

PENGARUH EFIKASI DIRI TERHADAP BURNOUT AKADEMIK PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR

Zakiah Nurfadilah¹ Muhammad Erwan Syah²

RINGKASAN

Mahasiswa tingkat akhir merupakan mahasiswa yang telah melewati beberapa mata kuliah di setiap semesternya. Mahasiswa tingkat akhir dituntut untuk menyelesaikan skripsi tepat waktu. Tuntutan skripsi yang tinggi dapat menimbulkan kelelahan yang merujuk pada *burnout* akademik. Faktor *burnout* akademik ini adalah efikasi diri. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya pengaruh efikasi diri terhadap *burnout* akademik pada mahasiswa tingkat akhir. Metode penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan metode analisis regresi linear berganda. Sampel penelitian ini mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi dengan rentang usia 20-25 tahun yang didapatkan melalui teknik *purposive sampling*. Alat pengumpulan data menggunakan skala efikasi diri yang dimodifikasi dari Amalia (2021) berdasarkan teori Albert Bandura (1997) dengan dimensi yaitu tingkat, keluasan dan kekuatan. Kemudian skala *burnout* akademik yang dimodifikasi dari Arlinkasari dan Akmal (2017) berdasarkan *Maslach Burnout Inventory–Student Survey* yang diciptakan Schaufeli dkk (2002) dengan dimensi yaitu *exhaustion*, *cynicism*, dan *professional efficacy*. Hasil penelitian ini yaitu variabel efikasi diri dan variabel *burnout* akademik pada uji hipotesis mendapatkan nilai sig 0,000, 0,042 dan 0,000 < 0,05 artinya variabel tersebut berpengaruh dan hipotesis yang diajukan oleh peneliti diterima. Artinya, bahwa semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki mahasiswa tingkat akhir, maka akan semakin rendah terjadinya *burnout* akademik dan sebaliknya.

Kata kunci: efikasi diri, *burnout* akademik, mahasiswa tingkat akhir

¹ Mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

² Dosen Program Studi Psikologi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

THE INFLUENCE OF SELF-EFFICACY ON ACADEMIC BURNOUT IN FINAL LEVEL STUDENTS

Zakiyah Nurfadilah¹ Muhammad Erwan Syah²

ABSTRACT

Final year students are students who have passed several courses each semester. Final year students are required to complete their thesis on time. High thesis demands can cause fatigue which refers to academic burnout. This academic burnout factor is self-efficacy. The aim of this research is to determine the influence of self-efficacy on academic burnout in final year students. This research method uses quantitative research with multiple linear regression analysis methods. The research sample was final year students who were working on their thesis with an age range of 20-25 years obtained through purposive sampling technique. The data collection tool uses a self-efficacy scale modified from Amalia (2021) based on the theory of Albert Bandura (1997) with dimensions namely level, breadth and strength. Then the academic burnout scale was modified from Arlinkasari and Akmal (2017) based on the Maslach Burnout Inventory–Student Survey created by Schaufeli et al (2002) with dimensions namely exhaustion, cynicism, and professional efficacy. The results of this research, namely the self-efficacy variable and the academic burnout variable in the hypothesis test, obtained sig values of 0.000, 0.042 and $0.000 < 0.05$, meaning that these variables had an effect and the hypothesis proposed by the researcher was accepted. This means that the higher the self-efficacy that final year students have, the lower the occurrence of academic burnout and vice versa.

Keywords: *self efficacy, academic burnout, final year students*

¹ Student of Psychology Study Program, Jenderal Achmad Yani University, Yogyakarta

² Lecturer of the Psychology Study Program, Jenderal Achmad Yani University, Yogyakarta