

---

## **HUBUNGAN ANTARA KEPRIBADIAN *HARDINESS* DAN *ACADEMIC BURNOUT* PADA MAHASISWA YANG MENJALANI PEMBELAJARAN *ONLINE* DI MASA PANDEMI COVID-19**

---

**Aisyah Anantya Putri**

Fakultas Psikologi  
Universitas Muhammadiyah Prof DR Hamka  
[aaisyahanantya@gmail.com](mailto:aaisyahanantya@gmail.com)

---

### ***Abstract***

*The COVID-19 pandemic demands many changes, including the implementation of an online learning system. This situation adds to the pressure thus increasing the occurrence of academic burnout. Academic burnout is a feeling of tiredness experienced by individuals when faced with various kinds of excessive demands, has an uninterested attitude towards the tasks given in lectures, and has a feeling that he is incompetent as a student. This study uses a quantitative approach, aiming to determine the relationship between personality hardiness and academic burnout in students undergoing online learning during the COVID-19 pandemic. This study involved 55 male and female student respondents from a number of universities in Jakarta who were currently undergoing or had undergone online learning during the COVID-19 pandemic using a purposive sampling technique. Methods of data collection using a questionnaire. The scale used to measure the hardiness personality variable is the Dispositional Resilience Scale (DRS-15) developed by Hystad et.al (2010) ( $\alpha = .725$ ), and the academic burnout variable is measured using the Maslach Burnout Inventory - Student Survey (MBI-SS) by Schaufeli, et al (2007) ( $\alpha = .880$ ). Based on the results of data analysis using Pearson correlation, it shows that there is a significant negative relationship between personality hardiness and academic burnout in students undergoing online learning during the COVID-19 pandemic with a correlation coefficient value of  $-0,288$  ( $p = 0,033$ ). This means that the higher the hardiness personality, the lower the academic burnout, and vice versa. Thus, this study accepts the alternative hypothesis ( $H_a$ ) and rejects the null hypothesis ( $H_0$ ). Theoretically, it is hoped that this research will contribute to science in the field of educational psychology regarding hardiness personality and academic burnout for students during the pandemic, especially in Jakarta. Meanwhile, practically it is hoped that it can help students who are vulnerable to academic burnout and are undergoing online learning during the COVID-19 pandemic to be able to develop a hardiness personality to avoid academic burnout.*

**Keywords :** *Academic Burnout, Hardines Personality, Online Learning, Covid-19*

### Abstrak

Pandemi COVID-19 menuntut banyak perubahan termasuk penerapan sistem pembelajaran secara daring (*online learning*). Situasi ini menambah tekanan sehingga meningkatkan terjadinya *academic burnout*. *Academic burnout* yaitu perasaan lelah yang dialami oleh individu ketika menghadapi berbagai macam tuntutan yang berlebihan, memiliki sikap tidak tertarik terhadap tugas yang diberikan dalam perkuliahan, dan memiliki perasaan bahwa dirinya tidak kompeten sebagai mahasiswa. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kepribadian *hardiness* dengan *academic burnout* pada mahasiswa yang menjalani pembelajaran *online* di masa pandemi COVID-19. Penelitian ini melibatkan sebanyak 55 responden mahasiswa dengan jenis kelamin laki-laki dan perempuan dari sejumlah perguruan tinggi di Jakarta yang sedang menjalani atau pernah menjalani pembelajaran *online* di masa pandemi COVID-19 dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Metode pengumpulan data menggunakan kuesioner. Adapun skala yang digunakan untuk mengukur variabel kepribadian *hardiness* adalah *Dispositional Resilience Scale* (DRS-15) dikembangkan oleh Hystad et.al (2010) ( $\alpha = .725$ ), dan variabel *academic burnout* diukur menggunakan *Maslach Burnout Inventory - Student Survey* (MBI-SS) oleh Schaufeli, dkk (2007) ( $\alpha = .880$ ). Berdasarkan hasil analisis data menggunakan korelasi *pearson* menunjukkan, bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kepribadian *hardiness* dan *academic burnout* pada mahasiswa yang menjalani pembelajaran *online* di masa pandemi COVID-19 dengan nilai koefisien korelasi sebesar  $-0,288$  ( $p = 0,033$ ). Artinya semakin tinggi kepribadian *hardiness* maka *academic burnout* semakin rendah, begitu pula sebaliknya. Sehingga, penelitian ini menerima hipotesis alternatif ( $H_a$ ) dan menolak hipotesis null ( $H_0$ ). Secara teoritis diharapkan penelitian ini memberikan sumbangan pada ilmu pengetahuan di bidang psikologi pendidikan mengenai kepribadian *hardiness* dan *academic burnout* pada mahasiswa di masa pandemi khususnya di Jakarta. Sedangkan, secara praktis diharapkan dapat membantu mahasiswa yang rentan terkena *academic burnout* dan sedang menjalani pembelajaran *online* di masa pandemi COVID-19 untuk dapat mengembangkan kepribadian *hardiness* agar terhindar dari *academic burnout*.

**Kata Kunci:** Academic Burnout, Hardiness, Pembelajaran Daring, Covid-19

---

### PENDAHULUAN

Pada saat sekarang ini, dunia sedang tidak baik-baik saja karena disibukkan dengan munculnya sebuah virus atau wabah penyakit baru yang bernama COVID-19. Pemunculan wabah penyakit ini pertama kali di Wuhan, Cina dinamai

dengan nama *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2* (SARSCoV-2). Namun, setelah itu oleh *World Health Organisation* (WHO) wabah ini dinamai dengan nama COVID-19 (Sagita & Meilyawati, 2021).

Aktivitas belajar dari rumah secara resmi ditetapkan oleh pemerintah dalam rangka untuk mencegah penyebaran wabah COVID-19 di era *new normal* melalui surat edaran dari kementerian pendidikan dan kebudayaan dimana dalam surat edaran tersebut tertulis bahwa pemerintah telah melarang perguruan tinggi untuk melaksanakan perkuliahan secara konvensional (tatap muka) dan memerintahkan agar melaksanakan perkuliahan secara *online* atau daring (Surat Edaran Kemendikbud Dikti No. 1 Tahun 2020). Dengan adanya kebijakan pemerintah tersebut, mengakibatkan adanya perubahan proses pembelajaran bagi mahasiswa yang menempuh pendidikan di perguruan tinggi yang ada di Indonesia, dimana saat ini banyak perguruan tinggi yang memanfaatkan teknologi untuk pembelajaran daring (jarak jauh) seperti pembelajaran melalui *zoom meeting*, *google meet*, *google classroom*, *online learning*, dan lain sebagainya (Sagita & Meilyawati, 2021).

Pembelajaran *online* merupakan pembelajaran yang melibatkan perangkat elektronik dalam menciptakan, membantu, menyampaikan, menilai dan memudahkan proses kegiatan belajar mengajar secara interaktif yang dapat dilakukan dimana saja dan kapan saja (Setiawardhani, 2013). Sistem pembelajaran *online* sebenarnya

sudah diterapkan oleh beberapa Universitas sebelum adanya pandemi di Indonesia, salah satunya yaitu Universitas Bandar Lampung (UBL) yang sudah lama menerapkan pembelajaran *blended learning* dengan menggunakan sebuah sistem yang bernama *UBLApps* akan tetapi, di dalam penggunaannya masih sangat terbatas (Redaputri et al., 2021). Hal ini, menjadikan bahwa dengan adanya pandemi COVID-19 mempercepat transformasi yang mengantarkan manusia pada teknologi yang serba digital yaitu dengan peralihan sistem konvensional menjadi sistem serba *online* salah satunya yaitu, dengan penerepan sistem pembelajaran *online learning* untuk mencegah penyebaran wabah COVID-19 (Ali & Fitria, 2021). Dengan demikian, adanya wabah atau virus ini memberikan dampak yang sangat besar bagi negara Indonesia baik itu dalam segi ekonomi maupun dalam segi pendidikan khususnya perguruan tinggi baik swasta maupun negeri (Prasetio & Hariyani, 2021).

Pandemi COVID-19 memberikan dampak positif maupun negatif yang dirasakan oleh mahasiswa. Dampak positif yang dialami oleh mahasiswa diantaranya yaitu, mahasiswa yang menjalankan pembelajaran *online*, cenderung merasakan bahwa pembelajaran terasa lebih fleksibel (santai) kemudian, menjadikan mahasiswa

lebih mandiri, karena dituntut untuk dapat memahami materi yang diajarkan sendiri, banyak waktu bersama keluarga, dan dapat melakukan aktivitas, mendapatkan pengalaman baru terkait dengan pembelajaran *online* atau daring (Adi et al., 2021). Namun, terlepas dari itu semua, lebih banyak dampak negatif dalam pembelajaran *online* dibanding dengan dampak positifnya. Dampak negatif yang dialami mahasiswa yang menjalani pembelajaran *online* yaitu, mahasiswa cenderung mendapatkan kesulitan dalam pembelajaran seperti terputusnya koneksi internet, jaringan yang tidak stabil, jumlah kuota internet yang tidak mencukupi dan banyaknya tuntutan akademik seperti menyusun makalah atau proposal, melakukan sebuah presentasi, melakukan kuis dalam waktu yang singkat, dan mempersiapkan diri untuk ujian dalam waktu yang sangat kurang sehingga, akhirnya menimbulkan terjadinya stres pada mahasiswa (Sagita & Meilyawati, 2021). Beberapa penelitian mengatakan bahwa stres akademik mulai muncul dan meningkat di kalangan mahasiswa sejak pandemi (Anggawati & Satwika, 2021).

Meningkatnya stres akademik di masa pandemi menjadikan mahasiswa mengalami kebingungan, cemas, dan kurangnya motivasi sehingga apabila mahasiswa tidak mampu dalam menjalani

tuntutan selama perkuliahan maka, mahasiswa akan rentan terkena *burnout*. *Burnout* dalam hal *academic* disebut juga dengan *academic burnout* (Orpina & Prahara, 2019).

*Academic burnout* merupakan perasaan lelah yang dialami oleh individu ketika menghadapi berbagai macam tuntutan yang berlebihan, memiliki sikap tidak tertarik (sinis) terhadap tugas yang diberikan dalam perkuliahan, dan memiliki perasaan bahwa dirinya tidak kompeten dalam menjadi mahasiswa Schaufeli & Salanova (2007).

Penelitian yang dilakukan Jimenez-Ortiz et al., (2019) dalam Sagita & Meilyawati, (2021) menunjukkan bahwa sebanyak 52% mahasiswa mengalami *academic burnout* selama perkuliahan. *Academic burnout* dalam hal ini terjadi karena mahasiswa banyak dituntut dengan berbagai tuntutan yang harus dikerjakan seperti, menyelesaikan tugas yang telah dosen berikan, dan juga desakan dari para orang tua maupun keluarga yang menuntut agar mendapatkan nilai yang baik serta mampu berprestasi di dalam perkuliahan.

Hal ini tentunya sangat membuat mahasiswa mengalami tekanan dan stres sehingga, berujung pada terjadinya *burnout*, terlebih lagi dengan sistem perkuliahan yang berubah menjadi online

atau daring juga membuat mahasiswa kewalahan dalam beradaptasi. Dalam rangka mencegah terjadinya stres yang berkepanjangan pada diri mahasiswa maka, diperlukan adanya rasa yakin dan percaya diri dalam menyelesaikan tuntutan yang dihadapi oleh mahasiswa di masa pandemi yaitu dengan adanya kepribadian *hardiness*.

*Hardiness* merupakan karakteristik kepribadian yang berfungsi sebagai ketahanan diri dalam menghadapi peristiwa yang penuh tekanan Kobasa (dalam Hystad et al., 2010). Hal ini sesuai dengan penelitian Abdollahi dkk (2015) dalam Anggawati & Satwika, (2021), yang menemukan bahwa kepribadian *hardiness* memiliki peranan dalam menurunkan stres pada mahasiswa. Sehingga, jika mahasiswa memiliki kepribadian *hardiness* yang tinggi maka dapat membantu mahasiswa dalam mengurangi potensi terjadinya *academic burnout*.

### **Kepribadian *Hardiness***

*Hardiness* merupakan karakteristik kepribadian yang berfungsi sebagai ketahanan diri dalam menghadapi peristiwa yang penuh tekanan Kobasa (dalam Hystad et al., 2010). Sedangkan, menurut Cong & Maramis, (2020) kepribadian *hardiness* merupakan kepribadian yang menjadikan seseorang individu kuat dan tangguh dalam

menghadapi situasi sulit yang dapat menimbulkan stres pada dirinya. Individu yang memiliki perlawanan dan memiliki kemampuan untuk mengendalikan kejadian-kejadian yang tidak menyenangkan terhadap sesuatu yang dapat menimbulkan stress merupakan individu yang memiliki kepribadian *hardiness*, sehingga dengan adanya kepribadian *hardiness* dapat memberikan pengaruh yang positif terhadap diri individu itu sendiri dalam melakukan perlawanan pada saat individu mengalami stres atau situasi yang sulit.

Hal ini diperkuat dengan pernyataan Cong & Maramis, (2020) bahwa seseorang yang memiliki kemampuan dalam situasi yang sulit dan menekan akan memiliki kepribadian yang kuat, salah satunya yaitu kepribadian *hardiness*. Oleh karena itu, kepribadian *hardiness* merupakan salah satu karakteristik kepribadian yang menjadikan individu lebih stabil, kuat,serta dapat memberikan perlawanan terhadap rasa stres yang sedang dihadapi.

Kepribadian *hardiness* oleh Riyanti & Rahmandani, (2020) diartikan sebagai ketrampilan yang dapat menjelaskan bagaimana individu mampu dan tetap bertahan serta sanggup di dalam menghadapi situasi yang penuh dan banyak dengan tekanan. Kepribadian *hardiness* memberikan kepercayaan terhadap

individu bahwasannya semua permasalahan dan beban pekerjaan yang dihadapi itu tidak mungkin dapat dihindari sehingga dengan adanya kepribadian *hardiness* individu dapat menyelesaikan suatu masalah dengan melakukan hal yang tepat (Zulaima et al., 2017). Kepribadian *hardiness* memiliki 3 aspek yang dikemukakan oleh Kobasa (dalam Zulaima et al., 2017) yang terdiri dari komitmen (*commitment*), kontrol (*control*), dan tantangan (*challenge*).

Berdasarkan pengertian mengenai kepribadian *hardiness* di atas, maka dapat disimpulkan bahwa kepribadian *hardiness* merupakan kepribadian yang dimiliki individu untuk tetap kuat, bertahan dan tangguh di dalam menghadapi berbagai macam tekanan yang ada terdapat 3 dimensi, antara lain komitmen, kontrol, dan tantangan. Sehingga dengan kepribadian *hardiness* dapat memberikan pengaruh yang positif di dalam diri seorang individu ketika sedang mengalami tekanan.

### **Aspek-Aspek Kepribadian *Hardiness***

Menurut Kobasa (dalam Zulaima et al., 2017) kepribadian *hardiness* memiliki tiga aspek yang terdiri dari komitmen (*commitment*), kontrol (*control*), dan tantangan (*challenge*). Pertama, komitmen (*commitment*). Komitmen merupakan kecenderungan individu dalam melakukan

suatu aktivitas yang melibatkan dirinya di dalam kehidupan sehari-hari, kemudian dengan adanya komitmen individu juga mampu untuk menentukan tindakan yang harus dilakukan ketika sedang menghadapi masalah atau situasi yang menekan. Individu yang memiliki komitmen tinggi tidak akan mudah menyerah di dalam segala hal apapun, termasuk ketika berada di dalam situasi yang menekan, karena dalam situasi yang menekan kebanyakan dari individu akan melakukan strategi  *coping*  yang sesuai dengan kemampuan, dan tujuan yang ada dalam dirinya sendiri.

Kedua, kontrol (*control*). Kontrol merupakan kecenderungan yang ada di dalam diri individu untuk dapat percaya dan menerima bahwa ketika individu berhadapan dengan hal-hal yang sebelumnya tidak pernah terduga maka, individu tersebut akan lebih dapat mengontrol dan mempengaruhi suatu peristiwa atau kejadian dengan pengalamannya. Individu dengan kontrol yang kuat biasanya ketika menghadapi suatu permasalahan yang terjadi dan dihadapkan dengan situasi yang sulit cenderung akan lebih optimis dan santai dibandingkan dengan individu yang memiliki kontrol yang rendah.

Ketiga, tantangan (*challenge*). Tantangan merupakan keyakinan dalam diri individu untuk memandang perubahan

yang dirasakan dalam hidup adalah perubahan yang normal dan dapat dihadapi. Dengan adanya tantangan, maka individu akan dapat berkembang dengan baik, serta dapat menjadikan diri individu menjadi lebih terbuka lagi di dalam menghadapi berbagai situasi apapun.

### ***Academic Burnout***

*Academic burnout* merupakan perasaan lelah yang dialami oleh individu ketika menghadapi berbagai macam tuntutan yang berlebihan, memiliki sikap tidak tertarik (sinis) terhadap tugas yang diberikan dalam perkuliahan, dan memiliki perasaan bahwa dirinya tidak kompeten dalam menjadi mahasiswa Schaufeli, dkk (2007). Sedangkan, menurut (Oyoo et al., 2018) *Academic burnout* merupakan perasaan lelah yang digambarkan terjadi akibat adanya tuntutan akademik sehingga individu memiliki sikap tidak tertarik dan perasaan pesimis terhadap tugas-tugas yang diberikan.

Di dalam dunia pendidikan (Jenaabadi et al., 2017) mengatakan bahwasannya *academic burnout* merupakan salah satu hal yang merugikan bagi para pelajar atau mahasiswa. Individu yang mengalami *burnout* dalam jangka waktu yang cukup panjang dengan intensitas tinggi maka, akan membuat individu tersebut mengalami kelelahan baik

fisik maupun psikisnya, sehingga jika dibiarkan secara terus menerus maka, akan mempengaruhi individu itu sendiri dan menyebabkan keadaan mental individu tersebut menurun, perasaan tidak berdaya, dan putusnya harapan sehingga individu tersebut akan mencapai titik kejenuhan. Dengan adanya titik kejenuhan tersebut akan menyebabkan fisik maupun emosionalnya terganggu (Marques et al., 2017).

Berdasarkan pengertian mengenai *academic burnout* diatas maka, dapat disimpulkan bahwa *academic burnout* merupakan perasaan lelah yang dialami oleh individu yang mendapatkan banyaknya tuntutan pendidikan, sehingga menyebabkan individu tidak tertarik dengan tugas-tugas yang diberikan, sehingga muncul perasaan tidak kompeten sebagai mahasiswa. Terdapat tiga dimensi dalam *Academic burnout*, yaitu : *Exhaustion*, meliputi perasaan lelah yang dimiliki oleh individu sehingga mengakibatkan individu merasa kekurangan energi dalam menghadapi suatu tuntutan pekerjaan, *Cynicism*, meliputi sikap acuh tak acuh terhadap tuntutan, dan menarik diri dari lingkungansekitar. *Reduce of Professional Efficacy*, meliputi perasaan tidak berdaya, merasa berat dalam melakukan sesuatu dan menyebabkan dirinya selalu merasa kurang

(tidak puas) terhadap tugas, dirinya sendiri, maupun kehidupannya.

### **Dimensi-Dimensi *Academic Burnout***

Schaufeli, dkk (dalam Arlinkasari & Akmal, 2017) menyatakan bahwa terdapat tiga dimensi *academic burnout*, yaitu: *Exhaustion*, *Cynicism*, dan *Reduce of Professional Efficacy*. Pertama, *exhaustion*. Dimensi *exhaustion* ini mengarah pada perasaan lelah yang dimiliki oleh seseorang namun, tidak mengarah langsung kepada orang lain sebagai sumbernya. Menurut Arlinkasari & Akmal, (2017) dimensi ini mengakibatkan individu merasa kekurangan energi untuk menghadapi suatu pekerjaan, hari lain maupun orang lain. Dimensi ini mengarah pada perasaan emosional yang berlebihan sehingga sumber daya dari individu banyak yang terkuras atau habis.

Kedua, *cynicism*. Dimensi *cynicism* ini mengarah pada ketidakpedualian atau sikap acuh tak acuh dan menjauh terhadap perkuliahan yang dijalani, tidak hanya menjauh terhadap perkuliahan namun juga menjauh dari orang-orang yang ada disekitarnya (menarik diri dari lingkungan sekitar).

Ketiga, *reduce of professional efficacy*. Dimensi *reduce of professional efficacy* merupakan pencapaian sosial yang meliputi aspek sosial dan non sosial.

Arlinkasari & Akmal,(2017) menyatakan dalam dimensi ini individu merasa tidak berdaya (tidak mampu) dan merasa berat dalam mengerjakan tugasnya. Sehingga, individu merasa tidak kompeten dan akhirnya merasa tidak puas terhadap tugas, dirinya sendiri maupun kehidupannya.

Berdasarkan telaah teoritik mengenai kepribadian *hardiness* dan *academic burnout*. Maka, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kepribadian *hardiness* dengan *academic burnout* pada mahasiswa yang menjalani pembelajaran *online* di masa pandemi COVID-19. Sehingga, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah : a) Ada hubungan negatif signifikan antara kepribadian *hardiness* dan *academic burnout* pada mahasiswa yang menjalani pembelajaran *online* di masa pandemi COVID-19, b) Tidak ada hubungan negatif signifikan antara kepribadian *hardiness* dan *academic burnout* pada mahasiswa yang menjalani pembelajaran *online* di masa pandemi COVID-19.

## **METODE**

### ***Desain Penelitian***

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan kuantitatif dengan menggunakan teknik analisa korelasi. Sedangkan, untuk pengambilan data, peneliti menggunakan kuesioner



sehingga, partisipan diminta kesediannya untuk mengisi kuesioner yang sudah disediakan sebelumnya dalam bentuk *google form* yang disebar melalui Whatsapp, Instagram, dan Telegram.

### ***Partisipan Penelitian***

Partisipan dalam penelitian ini adalah mahasiswa dari sejumlah perguruan tinggi di Jakarta yang sedang menjalani atau pernah menjalani pembelajaran *online* di masa pandemi COVID-19 berjumlah 55 partisipan dengan jenis kelamin laki-laki dan perempuan. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* yang memungkinkan peneliti mendapatkan sampel yang tersedia sesuai dengan kriteria yang sudah ditetapkan sebelumnya oleh peneliti.

### ***Instrumen Penelitian***

#### ***Skala Hardiness***

Kepribadian *hardiness* diukur dengan menggunakan *Dispositional Resilience Scale* (DRS-15) yang dikembangkan oleh (Hystad et al., 2010). Terdapat 15 item yang terbagi menjadi 3 dimensi dengan berisikan pernyataan positif dan negatif. Item pernyataan positif (*favorable*) dinilai dengan 4 poin skala model likert yaitu, “Sangat Tidak Setuju” (1), “Tidak Setuju” (2), “Setuju” (3), dan “Sangat Setuju” (4). Sedangkan, untuk item

pernyataan negatif (*unfavorable*) dinilai dengan 4 poin skala model likert yaitu, “Sangat Tidak Setuju” (4), “Tidak Setuju” (3), “Setuju” (2), dan “Sangat Setuju” (1). Contoh item pada instrumen ini adalah “Saya dapat mengatasi masalah dalam perkuliahan *online* atau daring yang saya jalani dengan baik”. Berdasarkan uji validitas didapatkan tiga item yang tidak valid yaitu item nomor 3,5 dan 14 sehingga item tersebut tidak disertakan. Koefisien *Alpha Cronbach’s* setelah dilakukannya *try out* pada instrumen ini sebesar 0,725.

#### ***Skala Academic Burnout***

*Academic Burnout* diukur dengan menggunakan *Maslach Burnout Inventory - Student Survey* (MBI-SS) oleh Schaufeli, dkk (2007). Terdapat 15 item pernyataan. Skala ini menggunakan 0-6 poin jawaban yaitu tidak pernah (=0), hampir tidak pernah (=1), jarang (=2), kadang-kadang (=3), sering (=4), sering sekali (=5), dan selalu (=6). Contoh item pada instrumen ini adalah “Saya merasa lelah ketika bangun di pagi hari untuk belajar daring”. Berdasarkan uji validitas didapatkan tiga item yang tidak valid yaitu item nomor 9,12 dan 13 sehingga item tersebut tidak disertakan. Koefisien *Alpha Cronbach’s* setelah dilakukannya *try out* pada instrumen ini sebesar 0,880.

#### ***Teknik Analisis Data***

Teknik analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisa korelasi *pearson* dengan bantuan IBM SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*) versi 26 untuk melihat hubungan kepribadian *hardiness* dengan *academic burnot* pada mahasiswa yang menjalani pembelajaran *online* di masa pandemi COVID-19.

### HASIL

Dalam penelitian ini dilakukan uji korelasi, dan berikut adalah hasil uji korelasi yang telah dilakukan:

**Tabel.1 Uji Korelasi**

Korelasi	Pearson C	Sig	N
Hardiness	-.288	.033	55
Academic Burnout	-.288	.033	55

Pada tabel.1 diketahui bahwa hasil uji korelasi antara kepribadian *hardiness* dan *academic burnout*. Berdasarkan analisa korelasi didapatkan koefisien korelasi sebesar  $-.288$  dengan *probability value* sebesar  $0,033$ . Hasil *probability value* dibawah  $0,05$  ( $p < 0,05$ ) dengan signifikannya koefisien korelasi ini maka terbukti adanya hubungan antara kepribadian *hardiness* dan *academic burnout* pada mahasiswa yang menjalani pembelajaran *online* di masa pandemi COVID-19.

Analisa statistic ini menunjukkan bahwa adanya hubungan negatif signifikan, antara kepribadian *hardiness* dan *academic burnout* pada mahasiswa yang menjalani pembelajaran *online* di masa pandemi COVID-19. Sehingga, dapat disimpulkan kepribadian *hardiness* memiliki hubungan negatif terhadap *academic burnout* pada mahasiswa yang menjalani pembelajaran *online* di masa pandemi COVID-19. Oleh karena itu, penelitian ini menerima  $H_a$  dan menolak  $H_0$

### DISKUSI

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa adanya hubungan negatif signifikan antara kepribadian *hardiness* dan *academic burnout* pada mahasiswa yang menjalani pembelajaran *online* di masa pandemi COVID-19. Artinya semakin tinggi kepribadian *hardiness* yang dimiliki mahasiswa selama pembelajaran *online* di masa pandemi COVID-19 maka semakin rendah *academic burnout* yang dimiliki mahasiswa dan sebaliknya, semakin tinggi *academic burnout* yang dimiliki oleh mahasiswa selama pembelajaran *online* di masa pandemi COVID-19 maka semakin rendah pula kepribadian *hardiness* yang dimiliki mahasiswa.

Hubungan negatif signifikan antara *hardiness* dan *burnout* sejalan dengan

penelitian yang dilakukan oleh Fahmi & Widyastuti, (2018) melibatkan sebanyak 97 responden yang merupakan santri pondok pesantren persatuan Islam putra bangil.

Dalam penelitian tersebut dinyatakan bahwa antara *hardiness* dengan *burnout* terdapat hubungan korelasi yang negatif. Hal ini memberikan penjelasan bahwa jika perilaku *burnout* tinggi, maka *hardiness* yang dimiliki rendah, begitupun sebaliknya jika *burnout* rendah, maka *hardiness* yang dimiliki tinggi (Fahmi & Widyastuti, 2018).

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Dari penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kepribadian *hardiness* dan *academic burnout* pada mahasiswa yang menjalani pembelajaran *online* di masa pandemi COVID-19. Hal ini dapat dibuktikan dari koefisien korelasi korelasi (*Correlation Pearson*) sebesar -0,288 dan *probability value* dibawah 0,05, dimana semakin tinggi kepribadian *hardiness* yang dimiliki mahasiswa selama pembelajaran *online* di masa pandemi COVID-19 maka semakin rendah *academic burnout* yang dimiliki mahasiswa dan sebaliknya, semakin tinggi *academic burnout* yang dimiliki oleh mahasiswa selama pembelajaran *online* di

masa pandemi COVID-19 maka semakin rendah kepribadian *hardiness* yang dimiliki mahasiswa.

### **Saran Teroritis**

Dengan dilakukan penelitian ini, diharapkan dapat memberikan sumbangan pada ilmu pengetahuan di bidang psikologi pendidikan. Mengenai kepribadian *hardiness* dan *academic burnout* pada mahasiswa di masa pandemi khususnya di Jakarta. Kepada peneliti selanjutnya, diharapkan dapat menambahkan variabel lain yang berhubungan dengan *academic burnout* pada mahasiswa khususnya di masa pandemi COVID-19.

### **Saran Praktis**

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat membantu mahasiswa yang yang rentan terkena *academic burnout* dan sedang menjalani pembelajaran *online* di masa pandemi COVID-19 untuk dapat mengembangkan kepribadian *hardiness* agar terhindar dari *academic burnout*. Selain itu, untuk orang tua yang membaca penelitian ini, diharapkan untuk selalu memberikan motivasi yang positif terhadap anak dan sebagai bahan evaluasi untuk orang tua agar senantiasa tidak menuntut anak dengan tuntutan yang berlebihan agar anak terhindar dari *academic burnout*.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Adi, N. N. S., Oka, D. N., & Wati, N. M. S. (2021). Dampak Positif dan Negatif Pembelajaran Jarak Jauh di Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dan Pembelajaran*, 5(1), 43–48.  
<https://doi.org/10.23887/jipp.v5i1.32803>
- Ali, M., & Fitria, H. (2021). Transformasi dan Digitalisasi Pendidikan Dimasa Pandemi. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Universitas PGRI Palembang*, 121–127.
- Anggawati, F., & Satwika, P. A. (2021). Karakteristik Hardiness Mahasiswa dalam Mengerjakan Skripsi Dimasa Pandemi Covid-19 Berdasarkan Waktu Pengerjaan Skripsi. *Prosiding Temilnas XII Ikatan Psikologi Perkembangan Indonesia, Temilnas Xii*, 219–226.
- Arlinkasari, F., & Akmal, Z. S. (2017). Hubungan antara School Engagement, Academic Self-Efficacy dan Academic Burnout pada Mahasiswa. *Jurnal Humanitas*, 1, 81–102.
- Cong, J. C., & Maramis, J. R. (2020). Hubungan Antara Kepribadian Hardiness Dengan Optimisme Masa Depan Pada Mahasiswa Profesi Ners Di Universitas Klabat. *Jurnal Skolastik Keperawatan*, 6(1), 49–55.  
<https://doi.org/10.35974/jsk.v6i1.2259>
- Hystad, S. W., Eid, J., Johnsen, B. H., Laberg, J. C., & Thomas Bartone, P. (2010). Psychometric properties of the revised Norwegian dispositional resilience (hardiness) scale. *Scandinavian Journal of Psychology*, 51(3), 237–245.  
<https://doi.org/10.1111/j.1467-9450.2009.00759.x>
- Jenaabadi, H., Nastiezaie, N., & Safarzaie, H. (2017). The Relationship of Academic Burnout and Academic Stress with Academic Self-Efficacy among Graduate Students. *The New Educational Review*, 65–76.  
<https://doi.org/10.15804/tner.2017.49.3.05>
- Marques, R., Guido, L. D. A., Felipe, L., Lopes, D., Lúcia, A., Costa, S., Serrano, M., & Umann, J. (2017). Impact of nursing students ' profile on burnout syndrome and hardiness personality. *Journal of Nursing Education and Practice*, 7(10), 19–26.  
<https://doi.org/10.5430/jnep.v7n10p19>
- Orpina, S., & Prahara, S. A. (2019). Self-efficacy dan Burnout Akademik pada Mahasiswa yang Bekerja. *Indonesian Journal Of Educational Counseling*, 3(2), 119–130.  
<https://doi.org/10.30653/001.201932.93>
- Oyoo, S. A., Mwaura, P. M., & Kinai, T. (2018). Academic resilience as a predictor of academic burnout among form four students in homa-bay county, kenya. *International Journal of Education and Research*, 6(3), 187–200.
- Prasetio, T., & Hariyani, R. (2021). Persepsi Mahasiswa Terhadap Pembelajaran Daring Pada Mata Kuliah Akuntansi Di Era New Normal. *Jurnal Ekonomi & Manajemen Universitas Bina Sarana Informatika*, 19(1), 57–63.  
<https://doi.org/10.31294/jp.v19i1.9687>
- Redaputri, A. P., Prastyo, Y. D., & Barusman, M. Y. S. (2021). Analisis Kepuasan Mahasiswa dalam Pelaksanaan Pembelajaran Online di Era Pandemi Covid-19. *Lectura : Jurnal Pendidikan*, 12(1), 1–14.  
<https://doi.org/10.31849/lectura.v12i1.5463>
- Riyanti, F. E., & Rahmandani, A. (2020).

Hubungan Antara Hardiness Dengan  
Stres Kerja Di Rumah Sakit Umum  
Daerah Banyumas. *Jurnal Empati*,  
8(3), 15–24.  
<https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/26491>

Sagita, D. D., & Meilyawati, V. (2021).  
ACADEMIC BURNOUT  
MAHASISWA PADA MASA  
PANDEMI COVID -19. *Jurnal  
Nusantara Of Research*, 8(2), 104–  
119.  
<https://doi.org/https://doi.org/10.29407/nor.v8i2.16048>

Schaufeli, W. B., & Salanova, M. (2007).  
Efficacy or inefficacy, that's the  
question: Burnout and work  
engagement, and their relationships  
with efficacy beliefs. *Anxiety, Stress  
and Coping*, 20(2), 177–196.  
<https://doi.org/10.1080/10615800701217878>

Setiawardhani, R. T. (2013). Pembelajaran  
elektornik (e-learning) dan internet  
dalam rangka mengoptimalkan  
kreativitas belajar siswa. *Jurnal  
Ilmiah Pendidikan Ekonomi  
Unswagati*, 1(2), 82–96.

Zulaima, H., Sulistyani, N. W., Mariskha,  
S. E., & Sari, M. T. (2017). Hubungan  
Antara Kepribadian Hardiness  
Dengan Burnout Pada Perawat Gawat  
Darurat Di Rumah Sakit Umum  
Pemerintah. *E-Jurnal Untag*, 5(1), 1–  
12. <http://ejurnal.untag-smd.ac.id/index.php/MTV/article/view/3023>