



**PENGARUH *ACADEMIC SELF-EFFICACY* TERHADAP
ACADEMIC BURNOUT PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR
DI MASA PANDEMI COVID-19**

TUGAS AKHIR

**Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Menyelesaikan Program Sarjana (S1) Pada
Program Studi Psikologi**

Disusun Oleh :

SANIA ZALFASARI

46118010105

UNIVERSITAS MERCU BUANA

FAKULTAS PSIKOLOGI

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

2022

HALAMAN PENYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sania Zalfasari

NIM : 46118010105

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Magang/Skripsi/Tesis/Disertasi : PENGARUH ACADEMIC SELF-EFFICACY TERHADAP ACADEMIC BURNOUT PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI MASA PANDEMI COVID-19

Menyatakan bahwa Laporan Magang/Skripsi/Tesis/Disertasi ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan plagiat, serta semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar. Apabila ternyata ditemukan di dalam Laporan Magang/Skripsi/Tesis/Disertasi saya terdapat unsur plagiat, maka saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

UNIVERSITAS
MERCU BUANA

Jakarta, 15 Dec. 2022



Sania Zalfasari

HALAMAN PENGESAHAN UNTUK PROGRAM SARJANA

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Sania Zalfasari
NIM : 46118010105
Program Studi : S1 Psikologi
Judul Laporan Skripsi : Pengaruh *Academic Self-Efficacy* terhadap *Academic Burnout*

pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Masa Pandemi *Covid-19*

Telah berhasil dipertahankan pada sidang di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Strata 1 pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh:

Pembimbing : Dhani Irmawan, S.Psi., M.Sc
NIDN : 0308018301
Ketua Penguji : Dr. Irfan Aulia Syaiful, M.Psi., Psikolog
NIDN : 0330058304
Penguji : Maria Ulfa, M.Psi., Psikolog
NIDN : 0312038501



Jakarta, 29 September
2022Mengetahui,

Dekan



(Dr. Setiawati Intan Savitri, M.Si)

Ketua Program Studi



UNIVERSITAS
MERCU BUANA

(Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog)



PSI 07210375

Please Scan QR
Code Verify

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Tugas Akhir dengan judul “Pengaruh *Academic Self-Efficacy* terhadap *Academic Burnout* Mahasiswa Tingkat Akhir di Masa Pandemi Covid-19”.

Ketertarikan penulis pada topik ini didasari oleh keingintahuan penulis terkait dengan *academic burnout* yang dapat mempengaruhi *academic self-efficacy* terhadap mahasiswa tingkat akhir di masa pandemic ini . Penelitian ini bertujuan membuktikan bahwa terdapat pengaruh *academic burnout* terhadap *academic self-efficacy* pada mahasiswa tingkat akhir di masa pandemic.

Saya menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan Tugas Akhir ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan Tugas Akhir ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr. Setiawati Intan Savitri, M.Si, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
2. Ibu Yenny, M.Psi., Psikolog, selaku Wakil Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
3. Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi., P.si, selaku Ketua Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.
4. Bapak Dhani Irmawan, S.Psi., M.Sc, selaku Sekretaris Program Studi Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana dan selaku Dosen Pembimbing saya yang telah membimbing, memberi dukungan, membantu saya, dan memberikan ilmu baru dalam penulisan tugas akhir ini sehingga dapat diselesaikan dengan baik.
5. Untuk kedua orang tua saya yaitu Ayah saya Firmansyah dan Ibu saya Pipin Suminarsari yang sudah memberi dukungan, menyemangati, mendoakan agar

dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini. Serta Adik saya, M. Rayhan Apriansyah yang sudah bersabar dan mendukung saya untuk menyelesaikan Tugas Akhir ini.

6. Nada, Thalita, Kayla, Ina, dan Daffa selaku teman seperjuangan saya yang telah sudah membantu, menyemangati dan menghibur saya selama ini sampai proses penelitian hingga proses penyusunan Tugas Akhir dapat diselesaikan.
7. Ayunda, Aya, Febi, Andhika, Silvia, Chika, Reza, dan Paang selaku sahabat saya yang sudah menyemangati, menemani pekerjaan Tugas Akhir ini, dan menghibur selama proses penelitian hingga proses penyusunan Tugas Akhir ini dapat diselesaikan.
8. Maria selaku teman terdekat saya yang sudah mendengarkan keluh kesah, menyemangati, mendampingi, selalu bersabar, dan menghibur selama proses penelitian hingga proses penyusunan Tugas Akhir ini dapat diselesaikan.
9. Semua pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan Tugas Akhir ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.
10. Dan yang terakhir, untuk diri saya yang sudah tidak menyerah, tetap berjuang, dan berusaha semaksimal mungkin untuk menyelesaikan Tugas Akhir ini.

Penulis menyadari bahwa karya ilmiah ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu penulis membuka diri untuk segala saran dan kritik yang membangun.

Akhirnya, semoga Tugas Akhir ini dapat bermanfaat bagi yang membutuhkan.

Jakarta, 23 Agustus 2022

Sania Zalfasari

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Universitas Mercu Buana, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sania Zalfasari

NIM : 46118010105

Program Studi : Psikologi

Judul Laporan Magang/Skripsi/Tesis/Disertasi : PENGARUH ACADEMIC SELF-EFFICACY TERHADAP ACADEMIC BURNOUT PADA MAHASISWA TINGKAT AKHIR DI MASA PANDEMI COVID-19

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right) atas karya ilmiah saya yang berjudul di atas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Mercu Buana berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan Laporan Magang/Skripsi/Tesis/Disertasi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 15 Dec. 2022

Y

Sania Zalfasari

ABSTRAK

Mahasiswa di perguruan tinggi ataupun universitas, diwajibkan untuk menyelesaikan pendidikannya dengan penulisan tugas akhir atau skripsi setelah menempuh berbagai mata kuliah yang sesuai dengan bidang ilmu peminatannya. Di dalam proses penyusunan tugas akhir atau skripsi, tentunya membawa banyak beban dan tekanan tersendiri bagi mahasiswa terlebih ketika adanya pandemi Covid-19 yang menjadikan salah satu penyebab *academic burnout*. Demi mencegah terjadinya *academic burnout* pada mahasiswa maka diperlukan *academic self-efficacy*. Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh *academic self-efficacy* terhadap *academic burnout* pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang berkuliah secara *online* di daerah Jabodetabek pada masa pandemi Covid-19. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan teknik analisis korelasional non eksperimental. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner yang dibagikan melalui *google form*. Teknik penentuan sampel menggunakan *accidental sampling* dan diperoleh sebanyak 271 responden. Teknik analisis data menggunakan analisis regresi linear sederhana. Berdasarkan hasil analisis data, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang negatif pada *academic self-efficacy* terhadap *academic burnout* pada mahasiswa tingkat akhir pada masa pandemi dengan korelasi negatif yang signifikan sebesar 40,1% terhadap *academic burnout* dan 59,9% dipengaruhi oleh faktor yang tidak diteliti oleh peneliti. Hal ini berarti apabila *academic burnout* tinggi atau meningkat, maka *academic self-efficacy* yang dimiliki individu cenderung rendah.

Kata kunci: *academic burnout*, *academic self-efficacy*, mahasiswa tingkat akhir, pandemi Covid-19

ABSTRACT

College students are required to complete their education by submitting a final project or thesis after taking various courses as their field of specialization. In the process of preparing a final project or thesis, it brings a lot of burden and pressure for college students, especially during the Covid-19 pandemic that can causes of academic burnout. To prevent academic burnout in college students, academic self-efficacy is needed. This research aims to find the effect of academic self-efficacy on academic burnout for final year college students who are studying online at Jabodetabek area during Covid-19 pandemic. A quantitative method with non-experimental correlational analysis techniques are used in. Data was conducted by a questionnaire distributed on google form. Accidental sampling is used to sampling technique and obtained by 271 respondents. The data analysis technique used simple linear regression analysis. Based on analysis data, it can be concluded that there is a negative influence of academic self-efficacy on academic burnout in final year college students during the pandemic with a significant negative correlation of 40.1% on academic burnout and 59.9% influenced by factors that are not scrutinized by researchers. It means that if academic burnout is high or increasing, then individual academic self-efficacy is low.

Keywords: *academic burnout, academic self-efficacy, final year college students, pandemic Covid-19*

DAFTAR ISI

TUGAS AKHIR	i
PERNYATAAN KARYA SENDIRI	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACK	viii
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	7
1.3 Tujuan Penelitian.....	8
1.4 Manfaat Penelitian.....	8
1.4.1 Manfaat Teoritis	8
1.4.2 Manfaat Praktis	8
BAB 2 LANDASAN TEORI	9
2.1 <i>Academic Burnout</i>	9
2.1.2 Indikator <i>Academic Burnout</i>	9
2.1.3 Faktor – Faktor <i>Academic Burnout</i>	10
2.1.4 Alat Ukur <i>Academic Burnout</i>	10
2.2 <i>Academic Self-Efficacy</i>	11
2.2.1 Definisi <i>Academic Self-Efficacy</i>	11
2.2.2 Dimensi <i>Academic Self-Efficacy</i>	11

2.2.3 Faktor-Faktor <i>Academic Self-Efficacy</i>	12
2.2.4 Alat Ukur <i>Academic Self-Efficacy</i>	13
2.3 Penelitian Terdahulu	13
2.4 Dinamika Pengaruh <i>Academic Self-Efficacy</i> terhadap <i>Academic Burnout</i> pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Masa Pandemic Covid-19	17
2.5 Kerangka Berpikir	18
2.6 Hipotesis.....	18
BAB 3 METODE PENELITIAN.....	19
3.1 Metode dan Desain Penelitian.....	19
3.2 Populasi, Sampel dan Teknik Sampling.....	19
3.2.1 Populasi	19
3.2.2 Sampel.....	20
3.2.3 Teknik Sampling	21
3.3 Definisi Operasional.....	21
3.4 Teknik Pengumpulan Data	21
3.5 Instrumen Penelitian.....	21
3.5.1 Alat Ukur <i>Academic Burnout</i>	21
3.5.2 Alat Ukur <i>Academic Self-Efficacy</i>	22
3.6 Teknik Validitas dan Reliabilitas Data.....	26
3.6.1 Uji Kualitas Instrumen	26
3.7 Teknik Analisis Data	28
3.7.1 Uji Asumsi Klasik	28
3.8 Uji Linieritas	28
3.9 Uji Hipotesis.....	28
BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN.....	30
4.1 Gambaran Data Penelitian.....	30
4.1.1 Jenis Kelamin	30
4.1.2 Usia.....	31
4.1.3 Domisili.....	31
4.2 Analisis Deskriptif.....	32

4.3 Uji Asumsi Klasik	34
4.3.1 Uji Normalitas	34
4.3.2 Uji Linieritas	35
4.4 Uji Hipotesis.....	35
4.4.1 Uji Korelasi antar Variabel	35
4.4.2 Uji Korelasi antar Dimensi.....	36
4.4.3 Uji Regresi Linear Sederhana	36
4.4.4 Uji F.....	37
4.5 Pembahasan.....	37
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN.....	41
5.1 Kesimpulan.....	41
5.2 Keterbatasan Peneliti.....	41
5.3 Saran	41
5.3.1 Saran Teoritis	41
5.3.2 Saran Praktis.....	42
DAFTAR PUSTAKA	43
LAMPIRAN.....	47



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Pengaruh <i>Academic Self-Efficacy</i> terhadap <i>Academic Burnout</i> pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Masa Pandemic Covid-19	18
Gambar 4.1 Jenis Kelamin	30
Gambar 4.2 Usia.....	31
Gambar 4.3 Domisili.....	32
Gambar 4.4 Uji Normalitas <i>Academic Burnout</i>	34
Gambar 4.5 Uji Normalitas <i>Academic Self-Efficacy</i>	34



DAFTAR TABEL

Tabel 4.4	Analisis Deskriptif	32
Tabel 4.5	Rumus Kategorisasi	33
Tabel 4.6	Kategorisasi <i>Academic Burnout</i>	33
Tabel 4.7	Kategorisasi <i>Academic Self-Efficacy</i>	33
Tabel 4.8	Uji Linearitas	35
Tabel 4.9	Uji Korelasi antar Variabel	35
Tabel 4.10	Uji Korelasi antar Dimensi	36
Tabel 4.11	Hasil Uji Koefisien Regresi Linear Sederhana	36
Tabel 4.12	Uji F Variabel <i>Academic Self-Efficacy</i> terhadap <i>Academic Burnout</i>	37



DAFTAR LAMPIRAN

1. Analisis Deskriptif.....	47
2. Uji Linearitas	47
3. Uji Korelasi antar Variabel.....	47
4. Uji Korelasi antar Dimensi.....	48
5. Uji Normalitas QQ <i>Academic Burnout</i>	48
6. Uji Normalitas QQ <i>Academic Self-Efficacy</i>	49
7. Uji Regresi Linear Sederhana.....	49
8. Kuesioner Penelitian.....	48

