

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, Karimuddin, dkk. (2022). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Aceh: Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Adi, Retno Wulandari. (2024). Penerimaan Mahasiswa Baru Jalur UTBK SNBT Telah Dibuka, Siswa SMA/SMK/MA Perebutkan 40% Kuota PTN. Diakses pada tanggal 31 Mei 2024, dari <https://www.melintas.id/pendidikan/344472287/penerimaan-mahasiswa-baru-jalur-utbk-snbt-telah-dibuka-siswa-smasmkma-perebutkan-40-kuota-ptn>
- Agustina, Alifaiza Fidria. (2023). *Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Academic burnout Pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gresik Yang Aktif Bekerja Dengan Kuliah*. Undergraduate Thesis, Universitas Muhammadiyah Gresik.
- Aini, Nurul & Sulaiman. (2024). Gambaran *Academic burnout* Mahasiswa Tingkat Akhir yang Bekerja. *Journal of Public Health Science (JoPHS)*, 1(2), 181-186.
- Aprilie, Theresia & Ihsan, Dian. (2023). Perjuangan Fahmi, Sempat “Gap year” Hingga Lolos FK Undip. Diakses pada tanggal 19 Mei 2024, dari <https://www.kompas.com/edu/read/2023/12/01/142021771/perjuangan-fahmi-sempat-gap-year-hingga-lolos-fk-undip?page=all>
- Arafah, Kaharuddin (2017). *Bahan Kuliah Teori Tes*. Makassar: Universitas Negeri Makassar.
- Aru, Siti P. O. & Wulandari, Nanda Y. (2024). Kegigihan dan *Academic burnout* pada Mahasiswa yang Sedang Menyelesaikan Skripsi. *Prosiding Seminar Nasional, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta*, 635-643.
- Azwar, S. (2011). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Biremanoe, Mariam E. (2021). Burnout Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir. *Prosiding Seminar Nasional Transformasi Pendidikan di Era Merdeka Belajar: Menjawab Tantangan pada Masa dan Pasca Pandemi*, 3(2), 165-172.
- Borghans, L., Duckworth, A. L., Heckman, J. J., & ter Weel, B. (2008). The Economics and psychology of personality traits. *Journal of Human Resources*, 43(4), 972-1059.

- Creswell. (2014). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches (4th Edition)*. Newbury Park: Sage Publication.
- Duckworth, Angela L., dkk. (2007). *Grit: Perseverance and Passion for Long-Term Goals*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 92(6), 1087-1101.
- Duckworth, A. L. (2016). *Grit: The Power of Passion and Perseverance*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Fun, Lie F., Mikarsa, Hera L., & Putri, Dian K.. (2023). Gambaran *Grit* pada Mahasiswa di Indonesia. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 13(3), 240-249.
- Guilford, J.P. 1956. *Fundamental Statistic in Psychology and Education*. 3rd Ed. New York: McGraw-Hill Book Company, Inc.
- Hanifuddin, Ibrahim M. & Cahyono, Rudi. (2021). Hubungan antara *Social Comparison* dengan *Self Esteem* pada Alumni SMA/ sederajat yang Menjalani *Gap year*. *Buletin Penelitian Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1(1), 859-869.
- Hardiyanti, St. A., Ahkam, Muhammad & Irdianti. (2023). *Grit* dan Hasil Belajar pada Siswa SMA. *Jurnal Psikologi Talenta Mahasiswa*, 3(2), 112-121.
- Hasbillah, Muhamad Sani Rosyad. (2022). *Burnout Akademik* pada Mahasiswa yang Sedang Menempuh Tugas Akhir. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(6), 122-132.
- Hidayat, Qur'anul. (2023). Jumlah Pendaftar 803.852, Peserta UTBK-SNBT yang Lulus Hanya 27,77 Persen. Diakses pada tanggal 19 Mei 2024, dari <https://edukasi.okezone.com/read/2023/06/20/65/2833996/jumlah-pendaftar-803-852-peserta-utbk-snbt-yang-lulus-hanya-27-77-persen>
- Hobfoll, S. E. (1989). Conservation of Resources Theory. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 8(4), 516-519.
- Hofmann, W. I. L. H. E. L. M., & Vohs, K. D. (2016). Desire and selfregulation. *Handbook of self-regulation. Research, theory, and applications*.
- Jessica, Eva. (2022). Perbedaan SBMPTN 2022 dan SNBT 2023. Diakses pada tanggal 19 Mei 2024, dari <https://www.zenius.net/blog/perbedaan-sbmptn-dan-snbt>
- Purnama, D. (27 Mei 2025). Hasil SNBT 2025 Resmi Diumumkan, 17.250 Peserta UTBK di ITB Menanti Kelulusan. Diakses pada tanggal 20 Juni 2025, dari <https://itb.ac.id/berita/hasil-snbt-2025-resmi-diumumkan-17250-peserta->

utbk-di-itb-menanti-kelulusan/62398#:~:text=Para%20peserta%20ini%20bersaing%20memper-
ebutkan,penerimaan%20sebesar%2029%2C43%25.

- Khairunisa, Sefyana. (2024). Mengatasi *Academic burnout* di Lingkungan Pendidikan Tinggi. Diakses pada tanggal 26 Mei 2024, dari <https://greennetwork.id/ikhtisar/mengatasi-academic-burnout-di-lingkungan-pendidikan-tinggi/>
- Khansa, Farah & Djamhoer, Temi D. (2020). Hubungan *Academic Self Efficacy* dengan *Academic burnout* pada Mahasiswa di Kota Bandung. *Prosiding Psikologi*, 6(2), 834-839.
- Krisnawati, Ega. (2023). Kuota SNBT 2023 Paling Besar Dibanding Kuota SNBP-Mandiri SNPMB. Diakses pada tanggal 19 Mei 2024, dari <https://tirto.id/kuota-snbt-2023-paling-besar-dibanding-kuota-snbp-mandiri-snpmb-gBTS>
- Kunaefi, Putri. (21 Juni 2023). *Gap year* vs Stigma Masyarakat. Diakses pada tanggal 23 Oktober 2024, dari <https://kumparan.com/putrikunaefi/gap-year-vs-stigma-masyarakat-20dlGDydV6A>
- Laksono, Dimas. (24 November 2022). Lelah Fisik dan Mental Tanda Emotional Burnout, Ini Penyebab, Ciri, dan Cara Mengatasinya. Diakses pada tanggal 12 Desember 2024, dari <https://www.klikdokter.com/psikologi/kesehatan-mental/penyebab-emotional-burnout-cara-mengatasi>
- Lemeshow. (1997). *Besar Sampel Dalam Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta, UGM.
- Lyliana, Lea. (2023). Mulai dari Universitas Sampai Politeknik, Ini Bedanya 5 Jenis Perguruan Tinggi di Indonesia. Diakses pada tanggal 19 Mei 2024, dari <https://www.hipwee.com/sukses/jenis-perguruan-tinggi/>
- Maharani, Afrida Cahya. (2022). Tips Jitu Atasi Burnout ala Zahid Azmi Ibrahim! Diakses pada tanggal 19 Mei 2024, dari <https://osc.medcom.id/community/tips-jitu-atasi-burnout-ala-zahid-azmi-ibrahim-3799>
- Mashabi, Sania & Prastiwi, Mahar. (14 Desember 2024). Bisakah Siswa ”Gap Year” Daftar SNPMB 2025? Ini Jawabannya. Diakses pada tanggal 13 Juli 2025, dari <https://www.kompas.com/edu/read/2024/12/14/085019371/bisakah-siswa-gap-year-daftar-snpmb-2025-ini-jawabannya>

- Maulana, Bina Inayatu. (2020). Hubungan Antara *Grit* dan *Academic burnout* pada Mahasiswa Teknik Arsitektur Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. Skripsi, Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Merinda, Sintya & Arisandy, Desy. (2023). Hubungan Kontrol Diri dengan *Academic burnout* pada Mahasiswa-Bekerja. *Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling*, 516-522. ISSN: 2442-7802.
- Mukhlisa, Nurul. (2023). Validitas Tes. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Sekolah Dasar*, 2(1), 142-147.
- NN. (2024). 10 Alasan Masuk Universitas Negeri untuk Pendidikan Tingkat Tinggi. Diakses pada tanggal 19 Mei 2024, dari <https://kumparan.com/kabar-harian/10-alasan-masuk-universitas-negeri-untuk-pendidikan-tingkat-tinggi-2250hBsqqmgv>
- NN. (2024). *Gap year* Kuliah Adalah: Memahami Jeda Akademis dan Manfaatnya. Diakses pada tanggal 10 Desember 2024, dari <https://www.liputan6.com/feeds/read/5783784/gap-year-kuliah-adalah-memahami-jeda-akademis-dan-manfaatnya?page=3>
- NN. (2023). 3 Penyebab Terbesar Gagal di UTBK SNBT dan Cara Menghindarinya. Diakses pada tanggal 22 Oktober 2024, dari <https://skolla.online/blog/tiga-penyebab-terbesar-gagal-di-utbk-snbt-dan-cara-menghindarinya/>
- NN. (2019). Siswa Rentan Alami Stres Akademik. Diakses pada tanggal 18 Desember 2024, dari https://ugm.ac.id/id/berita/18172-siswa-rentan-alami-stres-akademik/?utm_source=chatgpt.com
- Nanda, Salsabila. (2024). Mau *Gap year*? Ini Manfaat dan Kegiatan yang Kamu Peroleh. Diakses pada tanggal 22 Oktober 2024, dari <https://www.brainacademy.id/blog/gap-year-itu-apa>
- Prihatina, Ratih. (2022). Mengenal *GRIT*, Kombinasi Kekuatan Passion dan Ketabahan untuk Sukses di Dunia Kerja. Diakses pada tanggal 31 Mei 2024, dari <https://www.djkn.kemenkeu.go.id/artikel/baca/15039/Mengenal-GRIT-Kombinasi-Kekuatan-Passion-Dan-Ketabahan-Untuk-Sukses-Di-Dunia-Kerja.html>
- Purbowati, Deni. (2021). *Gap year*: Boleh atau Tidak? Diakses pada tanggal 19 Mei 2024, dari <https://akupintar.id/info-pintar/-/blogs/gap-year-boleh-atau-tidak>
- Rahmawati, Eka. (2022). Jenis Perguruan Tinggi di Indonesia yang Wajib Kamu Tahu. Diakses pada tanggal 19 Mei 2024, dari <https://nusamandiri.info/jenis-perguruan-tinggi-di-indonesia/>

- Reis, Dorota, Xanthopoulou, Despoina & Tsaousis, Ioannis. (2015). Measuring Job and Academic burnout With the Oldenburg Burnout Inventory (OLBI): Factorial Invariance Across Samples and Countries. *Burnout Research*, 2(1), 8-18.
- Rifda, Arum. (2021). *Gap year: Perspektif, Manfaat, Plus Minus, dan Tips*. Diakses pada tanggal 22 Oktober 2024, dari <https://www.gramedia.com/best-seller/gap-year/>
- Rizkiyah, Nuraini. (2024). *Grit dan Academic burnout pada Mahasiswa Akuntansi dengan Self-Efficacy sebagai Variabel Mediasi*. Thesis, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Negeri Malang.
- Robertson-Kraft, C., & Duckworth, A. (2014). True *grit*: Trait-level perseverance and passion for long-term goals predicts effectiveness and retention among novice teachers. *Teachers College Record*, 116(3), 1–27.
- Rumapea, Lestari R. R. & Rahayu, Maria N. M. (2022). Hubungan antara *Self-Efficacy* dengan *Academic burnout* pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Talenta*, 8(1), 27-36.
- Salma, Zahrah Firyal. (2024). Mengenali Tanda-tanda Burnout dalam Persiapan UTBK dan Cara Mengatasinya. Diakses pada tanggal 26 Mei 2024, dari <https://skuling.id/tanda-tanda-burnout-dalam-persiapan-utbk/>
- Santoso, S. (2001). *Statistik Non Parametrik*. Jakarta: Alex Media Komputindo.
- Sari, Putri Purnama. (2022). Ini Kelebihan dan Kekurangan *Gap year*, Kamu Sudah Tahu? Diakses pada tanggal 19 Mei 2024, dari <https://www.medcom.id/pendidikan/news-pendidikan/xkEjMMpK-ini-kelebihan-dan-kekurangan-gap-year-kamu-sudah-tahu>
- Sarwono, J. (2012). *Metode Riset Skripsi Pendekatan Kuantitatif: Menggunakan Prosedur SPSS*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- SatuPersen. (4 Maret 2024). Mengenal Kelelahan Emosional: Gejala, Penyebab, dan Solusi. Diakses pada tanggal 12 Desember 2024, dari <https://satupersen.net/blog/mengenal-kelelahan-emosional-gejala-penyebab-dan-solusi>
- Schaufeli, W. B. (2002). Burnout and Engagement in University Students: A CrossNational Study. *Journal of Cross-Cultural Psychology*.

- Sigmundsson, H. dkk. (2020). Passion, Grit and Mindset in Young Adults: Exploring the Relationship and Gender Differences. *New Ideas in Psychology*, 59.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Tim Berita Jatim. (2023). 5 Alasan Kenapa Perguruan Tinggi Negeri Dianggap Lebih Bagus dari Swasta. Diakses pada tanggal 19 Mei 2024, dari <https://beritajatim.com/ragam/5-alasan-kenapa-perguruan-tinggi-negeri-dianggap-lebih-bagus-dari-swasta/>
- Wijaya, S. Pd. (2024). Keunggulan Lulus Jalur SNBP-SNBT VS Jalur Mandiri 2024/2025. Diakses pada tanggal 31 Mei 2024, dari https://www.pendaftaran.net/2022/11/keuntungan-lulus-jalur-prestasitertulis.html#google_vignette
- Zenius Education. (28 Agustus 2019). Memilih 'Gap year' Bukanlah Masalah. Diakses pada tanggal 23 Oktober 2024, dari <https://kumparan.com/zenius-education/memilih-gap-year-bukanlah-masalah-1rkn2VSlrNd>