

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self disclosure* dengan *burnout* pada mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung angkatan 2018–2021 yang sedang mengerjakan skripsi. Subjek penelitian berjumlah 123 mahasiswa yang dipilih dengan teknik sampling jenuh. Instrumen yang digunakan adalah *Revised Self-Disclosure Scale* (RSDS) dan *Maslach Burnout Inventory-Student Survey* (MBI-SS). Metode penelitian yang diterapkan adalah kuantitatif dengan desain korelasional, serta analisis data menggunakan regresi linier sederhana melalui program SPSS versi 27. Hasil analisis deskriptif menunjukkan mayoritas mahasiswa berada pada kategori *self disclosure* sedang (84,6%) dan *burnout* sedang (50,4%). Hasil analisis inferensial menemukan adanya hubungan negatif yang signifikan dan sangat kuat antara *self disclosure* dengan *burnout*. Artinya, semakin tinggi tingkat *self disclosure* mahasiswa, maka semakin rendah tingkat *burnout* yang dialami, begitu pula sebaliknya. Kesimpulannya, *self disclosure* berperan penting dalam mengurangi tingkat *burnout* pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. Temuan ini mengindikasikan pentingnya keterbukaan diri dalam memperoleh dukungan sosial, sehingga mahasiswa dapat lebih efektif menghadapi tekanan akademik.

Kata kunci: *self disclosure*, *burnout*, mahasiswa, skripsi

Abstract

This study aims to examine the relationship between self-disclosure and burnout among students of the Faculty of Psychology, UIN Sunan Gunung Djati Bandung, class of 2018–2021, who are currently working on their thesis. The subjects consisted of 123 students selected using saturated sampling. The instruments used were the Revised Self-Disclosure Scale (RSDS) and the Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS). This research applied a quantitative approach with a correlational design, and the data were analyzed using simple linear regression with SPSS version 27. The descriptive analysis results showed that the majority of students were in the moderate category of self-disclosure (84.6%) and burnout (50.4%). The inferential analysis revealed a significant and strong negative relationship between self-disclosure and burnout. This indicates that the higher the students' level of self-disclosure, the lower the burnout they experience, and vice versa. In conclusion, self-disclosure plays an important role in reducing burnout among students completing their thesis. This finding highlights the significance of openness in gaining social support, which helps students cope more effectively with academic pressures.

Keywords: *self-disclosure, burnout, students, thesi*

