Company.

Yenni, D. (2007). *Kuliah sambil bekerja why not*. Medan Bisnis 1 Desember 20017

Zulfajri. (2009). *Visi dan misi kemandirian*. Jakarta: Pustaka Utama.