

**HUBUNGAN KELELAHAN EMOSIONAL DENGAN KESEJAHTERAAN
PSIKOLOGIS DALAM PEMBELAJARAN ONLINE PADA MAHASISWA
ANGKATAN 2020 UNIVERSITAS DIPONEGORO**

Echa Dwi Putri Mangopo
15000118110003

Fakultas Psikologi
Universitas Diponegoro

ABSTRAK

Kelelahan emosional disebut sebagai rasa cemas dan tertekan terhadap pekerjaan yang dilakukan sehingga dapat menurunkan efektivitas kinerja. Situasi pandemic menimbulkan perubahan salah satunya pada metode pembelajaran. Tujuan dilakukannya penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara kelelahan emosional dengan kesejahteraan psikologis dalam pembelajaran *online* pada mahasiswa. Pada penelitian ini melibatkan subjek sebanyak 118 mahasiswa angkatan 2020 Universitas Diponegoro. Pengambilan data penelitian dilakukan menggunakan Skala Kelelahan Emosional yang peneliti susun berdasarkan acuan dari teori Maslach (2001). Selain itu, peneliti juga menggunakan *Scale of Psychological Well-Being* (SPWB) yang disusun oleh Ryff (1995) dan telah diterjemahkan oleh Wahyuningsih (2016) dan melewati tahap uji validitas oleh peneliti sebelumnya dengan nilai AGFI = 0.89 (Ryff, 1995) pada single super faktor dan nilai reliabilitas alpha Cronbach = 0.878 (Wahyuningsih, 2016). Berdasarkan hasil analisis dengan menggunakan metode *Korelasi Spearman Rank* serta bantuan program *JASP 0.16.0.0 for windows* didapatkan nilai korelasi sebesar -0,027 dengan nilai signifikansi sebesar 0,775 (> 0.05) sehingga disimpulkan bahwa kelelahan emosional tidak memiliki korelasi terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa.

Kata kunci: Kelelahan Emosional, Kesejahteraan Psikologis, Mahasiswa

**THE RELATIONSHIP OF EMOTIONAL EXHAUSTION WITH
PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN ONLINE LEARNING FOR THE
STUDENTS IN THE PERIOD 2020 UNIVERSITAS DIPONEGORO**

Echa Dwi Putri Mangopo

15000118110003

**Faculty of Psychology
Diponegoro University**

ABSTRACT

Emotional exhaustion referred to an anxious feeling and a depressed about the work being done so it can reduce the effectiveness of performance. There are some changes in the pandemic situations, and one of them is the learning method. This research aimed to determine the relationship between emotional exhaustion and psychological well-being in online learning for students. This study involved 118 students in period 2020 at Universitas Diponegoro. The research data was collected using the Emotional exhaustion Scale which the researchers compiled based on the reference from Maslach's (2001) theory. Furthermore, the researcher also used the Scale of Psychological Well-Being (SPWB) compiled by Ryff (1995) and translated by Wahyuningsih (2016) and passed the validity test stage by previous researchers with an AGFI value = 0.89 (Ryff, 1955) on a single super factor and Cronbach's alpha reliability value = 0.878 (Wahyuningsih, 2016). Based on the results of the analysis using the Spearman Rank Correlation method and the help of the JASP program 0.16.0.0 for windows, the correlation value is -0.027 with a significance value of 0.775 (> 0.05) so it is concluded that emotional exhaustion does not correlate with the psychological well-being of students.

Keywords: *Emotional Exhaustion, Psychological Well-Being, Students*