

Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FPSI

PENGARUH OPTIMISME TERHADAP KELELAHAN AKADEMIK DALAM KULIAH ONLINE PADA MAHASISWA DI MASA PANDEMI COVID-19

Fitri Amaliyah

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=74899&lokasi=lokal>

Abstrak

Individu yang optimis cenderung lebih dapat mengarahkan tindakan untuk secara proaktif mencegah atau meminimalkan dampak negatif sebelum terjadi kelelahan (Chang, 2013). Optimisme ini mencerminkan sejauh

mana seseorang memegang harapan positif akan masa depannya (Scheier, 1994). Sedangkan kelelahan akademik

menggambarkan respon psikologis individu ketika menganggap dirinya tidak mampu mengatasi beban akademik

yang menuntut (Schaufeli, 2002). Penelitian kali ini akan melihat pengaruh optimisme terhadap kelelahan akademik dalam kuliah online pada mahasiswa di masa Pandemi. Responden dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang melakukan perkuliahan secara online. Jumlah partisipan yang didapat dalam penelitian ini berjumlah 227 orang (76 laki-laki dan 151 perempuan). Teknik sampling pada penelitian ini ialah accidental sampling. Kelelahan akademik diukur dengan Maslach Burnout Inventory Student Survei (MBI-SS) dari Maslach

yang telah diadaptasi oleh Schaufeli (2002) dengan Alpha Cronbach's 0,911 dan Optimisme diukur dengan Life

Orientation Test-Revised (LOT-R) yang disusun oleh Scheier (1994) dengan Alpha Cronbach's 0,779. Hasil pada

penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan dari optimisme terhadap kelelahan akademik dengan

nilai $R = 0,561$ dan $R^2 = 0,314$. Dengan demikian optimisme berpengaruh sebesar 31,4% terhadap kelelahan

akademik. Pada variabel optimisme didapatkan nilai $t = -1,797$ dengan taraf signifikan 0,000 ($p < 0,01$). Hal ini

menunjukkan bahwa optimisme memberikan efek negatif yang signifikan terhadap kelelahan akademik, yang mana

semakin tinggi optimisme seseorang maka akan semakin rendah kelelahan akademiknya. Penelitian ini diharapkan

dapat meminimalisir resiko kelelahan akademik dalam kuliah online pada mahasiswa dengan meningkatkan optimisme. Peneliti selanjutnya dapat mengambil jumlah sampel yang seimbang antar gender, supaya hasil yang

didapatkan semakin mewakili.