

**HUBUNGAN ANTARA DIMENSI KEPERIBADIAN *BIG FIVE*
DENGAN KELELAHAN AKADEMIK
PADA SISWA SMP SWASTA “X” DI KABUPATEN BANYUMAS
SELAMA PEMBELAJARAN JARAK JAUH**



SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Sosial Dan Humaniora
Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta
Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi**

Disusun Oleh:

Aulia Fikri Haqiyati

NIM. 16710098

Dosen Pembimbing:

Mayreyna Nurwardani, S. Psi., M. Psi.

NIP. 19810505 200901 2 011

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA**

2023

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini adalah :

Nama : Aulia Fikri Haqiyati

NIM : 16710098

Prodi : Psikologi

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa dalam skripsi saya ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan plagiasi dari karya orang lain.

Apabila di kemudian hari dalam skripsi saya ini ditemukan plagiasi dari karya orang lain, maka saya bersedia ditindak sesuai aturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Demikian pernyataan ini saya buat dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 05 Januari 2023

Yang menyatakan,

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA



Aulia Fikri Haqiyati
NIM. 16710098

NOTA DINAS PEMBIMBING

Hal : Persetujuan Skripsi/Tugas Akhir

Lamp : -

Kepada
Yth. Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
UIN Sunan Kalijaga
Di Yogyakarta

Assalamu 'alaikum Wr. Wb.

Setelah membaca, meneliti, memberikan petunjuk dan mengoreksi serta mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami selaku pembimbing berpendapat bahwa skripsi saudara:

Nama : Aulia Fikri Haqiyati
NIM : 16710098
Prodi : Psikologi
Judul : Hubungan Antara Dimensi Kepribadian *Big Five* Dengan Kelelahan Akademik Pada Siswa SMP Swasta "X" Di Kabupaten Banyumas Selama Pembelajaran Jarak Jauh.

Telah dapat diajukan kepada Fakultas Ilmu Sosial Dan Humaniora Program Studi Psikologi UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu dalam program studi Psikologi.

Harapan saya semoga saudara tersebut di atas dapat segera dipanggil untuk mempertanggungjawabkan skripsinya dalam sidang munaqasyah. Atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu 'alaikum Wr. Wb.

Yogyakarta, 05 Januari 2023
Pembimbing,



Mayreyna Nurwardani, S.Psi., M. Psi.
NIP. 19810505 200901 2 011

LEMBAR PENGESAHAN TUGAS AKHIR



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUNAN KALIJAGA
FAKULTAS ILMU SOSIAL DAN HUMANIORA
Jl. Marsda Adisucipto Telp. (0274) 585300 Fax. (0274) 519571 Yogyakarta 55281

PENGESAHAN TUGAS AKHIR

Nomor : B-96/Un.02/DSH/PP.00.9/01/2023

Tugas Akhir dengan judul : Hubungan Antara Dimensi Kepribadian Big Five Dengan Kelelahan Akademik Pada Siswa SMP Swasta "X" Di Kabupaten Banyumas Selama Pembelajaran Jarak Jauh

yang dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : AULIA FIKRI HAQIYATI
Nomor Induk Mahasiswa : 16710098
Telah diujikan pada : Kamis, 12 Januari 2023
Nilai ujian Tugas Akhir : A-

dinyatakan telah diterima oleh Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

TIM UJIAN TUGAS AKHIR



Ketua Sidang
Mayreyna Nurwardani, S.Psi., M.Psi
SIGNED

Valid ID: 63d234a9caa99



Penguji I
Lisnawati, S.Psi., M.Psi
SIGNED

Valid ID: 63d35c1734261



Penguji II
Fitriana Widyastuti, S.Psi., M.Psi
SIGNED

Valid ID: 63d13adf60d1f



Yogyakarta, 12 Januari 2023
UIN Sunan Kalijaga
Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora
Dr. Mochamad Sodik, S.Sos., M.Si.
SIGNED

Valid ID: 63d3758b30636

HALAMAN MOTTO

“Imagination is more important than knowledge, for knowledge is limited to all we now know and understand, while imagination embraces the entire world, and all the ever will be to know and understand.”

-Albert Einstein-

“Imajinasi lebih penting daripada pengetahuan, karena pengetahuan terbatas pada semua yang sekarang kita ketahui dan pahami, sementara imajinasi mencakup seluruh dunia dan semua yang akan kita ketahui dan pahami.”

-Albert Einstein-

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا , إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا , فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ

“...Maka sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan. Sesungguhnya beserta kesulitan itu ada kemudahan. Maka apabila engkau telah selesai (dari suatu urusan), tetaplah bekerja keras untuk urusan yang lain.”

-Q.S. Al-Insyirah ayat 5, 6 & 7-

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah rabbil' alamin, Puji Syukur kepada Allah SWT. berkat rahmat, nikmat, hidayah, dan kemudahan yang diberikan, skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Oleh karena itu, karya ini saya persembahkan kepada:

DIRIKU SENDIRI

Terimakasih sudah berjuang, bersabar, merendahkan ego, mencoba sekali lagi dan percaya pada diri sendiri bahwa diri ini mampu menyelesaikan sebuah tugas yang prosesnya tidak sebentar, membutuhkan banyak tenaga, pikiran dan lain sebagainya. Dirimu sudah berjuang sangat baik. Dirimu mampu berkarya.

KELUARGA

Kepada kedua orangtua saya tercinta dan sayangi, terimakasih atas do'a, dukungan, ridho, dan pengorbanan yang sudah diberikan selama ini. Bu Lik Chofa dan Mbah Kakung yang sudah bersedia membantu dalam melanjutkan proses pendidikan penulis hingga jenjang perguruan tinggi. Adik-adik saya tercinta yang sudah memberikan banyak warna kehidupan selama ini. Serta seluruh keluarga besar yang turut mendukung dan membantu saya selama proses pendidikan dan penyelesaian karya ini.

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Segala puji dan syukur atas kehadiran Allah SWT. yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya karena telah memberikan kesempatan dan kemudahan bagi penulis dalam menimba ilmu hingga jenjang perguruan tinggi dan dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Antara Dimensi Kepribadian *Big Five* Dengan Kelelahan Akademik Pada Siswa SMP Swasta “X” Di Kabupaten Banyumas Selama Pembelajaran Jarak Jauh”. Tidak lupa sholawat serta salam kepada Nabi besar Muhammad SAW. yang menjadi suri tauladan dan tuntutan bagi umatnya di dalam kehidupan ini.

Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini masih banyak hambatan serta rintangan. Namun, pada akhirnya penulis mampu melalui hal tersebut, berkat adanya bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak yang selalu memotivasi penulis untuk tetap berjuang dalam menyelesaikan tugas akhir ini. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah terlibat dalam penyelesaian skripsi ini diantaranya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Phil. Al Makin, S. Ag., M. A., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
2. Bapak Dr. Mochammad Sodik, S. Sos., selaku Dekan Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
3. Ibu Lisnawati, S. Psi., M. Psi., selaku Kepala Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta.
4. Ibu Pihasniwati, S. Psi., M. Psi., Psikolog, Ibu Satih Saidiyah, Dipl. Psy., M. Si., dan Ibu Mayreyna Nurwardani, S. Psi., M. Psi., selaku Dosen Pembimbing Akademik. Terimakasih atas segala bimbingan, masukan, dan saran yang telah diberikan selama ini.
5. Ibu Mayreyna Nurwardani, S. Psi., M. Psi., selaku Dosen Pembimbing Skripsi. Terima kasih atas kesabarannya dalam memberikan bimbingan dan dukungan kepada penulis selama ini.

6. Ibu Lisnawati S. Psi., M. Psi., selaku Dosen Penguji I yang telah memberikan bimbingan dan masukan dalam penyusunan skripsi ini sehingga dapat terselesaikannya tugas akhir ini.
7. Ibu Fitriana Widyastuti, S. Psi., M. Psi., selaku Dosen Penguji II yang telah memberikan bimbingan dan masukan dalam penyusunan skripsi ini sehingga dapat terselesaikannya tugas akhir ini.
8. Seluruh Dosen Program Studi Psikologi yang telah berkenan memberikan ilmu pengetahuan dan pengalaman, serta seluruh staff bidang Tata Usaha yang telah membantu dalam proses penelitian ini.
9. Kedua orang tua saya tercinta, Bapak Amin Nuryadin dan Ibu Sekhah atas segala do'a, kasih sayang, cinta, ketulusan dan pengorbanannya selama ini, serta didikan dan pemberian segala hal yang tak terhitung nilainya selama ini.
10. Lik Chofa dan Mbah Kakung 'Adi yang telah ikut serta memberikan dukungan moral serta materiil kepada penulis dalam menempuh proses pendidikan selama ini. Lik Umi, Lik Mus, Lik Ayu, Lik Ahmad dan seluruh keluarga besar yang telah mendo'akan dan banyak dukungan selama ini.
11. Kedua adik kandung tercinta, Fathatus Sakinah dan Shidqi Zafran Rasyid, atas segala dukungan, do'a, ketulusan dan keceriaan yang tak pernah padam selama ini. Kalian penyemangat hidupku, pewarna hidupku, dan tempat pembelajaranku.
12. Mas Aghis yang tak ada hentinya mendampingi penulis di saat suka maupun duka, sabar dalam memberikan dukungan, saran dan penguatan kepada penulis dalam menjalani kehidupan dan selama menyelesaikan skripsi ini.
13. Sahabat-sahabat tercinta Hanun, Nut, Ulya, yang selalu terbuka di saat suka maupun duka dan banyak memberikan dukungan sampai saat ini.
14. Sahabat-sahabat kuliah, Ber, Titis, Hanifah, Yulieta, Clau, Hendra, Luvi, Teh Tia, Vini, Ghoni, Agung yang telah hadir mulai masa-masa kuliah dan banyak memberikan dukungan serta pengalaman selama menempuh studi.
15. Sahabat-sahabat baik Wisma Toples Bawah yang sudah penulis anggap seperti saudara sendiri Atikah, Nova, Pia, Anis, Ipeh, Kak Nila, Kak Jeje, Tutik, Yuli,

Husna, Zia, Lutpi, Arina yang telah ikut mewarnai kehidupan penulis di perantauan selama menjalani proses pendidikannya.

16. Rekan-rekan Himpunan Mahasiswa Islam FISHUM UIN Sunan Kalijaga dan IKAPMAWI Yogyakarta yang telah menjadi tempat untuk menambah ilmu dan pengalaman dalam berorganisasi selama menjalani proses pendidikan.
17. Rekan-rekan Psikologi angkatan 2016 UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta yang telah memberikan dukungan, pengalaman, pelajaran dan kebersamaannya.
18. Mba Nabila dan Mba Sim-sim yang sudah bersedia menemani dan membantu penulis dalam melaksanakan penelitian ini.
19. Staff dan guru SMP swasta “Y” dan SMP swasta “X” yang sudah memperkenankan penulis untuk melaksanakan uji coba alat ukur dan melaksanakan penelitian ini.
20. Seluruh subjek penelitian, siswa/siswi SMP swasta “Y” dan SMP swasta “X” yang telah bersedia dan berpartisipasi dalam pengisian kuesioner ini.
21. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu, atas keikhlasan, kesabaran, dan bantuan yang diberikan, semoga Allah SWT. memberikan balasan yang jauh lebih mulia.

Semoga Allah SWT. senantiasa membalas kebaikan dan jasa-jasa yang telah diberikan. Penulis sangat menyadari bahwa penelitian ini jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari berbagai pihak. Semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi penulis dan pembaca pada umumnya.

Yogyakarta, 04 Januari 2023

Penulis



Aulia Fikri Haqiyati
NIM. 16710098

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	ii
NOTA DINAS PEMBIMBING.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN TUGAS AKHIR	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR BAGAN/GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
INTISARI	xx
ABSTRACT	xxi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	8
C. Tujuan Penelitian.....	9
D. Manfaat Penelitian.....	9
E. Keaslian Penelitian	12
1. Keaslian Topik.....	17
2. Keaslian Teori.....	17
3. Keaslian Alat Ukur	17
4. Keaslian Subjek Penelitian	18
BAB II DASAR TEORI.....	19
A. Kelelahan Akademik	19
1. Pengertian Kelelahan Akademik	19
2. Dampak Kelelahan Akademik.....	20
3. Dimensi-Dimensi Kelelahan Akademik	21
4. Faktor-Faktor Penyebab Kelelahan Akademik.....	23
B. Kepribadian <i>Big Five</i>	27
1. Pengertian Kepribadian <i>Big Five</i>	27
2. Dimensi-Dimensi Kepribadian <i>Big Five</i>	30
C. Dinamika Psikologis antara Dimensi Kepribadian <i>Big Five</i> dengan Kelelahan Akademik pada Siswa SMP Swasta “X” di Kabupaten Banyumas Selama Pembelajaran Jarak Jauh	34
D. Hipotesis.....	39

BAB III METODOLOGI PENELITIAN	41
A. Desain Penelitian.....	41
B. Identifikasi Variabel Penelitian	41
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian	42
1. Kelelahan Akademik	42
2. Kepribadian <i>Big Five</i>	43
D. Populasi Dan Sampel Penelitian	45
1. Populasi Penelitian.....	45
2. Sampel	45
E. Metode Pengumpulan Data	46
F. Validitas, Seleksi Aitem, dan Reliabilitas Alat Ukur	50
1. Validitas Alat Ukur.....	50
2. Seleksi Aitem.....	51
3. Uji Reliabilitas Penelitian	52
G. Metode Analisis Data	53
1. Analisis Deskriptif	53
2. Uji Asumsi	53
3. Uji Hipotesis	54
BAB IV PELAKSANAAN, HASIL PENELITIAN, DAN PEMBAHASAN . 55	55
A. Orientasi Kancan	55
B. Persiapan Penelitian.....	56
1. Persiapan Alat Ukur.....	56
2. Pelaksanaan Uji Coba (<i>Try Out</i>) Alat Ukur.....	56
3. Hasil Uji Coba (<i>Try Out</i>) Alat Ukur	57
4. Uji Reliabilitas	60
C. Pelaksanaan Penelitian	61
1. Proses Administrasi	61
2. Pengambilan Data Penelitian	62
D. Hasil Penelitian	63
1. Analisis Deskriptif	64
2. Kategori Subjek Pada Masing-Masing Skala	65
3. Uji Asumsi Klasik	71
4. Uji Hipotesis	75
E. Pembahasan	78

BAB V PENUTUP	82
A. Kesimpulan	82
B. Saran	83
DAFTAR PUSTAKA	86
DAFTAR LAMAN	90
LAMPIRAN	91



DAFTAR TABEL

Tabel 1. Karakteristik Dimensi Kepribadian <i>Big Five</i>	33
Tabel 2. Ketentuan Nilai untuk Aitem <i>Favorable</i> dan <i>Unfavorable</i> Skala Kelelahan Akademik.....	47
Tabel 3. <i>Blueprint</i> Skala Kelelahan Akademik Sebelum Uji Coba.....	47
Tabel 4. Ketentuan Nilai untuk Aitem <i>Favorable</i> dan <i>Unfavorable</i> Skala Kepribadian <i>Big Five</i>	49
Tabel 5. <i>Blueprint</i> Skala Kepribadian <i>Big Five</i> Sebelum Uji Coba.....	49
Tabel 6. Sebaran Aitem Skala Kelelahan Akademik Setelah Uji Coba.....	57
Tabel 7. Sebaran Aitem Skala Kepribadian <i>Big Five</i> Setelah Uji Coba.....	59
Tabel 8. Reliabilitas Skala Setelah Uji Coba.....	61
Tabel 9. Sebaran Data Subjek Berdasarkan Jenis Kelamin.....	63
Tabel 10. Sebaran Data Subjek Berdasarkan Usia.....	63
Tabel 11. Sebaran Data Subjek Berdasarkan Kelas.....	63
Tabel 12. Deskripsi Statistik Skor Skala.....	64
Tabel 13. Rumus Kategorisasi Subjek.....	65
Tabel 14. Kategori Skala Dimensi <i>Openness to Experience</i>	66
Tabel 15. Kategori Skala Dimensi <i>Conscientiousness</i>	67
Tabel 16. Kategori Skala Dimensi <i>Extraversion</i>	68
Tabel 17. Kategori Skala Dimensi <i>Agreeableness</i>	69
Tabel 18. Kategori Skala Dimensi <i>Neuroticism</i>	70
Tabel 19. Kategori Skala Kelelahan Akademik.....	71
Tabel 20. Uji Normalitas Residu.....	71
Tabel 21. Uji Linearitas.....	72
Tabel 22. Uji Multikolinearitas.....	73
Tabel 23. Uji F (Hipotesis Mayor).....	75
Tabel 24. Uji T (Hipotesis Minor).....	76
Tabel 25. Uji Sumbangan Efektif.....	77

DAFTAR BAGAN/GAMBAR

DAFTAR BAGAN

Bagan 1. Dinamika Hubungan antara Dimensi Kepribadian <i>Big Five</i> dengan Kelelahan Akademik.....	38
--	----

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Uji Heterokedastisitas (Scatterplot)	74
--	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I.....	92
1. Alat Ukur Uji Coba	92
2. Surat Izin Uji Coba Alat Ukur	99
3. Tabulasi Data Uji Coba Skala Kelelahan Akademik	100
4. Tabulasi Data Uji Coba Skala <i>Openness to Experience</i>	103
5. Tabulasi Data Uji Coba Skala <i>Conscientiousness</i>	104
6. Tabulasi Data Uji Coba Skala <i>Extraversion</i>	104
7. Tabulasi Data Uji Coba Skala <i>Agreeableness</i>	105
8. Tabulasi Data Uji Coba Skala <i>Neuroticism</i>	106
9. <i>Output</i> Seleksi Aitem dan Reliabilitas Skala Kelelahan Akademik	107
10. <i>Output</i> Seleksi Aitem Dan Reliabilitas Skala <i>Openness to Experience</i>	108
11. <i>Output</i> Seleksi Aitem Dan Reliabilitas Skala <i>Conscientiousness</i>	109
12. <i>Output</i> Seleksi Aitem dan Reliabilitas Skala <i>Extraversion</i>	109
13. <i>Output</i> Seleksi Aitem Dan Reliabilitas Skala <i>Agreeableness</i>	110
14. <i>Output</i> Seleksi Aitem Dan Reliabilitas Skala <i>Neuroticism</i>	111
Lampiran II	113
1. Alat Ukur Penelitian.....	113
2. Surat Izin Penelitian	118
3. Tabulasi Data Penelitian Skala Kelelahan Akademik.....	119
4. Tabulasi Data Penelitian Skala <i>Openness to Experience</i>	124
5. Tabulasi Data Penelitian Skala <i>Conscientiousness</i>	125
6. Tabulasi Data Penelitian Skala <i>Extraversion</i>	126
7. Tabulasi Data Penelitian Skala <i>Agreeableness</i>	128
8. Tabulasi Data Penelitian Skala <i>Neuroticism</i>	129
9. <i>Output</i> Hasil Uji Normalitas	131
10. <i>Output</i> Hasil Uji Linearitas	131
11. <i>Output</i> Hasil Uji Multikolinearitas.....	132
12. <i>Output</i> Hasil Uji Heterokedastisitas.....	133
13. <i>Output</i> Hasil Uji F (Hipotesis Mayor), Uji T (Hipotesis Minor), dan Sumbangan Efektif.....	133

Hubungan Antara Dimensi Kepribadian *Big Five* Dengan Kelelahan Akademik Pada Siswa SMP Swasta “X” Di Kabupaten Banyumas Selama Pembelajaran Jarak Jauh

Aulia Fikri Haqiyati
16710098

INTISARI

Adanya pandemi covid-19 menyebabkan perubahan pembelajaran menjadi pembelajaran jarak jauh. Hal tersebut menyebabkan banyak masalah bagi siswa. Jika masalah tersebut tidak teratasi dalam waktu yang cukup lama akan menimbulkan kelelahan akademik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dimensi kepribadian *big five* dengan kelelahan akademik pada siswa SMP swasta “X” di Kabupaten Banyumas selama pembelajaran jarak jauh. Subjek penelitian ini sebanyak 61 siswa SMP swasta “X” di Kabupaten Banyumas yang mengalami pembelajaran jarak jauh menggunakan teknik *purposive sampling*. Hipotesis dalam penelitian ini yaitu terdapat hubungan antara lima dimensi kepribadian *big five* dengan kelelahan akademik siswa SMP swasta “X” di Kabupaten Banyumas selama pembelajaran jarak jauh. Metode analisis data penelitian menggunakan regresi berganda. Hasil penelitian menunjukkan dua dari lima dimensi kepribadian *big five* memiliki hubungan yang signifikan dengan kelelahan akademik yaitu *conscientiousness* dan *extraversion*. Dimensi *conscientiousness* yang secara signifikan berhubungan negatif dengan kelelahan akademik. Artinya semakin tinggi tingkat *conscientiousness*, maka semakin rendah tingkat kelelahan akademik dan sebaliknya. Dimensi *extraversion* secara signifikan berhubungan negatif dengan kelelahan akademik. Artinya semakin tinggi tingkat *extraversion*, maka semakin rendah tingkat kelelahan akademik dan sebaliknya. Sedangkan tiga dimensi lainnya yaitu *openness to experience*, *agreeableness*, dan *neuroticism* tidak berhubungan secara signifikan dengan kelelahan akademik. Sumbangan efektif yang diberikan oleh dimensi *conscientiousness* sebesar 35,3% dan *extraversion* sebesar 4,4% terhadap kelelahan akademik siswa SMP swasta “X” di Kabupaten Banyumas selama pembelajaran jarak jauh dan sisanya 60,3% dipengaruhi oleh faktor lain.

Kata Kunci : Kelelahan Akademik, Kepribadian Big Five, Pembelajaran Jarak Jauh

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

The Relationship Between Big Five Personality Dimensions With Academic Burnout In Private Junior High School Students Of "X" In Banyumas Regency During Distance Learning

Aulia Fikri Haqiyati
16710098

ABSTRACT

The existence pandemic of covid-19 caused a change in learning to distance learning. This learning change causes many problems for students. If the problem is not resolved in a long time it will cause academic burnout. This research aims to determine the relationship between big five personality dimensions with academic burnout in private junior high school students of "X" in Banyumas Regency during distance learning. The subjects of this research were 61 students in private junior high school of "X" in Banyumas Regency during distance learning using purposive sampling technique. The hypothesis of this research is a relationship between dimensions of big five personality with the academic burnout in private junior high school students of "X" in Banyumas Regency during distance learning. The data analysis method uses multiple regression. The results showed that two of big five personality dimensions had a significant relationship with academic burnout, that is conscientiousness and extraversion. Conscientiousness were significantly negatively related to academic burnout. That is, the higher level of conscientiousness, the lower academic burnout and vice versa. Extraversion were significantly negatively related to academic burnout. That is, the higher level of extraversion, the lower academic burnout and vice versa. While other of three dimensions, which are openness to experience, agreeableness, and neuroticism are not significantly related with academic burnout. The effective contribution given by conscientiousness is 35.3% and extraversion is 4.4% to the academic burnout in private junior high school students of "X" in Banyumas Regency during distance learning and the remaining 60.3% is influenced by other factors.

Keywords : Academic Burnout, Big Five Personality, Distance Learning (Online Learning)

STATE ISLAMIC UNIVERSITY
SUNAN KALIJAGA
YOGYAKARTA

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Belajar adalah hal yang tidak terlepas dari manusia selama hidupnya. Proses belajar dapat ditempuh melalui lingkungan sekolah atau pendidikan. Adanya pandemi *coronavirus disease 19* (covid-19) mengakibatkan perubahan proses pembelajaran dalam dunia pendidikan. Proses pembelajaran yang sebelumnya dilakukan secara konvensional yang dilakukan oleh guru dan peserta didik dalam satu ruangan yang sama (pertemuan tatap muka) secara sistematis dan formal, berubah menjadi kegiatan belajar mengajar secara daring atau *online* yang sampai saat ini biasa disebut dengan pembelajaran jarak jauh. Penerapan metode tersebut dilakukan atas perintah Kemendikbud (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan) melalui surat edaran tentang tujuan dan pelaksanaan pembelajaran jarak jauh No. 15 Tahun 2020 yaitu untuk memastikan para pelajar mendapat layanan pendidikan selama darurat covid-19, sebagai upaya pencegahan menyebarnya virus covid-19 dan untuk memenuhi kebutuhan psikososial bagi guru, siswa dan orangtua (Kemendikbud.go.id., 2020). Pelaksanaan kebijakan ini bervariasi antar daerah sesuai kondisi dan pertimbangan akses fasilitas belajar yang memadai.

Pembelajaran jarak jauh adalah kegiatan belajar mengajar antara guru dan para pelajar yang dilakukan menggunakan berbagai perangkat dan media komunikasi secara jarak jauh. Media komunikasi tersebut menggunakan teknologi informasi digital seperti *google-class*, *e-learning*, *whatsapp*, *zoom-meeting* dan sebagainya (Pakpahan & Fitriani, 2020). Sistem pembelajaran ini terjadi pada semua jenjang pendidikan yakni dari jenjang pendidikan usia dini, kanak-kanak, sekolah dasar, sekolah menengah, sekolah atas dan perguruan tinggi.

Beberapa kelebihan pembelajaran jarak jauh yaitu akses pembelajaran menjadi lebih fleksibel tanpa terhalang waktu dan tempat (Pardede, 2011), siswa lebih mudah mendapatkan informasi yang lebih luas dan memanfaatkan perkembangan teknologi (Eryadini, 2020), banyaknya media pembelajaran

dapat meningkatkan cara berpikir kritis (Kashefi, *et. al.*, 2012), kreatifitas dan inovasi siswa maupun pengajar (Yudhistira & Murdiani, 2020). Jacobs (2013) mengungkapkan pembelajaran jarak jauh sama efektifnya dengan pembelajaran tatap muka apabila sistem pembelajaran dirancang dan dilaksanakan dengan baik dan siswa dapat belajar lebih banyak. Dengan adanya pembelajaran jarak jauh, diharapkan dapat mengendalikan penyebaran covid-19, proses pendidikan tetap terlaksana dengan baik dan kebutuhan psikososial bagi pendidik, peserta didik dan orangtua tetap terpenuhi (Kemendikbud.go.id., 2020).

Pada faktanya pembelajaran jarak jauh masih menimbulkan banyak kendala bagi berbagai pihak terutama bagi siswa. Beberapa kendala yang dialami siswa diantaranya tugas yang lebih banyak dari biasanya, terjadi penurunan motivasi belajar, dan mengalami kejenuhan (Yudhistira, *et. al.*, 2020). Selama siswa belajar di rumah membuat iklim belajar yang kurang kondusif dan fokus belajar semakin berkurang. Selain itu, iklim belajar menjadi tidak variatif, terus-menerus menghadapi *gadget* dan siswa mengalami kejenuhan yang menyebabkan terjadinya penurunan motivasi belajar (Yudhistira & Murdiani, 2020). Munculnya beberapa kendala di atas jika dibiarkan dalam kurun waktu yang lama dan tidak kunjung teratasi dapat memicu terjadinya kelelahan akademik (Rinawati & Darisman, 2020).

Kelelahan akademik merupakan respons individu terhadap tekanan (*stressor*) berkepanjangan yang dihadapinya dengan adanya gejala kelelahan emosional, hilangnya motivasi dan berkurangnya komitmen (Schaufeli, 2017). Kelelahan akademik dapat dikatakan sebagai puncak dari segala rasa lelah yang terlalu lama mengendap di tubuh dan pikiran, sehingga kelelahan akademik bukan kelelahan akibat belajar semalaman. Kelelahan akademik ditandai dengan adanya tiga aspek, yaitu perasaan kelelahan emosional yang luar biasa akibat adanya tuntutan studi (*emotional exhaustion*), sinisme pada tugas-tugas materi pelajaran (*cynicism*), dan turunnya tingkat keyakinan akademik (*reduced academic efficacy*) (Schaufeli, *et. al.*, 2002). Sutarjo, *et. al.* (2014) menambahkan kelelahan akademik pada siswa merupakan suatu

kondisi mental seseorang berupa perasaan bosan yang berlebih dalam melakukan rutinitas tugas yang sudah dilakukan sejak lama. Terjadinya kelelahan akademik pada siswa akan berdampak buruk pada masalah akademik dan munculnya perilaku negatif.

Dampak negatif kelelahan akademik pada siswa menurut Portnoy (2011) terbagi dalam lima jenis yaitu berdampak pada kognitif, emosi, perilaku, spiritual dan somatik. 1) Dampak kognitif berupa menurunnya konsentrasi, kekakuan, apatis, minimisasi, disorientasi dan keasyikan dengan trauma. 2) Dampak emosi berupa ketidakberdayaan, rasa bersalah, kecemasan, mati rasa, kemarahan, kesedihan, rasa takut, *shock* dan depresi. 3) Dampak perilaku berupa *moody*, menarik diri, *irritable* (mudah marah), kurang tidur, mimpi buruk, mengisolasi, perubahan nafsu makan dan peningkatan kewaspadaan. 4) Dampak spiritual berupa keputusasaan, mempertanyakan makna hidup, mempertanyakan keyakinan agama, kehilangan iman / skeptisisme dan hilangnya tujuan. 5) Dampak somatik berupa detak jantung yang cepat, berkeringat, kesulitan bernapas, sakit dan nyeri, pusing, sakit kepala, sistem kekebalan tubuh terganggu dan mengalami kesulitan untuk tidur atau bangun tidur.

Beberapa dampak kelelahan akademik lainnya yang terjadi pada siswa yaitu 1) semakin rendahnya prestasi belajar siswa (Duru, *et. al.*, 2013), 2) memungkinkan para siswa mengalami *drop-out* di sekolah menengah (Bask & Salmela-Aro, 2013), 3) mengakibatkan rendahnya keterlibatan dan performansi akademik (Schaufeli, *et. al.*, 2002), dan 4) mengakibatkan masalah-masalah perilaku seperti penggunaan minuman keras (Jackson, *et. al.*, 2016), insomnia (Pagnin, *et. al.*, 2014), penyalahgunaan narkoba (Walburg, *et. al.*, 2016) dan munculnya ide-ide untuk bunuh diri (Dyrbye, *et. al.*, 2008) serta masalah perilaku yang lain.

Adanya kelelahan akademik yang terjadi selama pembelajaran jarak jauh dikuatkan dengan adanya survei oleh Ureport.id (2020) di provinsi Jawa Tengah pada 3.949 siswa selama pembelajaran jarak jauh didapatkan hasil bahwa siswa merasa bosan sebesar 69%, biasa saja 17%, senang 7% dan

khawatir/takut 6%. Kemudian survei KPAI tentang pembelajaran jarak jauh kepada 1.700 pelajar yang terdiri dari berbagai tingkatan, mulai dari jenjang sekolah dasar sampai dengan sekolah menengah atas, pada 20 provinsi dan 54 kabupaten atau kota di Indonesia menyebutkan sebanyak 76.7% siswa menyatakan tidak senang dan sisanya 23.3% siswa merasa senang. Salah satu alasan yang membuat siswa merasa tidak senang secara umum karena tugas-tugas yang berat selama pembelajaran jarak jauh. Sedangkan siswa merasa senang karena tidak harus bangun pagi dan tidak harus memakai seragam sekolah (Min.co.id, 2020).

Berdasarkan hasil survei kepada 14 siswa yang mengalami pembelajaran jarak jauh di SMP swasta "X" di Kabupaten Banyumas diantaranya siswa merasa tidak senang sebanyak 9 siswa (64,3%) dan yang merasa senang sebanyak 5 siswa (35,7%). Kendala yang dialami siswa seperti merasa bosan karena sudah lama tidak bertemu dengan teman dan merasa pusing akibat tugas yang banyak yang dikategorikan dalam aspek kelelahan emosional (*emotional exhaustion*). Kemudian siswa merasa tidak tertarik dengan pembelajaran *daring* yang bisa dikatakan sebagai sikap depersonalisasi (*cynicism*). Hingga siswa merasa kurang mampu dalam memahami materi pelajaran yang didapat selama pembelajaran jarak jauh juga termasuk dalam kondisi menurunnya keyakinan akademik (*reduced akademik efficacy*). Sehingga hal ini dapat menjadi ciri bahwa siswa SMP swasta "X" di Kabupaten Banyumas mengalami kondisi kelelahan akademik.

Siswa SMP swasta "X" di Kabupaten Banyumas menurut teori psikologi perkembangan pada umumnya sedang memasuki usia remaja awal (*early adolescent*) (usia 10-15 tahun) yang mana terjadi proses berkembangnya emosi, kepribadian, relasi dengan orang lain, dan konteks sosial yang termasuk ke dalam aspek sosio-emosional (Santrock, J. W., 2007). Perkembangan psikologis pada usia remaja awal yang paling dirasakan yaitu perilaku kurang menentu, cenderung emosional, belum stabil, banyak terlibat masalah, masa pencarian jati diri, dan masa kritis (Sasanti, 2018). Remaja awal yang sedang mengalami permasalahan yang cukup banyak dan

sulit untuk menyelesaikannya cenderung tidak dapat mengendalikan emosi dengan baik terhadap situasi yang dihadapinya dan menyebabkan individu tersebut mengalami stres dan kejenuhan (Andhini, 2017).

Penelitian Mahmudah (2020) tentang pengaruh pembelajaran jarak jauh terhadap kondisi psikologis siswa dapat mengakibatkan berkurangnya keefektifan belajar, berkurangnya hubungan sosial antar siswa ataupun dengan orang lain, terlambatnya perkembangan siswa, kecemasan yang berlebih dan menurunnya kekebalan tubuh. Selain itu, siswa juga mengalami keluhan stres akibat adanya tugas yang lebih banyak selama pembelajaran jarak jauh dan waktu pengumpulan yang lebih singkat. Rinawati & Darisman (2020) meneliti tingkat kejenuhan siswa SMK (sekolah menengah kejuruan) dengan sistem pembelajaran jarak jauh pada mata pelajaran produk kreatif dan kewirausahaan dan hasilnya siswa dengan tingkat kejenuhan sedang sebesar 55% dan tingkat kejenuhan rendah sebesar 45%. Gejala yang dirasakan oleh siswa tersebut seperti rasa lelah secara fisik dan mental serta produktivitasnya menurun. Hal tersebut mengarah pada kondisi kejenuhan. Munculnya gejala tersebut karena kondisi siswa yang belum siap menjalani pembelajaran mata pelajaran tersebut dengan sistem pembelajaran jarak jauh. Penelitian Yudhistira & Murdiani (2020) menemukan bahwa mahasiswa yang tidak menikmati pembelajaran jarak jauh memiliki peluang yang lebih besar untuk mengalami kelelahan akademik dan sebaliknya.

Maslach, *et. al.*, (2001) menyebutkan terdapat dua faktor besar yang dapat mempengaruhi kelelahan yaitu terdiri dari faktor situasional dan faktor individual. Faktor situasional merupakan berbagai faktor yang tidak berasal dalam individu tersebut, yang terdiri dari karakteristik pekerjaan, karakteristik jabatan, dan karakteristik organisasi. Berbeda dengan faktor situasional, faktor individual terdiri dari berbagai faktor yang berasal dari dalam diri seseorang berupa karakteristik demografis (tempat tinggal), sikap kerja dan kepribadian.

Selanjutnya, beberapa ciri kepribadian telah dipelajari untuk menemukan orang tipe mana yang lebih besar mengalami kelelahan. Pada

faktor kepribadian terdapat gaya *coping* individu dalam menghadapi masalah (Lukito & Nur'aeni, 2018). Kepribadian memiliki peran dalam mempengaruhi pilihan dan keefektifan *coping* pada saat menghadapi sumber tekanan (Sandiana & Oriza, 2018). Kepribadian *big five* merupakan salah satu teori yang dapat menggambarkan macam-macam sifat individu yang membedakannya dengan individu lainnya. Definisi kepribadian *big five* menurut Costa & McCrae merupakan taksonomi (klasifikasi bidang ilmu) dalam hal kepribadian manusia yang tersusun oleh lima trait atau faktor dasar manusia pada penggambaran suatu kepribadian seseorang (Feist & Feist, 2011). Kelima trait tersebut terdiri dari dimensi *openness to experience* (terbuka pada pengalaman), *conscientiousness* (kesadaran), *extraversion* (ekstraversi), dimensi *agreeableness* (keramahan) dan *neuroticism* (kecemasan). Kelima dimensi tersebut populer dengan singkatan OCEAN dan memiliki karakteristik yang berbeda-beda.

Individu dengan *openness to experience* yang tinggi menurut Costa & McCrae (Feist & Feist, 2011) ditandai dengan individu yang lebih terbuka kepada pengalaman, kreatif, imajinatif, orisinal, penuh ingin tahu, menyukai keragaman dan bebas. Goldberg (Ramdhani, 2012) menyebutkan individu dengan tipe ini senang pada sesuatu yang baru, seperti mempelajari hal baru atau menciptakan aktivitas yang baru (memiliki kreatifitas yang tinggi).

Individu dengan *conscientiousness* yang tinggi menurut Costa & McCrae (Feist & Feist, 2011) ditandai dengan individu yang mempunyai ketekunan, kenuranian, motivasi dalam mencapai tujuan sebagai perilaku langsungnya, teratur, terorganisir, mampu mengendalikan diri, memiliki tekad yang kuat untuk mencapai sesuatu, disiplin dan fokus pada target yang telah direncanakan. Goldberg (Ramdhani, 2012) menyebutkan tipe kepribadian ini juga bersungguh-sungguh (tekun) ketika mengerjakan tugas, bertanggung jawab, dapat dipercaya dan suka terhadap keteraturan.

Individu dengan *extraversion* yang tinggi menurut Costa & McCrae (Feist & Feist, 2011) ditandai dengan individu yang mempunyai rasa keterbukaan, peduli dengan sekitarnya, supel (mudah bergaul), asertif, suka

berbicara, ramah, memiliki rasa humor yang tinggi dan penuh semangat. Goldberg (Ramdhani, 2012) menyebutkan tipe kepribadian ini memiliki semangat dan antusiasme dalam menjalin pertemanan dengan orang lain dan menjaga hubungan tersebut. Sehingga senang dan tidak sulit untuk mendapatkan teman.

Individu dengan *agreeableness* yang tinggi menurut Costa & McCrae (Feist & Feist, 2011) ditandai dengan adanya keramahan seperti memiliki hati yang berbelas kasihan, cenderung murah hati, suka menolong, mudah mempercayai siapapun, toleran dan dapat menerima keadaan. Goldberg (Ramdhani, 2012) menyebutkan tipe kepribadian ini lebih dapat menghargai orang lain daripada dirinya sendiri dan mudah percaya kepada orang lain.

Individu dengan *neuroticism* yang tinggi menurut Costa & McCrae (Feist & Feist, 2011) ditandai dengan individu yang mempunyai rasa kecemasan atau ketidaksabilan emosi, temperamental, mudah merasa cemas, merasa iba terhadap diri sendiri dan mudah mengalami stres saat tertekan. Goldberg (Ramdhani, 2012) menyebutkan tipe kepribadian ini dicirikan dengan mudah merasa cemas ketika berhadapan dengan berbagai masalah dan tidak dapat mengontrol rasa marah pada kondisi yang berbeda dengan harapannya.

Penelitian Balgies (2018) tentang “Pengaruh Kepribadian *Big Five* terhadap Motivasi Berprestasi Siswa MTSN” menemukan adanya pengaruh positif signifikan pada dimensi *conscientiousness* terhadap motivasi berprestasi siswa sebesar 38%. Dimensi *neuroticism* berpengaruh negatif secara signifikan pada variabel motivasi berprestasi siswa sebesar 20%. Sedangkan ketiga dimensi lainnya tidak berpengaruh secara signifikan pada variabel motivasi berprestasi siswa.

Nurmina (2019) meneliti tentang “Korelasi Kepribadian *Big Five* Terhadap Regulasi Diri Dalam Belajar Pada Mahasiswa” diperoleh hasil dimensi *agreeableness* dan *conscientiousness* memberikan hubungan positif yang signifikan dengan koefisien korelasi masing-masing sebesar 0.594 dan

2.181. Sedangkan tiga dimensi lainnya tidak ada sumbangan yang efektif signifikan pada regulasi diri pada mahasiswa dalam belajar.

Santi (2020) meneliti “Pengaruh *Big Five Personality* Dengan Kejadian *Burnout* pada Mahasiswa Pendidikan Kedokteran” dan diperoleh hasil tipe kepribadian *neuroticism*, *conscientiousness* dan *extraversion* yang paling berpengaruh pada kejadian *burnout*. Hal ini terjadi karena pada ketiga tipe kepribadian tersebut memiliki masalah dengan emosi negatif yang sangat perfeksionis, pemaksa dan *workaholic* yang berpotensi pada terjadinya *burnout*.

Peneliti memilih kepribadian *big five* sebagai variabel kepribadian karena memiliki keunggulan dapat digunakan secara universal untuk mengkaji sifat-sifat kepribadian dalam berbagai budaya di seluruh dunia (Costa & McCrae dalam Feist & Feist, 2011). Menurut Thompson (Utami, *et. al.*, 2018) kepribadian *big five* dapat digunakan untuk usia anak-anak sampai usia dewasa. Sehingga dipakainya teori kepribadian *big five* untuk memprediksi gambaran kepribadian siswa SMP swasta “X” di Kabupaten Banyumas selama pembelajaran jarak jauh.

Berdasarkan berbagai uraian dari fenomena dan hasil penelitian sebelumnya, peneliti bermaksud untuk meneliti hubungan antara dimensi kepribadian *big five* dengan kelelahan akademik pada Siswa SMP swasta “X” di Kabupaten Banyumas selama pembelajaran jarak jauh. Sehingga pertanyaan penelitian yang diajukan yaitu “Apakah terdapat hubungan antara dimensi kepribadian *big five* dengan kelelahan akademik pada siswa SMP swasta “X” di Kabupaten Banyumas selama pembelajaran jarak jauh?”

B. Rumusan Masalah

Permasalahan apakah terdapat hubungan antara dimensi kepribadian *big five* dengan kelelahan akademik pada siswa SMP swasta “X” di Kabupaten Banyumas selama pembelajaran jarak jauh, menjadi rumusan masalah pada penelitian ini.

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan antara dimensi kepribadian *big five* dengan kelelahan akademik pada siswa SMP swasta “X” di Kabupaten Banyumas selama pembelajaran jarak jauh.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan harapan dapat memberikan manfaat secara teoritis dan praktis sebagai berikut:

1. Secara Teoritis
 - a. Penelitian ini dilakukan dengan harapan dapat memberikan manfaat pada ilmu pengetahuan dan ilmu psikologi, khususnya ilmu psikologi pendidikan dan ilmu psikologi klinis mengenai hubungan antara dimensi kepribadian *big five* dengan kelelahan akademik pada siswa SMP swasta “X” di Kabupaten Banyumas selama pembelajaran jarak jauh.
 - b. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi untuk penelitian seterusnya terutama dalam melakukan penelitian yang lebih dalam tentang hubungan antara dimensi kepribadian *big five* dengan kelelahan akademik pada siswa SMP swasta “X” di Kabupaten Banyumas selama pembelajaran jarak jauh.
2. Secara Praktis
 - a. Bagi Orangtua

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran mengenai kelelahan akademik yang dialami siswa selama pembelajaran jarak jauh serta menjadi evaluasi dalam pengambilan kebijakan terkait pembelajaran jarak jauh. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi acuan dalam pencegahan kelelahan akademik melalui identifikasi dan pengembangan kepribadian siswa.

Sehingga nantinya orangtua dapat membantu anak sebagai siswa dalam meningkatkan sikap dan ciri-ciri dimensi kepribadian *big five*: *openness to experience, conscientiousness, extraversion,*

agreeableness, dan *neuroticism* yang berhubungan signifikan dan memiliki pengaruh dalam menurunkan kondisi kelelahan akademik siswa selama pembelajaran jarak jauh.

b. Bagi Siswa

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran mengenai kelelahan akademik yang dialami siswa selama pembelajaran jarak jauh serta menjadi evaluasi dalam pengambilan kebijakan terkait pembelajaran jarak jauh. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi acuan dalam pencegahan kelelahan akademik melalui identifikasi dan pengembangan kepribadian siswa.

Hal tersebut seperti siswa mengaplikasikan setiap sikap dan ciri-ciri dari masing-masing dimensi kepribadian *big five: openness to experience, conscientiousness, extraversion, agreeableness, dan neuroticism* yang berhubungan signifikan dalam menurunkan kondisi kelelahan akademik selama pembelajaran jarak jauh.

c. Bagi Guru

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran mengenai kelelahan akademik yang dialami siswa selama pembelajaran jarak jauh serta menjadi evaluasi dalam pengambilan kebijakan terkait pembelajaran jarak jauh. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi acuan dalam pencegahan kelelahan akademik melalui identifikasi dan pengembangan kepribadian siswa.

Sehingga nantinya guru dapat membantu siswa-siswanya dalam meningkatkan sikap dan ciri-ciri dimensi kepribadian *big five: openness to experience, conscientiousness, extraversion, agreeableness, dan neuroticism* yang berhubungan signifikan dan memiliki pengaruh dalam menurunkan kondisi kelelahan akademik siswa selama pembelajaran jarak jauh.

d. Bagi Instansi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran mengenai kelelahan akademik yang dialami siswa selama pembelajaran jarak jauh serta menjadi evaluasi dalam pengambilan kebijakan terkait pembelajaran jarak jauh. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi acuan dalam pencegahan kelelahan akademik melalui identifikasi dan pengembangan kepribadian siswa.

Sehingga instansi pendidikan nantinya dapat memberikan pembekalan atau pembinaan bagi para siswa tentang pentingnya mengetahui suatu kepribadian pada individu dan tingkat kelelahan yang dialami oleh setiap siswanya.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian “Hubungan antara Dimensi Kepribadian *Big Five* dengan Kelelahan Akademik pada Siswa SMP Swasta “X” di Kabupaten Banyumas Selama Pembelajaran jarak jauh” ini merupakan penelitian replikasi yang sudah pernah diteliti sebelumnya. Beberapa penelitian yang berkaitan dengan variabel kelelahan akademik dan kepribadian *big five* diantaranya sebagai berikut:

1. Penelitian oleh Jin Lee, Muda Jun Chol dan Han Chae (2017) tentang “The Effects of Personality Traits on Academic Burnout in Korean Medical Students”. Alat ukur dalam penelitian ini menggunakan *Maslach Burnout Inventory-Student Survey* (MBI-SS) pada variabel kelelahan akademik dan *The Cloninger’s Temperament* (TCL) untuk mengukur variabel kepribadian. Subjek penelitian ini sebanyak 184 mahasiswa kedokteran Korea. Hasil penelitian menunjukkan bahwa skala total kelelahan berhubungan negatif dengan SD (artinya mereka yang lebih memiliki tujuan dan tanggung jawab merasa lebih efisien dan lebih sedikit kelelahan). Skala kelelahan emosional berhubungan positif dengan HA (artinya mereka yang lebih takut dan pemalu merasa mudah lelah dalam emosi). Pada sinisme, CO dan NS masing-masing menunjukkan hubungan negatif dan positif (artinya, orang yang kurang empati dan lebih impulsif cenderung mengekspresikan sikap sinis).

2. Penelitian Shahram Molavynejad, Mahbubeh Babazadeh, Fariba Bereihi, dan Bahman Cheraghian (2019) tentang “Relationship Between Personality Traits and Burnout in Oncology Nurses”. Bertujuan untuk (1) mengevaluasi dimensi *burnout* termasuk depersonalisasi, kelelahan emosional, dan pencapaian pribadi, (2) mengidentifikasi fase *burnout* global, dan (3) mengetahui hubungan antara dimensi *burnout* dan ciri-ciri kepribadian dan gangguan psikologis pada perawat onkologi. Alat ukur yang digunakan yaitu *NEO Five-Factor Inventory* (NEO-FFI), kecemasan dan depresi menggunakan kuesioner pendidikan klinis (berdasarkan kriteria DSM-IV), dan *Maslach Burnout Inventory* (MBI). Subjek penelitian sebanyak 106 perawat onkologi

yang bekerja di Rumah Sakit Baghaei yang berafiliasi dengan Universitas Ilmu Kedokteran Ahvaz Jundishapur di Iran. Analisis data menggunakan *t-test* dan korelasi pearson dengan aplikasi SPSS 20.0. Hasil penelitian ini menunjukkan sekitar 32,1% perawat onkologi yang hadir dalam penelitian ini berada dalam fase *burnout* yang paling parah. Depersonalisasi dan kelelahan emosional memiliki korelasi positif yang signifikan dengan kecemasan dan depresi, sedangkan pencapaian pribadi memiliki korelasi negatif dengan kecemasan dan depresi. Sebanyak 44,3% subjek memiliki tingkat depersonalisasi rendah dan 55,7% sedang dan tinggi. Selanjutnya, sekitar 44,7% memiliki tingkat pencapaian pribadi yang rendah dan 55,7% sedang dan tinggi, dan 43,7% memiliki tingkat kelelahan emosional yang rendah serta 56,3% sedang dan tinggi.

3. Penelitian Jenna B. D Vine dan Brandon Morgan (2020) tentang “The Relationship Between Personality Facets And Burnout”. Memiliki beberapa tujuan, diantaranya adalah: 1) mengetahui hubungan antara lima faktor kepribadian dan kelelahan dan 2) mengetahui hubungan antara dimensi dalam setiap faktor kepribadian dan *burnout* dengan mempertimbangkan sumber varians yang berbeda di setiap aspek. Alat ukur menggunakan *Basic Traits Inventory* (BTI) untuk mengukur kepribadian (Taylor & De Bruin, 2006) dan *Maslach Burnout Inventory-General Survey* (MBI-GS) (Schaufeli, Leiter, Maslach, & Jackson, 1996). Subjek penelitian sebanyak 127 orang dewasa yang bekerja dengan teknik *nonprobability convenience sampling*. Penelitian ini menggunakan desain metode kuantitatif *survei cross-sectional*, yang memiliki hasil bahwa dimensi *neuroticism*, *openness to experience* dan *agreeableness* berhubungan negatif dengan *burnout*, dimensi *conscientiousness* berhubungan negatif dengan *burnout*, sedangkan dimensi *extraversion* tidak terdapat hubungan dengan *burnout*.

4. Penelitian Fani Rahmasari (2016) tentang “Hubungan Dukungan Sosial dengan *Burnout* Belajar pada Siswa Kelas XI di SMA 4 Yogyakarta”. Dari populasi siswa sebanyak 258 diambil sampel sebanyak 146 pelajar menggunakan metode *cluster random sampling* sebagai teknik pengambilan

sampel. Skala yang dipakai yaitu skala likert sebagai skala dukungan sosial dan *burnout* belajar. Data dianalisis dengan analisis *pearson product moment*. Hasilnya yaitu tingkat dukungan sosial yang semakin tinggi maka tingkat *burnout* akan semakin rendah. Variabel dukungan sosial memberikan dampak efektif sebesar 17.4% terhadap *burnout* dan sisanya 82.6% disebabkan oleh variabel lain yang belum diketahui.

5. Penelitian tentang "Hubungan antara *School Engagement*, *Academic Self-Efficacy* dan *Academic Burnout* pada Mahasiswa" yang diteliti Fitri Arlinkasari dan Sari Zakiah Akmal (2017). Sampel penelitian yaitu mahasiswa aktif dengan jenis kelamin laki-laki ataupun perempuan yang berusia dari 18 sampai 30 tahun di DKI Jakarta dengan teknik pengambilan sampel *non-probability sampling*. Data normal dianalisis dengan korelasi *pearson product moment* dan data tidak normal dianalisis menggunakan korelasi *spearman*. Alat ukur pada variabel *academic burnout* menggunakan adaptasi dari Maslach *Burnout Inventory-Student Survey* (MBI-SS) yang disusun oleh Schaufeli, dkk. (2002) dengan nilai *cronbach's alpha* MBI-SS sebesar 0.80. Hasil yang diperoleh yaitu terdapat hubungan negatif, semakin rendah *school engagement* dan *academic self-efficacy*, maka akan semakin tinggi tingkat *academic burnout* pada siswa dan begitupun sebaliknya.

6. Penelitian Lailatul Muflihah dan Siti Ina Savira (2021) tentang "Pengaruh Persepsi Dukungan Sosial Terhadap Burnout Akademik Selama Pandemi". Sebanyak 243 mahasiswa dijadikan sebagai subjek penelitian menggunakan teknik *accidental sampling* dan teknik pengolahan data menggunakan analisis regresi. Skala penelitian terdiri dari skala *burnout* akademik selama pandemi dan skala persepsi dukungan sosial. Penelitian tersebut mendapatkan hasil bahwa persepsi dukungan sosial mampu memprediksikan kondisi *burnout* akademik selama pandemi pada mahasiswa secara signifikan. Apabila persepsi dukungan sosial yang dimiliki mahasiswa semakin meninggi, maka *burnout* akademik yang dialami selama pandemi juga semakin rendah. Dukungan dari teman dan orang lain diketahui memberikan pengaruh, tetapi tidak sekuat pengaruh dukungan dari keluarga.

Dengan demikian dapat disimpulkan tingginya dukungan sosial terhadap mahasiswa, merendahkan kemungkinan *burnout* akademik yang akan dirasakan mahasiswa selama pandemi, berlaku juga sebaliknya. Sesuai dengan Adanya pengaruh negatif antara persepsi dukungan sosial dan *burnout* akademik selama pandemi.

7. Penelitian Febrina Rani Tresnawati (2016) tentang “Hubungan Antara *The Big Five Personality Traits* Dengan *Fear Of Missing Out About Social Media* Pada Mahasiswa”. Subjek penelitian ini yaitu mahasiswa sebanyak 643 orang dengan teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *multistage cluster sampling*. Skala untuk pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan Skala BFI (*Big Five Inventory*) dan *Fear Of Missing Out About Social Media*. Hasil yang diperoleh dari penelitian ini yaitu pada koefisien korelasi secara simultan dengan nilai $r_{xy} = 0.248$ dan signifikan $p = 0.000$. Hal ini bermakna terdapat korelasi positif antara trait kepribadian berupa *extraversion* dan *agreeableness* dengan *fear of missing out about social media*. Pada trait *neuroticism* terdapat korelasi negatif, sedangkan trait *conscientiousness* tidak berkorelasi dan trait *openness* tidak linear sehingga peneliti tidak melakukan uji hipotesis.

8. Penelitian Karunia Santi (2020) tentang “Pengaruh Big Five Personality Dengan Kejadian *Burnout* pada Mahasiswa Pendidikan Kedokteran”. Skala *burnout* dari teori Maslach, *et. al* (2001) digunakan sebagai alat ukur *burnout*. Sedangkan skala kepribadian *big five* diukur menggunakan teori Costa & McCrae (1992). Hasil penelitian ini adanya pengaruh dari kepribadian *big five* terhadap *burnout*. Ada tiga dimensi yang paling berpengaruh terhadap *burnout* mahasiswa, yaitu dimensi *neuroticism*, *conscientiousness* dan *extroversion*.

9. Penelitian tentang “Hubungan Tipe Kepribadian Berdasarkan *Big Five Theory Personality* dengan Kebimbangan Karier pada Siswa SMA” milik Salma Aulia Utami, Novika Grasiawaty dan Sari Zakiah Akmal (2018). Sampel penelitian adalah siswa SMA sebanyak 128 menggunakan teknik *accidental sampling*. Skala yang digunakan yaitu *Big Five Inventory* (BFI)

dan *Career Decision Scale* (CDS) terjemahan Ramdhani (2012). Hasil penelitian menunjukkan dimensi *neuroticism* berkorelasi positif dan dimensi *conscientiousness* berkorelasi negatif terhadap kebimbangan karier siswa. Sementara dimensi yang lain tidak berhubungan secara signifikan.

10. Penelitian Soffy Balgies (2018) tentang “Pengaruh Kepribadian *Big Five* terhadap Motivasi Berprestasi Siswa MTSN”. Sampel penelitian sebanyak 73 siswa kelas delapan menggunakan *purposive sampling* dan menggunakan skala motivasi berprestasi dan kepribadian *big five*. Hasil penelitian ini menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan pada dimensi *extraversion*, *openness* dan *agreeableness*. Sedangkan pada dimensi *neuroticism* memiliki hubungan negatif dengan signifikan yang menyumbang efektifitas sebesar 20% dan memiliki hubungan positif secara signifikan pada dimensi *conscientiousness* dengan memberikan sumbangan efektif sebesar 38% terhadap motivasi berprestasi siswa.

11. Penelitian Asina Christina Rosito (2018) tentang “Eksplorasi Tipe Kepribadian *Big Five Personality Traits* Dan Pengaruhnya Terhadap Prestasi Akademik”. Dengan tujuan untuk mendapatkan gambaran tipe kepribadian berdasarkan model *Big Five Personality Traits*, gambaran prestasi akademik, dan pengaruh kepribadian terhadap prestasi akademik pada mahasiswa Universitas HKBP Nommensen. Partisipan penelitian adalah 321 mahasiswa aktif pada semester genap TA. 2015/2016 di Universitas UHN. Metode kuantitatif dan analisis data regresi berganda digunakan dalam penelitian tersebut. Menggunakan Skala *Big Five Personality* yang diadaptasi dari *Oliver's Big Five Inventory* dan diterjemahkan dalam Bahasa Indonesia dan sudah dilakukan uji validitas dan reliabilitas oleh Sianipar (2008). Nilai Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) pada semester genap TA. 2015/2016 menjadi tolok ukur prestasi akademik. Sehingga menghasilkan kesimpulan bahwa dimensi *neuroticism*, *extraversion*, dan *conscientiousness* berpengaruh secara signifikan terhadap prestasi akademik.

Berdasarkan uraian di atas, maka akan diuraikan perbandingan antara penelitian terdahulu dengan penelitian ini. Berikut ini penjelasan tentang perbandingan penelitian tersebut, diantaranya adalah:

1. Keaslian Topik

Topik pada penelitian ini memiliki kesamaan tema penelitian terhadap kelelahan akademik dengan penelitian Jin Lee, Muda Jun Chol dan Han Chae (2017), Shahram Molavynejad, Mahbubeh Babazadeh, Fariba Bereihi, dan Bahman Cheraghian (2019), Jenna B. D Vine dan Brandon Morgan (2020), Fani Rahmasari (2016), Fitri Arlinkasari dan Sari Zakiah Akmal (2017), dan Lailatul Muflihah dan Siti Ina Savira (2021).

Selanjutnya topik mengenai kepribadian *big five* mempunyai kesamaan tema dengan penelitian Febrina Rani Tresnawati (2016), Karunia Santi (2020), Salma Aulia Utami, Novika Grasiawaty dan Sari Zakiyah Akmal (2018), Soffy Balgies (2018), dan Asina Christina Rosito (2018).

Perbedaan dengan penelitian sebelumnya terletak pada variabel bebas yang menggunakan kepribadian *big five* dan pada variabel tergantung menggunakan kelelahan akademik siswa SMP swasta "X" di Kabupaten Banyumas selama pembelajaran jarak jauh sebagaimana penelitian ini belum pernah dilakukan sebelumnya.

2. Keaslian Teori

Teori Schaufeli, *et. al.*, (2002) sebagai teori kelelahan akademik dijadikan acuan. Sedangkan teori kepribadian *big five* mengacu pada teori Costa & McCrae (dalam Feist & Feist, 2011).

3. Keaslian Alat Ukur

Alat ukur pada penelitian ini menggunakan skala kelelahan akademik dan skala kepribadian *big five*. Skala kelelahan akademik disusun sendiri oleh peneliti yang mengacu pada dimensi-dimensi kelelahan akademik berdasarkan teori Schaufeli, *et. al.*, (2002) yang terdiri dari kelelahan emosi (*emotional exhaustion*), sinisme (*cynicism*) dan menurunnya keyakinan akademik (*reduced academic efficacy*). Kemudian

alat ukur kepribadian *big five* memodifikasi skala terjemahan milik Neila Ramdhani (2012) atas skala BFI (*Big Five Inventory*) berdasarkan teori *big five personality* milik Costa & McCrae. Dengan nilai reliabilitas pada dimensi *agreeableness* (0,74), *extraversion* (0,73), *neuroticism* (0,74), *conscientiousness* (0,78) dan *openness to experience* (0,79),. Skala ini terdiri dari 15 aitem *favorable* dan 29 aitem sisanya *unfavorable* dengan jumlah total 44 aitem.

4. Keaslian Subjek Penelitian

Siswa SMP swasta “X” di Kabupaten Banyumas yang mengalami pembelajaran jarak jauh dan sebelumnya belum pernah terlibat dengan tema penelitian yang sama menjadi subjek penelitian.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berikut adalah kesimpulan hasil dari penelitian ini:

1. Hipotesis mayor pada penelitian ini yang menyatakan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara kepribadian *big five* terhadap kelelahan akademik siswa SMP swasta “X” di Kabupaten Banyumas selama pembelajaran jarak jauh diterima. Secara keseluruhan, variabel kepribadian *big five* berhubungan dengan kelelahan akademik siswa dan memberikan efektifitas sebesar 39,7%.
2. Hipotesis minor pertama menyatakan bahwa adanya hubungan negatif signifikan antara dimensi *openness to experience* terhadap kelelahan akademik siswa SMP swasta “X” di Kabupaten Banyumas selama pembelajaran jarak jauh ditolak.
3. Hipotesis minor kedua yang memaparkan adanya hubungan negatif signifikan antara dimensi *conscientiousness* terhadap kelelahan akademik siswa selama pembelajaran jarak jauh diterima. Semakin tinggi *conscientiousness*, maka semakin rendah kelelahan akademik siswa SMP swasta “X” di Kabupaten Banyumas selama pembelajaran jarak jauh dan sebaliknya. Sumbangan efektif yang diberikan dimensi *conscientiousness* terhadap kelelahan akademik siswa sebesar 35,3%.
4. Hipotesis minor ketiga yang memaparkan adanya hubungan negatif signifikan antara dimensi *extraversion* terhadap kelelahan akademik siswa selama pembelajaran jarak jauh diterima. Semakin tinggi *extraversion*, maka semakin rendah kelelahan akademik siswa SMP swasta “X” di Kabupaten Banyumas selama pembelajaran jarak jauh dan sebaliknya. Sumbangan efektif yang diberikan dimensi *extraversion* terhadap kelelahan akademik siswa sebesar 4,4%.
5. Hipotesis minor keempat yang memaparkan adanya hubungan negatif signifikan antara dimensi *agreeableness* terhadap kelelahan akademik

siswa SMP swasta “X” di Kabupaten Banyumas selama pembelajaran jarak jauh ditolak.

6. Hipotesis minor kelima yang memaparkan adanya hubungan positif signifikan antara dimensi *neuroticism* terhadap kelelahan akademik siswa SMP swasta “X” di Kabupaten Banyumas selama pembelajaran jarak jauh ditolak.

B. Saran

Saran yang dapat diajukan oleh peneliti sesuai dengan hasil, pembahasan, dan kesimpulan penelitian:

1. Bagi Orangtua

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran mengenai kelelahan akademik yang dialami siswa selama pembelajaran jarak jauh serta menjadi evaluasi dalam pengambilan kebijakan terkait pembelajaran jarak jauh. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi acuan dalam pencegahan kelelahan akademik melalui identifikasi dan pengembangan kepribadian siswa.

Hal tersebut dapat dilakukan dengan cara membiasakan kedisiplinan tanpa memberikan tekanan, menghargai waktu belajar sehingga siswa tidak mendapat gangguan saat menyelesaikan tugas dan mencapai tujuan. Juga memberikan apresiasi atas pencapaian siswa, menunjukkan rasa kasih sayang, lebih terbuka dan adanya komunikasi yang lebih intens. Dengan demikian ciri kepribadian *conscientiousness* dan *extraversion* dapat terjaga dan ditingkatkan, sehingga dapat menurunkan tingkat kelelahan akademik siswa selama pembelajaran jarak jauh.

2. Bagi Siswa

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran mengenai kelelahan akademik yang dialami siswa selama pembelajaran jarak jauh serta menjadi evaluasi dalam pengambilan kebijakan terkait pembelajaran jarak jauh. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi acuan dalam

pengecahan kelelahan akademik melalui identifikasi dan pengembangan kepribadian siswa.

Peningkatan ciri kepribadian *conscientiousness* dapat dilakukan dengan cara melatih kesabaran, kedisiplinan diri, belajar menghargai waktu dan mencoba membuat target untuk dicapai. Sedangkan ciri kepribadian *extraversion* dapat ditingkatkan dengan mencoba bersosialisasi, menjalin hubungan dengan banyak teman dan melakukan kegiatan bersama dengan teman dan orang sekitar.

3. Bagi Guru

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran mengenai kelelahan akademik yang dialami siswa selama pembelajaran jarak jauh serta menjadi evaluasi dalam pengambilan kebijakan terkait pembelajaran jarak jauh. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi acuan dalam pengecahan kelelahan akademik melalui identifikasi dan pengembangan kepribadian siswa.

Hal tersebut dapat dilakukan dengan cara terus mendorong berkembangnya sikap tekun, gigih, sistematis dalam proses pembelajaran jarak jauh, yang akan mendorong pencapaian prestasi siswa dan peningkatan motivasi belajar. Selain itu juga keterbukaan dan kebersamaan selama proses pembelajaran jarak jauh perlu dikembangkan, seperti diadakannya metode diskusi atau tugas kelompok yang terarah, juga menyisipkan jeda seperti permainan atau apresiasi di tengah pelajaran. Sehingga ciri kepribadian *conscientiousness* dan *extraversion* dapat meningkat.

4. Instansi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran mengenai kelelahan akademik yang dialami siswa selama pembelajaran jarak jauh serta menjadi evaluasi dalam pengambilan kebijakan terkait pembelajaran jarak jauh. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi acuan dalam pengecahan kelelahan akademik melalui identifikasi dan pengembangan kepribadian siswa. Sehingga instansi pendidikan nantinya dapat

memberikan pembekalan atau pembinaan bagi para siswa tentang pentingnya mengetahui suatu kepribadian pada individu dan tingkat kelelahan yang dialami oleh setiap siswanya.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan jika akan dilakukan penelitian selanjutnya dengan keserupaan tema, untuk memakai rujukan yang lebih banyak dan lebih berkualitas dari penelitian ini. Sehingga mampu menggali lebih dalam tentang variabel-variabel lainnya yang mampu mempengaruhi maupun yang dipengaruhi oleh kepribadian *big five*. Serta dapat menambahkan variabel-variabel lain selain kepribadian *big five* yang memiliki hubungan dengan kelelahan akademik.

DAFTAR PUSTAKA

- Aguayo, *et. al.* (2019). A Risk Profile of Sociodemographic Factors in the Onset of Academic Burnout Syndrome in a Sample of University Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16 (707), 1-10.
- Andhini. (2017). Konsep Diri Remaja Pada Masa Pubertas. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53 (09), 1689-1699.
- Arlinkasari, F., & Akmal, S. Z. (2017). Hubungan Antara School Engangement, Academic Self efficacy dan Academic Burnout pada Mahasiswa. *Jurnal Humanitas*, 1 (2), 80-102.
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Balgies, S. (2018). Pengaruh Kepribadian Big 5 terhadap Motivasi Berprestasi Siswa MTSN. *Jurnal Psikoislamika*, 15 (2), 34-42.
- Bask, M., & Salmela-Aro, K. (2013). Burned Out to Drop Out: Exploring The Relationship between School Burnout and School Dropout. *European Journal of Psychology of Education*, 28 (2), 511-528.
- Brownlow & Hilton. (2004). *SPSS Explained*. East Sussex: Routledge. P. 364.
- Dewi, *et. al.*. (2017). Hubungan Antara Academic Self-Confidence Dengan Kejenuhan (Burnout) Belajar Siswa SMK Negeri 1 Indralaya Utara. *Jurnal Konseling Komprehensif*, 4 (2), 12-27.
- Duru, *et. al.*. (2013). Analysis of Relationships among Burnout, Academic Achievement, and Self-Regulation. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 1274-1284.
- Dyrbye, *et al.*. (2008). Burnout and Suicidal Ideation among U.S. Medical Students. *Annals of Internal Medicine*, 149 (5), 334-341.
- Eryadini, *et. al.* . (2020). Psikologi Belajar Dalam Penerapan Distance Learning. *Jurnal Pendidikan dan Pengabdian Masyarakat*, 3 (3), 163-168.
- Feist, J., & Feist, G. J. (2011). *Teori Kepribadian, Edisi 7, Buku 2*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program IBM SPSS 25 Edisi 9*. Semarang: Badan Penerbit Undip.
- Ghufron, M. N., & Rismawita, R. (2012). *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Housenabadi-farahani, *et. al.* . (2016). Academic Burnout: A Descriptive-Analytical Study of Dimensions and Contributing Factors in Nursing Students. *Austin Journal of Nursing & Health Care*, 3 (2), 1033.
- Jackson, E. R., *et. al.* (2016). Burnout and Alcohol Abuse / Dependence among US Medical Students. *Academic Medicine*, 91 (9), 1251-1256.

- Jacobs, P. (2013). The Challenges of Online Course for The Instructor. *Research in Higher Education Journal*, 1-16.
- Jin Lee, S., et. al. . (2017). The Effects of personality Traits on Academic Burnout in Korean Medical Students. *Integrative Medicine Research*, (6), 207-213.
- Kashefi, H., et. al. . (2012). Supporting Engineering Students' Thinking and Creative Problem Solving Through Blended Learning. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 56 (1), hal. 117-125.
- Leiter, M. P., & Maslach, C. (2000). Burnout and Health. In A. Baum, T. Revenson, & J. Singer (Eds.) *Handbook of Health Psychology*. (415-426). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Lukito, A., & Nur'aeni. (2018). Stress Dan Strategi Coping Pada Peserta Didik Kelas X Program Studi IPS Yang Menggunakan Kurikulum 2013. *Jurnal Psycho Idea*, 16 (2), 99-109.
- Mahmudah, S. R. (2020). Pengaruh Pembelajaran Daring Terhadap Psikologis Siswa Terdampak Social Distancing Akibat Covid 19. *Jurnal Al-Mau'izhoh*, 2 (2), 1-4.
- Maslach, C., et. al. . (2001). Job Burnout. *Annual Review Psychology*, 52, 397-422.
- Molavynejad, S., et. al. (2019). Relationship Between Personality Traits and Burnout in Oncology Nurses. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 8 (9), 2898-2902.
- Muflihah, L., & Savira, S. I. (2021). Pengaruh Persepsi Dukungan Sosial Terhadap Burnout Akademik Selama Pandemi. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8 (2), 201-211.
- Nasyroh, M., & Wikansari, R. (2017). Hubungan Antara Kepribadian (Big Five Personality Model) Dengan Kinerja Karyawan. *Jurnal Ecopsy*, 4 (1), 10-16.
- Nurmina, A. (2019). Kontribusi Big Five Terhadap Regulasi Diri Dalam Belajar Pada Mahasiswa Psikologi UNP. *Jurnal Riset Psikologi*, 1-10.
- Pagnin, D., et. al. (2014). The Relation Burnout and Sleep Disorders in Medical Students. *Academic Psychiatry*, 38 (4), 438-444.
- Pakpahan, R., & Fitriani, Y. (2020). Analisa Pemanfaatan Teknologi Informasi Dalam Pembelajaran Jarak Jauh Di Tengah Pandemi Virus Corona Covid-19. *Journal of Information System, Applied, Management, Accounting and Research*, 4 (2), 13-22.
- Pardede, T. (2011). Pemanfaatan E-Learning sebagai Media Pembelajaran pada Pendidikan Tinggi Jarak Jauh. *Seminar Nasional FMIPA UT 2011*, 1, 55-60.
- Pervin, L. A., et. al. . (2010). *Psikologi Kepribadian Teori dan Penelitian*. Edisi Kesembilan. Jakarta: Kencana.

- Portnoy, D. (2011). *Burnout and Compassion Fatigue Watch for the Signs*. San Fransisco: The Catholic Health Association of the United States.
- Priyatno, D. (2013). *Analisis Korelasi, Regresi, dan Multivariate dengan SPSS*. Yogyakarta: Gava Media.
- Rahman, D. H. (2020). Validasi School Burnout Inventory Versi Bahasa Indonesia. *Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan*, 13 (12), 85-93
- Rahmasari, F. (2016). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Burnout Belajar Pada Siswa Kelas XI Di SMA Negeri 4 Yogyakarta. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 5(4), 1-10.
- Ramdhani, N. (2008). Apakah Kepribadian Menentukan Pemilihan Media Komunikasi? Metaanalisis Terhadap Hubungan Kepribadian Extraversion, Neuroticism dan Openness To Experience Dengan Penggunaan Email. *Jurnal Psikologi*, 34 (2), 112-129.
- Ramdhani, N. (2012). Adaptasi Bahasa Dan Budaya Inventori Big Five. *Jurnal Psikologi*, 39(2), 189-207.
- Rinawati, D., & Darisman, E. K. (2020). Survei Tingkat Kejenuhan Siswa SMK Belajar Di Rumah Pada Mata Pelajaran Produk Kreatif Dan Kewirausahaan Selama Masa Pandemi Covid-19. *Journal of Science and Education* , 1 (1), 32-40.
- Rosito, A. C. (2018). Eksplorasi Tipe Kepribadian Big Five Personality Traits Dan Pengaruhnya Terhadap Prestasi Akademik. *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling*, 4 (2), 6-13.
- Salmela-Aro, et. al. (2009). School Burnout Inventory. *European Journal Of Psychologist Assesment*, 25 (1), 48-57.
- Sandiana, L. A., & Oriza, I. I. (2018). Peran Coping Berfokus Emosi Sebagai Mediator Pada Hubungan Antara Kepribadian Dan Penggunaan Internet Bermasalah. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 9 (1), 49-61.
- Santi, K. (2020). Pengaruh Big Five Personality Dengan Kejadian Burnout pada Mahasiswa Pendidikan Kedokteran. *Jurnal JIMKI*, 8 (1), 64-70.
- Santrock, J. W. (2007). *Adolesence, Edisi VI. Penerjemah: Shinto B. Adelar, Sherly Saragih*. Jakarta: Erlangga.
- Schaufeli, et. al. (2002). Burnout And Engangement In University Student A Cross-Sectional Study. *Journal of Cross-Cultural Psychologi*, 33 (5), 464-481.
- Schaufeli, W. B., & Hu., Q. (2009). The Factorial Validity of The Maslach Burnout Inventory-Student Survey in China. *Psychological Reports*, 394-408.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Manajemen*. Bandung: Alfabeta.
- Suseno, M. N. (2012). *Statistika*. Yogyakarta: Ash-Shaff.

- Sutarjo, E., *et. al.* (2014). Efektivitas Teori Behavioral Teknik Relaksasi Dan Brain Gym Untuk Menurunkan Burnout Belajar Pada Siswa Kelas VIII SMP Laboratorium UNDIKSHA Singaraja Tahun Pelajaran 2013/2014. *Jurnal Undiksa Jurusan Bimbingan Konseling*, 2 (1), 1-11.
- Tresnawati, F. R. (2016). Hubungan Antara The Big Five Personality Traits Dengan Fear Of Missing Out About Social Media Pada Mahasiswa. *Jurnal Intuisi*, 8 (3), 179-185.
- Utami, S. A., *et. al.* (2018). Hubungan Tipe Kepribadian Berdasarkan Big Five Theory Personality Dengan Kebimbangan Karier Pada Siswa SMA. *Jurnal Psikogenesis*, 6 (1), 11-18.
- Vine, J. B. D. & Morgan, B. (2020). The Relationship Between Personality Facets And Burnout. *SA Journal of Industrial Psychology*, 46, 1-11.
- Walburg, V. (2014). Children And Youth Services Review. *Journal Elsevier*, 42, 28-33.
- Walburg, V., *et. al.* (2016). Does School-Related Burnout Influence Problematic Facebook Use? *Children and Youth Services Review*, 61, 327-331.
- Yudhistira, S., & Murdiani, D. (2020). Pembelajaran Jarak Jauh: Kendala dalam Belajar dan Kelelahan Akademik. *Jurnal Maarif Institute*, 373-393.
- Yudhistira, S., *et. al.* (2020). Analisis Model Pengaruh Goal Orientation, General Self-Efficacy, dan Jenis Kelamin terhadap Self-Regulated Learning dalam Pembelajaran Jarak Jauh. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 4 (2), 358-367.

DAFTAR LAMAN

- Kemendikbud.go.id. (2020, Maret). *SE Mendikbud: Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan dalam Masa Darurat Penyebaran Covid-19*. Diakses pada tanggal 1 Desember 2020, dari Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan: <https://www.kemdikbud.go.id/main/blog/2020/03/se-mendikbud-pelaksanaan-kebijakan-pendidikan-dalam-masa-darurat-penyebaran-covid19>
- Min.co.id. (2020, April). *KPAI Rilis Kajian Pembelajaran jarak jauh (PJJ) Dengan 1700 Responden Siswa*. Diakses pada tanggal 18 Januari 2021, dari Min.co.id: <https://min.co.id/28/04/2020/pendidikan/kpai-rilis-kajian-pembelajaran-jarak-jauh-pembelajaran-jarak-jauh-dengan-1700-responden-siswa/>
- Sasanti, M. M. (2018, November). *Memahami Perkembangan Remaja Awal (Remaja SMP) Oleh Ibu Marheni Muji Sasanti Kepsek SMP*. Diakses pada tanggal 24 Februari 2022, dari Sekolah Kristen Ketapang: <https://www.skketapang.org/memahami-perkembangan-remaja-awal-remaja-smp-oleh-ibu-marheni-muji-sasanti-kepsek-smp/>
- Ureport.id. (2020, Juni). *Rencana Kembali ke Sekolah di masa COVID-19*. Diakses pada tanggal 18 Januari 2021, dari U Report Indonesia: <https://indonesia.ureport.in/opinion/4283>