

**HUBUNGAN EFIKASI DIRI TERHADAP KEJENUHAN  
AKADEMIK PADA SISWA PESANTREN  
BAITUL ARQAM**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk Menyusun Skripsi S-1



**JARNIDA**  
**NPM: 1909110005**

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH ACEH  
FAKULTAS PSIKOLOGI  
BANDA ACEH  
2023**

**HUBUNGAN EFIKASI DIRI TERHADAP KEJENUHAN  
AKADEMIK PADA SISWA PESANTREN BAITUL ARQAM**

Diajukan Oleh:

JARNIDA

909110005

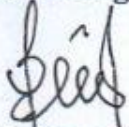
Telah Disetujui Oleh:

Fakultas Psikologi

Universitas Muhammadiyah Aceh  
Persetujuan:

Tanggal

**Pembimbing I**



Sri Nurhayati Selian, S.Psi., M.Ed., Ph.D

05 Agustus 2023

**Pembimbing II**



Syarifah Zainab, M.Si

05 Agustus 2023

## PENGESAHAN

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji Skripsi  
Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh  
Dan Diterima Untuk Memenuhi Sebagian Syarat  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Pada Tanggal

06 SEP 2023

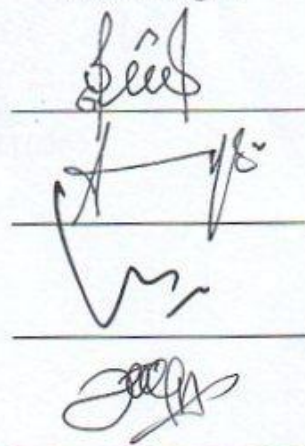
MENGESAHKAN  
Fakultas Psikologi  
Universitas Muhammadiyah Aceh



Dewan Penguji

1. Sri Nurhayati Selian, S.Psi., M.Ed., Ph.D
2. Sufriana Keumala Ayu, S.Psi., M.Ed
3. Hanna Amalia, M.Psi., Psikolog
4. Syarifah Zainab, M.Si

Tanda Tangan



## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Jarnida  
NPM : 1909110005  
Fakultas : Psikologi

Menyatakan skripsi yang saya susun dengan judul “**Hubungan Efikasi Diri Terhadap Kejenuhan Akademik pada Siswa Pesantren Baitul Arqam**” ini, secara keseluruhan adalah hasil penelitian saya, kecuali bagian yang dirujuk sumbernya dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Jika dikemudian hari ternyata pernyataan saya ini tidak benar, maka saya sanggup menerima segala sanksi sesuai dengan undang-undang dan peraturan yang berlaku.

Banda Aceh, 24 Agustus 2023  
Menyatakan



Jarnida  
1909110005

## **PERSEMBAHAN**

### **Yang paling utama dari segalanya**

Sembah sujud syukur kepada Allah SWT., taburan cinta dan segala kasih sayang-

Mu yang telah memberikanku kesehatan dan kekuatan. Atas karunia serta kemudahan yang Engkau berikan akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan.

Shalawat dan salam selalu terlimpahkan kepada Rasulullah Muhammad SAW.

Kupersembahkan karya sederhana ini kepada

**Ama Zulkifli Nababan dan Mamak Sarmiati (almh.)**

Tersayang Segala kasih sayang Ama terhadap anakmu tidak akan pernah terlupakan, terima kasih sudah memberikanku kasih sayang, mengajarkanku tentang pedoman kebaikan kehidupan, kesabaran, memberikan dorongan bermakna untuk menjalani kehidupan serta dukungan yang selalu Ama berikan kepadaku. Terima kasih telah memberikan izin kepadaku untuk melanjutkan pendidikan ini meski dengan rasa berat hati dan sempat ragu. Maaf sebesar-besarnya karena tidak dapat menjalani kehidupan yang panjang dan menemani

Ama selama ini.

## **MOTTO**

“Akan ada sesuatu yang menantimu selepas banyak kesabaran (yang kau jalani),  
yang akan membuatmu terpana hingga kau lupa, betapa pedihnya rasa sakit”

**(Ali Bin Abi Thalib)**

“Terkadang kita sebagai manusia harus membiarkan kehidupan mengkacaukan  
semuanya, karena dengan begitu kita baru bisa melihat dan merasakan setiap  
kegagalan, kesedihan dan patah hati di dalam kehidupan yang sedang di jalani.

Dengan demikian kita bisa menghargai setiap tawa, cinta dan kebersamaan  
bersama orang-orang tersayang. Agar setelahnya kita bisa menjalani hidup lebih

baik”

**(Jarnida)**

## KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah telah dipanjatkan ke hadirat Allah SWT., yang telah melimpahkan rahmat serta karunianya sehingga skripsi dengan judul “Hubungan Efikasi Diri dan Kejenuhan Akademik pada Siswa Pesantren Baitul Arqam”. Dapat diselesaikan dengan baik, salawat beserta salam disanjungkan kepada Nabi Besar Muhammad SAW., yang telah membawa kita dari alam kebodohan ke alam berilmu pengetahuan.

Tujuan penulis penelitian ini dapat memberikan manfaat terutama bagi penulis dan kepada pembaca atau peneliti lainnya. Penulis menyadari sepenuhnya, tidaklah mudah bagi penulis untuk melakukan penulisan skripsi tanpa ada dukungan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Barmawi, M.Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh.
2. Kepada Ibu Nur Hasmalawati, S.Psi., M.Si, selaku Kaprodi Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh.
3. Ibu Sri Nurhayati Selian, S.Psi., M.Ed., Ph.D, selaku pembimbing I yang telah membimbing penulis dengan meluangkan waktu, perhatian dan tenaganya dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Ibu Syarifah Zainab, M.Si, selaku dosen pembimbing II yang telah memberi saran, semangat, bimbingan dengan baik dalam menyelesaikan skripsi ini, dan juga telah memberikan waktu dan tenaganya.

5. Para Dosen Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh yang tidak penulis sebutkan satu per satu yang telah memberi ilmu yang bermanfaat bagi penulis di masa perkuliahan.
6. Staf Akademik Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh yang telah banyak membantu dalam pengurusan surat dan berkas selama masa perkuliahan hingga dalam proses penyusunan skripsi.
7. Kepada Ama yang semoga selalu sehat, bahagia dan diberi umur yang berkah oleh Allah SWT, terima kasih untuk segalanya.
8. Kepada Bunda dan keluarga yang telah menjaga, mengayomi, memberi semangat, dan memberikan kasih sayang kepada saya sedari SD hingga kini sekarang. Hanya Allah yang bisa membalas kebaikan Bunda dan keluarga, semoga Bunda dan keluarga sehat dan bahagia selalu.
9. Terima kasih teman serta sahabat Fatimah, Arlina Sari, Rahmah Nauli, Tania Belangi, Suci Kiran Kirana, Ernianti, Delia Yowanda Tanzil, Winda Maulizar dan Sri Wahyuni Sukmaya yang telah memberikan dukungan dan waktu kepada saya untuk berkeluh kesah dan memberikan semangat untuk menyelesaikan skripsi ini.
10. Terima kasih kepada seluruh keluarga besar Dayah Pesantren Baitul Arqam yang telah memberikan dukungan dan waktu luang selama saya di Baitul Arqam.

Banda Aceh, 04 Agustus 2023  
Penulis

Jarnida  
1909110005

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	<b>i</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI</b> .....	<b>iii</b>
<b>HALAMAN MOTTO</b> .....	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN</b> .....	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xi</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>xii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah .....	11
C. Keaslian Penelitian .....	11
D. Tujuan Penelitian .....	13
E. Manfaat Penelitian .....	13
<b>BAB II TINJAUAN PSUTAKA</b> .....	<b>14</b>
A. Efikasi Diri .....	14
1. Pengertian Efikasi Diri .....	14
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Efikasi Diri .....	16
3. Aspek-aspek Efikasi Diri .....	21
B. Kejenuhan Akademik .....	24
1. Pengertian Kejenuhan Akademik .....	24
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejenuhan Akademik .....	26
3. Aspek-aspek Kejenuhan Akademik .....	28
C. Siswa Pesantren .....	30
D. Hubungan Efikasi Diri Terhadap Kejenuhan Akademik pada Siswa Pesantren Baitul Arqam .....	32
E. Hipotesis .....	33

<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>34</b>
A. Desain Penelitian.....	35
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	35
C. Definisi Operasional.....	35
D. Pulasi dan Sampel.....	36
E. Metode Pengumpulan Data.....	37
F. Teknik Analisis Data.....	39
1. Uji Instrumen.....	39
2. Uji Analisis Data Penelitian.....	40
3. Uji Asumsi Klasik.....	41
4. Uji Hipotesis.....	42
<b>BAB IV HASIL ANALISIS DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>44</b>
A. Orientasi Kacah Penelitian.....	44
B. Persiapan Penelitian.....	46
1. Persiapan Alat Ukur.....	46
2. Pengurusan Surat Izin Penelitian.....	47
C. Pelaksanaan Penelitian.....	47
D. Hasil Analisis Data Penelian.....	48
1. Uji Instrumen.....	48
2. Hasil Uji Deskriptif Statistik Data Penelitian.....	50
3. Uji Asumsi Klasik.....	54
4. Uji Hipotesis.....	55
E. Pembahasan.....	56
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>60</b>
A. Kesimpulan.....	60
B. Saran.....	60
C. Limitasi Penelitian.....	61
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>63</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>69</b>

## DAFTAR TABEL

TABEL 3.1. Bobot Penilaian Pernyataan <i>Favorable</i> dan <i>Unfavorable</i> .....	37
TABEL 3.2. <i>Blue Print</i> Efikasi Diri .....	38
TABEL 3.3. <i>Blue Print</i> Kejenuhan Akademik .....	39
TABEL 4.1. Analisis Diskriminasi Item Skala Efikasi Diri Gugur .....	48
TABEL 4.2. Analisis Diskriminasi Item Skala Kejenuhan Akademik Gugur .....	49
TABEL 4.3. Hasil Analisis Uji Reliabilitas Sebelum Item Tidak Valid Dibuang .....	50
TABEL 4.4. Hasil Analisis Uji Reliabilitas Setelah Item Tidak Valid Dibuang .....	50
TABEL 4.5. Deskriptif Data Penelitian .....	51
TABEL 4.6. Tabel Frekuensi Data Penelitian .....	52
TABEL 4.7. Kategori Efikasi Diri .....	53
TABEL 4.8. Kategori Kejenuhan Akademik .....	53
TABEL 4.9. Hasil Uji Normalitas Penelitian .....	54
TABEL 4.10. Hasil Uji Linearitas Penelitian .....	55
TABEL 4.11. Hasil Uji Korelasi Sederhana .....	56

## DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1. Surat Keputusan Dekan Fakultas Psikologi .....	69
LAMPIRAN 2. Surat Permohonan Penelitian .....	70
LAMPIRAN 3. Kuesioner Penelitian .....	71
LAMPIRAN 4. Tabulasi Data Efikasi Diri Gugur .....	77
LAMPIRAN 5. Tabulasi Data Penelitian Efikasi Diri .....	78
LAMPIRAN 6. Tabulasi Data Kejenuhan Akademik Gugur .....	79
LAMPIRAN 7. Tabulasi Data Penelitian Kejenuhan Akademik gugur .....	80
LAMPIRAN 8. Dokumentasi Penelitian .....	81
LAMPIRAN 9. Hasil Olah Data SPSS .....	82
LAMPIRAN 10. Biodata Penulis .....	90

# HUBUNGAN EFIKASI DIRI TERHADAP KEJENUHAN AKADEMIK PADA SISWA PESANTREN BAITUL ARQAM

Jarnida

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh, Jl. Muhammadiyah No, 91 Batoh,  
Lueng Bata, Banda Aceh.

[jarnidanababan2207@gmail.com](mailto:jarnidanababan2207@gmail.com)

## ABSTRAK

Efikasi diri adalah keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk melaksanakan tugas-tugas tertentu atau tujuan individu dalam mencapai suatu tujuan. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan efikasi diri terhadap kejenuhan akademik pada siswa pesantren Baitul Arqam. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif, dengan melibatkan 59 siswa sebagai subjek penelitian dari 69 populasi. Pengumpulan data penelitian ini menggunakan skala likert yaitu dengan menyebarkan kuesioner kepada subjek. Berdasarkan hasil analisis data dengan menggunakan uji korelasi, menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara tingkat efikasi diri siswa terhadap kejenuhan akademik. Hasil penelitian menunjukkan nilai  $r$  sebesar 0,541 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ). Siswa Pesantren Baitul Arqam memiliki efikasi diri lebih tinggi dengan nilai rata-rata 146,92 dibandingkan siswa yang mengalami kejenuhan akademik dengan nilai rata-rata sebesar 95,37.

**Kata Kunci:** *Efikasi Diri, Kejenuhan Akademik, Pesantren*

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan bukan hanya sebatas *transfer of knowledge*, melainkan sebagai upaya pembimbingan peserta didik untuk mencapai perkembangan baik secara jasmani maupun rohani ke arah kedewasaan melalui berbagai proses pendidikan. Saat ini pendidikan di Indonesia terbagi ke dalam tiga jalur utama, yaitu pendidikan formal, pendidikan non-formal dan informal. Pendidikan formal merupakan lembaga pendidikan yang terstruktur dan memiliki tingkat pendidikan yaitu, Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP), dan Sekolah Menengah Atas (SMA). Sedangkan pendidikan non-formal adalah proses pendidikan yang berlangsung di luar sistem pendidikan formal, tidak mengikuti kurikulum resmi, dan biasanya tidak mengarah pada perolehan gelar atau ijazah. Sementara itu, pendidikan informal adalah proses pembelajaran yang tidak terstruktur dan terjadi secara alami dalam kehidupan sehari-hari. Proses ini dapat berlangsung di luar lingkungan sekolah atau lembaga pendidikan. Meskipun ada tiga jalur pendidikan yang berbeda, penting bagi masyarakat dan pemerintah untuk mengakui nilai dan kontribusi dari masing-masing jalur tersebut. Dukungan dan kolaborasi di antara ketiga jalur ini akan menciptakan ekosistem pendidikan yang lebih komprehensif dan beragam, sehingga dapat memenuhi kebutuhan dan potensi unik dari setiap peserta didik. Dengan demikian, diharapkan pendidikan di Indonesia dapat menjadi pilar utama dalam mencetak generasi yang kompeten, berdaya saing, dan

berakhlak mulia untuk masa depan yang lebih baik (Wahyuningrum, 2020).

Pesantren adalah salah satu bentuk pendidikan non-formal yang memiliki peran penting dalam pembentukan karakter dan pengembangan peserta didik. Pesantren merupakan lembaga pendidikan Islam tradisional yang menekankan pada pendidikan agama dan moral. Dalam kaitannya dengan kalimat-kalimat sebelumnya, pesantren dapat dianggap sebagai bagian dari pendidikan non-formal, di mana peserta didiknya memperoleh pembelajaran agama dan keterampilan lainnya tanpa mengikuti kurikulum formal dan mendapatkan ijazah resmi. Pentingnya peran pesantren dalam mencetak generasi yang berakhlak mulia dan menghargai nilai-nilai keagamaan sejalan dengan tujuan pendidikan non-formal. Seperti yang telah disebutkan, pendidikan non-formal memberikan kesempatan bagi individu untuk mengembangkan keterampilan khusus sesuai minat dan kebutuhan mereka, dan pesantren membawa peran tersebut dalam konteks keagamaan (Supriyanto, 2020).

Kolaborasi antara pesantren dengan lembaga pendidikan formal dan non-formal lainnya juga penting untuk mengoptimalkan potensi setiap jalur pendidikan. Beberapa pesantren juga telah menyediakan program pendidikan formal, seperti madrasah diniyah atau sekolah formal dalam kompleks pesantren. Dalam hal ini, pesantren bisa menjadi pendukung pendidikan formal dengan memberikan dasar pengetahuan agama yang kuat bagi peserta didiknya. Tidak hanya itu, dalam era teknologi informasi yang semakin berkembang, pesantren juga dapat memanfaatkan teknologi untuk meningkatkan akses terhadap sumber belajar, memfasilitasi proses pembelajaran, dan memperluas jangkauan pesantren

ke masyarakat lebih luas (Hendri, 2020).

Pesantren merupakan pendidikan islam tertua di Indonesia, didirikan karena adanya tuntutan dan kebutuhan zaman. Sesungguhnya pesantren dilahirkan atas kesadaran dakwah Islamiyah, yakni penyebaran dan mengembangkan agama Islam. Didirikan sebagai respons terhadap tuntutan dan kebutuhan zaman, pesantren lahir sebagai hasil dari kesadaran dakwah Islamiyah. Dakwah Islamiyah merupakan upaya penyebaran dan pengembangan agama Islam ke berbagai wilayah, termasuk Indonesia. Pada awalnya, para ulama dan pendakwah datang ke kepulauan Nusantara dengan tujuan untuk menyebarkan ajaran Islam dan membentuk masyarakat yang taat beragama. Peran pesantren dalam dakwah Islamiyah sangat penting karena pesantren menjadi pusat pembelajaran dan penyebaran ilmu agama Islam. Pesantren berfungsi sebagai lembaga pendidikan yang mengajarkan ajaran Islam secara holistik, mencakup pengetahuan agama, etika, akhlak, serta tuntunan dalam ibadah. Melalui pendidikan di pesantren, generasi muda diajarkan untuk memahami, menghayati, dan mengamalkan ajaran Islam dengan baik (Susilo & Wulansari, 2020).

Ciri khas pesantren dan sekaligus unsur-unsur pokoknya, yang membedakannya dengan pendidikan lainnya, yaitu: pondok, masjid, santri, pengajaran kitab-kitab islam klasik, dan kyai atau ustaz dan ustazah. Bentuk dan jenis pesantren secara garis besar, pesantren dapat dibedakan menjadi dua macam, pesantren tradisional dan pesantren modern. Ada beberapa metode pembelajaran pesantren diterapkan dalam klasikal maupun non klasikal, antara lain: wetonan atau bandongan, metode sorogan, metode hafalan (tahfidz), metode diskusi, dan metode

majlis taklim. Dengan perkembangannya pesantren banyak memberikan peranan dan transformasi terhadap beberapa bidang, diantaranya adalah bidang pendidikan Islam, bidang sosial budaya, dan bidang politik (Berliani & Sudrajat, 2018).

Pendidikan berbasis pesantren kini sangat diminati di Indonesia terkhususnya Aceh. Namun berbeda dengan provinsi lain, Aceh memiliki lembaga khusus yang menyokong sebuah pesantren yang disebut dengan, dayah. Dayah adalah sebuah lembaga pendidikan Islam klasik yang ada di Aceh. Sistem pembelajaran dayah pada awal berdirinya mengadopsi sistem pendidikan zawiyah. Perkembangan dayah di Aceh seiring dengan masuknya Islam. Lembaga ini menjadi motor penggerak sosialisasi syariat Islam terhadap masyarakat (Usman & Hadi, 2022).

Jika dikaji dalam perspektif sejarah politik pendidikan, dayah merupakan mitra sultan dalam mengambil kebijakan terkait dengan penegakan hukum dan pelaksanaan syariat Islam. Hubungan ulama dayah dan sultan sangat erat dan tidakbisa dipisahkan. Ketika kolonialisme belanda masuk dan menguasai sebagian besar wilayah Aceh, keberadaan dayah mulai dicurigai dan dayah dianggap basis pejuang yang melawan Belanda. Belanda berusaha menekan perkembangan dayah dengan membuat kebijakan-kebijakan yang mempersulit ruang gerak dayah. Setelah Indonesia merdeka, dayah kembali menata sistem pendidikannya yang berbasis masyarakat. Politik pendidikan saat itu tidak memberi tempat bagi dayah untuk masuk dalam sistem pendidikan nasional (Usman & Hadi, 2022).

Pasca MoU Helsinki keberadaan dayah di Aceh mulai diperhitungkan oleh pemerintah dengan menyusun berbagai kebijakan-kebijakan positif. Untuk menaungi pendidikan dayah pemerintah memberi wewenang kepada Kemenag. Selanjutnya didirikan suatu badan khusus yaitu Badan Pembinaan Pendidikan Dayah (BPPD), melalui Qanun Aceh nomor 13 tahun 2016 pemerintah Aceh membentuk satu dinas yang dikenal dengan Dinas Pendidikan Dayah (Usman & Hadi, 2022).

Hingga saat ini, berdasarkan Laporan Kementerian Agama (2022), tercatat terdapat 1.177 pesantren modern di Aceh, salah satunya adalah Dayah Pesantren Baitul Arqam. Dayah Pesantren Baitul Arqam adalah lembaga pendidikan Islam yang menggabungkan pendidikan dayah dan pesantren dengan tujuan aktif membentuk manusia-manusia yang bertaqwa kepada Allah melalui jalur pendidikan, dalam rangka berperan serta membangun manusia secara menyeluruh (Insan Kamil).

Dayah Pesantren Baitul Arqam berkomitmen untuk menggali potensi akademik dan spiritual para santri. Melalui pendidikan yang holistik, pesantren ini tidak hanya menekankan pada penguasaan ilmu agama, tetapi juga memberikan perhatian pada pengembangan karakter, etika, dan kecakapan hidup. Dengan demikian, para santri diharapkan dapat menjadi contoh teladan dalam kehidupan sehari-hari dan berkontribusi positif bagi masyarakat dan negara. Selain itu, pesantren ini juga berusaha untuk tetap relevan dengan perkembangan zaman. Dengan memadukan tradisi pesantren dan pendekatan modern, Dayah Pesantren Baitul Arqam mengintegrasikan teknologi dan metode pembelajaran terkini ke

dalam kurikulumnya. Hal ini bertujuan untuk mempersiapkan para santri menghadapi tantangan zaman yang semakin kompleks, namun tetap berakar pada nilai-nilai luhur keislaman.

Komitmen pesantren ini dalam menghasilkan Insan Kamil, yaitu manusia yang mencapai kesempurnaan dalam segala aspek kehidupan, merupakan salah satu bentuk kontribusinya dalam upaya membangun masyarakat yang berbasis pada ketakwaan kepada Allah dan mengamalkan nilai-nilai keagamaan dalam setiap tindakan dan keputusan. Dengan adanya pesantren modern seperti Dayah Pesantren Baitul Arqam, diharapkan pendidikan Islam dapat terus berkembang sesuai dengan kebutuhan zaman, menjaga identitas budaya dan agama, serta membentuk generasi yang berkualitas, berintegritas, dan berdaya saing global. Pesantren modern ini menjadi contoh nyata bagaimana pesantren dapat berperan sebagai pilar utama dalam pendidikan Islam di Aceh dan Indonesia pada umumnya.

Saat ini Dayah pesantren Baitul Arqam memiliki 69 peserta didik yang mayoritas berasal dari keluarga *broken home*, yatim, piatu, yatim piatu, keluarga kurang mampu, anak-anak pedalaman, anak-anak yang berasal dari keluarga mualaf, bahkan ada beberapa peserta didik yang baru beberapa bulan memeluk agama Islam. Keberagaman latar belakang ini tentu berpengaruh pada keadaan sosial, 14 psikologis, dan pendidikan bagi para peserta didik, terutama bagi mereka yang tinggal di asrama atau *boarding school*. Setiap sistem pendidikan memiliki tuntutan akademik dan non-akademik yang berbeda-beda, begitu juga dengan sekolah boarding atau asrama. Peserta didik di pesantren Baitul Arqam

dituntut untuk mandiri dan mengurus diri sendiri di asrama tanpa pendampingan dari orang tua. Mereka juga tidak diberikan kebebasan penuh untuk beraktivitas di luar asrama tanpa izin dari pihak asrama. Kegiatan akademik dan non-akademik di pesantren ini lebih intensif dibandingkan sekolah umum, sehingga peserta didik *boarding school* harus mampu mengelola waktu dengan lebih baik dan memiliki tanggung jawab tambahan yang tidak dihadapi oleh siswa sekolah umum yang tinggal bersama orang tua.

Dengan memahami kondisi sosial dan psikologis peserta didik, pesantren ini berkomitmen untuk memberikan pendampingan dan pembinaan yang baik yang seimbang sehingga setiap santri dapat berkembang secara optimal dalam segala aspek kehidupannya. Sehingga pada penelitian ini peneliti ingin mengetahui lebih dalam tentang efikasi diri dan kejenuhan akademik pada siswa Dayah Pesantren Baitul Arqam. Efikasi diri dan kejenuhan akademik menjadi dua aspek penting dalam perkembangan akademik para santri di Pesantren Baitul Arqam. Efikasi diri mengacu pada keyakinan individu terhadap kemampuan mereka untuk mencapai tujuan akademik, sedangkan kejenuhan akademik merujuk pada tingkat kebosanan atau ketidakpuasan dalam mengikuti proses pembelajaran.

Dari hasil observasi dan wawancara yang dilakukan kepada peserta didik Pesantren Baitul Arqam, ada beberapa santri yang mengalami stres yang berujung pada kejenuhan akademik yang berkelanjutan. Hal ini terjadi pada siswa yang memiliki efikasi diri yang tidak seimbang sehingga mengalami kejenuhan akademik. Pada kasus ini siswa dapat hilangnya motivasi belajar dengan

melakukan aktivitas yang tidak diinginkan seperti halnya bolos sekolah dan hilangnya rasa percaya diri dalam segala hal yang terkait dengan akademik sehingga peserta didik memutuskan untuk tidak melanjutkan pendidikan di lembaga pendidikan yang bersangkutan. Kejadian di atas memiliki dampak yang buruk bagi peserta didik yang mengalami kejenuhan akademik sehingga berkelanjutan pada *drop out*. Oleh sebab itu pentingnya menanamkan dan menumbuhkan efikasi diri yang baik terhadap siswa dalam menyikapi kejenuhan akademik.

Dari hasil wawancara dengan peserta didik dengan inisial R yang berusia 14 tahun pada tanggal 21 Januari 2023, mengatakan bahwa:

*“Ana capek belajar Kak. Rasanya bosan kali dengan suasana belajarnya yang gitu-gitu aja. Banyak guru kelas yang cuma nyuruh nyatat-nyatat, kerjakan soal dan kasih PR. Selalu...gitu. Terus teman-teman di kelas juga pada bosen semua gak ada teman yang semangat juga, kami semua kayaknya hampir sama. Di kelas kami udah bosan nanti waktu pulang ke asrama kami juga ada pelajaran dayah, udah capek kami kak. Udah gak mood lagi untuk lanjutkan pelajaran dayah waktu malamnya”.*

Dari hasil wawancara di atas dapat disimpulkan bahwasannya R mengalami kejenuhan belajar karena beberapa faktor, seperti halnya guru di kelas yang mengajar sangat monoton dan tidak bervariasi. R juga mengalami kelehan belajar pada malam hari karena sistem sekolah boarding memiliki pelajaran tambahan yang dijadwalkan di malam harinya setelah selesai waktu isya.

*“Sebenarnya Ai udah gak semangat lagi sekolah di sini Kak, Ai pengen pindah. Meskipun sebelumnya Ai nyaman-nyaman aja di sini, tapi setelah kawan Ai pindah Ai juga rasa bosan karena gak ada lagi kawan dekat Ai. Ai juga rencananya mau pindah di semester baru nanti. Gak tahu ini Ai bertahan apa gak. Tapi mamak nyuruh harus sampai selesai, nanti kalau dah tamat kalau gak nyambung di sini juga gak apa-apa. Gitu kata mamak”.*

*“Aku dah bilang dari awal sama Mamak dan ayah aku kak, Aku gak mau sekolah pesantren. Tapi tetap juga maksa aku sampai aku lanjut MA di sini. Maksain aku kali harus gini, harus gitu. Aku gak suka, tapi tetap dipaksa. Satu lagi, aku sama sekali gak suka belajar pelajaran yang di sini. Gak sanggup aku seimbangkan anatara pelajaran dayah dan pelajaran sekolah. Tapi tetap juga dipaksa. Di sini aku rasanya gak bebas, semua harus diatur. Di rumah pun gitu. Mamak aku kan kak, 17 pengennya aku tuh harus bisa semua. Gak habis piker kadangaku, capek. Terus kalau aku buatsalah, aku lagi yang dimarahin, gak tahu nih aku bisa selesaikan sekolah sampai tamat atau gak”.*

Dari hasil wawancara ini subyek yang berinisial A bahwa A merasa bosan ketika teman dekatnya pindah sekolah yang mengakibatkan bosan dan berakibatkan pada proses belajar mengajar yang berlangsung. Begitu pula hasil wawancara yang penulis lakukan terhadap D bahwa orang tuanya mengabaikan perasaan dan terlalu menekan D harus dapat menguasai segala haldan hal yang terjadi D merasa bimbang dan ragu terhadap dirinya apakah dapat menyelesaikan pendidikan di pesantren tersebut atau tidak. Hingga D melakukan pelanggaran untuk mendapatkan perhatian dari orang tuanya.

*“Kan gini ustazah, sebenarnya ai senang di sini. Tapi kadang ai merasa bosan. Karena kawan ai itu-itu aja, Di asrama jumpa mereka, di sekolah jumpa mereka, di dapur jumpa mereka, keluar jumpa mereka. Ai merasa bosan. Terus kadang ai juga gak bisa nyeimbangin pelajaran sekolah, dayah, dan kelas tahfiz khusus. Rasanya ai pusing ditambah lagi guruguru di sekolah ngajarnya buat ai ngantuk dan gak paham jadinya. Jadi kalau untuk sekarang ai rasanya gak bisa fokus sama semuanya, karena ai kan capek juga ustazah. Nanti habis subuh haruspiket lagi, pulang sekolah harus masuk lagi. Belum lagi nyusi, nyetrika pakaian, buat pr, nyiapin hafalan yang mau disetor, ada hapalan-hapalan lain pula. Rasa ai dua puluh empat jam kayak kurang gitu ustazah. Gitu lah ustazah, hehehe.”*

Dari hasil wawancara dan observasi yang telah saya lakukan terhadap salah satu peserta didik yang berinisial NB, ia adalah salah satu peserta didik yang memiliki kemampuan akademis yang baik. Namun di sisi lain pula NB merasa lelah dan kewalahan dengan banyaknya kegiatan akademik, non-akademik yang

ada di pesantren sehingga NB tidak dapat memfokuskan diri terhadap satu bidang, yang di mana ia menyukai bidang tertentu namun NB merasa tidak yakin akan dapat fokus tidak dan memaksimalkan bidang yang disukainya dengan baik. Berdasarkan dari seluruh hasil wawancara dan observasi yang telah penulis lakukan terhadap subyek yang berinisial R, A, D dan NB mereka merasa stress hingga *burn out* yang berkepanjangan yang akan berpengaruh baik secara fisik maupun psikologis individu.

Maka oleh sebab itu dalam mengatasi *burnout* tersebut peserta didik membutuhkan efikasi diri yang baik. Maslach (1997) mendefinisikan bahwa *burnout* merupakan sindrom dari kelelahan emosional, depersonalisasi, dan kurangnya pencapaian personal yang terjadi akibat jangka panjang dari stres dan emosi yang akut pada individu yang kegiatannya berhubungan dengan intensif dengan orang lain. Pada penelitian ini *burnout* lebih cenderung terjadi pada siswa yang mengalami kejenuhan belajar, sehingga siswa yang mengalami hal ini memberikan reaksi yang berlebihan ketika marah, cemas, depresi, lelah, bosan, sinis, bersalah, reaksi psikosomatis dan gangguan emosional.

Sedangkan efikasi diri menurut Bandura (1997), adalah penilaian seseorang tentang kemampuannya sendiri untuk menjalankan perilaku tertentu untuk mencapai tujuan tertentu. Oleh sebab itu berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan di atas, maka peneliti ingin melakukan penelitian dengan judul hubungan efikasi diri dan kejenuhan akademik pada siswa Pesantren Baitul Arqam. Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan di atas peneliti tertarik untuk meneliti tentang hubungan efikasi diri dengan kejenuhan akademik pada

siswa Pesantren Baitul Arqam, Tampok Blang, Sibreh, Sukamakmur, Aceh Besar.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas maka dapat ditarik perumusan masalah, yaitu: apakah adanya hubungan efikasi diri dengan kejenuhan akademik pada siswa pesantren Baitul Arqam?

## **C. Keaslian Penelitian**

Penelitian tentang efikasi diri dan kejenuhan akademik telah dilakukan beberapa penelitian-penelitian sebelumnya. Keaslian penelitian ini berdasarkan pada beberapa penelitian sebelumnya relatif sama tetapi cenderung berbeda dari kriteria subjek, jumlah subjek, teknik pengumpulan data, teknik analisis data, serta lokasi penelitian. Penelitian yang akan dilakukan ialah terkait efikasi diri dan kejenuhan akademik pada siswa Baitul Arqam. Adapun penelitian terdahulu yang terkait dan menjadi perbandingan judul peneliti ialah:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Khansa dan Djamhoer (2020) berjudul “Hubungan *Academic Self Efficacy* dengan *Academic Burnout* pada Mahasiswa di Kota Bandung”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara self efficacy dan burn out dalam menghadapi kuliah pada mahasiswa. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan menggunakan teknik *non probability* pada 120 mahasiswa. Dari hasil penelitian ini didapatkan bahwa adanya hubungan antara *self efficacy* dengan *academic* pada mahasiswa di kota Bandung.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Abd Rochman Fahmi (2018) tentang ‘Hubungan *Hardiness* dengan *Burnout* Pada Santri Pondok Pesantren Persatuan Islam Putra Bangil’ memiliki beberapa perbedaan dengan penelitian ini diantaranya, variable bebas yang digunakan oleh Fahmi adalah *Hardness* sedangkan penelitian ini variable bebasnya adalah efikasi diri. Metode penelitian yang digunakan oleh Fahmi yaitu kuantitatif korelasi lalu menggunakan subjek dengan teknik *stratified random sampling*.
3. Penelitian yang dilakukan oleh Sri Ngayomi Yudha Wastuti (2018) tentang efikasi diri terhadap kinerja karyawan PDAM Tittanadi Unit Instansi Pengolahan Air Sunggal memiliki beberapa perbedaan dengan penelitian ini. Pada penelitian yang dilakukan oleh Sri Ngayomi Yudha Wastuti menggunakan efikasi diri sebagai variabel bebas dan kinerja karyawan sebagai variabel terikat. Pada penelitian ini Sri Ngayomi Yudha menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan jumlah sampel kurang dari 100 dengan sistem *try out* terpakai, artinya data yang telah diambil pada uji coba skala ukur kembali digunakan sebagai data untuk pengujian hipotesis. Penelitian ini menggunakan metode analisis regresi sederhana.

Berdasarkan penelitian terdahulu yang telah diuraikan di atas, perbedaan penelitian sebelumnya yaitu terletak pada lokasi, subjek, jumlah sampel penelitian, jumlah posisi variable penelitian atau teknik pengumpulan dan analisis yang digunakan. Sedangkan penelitian yang akan dilakukan ialah hubungan efikasi diri dan kejenuhan akademik pada siswa Baitul Arqam dengan menggunakan penelitian kuantitatif.

#### **D. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk meneliti secara lebih mendalam hubungan efikasi diri dengan kejenuhan akademik pada santri Baitul Arqam di Tampok Blang, Sibreh.

#### **E. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat baik dari segi teoritis maupun praktis. Dari segi manfaat teoritis, penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan dengan menambah pemahaman dan wawasan terkait hubungan antara efikasi diri dan kejenuhan akademik pada siswa. Temuan penelitian ini dapat menjadi referensi dan dasar untuk penelitian selanjutnya yang berfokus pada variabel yang sama atau terkait.

Sementara itu, dari segi manfaat praktis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemikiran yang berharga bagi siswa atau peserta didik yang bersekolah berbasis asrama, khususnya di Pesantren Baitul Arqam. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang hubungan antara efikasi diri dan kejenuhan akademik, diharapkan siswa akan lebih termotivasi untuk mengatasi tantangan belajar dan mengurangi tingkat kejenuhan yang mungkin mereka alami. Dengan memiliki efikasi diri yang kuat, siswa diharapkan dapat mencapai prestasi akademik yang lebih baik dan merasa lebih puas dalam proses pembelajaran.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Efikasi Diri**

##### **1. Pengertian Efikasi Diri**

Efikasi diri adalah keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk melaksanakan tugas-tugas tertentu atau mencapai tujuan tertentu. Konsep efikasi diri mencerminkan sejauh mana seseorang merasa mampu untuk menghadapi berbagai tantangan dan meyakini bahwa usaha yang dilakukannya dapat mencapai hasil yang diinginkan untuk menghadapi tugas-tugas tertentu berfungsi sebagai prediktor penting dalam tingkat usaha yang diberikan, ketekunan dalam menghadapi kesulitan, dan keberhasilan dalam mencapai tujuan (Bandura, 1997).

Menurut Santrock (2007), efikasi diri adalah konsep yang penting dalam perkembangan manusia. Santrock menggambarkan efikasi diri sebagai keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk mengontrol dan memengaruhi kehidupannya sendiri. Individu dengan efikasi diri tinggi akan merasa antusias menghadapi tantangan-tantangan dan cenderung berusaha keras dalam menyelesaikan sesuatu. Hal tersebut berkaitan dengan motivasi dan performa yang dipengaruhi ekspektasi orangtua, guru, dan orang dewasa lain yang ada di sekitar terhadap prestasi yang seharusnya dicapai.

Efikasi diri tidak hanya berkaitan dengan kemampuan fisik atau keterampilan seseorang, tetapi juga melibatkan keyakinan tentang kemampuan untuk mengatasi rintangan, mengatasi kesulitan, mengatasi kegagalan, reaksi emosional individu dan mempertahankan motivasi dalam menghadapi berbagai

situasi hidup. Peran penting efikasi diri adalah sebagai prediktor tingkat motivasi, performa, dan ketekunan individu dalam mencapai tujuan dan menghadapi tantangan (Maru, Pratiwi & Palupi, 2022).

Selain itu, efikasi diri juga berperan dalam pengambilan keputusan dan pemilihan tingkah laku. Individu yang memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi cenderung memilih tugas atau aktivitas yang sesuai dengan kemampuan mereka, sehingga mereka merasa yakin dan termotivasi untuk melaksanakannya. Di sisi lain, individu dengan efikasi diri yang rendah cenderung menghindari tugas atau situasi yang dianggap sulit atau berisiko, sehingga mereka kurang berusaha untuk menghadapinya (Schwarzer & Hallum, 2008).

Efikasi diri bukan hanya dalam pengambilan keputusan dan pemilihan tingkah laku, efikasi diri juga berpengaruh pada kemampuan individu untuk mengatasi rasa takut atau cemas dalam menghadapi situasi yang tidak nyaman atau menantang. Individu yang memiliki efikasi diri yang baik lebih berani mengambil risiko dan mencoba hal-hal baru karena percaya pada diri mereka sendiri dan kemampuan untuk menghadapinya. Sebaliknya, individu dengan efikasi diri yang rendah mungkin lebih cenderung merasa cemas, stres, dan kurang percaya diri dalam menghadapi tekanan dan tantangan (Pramesta & Dewi, 2021).

Dari beberapa pengertian yang telah dijelaskan di atas dapat disimpulkan bahwa efikasi diri adalah keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk mengatasi tugas atau mencapai tujuan. Ini memengaruhi motivasi, kinerja, pengambilan keputusan, dan kemampuan menghadapi tantangan serta mengelola

emosi. Efikasi diri tinggi berarti individu cenderung bersemangat, berusaha keras, dan berani menghadapi situasi yang sulit atau menantang. Sebaliknya, efikasi diri rendah dapat mengakibatkan ketidakpercayaan diri dan menghindari tugas yang dianggap sulit.

## **2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Efikasi Diri**

Menurut pandangan Bandura (1997), efikasi diri pada individu didasarkan pada:

### **a. Pengalaman akan Kesuksesan**

Pengalaman akan kesuksesan adalah sumber yang paling besar pengaruhnya terhadap efikasi diri individu karena didasarkan pada pengalaman otentik. Pengalaman akan kesuksesan menyebabkan efikasi diri individu meningkat. Sementara kegagalan yang berulang mengakibatkan menurunnya efikasi diri seseorang belum benar-benar terbentuk secara kuat. Kegagalan juga dapat menurunkan efikasi diri individu jika kegagalan tersebut tidak merefleksikan kurangnya usaha atau pengaruh dari keadaan luar.

### **b. Pengalaman Individu lain**

Pengalaman individu lain juga memainkan peran penting dalam membentuk efikasi diri seseorang. Efikasi diri tidak hanya bergantung pada pengalaman pribadi seseorang terkait kegagalan dan kesuksesan, tetapi juga dipengaruhi oleh pengalaman individu lain. Melalui pengamatan terhadap keberhasilan individu lain dalam bidang tertentu, seseorang dapat meningkatkan efikasi dirinya pada bidang yang sama. Ketika seseorang melihat individu lain berhasil, hal itu dapat meyakinkan dirinya bahwa individu juga memiliki kemampuan

untuk mencapai kesuksesan serupa.

c. Persuasi Verbal

Persuasi verbal dipergunakan untuk meyakinkan individu bahwa individu memiliki kemampuan yang memungkinkan individu untuk meraih apa yang diinginkan. Persuasi verbal ini dapat mengarahkan individu untuk berusaha lebih gigih untuk mencapai tujuan dan kesuksesan. Akan tetapi, efikasi diri yang tumbuh dengan metode ini biasanya tidak bertahan lama, apalagi kemudian individu mengalami peristiwa traumatis yang tidak menyenangkan.

d. Keadaan Fisiologis

Penilaian individu akan kemampuannya dalam mengerjakan tugas sebagian dipengaruhi oleh keadaan fisiologis. Gejala emosi dan keadaan fisiologis yang dialami individu memberikan satu isyarat terjadinya suatu hal yang tidak diinginkan sehingga situasi yang menekan cenderung dihindari. Tinggi rendahnya efikasi diri seseorang dalam setiap tugas juga sangat bervariasi.

Sedangkan menurut F. Pajares (2005) faktor-faktor efikasi diri adalah sebagai berikut:

- a. Pengalaman Pribadi (*Personal Experience*): Pajares mengatakan bahwa pengalaman pribadi, terutama pengalaman keberhasilan atau kesuksesan sebelumnya, dapat sangat mempengaruhi efikasi diri seseorang. Ketika seseorang merasa telah berhasil dalam tugas atau aktivitas tertentu, itu dapat meningkatkan keyakinan mereka bahwa mereka dapat berhasil dalam tugas serupa di masa depan.

- b. Pengaruh Sosial (*Social Influence*): Faktor sosial juga dapat memengaruhi efikasi diri. Pajares menyebutkan bahwa dukungan sosial dari orang-orang di sekitar kita, seperti teman, keluarga, atau mentor, dapat memengaruhi keyakinan seseorang dalam kemampuan mereka untuk mencapai tujuan atau mengatasi tantangan.
- c. Pemahaman Diri (*Self-regulatory processes*): Menurut Pajares, pemahaman diri yang baik, termasuk pengetahuan tentang kekuatan dan kelemahan pribadi, serta kemampuan untuk mengatur dan mengelola diri sendiri, juga berperan dalam efikasi diri. Seseorang yang memiliki pemahaman yang baik tentang dirinya sendiri cenderung memiliki tingkat efikasi diri yang lebih tinggi.
- d. Persepsi Terhadap Kesulitan (*Perceived Task Difficulty*): Pajares menyebutkan bahwa persepsi individu terhadap tingkat kesulitan tugas atau tantangan juga memengaruhi efikasi diri. Jika seseorang merasa bahwa tugas tersebut terlalu sulit atau tidak mungkin dilakukan, maka efikasi dirinya mungkin rendah. Sebaliknya, jika seseorang merasa tugas tersebut dapat diatasi, maka efikasi dirinya akan lebih tinggi.
- e. Pemantauan dan Umpan Balik (*Monitoring and Feedback*): Pajares mencatat bahwa pemantauan progres dan umpan balik yang diterima dari tugas atau aktivitas yang sedang dijalani dapat memengaruhi efikasi diri. Umpan balik positif dapat meningkatkan keyakinan diri, sementara umpan balik negatif mungkin mengurangnya.

Faktor-faktor di atas, menurut Pajares, saling berinteraksi dan berkontribusi pada tingkat efikasi diri seseorang. Pemahaman tentang faktor-faktor ini dapat membantu individu dan pendidik untuk mengembangkan dan meningkatkan efikasi diri dalam berbagai konteks.

Sedangkan menurut Barry J. Zimmerman (2000) yang mengembangkan teori efikasi diri terutama dalam konteks pendidikan efikasi diri dipengaruhi oleh beberapa faktor, yakni:

- a. Pengalaman Berhasil (*Mastery Experience*): Seperti yang dijelaskan sebelumnya, pengalaman berhasil dalam tugas atau aktivitas tertentu adalah faktor kunci yang memengaruhi efikasi diri. Ketika seseorang merasa berhasil, itu meningkatkan keyakinannya bahwa ia dapat berhasil dalam situasi serupa di masa depan.
- b. Model (*Vicarious Experience*): Menonton orang lain yang berhasil dalam tugas atau aktivitas yang serupa juga dapat meningkatkan efikasi diri seseorang. Ini dapat memberikan bukti kepada individu bahwa pencapaian yang mereka inginkan adalah mungkin.
- c. Pemantauan Diri (*Self-regulation*): Kemampuan individu untuk memantau kemajuan mereka dalam mencapai tujuan atau menyelesaikan tugas juga dapat mempengaruhi efikasi diri. Ketika seseorang secara aktif melacak kemajuan mereka dan mengatur strategi untuk mencapai tujuan mereka, itu dapat meningkatkan efikasi diri.

- d. Umpan Balik (*Feedback*): Umpan balik yang diterima dari tugas atau aktivitas yang sedang dijalani juga memainkan peran penting. Umpan balik positif yang memberikan apresiasi terhadap upaya dan kemajuan individu dapat meningkatkan efikasi diri.
- e. Pendekatan Kognitif (*Cognitive Approach*): Cara individu menilai kemampuannya dan menginterpretasi keberhasilan atau kegagalan mereka dalam tugas juga memengaruhi efikasi diri. Pemikiran positif tentang kemampuan diri cenderung meningkatkan efikasi diri, sedangkan pemikiran negatif dapat mengurangnya.
- f. Dorongan Eksternal (*External Incentives*): Faktor-faktor eksternal seperti hadiah, pengakuan, atau penghargaan juga dapat mempengaruhi efikasi diri. Menerima dorongan eksternal positif dapat meningkatkan keyakinan diri seseorang.
- g. Tantangan Tugas (*Task Challenge*): Sifat dari tugas yang dihadapi juga memainkan peran. Tugas yang dirasa menantang tetapi masih dapat dicapai cenderung meningkatkan efikasi diri, sementara tugas yang terlalu mudah atau terlalu sulit tidak memengaruhi efikasi diri dengan baik.

Dari paparan di atas dapat disimpulkan bahwa efikasi diri dipengaruhi oleh beberapa faktor, menurut Bandura efikasi dipengaruhi oleh pengalaman pribadi kesuksesan, pengalaman individu lain, persuasi verbal, dan keadaan fisiologis. Sementara menurut Pajares, faktor-faktor yang memengaruhi efikasi diri meliputi pengalaman pribadi, pengaruh sosial, pemahaman diri, persepsi

terhadap kesulitan, dan pemantauan serta umpan balik dari tugas. Sedangkan Zimmerman menekankan pengalaman berhasil, pengaruh model, pemantauan diri, umpan balik, pemikiran kognitif, dorongan eksternal, dan tingkat tantangan tugas sebagai faktor-faktor yang memengaruhi efikasi diri individu. Secara umum, faktor-faktor ini berperan dalam membentuk keyakinan individu tentang kemampuannya untuk mencapai tujuan dan mengatasi tantangan dalam berbagai konteks.

### **3. Aspek-aspek Efikasi Diri**

Efikasi Diri seseorang, menurut teori Albert Bandura (1997), merupakan keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk menghadapi dan menyelesaikan tugas atau tantangan dalam berbagai situasi. Terdapat tiga aspek utama yang mencakup konsep efikasi diri ini:

- a. *Tingkat (Level)*: Aspek tingkat efikasi diri mencerminkan sejauh mana individu merasa percaya diri dalam menghadapi tugas-tugas dengan tingkat kesulitan yang berbeda. Individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan merasa mampu mengatasi berbagai tugas, baik yang sederhana maupun yang kompleks. Mereka percaya bahwa mereka memiliki kemampuan yang cukup untuk menghadapi tantangan dengan baik. Sebaliknya, individu dengan efikasi diri yang rendah mungkin merasa tidak yakin dan ragu untuk menghadapi tugas-tugas yang sulit.
- b. *Lingkup (Scope)*: Aspek kedua dari efikasi diri adalah lingkupnya, yang mengacu pada sejauh mana keyakinan individu mencakup berbagai situasi atau konteks. Individu dengan efikasi diri yang luas akan merasa percaya diri dalam

berbagai situasi kehidupan, termasuk dalam bidang akademik, pekerjaan, hubungan sosial, dan lainnya. Mereka cenderung memiliki keyakinan yang kuat bahwa mereka mampu mengatasi berbagai tantangan dalam berbagai aspek kehidupan.

- c. Kekuatan (*Strength*): Aspek terakhir dari efikasi diri adalah kekuatannya, yaitu sejauh mana individu meyakini kemampuannya untuk mencapai hasil yang diinginkan. Efikasi diri yang kuat mencerminkan keyakinan yang kokoh dan penuh keyakinan terhadap diri sendiri. Individu dengan efikasi diri yang kuat cenderung memiliki semangat dan motivasi yang tinggi dalam menghadapi tugas-tugas dan tantangan. Mereka memiliki keyakinan bahwa usaha dan usaha mereka akan membuahkan hasil yang positif. Di sisi lain, individu dengan efikasi diri yang lemah mungkin cenderung meragukan kemampuan diri dan mudah merasa putus asa ketika menghadapi kesulitan.

Menurut R.J. Corsini (1994) dalam buku *Encyclopedia of Psychology, Second Edition, Vol.3*, efikasi diri dibagi menjadi empat aspek utama, yaitu:

- a. Aspek Kognisi

Merupakan kemampuan individu untuk berfikir tentang langkah-langkah atau tindakan apa yang akan digunakan dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Aspek ini melibatkan proses berpikir dan perencanaan yang cerdas untuk mencapai hasil yang diinginkan.

- b. Aspek Motivasi

Aspek motivasi dalam efikasi diri adalah tentang berfikir optimis dan memotivasi diri sendiri untuk mengambil tindakan yang diperlukan dalam

mencapai atau mewujudkan tujuan yang diinginkan. Individu akan memotivasi diri dengan cara meletakkan keyakinan pada diri sendiri dan merencanakan tindakan yang akan diambil. Motivasi ini menjadi penting karena dapat memprediksi tingkat kesuksesan atau kegagalan individu dalam mencapai tujuan.

c. Aspek Afeksi

Aspek afeksi mencakup kemampuan individu dalam mengendalikan perasaan emosional yang muncul selama proses mencapai tujuan yang diharapkan. Afeksi adalah respons emosional alami yang terjadi dalam diri individu. Kemampuan untuk mengelola perasaan seperti kecemasan dan depresi yang mungkin menghambat pola perilaku yang tepat merupakan bagian dari aspek afeksi ini.

d. Aspek Seleksi

Aspek seleksi mencerminkan kemampuan individu untuk memilih sikap, tindakan, dan lingkungan yang mendukung dalam usaha mencapai tujuan yang diharapkan. Individu perlu dapat memilih pendekatan yang tepat dan memanfaatkan sumber daya yang ada untuk mendukung upaya mereka mencapai tujuan.

Dari paparan yang telah dijelaskan di atas bahwa efikasi diri adalah keyakinan seseorang tentang kemampuannya dalam menghadapi dan menyelesaikan tugas atau tantangan. Ada tiga aspek utama dalam efikasi diri menurut Bandura, yaitu: tingkat (seberapa percaya diri individu), lingkup (berapa banyak situasi yang individu kuasai), dan kekuatan (seberapa kuat keyakinan

individu). Selain itu, ada empat aspek lain menurut R.J. Corsini: kognisi (kemampuan berpikir dan merencanakan), motivasi (memotivasi diri sendiri), afeksi (mengendalikan emosi), dan seleksi (memilih tindakan yang tepat). Semua ini memengaruhi seberapa percaya diri kita dalam mencapai tujuan.

## **B. Kejenuhan Akademik**

### **1. Pengertian Kejenuhan Akademik**

Menurut Hakim (2004) kejenuhan belajar adalah saat seseorang mengalami perasaan bosan dan kelelahan yang mengakibatkan ketidakbersemangan, kelesuan, kurangnya semangat, atau kurangnya antusiasme dalam melakukan aktivitas pembelajaran. Kejenuhan belajar adalah salah satu bentuk kesulitan dalam belajar yang sulit dihadapi.

Kejenuhan belajar dapat dijelaskan sebagai suatu periode waktu di mana usaha belajar diperlukan, namun hasil yang dicapai tidak signifikan. Seseorang yang mengalami kejenuhan dalam konteks pembelajaran seringkali merasa bahwa usaha yang mereka lakukan dalam jangka waktu tertentu tidak menghasilkan perkembangan yang berarti dalam pemahaman atau prestasi mereka. Namun, penting untuk dicatat bahwa kejenuhan ini cenderung bersifat sementara, tidak selalu berarti bahwa hasil belajar akan stagnan selamanya. Siswa dapat mengalami kejenuhan dalam berbagai periode pembelajaran, mungkin dalam satu minggu tertentu, dan beberapa bahkan mengalami kejenuhan berulang kali selama satu periode pembelajaran yang lebih panjang. Hal ini mencerminkan bahwa kejenuhan adalah tantangan yang umum dihadapi oleh individu dalam perjalanan pembelajaran mereka (Fober, 1998).

Sedangkan menurut Kurnia (2021) kejenuhan akademik adalah kondisi psikologis yang dialami oleh siswa atau mahasiswa ketika mereka merasa bosan, lelah, atau kurang tertarik terhadap proses belajar dan lingkungan akademik secara keseluruhan. Hal ini dapat terjadi karena berbagai faktor, seperti beban tugas yang berat, metode pembelajaran yang monoton, kurangnya motivasi, kurangnya tantangan intelektual, atau ketidaksesuaian antara minat dan materi yang dipelajari.

Adawiyah dan Blikololong (2018) menyatakan bahwa kejenuhan dapat terjadi pada semua bidang, termasuk di lingkungan pendidikan atau dalam hal ini, pada siswa. Kejenuhan siswa terjadi ketika terdapat ketidakcocokan antara karakteristik individu dengan lingkungan dan kebijakan yang ada di sekolah. Ketidakcocokan tersebut dapat menyebabkan erosi keterlibatan siswa dalam kegiatan akademik. Siswa menjadi kurang bersemangat dan enggan untuk terlibat dalam proses belajar di sekolah karena merasa tidak cocok dengan aktivitas akademik yang dijalani. Mereka mungkin merasa bahwa cara pembelajaran yang digunakan tidak sesuai dengan cara mereka belajar, atau materi yang dipelajari tidak menarik atau relevan bagi minat dan tujuan mereka.

Kejenuhan belajar merujuk pada kondisi di mana seseorang merasa bosan, lelah, dan kurang semangat dalam melakukan aktivitas pembelajaran, mengakibatkan ketidakbersemangan dan kelesuan. Hal ini bisa terjadi karena berbagai faktor seperti beban tugas yang berat, metode pembelajaran yang monoton, atau kurangnya keterlibatan siswa dalam kegiatan akademik. Kejenuhan ini bisa bersifat sementara, terjadi dalam periode tertentu, dan dapat

mempengaruhi semua orang, termasuk siswa. Kejenuhan juga dapat dipengaruhi oleh sejauh mana individu merasa cocok dengan lingkungan dan kebijakan sekolah. Jika tidak ditangani dengan baik, kejenuhan belajar dapat menghambat proses pembelajaran dan mempengaruhi prestasi akademik.

## **2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejenuhan Akademik**

Menurut Maslach dan Leiter (1997) ada beberapa faktor yang mempengaruhi kejenuhan akademik, yaitu: *reward*, *community*, *workload*, *control*, *value*, dan *fairness*. Pertama, *reward* atau apresiasi merupakan bentuk penghargaan terhadap siswa atas prestasi dan usaha mereka dalam belajar. Kedua, lingkungan sosial yang buruk atau kurangnya hubungan yang baik antara siswa dan guru atau teman sekelas dapat menyebabkan ketidaknyamanan dan keengganan dalam menyelesaikan tugas. Ketiga, *workload* atau beban tugas yang berat dapat menyebabkan kelelahan dan stres berlebihan pada siswa, yang berujung pada kejenuhan akademik. Keempat, *control* atau kemampuan siswa dalam mengambil keputusan bisa terganggu jika pengaruh guru atau teman sekelas terlalu dominan. Kelima, *value* atau penilaian yang diberikan pada siswa atas hasil tugas dapat mempengaruhi tingkat kepuasan mereka. Dengan adanya perasaan ketidakadilan atau *unfairness*, seperti tugas yang dianggap terlalu sulit atau tidak adil, juga berkontribusi pada kejenuhan akademik.

Orpina dan Prahara (2019) menambahkan faktor yang memiliki pengaruh terhadap kejenuhan akademik yaitu keyakinan diri. Individu yang memiliki keyakinan diri yang rendah dinilai lebih rentan terhadap stres sebab ketidakmampuannya untuk memecahkan persoalan yang dihadapi dengan baik.

Individu dengan keyakinan diri yang baik mampu mengatur dan melaksanakan kegiatan belajar yang baik, serta mempersiapkan ujian untuk mencapai hasil atau prestasi yang maksimal. Kondisi ini dapat tercapai jika individu (1) mampu menciptakan interaksi yang positif pada saat berada di lingkungan sekolah, (2) mampu tampil di dalam dan luar sekolah, dan (3) mampu mengatur waktu dengan baik untuk keluarga, pekerjaan, dan kegiatan akademik di sekolah.

Menurut Hakim (2004) faktor penyebab kejenuhan belajar adalah:

- a. Cara atau metode belajar yang tidak bervariasi.
- b. Belajar hanya di tempat tertentu.
- c. Suasana belajar yang tidak berubah-ubah.
- d. Kurang aktivitas rekreasi atau hiburan.
- e. Adanya ketegangan mental dan berlarut-larut pada saat belajar.

Dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kejenuhan akademik menurut Menurut Maslach dan Leiter (1997), faktor-faktor yang mempengaruhi kejenuhan akademik meliputi *reward*, *community*, *workload*, *control*, *value*, dan *fairness*. Putri (2022) menambahkan bahwa kualitas tidur yang buruk juga mempengaruhi kejenuhan akademik, dengan faktor internal dan eksternal yang berperan. Orpina dan Prahara (2019) mengemukakan bahwa keyakinan diri juga memengaruhi kejenuhan akademik. Keyakinan diri rendah dapat meningkatkan stres, sedangkan keyakinan diri tinggi membantu individu mengatur kegiatan belajar dengan baik. Menurut Hakim (2004), faktor penyebab kejenuhan belajar meliputi metode belajar yang monoton dll.

### 3. Aspek-aspek Kejenuhan Akademik

Kejenuhan akademik yang muncul sebagai akibat adanya stres dan tekanan dalam pekerjaan atau kegiatan yang dialami oleh individu memiliki aspek. Rosyid (1996) menyatakan dimensi kejenuhan akademik dibagi menjadi 4 yaitu kejenuhan fisik, kejenuhan emosional, kejenuhan mental atau sikap dan penghargaan diri yang rendah. Kejenuhan fisik yang dialami individu berupa perasaan lelah sepanjang waktu, kekurangan energi, kehilangan nafsu makan, mengalami susah tidur, mual maupun sakit kepala. Kejenuhan emosional ditunjukkan dengan rasa terperangkap dalam pekerjaan, seperti depresi, stress, dan rasa tidak berdaya. Kejenuhan mental atau sikap ditunjukkan dengan sinis pada orang lain, sehingga dapat merugikan diri sendiri dan kehidupannya. Selanjutnya, memiliki penghargaan diri yang rendah, sehingga individu tidak dapat menyelesaikan tugas dengan baik dan menganggap bahwa masa depan menjadi tidak bermakna.

Dalam pandangan Maslach dan Leiter (1997) menyatakan ada 3 aspek kejenuhan akademik yaitu:

a. Kejenuhan (*Emotional Exhaustion*)

Aspek ini mengacu terhadap perasaan kejenuhan yang dialami siswa disebabkan oleh tuntutan studi yang diberikan.

b. Sinis (*cynicism*)

Aspek ini mengacu terhadap sikap sinis atau sikap berjarak yang dimiliki siswa terhadap sekolah. Saat siswa menjadi merasa sinis, siswa akan mengalami sikap menjadi dingin serta menjauh dari pekerjaan atau kegiatan serta

menjauhi orang-orang yang berada di sekitarnya. Sehingga menyebabkan siswa meminimalisir padakegiatan sekolah.

c. Ketidakefektifan (*ineffectiveness*)

Aspek ini mengacu terhadap menurunnya keyakinan siswa pada akademik yang disebabkan oleh menurunnya motivasi, kompetensi dan produktivitas diri. Siswa yang mengalami penurunan akademik akan memiliki perasaan yang tidak kompeten sehingga mengakibatkan siswa merasa tidak puas terhadap diri sendiri, pekerjaan serta kehidupan yang dimiliki.

Menurut Lin dan Huang (2012) kejenuhan belajar memiliki empat aspek yang diidentifikasi oleh Scaufely dan Enzmann, yaitu:

- a. Kelelahan Emosi: Aspek ini berkaitan dengan perasaan lelah secara emosional yang dialami oleh siswa selama proses belajar. Siswa mungkin merasa terbebani dengan tekanan, stres, atau tuntutan akademik yang tinggi sehingga menyebabkan perasaan kelelahan yang berhubungan dengan emosi.
- b. Kelelahan Fisik: Aspek kelelahan fisik terkait dengan perasaan lelah secara fisik akibat tuntutan fisik yang tinggi selama proses belajar. Aktivitas belajar yang intens dan lama, dapat menyebabkan kelelahan fisik pada siswa.
- c. Kelelahan Kognitif: Aspek ini berhubungan dengan rasa lelah yang timbul karena beban mental yang berat selama belajar. Proses pemikiran yang intens, menyelesaikan tugas-tugas kompleks, dan menghadapi materi yang sulit dapat menyebabkan kelelahan kognitif pada siswa.
- d. Menurunnya Motivasi: Aspek terakhir adalah menurunnya motivasi dalam belajar. Ketika siswa mengalami kejenuhan, mereka mungkin kehilangan

semangat dan minat dalam proses belajar. Motivasi untuk mencapai prestasi akademik bisa menurun, dan siswa mungkin merasa kurang termotivasi untuk berpartisipasi aktif dalam pembelajaran.

- e. Dari beberapa pengertian dan penjelasan aspek-aspek di atas dapat disimpulkan bahwa setiap aspek saling berhubungan dan dapat mempengaruhi tingkat kejenuhan belajar siswa secara keseluruhan. Penting bagi pendidik dan pihak terkait di dunia pendidikan untuk memahami aspek-aspek ini guna mengidentifikasi dan mengatasi faktor-faktor yang memicu kejenuhan belajar siswa, sehingga mereka dapat mengalami pengalaman belajar yang lebih positif dan bermakna.

### **C. Siswa Pesantren**

Dali (2019) memaparkan bahwa siswa pesantren adalah istilah yang merujuk pada para pelajar atau murid yang mengikuti pendidikan di pesantren. Pesantren adalah lembaga pendidikan Islam tradisional di Indonesia, meskipun ada juga di negara-negara lain dengan budaya Islam yang kuat. Pendidikan di pesantren berfokus pada pengajaran ajaran agama Islam, termasuk pemahaman Al-Quran, Hadis, fiqh (hukum Islam), dan nilai-nilai akhlak yang tinggi. Para siswa pesantren biasanya tinggal di asrama yang dikenal sebagai pondok di mana mereka mengikuti pembelajaran agama dan kegiatan keagamaan lainnya. Selain itu, pelajaran umum seperti matematika, bahasa Indonesia, dan ilmu pengetahuan sosial juga diajarkan sebagai pelengkap untuk memastikan siswa memiliki pemahaman yang komprehensif. Pendidikan di pesantren juga menekankan pada pengembangan kepribadian dan moral siswa. Para siswa diajarkan untuk hidup

sederhana, disiplin, dan menghormati nilai-nilai keagamaan serta mempraktikkan ibadah dengan baik. Pesantren memiliki peran penting dalam menjaga keberlanjutan tradisi keagamaan di Indonesia dan menyebarkan ajaran Islam yang moderat dan toleran. Banyak pesantren yang memiliki kurikulum modern dan berusaha menyelaraskan pendidikan agama dengan pengetahuan dan teknologi saat ini untuk menciptakan generasi muda yang berpengetahuan luas dan mampu berkontribusi secara positif dalam masyarakat.

Sedangkan Oemar Hamalik (2009) mendefinisikan peserta didik sebagai suatu komponen masukan dalam sistem pendidikan, yang selanjutnya diproses dalam proses pendidikan, sehingga menjadi manusia yang berkualitas sesuai dengan tujuan pendidikan Nasional. Menurut Abu Ahmadi (2009), peserta didik adalah sosok manusia sebagai individu/pribadi (manusia seutuhnya). Individu diartikan “orang seorang tidak tergantung dari orang lain, dalam arti benar-benar seorang pribadi yang menentukan diri sendiri dan tidak dipaksa dari luar, mempunyai sifat-sifat dan keinginan sendiri”.

Namun Hasbullah (2010) siswa sebagai peserta didik merupakan salah satu input yang ikut menentukan keberhasilan proses pendidikan. Tanpa adanya peserta didik, sesungguhnya tidak akan terjadi proses pengajaran. Sebabnya ialah karena peserta didik lah yang membutuhkan pengajaran dan bukan guru, guru hanya berusaha memenuhi kebutuhan yang ada pada peserta didik.

Berdasarkan beberapa pendapat diatas, dapat disimpulkan bahwa peserta didik adalah orang atau individu yang mendapatkan pelayanan pendidikan sesuai dengan bakat, minat, dan kemampuannya agar tumbuh dan berkembang dengan

baik serta mempunyai kepuasan dalam menerima pelajaran yang diberikan oleh pendidikanya dengan baik. Pesantren sendiri merupakan pendidikan islam tertua di Indonesia, didirikan karena adanya tuntutan dan kebutuhan zaman.

#### **D. Hubungan Efikasi Diri Terhadap Kejenuhan Akademik pada Siswa Pesantren Baitul Arqam**

Efikasi diri adalah aspek penting dalam psikologi manusia yang menggambarkan perasaan dan keyakinan individu tentang kemampuannya untuk mencapai tujuan dan menyelesaikan tugas-tugas tertentu lebih dari sekedar sekedar keyakinan, efikasi diri mencerminkan persepsi yang mendalam tentang sejauh mana seseorang merasa mampu mengatasi tantangan dan menghadapi situasi yang kompleks. Dalam pandangan para ahli psikologi, efikasi diri bukanlah sesuatu yang datang dengan mudah dan instan, melainkan merupakan hasil dari proses yang kompleks dan berlarut-larut (Rahma, 2011).

Menurut Bandura (1997) efikasi diri merupakan keyakinan pada kemampuan diri sendiri untuk menghadapi dan memecahkan masalah dengan efektif. Efikasi diri juga berarti meyakini diri sendiri mampu berhasil dan sukses. Keyakinan yang timbul dari individu diharapkan bisa menjadi bekal berprestasi dalam menghadapi hambatan dan tantangan pada pencapaian prestasi yang ingin digapai. Namun prestasi-prestasi tersebut tidak datang begitu saja pada seorang individu yang hanya mengandalkan kesempatan.

Dalam pembelajaran atau aktivitas akademik, *burnout* disebut juga dengan kejenuhan. *Burnout* ini dipahami juga dengan istilah *academic burnout*, *school burnout* dan *student burnout*. Schaufeli mendefinisikan *academic burnout* sebagai

suatu kondisi di mana siswa mengalami kelelahan akibat tuntutan atau tugas akademik sehingga memunculkan sikap yang sinis, pesimis dan ditandai dengan menurunnya minat siswa dalam menjalankan proses pendidikan (Diyanti, 2022).

Kejenuhan akademik atau *academic burnout* juga didefinisikan sebagai kondisi siswa yang secara fisik mengalami penurunan daya dan kurang berenergi, serta mengalami penurunan secara psikologis sehingga individu kehilangan keinginan untuk belajar (Welong, 2020). Siswa dengan tingkat efikasi diri yang tinggi cenderung memiliki tingkat kejenuhan akademik yang lebih rendah. Mereka mampu menghadapi tugas-tugas akademik dengan lebih percaya diri dan memiliki motivasi yang tinggi untuk mencapai prestasi akademik yang baik. Sebaliknya, siswa yang merasa tidakpercaya diri dalam kemampuan mereka dapat lebih rentan mengalami kejenuhan akademik karena merasa kesulitan menghadapi tugas-tugas yang sulit. Dengan demikian, penting bagi pendidik dan pihak terkait di Baitul Arqam untuk memahami hubungan antara efikasi diri dan kejenuhan akademik pada siswa. Dukungan dan pembinaan yang tepat terhadap tingkat efikasi diri siswa dapat membantu mengurangi tingkat kejenuhan akademik dan meningkatkan motivasi serta prestasi akademik mereka secara keseluruhan.

### **E. Hipotesis**

Ha: Adanya hubungan efikasi diri dengan kejenuhan akademik pada siswa pesantren Baitul Arqam.

Ho: Tidak adanya hubungan antara efikasi diri dengan kejenuhan akademik pada siswa pesantren Baitul Arqam.

### BAB III METODE PENELITIAN

#### A. Desain Penelitian

Pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif. Creswell dan Poth (2016) mengatakan bahwa, *quantitative research is a type of educational research in which the researcher decides what to study; ask specific, narrow questions, collects quantifiable data from participants; analysis these numbers using statistics; and conducts the inquiry in an unbiased, objective manner.* “Penelitian kuantitatif merupakan salah satu jenis penelitian pendidikan dimana peneliti memutuskan apa yang akan diteliti, menyusun pertanyaan spesifik, membatasi pertanyaan, mengumpulkan data terukur dari partisipan, menganalisis angka-angka dengan menggunakan statistik, melakukan penyelidikan yang tidak memihak, dengan cara-cara yang obyektif”.

Penelitian kuantitatif memerlukan studi pada sampel dari populasi dan sangat bergantung pada data numerik dan analisis statistik. Kebanyakan penelitian kuantitatif dilakukan oleh peneliti yang menganut epistemologi positifisme. Mereka menentukan tema yang menarik dalam hal perilaku yang dapat diamati (Creswell, 2002).

Penelitian ini menggunakan metode analisis skala dalam penelitiannya. Model analisis skala yang dirancang untuk penelitian ini terdiri dari dua tahapan analisis konstruk yang relevan. Konstruk pertama adalah variabel efikasi diri dan konstruk kedua digunakan dalam penelitian ini adalah kejenuhan akademik.

## **B. Identifikasi Variabel Penelitian**

Variabel bebas (*independent variable*) dan variabel terikat (*dependent variable*) adalah konsep yang sering digunakan dalam penelitian untuk menggambarkan hubungan antara dua variabel atau lebih. Variabel bebas adalah variabel yang dianggap sebagai penyebab atau faktor yang mempengaruhi variabel lain dalam penelitian. Ini adalah variabel yang dikendalikan atau dimanipulasi oleh peneliti dalam percobaan atau studi. Sedangkan variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas. Ini adalah variabel yang diukur atau diamati untuk melihat perubahan yang disebabkan oleh variabel bebas (Ulfa, 2021). Dalam penelitian ini, efikasi diri digunakan sebagai variabel bebas yang mana dapat mempengaruhi atau memprediksi perubahan pada variabel terikat. Dalam penelitian ini kejenuhan akademik digunakan sebagai variabel terikat tersebut.

1. Variabel Bebas (X): Efikasi Diri
2. Variabel Terikat (Y): Kejenuhan Akademik

## **C. Definisi Operasional**

Definisi operasional bertujuan untuk memberikan klasifikasi yang terperinci tentang variabel-variabel yang akan diteliti.

1. Efikasi diri adalah keyakinan seseorang tentang kemampuannya untuk mengatur dan melakukan tindakan yang diperlukan untuk mencapai tujuan yang diinginkan. Dalam penelitian ini, efikasi diri diukur menggunakan beberapa aspek efikasi diri yang diusulkan oleh Bandura (1997), yaitu: tingkat keyakinan (*level*), cakupan kemampuan (*generality*), dan kekuatan keyakinan (*strength*).

2. Kejenuhan akademik yaitu suatu keadaan dimana individu mengalami kejenuhan fisik, mental dan emosional yang terjadi, karena stres yang dialami dalam waktu yang cukup lama dalam situasi yang menuntut keterlibatan emosional yang cukup tinggi. Efek yang timbul akibat *academic burnout* adalah mengalami perasaan kejenuhan (*Emotional Exhaustion*), Sinis (*Depersonalization*), dan berkurangnya penghargaan terhadap diri (*Reduced Personal Accomplishment*) (Maslach, 2003).

#### **D. Populasi dan Sampel**

Menurut Hidayati (2020) populasi adalah keseluruhan data yang menjadi pusat perhatian seorang peneliti dalam ruang lingkup dan waktu yang telah ditentukan. Populasi berkaitan dengan data-data, jika seorang manusia memberikan suatu data, maka ukuran atau banyaknya manusia. Dalam hal ini populasi yang akan diteliti adalah siswa di sebuah sekolah asrama Dayah Pesantren Baitul Arqam tingkat SMP dan SMA, Tampok Blang, Sibreh dengan jumlah siswa sebanyak 69 siswa.

Menurut Sugiyono (dalam Sugiarti, 2018) sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut sampel yang diambil dari populasi tersebut harus betul-betul representative atau mewakili populasi yang diteliti. Hal ini juga dinyatakan oleh Arikunto (2006), sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti.

Adapun pedoman yang digunakan untuk menentukan dalam jumlah sampel yang akan diambil adalah apabila subyek kurang dari 100, lebih baik diambil semua. Akan tetapi jika jumlah subjeknya besar maka jumlah sampel

yang diambil adalah 10-15% atau 20-25% (Arikunto, 2006). Dalam penelitian ini, karena populasinya sedikit dengan jumlah keseluruhan kurang dari 100 subjek yaitu sebanyak 69 dan yang hanya bersedia diteliti hanya 59 orang subjek siswa.

### E. Metode Pengumpulan Data

Pada penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif. Untuk mengumpulkan data menggunakan metode skala. Skala adalah sebuah alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan informasi tentang seseorang yang menjadi sampel penelitian. Subjek diminta untuk memberi respon dari beberapa pertanyaan yang telah disediakan dan memberikan respon yang sesuai dengan keadaan subjek dengan tujuan untuk melihat hal-hal yang sedang diteliti (Noor, 2014). Model skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah komunikasi efikasi diri dan kejenuhan. Skala efikasi diri diukur dengan teori yang dikemukakan oleh Bandura (1997). Sedangkan skala kejenuhan akademik diukur dengan teori yang dikemukakan oleh Maslach (2003).

**Table 3.1**

**Bobot Penilaian Pernyataan *Favorable* dan *Unfavorable***

No	Alternatif Jawaban	Pernyataan	
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
1	Sangat Setuju (SS)	4	1
2	Setuju (S)	3	2
3	Tidak setuju (TS)	2	3
4	Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

Bobot penilaian penelitian di atas mengacu pada seberapa pentingnya atau beratnya setiap kriteria atau aspek yang dinilai dalam penelitian. Bobot ini digunakan untuk memberikan nilai atau skor pada berbagai komponen penelitian, berdasarkan prioritas dan relevansi masing-masing kriteria dalam konteks penelitian.

**Table 3.2**  
**Blue Print Efikasi Diri**

NO	Aspek	No. Item		Jumlah	Bobot
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>		
1	Tingkat ( <i>level</i> )	1,2,5,6,9,10,13,14	3,4,7,8,11,12 , 15,16	16	28,8%
2	Keluasan ( <i>generalit</i> )	17,18,21,22,25,26,2 9,30,33,34,37,38	19,20,23,24, 27,28,31,32, 35,36, 39,40	24	43,2%
3	Kekuatan ( <i>Strength</i> )	41,42,45,46,49,50,5 3,54	43,44,47,48, 51,52,55,56	16	28,8%
Jumlah				56	100 %

Tabel di atas menjelaskan blue print efikasi diri yang menunjukkan jumlah item setiap aspeknya. Pada aspek tingkat (*level*) dengan jumlah total 16 pernyataan dengan nilai bobot sebanyak 28,8%, sedangkan pada aspek keluasan (*generality*) dengan jumlah total 24 pernyataan dengan bobot 43,2%, dan aspek kekuatan (*strength*) dengan jumlah soal 16 pernyataan dengan bobot 28,8%.

**Table 3.3**  
**Blue Print Kejenuhan Akademik**

NO	Aspek	No. Item		Jumlah	Bobot
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>		
1	Kejenuhan	1,2,5,6,9,10,13,14,17,18	3,4,7,8,11,12,15,16,19,20	20	56%
2	Sinis	21,22,25,26	23,24,27,28	8	22,4%
3	Berkurangnya Penghargaan Diri	29,30,33,34	31,32,35,3	8	22,4%
Jumlah				36	100 %

Tabel di atas menjelaskan *blue print* kejenuhan akademik yang menunjukkan jumlah item setiap aspeknya. Pada aspek kejenuhan dengan jumlah total 20 pernyataan dengan nilai bobot sebanyak 56%, sedangkan pada aspek sinis dengan jumlah total 8 pernyataan dengan bobot 22,4%, dan aspek berkurangnya penghargaan diri dengan jumlah soal 8 pernyataan dengan bobot 22,4%.

## **F. Teknik Analisis Data**

### **1. Uji Instrumen**

#### **a. Deskriminatif Item Uji Coba**

Proses eliminasi item dilakukan untuk menghapus item-item yang memiliki korelasi item-total yang rendah. Nilai korelasi item-total yang digunakan sebagai patokan adalah 0,25, 0,27 hingga 0,30. Artinya, jika korelasi antara skor pada suatu item dengan skor total tes kurang dari 0,25, maka item tersebut dapat

dianggap memiliki diskriminasi yang rendah dan mungkin perlu dieliminasi dari tes (Azwar,1997)

#### b. Reliabilitas

Reliabilitas adalah sejauh mana pengukuran dapat dipercaya. Artinya, hasil dari pengukuran dapat dipercaya jika pengukuran dalam beberapa kali terhadap kelompok subjek yang sama diperoleh hasil yang relative sama. Jika ada perbedaan dari waktu ke waktu maka hasil dari pengukuran tidak dapat dipercaya dan dikatakan tidak reliabel. Reliabilitas mengacu kepada konsistensi atau kepercayaan hasil skor yang mengandung makna kecermatan pengukuran (Ramadhani & Putrianti, 2014).

Reliabilitas menunjukkan sesuatu instrument yang dapat dipergunakan sebagai alat pengumpulan data, karena instrument dapat dipercaya dan reliabel yang tentunya akan menghasilkan data yang dapat dipercaya. Perhitungan reliabilitas pada penelitian ini menggunakan SPSS (*Statistic Program for Social Science*) versi 22 *for windows*. Data distribusi normal dengan taraf signifikannya adalah  $p > 0,05$  sedangkan data yang tidak normal dengan taraf signifikan  $p < 0,05$  (Noor, 2014).

## 2. Uji Statistik Data Penelitian

Peranan statistik dalam konteks penelitian terletak pada penyediaan teknik untuk mengumpulkan, mengelompokkan, dan menyajikan data agar hasil penelitian lebih dapat dipahami. Statistik berfungsi memberikan alat untuk mengukur populasi, mengidentifikasi variasi, serta memberikan gambaran yang lebih akurat tentang arah suatu variabel dalam penelitian. Dalam penelitian ini,

jenis statistik yang diterapkan adalah statistik deskriptif. Statistik deskriptif digunakan untuk memberikan informasi mengenai pusat data, sebaran data, serta bentuk distribusi data melalui ukuran-ukuran seperti mean, median, modus, range, varians, dan standar deviasi (Winarsunu, 2017).

### 3. Uji Asumsi Klasik

#### a. Uji Normalitas

Uji normalitas adalah uji yang digunakan untuk mengetahui data yang didapatkan berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan teknik *Kolmogorov-Smirnov Test* dan dengan menggunakan bantuan dari fasilitas komputer yaitu program *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) versi 22 *for window*. Data distribusi normal dengan taraf signifikannya adalah  $p > 0,05$  sedangkan data yang berdistribusi tidak normal dengan taraf signifikan  $p < 0,05$  (Noor, 2014).

#### b. Uji Linearitas

Linearitas adalah asumsi yang penting dalam analisis statistik, terutama dalam uji korelasi dan regresi linear. Linearitas berarti bahwa hubungan antara variabel-variabel tersebut dapat dijelaskan dengan garis lurus atau hubungan linier. Artinya, perubahan dalam satu variabel akan berbanding lurus dengan perubahan dalam variabel lainnya. Jika hubungan antara dua variabel dianggap linear, maka uji korelasi yang mengukur koefisien korelasi akan memberikan hasil yang dapat diinterpretasikan dengan jelas. Namun, jika hubungan antara variabel-variabel tersebut tidak linear, maka uji korelasi mungkin tidak memberikan gambaran yang akurat tentang hubungan sebenarnya.

Uji linearitas dalam penelitian ini bertujuan untuk melihat apakah variabel kontrol diri dengan variabel pengungkapan diri memiliki hubungan yang linear atau bahkan tidak. Uji linear ini biasanya dilakukan untuk prasyarat dalam menganalisis korelasi dan regresi. Uji linearitas dalam penelitian ini menggunakan bantuan dari fasilitas komputer yaitu program *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) versi 22 for window. Taraf signifikan jika antara kedua variabel memiliki hubungan linear adalah  $p > 0,05$  sedangkan jika tidak memiliki hubungan linear taraf signifikannya adalah  $p < 0,05$  (Azwar, 2010).

#### 4. Uji Hipotesis

Uji Hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji korelasi. Uji korelasi adalah metode statistik yang digunakan untuk mengevaluasi hubungan antara dua atau lebih variabel. Uji korelasi mengukur sejauh mana hubungan antara variabel-variabel tersebut, apakah hubungannya positif atau negatif serta seberapa kuat hubungannya. Uji korelasi sering digunakan untuk mengetahui apakah ada hubungan linier antara variabel-variabel tertentu. Hasil dari uji korelasi dinyatakan dalam angka yang disebut koefisien korelasi. Koefisien korelasi berkisar dari -1 hingga 1. Nilai 1 menunjukkan hubungan linier positif yang sempurna, nilai -1 menunjukkan hubungan linier negatif yang sempurna, dan nilai 0 menunjukkan bahwa tidak ada hubungan linier antara kedua variabel tersebut (Rukajat, 2018).

Penelitian ini menggunakan analisis korelasi sederhana dengan program SPSS, untuk mengetahui keeratan hubungan antara dua variabel. Koefisien korelasi adalah pengukuran statistik kovarian atau asosiasi antara dua variabel

dengan menggunakan metode korelasi pearson. Besarnya koefisien korelasi berkisar antara +1 s/d -1. Koefisien korelasi menunjukkan kekuatan (*strength*) hubungan linear dan arah hubungan dua variabel acak. Jika koefisien korelasi positif, maka kedua variabel mempunyai hubungan searah. Artinya jika nilai variabel X tinggi, maka nilai variabel Y akan tinggi pula. Sebaliknya, apabila koefisien korelasi negatif, maka kedua variabel mempunyai hubungan terbalik. Dimana dengan nilai signifikan  $< 0.05$  maka kedua variabel signifikan. Sebaliknya, jika nilai signifikan  $>0.05$  maka kedua hubungan variabel tidak signifikan. Untuk mempermudah dalam melakukan perhitungan secara statistik, maka penelitian menggunakan bantuan program SPSS 22 *for windows*

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN**

#### **A. Orientasi Kancan Penelitian**

Orientasi kancan penelitian ini merupakan salah satu tahapan yang harus dilakukan sebelum melakukan penelitian. Hal ini bertujuan untuk mengetahui orientasi kancan penelitian secara detail dan membantu peneliti agar dapat mempersiapkan segala sesuatu yang berhubungan dengan penelitian yang akan dilakukan. Untuk mendapat informasi tentang fenomena permasalahan penelitian yang diperlukan, peneliti awalnya melakukan observasi dan memberikan angket yang mengacu pada sampel yang diinginkan. Peneliti melakukan penelitian di Dayah Pesantren Baitul Arqam dengan 59 subjek siswa tingkat SMP dan SMA.

#### **1. Profil Dayah Pesantren Baitul Arqam**

Dayah Pesantren Baitul Arqam merupakan sebuah pendidikan islam dibawah binaan Dewan Pimpinan wilayah Muhammadiyah Aceh untuk mendidik, membina dan membentuk generasi muda islam agar dapat menjadi kader-kader dakwah islam di masa depan. Nama “Baitul Arqam” diteladani dari semangat Rasulullah yang memulai dakwahnya dari rumah Arqam bin Abi Arqam. Dayah Pesantren Baitul Arqam berlokasi di Jl. Tgk Fakinah, Desa Tampok Blang, Kemukiman Sibreh, Kecamatan Suka Makmur, Kabupaten Aceh Besar. Awal mulanya, Area komplek Dayah Pesantren Baitul Arqam yang dibangun diatas tanah seluas 2 hektar ini merupakan Pusat Pengasuhan/Pembinaan anak-anak kerjasama Muhammadiyah dengan *Youth of The Street Overseas Relief Fundh*

Australia. Tingkat kenyamanan, keindahan dan kerapian dari fasilitas yang disediakan berstandar Internasional yang terdiri dari 12 asrama, sebuah bangunan madrasah berlantai dua. Perpustakaan umum, ruang makan, kantin, balai pengajaran, lapangan olah raga serta sebuah mushalla sebagai sentral kegiatan pendidikan dan pembinaan santri dalam rangka membangun tunas umat yang menjalankan kehidupan sesuai dengan al-quran dan sunnah serta mengutamakan aktivitas berjamaah melalui metode pembinaan santri dengan menghafal Al-Quran dan hadis disertai dengan pemahaman terhadap kandungannya.

## **1. Visi, Misi dan Strategi Dayah Pesantren Baitul Argam**

### **a. Visi**

Menjadi lembaga pendidikan dayah yang unggul dan islami dalam bidang Tahfidz, TIK dan Jurnalistik di aceh pada tahun 2022.

### **b. Misi**

Adapun misi sekolah tersebut adalah membangun karakter santri sesuai dengan Al-Qur'an dan Sunnah, menyelenggarakan pendidikan dayah yang integratif dan dinamis sesuai dengan perkembangan zaman, menciptakan kader umat yang berakhlak, cerdas dan mandiri serta memiliki kompetensi dalam bidang Tahfidh, Jurnalistik dan TIK, dan membekali santri dengan kemampuan berbahasa asing.

### **c. Strategi**

Selain misi dan visi, tempat penelitian tersebut juga memiliki strategi yakni membangun sistem pemondokan dengan fasilitas yang menunjang,

kenyamanan dan atmosfir lingkungan dayah sehingga memiliki daya dukung terhadap keberhasilan pembelajaran, kreativitas dan aktualitas santri dan seluruh aktivitas pendidikan, mengoptimalisasi penguasaan dan implementasi multimedia serta pemantapan terhadap kemampuan santri dalam bidang Tahfidh, Jurnalistik, TIK dan bahasa asing dan pengembangan dayah yang sesuai dengan tuntutan dan kebutuhan masyarakat dengan mengedepankan nilai-nilai islami.

## **B. Persiapan Penelitian**

Persiapan penelitian merupakan langkah-langkah awal penulis melakukan sebuah penelitian ditempat penelitian, beberapa persiapan yang matang dilakukan oleh peneliti untuk menghindari kesalahan yang tidak diinginkan dalam proses penelitian. Persiapan penelitian dimulai dengan melakukan observasi, wawancara dan membagikan angket pada beberapa sasasarn subjek penelitian di lokasi penelitian yang dituju. Setelah melakukan observasi dan wawancara awal, peneliti menyusun alat ukur yang akan digunakan dalam pengambilan data penelitian, mengurus perizinan melakukan uji coba (*try out*) alat tes dan perizinan melakukan penelitian, selanjutnya melakukan proses penelitian hingga selesai.

### **1. Persiapan Alat Ukur**

Dalam penelitain ini, peneliti menggunakan skala efikasi diri dan kejenuhan akademik menggunakan lembar jawaban dengan skala *likert* sebagai alat ukur. Aitem skala efikasi diri terdiri dari 56 item yang disusun berdasarkan teori Bandura (1997), sedangkan itrem kejenuhan akademik trdiri dari 36 item yang disusun berdasarkan teori (Maslach,1997).

## 2. Pengurusan Surat Izin Penelitian

Sebelum melakukan penelitian, peneliti memperoleh izin melakukan uji coba (*try out*) alat tes di Dayah Pesantren Baitul Arqam, Tampok Blang, Sibreh. Kemudian peneliti memperoleh izin melakukan penelitian yang dikeluarkan oleh dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh. Surat tersebut ditujukan kepada Daya Pasantren Baitul Aqram dengan nomor surat 319/UM.Ms/F/2023.

### C. Pelaksanaan Penelitian

Pengambilan data pada penelitian ini dilakukan di Dayah Pesantren Baitul Arqam dalam kurun waktu kurang lebih 1 (satu) minggu. Uji coba (*try out*) skala penelitian ini dilakukan kepada 30 orang siswa. Selanjutnya penelitian skala dilakukan kepada siswa Dayah Pesantren Baitul Arqam yang pembagiannya telah dilakukan berdasarkan rumus teknik *non probability sampling*.

Hambatan yang ditemui dalam pelaksanaan *try out* ini adalah saat siswa tengah sibuk dengan ujian akhir semester dan ujian praktik dayah. Hal ini menyebabkan peneliti kesulitan memperoleh data dan membutuhkan waktu beberapa hari untuk mengumpulkan data yang diinginkan. Hambatan yang dihadapi peneliti juga adalah ketika siswa sudah libur sekolah dan tidak dapat memberikan kuesioner yang telah disiapkan. Meskipun peneliti sudah mencoba menghubungi subjek *by phone*. Namun ketika waktu sekolah telah tiba, peneliti juga memiliki hambatan untuk membagikan kuesioner kepada beberapa siswa karena siswa tersebut telat kembali ke Dayah Pesantren BaitulArqam karena beberapa situasi dan kondisi.

## D. Hasil Analisis Data Penelitian

### 1. Uji Instrumen

#### a. Diskriminasi Aitem Uji Coba

Deskriminasi item dilakukan untuk melihat item yang gugur dengan nilai Corrected Item-Total Correlation di bawah 0,25 (Azwar, 2010) dan item dalam penelitian diatas 0,25 dapat dilanjutkan untuk penelitian selanjutnya. Berikut hasil analisis yang layak pakai pada item skala afikasi diri dan kejenuhan akademik:

**Tabel 4.1**  
**Analisis Diskriminasi Item Skala Efikasi Diri Gugur**

NO	Aspek	No. Item		Jumlah	Bobot
		Lulus	Gugur		
1	Tingkat	2,6,9,10,13,14 3,7,8,11,12,15,16	<b>1,5,4</b>	16	28,8%
2	Keluasan	17,18,21,22,25, 29, 37,38,19,23,24,27,2 8,31,32,35,39	<b>26,30,33,34, 20,3 6,40</b>	24	43,2%
3	Kekuatan	41,42,45,46, 50, 43,44,47,48,51,52,5 5,56	<b>49,53,54</b>	16	28,8%
Jumlah				56	100 %

Setelah melakukan *try out* kepada 30 responden pada skala efikasi diri, terdapat 13 pernyataan item yang gugur, dimana itu menunjukkan bahwa item tersebut tidak digunakan dalam penelitian selanjutnya karena menunjukkan nilai yang kurang dari 0,25. Berikut hasil dari diskriminasi item skala kejenuhan akademik:

**Table 4.2**  
**Analisis Diskriminasi Item Skala Kejenuhan Akademik**  
**Gugur**

NO	Aspek	No. Item		Jumlah	Bobot
		Lulus	Gugur		
1	Kejenuhan	1,2,5,6,9,13, 14,18,4,8,12, 15,12	<b>9,10,17,3,7,11</b> <b>16,19</b>	20	56%
2	Sinis	25	<b>21,22,26,23,</b> <b>24,27,28</b>	8	22,4%
3	Kurangnya penghargaan diri	35	<b>29,30,33,34,</b> <b>31,32,36</b>	8	22,4%

Setelah melakukan *try out* kepada 30 responden pada skala kejenuhan akademik, terdapat 22 pernyataan item yang gugur, dimana itu menunjukkan bahwa item tersebut tidak digunakan dalam penelitian selanjutnya karena menunjukkan nilai yang kurang dari 0,25. Setelah mengetahui item-item pernyataan yang gugur pada skala efikasi diri dan kejenuhan akademik, langkah selanjutnya memisahkan aitem yang gugur dan menguji reliabilitas pada skala dalam penelitian selanjutnya.

#### a. Uji Reliabilitas

Menurut Sugiyono (2017) menyatakan bahwa uji reliabilitas adalah sejauh mana hasil pengukuran dengan menggunakan objek yang sama, akan menghasilkan data yang sama. Dalam penelitian, reliabilitas adalah sejauh mana pengukuran dari suatu tes tetap konsisten setelah dilakukan berulang-ulang terhadap subjek dan dalam kondisi yang sama. Penelitian dianggap dapat diandalkan bila memberikan hasil yang konsisten untuk pengukuran yang sama. Uji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan koefisien formula *alpha cronbach*. Berikut uji reabilitas dalam penelitian ini:

**Tabel 4.3**  
**Hasil Analisis Uji Reliabilitas Sebelum Item Tidak Valid**  
**Dibuang**

Skala	Formula Alpha Cronbach	Jumlah Item
Efikasi Diri	0,910	56
Kejenuhan Akademik	0,853	36

**Sumber: Olah Data SPSS 22 for windows, 2023**

**Tabel 4.4**  
**Hasil Analisis Uji Reliabilitas Setelah Item Tidak Valid**  
**Dibuang**

Skala	Formula Alpha Cronbach	Jumlah Item
Efikasi Diri	0,920	38
Kejenuhan Akademik	0,863	14

**Sumber: Olah Data SPSS 22 for windows, 2023**

Dari hasil analisis uji reliabilitas di atas dapat dipahami kedua variabel dinyatakan reliabel dengan nilai analisis sebelum item efikasi diri tidak valid dibuang sebesar 0,910 sedangkan setelah dilakukan analisis uji reliabilitas dengan nilai 0,920. Sedangkan pada variabel kejenuhan akademik nilai sebelum item tidak valid dibuang dengan nilai 0,853 dan setelah dilakukan uji reliabilitas sebesar 0,863.

## **2. Hasil Uji Deskriptif Statistik Data Penelitian**

Peranan statistik dalam konteks penelitian terletak pada penyediaan teknik untuk mengumpulkan, mengelompokkan, dan menyajikan data agar hasil penelitian lebih dapat dipahami. Statistik berfungsi memberikan alat untuk mengukur populasi, mengidentifikasi variasi, serta memberikan gambaran yang lebih akurat tentang arah suatu variabel dalam penelitian. Berikut hasil uji

statistik dari kedua variabel dalam penelitian ini:

**Tabel 4.5**  
**Deskriptif Data Penelitian**

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Efikasi Diri	59	138	177	146.92	6.249
Kejenuhan Akademik	59	80	117	95.37	4.638
Valid N (listwise)	59				

**Sumber: Olah Data SPSS 22 for windows, 2023**

Selanjutnya dilakukan proses pengkategorian dibagi dalam tiga kategori yaitu rendah, sedang dan tinggi. Untuk menentukan ketiga kategori tersebut, peneliti menggunakan rumus (Saifuddin, 2020), yaitu:

$$\text{Rendah} = X < (M - 1.SD)$$

$$\text{Sedang} = (M - 1.SD) \leq X < (M + 1.SD)$$

$$\text{Tinggi} = (M + 1.SD) \leq X$$

Maka:

a. Efikasi Diri

$$\begin{aligned} \text{Rendah} &= X < (146.92 - 6.24) \\ &= 140.68 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Sedang} &= (146.92 - 6.24) \leq X < (146.92 + 6.24) \\ &= 140.68 \leq X < 153.16 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Tinggi} &= (146.92 + 6.24) \leq X \\ &= 153.16 \leq X \end{aligned}$$

## b. Kejenuhan akademik

$$\begin{aligned} \text{Rendah} &= X < (95.37 - 4.63) \\ &= 90,74 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Sedang} &= (95.37 - 4.63) \leq X < (95.37 + 4.63) \\ &= 90,74 \leq X < 100 \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Tinggi} &= (95.37 + 4.63) \leq X \\ &= 100 \leq X \end{aligned}$$

Berikut rentang frekuensi deskripsi data penelitian yang dapat memberikan gambaran bagaimana data tersebut tersebar mengenai karakteristik skala efikasi diri dan kejenuhan akademik berikut ini:

**Tabel 4.6**  
**Tabel Frekuensi Data Penelitian**

Variabel	Rentang Frekuensi Persentase Data Penelitian		
Efikasi Diri	<b>Rendah</b> ( $X < 140.68$ ) %	<b>Sedang</b> ( $140.68 - 153.16$ ) %	<b>Tinggi</b> ( $153.16 \leq X$ ) %
Kejenuhan Akademik	<b>Rendah</b> ( $Y < 90,74$ ) %	<b>Sedang</b> ( $90,74 - 100$ ) %	<b>Tinggi</b> ( $100 \leq X$ ) %

**Sumber: Olah Data SPSS 22 for windows, 2023**

Efikasi diri: Nilai efikasi diri yang lebih rendah dari 140.68% termasuk dalam kategori rendah, yang berada antara 140.68% hingga 153.16% termasuk dalam kategori sedang, dan yang lebih dari atau sama dengan 153.16% termasuk dalam kategori tinggi. Kejenuhan akademik: Nilai kejenuhan akademik yang kurang dari 90.74% termasuk dalam kategori rendah, yang berada antara 90.74% hingga 100% termasuk dalam kategori sedang, dan yang lebih dari atau sama dengan 100% termasuk dalam kategori tinggi.

**Tabel 4.7 Kategori Efikasi diri**

		<b>Kategori</b>			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	31	52.5	52.5	52.5
	Sedang	24	40.7	40.7	93.2
	Tinggi	4	6.8	6.8	100.0
	Total	59	100.0	100.0	

**Sumber: Olah Data SPSS 22 for windows, 2023**

Dari hasil data ini, terlihat bahwa terdapat total 59 subjek dalam penelitian. Sebanyak 31 orang, atau sekitar 52.5% dari subjek penelitian, memiliki tingkat efikasi diri yang rendah. Ada 24 responden, atau sekitar 40.7%, yang masuk dalam kategori tingkat efikasi diri sedang. Sedangkan hanya 4 responden, atau sekitar 6.8%, yang termasuk dalam kategori tingkat efikasi diri yang tinggi. Selanjutnya, pada kategori tingkat kejenuhan akademik sebagai berikut:

**Tabel 4.8 Kategori Kejenuhan Akademik**

		<b>Kategori</b>			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	1	1.7	1.7	1.7
	Sedang	54	91.5	91.5	93.2
	Tinggi	4	6.8	6.8	100.0
	Total	59	100.0	100.0	

**Sumber: Olah Data SPSS 22 for windows, 2023**

Berdasarkan data yang telah ditampilkan, kita dapat menyimpulkan bahwa terdapat total 59 subjek dalam penelitian ini. Hanya 1 orang responden, atau sekitar 1.7% dari seluruh subjek penelitian, memiliki tingkat kejenuhan akademik yang rendah. Sebagian besar, yaitu 54 responden atau sekitar 91.5%, berada dalam kategori tingkat kejenuhan akademik yang sedang. Sementara itu, hanya 4

responden, atau sekitar 6.8%, yang termasuk dalam kategori tingkat kejenuhan akademik yang tinggi.

### 3. Uji Asumsi Klasik

#### a. Uji Normalitas

Uji normalitas adalah uji yang digunakan untuk mengetahui data yang didapatkan berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan teknik *Kolmogorov-Smirnov Test* dan dengan menggunakan bantuan dari fasilitas komputer yaitu program *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) versi 22 for windows. Data distribusi normal dengan taraf signifikannya adalah  $p > 0,05$  sedangkan data yang berdistribusi tidak normal dengan taraf signifikan  $p < 0,05$  (Noor, 2014).

**Tabel 4.9**  
**Hasil Uji Normalitas**  
**One-Sample Kolmogorov-Smirnov**  
**Test**

		Unstandardized Residual
N		59
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	3.90188554
Most Extreme Differences	Absolute	.229
	Positive	.229
	Negative	-.171
Test Statistic		.229
Asymp. Sig. (2-tailed)		.060 <sup>c</sup>

**Sumber: Olah Data SPSS 22 for windows, 2023**

Dari tabel diatas dapat disimpulkan data berdistribusi normal yang menunjukkan nilai signifikansi 0,060 lebih besar dari 0,05.

### b. Uji Linearitas

Uji linearitas dalam penelitian ini menggunakan bantuan dari fasilitas komputer yaitu program *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) versi 22 *for window*. Taraf signifikan jika antara kedua variabel memiliki hubungan linear adalah  $p > 0,05$  sedangkan jika tidak memiliki hubungan linear taraf signifikannya adalah  $p < 0,05$  (Azwar, 2010).

**Tabel 4.10 Hasil Uji Linearitas Penelitian**  
**ANOVA Table**

			Sum of		Mean		
			Squares	df	Square	F	Sig.
Kejenuhan Akademik	Between	(Combined)	784.001	12	65.333	6.480	.128
* EfikasiDiri	Groups	Linearity	364.763	1	364.763	36.178	.100
		Deviation from	419.238	11	38.113	3.780	.200
		Linearity					
	Within Groups		463.795	46	10.083		
	Total		1247.797	58			

Berdasarkan hasil uji linieritas pada variabel efikasi diri dengan Kejenuhan Akademik diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,200 yang lebih besar dari 0.05. Sehingga dari hasil *output* diatas maka dinyatakan linier atau dapat diartikan terdapat hubungan yang linier antara efikasi diri dengan kejenuhan akademik.

## 4. Uji Hipotesis

Penelitian ini menggunakan analisis korelasi sederhana dengan program SPSS, untuk mengetahui keeratan hubungan antara dua variabel. Koefisien korelasi adalah pengukuran statistik kovarian atau asosiasi antara dua variabel dengan menggunakan metode korelasi pearson. Setelah uji syarat terpenuhi yaitu uji normalitas dan uji linieritas maka selanjutnya akan dilakukan uji korelasi. Uji

korelasi dalam penelitian ini adalah efikasi diri dengan kejenuhan akademik serta menggunakan analisis. Hasil uji korelasi yang menggunakan SPSS 22 for Windows dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

**Tabel 4.11**  
**Hasil Uji Korelasi Sederhana**

Efikasi Diri		Kejenuha Akademik	
Efikasi Diri	Pearson Correlation	1	-.541**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	59	59
Kejenuhan Akademik	Pearson Correlation	-.541**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	59	59

**Sumber: Olah data SPSS version 22 for windows**

Hasil dari korelasi diatas menunjukkan nilai yang signifikan yaitu  $0,000 < 0,05$  yang menyatakan adanya hubungan antara efikasi diri dan kejenuhan akademik. Hasil dari korelasi menunjukkan hubungan negatif yang linier karena berlawanan arah, artinya semakin tinggi efikasi diri maka kejenuhan akademik semakin menurun dan begitu juga sebaliknya. Sesuai dengan pedoman derajat hubungan, hasil dari person korelasi dalam penelitian ini berada dalam kategori yang cukup kuat yaitu 0.541.

## **E. Pembahasan**

Pembahasan ini bertujuan untuk mengetahui hubungan efikasi diri dengan kejenuhan akademik pada siswa Dayah Pesantren Baitul Arqam yang menempuh pendidikan secara formal dan non-formal dengan sistem *boarding*. Berdasarkan

analisis uji hipotesis data maka diperoleh hasil *pearson correlation* sebesar  $-0,541$  dengan  $p = 0,00$  yang menunjukkan bahwa adanya hubungan negatif yang sangat signifikan antara efikasi diri dan kejenuhan akademik pada siswa Dayah Pesantren Baitul Arqam. Hal ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi efikasi diri maka semakin rendah pula kejenuhan akademik pada siswa Pesantren Baitul Arqam, sebaliknya semakin rendah efikasi diri maka semakin tinggi pula kejenuhan akademik pada siswa Pesantren Baitul Arqam.

Berdasarkan analisis data asumsi klasik, pengujian normalitas pada penelitian ini menggunakan teknik Kolmogorov-Smirnov Test sehingga diperoleh nilai yang signifikan yaitu dengan nilai  $0,060 > 0,05$  yang dapat disimpulkan efikasi memiliki hubungan yang negatif terhadap efikasi diri. Kemudian hasil uji linearitas pada hasil uji linieritas pada variabel efikasi diri dengan kejenuhan akademik diperoleh nilai yang signifikan sebesar  $0,200 > 0,05$ . Sehingga hasil output dinyatakan linier antara efikasi diri dengan kejenuhan akademik.

Berdasarkan hasil empirik dari skala efikasi diri diketahui bahwa siswa pesantren Baitul Arqam memiliki efikasi diri pada kata rendah yaitu sebanyak 31 siswa (52,5%), sedangkan dengan kategori sedang sebanyak 24 siswa (40,7%), dan kategori tinggi sebanyak 4 siswa (6,8%). Berdasarkan hasil empirik dari skala kejenuhan akademik diketahui bahwa siswa pesantren Baitul Arqam memiliki efikasi diri pada kata rendah yaitu sebanyak 1 siswa (1,7%), sedangkan dengan kategori sedang sebanyak 54 siswa (91,5%), dan kategori tinggi sebanyak 4 siswa (6,8%).

Berdasarkan analisis yang telah dilakukan peneliti memperoleh hasil bahwa tingkat efikasi diri pada siswa pesantren Baitul Arqam berada pada taraf yang rendah dengan persentase 52.2% sebanyak 31 siswa. Hal ini menunjukkan bahwa rendahnya keyakinan siswa terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan tugas dan mencapai tujuan tertentu (Bandura, 1997).

Tingkat kejenuhan akademik pada siswa pesantren Baitul Arqam berada pada taraf sedang dengan persentase 91,5% sebanyak 54 siswa. Hal ini menunjukkan bahwa siswa pesantren Baitul Arqam mengalami kejenuhan dan kelelahan selama proses belajar mengajar. Persentase ini dipengaruhi oleh faktor-faktor tertentu yang dapat memunculkan kejenuhan akademik pada siswa pesantren Baitul Arqam. Diantaranya adalah adalah cara atau metode belajar yang tidak bervariasi, belajar hanya di tempat tertentu, suasana belajar yang tidak berubah-ubah, kurang aktivitas rekreasi atau hiburan, adanya ketegangan mental dan berlarut-larut pada saat belajar (Hakim, 2004).

Dari paparan yang telah dijelaskan di atas bahwasanya terdapat hubungan negatif yang sangat signifikan antara efikasi diri dan kejenuhan akademik pada siswa Dayah Pesantren Baitul Arqam. Artinya, semakin tinggi efikasi diri siswa, semakin rendah tingkat kejenuhan akademiknya, dan sebaliknya. Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa data efikasi diri dan kejenuhan akademik memiliki distribusi yang cukup normal, sehingga memenuhi asumsi klasik dalam analisis statistik. Hasil uji linearitas menunjukkan bahwa hubungan antara efikasi diri dan kejenuhan akademik bersifat linear, yang berarti perubahan dalam efikasi diri akan berdampak secara konsisten pada tingkat kejenuhan akademik.

Berdasarkan skala efikasi diri, mayoritas siswa Dayah Pesantren Baitul Arqam memiliki tingkat efikasi diri yang rendah, yang mengindikasikan bahwa banyak siswa memiliki keyakinan diri yang kurang dalam menyelesaikan tugas akademik dan mencapai tujuan mereka. Berdasarkan skala kejenuhan akademik, sebagian besar siswa mengalami tingkat kejenuhan yang sedang, yang dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti kurangnya variasi dalam metode belajar, suasana belajar yang monoton, kurangnya aktivitas rekreasi, dan ketegangan mental saat belajar.

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Hasil dari korelasi diatas menunjukkan nilai yang signifikan yaitu  $0,000 < 0,05$  yang menyatakan adanya hubungan antara efikasi diri dan kejenuhan akademik. Hasil dari korelasi menunjukkan hubungan negatif yang linier karena berlawanan arah, artinya semakin tinggi efikasi diri maka kejenuhan akademik semakin menurun dan begitu juga sebaliknya. Sesuai dengan pedoman derajat hubungan, hasil dari person korelasi berada dalam kategori yang cukup kuat yaitu 0.541. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa  $H_a$  diterima yakni terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dengan kejenuhan akademik pada siswa dengan ( $\text{sig} = 0,000$ ).

#### B. Saran

Berdasarkan kesimpulan dan pembahasan yang telah dikemukakan di atas maka ada beberapa saran yang dapat peneliti berikan yaitu:

1. Bagi guru Dayah Pesantren Baitul Arqam hendaknya dapat memberikan dorongan yang kuat terhadap siswa dalam melakukan tugas yang dihadapinya untuk menyelesaikan dengan kepercayaan diri yang tinggi dari diri siswa tersebut sehingga siswa dapat mengukur berapa kemampuan yang dimiliki dan dapat meningkatkan hasil belajar siswa. Namun dalam hal ini diharapkan kepada guru Dayah Pesantren Baitul Arqam untuk mengubah dan mengaplikasikan cara mengajar pada siswa menjadi lebih menyenangkan dan menarik perhatian siswa dengan tujuan agar siswa tidak mengalami kejenuhan dan memiliki rasa penasaran yang tinggi

terhadap ilmu pengetahuan dan menikmati waktu belajar mengajar dengan menyenangkan. Untuk mengubah suasana belajar yang menyenangkan dapat memberikan edukasi atau seminar-seminar yang membangkitkan motivasi belajar dan kehidupan pada siswa.

2. Bagi siswa hendaknya menerima dorongan dan masukan yang diberikan oleh gurunya dan mempunyai kepercayaan diri untuk dapat menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan oleh guru. Dan hendaknya dapat memberikan masukan baik positif dan negatif kepada para pengajar agar dapat menjadi bahan evaluasi pada waktu yang akan datang.
3. Bagi peneliti selanjutnya, melihat penelitian ini masih sangat sederhana dan apa yang dihasilkan dari penelitian ini bukanlah akhir, sehingga perlu diadakan penelitian lebih lanjut lagi karena peneliti hanya meneliti pada kepercayaan diri saja dan sebaiknya memperluas kajian yang diteliti tentang *self efficacy* (efikasi diri).
4. Penelitian tindakan kolaboratif tentang efikasi diri dan kejenuhan akademik memberikan dampak yang positif dan terjadi perbaikan-perbaikan dalam proses pembelajaran. Untuk itu kepada pihak sekolah supaya mengembangkan penelitian-penelitian sejenis yang dapat berkontribusi positif dan mendukung keberhasilan pembelajaran.

### **C. Limitasi Penelitian**

Limitasi atau kelemahan pada penelitian terletak pada proses penelitian. Peneliti menyadari bahwa dalam suatu penelitian pasti terjadi banyak kendala dan hambatan. Salah satu faktor yang menjadi kendala dan hambatan dalam penelitian

ini adalah waktu dan tempat penelitian. Hambatan yang ditemui dalam pelaksanaan penelitian ini adalah ketika siswa sibuk dengan ujian sekolah dan ujian praktik dayah. Sehingga sulit bagi peneliti untuk memberikan kuesioner yang telah disiapkan karena khawatir akan mengganggu jam belajar siswa karena mereka harus belajar untuk mempersiapkan ujian di esok harinya.

Hambatan lain yang dihadapi peneliti adalah ketika siswa sudah libur sekolah, sehingga tidak dapat membagikan kuesioner selanjutnya. Bahkan ketika siswa telah kembali ke Dayah Pesantren Baitul Arqam, peneliti juga harus menunggu kehadiran siswa dikarenakan beberapa siswa tidak dapat kembali ke pondok tepat waktu yang telah ditetapkan oleh pondok karena beberapa alasan dan lain hal.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adawiyah, R., & Blikololong, J. B. (2018). Hubungan antar dukungan sosial dan burnout pada karyawan rumah sakit. *Jurnal Psikologi*, 11 (2), 190-199.
- Arikunto, S. 2006. *Prosedur penelitian*. Edisi Revisi VI. Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2010). *Dasar-dasar Psikometri*. Pustaka Pelajar.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy in changing societies*. New York: W.H. Freeman/Times Books.
- Berliani, Y. M., & Sudrajat, A. (2018). The implementation of character education at MTS nur iman mlangi, Pondok Pesantren al-Huda, Sleman Regency, Yogyakarta. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 9(2).
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2016). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches*. Sage publications.
- Creswell, J. W. (2002). Desain penelitian. *Pendekatan kualitatif & kuantitatif*, Jakarta: KIK, 121-180.
- Dali, Z. (2019). Manajemen mutu pondok pesantren. *At-Ta'lim: Media Informasi Pendidikan Islam*, 12(1), 135-151.
- Diyanti, P. R. (2022). Self-concept dan family support dengan academic burnout pada siswa di masa pandemi. *Indonesian Psychological Research*, 4(1), 51-59.
- Fober. 1988. *Defenisi Kejenuhan Belajar*. *educational psychology*, 25(1), 82-91.
- Hakim, T. (2004). *Belajar Secara Efektif*. Puspa Swara
- Hasbullah, H. (2010). Implementasi pabrik pengajaran (*teaching factory*) untuk meningkatkan kompetensi siswa SMK. In *Konvensi Nasional V Asosiasi Pendidikan Teknologi dan Kejuruan Indonesia 2010*. Ganesha University of Education.
- Hendri, H. (2020). Penguatan pendidikan kewarganegaraan melalui pendidikan pesantren dalam membentuk keadaban moral santri. *Jurnal Kewarganegaraan*, 17(1), 35-50.
- Kusumawati, D., & Istiqomahi, K. (2021). Analisis hubungan beban kerja dengan burnoutsyndrome pada perawat. *Jurnal Keperawatan*, 13 (1), 153-162.
- Kurnia, D. (2021). Dinamika gejala kejenuhan belajar siswa pada proses belajar online faktor faktor yang melatarbelakangi dan implikasinya pada layanan bimbingan keluarga. *Teaching: Jurnal Inovasi Keguruan Dan Ilmu Pendidikan*, 1(1), 1-10.
- Khansa, F., & Djamhoer, T. D. (2020). Hubungan academic self efficacy dengan academic burnout pada mahasiswa di Kota Bandung. *Prosiding Psikologi*, 6(2), 834-839.
- Khaira, N. A. (2018). Penerapan teknik self instruction untuk mengurangi kejenuhan belajar siswa. *Pencerahan*, 12(2), 172-200.

- Larengkeng, T., Gannika, L., & Kundre, R. (2019). Burnout dengan self efficacy pada perawat. *Jurnal Keperawatan*, 7(2).
- Lin, S. H., & Huang, Y. C., 2012. Investigating the relationship between loneliness and learning burnout. *Active Learning in Higher Education*, 13(3), 231-243.
- Maslach, C., & Leiter, M. P. (1997). *The truth about burnout: How organizations cause personal stress and what to do about it*. John Wiley & Sons.
- Muflihah, L.C. & Savira, S. I. (2021). Pengaruh persepsi dukungan sosial terhadap burnout akademik selama pandemi. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8 (02).
- Noor, W. (2014). *Uji validitas dan reliabilitas*. BINUS UNIVERSITY.
- Orpina, S., & Prahara, S. A. (2019). Self-efficacy dan burnout akademik pada mahasiswa yang bekerja. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 3 (2), 119-130.
- Pajares, F. (2006). Self-efficacy during childhood and adolescence. *Self-efficacy beliefs of adolescents*, 5, 339-367.
- Pramesta, D. K., & Dewi, D. K. (2021). Hubungan antara efikasi diri dengan stres akademik pada Siswa di SMA X. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(7), 23- 33.
- Purnamasari, I. (2020). Hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(2), 238-248.
- Ramadhani, N. F., & Qomariyah, N. (2023). Pengembangan butir soal menggunakan wondershare quiz creator pada materi sistem respirasi manusia kelas XI SMA. *Berkala Ilmiah Pendidikan Biologi (BioEdu)*, 12(1), 066-077.
- Rahma, A. N. (2011). Hubungan efikasi diri dan dukungan sosial dengan penyesuaian diriremaja di panti asuhan. *Psikoislamika: Jurnal Psikologi dan Psikologi Islam*, 8(2).
- Rukajat, A. (2018). *Pendekatan penelitian kuantitatif: quantitative research approach*. Deepublish.
- Saifuddin, A. (2020). *Penyusunan skala psikologi*. Pranada Media.
- Santrock, J. W. (2002). Life-span development.
- Santrock, J.W. (2007). *Remaja Edisi Kesebelas Jilid 2*. Erlangga.
- Santrock, J.W. (2007). *Remaja Edisi Kesebelas Jilid 2*. Erlangga.
- Santrock, J.W. (2007). *Remaja Edisi Kesebelas Jilid 2*. Erlangga.
- Schwarzer, R., & Hallum, S. (2008). Perceived teacher self-efficacy as a predictor of job stress and burnout: Mediation analyses. *Applied psychology*, 57, 152-171.
- Siyoto, S., & Sodik, M. A. (2015). *Dasar metodologi penelitian*. literasi media publishing.
- Susilo, A. A., & Wulansari, R. (2020). Sejarah pesantren sebagai lembaga pendidikan islam di Indonesia. *Tamaddun: Jurnal Kebudayaan dan Sastra Islam*, 20(2), 83-96.
- Supriyanto, E. E. (2020). Kontribusi pendidikan pesantren bagi pendidikan karakter di Indonesia. *Jurnal Pendidikan Nusantara*, 1(1), 13-26.

- Sugiarti, E. (2018). Pengaruh kedisiplinan terhadap kinerja pegawai pada Badan Meteorologi Klimatologi dan Geofisika Wilayah II Ciputat. *KREATIF: Jurnal Ilmiah Prodi Manajemen Universitas Pamulang*, 6(3), 49-58.
- Suwartono, C., Amiseso, C. P., & Handoyo, R. T. (2017). Uji reliabilitas dan validitas eksternal the raven's standard progressive matrices. *Humanitas*, 14(1), 1.
- Srivaniwati, Y. (2022). Hubungan efikasi diri dan dukungan sosial dengan kejenuhan akademik pada mahasiswa bimbingan dan konseling universitas negeri makassar yang sedang melaksanakan kuliah online.
- Ulfa, R. (2021). Variabel penelitian dalam penelitian pendidikan. *Al-Fathonah*, 1(1), 342-351.
- Usman, A. S., & Hadi, A. (2022). Manajemen lembaga pendidikan dayah. *Intelektualita*, 10 (02).
- Wastuti, S. N. Y. (2018). Efikasi Diri terhadap Kinerja Karyawan PDAM Tirtanadi Unit Instalasi Pengolahan Air Sunggal. *Biblio Couns: Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan*, 1(2), 35-42.
- Wahyuningrum, S. R. (2020). *Statistika pendidikan (konsep data dan peluang)*. Jakad Media Publishing.
- Winarsunu, T. (2017). *Statistik dalam penelitian psikologi dan pendidikan* (Vol. 1). UMMPress.
- Zimmerman, B. J. (2000). Self-efficacy: An essential motive to learn. *Contemporary*



**SURAT KEPUTUSAN  
DEKAN FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH ACEH  
NOMOR: 050/UM.M6/KEP/F/2023**

**TENTANG**

**PENUNJUKAN DOSEN PEMBIMBING SKRIPSI TAHUN AKADEMIK 2022-2023  
FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH ACEH**

**DEKAN FAKULTAS PSIKOLOG!**

- Menimbang** :
1. Bahwa untuk kelancaran bimbingan skripsi mahasiswa pada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh, maka dipandang perlu menunjuk pembimbing skripsi mahasiswa tahun akademik 2022-2023;
  2. Bahwa namanya yang tercantum dalam surat keputusan ini dianggap cakap dan mampu serta memenuhi syarat untuk diangkat dalam jabatan pembimbing skripsi.
- Mengingat** :
1. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2012, Tentang Pendidikan Tinggi;
  2. Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 8 Tahun 2012 Tentang Kerangka Kualifikasi Nasional Indonesia;
  3. Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 44 Tahun 2015, Tentang Standar Nasional Pendidikan Tinggi;
  4. Surat Keputusan Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi Departemen Pendidikan Nasional Republik Indonesia No. 6007/SK/BAN-PT/Ak-PPJ/S/VI/2021 Menyatakan Bahwa Program Studi Sarjana Psikologi Unmuha Terakreditasi Dengan Peringkat B;
  5. Surat Keputusan Rektor Unmuha Nomor: 494/UM.M/KEP/D/20202 Tanggal 29 Rabiul Akhir 1442 H/14 Desember 2020 M Tentang Pengangkatan Dekan Fakultas Psikologi Unmuha Masa Jabatan 2020-2024.
- Memperhatikan** : Keputusan tim penguji proposal skripsi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh pada bulan Januari 2023

**MEMUTUSKAN**

- Menetapkan Pertama** :
- Menunjuk Saudara;**  
**Sri Nurhayati Selian, S.Psi., M.Ed., Ph.D**  
**Syarifah Zainab, M.Si**  
 Untuk Membimbing Skripsi:  
 Nama : Jarnida  
 NPM : 1909110005  
 Prodi : Psikologi  
 Judul : Hubungan Efikasi Diri dan Kejenuhan Akademik pada Siswa Pasantren Baitul Arqam
- Kedua** : Kepada pembimbing yang tercantum di atas berwenang untuk membimbing SKRIPSI mahasiswa dan diberi honorarium sesuai dengan ketentuan yang berlaku;
- Ketiga** : Surat Keputusan pembimbing ini berlaku hanya satu tahun, terhitung sejak tanggal ditetapkan.
- Keempat** : Segala sesuatu akan diperbaiki dan ditetapkan kembali apabila di kemudian hari ternyata terdapat kekeliruan di dalam keputusan ini.

Ditetapkan di : Banda Aceh  
 Pada Tanggal : 07 Sya'ban 14444 H  
 27 Februari 2023 M



**Bar m a w i, M.Si**  
 NIK: 19700103 200609 1 001

Tembusan:  
 1. Biro Keuangan & Bendahara  
 2. Mahasiswa yang bersangkutan  
 3. Arsip



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH ACEH  
**FAKULTAS PSIKOLOGI**

Status Akreditasi "B" No. 6007/SK/BAN-PT/Ak-PPJ/S/VI/2021

Jl. Muhammadiyah No. 91 Batoh, Lueng Bata

Telp. 085225961113, Banda Aceh - 23245

Email : psikologi@unmaha.ac.id | Homepage : www.psikologi.unmaha.ac.id

Nomor : 319/UM.M6/F/2023  
Lampiran : -  
Hal : Izin Penelitian

Kepada Yth,  
Kepala Dayah Pesantren Baitul Arqam  
Di -  
Tempat

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Dengan hormat,

Berdasarkan surat permohonan tanggal 23 Juni 2023, atas nama :

Nama : Jamida  
NPM : 1909110005  
Semester : VIII (delapan)  
Judul Skripsi : Hubungan Efikasi Diri dan Kejenuhan Akademik pada Siswa Pesantren Baitul Arqam.

Dengan ini kami sampaikan bahwa yang bersangkutan benar sedang dalam proses penyusunan Skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Aceh. Untuk itu, melalui surat ini kami mohon agar diberikan kesempatan kepada mahasiswa yang bersangkutan untuk memperoleh data di instansi yang Bapak/Ibu pimpin.

Demikian surat permohonan ini kami buat, atas perhatian dan kerjasama yang baik, kami ucapkan terima kasih.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

Banda Aceh, 5 Dzulhijjah 1444 H  
23 Juni 2023 M



**Barmawi, M.Si**

NIK: 19700103 200609 1 001



### SKALA I: Efikasi Diri

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Demi mencapai tujuan, saya akan menyusun target dengan resiko yang cukup besar				
2	Saat ujian sekolah dimulai, saya akan membuat target belajar yang lebih baik dari sebelumnya				
3	Saya lebih suka mengikuti alur yang ada dari pada harus bersusah payah menentukan target				
4	Saya tidak perlu bersusah payah membuat target belajar setiap kali ada ujian				
5	Saya akan mencari cara dalam menyelesaikan tugas yang sulit sekali pun				
6	Melakukan kegiatan yang sulit menjadikan saya lebih termotivasi menjadi lebih baik				
7	Saya merasa buntu jika melakukan kegiatan yang sulit				
8	Sulit bagi saya untuk melakukan kegiatan yang baru				
9	Memahami kemampuan diri saya sendiri memudahkan saya mengerjakan tugas dan kegiatan lainnya				
10	Saya melakukan segala sesuatu sesuai dengan kemampuan yang saya miliki				
11	Saya bingung dan bimbang terhadap kemampuan diri saya dalam menyelesaikan tugas sekolah				
12	Saya hanya diam dan tidak melakukan apa pun, karena tidak memahami kemampuan saya dalam berbagai bidang				
13	Saya menyukai kegiatan yang sesuai dengan minat saya				
14	Saya sangat senang jika diberikan kesempatan untuk menyalurkan minat dan bakat saya di sekolah				
15	Saya tidak memiliki minat sama sekali dalam bidang apa pun				
16	Saya merasa bosan dengan pelajaran dan kegiatan sekolah				
17	Saya yakin dapat menyelesaikan tugas sekolah dan dayah dalam satu waktu				
18	Demi mencapai nilai yang baik di sekolah atau pun dayah, saya berusaha lebih dibandingkan dengan teman lainnya				

19	Saya tidak dapat membagi waktu dalam mengerjakan tugas dayah dan sekolah				
20	Saya hanya menerima nilai apa adanya				
21	Saya selalu masuk kelas dan belajar tepat waktu				
22	Saya tidak pernah telat melaksanakan kegiatan dayah dari mulai bangun tidur hingga tidur kembali				
23	Saya merasa enggan dan malas untuk masuk kelas dan belajar				
24	Sering kali saya diberi peringatan karena telat dan tidak melakukan kegiatan dayah dengan baik				
25	Saya selalu tidur dan bangun lebih awal agar tidak terlambat dalam melaksanakan kegiatan di dayah dan sekolah				
26	Saya selalu belajar dan menghafal al-quran di waktu luang				
27	Sering kali saya tidur dan bangun subuh telat meskipun sudah dibangunkan oleh pengasuh asrama				
28	Saya selalu bermain jika ada waktu luang				
29	Saya meminta bantuan kepada teman atau guru dalam mengerjakan tugas yang sulit				
30	Saya berusaha agar selalu bisa menjalankan segala tugas sekolah				
31	Saya tidak mengerjakan tugas sulit yang diberikan oleh guru				
32	Saya merasa kesal jika diberikan tugas yang menurut saya sulit				
33	Saya menerima hukuman yang diberikan ketika melanggar peraturan sekolah dan dayah				
34	Saya tetap makan dengan teratur, walaupun lauk pauk di dayah membuat saya bosan				
35	Saya merasa marah, sedih, dan tidak menerima hukuman meskipun saya melanggar peraturan sekolah				
36	Sering kali saya mengeluh dan tidak makan dalam satu waktu karena tidak menyukai menu dapur				
37	Saya melakukan segala cara yang baik untuk mencapai keinginan saya				
38	Saya belajar dengan bersungguh-sungguh untuk memahami tugas yang diberikan				
39	Sering kali saya mengeluh kepada orang tua karena mengalami kesulitan				

40	Saya hanya belajar di waktu guru mengawasi dan meminta saya untuk belajar				
41	Saya percaya bahwa saya mampu membahagiakan diri saya dalam kondisi apa pun				
42	Saya yakin dapat menjalankan tugas saya sebagai santri meskipun terkadang situasinya sangat sulit untuk dijalani				
43	Sering kali saya ingin menjadi seperti teman saya yang selalu bahagia				
44	Saya ingin kembali ke rumah atau kampung halaman saja setiap kali ada masalah				
45	Saya tidak akan mengulangi kesalahan yang sama seperti sebelumnya (melanggar peraturan sekolah atau pun dayah)				
46	Saya tidak akan melakukan kesalahan seperti yang dilakukan oleh teman lainnya				
47	Saya berulang kali melakukan kesalahan yang sama dan mendapatkan hukuman yang sama dari guru				
48	Saya tidak dapat memastikan untuk tidak melakukan kesalahan yang sama seperti teman saya				
49	Ketika ada tugas, saya berusaha mengerjakannya sendiri				
50	Saya berusaha untuk lebih giat belajar ketika mendapatkan nilai dan pemahaman yang kurang baik				
51	Saya tidak peduli dengan nilai yang kurang baik diberikan oleh guru				
52	Saya menerima nilai yang diberikan oleh guru apa adanya				
53	Walaupun tidak dapat berkomunikasi dengan orang tua setiap waktu, saya yakin dapat menyelesaikan pendidikan di dayah hingga selesai				
54	Saya yakin bisa menjadi anak yang lebih baik dari pada sebelum saya menjadi santri				
55	Seringkali saya merasa khawatir dan tidak mampu dalam menjalankan kegiatan yang telah ditetapkan di dayah				
56	Saya tidak yakin bisa menjadi anak yang baik bagi orang tua saya				

**SKALA II: KEJENUHAN AKADEMIK**

No	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya terlalu malas untuk memikirkan apa yang harus dilakukan hari esok				
2	Saya mencari alasan agar tidak menghindari kegiatan ekstrakurikuler di sekolah				
3	Saya merasa bersemangat dengan aktivitas-aktivitas baru di sekolah				
4	Saya merasa penasaran dengan hari esok				
5	Tekanan tugas-tugas sekolah menyebabkan saya merasa terbebani dan lelah				
6	Saya melakukan pekerjaan asrama dengan terpaksa				
7	Tugas sekolah membuat saya lebih giat belajar				
8	Melakukan pekerjaan asrama membuat saya belajar agar lebih peduli akan kebersihan				
9	Saya kesulitan mengembalikan semangat setelah beristirahat di sekolah, padahal sayasudah istirahat				
10	Saya terlalu lelah mengulang pelajaran yang telah saya pelajari hari ini				
11	Saya bisa bersemangat menjalankan tugas-tugas sebentar				
12	Saya selalu menyempatkan diri untuk mengulang pelajaran yang telah diberikan di sekolah hari ini				
13	Saya lebih memilih tidur dibandingkan dengan olahraga dengan teman-teman				
14	Saya lebih memilih izin keluar dari pesantren untuk membeli jajan dibandingkan olahraga				
15	Kegiatan ekstrakurikuler membuat saya senang dan tidak bosan				
16	Saya lebih memilih untuk melihat teman-teman beraktivitas				
17	Saya memilih untuk diam dari pada bermain dengan teman				
18	Saya lelah berinteraksi dengan teman bahkan hanya sekedar mendengar saja				
19	Berdiskusi dengan teman dan guru membuka wawasan saya lebih dalam				

20	Saya senang mendengarkan dan memberikan saran kepada teman yang bercerita				
21	Saya cenderung mengabaikan teman saya jika ia mulai bercerita				
22	Setiap kali teman bercerita saya selalu mencari aktivitas lainnya untuk menghindarinya				
23	Saya berusaha mendengarkan dan memberikan masukan kepada teman-teman yang bercerita				
24	Saya merasa penasaran dengan aktivitas yang dilakukan oleh teman saya				
25	Saya lebih memilih istirahat dibandingkan mengikuti kelas tambahan				
26	Menyendiri di dalam kamar lebih nyaman bagi saya dibandingkan berdiskusi dengan teman				
27	Saya termotivasi jika meminta masukan atau nasihat dari guru				
28	Ketika saya merasa putus asa, saya akan meminta mendengarkan apa yang saya rasakan				
29	Saya sering merasa tidak mampu dalam mengerjakan tugas-tugas sekolah				
30	Dulu saya memiliki harapan yang tinggi terhadap tugas-tugas sekolah, namun sekarang tidak lagi				
31	Saya selalu berusaha mengerjakan tugas sekolah dengan baik				
32	Saya terus berusaha mengasah kemampuan akademik untuk mempersiapkan tingkat pendidikan selanjutnya				
33	Saya merasa tidak nyaman jika berjalan sendiri tanpa ditemani teman				
34	Saya selalu meminta kepada teman untuk menemani saya kemanapun saya pergi				
35	Saya senang berjalan dan menikmati waktu sendiri dengan tenang				
36	Ketika ada acara di sekolah saya suka dan menikmati waktu ketika tampil di depan				

Initial	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	P23	P24	P25	P26	P27	P28	P29	P30	P31	P32	P33	P34	P35	P36	P37	P38	P39	P40	P41	P42	P43	P44	P45	P46	P47	P48	P49	P50	P51	P52	P53	P54	P55	P56	P57				
X1	1	1	4	1	2	2	3	2	2	3	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	2	2	2	3	4	2	4	4	4	2	3	3	3	3	3	3	2	3	4	4	3	2	3	4	4	3	3	3	2	3	3	3	2	2	4	3	150				
X2	2	4	1	4	3	2	2	1	1	2	2	2	2	3	1	2	2	2	1	2	2	1	1	3	3	2	2	2	4	2	1	3	3	2	4	3	2	1	2	3	3	1	2	3	3	2	2	3	3	1	1	3	3	2	1	140					
X3	2	3	2	3	2	2	3	2	3	4	3	2	3	3	2	2	3	3	2	4	2	1	2	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	3	1	2	4	2	1	4	2	3	3	1	2	2	1	3	2	3	3	2	4	3	3	2	147				
X4	2	3	3	1	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	149			
X5	2	3	3	4	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	4	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	1	146		
X6	1	1	2	4	2	1	3	2	2	3	2	4	3	2	2	4	2	2	4	4	2	2	1	2	3	2	2	2	4	2	2	3	2	3	3	3	1	2	2	4	4	2	2	2	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	146		
X7	1	1	2	2	2	2	2	2	3	2	4	3	4	2	4	3	2	4	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	4	4	3	2	2	4	3	2	2	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	1	3	3	147						
X8	2	4	2	4	2	2	2	2	3	3	3	4	3	1	3	4	2	2	4	4	2	2	1	2	2	2	2	2	4	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	4	4	2	2	2	4	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	146			
X9	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	4	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	1	147		
X10	2	1	1	3	2	1	2	1	1	3	3	2	3	3	2	2	1	3	2	4	2	1	1	1	2	3	1	3	3	3	1	1	3	3	1	2	3	2	1	4	3	3	1	1	2	2	1	3	2	3	3	2	4	3	1	2	139				
X11	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	1	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	2	4	2	2	3	3	2	4	3	2	1	2	2	3	2	2	2	3	2	2	3	3	1	3	3	2	1	146						
X12	1	2	3	3	2	2	3	2	3	4	3	4	3	3	3	2	2	4	4	4	3	3	2	3	3	2	3	4	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	4	4	3	2	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	148				
X13	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	2	4	2	1	4	4	1	2	1	2	2	2	2	2	4	2	2	3	2	3	3	3	1	3	2	4	4	2	2	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	146		
X14	1	1	1	4	2	1	1	2	1	1	2	3	1	1	1	4	1	1	4	4	1	1	1	1	1	2	1	4	2	2	3	1	3	3	3	3	3	1	1	4	4	1	2	2	4	3	3	3	3	2	2	3	3	2	1	3	138				
X15	1	4	2	4	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	4	2	1	3	3	2	2	1	2	2	2	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	2	1	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	4	146					
X16	2	1	2	4	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	1	2	1	2	3	2	2	3	2	4	2	3	3	3	2	1	3	2	2	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	146			
X17	1	4	4	1	2	1	3	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	2	4	4	4	2	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	3	4	2	2	4	3	150							
X18	1	2	4	1	2	3	4	4	3	3	2	4	4	3	4	4	2	4	4	4	2	3	3	3	4	2	4	4	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	2	4	3	4	2	2	3	3	150				
X19	2	1	1	4	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	1	2	2	2	1	2	3	3	2	2	3	4	2	2	2	2	2	4	1	2	1	2	2	1	2	2	3	3	2	1	1	3	2	1	3	3	2	1	140				
X20	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	4	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	1	3	3	1	2	3	3	1	4	3	3	3	1	2	2	1	3	2	3	3	3	4	3	3	2	147				
X21	2	4	4	3	3	3	4	2	4	3	3	3	3	3	3	2	3	4	2	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	149			
X22	2	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	4	1	3	1	146
X23	1	2	2	3	1	2	2	2	2	3	3	2	3	1	1	4	1	3	4	4	2	2	1	2	2	2	2	2	4	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	4	4	2	2	2	4	3	3	3	3	2	2	3	3	2	1	3	3	146			
X24	1	3	3	2	2	2	3	2	2	1	3	3	3	2	2	3	2	3	4	4	2	2	2	2	3	2	3	4	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	147				
X25	2	2	2	3	1	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	2	4	4	2	2	1	1	2	2	2	4	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	4	4	2	2	3	4	3	3	3	3	2	2	3	2	2	1	3	3	146				
X26	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	147			
X27	2	1	1	4	2	1	1	1	3	2	3	1	2	3	2	1	1	3	1	4	3	1	1	1	1	3	1	3	3	3	1	1	3	3	1	2	3	1	3	4	3	2	1	1	2	2	1	1	2	3	3	2	4	3	1	2	139				
X28	2	2	1	3	2	2	2	1	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	3	2	3	2	2	2	4	2	2	3	3	2	4	2	2	1	2	2	3	2	2	3	3	2	3	2	3	1	2	3	2	3	1	146		
X29	2	2	4	2	2	2	3	1	3	2	3	3	3	3	3	1	3	3	3	2	3	3	1	3	3	2	3	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	4	4	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	3	3	148					
X30	2	1	1	4	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	1	1	2	3	1	1	1	2	2	2	2	2	4	1	2	2	3	3	3	3	3	1	1	4	4	1	2	2	4	2	3	3	2	1	2	3	2	2	1	3	140				



Inisial	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19	P20	P21	P22	P23	P24	P25	P26	P27	P28	P29	P30	P31	P32	P33	P34	P35	P36	Total
Y1	4	2	2	2	2	1	1	2	4	4	2	1	1	2	2	3	3	1	2	1	3	3	2	2	3	4	2	1	4	4	2	2	3	2	3	2	95
Y2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	4	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	4	2	1	4	3	96
Y3	2	2	4	3	2	1	4	1	3	2	3	1	1	1	3	2	1	1	4	3	3	1	3	1	1	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	4	93
Y4	2	2	3	2	1	1	3	4	3	3	3	1	1	2	3	2	3	1	3	3	2	2	3	1	1	2	3	3	3	3	3	3	1	2	3	3	93
Y5	2	3	4	4	1	1	3	1	2	2	2	3	1	2	2	3	3	1	4	3	2	2	3	1	1	2	3	2	2	2	3	3	3	2	1	3	92
Y6	1	3	2	3	2	3	1	3	4	4	2	1	1	2	3	3	3	1	2	1	3	3	2	2	3	4	2	1	4	4	2	2	3	2	3	2	95
Y7	1	2	2	2	3	1	1	3	4	4	2	1	2	2	3	3	3	1	2	1	3	3	2	3	2	4	2	1	4	4	2	2	3	2	3	2	95
Y8	1	1	2	2	2	1	1	2	4	4	2	2	1	2	2	3	3	2	2	1	3	3	2	2	2	4	2	1	4	4	2	2	3	2	3	2	95
Y9	1	1	4	3	1	1	3	1	2	2	2	1	1	1	1	3	3	1	4	1	2	2	3	1	1	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	93
Y10	4	3	4	3	2	3	4	3	3	2	3	2	2	3	3	2	1	2	4	3	3	1	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	4	96
Y11	1	2	3	2	2	1	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	4	2	1	3	3	95
Y12	1	3	2	2	3	1	1	2	4	4	2	2	2	2	2	3	3	2	2	1	3	3	2	2	3	4	2	1	4	4	2	2	3	2	3	2	95
Y13	1	3	2	2	2	1	1	2	4	4	2	2	1	2	2	3	3	1	2	2	3	3	2	2	3	4	2	1	4	4	2	2	3	2	3	2	95
Y14	4	3	2	4	4	3	1	4	4	4	2	2	3	4	4	3	3	3	2	4	3	3	2	2	4	4	2	1	4	4	2	2	3	2	4	2	97
Y15	1	2	2	2	3	2	1	2	4	4	2	3	2	2	2	3	3	1	3	1	3	3	2	2	3	4	2	1	4	4	2	2	3	2	3	2	95
Y16	1	2	4	2	2	1	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	4	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	95
Y17	2	2	2	2	3	1	1	2	4	4	2	2	1	2	2	3	3	1	2	1	3	3	2	2	1	4	2	1	4	4	2	2	3	2	3	2	95
Y18	1	2	2	2	3	1	1	2	4	1	2	2	1	2	2	3	3	2	2	4	3	3	2	2	2	4	2	1	4	4	2	2	3	2	3	2	95
Y19	2	2	3	3	3	2	3	4	2	2	3	3	4	3	4	2	3	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	4	2	1	4	3	96
Y20	1	1	4	1	2	1	4	1	3	2	3	1	1	1	3	2	1	1	4	3	3	1	3	1	1	2	3	3	2	3	3	3	1	2	4	4	93
Y21	2	1	3	1	1	1	3	1	3	3	3	1	1	1	1	2	3	1	3	1	2	2	3	3	1	2	3	3	3	3	3	3	3	1	2	3	93
Y22	1	3	4	1	2	1	3	1	2	2	2	1	1	1	1	3	3	1	4	1	2	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	92
Y23	1	2	2	2	2	1	1	2	4	4	2	2	1	1	2	3	3	1	2	2	3	3	2	2	3	4	2	1	4	4	2	2	3	2	3	2	95
Y24	1	2	2	2	2	1	1	2	4	1	2	2	1	2	3	3	3	2	2	1	3	3	2	2	1	4	2	1	4	4	2	2	3	2	3	2	95
Y25	2	3	2	2	2	1	1	2	4	2	2	2	2	2	2	3	3	1	2	1	3	3	2	2	2	4	2	1	4	4	2	2	3	2	3	2	95
Y26	1	1	4	1	2	1	3	1	2	1	2	1	1	1	1	3	3	1	4	3	2	2	3	3	1	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	93
Y27	4	3	4	3	2	4	4	3	3	1	3	2	2	3	4	2	1	2	4	3	3	1	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3	1	2	3	4	96
Y28	2	3	4	3	2	1	3	3	2	4	3	2	3	1	3	2	3	3	3	3	2	2	3	1	2	3	3	2	2	2	3	4	2	1	4	3	95
Y29	3	1	2	2	2	1	1	2	4	1	2	2	1	2	2	3	3	2	2	1	3	3	2	2	3	4	2	1	4	4	2	2	3	2	3	2	95
Y30	2	3	2	2	2	2	1	2	4	1	2	2	2	2	2	3	3	1	2	2	3	3	2	4	1	4	2	1	4	4	2	2	3	2	3	2	95

## LAMPIRAN 7

INISIAL	P1	P2	P4	P5	P6	P8	P12	P13	P14	P15	P16	P20	P25	P35	TOTAL
Y1	3	4	4	4	3	4	3	3	3	2	4	1	3	4	37
Y2	1	2	3	1	1	1	1	1	1	2	2	3	3	1	31
Y3	1	1	3	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	33
Y4	1	3	4	3	2	3	1	2	2	2	1	3	2	3	35
Y5	4	3	3	3	2	4	3	3	3	2	4	3	4	2	107
Y6	1	1	3	3	1	2	4	1	1	1	1	4	1	1	33
Y7	4	2	4	3	2	4	2	3	3	4	1	4	2	2	103
Y8	4	2	3	4	4	2	3	2	3	4	4	2	2	4	39
Y9	2	2	4	3	4	3	3	2	2	4	4	4	2	4	104
Y10	3	3	3	2	3	3	3	2	4	4	3	3	2	4	36
Y11	3	4	4	2	1	4	4	2	4	4	1	4	2	4	117
Y12	1	2	3	1	1	4	2	1	4	2	1	1	1	1	30
Y13	2	1	3	2	1	4	3	1	1	4	1	3	2	4	33
Y14	2	3	3	2	2	3	3	3	4	4	2	3	2	4	36
Y15	2	2	3	2	1	4	3	1	1	4	1	3	1	4	33
Y16	2	2	3	2	1	1	3	2	2	3	1	3	2	2	33
Y17	2	3	4	3	2	3	2	2	2	4	1	3	2	3	32
Y18	4	2	2	3	1	2	1	4	4	2	1	1	2	3	35
Y19	4	2	2	3	1	2	1	2	2	2	1	1	2	3	35
Y20	4	2	2	3	1	2	1	1	2	2	1	1	2	3	35
Y21	2	3	4	3	1	3	3	2	2	4	1	3	1	3	33
Y22	2	3	3	3	2	4	3	1	1	4	2	3	2	4	36
Y23	2	3	3	3	1	3	3	1	1	4	1	3	2	4	35
Y24	4	2	2	3	1	2	1	1	2	2	1	1	1	3	35
Y25	4	2	2	3	1	2	1	2	1	2	1	1	1	3	35
Y26	4	2	4	3	3	2	1	4	3	2	4	1	3	3	37
Y27	4	2	2	3	1	2	1	1	3	2	1	1	2	3	35
Y28	2	3	4	3	1	3	3	2	2	4	2	3	2	3	35
Y29	4	2	2	3	1	2	1	1	4	2	1	1	1	3	35
Y30	4	2	2	2	1	2	1	1	2	2	1	1	3	3	35
Y31	2	3	3	2	2	3	3	2	3	4	2	3	2	4	36
Y32	2	2	3	2	1	1	1	1	1	3	1	3	1	3	33
Y33	2	2	2	1	1	4	1	1	2	3	1	3	1	3	33
Y34	2	3	4	1	1	1	3	1	2	2	1	3	1	1	32
Y35	1	3	3	2	3	3	1	1	2	3	1	1	3	3	35
Y36	1	2	2	3	1	3	1	2	2	3	1	1	2	3	35
Y37	1	1	2	2	1	2	2	1	2	2	2	1	2	3	35
Y38	1	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	33
Y39	4	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	36
Y40	1	2	2	2	1	3	2	2	2	2	2	3	2	3	35
Y41	1	3	2	3	1	2	2	2	2	2	2	1	3	3	35
Y42	1	3	2	2	1	2	2	1	2	2	1	2	3	3	35
Y43	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	37
Y44	1	2	2	3	2	2	3	2	2	2	1	1	3	3	35
Y45	1	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	3	35
Y46	2	2	2	3	1	2	2	1	2	2	1	1	1	3	35
Y47	1	2	2	3	1	2	2	1	2	2	2	4	2	3	35
Y48	2	2	3	3	2	4	3	4	3	4	4	3	3	4	36
Y49	1	1	1	2	1	1	1	1	1	3	1	3	1	4	33
Y50	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	33
Y51	1	3	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	2	3	32
Y52	1	2	2	2	1	2	2	1	1	2	1	2	3	3	35
Y53	1	2	2	2	1	2	2	1	2	3	2	1	1	3	35
Y54	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	1	1	2	3	35
Y55	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	3	1	3	33
Y56	4	3	3	2	4	3	2	2	3	4	2	3	2	3	36
Y57	2	3	3	2	1	3	2	3	1	3	3	3	2	4	35
Y58	3	1	2	2	1	2	2	1	2	2	2	1	3	3	35
Y59	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	3	35

## LAMPIRAN 8



**HASIL DATA OLAH SPSS****(SKALA EFIKASI DIRI)****Hasil Try Out X**

<b>Item-Total Statistics</b>				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X01	285.6333	443.964	-.446	.915
X02	285.1333	419.016	.337	.911
X03	285.0667	396.892	.898	.905
X04	284.4333	466.737	-.725	.922
X05	285.0000	435.448	-.025	.913
X06	285.3667	424.516	.430	.910
X07	284.9333	411.444	.746	.907
X08	285.2667	415.237	.621	.908
X09	284.9000	416.231	.551	.909
X10	284.7000	421.114	.426	.910
X11	284.7333	422.685	.470	.910
X12	284.6333	410.654	.633	.908
X13	284.4667	414.051	.726	.908
X14	284.8000	422.786	.348	.911
X15	285.0000	415.862	.577	.909
X16	284.6000	421.421	.303	.911
X17	285.1000	412.438	.640	.908
X18	284.6667	411.678	.577	.908
X19	284.5333	411.016	.497	.909
X20	284.1000	425.541	.230	.912
X21	285.1333	425.085	.362	.911
X22	285.2667	410.271	.838	.907
X23	285.7333	412.961	.687	.908
X24	285.2000	414.028	.769	.908
X25	284.7333	409.099	.730	.907
X26	284.9667	442.516	-.375	.914
X27	285.0333	409.206	.799	.907
X28	283.9667	421.964	.435	.910

X29	284.7333	418.754	.575	.909
X30	284.6000	448.386	<b>-.392</b>	.917
X31	284.9000	418.921	.531	.909
X32	285.2000	416.648	.670	.908
X33	284.3000	435.183	<b>.000</b>	.912
X34	284.3000	435.183	<b>.000</b>	.912
X35	284.9333	423.375	.382	.910
X36	284.5333	438.464	<b>-.132</b>	.914
X37	284.6667	422.161	.396	.910
X38	285.0000	410.483	.851	.907
X39	284.6000	414.869	.346	.911
X40	283.9667	428.585	<b>.151</b>	.913
X41	284.8333	423.592	.397	.910
X42	284.7667	427.978	.262	.911
X43	284.8000	413.269	.719	.908
X44	284.0667	414.892	.411	.910
X45	284.4000	419.834	.670	.909
X46	284.4667	430.602	.282	.911
X47	284.7667	424.254	.346	.911
X48	284.4667	416.671	.684	.908
X49	285.0333	431.344	<b>.144</b>	.912
X50	284.4000	424.455	.530	.910
X51	284.6000	427.490	.298	.911
X52	284.6667	412.437	.713	.908
X53	284.5333	448.740	<b>-.393</b>	.917
X54	284.7667	441.495	<b>-.308</b>	.914
X55	284.6333	408.861	.791	.907
X56	285.0667	422.202	.315	.911
TOTAL	141.7000	317.390	.861	.911

### Hasil Setelah Gugur Dihilangkan Untuk Uji Validitas

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X02	252.4746	422.323	.257	.863

X03	252.5424	410.218	.700	.857
X06	252.6271	422.859	.421	.862
X07	252.3051	417.423	.633	.860
X08	252.5932	418.797	.533	.860
X09	252.1525	419.959	.437	.861
X10	252.0169	421.741	.430	.861
X11	252.1695	421.074	.471	.861
X12	252.1864	418.534	.405	.861
X13	251.7119	419.519	.537	.860
X14	252.0847	418.286	.498	.860
X15	252.5763	415.110	.538	.859
X16	252.1356	427.085	.168	.865
X17	252.5254	418.598	.506	.860
X18	252.1525	417.028	.487	.860
X19	252.1864	421.913	.264	.863
X21	252.5424	426.252	.276	.863
X22	252.6271	415.617	.633	.859
X24	252.6610	420.193	.460	.861
X25	252.1525	416.373	.518	.860
X27	252.4576	412.701	.612	.858
X28	251.6102	426.207	.269	.863
X29	252.0339	416.895	.552	.860
X31	252.3390	416.676	.576	.860
X32	252.5763	417.041	.568	.860
X35	252.4746	425.219	.301	.863
X37	252.0169	425.258	.285	.863
X38	252.3220	418.636	.512	.860
X39	252.3390	420.331	.257	.864
X41	252.1525	422.994	.357	.862
X42	252.1186	427.210	.276	.863
X43	252.3220	415.739	.571	.859
X44	251.6949	422.802	.246	.864
X45	251.8136	420.327	.570	.861
X46	251.8983	425.507	.426	.862
X47	252.3220	428.532	.197	.864
X48	251.9153	420.803	.537	.861
X50	251.7966	425.992	.454	.862

X51	252.2034	427.889	235	.864
X52	252.2034	422.406	.382	.862
X55	251.9322	413.168	.759	.858
X56	252.6102	423.001	.300	.863
TOTAL	107.8814	256.451	.699	.910

### **Uji Reliabilitas Sebelum Item Tidak Valid Sebelum Dibuang**

<b>Reliability Statistics</b>	
Cronbach's	
Alpha	N of Items
.910	56

### **Uji Reliabilitas Setelah Item Tidak Valid Sebelum Dibuang**

<b>Reliability Statistics</b>	
Cronbach's	
Alpha	N of Items
.920	38

## LAMPIRAN 10

**(SKALA KEJENUHAN AKADEMIK)****Hasil Try Out Y**

<b>Item-Total Statistics</b>				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	177.9333	63.513	.490	.651
VAR00002	177.5333	66.120	.478	.658
VAR00003	176.9000	74.852	<b>-.194</b>	.705
VAR00004	177.4667	64.809	.569	.651
VAR00005	177.6000	66.386	.519	.658
VAR00006	178.3000	62.976	.692	.641
VAR00007	177.6000	73.697	<b>-.122</b>	.708
VAR00008	177.5333	60.740	.765	.630
VAR00009	176.5333	72.671	<b>-.056</b>	.694
VAR00010	177.1333	70.740	<b>.023</b>	.694
VAR00011	177.4000	70.593	<b>.223</b>	.676
VAR00012	177.9333	67.513	.427	.664
VAR00013	178.1667	62.902	.743	.639
VAR00014	177.8000	62.510	.817	.636
VAR00015	177.3333	61.333	.748	.633
VAR00016	177.0667	75.099	<b>-.326</b>	.698
VAR00017	177.0000	75.172	<b>-.253</b>	.701
VAR00018	178.1667	63.868	.659	.645
VAR00019	176.9000	75.128	<b>-.216</b>	.705
VAR00020	177.6333	65.344	.358	.662
VAR00021	177.1000	71.472	<b>.109</b>	.681
VAR00022	177.3667	73.826	<b>-.140</b>	.696
VAR00023	177.2333	73.220	<b>-.099</b>	.689
VAR00024	177.6000	70.593	<b>.109</b>	.682
VAR00025	177.7333	64.547	.522	.652
VAR00026	176.6000	70.593	<b>.073</b>	.686
VAR00027	177.2333	73.220	<b>-.099</b>	.689
VAR00028	178.0333	73.551	<b>-.115</b>	.696
VAR00029	176.6667	73.885	<b>-.132</b>	.702
VAR00030	176.5333	72.671	<b>-.056</b>	.694
VAR00031	177.2333	73.220	<b>-.099</b>	.689

VAR00032	177.1000	71.266	.069	.684
VAR00033	177.2667	75.582	-.255	.706
VAR00034	177.8667	74.947	-.409	.695
VAR00035	176.6667	67.954	.449	.664
VAR00036	177.1000	72.438	-.028	.689
TOTAL	85.1333	57.016	.745	.616

### Hasil Setelah Gugur Dihilangkan

<b>Item-Total Statistics</b>				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	124.23729	105.288	.394	.751
VAR00002	124.22034	108.313	.466	.752
VAR00004	123.81356	105.361	.571	.745
VAR00005	124.05085	108.566	.455	.752
VAR00006	124.93220	105.271	.565	.744
VAR00008	123.98305	103.845	.577	.742
VAR00012	124.44068	107.044	.455	.750
VAR00013	124.74576	105.296	.587	.744
VAR00014	124.32203	105.774	.492	.747
VAR00015	123.81356	103.672	.572	.742
VAR00018	124.81356	104.499	.540	.744
VAR00020	124.22034	106.623	.373	.753
VAR00025	124.50847	108.875	.409	.754
VAR00035	123.44068	109.113	.394	.755
TOTAL	31.10169	56.576	.546	.853

### Uji Reliabilitas Sebelum Item Tidak Valid Sebelum Dibuang

<b>Reliability Statistics</b>	
Cronbach's Alpha	N of Items
.863	14

**(DESKRIPTIF DATA PENELITIAN)**

<b>Descriptive Statistics</b>					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Efikasi Diri	59	138	177	146.92	6.249
Kejenuhan Akademik	59	80	117	95.37	4.638
Valid N (listwise)	59				

**(UJI NORMALITAS)****One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

	Unstandardized Residual
N	59
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	
Mean	.0000000
Std. Deviation	3.90188554
Most Extreme Differences	
Absolute	.229
Positive	.229
Negative	-.171
Test Statistic	.229
Asymp. Sig. (2-tailed)	.060 <sup>c</sup>

**(UJI LINEARITAS)****ANOVA Table**

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Kejenuhan Akademik * Efikasi Diri	Between Groups (Combined)	784.001	12	65.333	6.480	.128
	Linearity	364.763	1	364.763	36.178	.100
	Deviation from Linearity	419.238	11	38.113	3.780	.200
Within Groups		463.795	46	10.083		
Total		1247.797	59			

**(UJI HIPOTESIS)****Correlations**

		Efikasi Diri	Kejenuhan Akademik
Efikasi Diri	Pearson Correlation	1	-.541**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	59	59
Kejenuhan Akademik	Pearson Correlation	-.541**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	59	59

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

## BIODATA PENULIS

### A. PENULIS

Nama : Jarnida  
Pekerjaan : Mahasiswi  
Agama : Islam  
Status : Belum Nikah  
Alamat : Kampung Kerawang, Rusip Antara, Aceh Tengah

### B. RIWAYAT PENDIDIKAN

Jenjang Pendidikan	Nama Institusi	Tahun
SD/ Sederajat	SD Negeri Sibreh	2007-2012
MTs/ Sederajat	MTs Baitul Arqam	2012-2015
MA/ Sederajat	MA Baitul Arqam	2015-2018
Yayasan Tahfizul Quran	Kuntum Indonesia	2018-2019

### C. RIWAYAT ORGANISASI

Nama Organisasi	Jabatan	Tahun
OSBA	Ketua Kebersihan	2015-2016
OSBA	Ketua Keamanan	2016-2017
IMM	Anggota	2019-2022
Aisyiyah Aceh	Anggota	2023

**D. RIWAYAT PEKERJAAN**

<b>Nama Institusi</b>	<b>Jabatan</b>	<b>Tahun</b>
Rumah Quran MRO	Musyrifah Basecamp	2018-2019
Dayah Pesantren Baitul Arqam	Pengasuh Asrama	2021-2023
SMK Asyifa Boarding School	Pengasuh Asrama	2023