



Pengaruh *Locus of control* dan *Academic Self Efficacy* terhadap *Academic Burnout* pada Mahasiswa

Rima Melati^{1✉}, Ila Yusrin Niamah²

Universitas Siliwangi, Indonesia^{1,2}

e-mail : 182165010@student.unsil.ac.id¹, ilayusrinniamah@gmail.com²

Abstrak

Mahasiswa sebagai peserta didik pasti memiliki berbagai tantangan dalam hal proses pembelajarannya, berbagai tantangan atau bahkan sebagian besar dianggapnya sebagai hambatan yang sebetulnya dapat dikendalikan oleh dirinya sendiri, salah satunya yakni *Academic Burnout*. Arah penelitian untuk mengetahui dua variabel independen dapat mempengaruhi satu variabel dependen. Metode survei digunakan dalam mencapai tujuan dalam penelitian *Academic Burnout* pada mahasiswa, didesain dengan eksplanatori dan teknik yang digunakan yakni *proportionate stratified random sampling* melalui kuesioner serta pengolahan data dibantu aplikasi SPSS. Penelitian mengungkapkan 1) *Locus of control* berpengaruh positif tidak signifikan terhadap *academic burnout* dengan nilai signifikansi 0,877. 2) *Academic self efficacy* berpengaruh negatif signifikan terhadap *academic burnout* sebesar 0,000. 3) *Locus of control* dan *Academic self efficacy* berpengaruh signifikan terhadap *academic burnout* senilai 0,001. Penelitian mengenai *Academic Burnout* ini dapat memberi kesadaran terhadap mahasiswa, terdapat keharusan dalam peningkatan pengendalian diri menghadapi situasi dan kondisi ketika mengalami kelelahan dalam belajar atau *Academic Burnout*.

Kata Kunci: Locus of control, Academic self-efficacy, Academic burnout

Abstract

Students as learners have various challenges in their learning process, various challenges or even most of them are considered obstacles that can be controlled by themselves, one of which is *Academic Burnout*. The direction of the research is to find out whether two independent variables can influence one dependent variable. The survey method used to achieve the objectives of the *Academic Burnout* research on students was designed explanatory and the technique used was *proportional stratified random sampling* through questionnaires and data processing assisted by the SPSS application. Research reveals 1) *Locus of control* has a positive and insignificant effect on *Academic Burnout* with a significance value of 0.877, 2) *Academic self-efficiency* has a significant negative effect on *Academic Burnout* of 0.00, 3) *Locus of control* and *Academic self-efficiency* have a significant effect on *Academic Burnout* worth 0.001. This research on *Academic Burnout* can provide awareness to students, that there is a need to increase self-control in dealing with situations and conditions when they experience fatigue in studying or *Academic Burnout*.

Keywords: Locus of control, Academic self-efficacy, Academic burnout

Copyright (c) 2024 Rima Melati, Ila Yusrin Niamah

✉ Corresponding author :

Email : 182165010@student.unsil.ac.id

DOI : <https://doi.org/10.31004/edukatif.v6i6.7482>

ISSN 2656-8063 (Media Cetak)

ISSN 2656-8071 (Media Online)

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan suatu kegiatan yang di dalamnya terdapat berbagai pembelajaran, proses pembelajaran akan dilalui oleh setiap peserta didik dalam memperoleh ilmu, pengetahuan maupun keterampilan. Pendidikan terdiri dari satu kesatuan kegiatan belajar yang merupakan bagian dari proses pembelajaran, hal ini sangat diperlukan untuk mencapai tujuan dari makna suatu pembelajaran. Kegiatan belajar menjadi suatu proses dalam mencapai tujuan dan pengalaman pembelajaran yang akan didapatkan (Rusman, 2017). Proses pembelajaran yang bermakna, akan mengantarkan kepada perubahan tingkah laku menjadi lebih baik. Berbagai pengetahuan maupun keterampilan akan dapat meningkat, tergantung dari bagaimana proses pembelajaran di suatu sekolah atau kampus dilaksanakan (Mutiar, 2021).

Proses pembelajaran di kelas yang monoton, tugas yang banyak dan tugas akhir kompleks mahasiswa lainnya dapat membuat mahasiswa mengalami kelelahan dalam belajar yang tidak sedikit diantara mereka telat lulus karena melihat kondisi mentalnya dalam keadaan kurang baik. Bahasan (Wasito & Yoenanto, 2021) mengenai *self efficacy*, bahwa terdapat pengaruh negatif dan signifikan terhadap *burnout* mahasiswa dalam penyelesaian skripsi. Terdapat pengaruh negatif antara *efficacy*, *esteem* dan lingkungan mengenai dukungan sosial terhadap *burnout* yang diteliti (Andi et al., 2020). Hasil penelitian lain yang hubungannya dengan *burnout* dapat terjadi juga dalam ruang lingkup pasca kampus salah satunya di tempat bekerja, hasil analisis menunjukkan bahwa burnout dapat diatasi dengan beberapa sikap yang diterapkan dalam diri berupa peningkatan spiritualitas kerja, hasil penelitian ditemukan berpengaruh negatif dan signifikan antara spiritualitas kerja terhadap *burnout* (Kamila Pratiwi & Nurtjahjanti, 2018). Adapun perbedaan penelitian saat ini dengan terdahulu, yakni tempat dan populasi penelitian yang digunakan tentu berbeda. Selain itu, terdapat perbedaan penggunaan variabel X yang disini mengambil kedua faktor individu atau karakteristik kepribadian, yakni *locus of control* dan *academic self efficacy*. Sebagai individu yang cerdas, maka diperlukan penerapan sikap yang tepat, tidak mudah dipengaruhi faktor-faktor luar yang sejatinya sulit untuk dikontrol. Maka dari itu, layak dan penting untuk fokus terhadap hal-hal yang dapat diri kendalikan, sehingga akan berpengaruh terhadap perilaku yang hendak dilakukan dengan output jangka panjang yang dihasilkan berharap dapat memberikan dampak positif terhadap hasil pembelajaran.

Berikut terdapat data yang menunjukkan persentase penurunan Indeks Pencapaian Kumulatif (IPK) mahasiswa jurusan Pendidikan Ekonomi UNSIL.

Tabel 1. Penurunan Indeks Pencapaian Kumulatif (IPK)
(Hasil Pengolahan Data Yudisium per Angkatan Jurusan)

	PERIODE	TOTAL MAHASISWA	PENURUNAN IPK (<0,00)
Angkatan 2019	2020 (1)	108	
	2020 (2)	109	42 Mahasiswa
	2021 (1)	106	51 Mahasiswa
Angkatan 2020	2020 (1)	116	
	2020 (2)	115	21 Mahasiswa
	2021 (1)	114	23 Mahasiswa

Di bawah ini disediakan pula tabel yang memberikan gambaran umum tingkat *academic burnout* yang terjadi di mahasiswa Pendidikan Ekonomi sebanyak 35 orang.

Tabel 2. Hasil Pra Penelitian Terkait Academic Burnout
(Pengolahan Data secara Primer, 2022)

Persentase	Hasil Survey
83,9 %	Mahasiswa merasa kewalahan dengan tugas-tugas kuliah
59,3 %	Mahasiswa merasa kehilangan minat dalam menyelesaikan tugas Kuliah
79,1 %	Mahasiswa belum mampu menyelesaikan tugas dengan baik

Hasil pra penelitian tersebut pada akhirnya menjadikan peneliti mengangkat judul “Pengaruh *Locus of control* dan *Academic Self Efficacy* terhadap *Academic Burnout* pada Mahasiswa”. Penelitian mengenai

academic burnout penting dilakukan, mengingat urgensi proses pembelajaran di Jurusan Pendidikan Ekonomi yang berkualitas harus tetap berusaha dicapai yang mana hal ini berkaitan langsung dengan hasil belajar. Terdapat tiga rumusan masalah, (1) Bagaimana pengaruh *locus of control* terhadap *academic burnout*?, (2) Bagaimana pengaruh *academic self efficacy* terhadap *academic burnout*?, (3) Secara simultan bagaimana pengaruh *locus of control* dan *academic self efficacy* terhadap *academic burnout*?

Pelaksanaan pendidikan memuat berbagai proses pembelajaran, tentu mahasiswa akan menemukan berbagai hambatan. Hambatan yang ada dalam diri maupun dari luar, adapun hambatan dari dalam diri berupa *academic burnout*. *Academic burnout* dapat diartikan sebagai salah satu kondisi yang sering dialami oleh pelajar, seperti halnya rasa malas yang berlebihan, menurunnya motivasi dan prestasi belajar (Lina & Kusuma, 2018). Kelelahan yang berlebih dari biasanya, baik dari segi mental maupun fisik dan berakibat pada hasil belajar yang menurun dinamakan *Academic burnout*. Terdapat faktor-faktor *academic burnout* terjadi (Sagita & Meilyawati, 2021), diantaranya sebagai berikut:

1. Faktor Situasional
 - a. Workload (Beban Kerja)
 - b. Control (Pengawasan)
 - c. Reward (Penghargaan)
 - d. Community (komunitas)
 - e. Fairness (Keadilan)
 - f. Value (Nilai)
2. Faktor Individu
 - a. Demografi, meliputi tingkat pendidikan, jenis kelamin, tempat tinggal, dan usia.
 - b. Kepribadian: *self-efficacy*, *locus of control*, harga diri (*self esteem*), dan coping style.
 - c. Perilaku individu terkhusus pada mahasiswa dilihat dari tanggung jawab.

Academic burnout memiliki 3 dimensi (Schaufeli et al., n.d.), diantaranya yakni:

1. Exhaustions (Kelelahan)
2. Cynicism (Sinis)
3. Inefficacy (Ketidakefektifan)

Pengertian LoC merupakan suatu cara pandang seseorang dalam menerima suatu kejadian baik itu berupa kesuksesan maupun kegagalan yang erat kaitannya dengan pengendalian, apakah hal tersebut berasal dari kendali internal maupun kendali eksternal individu tersebut (Widyaninggar, 2014). Jadi, LoC merupakan suatu kepercayaan terhadap segala kejadian merupakan kendali dari diri sendirinya atau dari kendali dari luar individu tersebut. Dipaparkan oleh (Hidayah & Bowo, 2019) mengenai jenis-jenis dari LoC itu sendiri terbagi menjadi dua, diantaranya :

1. LoC Internal, yakni seseorang meyakini bahwa segala peristiwa yang terjadi merupakan akibat dari kendali diri sendirinya.
2. LoC Eksternal, merupakan kebalikan dari poin pertama bahwa seseorang justru yakin terhadap suatu peristiwa merupakan akibat dari luar kendali dirinya, seperti akibat dari kesempatan yang kebetulan menghampiri atau akibat dari suatu keberuntungan.

Diantara LoC internal dan LoC eksternal, diketahui bahwa dengan memiliki LoC internal lebih baik ketimbang memiliki LoC eksternal. Adapun indikator LoC menurut Friedman & Schustack dalam (Munawir et al., 2018), sebagai berikut:

1. LoC internal mencakup:
 - a. Individu percaya segala kejadian merupakan sebab akibat dirinya sendiri
 - b. Dapat mengendalikan perilakunya dengan baik
 - c. Individu dengan LoC internal memiliki pengaruh terhadap orang lain

- d. Memiliki keyakinan untuk berhasil berkat dirinya
- e. Menggali pengetahuan dan informasi terkait di suatu dan kondisi yang sedang terjadi.
2. LoC eksternal mencakup:
 - a. Memandang faktor utama yang mempengaruhi keberhasilan/kegagalan yakni berasal dari kesempatan yang datang dengan kebetulan, takdir atau bahkan atas kekuasaan orang lain.
 - b. Kendali yang dimiliki terhadap dirinya cukup rendah.
 - c. Dapat diangaruh orang lain
 - d. Tidak yakin atau pesimis terhadap keberhasilan
 - e. Tingkat dalam pencarian pengetahuan dan informasi terkait situasi atau kondisi yang dihadapi cukup rendah.

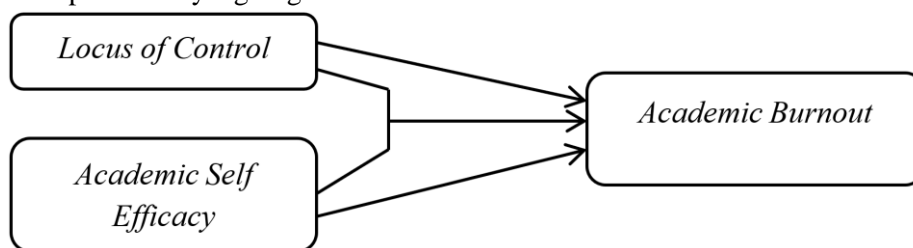
Berikut Indikator tinggi rendahnya *academic self efficacy*, menurut (Ghufron & S. Rini Risnawati, 2016):

1. Dimensi Tingkat (Magnitude / Level)
2. Dimensi Kekuatan (Strength)
3. Dimensi Generalisasi (Generality)

Kerangka Konseptual digambarkan, *academic burnout* merupakan suatu keadaan yang dialami seseorang berupa kelelahan secara batin maupun raga akibat dari beban berbagai tugas yang merupakan bagian dari proses pembelajaran. Terdapat teori yang mendasari *academic burnout* itu sendiri, yakni teori behavioristik yang merupakan salah satu teori belajar dari aliran psikologi. Teori behavioristik, pertama kali diperkenalkan oleh Gage dan Berliner yang menyatakan bahwa suatu pengalaman dapat menghasilkan perubahan tingkah laku. Teori ini menekankan kepada hasil belajar yang membentuk perilaku seseorang. Menurut (Munawaroh, 2021) salah satu ciri teori behavioristik menekankan pada pentingnya latihan, peranan kemampuan dan hasil belajar.

Disampaikan Thorndike (Rusli & dalam Kholik, 2013), bahwa belajar itu proses stimulus dan reaksi. Kendala pembelajaran mengakibatkan munculnya kelelahan dalam belajar atau disebut sebagai *academic burnout*. *Academic burnout* muncul terhadap mahasiswa, tentu dipengaruhi berbagai faktor diantaranya faktor situasional maupun faktor individu.

Berikut skema penelitian yang tergambar:



Gambar 1. Kerangka Berpikir

Berikut tiga hipotesis dalam penelitian ini:

1. H₀ : Tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara *academic self efficacy* terhadap *academic burnout* mahasiswa.
Ha : Terdapat pengaruh yang signifikan antara *locus of control* terhadap *academic burnout* mahasiswa.
2. H₀ : Tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara *academic self efficacy* terhadap *academic burnout* mahasiswa.
Ha : Terdapat pengaruh yang signifikan antara *academic self efficacy* terhadap *academic burnout* mahasiswa.
3. H₀ : Tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara *locus of control* dan *academic self efficacy* terhadap *academic burnout* mahasiswa.
Ha : Terdapat pengaruh yang signifikan antara *locus of control* dan *academic self efficacy* terhadap *academic burnout* mahasiswa.

METODE

Subjek penelitian seluruh angkatan 2019 dan 2020 prodi Pendidikan Ekonomi, FKIP, UNSIL di Jalan Siliwangi Nomor 24, Kecamatan Tawang Kota Tasikmalaya Provinsi Jawa Barat, Indonesia. Objek penelitiannya yakni variabel *academic burnout* (Y), dengan dua variabel yang mempengaruhi yakni *locus of control* (X1) dan *academic self efficacy* (X2).

Lama mneliti (Februari - Juli 2022), adapun tahapan realisasi pra penelitian, penyusunan proposal penelitian dan instrumen penelitian di bulan Februari hingga pertengahan bulan April. Selanjutnya dilakukan penyebaran, pengumpulan, pengolahan dan analisis hasil penelitian di bulan April hingga pertengahan bulan Mei. Diakhiri penyusunan laporan hasil penelitian, dari bulan Mei hingga Juli 2022. Metode survey dengan pendekatan kuantitatif dan dikumpulkan dari angket *online* serta dilengkapi desain penelitian eksplanatori.

Instrumen penelitian tentunya diuji secara validitas dan realibilitas terlebih dahulu, dilanjutkan dengan analisis data yang memenuhi uji prasyarat (normalitas, linearitas, multikolinearitas, heteroskedastisitas) dan diuji regresi berganda. Adapun uji hipotesis menggunakan tiga tahapan yang saling berkesinambungan, yakni uji determinas, (uji t) dan (uji F).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Data yang berhasil dikumpulkan dan melewati pengujian instrumen, berikutnya disajikan beberapa poin hasil analisis data menggunakan SPSS :

a) Hasil Uji Normalitas

Digunakan uji Kolmogorov-Smirnov:

Tabel 3. Ringkasan Hasil Uji Normalitas

Variabel	Asym.Sig. (2-tailed)	Kesimpulan
Unstandarized Residual	0,200	Normal

Hasil Asym.Sig. (2-tailed) di atas yakni 0,200 ($> 0,005$) artinya data berdistribusi normal.

b) Uji Linieritas

Uji linearitas dimaksudkan keterhubungan antar, pengujiannya memperlihatkan :

Tabel 4. Ikhtisar Uji Linearitas

Variabel		Sig. Deviation from linearity	Ikhtisar
X	Y		
<i>Locus of control</i>	<i>Academic Burnout</i>	0,863	Linear
<i>Academic Self Efficacy</i>		0,852	Linear

Nilai Sig. Deviation from linearity dengan *value* $> 0,05$. Artinya, terdapat hubungan yang linear antar variabel.

c) Uji Multikolinearitas

Pengujian dipastikan tidak terjadi interkorelasi, berikut diperoleh :

Tabel 5. Ikhtisar Uji Multikolinearitas

Variabel	Tolerance	VIF	Ikhtisar
<i>Locus of control</i>	1,000	1,000	
<i>Academic Self Efficacy</i>	1,000	1,000	Tidak terjadi Multikolinearitas

Nilai Tolerance $> 0,100$ dan nilai VIF < 10 , didefinisikan tidak terjadi multikolinearitas.

d) Uji Heteroskedastisitas

Uji yang digunakan yakni uji glejser. Data yang baik data yang tidak mengalami heteroskedastisitas (tidak konstan), berikut hasil pengujiannya:

Tabel 6. Ikhtisar Uji Heteroskedastisitas

Variabel	Sig	Kesimpulan
<i>Locus of control</i>	0,538	Tidak terjadi Heteroskedastisitas
<i>Academic Self Efficacy</i>	0,060	Tidak terjadi Heteroskedastisitas

Nilai sig. dari kedua variabel independen diatas, berada lebih dari 0,05 maka hasil tersebut menunjukkan data yang ada tidak terjadi heteroskedastisitas.

e) Uji Regresi Berganda

Pengujian untuk mengetahui sejauh mana antar variabel berpengaruh, berikut hasilnya:

Tabel 7. Ikhtisar Uji Regresi Berganda

Coefficients ^a					
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		Sig.
	B	Std. Error	Beta	t	
1 (Constant)	75,210	12,801		5,875	0,000
<i>Locus of control</i>	0,016	0,104	0,012	0,154	0,877
<i>Academic Self Efficacy</i>	-0,292	0,078	0,302	-3,737	0,000

a. Dependent Variable: *Academic Burnout*

Multiple linear regression mengeluarkan nilai persamaan berikut:

$$Y = 75,210 + 0,016X_1 - 0,292X_2$$

Dimaknai:

- Angka konstanta 75,210 menyatakan variabel (X_1) dan (X_2) bernilai 0, maka nilai *academic burnout* (Y) sebesar 75,210.
- Angka koefisien B1 atau (X_1) = 0,016 mengartikan jika *locus of control* naik satu satuan, maka akan meningkatkan *academic burnout* sebesar 0,016 dengan asumsi variabel *academic self efficacy* dan konstanta (a) bernilai 0. Dihasilkan *locus of control* berstatus pengaruh yang positif merupakan dominasi *locus of control* dari jenis eksternal yang dinalaisis dari pada rekapitulasi jawaban responden.
- Nilai koefisien B2 atau variabel *academic self efficacy* (X_2) adalah -0,292, nilai tersebut mengartikan bahwa ketika variabel *academic self efficacy* naik satu-satuan, maka *academic burnout* akan turun senilai -0,292 (hubungan berstatus negatif).

f) Uji Determinasi (R^2)

Tabel 8. Hasil Uji Koefisien Determinasi

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,302a	0,091	0,078	11,191

a. Predictors: (Constant), *Academic self efficacy*, *Locus of control*

Terlihat hasil R Square 0,091 artinya besar pengaruh variabel X ke Y adalah sebesar 9,1 % hasil dari 0,091 x 100 %, dan sisa sebagian besarnya merupakan pengaruh dari variabel lain.

g) Uji t / Uji Keberartian Koefisien

Pengujian mengeluarkan hasil:

Tabel 9. Hasil Uji Parsial

Variabel	t hitung	t tabel	Sig.	Kesimpulan
<i>Locus of control</i>	0,154	1,97730	0,877	H0 Diterima
<i>Academic self efficacy</i>	-3,737		0,000	H0 Ditolak

Pada Hasil Uji Parsial di atas, menunjukkan bahwa data tersebut dapat diinterpretasikan sebagai berikut:

- Nilai t hitung (X_1) sebesar 0,154 < 1,97730 dari t tabel dan nilai sig. 0,877 > 0,05. Maka X_1 yakni H0 diterima dan Ha ditolak dengan arti bahwa variabel *locus of control* berstatus berpengaruh namun tidak

signifikan terhadap Y.

- b. Nilai t hitung variabel *academic self efficacy* (X2) sebesar $-3,737 > 1,97730$ dari t tabel dan angka sig. $0,000 < 0,05$. Disimpulkan X2 yakni H0 ditolak dan Ha diterima, diartikan terdapat pengaruh yang signifikan terhadap *academic burnout*. Nilai koefisien yang dimiliki X2 bernilai negatif, dalam arti memiliki pengaruh secara negatif.

h) Uji F

Kali ini akan diketahui pengaruh dua variabel X secara simultan terhadap variabel Y.

Tabel 10. Hasil Uji Simultan

Model	F hitung	F tabel	Sig.	Kesimpulan
1	6,994	2,67	0,001	H0 Ditolak

Diinterpretasikan F hitung $>$ dari F tabel = 2,67 adapun nilai sig. $0,001 < 0,05$. Artinya H0 ditolak dan Ha diterima atau *locus of control* (X1) dan variabel *academic self efficacy* (X2) berpengaruh secara signifikan terhadap *academic burnout*.

Pembahasan

Merujuk pada hipotesis yang sebelumnya telah disusun, maka interpretasinya sebagai berikut:

1. Pengaruh *Locus of control* terhadap *Academic Burnout*

LoC adalah keyakinan individu terhadap keberhasilan maupun kegagalan dalam dirinya merupakan sumber dari dalam atau luar kendali dirinya. Terdapat dua jenis LoC, yakni LoC internal dan eksternal. Sebagaimana data mencatat, bahwa responden berada pada kategori skala tinggi yakni ada pada indikator LoC internal, yang berarti kendali yang baik dimiliki mahasiswa dengan kisi-kisi indikator pantang menyerah sebesar 68,3%.

Setelah data tersebut diolah LoC berpengaruh positif, hal ini terjadi karena total skor yang dihasilkan *locus of control* eksternal yakni sebanyak 6.737 lebih besar dibanding total skor yang dihasilkan *locus of control* internal sebesar 6.324, dilihat pada data rekapitulasi jawaban responden. Sehingga, hasil penelitian menunjukkan hubungan dihasilkan bernilai positif akibat dari nilai *locus of control* eksternal lebih besar. Kemudian melihat data yang dihasilkan NJI masuk kedalam kategori tinggi, hingga sampai kepada hubungan positif yang dihasilkan memiliki satu kesatuan yang jelas. Berbanding lurus dengan pendapat Rotter, memang setiap orang memiliki LoC internal dengan berlandaskan pada kemampuan diri atas kesuksesan maupun kegagalan yang dialami.

Dinilai bahwa LoC berpengaruh positif tidak signifikan terhadap variabel Y, dengan sumbangan pengaruh sebesar 1,2% terhadap mahasiswa angkatan 2019 dan 2020 di Jurusan Pendidikan Ekonomi

2. Pengaruh *Academic Self Efficacy* terhadap *Academic Burnout*

Berdasarkan hasil penelitian terhadap angkatan 2019 dan 2020 jurusan Pendidikan Ekonomi, uji hipotesis secara parsial menunjukkan bahwa *academic self efficacy* dengan taraf 5%, menghasilkan bahwa t hitung $-3,737 > t$ tabel 1,97730 dan nilai sig. $0,000$ atau $< 0,05$ maka H0 ditolak dan Ha diterima. Diinterpretasikan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dan berstatus negatif, antara *efficacy* terhadap Y. Simulasinya adalah semakin tinggi X2 maka semakin rendah Y.

Hasil penelitian untuk X2 dari 142 responden, menyatakan NJI termasuk ke dalam kategori tinggi. Sehingga dapat diartikan bahwa tingkat *academic self efficacy* angkatan 2019 dan 2020 termasuk kategori tinggi, yang mana mereka memiliki kekuatan atas keyakinan terhadap kemampuannya dalam mencapai keberhasilan studinya.

Sebagaimana pendapat Rotter, bahwa setiap orang memiliki kepercayaan diri terhadap kesuksesan yang hendak diraihny, pun demikian perlu adanya latihan yang terus menerus sehingga dapat menjadi suatu hal yang melekat dalam diri.

3. Pengaruh Locus of control dan Academic Self Efficacy terhadap Academic Burnout

Terdapat berbagai faktor yang mempengaruhi *academic burnout*, baik itu dari faktor situasional maupun faktor individu. Faktor yang diangkat berdasar masalah di lapangan yakni terkait *locus of control* dan *academic self efficacy* yang termasuk ke dalam faktor individu. Berdasarkan hasil uji simultan, menunjukkan hasil F hitung sebesar 6,994 lebih besar dari F tabel senilai 2,67 dengan nilai sig. 0,001 lebih kecil dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Diinterpretasikan bahwa *locus of control* dan *academic self efficacy* berpengaruh signifikan terhadap *academic burnout*. Selain ditunjukkan oleh hasil uji simultan, juga dapat dilihat dengan hasil koefisien determinasi (R^2) yang menunjukkan nilai R Square pada tabel Model Summary sebesar 0,091, diartikan bahwa sumbangan pengaruh variabel *locus of control* dan *academic self efficacy* terhadap *academic burnout* adalah sebesar 9,1% ($0,091 \times 100\%$).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu dari (Suryani et al., 2016) dengan judul “Pengaruh Kesejahteraan Spiritual (*Spiritual Well Being*) dan Letak Kendali (*Locus of Control*) terhadap *Burnout*” menunjukkan hasil bahwa X_2 tersebut berpengaruh positif tidak signifikan. Terdapat kesesuaian penelitian terdahulu dari (Wasito & Yoenanto, 2021) berjudul “Pengaruh *Academic Self Efficacy* terhadap *Academic Burnout* pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi”, yang mana hasil penelitiannya menunjukkan *academic self efficacy* berpengaruh negatif dan signifikan, dengan nilai koefisien regresi -0,821 taraf signifikansi 0,000 dan R- Square 0,600. Pengaruh yang dihasilkan *academic self efficacy* yakni sebesar 60% terhadap *academic burnout*.

Academic burnout dapat diminimalisir, jika mahasiswa memiliki tingkat perilaku LoC internal dan *self efficacy* yang tinggi. Hal tersebut dapat dilakukan dengan pembiasaan memberi afirmasi positif ke dalam diri masing-masing individu. Hal tersebut akan memberi dampak pada capaian hasil belajar mahasiswa ke arah yang lebih baik dan bermakna.

SIMPULAN

Terdapat kelemahan mahasiswa Jurusan Pendidikan Ekonomi angkatan 2019 dan 2020 pada indikator LoC jenis eksternal mahasiswa yang relatif lebih tinggi dibanding jenis internal, mahasiswa lebih mempercayai orang lain dalam penyelesaian tugas dibanding percaya pada kemampuan dirinya sendiri dan hal ini berakibat pada mudahnya mahasiswa dipengaruhi orang lain serta tidak memiliki pendirian yang teguh. Maka untuk selanjutnya variabel *locus of control* untuk dapat difokuskan terhadap salah satu jenis yang akan diangkat, dalam penelitian ini seharusnya diangkat atau menitikberatkan pada *locus of control* internal.

Adapun untuk *academic self efficacy* berpengaruh secara signifikan terhadap *academic burnout*, ditemukan indikasi kelemahan pada indikator tingkatan (*magnitude/level*) dengan memandang tugas sebagai tantangan, bahwasanya rata-rata mahasiswa menjawab tugas yang diberikan oleh dosen merupakan tugas yang sulit dikerjakan sehingga hal tersebut menjadi beban tersendiri bagi mahasiswa.

Secara berbarengan variabel X berpengaruh secara signifikan terhadap variabel Y, angka yang dihasilkan masih kurang dari sepuluh persen, tentu sisanya dipengaruhi oleh variabel-variabel independen lainnya di luar bahasan dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Andi, Y., Sunaryo, H., & Anwarudin, M. K. (2020). Pengaruh Dukungan Sosial, Self-Esteem Dan Self- Efficacy Terhadap Burnout Mahasiswa. E – Jurnal Riset Manajemen PRODI MANAJEMEN, 9(13), 17–31.
- Ghufron, M. N., & S. Rini Risnawati. (2016). Teori-Teori Psikologi. Ar Ruzz.
https://scholar.google.co.id/citations?view_op=view_citation&hl=id&user=Em0uU24AAAAJ&citation_for_view=Em0uU24AAAAJ:XDrR66g3YHsC
- Hidayah, N., & Bowo, P. A. (2019). Pengaruh Uang Saku, Locus of Control, Dan Lingkungan Teman Sebaya Terhadap Perilaku Konsumtif. Economic Education Analysis Journal, 7(3), 1025–1039.

- 6309 *Pengaruh Locus of control dan Academic Self Efficacy terhadap Academic Burnout pada Mahasiswa - Rima Melati, Ila Yusrin Niamah*
DOI: <https://doi.org/10.31004/edukatif.v6i6.7482>
<https://doi.org/10.15294/eeaj.v7i3.28337>
- Kamila Pratiwi, A., & Nurtjahjanti, H. (2018). Hubungan Antara Spiritualitas Kerja dengan Burnout pada Perawat Rawat Inap RSI Sultan Agung Kota Semarang. 7(1), 269–273.
- Lina, & Kusuma, B. H. (2018). Pengaruh Role Stressor Terhadap Burnout dan Perbedaan Burnout Berdasarkan Gender: Studi Empiris pada Mahasiswa. Jurnal Akuntansi Maranatha, 10(1), 62–71.
<https://doi.org/10.28932/jam.v10i1.929>
- Munawaroh, I. (2021). Modul Belajar Mandiri. Kementerian Pendidikan Kebudayaan. <https://cdn-gbelajar.simpkb.id/s3/p3k/Pedagogi/Modul Bahan Belajar - Pedagogi - 2021.pdf>
- Munawir, M., Yusuf, A. M., Effendi, Z. M., & Afdal, A. (2018). Internal Locus of Control and Self-Concept as Factors Affecting the Career Maturity of High School Students. International Journal of Research in Counseling and Education, 1(2), 24. <https://doi.org/10.24036/0018za0002>
- Mutiara, D. N. E. (2021). Dampak COVID-19 (Coronavirus Disease 2019) Terhadap Proses Pembelajaran dan Psikologis Bagi Siswa. Scholaria: Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan, 11(3), 200–207.
<https://ejournal.uksw.edu/scholaria/article/view/4196/1890>
- Rusli, R. K., & Kholik, M. K. (2013). Teori Belajar Dalam Psikologi Pendidikan. Jurnal Sosial Humaniora, 4(2), 62–67. <https://doi.org/https://doi.org/10.30997/jsh.v4i2.468>
- Rusman. (2017). Belajar dan Pembelajaran : Berorientasi Standar Proses Pendidikan (Suwito, Ed.; 1st ed.). Kencana.
https://www.google.co.id/books/edition/Belajar_Pembelajaran/mKhADwAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&printsec=frontcover
- Sagita, D. D., & Meilyawati, V. (2021). Tingkat Academic Burnout Mahasiswa di Masa Pandemi COVID-19. Nusantara of Research : Jurnal Hasil-Hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri, 8(2), 104–119.
<https://doi.org/10.29407/nor.v8i2.16048>
- Schaufeli, B. W., Maslach Christina, & Marek, T. (n.d.). PROFESSIONAL BURNOUT. In Profesional Burnout (Edisi Pertama). <https://doi.org/https://doi.org/10.4324/9781315227979>
- Suryani, Abdullah, A. Z., & Kadir, Abd. R. (2016). Pengaruh Kesejahteraan Spiritual (Spiritual Well Being) dan Letak Kendali (Locus of Control) terhadap Burnout Kerja Perawat di RS UNHAS Makassar. Jurnal Sains Teknologi Kesehatan, 6(2), 162–171.
- Wasito, A. A., & Yoenanto, N. H. (2021). Pengaruh Academic Self-efficacy terhadap Academic Burnout Pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi. Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental, 1(1), 112–119.
- Widyaninggar, A. A. (2014). Pengaruh Efikasi Diri dan Lokus Kendali (Locus of Control) terhadap Prestasi Belajar Matematika. In Jurnal Formatif (Vol. 4, Issue 2).