

**ANALISIS KORELASI KONSUMSI *SHORT VIDEO* DAN
BURNOUT AKADEMIK MAHASISWA MENGGUNAKAN
*MIXED METHOD'S***



DIPERSIAPKAN OLEH:

Dhyonisius Bosha Lasambouw/211711325

**PROGRAM STUDI SISTEM INFORMASI
FAKULTAS TEKNOLOGI INDUSTRI
UNIVERSITAS ATMA JAYA YOGYAKARTA**

2025

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Berjudul

ANALISIS KORELASI KONSUMSI SHORT VIDEO DAN BURNOUT AKADEMIK MAHASISWA
MENGUNAKAN MIX METHODS

yang disusun oleh

Dhyonisius Bosha Lasambouw

211711325

dinyatakan telah memenuhi syarat pada tanggal 25 Juli 2025

		Keterangan
Dosen Pembimbing 1	: Dr. Fl. Spty Rahayu, S.T., M.Kom.	Telah Menyetujui
Dosen Pembimbing 2	: Generosa Lukhayu Pritalia, S.T., M.Eng.	Telah Menyetujui
Tim Penguji		
Penguji 1	: Dr. Fl. Spty Rahayu, S.T., M.Kom.	Telah Menyetujui
Penguji 2	: Putri Nastiti, S.Kom., M.Eng.	Telah Menyetujui
Penguji 3	: Elisabeth Marsella, S.S., M.Li.	Telah Menyetujui

Yogyakarta, 25 Juli 2025

Universitas Atma Jaya Yogyakarta

Teknologi Industri

Dekan

ttd.

Dr. Ir. Parama Kartika Dewa SP., S.T., M.T.

Dokumen ini merupakan dokumen resmi UAJY yang tidak memerlukan tanda tangan karena dihasilkan secara elektronik oleh Sistem Bimbingan UAJY. UAJY bertanggung jawab penuh atas informasi yang tertera di dalam dokumen ini

LEMBAR PERNYATAAN

KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap : Dhyonisius Bosha Lasambouw

NPM : 21171132

Program Studi : Sistem Informasi

Fakultas : Teknologi Industri

Judul Penelitian : Analisis Korelasi Konsumsi *Short Video* dan *Burnout Akademik Mahasiswa Menggunakan MIXED METHOD'S*

Menyatakan dengan ini:

1. Skripsi ini adalah benar merupakan hasil karya sendiri dan tidak merupakan salinan sebagian atau keseluruhan dari karya orang lain.
2. Memberikan kepada Universitas Atma Jaya Yogyakarta, berupa Hak Bebas Royalti non eksklusif (*Non-Exclusive-Royalty-Free Right*) atas Penelitian ini, dan berhak menyimpan, mengelola dalam pangkalan data, mendistribusikan, serta menampilkan untuk kepentingan akademis, tanpa perlu meminta izin selama tetap mencantumkan nama penulis.
3. Bersedia menanggung secara pribadi segala bentuk tuntutan hukum yang mengikuti atas pelanggaran Hak Cipta dalam pembuatan skripsi ini.

Demikianlah pernyataan ini dibuat dan dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 31-01-2025

Yang menyatakan,

Dhyonisius Bosha Lasambouw

211711325

PRAKARTA

Dengan penuh rasa syukur kepada Tuhan Yesus Kristus, atas berkat dan penyertaan-Nya selama proses penelitian tugas akhir, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Analisis Korelasi Konsumsi *Short Video* dan *Burnout* Akademik Mahasiswa Menggunakan *MIXED METHOD’S*”. Penulis merasa bersyukur atas kesempatan yang diberikan untuk menyelesaikan pendidikan sarjana di Universitas Atma Jaya Yogyakarta. Dalam proses penyusunan tugas akhir, penulis mendapat banyak bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bonivacius Lasambouw dan Meillina Rosanna Hutagalung, selaku keluarga inti penulis yang selalu memberikan doa dan dukungan agar penulis selalu semangat dalam mengerjakan tugas akhir.
2. Bapak Julius Galih Prima Negara, S.Kom., M.Kom selaku Ketua Program Studi Sistem Informasi Universitas Atma Jaya Yogyakarta
3. Ibu Dr. Fl.Spty Rahayu, S.T., M.Kom selaku dosen pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, masukan, dan arahan selama proses penyusunan skripsi.
4. Ibu Generosa Lukhayu Pritalia, S.T., M.Eng. selaku dosen pembimbing II atas saran dan koreksi yang membangun
5. Seluruh responden penelitian yang telah meluangkan waktu untuk memberikan jawaban atas pertanyaan penelitian.
6. Beye, Geby, Yoka, Awan, Abim, Deva, Wahde, Ryan,Intan, dan Sergio yang telah bersedia meluangkan waktu diwawancari dalam penulisan tugas akhir.
7. Fuchen dan eva, selaku teman kos penulis yang senantiasa memberikan semangat dalam proses pengerjaan tugas akhir.

8. Seluruh sahabat WE GO GYM, teman kuliah , teman semasa SMA, dan pihak lainnya yang telah membantu dan memberikan semangat selama proses pengerjaan tugas akhir yang tidak dapat disebutkan satu per satu

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi perbaikan di masa mendatang. Semoga karya tulis ini dapat memberikan manfaat bagi pembaca, khususnya dalam hubungan mengkonsumsi *Short Video* dan *Burnout Akademik Mahasiswa*

Yogyakarta, 12 Juni 2025

Dhyonisius Bosha Lasambouw

INTISARI

Fenomena *burnout* akademik semakin banyak dialami oleh mahasiswa di era modern akibat tekanan akademik dan sosial yang tinggi. Untuk mengurangi stres, banyak mahasiswa mencari hiburan melalui konsumsi video pendek di *platform* seperti TikTok, Instagram Reels, dan YouTube Shorts. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara konsumsi short video dengan *burnout* akademik mahasiswa yang mencakup tiga dimensi, yaitu kelelahan emosional (*emotional exhaustion*), sinisme (*cynicism*), dan penurunan efikasi akademik (*academic inefficacy*). Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan analisis korelasi non-Parametrik Spearman Rank karena data tidak terdistribusi normal. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara konsumsi *short video* dengan *burnout* akademik. Semakin tinggi tingkat konsumsi video pendek, semakin tinggi pula gejala *burnout* yang dialami mahasiswa. Selain itu, ditemukan bahwa ketiga dimensi *burnout* saling berkaitan erat dan saling memperkuat satu sama lain.

Kata Kunci: Korelasi, Video Pendek, Burnout Akademik, Kesehatan Mental

ABSTRACT

The phenomenon of academic *burnout* is increasingly experienced by university students in the modern era due to high academic and social pressures. To relieve stress, many students seek entertainment through short video consumption on *platforms* such as TikTok, Instagram Reels, and YouTube Shorts. This study aims to analyze the relationship between short video consumption and academic *burnout* among students, which includes three dimensions: emotional *exhaustion*, *cynicism*, and academic inefficacy. This research uses a quantitative approach with non-parametric Spearman Rank correlation analysis, as the data are not normally distributed. The results show a significant positive relationship between short video addiction and academic *burnout*. The higher the level of short video consumption, the higher the level of academic *burnout* experienced by students. In addition, the study found that the three dimensions of *burnout* are closely interconnected and mutually reinforcing.

Keywords: *Correlation, Short Video, Academic Burnout, Mental Health*

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
LEMBAR PERNYATAAN	ii
PRAKARTA.....	iii
INTISARI	v
ABSTRACT	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR TABEL.....	x
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Perumusan Masalah	2
1.3 Tujuan Penelitian	2
1.4 Batasan Penlitian	2
1.5 Manfaat Penelitian	3
1.6 Bagan Keterkaitan.....	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	4
2.1 Studi Sebelumnya	4
2.2 Dasar Teori.....	8
2.2.1 <i>Short video</i>	8
2.2.2 <i>Burnout Akademik</i>	8
2.2.3 <i>USVA</i>	8
2.2.4 <i>Emotional Exhaustion</i>	9
2.2.5 <i>Cynicism</i>	9
2.2.6 <i>Academic Ineficaccy</i>	10
2.3 Pengembangan Hipotesis	10
2.3.1 Penggunaan Video Pendek Terhadap <i>Emotional Exhaustion</i>	10
2.3.2 Penggunaan Video Pendek Terhadap <i>Cynicism</i>	10
2.3.3 Penggunaan Video Pendek Terhadap <i>Academic inefficacy</i>	11
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	13

3.1 Tahapan Penelitian	13
3.1.1 Studi Literatur	13
3.1.2 Perumusan Masalah dan Hipotesis	14
3.1.3 Penentuan Populasi dan Sampel	14
3.1.4 Penyusunan Instrumen Kuis	15
3.1.5 Uji Back Translation	19
3.1.6 Uji Validitas dan Realibilitas	20
3.1.7 Pengumpulan Data dan Sampel	21
3.1.8 Pengolahan Dan Analisis Data	21
3.1.9 Menyusun Kesimpulan dan Saran	22
3.2 Metode Penelitian	22
3.2.1 Teknik Pengumpulan Data	22
3.2.2 Teknik Analisis Data	23
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	25
4.1 Hasil Uji Validitas dan Realibilitas	25
4.2 Data Responden	27
4.2.1 Usia	28
4.2.2 Jenis Kelamin	28
4.2.3 Durasi Konsumsi	30
4.2.4 Platform Short video	31
4.2.5 Jenis Konten	32
4.3 Hasil Uji Normalitas	32
4.4 Hasil Uji Korelasi	33
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	38
5.1 Kesimpulan	38
5.2 Saran	38
DAFTAR PUSTAKA	40
LAMPIRAN	44

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 Bagan Keterikatan	3
Gambar 3. 1 Alur Tahapan Penelitian	13
Gambar 4. 1 Usia Responden	28
Gambar 4. 2 Jenis Kelamin	29
Gambar 4. 3 Durasi Konsumsi	30
Gambar 4. 4 <i>Platform</i> Video Pendek	31
Gambar 4. 5 Jenis Konten Video Pendek	32

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Perbandingan Studi Sebelumnya	6
Tabel 3. 1 Variabel Penggunaan Video Pendek Terhadap <i>Burnout</i> akademik	16
Tabel 3. 2 Skala Likert.....	17
Tabel 3. 3 Instrumen Penelitian	17
Tabel 4. 1 Hasil Uji Validitas Instrumen Penelitian	25
Tabel 4. 2 Hasil Uji Realibitas Instrumen Penelitian	27
Tabel 4. 3 Hasil Uji Normalitas	33
Tabel 4. 4 Hasil Uji Korelasi	33