

**HUBUNGAN ANTARA *PROBLEM FOCUSED COPING*
DENGAN *ACADEMIC BURNOUT* PADA MAHASISWA
PENDIDIKAN PROFESI GURU (PPG) DI
UNIVERSITAS NEGERI PADANG**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama sebagai Salah Satu
Syarat dalam Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)*



Oleh :

LIDYA KUSMALA

NIM. 2115040156

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA
UIN IMAM BONJOL PADANG
1447 H/2025 M**

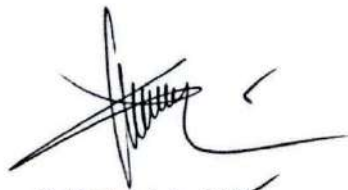
PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi dengan judul “*Hubungan antara Problem Focused Coping dengan Academic Burnout pada Mahasiswa Pendidikan Profesi Guru (PPG) di Universitas Negeri Padang*” disusun oleh Lidya Kusmala, NIM 2115040156, Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang, telah memenuhi persyaratan ilmiah dan dapat disetujui untuk melanjutkan ke sidang munaqasah.

Padang, 09 Agustus 2025

Disetujui Oleh :

Pembimbing I



Dr. Murisal, S.Ag., M.Pd
NIP. 197212312007101010

Pembimbing II



Nur Aisyah Yusri, S.Ag., M.Si
NIP. 197501162005012005

PERNYATAAN KEORISINILAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Lidya Kusmala

NIM : 2115040156

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul "**Hubungan antara *Problem Focused Coping* dengan *Academic Burnout* pada Mahasiswa Pendidikan Profesi Guru (PPG) di Universitas Negeri Padang**" merupakan hasil karya saya sendiri dan dapat di publikasikan sepenuhnya oleh Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang. Adapun bagian-bagian dalam penulisan skripsi ini saya kutip dari hasil karya orang lain yang telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan kode etik ilmiah.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya dan penuh kesadaran.

Padang, 09 Agustus 2025


Lidya Kusmala

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Skripsi dengan judul “*Hubungan antara Problem Focused Coping dengan Academic Burnout pada Mahasiswa Pendidikan Profesi Guru (PPG) di Universitas Negeri Padang*” yang disusun oleh Lidya Kusmala, NIM 2115040156 telah diujikan dalam sidang munaqasyah Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang, pada hari Kamis tanggal 21 Agustus 2025, dan dinyatakan telah diterima sebagai salah satu syarat dalam mencapai gelar sarjana strata satu (S1) pada Prodi Psikologi Islam.

Padang, 03 September 2025

Tim Penguji
Ketua



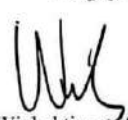
Dr. Mursal, S.Ag., M.Pd
NIP. 197212312007101010

Penguji I



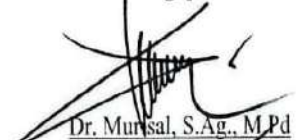
Dr. Dewi Fitriana, M.Psi., Psikolog
NIP. 197410012008012016

Penguji II



Winbaktianur, SE., M.A
NIP. 197803272009121003

Penguji III



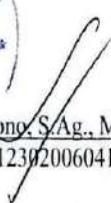
Dr. Mursal, S.Ag., M.Pd
NIP. 197212312007101010

Penguji IV



Nur'Aisyah Fuxri, S.Ag., M.Si
NIP. 197501162005012005

Mengesahkan
Dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama
Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang



Dr. Sefriyono, S.Ag., M.Pd
NIP. 197012302006041007

ABSTRAK

Skripsi ini berjudul “**Hubungan antara *Problem Focused Coping* dengan *Academic Burnout* pada Mahasiswa Pendidikan Profesi Guru (PPG) di Universitas Negeri Padang**” disusun oleh Lidya Kusmala 2115040156, Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama, Universitas Islam Negeri Imam Bonjol Padang.

Academic burnout merupakan kondisi seseorang merasakan kelelahan baik secara fisik dan psikologis yang disebabkan oleh tekanan akademik. Salah satu yang dapat mengatasi *academic burnout* adalah dengan adanya *problem focused coping* yaitu strategi pemecahan masalah yang berfokus pada mengatasi masalah dengan bertindak secara langsung. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *problem focused coping* dengan *academic burnout* pada mahasiswa pendidikan profesi guru (PPG) di Universitas Negeri Padang.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasi. Populasi pada penelitian ini berjumlah 567 dengan sampel berjumlah 221 mahasiswa PPG Prajabatan. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *teknik purposive sampling*. Alat pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan dua skala, yaitu *skala problem focused coping* yang dimodifikasi dari penelitian Rahmah Rezki Elvika (2023) dan *skala academic burnout* yang dimodifikasi dari penelitian Anisa Prisilla Bahari (2024).

Berdasarkan hasil kategorisasi diperoleh hasil bahwa tingkat *problem focused coping* pada mahasiswa PPG di Universitas Negeri Padang berada pada kategori tinggi dengan presentase 65,2% dan *academic burnout* tingkat rendah dengan presentase 65,2%. Dengan nilai *person correlation* variabel *problem focused coping* sebesar -,665 dengan nilai signifikansi (p) sebesar 0,000. Hal tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara *problem focused coping* dengan *academic burnout* pada mahasiswa Pendidikan Guru (PPG) di Universitas Negeri Padang. Artinya, semakin tinggi *problem focused coping* maka semakin rendah *academic burnout*. Begitupun sebaliknya, semakin rendah *problem focused coping* semakin tinggi *academic burnout*.

Kata Kunci : *Problem Focused Coping, Academic Burnout, PPG Prajabatan*

ABSTRACT

*This thesis, entitled "**The Relationship between Problem-Focused Coping and Academic Burnout in Professional Teacher Education (PPG) Students at Padang State University**," was written by Lidya Kusmala 2115040156, Islamic Psychology Study Program, Faculty of Ushuluddin and Religious Studies, Imam Bonjol State Islamic University, Padang.*

Academic burnout is a condition where a person experiences physical and psychological exhaustion caused by academic pressure. One way to address academic burnout is through problem-focused coping, a problem-solving strategy that focuses on addressing problems through direct action. This study aims to determine the relationship between problem-focused coping and academic burnout in Professional Teacher Education (PPG) students at Padang State University.

This study used a quantitative approach with correlation methods. The population in this study was 567, with a sample size of 221 pre-service PPG students. The sampling technique used was purposive sampling. The data collection tool in this study used two scales: a problem-focused coping scale modified from research by Rahmah Rezki Elvika (2023) and an academic burnout scale modified from research by Anisa Prisilla Bahari (2024).

Based on the categorization results, the level of problem-focused coping among PPG students at Padang State University was high (65.2%), and academic burnout was low (65.2%). The person correlation value for the problem-focused coping variable was -.665 with a significance value (p) of 0.000. This indicates a significant negative relationship between problem-focused coping and academic burnout among Teacher Education (PPG) students at Padang State University. This means that higher problem-focused coping, lower academic burnout. Conversely, lower problem-focused coping, higher academic burnout.

Keywords: Problem Focused Coping, Academic Burnout, Pre-Service PPG

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, hidayah, dan karunia-Nya, serta menuntun penulis dalam menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan antara *Problem Focused Coping* dengan *Academic Burnout* pada Mahasiswa Pendidikan Profesi Guru (PPG) di Universitas Negeri Padang”. Shalawat beserta salam semoga terlimpahkan kepada Nabi Muhammad SAW. Proses terselesaikan skripsi tidak lepas dari bimbingan serta dukungan dari berbagai pihak, sehingga penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Rektor UIN Imam Bonjol Padang
2. Dekan serta wakil dekan Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama
3. Ketua dan sekretaris Program Studi Psikologi Islam
4. Bapak Dr. Murisal, M.Pd selaku pembimbing I dan Ibu Nur' Aisyiah Yusri, S.Ag.,M.Si selaku pembimbing II yang telah bersedia meluangkan waktu, memberikan perhatian, semangat, dan senantiasa sabar dalam proses bimbingan, serta memberikan masukan kepada penulis selama menyelesaikan skripsi.
5. Ibu Nur' Aisyiah Yusri, S.Ag.,M.Si, selaku Penasehat Akademik yang telah mengarahkan dan memberikan nasehat selama proses perkuliahan yang penulis jalani dari semester 1 hingga semester 8.
6. Segenap dosen pengajar Program Studi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Studi Agama UIN Imam Bonjol Padang yang selalu senantiasa memberikan ilmu kepada penulis selama perkuliahan.
7. Cinta pertama dan panutanku, Bapak Nur dan Mak Rubama. Terima kasih atas segala pengorbanan dan tulus kasih sayang yang diberikan. Beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan bangku perkuliahan, namun mereka senantiasa memberikan yang terbaik, tak kenal lelah mendoakan serta memberikan perhatian

dan dukungan hingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai meraih gelar sarjana. Semoga Bapak dan Mak sehat, panjang umur, dan bahagia selalu

8. Kepada keempat saudariku, Meri Asmanela, S.Psi, Rani Kusmila, S.Sos, Atik Sugiarti, DesfiAnti. Terima kasih atas segala cinta kasih, doa, motivasi, semangat, dan canda tawa yang telah diberikan kepada penulis.

9. Terimakasih kepada kakak Laras Santi, S.Pd dan Rasela Anugrah Kusuma Wijaya, S.Sn telah memberikan semangat dan dukungan penuh kepada penulis.

10. Teman-teman penulis. Terima kasih penulis ucapkan kepada Eva Susyana, Ayu Hamidah Sitorus, Rosi Mai Fitri, Pebrya Rahma Yanda, Feni Rahmasari, Alfitri Nuzul Marhamah dan Putri Batavia Anwar. Terima kasih telah mengisi masa-masa perkuliahan penulis, memberikan semangat serta menjadi rumah ketika diperantauan. *Sukses selalu teman-teman!*

Padang, 09 Agustus 2025



Lidya Kusmala
2115040156

DAFTAR ISI

PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	i
PERNYATAAN KEORISINILAN.....	ii
PENGESAHAN TIM PENGUJI.....	iii
ABSTRAK.....	iv
<i>ABSTRACT</i>.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	13
C. Batasan Masalah.....	13
D. Tujuan Masalah.....	13
E. Manfaat Penelitian.....	14
F. Sistematika Penelitian.....	15
BAB II LANDASAN TEORI.....	17
A. <i>Academic Burnout</i>	17
1. Pengertian <i>academic burnout</i>	17
2. Dimensi <i>academic burnout</i>	18
3. Faktor-faktor yang memengaruhi <i>academic burnout</i>	20
4. <i>Academic burnout</i> dalam perspektif Islam.....	21
B. <i>Problem Focused coping</i>	23
1. Pengertian <i>problem focused coping</i>	23
2. Aspek - aspek <i>problem focused coping</i>	25
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>problem focused coping</i>	26
4. <i>Problem focused coping</i> dalam perspektif Islam.....	29
C. Dinamika Hubungan <i>Problem Focused Coping</i> dengan <i>Academic Burnout</i>	32
D. Penelitian Relevan.....	36
E. Kerangka Konseptual.....	41

F. Hipotesis.....	42
BAB III METODE PENELITIAN.....	43
A. Jenis Penelitian.....	43
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	43
C. Definisi Operasional.....	44
D. Populasi dan Sampel.....	45
E. Teknik Pengumpulan Data.....	46
F. Validitas dan Reliabilitas.....	49
G. Teknik Analisis Data.....	52
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	55
A. Pelaksanaan Penelitian.....	55
B. Hasil Penelitian.....	55
1. Deskripsi Subjek Penelitian.....	56
2. Kategorisasi Skala.....	56
3. Hasil Uji Normalitas	63
4. Hasil Uji Linearitas.....	63
5. Hasil Uji Hipotesis.....	64
C. Pembahasan	65
1. Tingkat <i>Problem Focused Coping</i>	66
2. Tingkat <i>Academic Burnout</i>	67
3. Hubungan antara <i>Problem Focused Coping</i> dan <i>Academic Burnout</i>	71
BAB V PENUTUP.....	78
A. Kesimpulan.....	78
B. Saran.....	79
DAFTAR PUSTAKA.....	81
LAMPIRAN	86