

## Pengaruh *Academic Self-Efficacy* terhadap *Academic Burnout* pada Mahasiswa di Masa Pandemi Covid-19

Adinda Tiaranissa\*, Dewi Rosiana

Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung, Indonesia.

\*dindanissaa@gmail.com, dewirosiana@yahoo.com

**Abstract.** The Covid-19 pandemic has had a wide impact, one of which is in the education field. The presence of the Covid-19 pandemic has made the learning process turn into an online learning method that requires students to study at their homes. This online learning method shows a different impact compare to the learning method carried out before the pandemic. During the pandemic, the online learning process has an impact on student difficulties where students show a decrease in motivation, feel cynical, physically and emotionally exhausted due to the demands of learning with higher intensity during the online learning period. This phenomenon is known as academic burnout. Academic self-efficacy is one of the predictor factors that can affect academic burnout in students. Academic self-efficacy is students' beliefs about their capabilities to complete academic tasks (Zajacova et al., 2005). This study was conducted to see whether there is an influence of academic self-efficacy on academic burnout in Bandung City students during the COVID-19 pandemic. This research is a quantitative study using a causal method followed by 400 respondents from Bandung City students. The measuring instrument in this study used the Academic Self Efficacy Scale from Zajacova et al. (2005), and the Maslach Burnout Inventory-Student survey (MBI – SS) compiled by Schaufeli (2002). The results of this study indicate that there is a significant effect on academic self-efficacy on academic burnout of Bandung City students during the COVID-19 pandemic 10,7% ( $R^2 = 0.107$ ; Sig. 0.00).

**Keywords:** *Academic Self-Efficacy, Academic Burnout, The Covid-19 Pandemic, University Student.*

**Abstrak.** Pandemi Covid-19 memiliki dampak yang luas secara sosial salah satunya pada ranah Pendidikan. Adanya pandemi Covid-19 membuat proses pembelajaran berubah menjadi pembelajaran daring yang mengharuskan mahasiswa belajar dirumah masing-masing. Selama pandemi, proses pembelajaran yang dilakukan secara daring berdampak terhadap kesulitan mahasiswa dimana mahasiswa menunjukkan adanya penurunan motivasi, merasa sinis, kelelahan secara fisik dan emosional dikarenakan oleh tuntutan belajar dengan intensitas yang lebih tinggi di masa pembelajaran daring. Fenomena ini dikenal dengan *academic burnout*. *Academic self-efficacy* merupakan salah satu faktor prediktor yang dapat mempengaruhi *academic burnout* pada mahasiswa. *Academic self-efficacy* merupakan kepercayaan diri mahasiswa pada kemampuan mereka untuk melaksanakan tugas akademik (Zajacova et al., 2005). Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk melihat apakah terdapat pengaruh *academic self-efficacy* terhadap *academic burnout* pada mahasiswa Kota Bandung di masa pandemi covid-19. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif menggunakan metode kausal yang diikuti oleh 400 responden mahasiswa Kota Bandung. Alat ukur pada penelitian ini menggunakan *Academic Self Efficacy Scale* dari Zajacova et al. (2005), dan *Maslach Burnout Inventory- Student survey* (MBI – SS) yang disusun oleh Schaufeli (2002). Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat pengaruh signifikan pada *academic self-efficacy* terhadap *academic burnout* mahasiswa Kota Bandung di masa pandemi covid-19 sebesar 10,7% ( $R^2 = 0,107$ ; Sig. 0,00).

**Kata Kunci:** *Academic Self-Efficacy, Academic Burnout, Pandemi Covid-19, Mahasiswa.*

## A. Pendahuluan

Pandemi covid-19 memberikan dampak yang luas secara sosial dan ekonomi salah satunya pada rahan Pendidikan. Adanya pandemi covid-19 membuat proses pembelajaran berubah menjadi pembelajaran daring yang mengharuskan mahasiswa belajar dirumah masing-masing. Pada saat pandemi, metode pembelajaran daring yang diterapkan menunjukkan hal yang berbeda dengan pembelajaran yang dilaksanakan sebelum adanya pandemi. Di masa pandemi covid-19 dengan adanya pembelajaran daring, mahasiswa mengeluhkan bahwa mereka merasakan kelelahan fisik maupun emosi ketika sedang menjalani perkuliahan secara daring seperti merasakan sakit kepala, sakit punggung, merasa gelisah, sinisme terhadap tugas yang diberikan oleh pengajar, tertekan, dan merasa bosan. Hal ini ditandai dengan banyaknya mahasiswa yang tidak nampak dalam perkuliahan melalui *zoom meeting*, pasif saat perkuliahan, dan adanya diskusi dengan intensitas yang kurang di kelas. Proses pembelajaran yang dilakukan secara *online* berdampak terhadap kesulitan mahasiswa yang apabila tidak segera ditangani akan menyebabkan *burnout*. *Burnout* yang dimaksud dalam bidang pendidikan yaitu disebut dengan *academic burnout*.

*Academic burnout* merupakan perasaan lelah dikarenakan oleh tuntutan belajar, bersikap sinis dan tidak peduli terhadap pelajaran, dan juga merasa tidak kompeten menjadi seorang siswa (Schaufeli et al., 2002). *Academic burnout* mengacu pada stres, beban atau faktor psikologis lainnya karena proses pembelajaran yang diikuti mahasiswa sehingga menunjukkan keadaan kelelahan emosional, dan perasaan prestasi pribadi yang rendah. (Yang, 2004). Menurut Leiter & Maslach (2000), ada enam faktor yang dapat mempengaruhi *burnout* pada mahasiswa yaitu yang pertama adalah *workload* yang merupakan banyaknya tugas perkuliahan yang harus dikerjakan, dan persiapan melakukan ujian dengan waktu yang singkat. Kedua, *Control* yaitu sulitnya proses pengambilan keputusan tentang tugas perkuliahan akibat dari pengaruh dosen, teman, atau aturan kampus yang berlaku. Ketiga, *reward* seperti tidak adanya apresiasi yang didapatkan mahasiswa dari dosen, teman, orangtua. Keempat, *community* seperti tidak memiliki hubungan yang baik dengan dosen ataupun dengan teman sekelas sehingga mahasiswa merasa tidak nyaman dalam melakukan perkuliahan yang sedang dijalani. Kelima, *value* yang berupa ketidaksesuaian antara nilai yang dianut oleh mahasiswa dengan aturan perkuliahan. Keenam, *fairness* yaitu dapat dilihat ketika mahasiswa merasa dirinya mendapatkan perlakuan tidak adil oleh pihak kampus.

Banyaknya faktor tersebut apabila terjadi pada mahasiswa maka akan memicu timbulnya *academic burnout* yang pada akhirnya menghambat mahasiswa dalam proses menjalani perkuliahannya. Hal tersebut juga akan terjadi pada suatu kegiatan yang dilakukan secara terus menerus atau monoton. Dilakukannya proses pembelajaran daring dimasa pandemi covid-19 ini menghasilkan suatu kegiatan yang monoton seperti proses pembelajaran dan interaksi yang dilakukan hanya melewati layar laptop dengan waktu yang tidak menentu, sehingga bagi mahasiswa dengan karakteristik yang ekspresif, dimana mereka terbiasa untuk mengekspresikan segala pemikirannya, tetapi dengan adanya ruang gerak yang terbatas karena covid-19 mengakibatkan mahasiswa harus membatasi seluruh kegiatannya dan berdiam diri dirumah dengan waktu yang tidak menentu. Hal tersebut dapat menjadikan mahasiswa mengalami stres yang berpotensi pada *burnout*.

Studi pendahuluan yang dilakukan oleh (Hasanah et al., 2020) kepada 7 orang mahasiswa yang melaksanakan pembelajaran secara daring di masa pandemi covid-19 menunjukkan bahwa mahasiswa merasa mudah tersinggung, timbulnya rasa takut, merasa sedih, dan gelisah. Pada mahasiswa di Jawa Barat menurut tim dosen dan pakar kejiwaan yang tergabung dalam asosiasi Ruang Tengah menunjukkan bahwa sebanyak 11,315,000 mahasiswa di Jawa Barat telah mengalami stres perkuliahan, dan seperempat mahasiswanya sudah didiagnosa mengalami gangguan kejiwaan. Kasus ini mengalami peningkatan yang cukup tinggi semenjak pandemi covid-19 dan lonjakan tertingginya terlihat ketika proses perkuliahan dilakukan secara daring pada 15 Maret 2020 (bandungbergerak.id). Menurut dokter Teddy Hidayat, Sp. KJ, mahasiswa sangat rentan mengalami stres di masa pandemi covid-19 ini, bahkan prestasinya mengalami penurunan yang pesat, dan banyak yang mengalami *drop out*. Penelitian yang dilakukan kepada 863 mahasiswa di Bandung yang dilakukan oleh Tim Ruang Tengah mengenai kesehatan jiwa mahasiswa menunjukkan lebih dari 60% mahasiswa mengalami

stres, cemas, depresi, hingga kecenderungan untuk bunuh diri (bandungbergerak.id). Sebanyak 50.66% mahasiswa menyatakan mengalami depresi dan 7.42% mengalami depresi yang sangat berat. Selain itu juga banyak mahasiswa yang mengalami gejala atau kecenderungan untuk melakukan bunuh diri. Hal ini menunjukkan suatu peningkatan masalah kesehatan jiwa mahasiswa dari sebelum kondisi pandemi covid-19. Pada sebelum masa pandemi covid-19, hasil survey yang juga dilakukan oleh dokter Teddy Hidayat, Sp. KJ kepada mahasiswa Kota Bandung menghasilkan bahwa mahasiswa mengalami depresi sebanyak 30.5%, sebanyak 20% mahasiswa berpikir untuk melakukan bunuh diri, dan sebanyak 6% mahasiswa melakukan percobaan bunuh diri (Khansa & Djamhoer, 2020). Penelitian yang pernah dilakukan oleh Susanto & Azwar (2020) juga mengatakan bahwa sebanyak 6 mahasiswa mengalami *academic burnout* di tingkat rendah, 42 mahasiswa mengalami *academic burnout* di tingkat sedang, dan 28 mahasiswa mengalami *academic burnout* di tingkat tinggi. Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa Universitas Sangga Buana Bandung.

Kondisi-kondisi tersebut yang dialami mahasiswa ketika masa perkuliahan daring yang menjadi sebuah respon dari keyakinan diri mahasiswa terhadap apa yang dapat mereka pahami serta yang bisa mereka lakukan. Keyakinan yang baik dalam menggambarkan kemampuan diri akan memberikan kesempatan guna melakukan tujuan yang akan dicapai secara maksimal, hal ini disebut dengan *self-efficacy* yang memiliki dampak pada keyakinan diri individu untuk bisa berhasil dalam melaksanakan dan mencapai tujuan yang ingin dicapai. Menurut Bandura (dalam Feist dan Feist, 2017) *Self-efficacy* berpadu dengan lingkungan, perilaku sebelumnya, dan pribadi lain, terutama ekspektasi akan hasil yang didapatkan untuk menghasilkan suatu perilaku. Mahasiswa yang memiliki keyakinan diri yang baik dalam mempersepsikan tugas dan tantangan yang diberikan saat perkuliahan akan dapat mencapai tugas tersebut dengan baik dan sukses, sebaliknya apabila mahasiswa memiliki keyakinan yang rendah dalam mempersepsikan tugas dan tantangan perkuliahan maka mahasiswa tidak dapat mencapai tugas tersebut dengan baik bahkan kesulitan beradaptasi dengan perubahan proses pembelajaran yang terjadi di masa pandemi covid-19 ini sehingga dapat mengakibatkan pada kondisi *academic burnout*. Maka dari itu *self-efficacy* pada diri mahasiswa diperlukan untuk bisa menghadapi tantangan perkuliahan daring ini dan mencapai tujuan yang diinginkan. *Self-efficacy* memiliki sifat yang spesifik, pada penelitian ini *self-efficacy* yang dilihat yaitu *academic self-efficacy*.

*Academic self-efficacy* merupakan kepercayaan diri mahasiswa pada kemampuan mereka untuk melaksanakan tugas akademik (Zajacova et al., 2005). Rahmati (dalam Arlinkasari & Akmal, 2017) menyebut bahwa mahasiswa yang tidak memiliki *academic self-efficacy* yang memadai menjadi rentan terhadap *academic burnout* dan kurang memiliki kemampuan untuk beradaptasi. Mahasiswa dengan tingkat *academic self-efficacy* yang tinggi ketika menghadapi masalah akademik tidak akan mudah menyerah dan mencoba untuk menemukan solusi yang tepat untuk memecahkan masalah. Begitu juga sebaliknya, mahasiswa dengan tingkat *academic self-efficacy* yang rendah, mereka akan cenderung menilai suatu masalah lebih sulit daripada apa yang sebenarnya terjadi, lebih rentan terhadap stres, depresi dan tidak memiliki kemampuan pemecahan masalah yang baik. Hal tersebut menunjukkan bahwa *academic self-efficacy* ini berperan dalam menurunkan *academic burnout* pada mahasiswa (Rahmati dalam Arlinkasari & Akmal, 2017).

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka perumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagaimana *academic self-efficacy* pada mahasiswa di Kota Bandung di masa pandemi covid-19?
2. Bagaimana *academic burnout* pada mahasiswa di Kota Bandung di masa pandemi covid-19?
3. Apakah terdapat pengaruh *academic self-efficacy* terhadap *academic burnout* pada mahasiswa di Kota Bandung dimasa pandemi covid-19?

## **B. Metodologi Penelitian**

Peneliti menggunakan metode teknik analisis kausalitas dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Populasi yang dipilih dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif yang berkuliah di

Kota Bandung berusia 18-25 tahun yang berjumlah 143.939 mahasiswa. Dengan teknik pengambilan sampel yaitu Convenience Sampling diperoleh jumlah sampel penelitian sebanyak 400 mahasiswa. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner melalui *google form* dengan menggunakan alat ukur *Academic Self-Efficacy Scale* milik Zajacova, Lynch, & Espenshade (2005) yang telah diadaptasi oleh Rauf (2015), yang berisi 22 item, dan *Maslach Burnout Inventory - Student survey* (MBI – SS) yang disusun oleh Schaufeli (2002) dan telah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh Fitri Arlinkasari & Nur Wahyuni Rauf (2020), yang terdiri dari 15 item. Adapun teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknis analisis deskriptif dengan model regresi linear sederhana.

### C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

#### Pengaruh *Academic Self-efficacy* (X) terhadap *Academic Burnout* (Y)

Berikut adalah penelitian mengenai pengaruh *academic self-efficacy* terhadap *academic burnout*, yang diuji menggunakan teknik analisis regresi linier sederhana. Hasil pengujian dijelaskan pada tabel 1.

**Tabel 1.** Pengaruh *Academic Self-Efficacy* (X) terhadap *Academic Burnout* (Y)

Variabel	Beta	Sig.	t	Derajat Signifikansi	Koefisien Determinasi
X dan Y	0,087	0,000	6,900	Signifikan	0,107

Sumber: Data Penelitian yang Sudah Diolah, 2022.

Dari tabel di atas, dapat diketahui bahwa dari hasil uji analisis regresi *academic self-efficacy* terhadap *academic burnout* didapatkan nilai sig.  $0,000 < 0,05$  yang artinya bahwa *academic self-efficacy* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *academic burnout* mahasiswa Kota Bandung di masa pandemi covid-19.

**Tabel 2.** Uji Koefisien Determinasi

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.327 <sup>a</sup>	0.107	0.105	8.818

Hasil dari uji koefisien determinasi (R Square) pada penelitian ini diperoleh nilai sebesar 0,107, yang dimana artinya bahwa pengaruh *academic self-efficacy* terhadap *academic burnout* memiliki pengaruh sebesar 10.7% pada responden penelitian ini dan sebesar 89.3% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti oleh peneliti. Sedikitnya pengaruh *academic self-efficacy* terhadap *academic burnout* pada penelitian ini juga digambarkan dari hasil pernyataan mahasiswa yang menunjukkan rendahnya kemampuan mahasiswa dalam mengatur peran dan pikirannya antara perkuliahan, pekerjaan, dan keluarga dengan adanya pembelajaran daring di masa pandemi covid-19 sehingga memicu meningkatnya *academic burnout*.

**Tabel 3.** Distribusi Frekuensi *Academic Self-Efficacy*

Kategori	Frekuensi
Rendah	236 (59%)
Tinggi	164 (41%)
<b>Total</b>	<b>400 (100%)</b>

Pada tabel 3, diketahui bahwa hasil penelitian yang didapatkan menunjukkan sebanyak 236 (59%) mahasiswa dari total keseluruhan responden sebanyak 400 mahasiswa memiliki *academic self-efficacy* yang rendah, dan sebanyak 164 (41%) mahasiswa memiliki *academic self-efficacy* yang tinggi. Sehingga dapat disimpulkan bahwa mayoritas mahasiswa Kota Bandung di masa pandemi covid-19 pada penelitian ini memiliki *academic self-efficacy* yang rendah. Berdasarkan hasil analisis data penelitian yang telah dilakukan, mahasiswa merasa tidak

mampu mengatur pikirannya antara tugas kuliah, pekerjaan, dan keluarga dengan adanya pembelajaran daring di masa pandemi covid-19 ini. Mayoritas responden memiliki nilai yang rendah dalam mengatur waktu yang efektif selama perkuliahan daring. Artinya mahasiswa masih kurang mampu dalam melakukan pengaturan waktu ketika melaksanakan perkuliahan daring dimasa pandemi covid-19. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Fajhriani, 2020) yang mengatakan bahwa waktu belajar di masa pandemi covid ini menjadi suatu problematika, dimana mahasiswa memiliki pengaturan waktu yang kurang baik karena tidak dapat beradaptasi dengan proses pembelajaran yang ada pada saat masa pandemi covid-19. Kendala-kendala yang dirasakan mahasiswa saat pembelajaran daring yang mempengaruhi waktu belajarnya yaitu adanya kebiasaan mengecek *handphone* untuk membuka sosial media yang akhirnya dapat menghabiskan banyak waktu belajar yang dimiliki, kewalahan membagi waktu belajar karena harus membantu orang tua dirumah, kesulitan dalam menangkap materi yang diberikan secara *online*, dan banyaknya aktivitas di rumah sehingga mengganggu kegiatan belajar yang menyebabkan kelelahan ketika harus mengerjakan tugas kuliah. Hal-hal itulah yang pada akhirnya membuat mahasiswa kesulitan untuk mengatur waktunya ketika proses pembelajaran daring di masa pandemi covid-19.

**Tabel 4.** Distribusi Frekuensi *Academic Burnout*

<b>Kategori</b>	<b>Frekuensi</b>
Rendah	192 (48%)
Tinggi	208 (52%)
<b>Total</b>	<b>400 (100%)</b>

Pada tabel 4, diperoleh data sebanyak 192 (48%) mahasiswa dari total responden 400 mahasiswa Kota Bandung di masa pandemi covid-19 mengalami *academic burnout* dengan kategori rendah, dan sebanyak 208 (52%) mahasiswa mengalami *academic burnout* yang tinggi. Artinya responden pada penelitian ini merasakan kelelahan akibat tuntutan belajar ketika pembelajaran daring di masa pandemi covid-19. Pada penelitian ini mayoritas mahasiswa kesulitan dalam mengatasi masalah perkuliahan. Masalah jaringan internet menjadi masalah yang mendasar bagi mahasiswa (Fajhriani, 2020), kurangnya kualitas jaringan internet membuat komunikasi saat pembelajaran menjadi tidak lancar yang akhirnya berdampak pada pemahaman yang diterima oleh mahasiswa. Padahal komunikasi yang dilakukan dengan lancar sangat dibutuhkan pada proses pembelajaran. Ketika suatu pemahaman tidak tercapai dengan baik maka proses pembelajaran tersebut menjadi kurang optimal (Nuryati et al., 2021). Selain itu dengan dilakukannya pembelajaran secara daring dirumah membuat mahasiswa mengalami kesulitan untuk fokus pada proses pembelajaran (Fajhriani, 2020).

Berdasarkan hasil perhitungan analisis regresi sederhana pada variabel *academic self-efficacy* dan variabel *academic burnout*, diketahui bahwa *academic self-efficacy* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap *academic burnout* pada mahasiswa Kota Bandung di masa pandemi covid-19 dengan nilai sig.  $0.000 < 0.05$  dan nilai koefisien determinasi ( $R^2$ ) sebesar 0,107 atau 10,7%. Dari data tersebut artinya variabel *academic self-efficacy* hanya memberikan sumbangan sebesar 10,7% dalam menjelaskan terjadinya *academic burnout* pada penelitian ini. Walaupun *academic self-efficacy* hanya memberikan pengaruh sebesar 10,7% namun tetap memberikan sumbangan dalam terjadinya *academic burnout*. Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh (Durán et al., 2006) bahwa *academic self-efficacy* secara umum merupakan prediktor penting dalam keterlibatan mahasiswa yang mengalami *academic burnout*. Pada penelitian ini sebanyak 89.3% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti oleh peneliti. Faktor lain yang dapat mempengaruhi *academic burnout* menurut Khairani & Ifdil (2015) yaitu yang pertama, kurangnya dukungan sosial dimana suatu imbalan yang diharapkan tidak sesuai dengan apa yang dilakukan oleh seorang mahasiswa, maka konsekuensinya dapat merasakan kekecewaan, kesepian, bahkan kemarahan, hal tersebut dikarenakan oleh ketidakpuasan yang ekstrim. Kedua, yaitu konsep diri yang tinggi yang dimiliki oleh mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki konsep diri yang tinggi akan mudah melawan stres dan lebih mungkin untuk

mempertahankan prestasinya saat dalam tekanan. Ketiga, yaitu peran konflik dan ambiguitas. Ketika mahasiswa tidak dapat menangani inkonsistensi antara suatu peran yang diharapkan maka mahasiswa tersebut akan mengalami konflik, sedangkan apabila mahasiswa tidak memiliki suatu informasi tentang tujuan, hak, kewajiban, serta bagaimana cara mahasiswa dapat melaksanakan tugasnya dengan baik maka hal ini merupakan suatu peran ambiguitas. Keempat, merupakan isolasi. Mahasiswa yang merasa terisolasi dikarenakan kurangnya suatu dukungan sosial dan merasa bahwa perasaannya tidak ditangani, maka mahasiswa akan merasakan suatu kekecewaan yang akhirnya dapat mengarah kepada *burnout*.

#### D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dari total 400 responden yang merupakan mahasiswa aktif Kota Bandung, dapat disimpulkan bahwa:

1. Mahasiswa di Kota Bandung memiliki tingkat *academic self-efficacy* yang rendah dimasa pembelajaran daring ketika pandemi covid-19 sebesar 59%. Artinya mahasiswa pada penelitian ini merasa kurang mampu dalam melaksanakan tugas akademik ketika pembelajaran daring. Hal ini disebabkan karena mahasiswa merasakan kewalahan, ketidak yakinan pada kemampuan dirinya dan meragukan dirinya. Mahasiswa merasa tidak mampu mengatur pikirannya antara tugas kuliah, pekerjaan, dan keluarga dengan adanya pembelajaran daring di masa pandemi covid-19.
2. Mahasiswa di Kota Bandung mayoritas memiliki tingkat *academic burnout* yang tinggi dimasa pembelajaran daring ketika pandemi covid-19 sebesar 52%. Artinya mahasiswa pada penelitian ini merasakan kelelahan akibat tuntutan belajar ketika pembelajaran daring di masa pandemi covid-19. Mahasiswa kesulitan dalam mengatasi masalah perkuliahan yang menyebabkan mereka memiliki *academic burnout* dengan tingkat yang tinggi. Masalah yang terjadi pada perkuliahan daring di masa pandemi covid-19 antara lain yaitu jaringan internet yang kurang memadai akibatnya komunikasi saat pembelajaran menjadi tidak lancar yang akhirnya berdampak pada pemahaman yang diterima oleh mahasiswa. Mahasiswa mengalami kesulitan untuk fokus pada proses pembelajaran mengingat kegiatan perkuliahan dilakukan di rumah. Terdapat beberapa mata kuliah yang sulit dilakukan secara daring seperti mata kuliah praktikum karena keterbatasan alat-alat praktikum yang dimiliki dirumah sehingga menjadi sulit untuk memahami mata kuliah praktikum apabila dilakukan secara daring.
3. *Academic self-efficacy* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *academic burnout* pada mahasiswa di Kota Bandung di masa pandemi covid-19. Artinya *academic self-efficacy* ini memiliki pengaruh yang bermakna dan penting, serta memiliki dampak terhadap *academic burnout*.

#### Acknowledge

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada ibu Dewi Rosiana, M.Psi, Psikolog selaku pembimbing dan kepada mahasiswa aktif Kota Bandung selaku responden penelitian yang telah bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian ini sehingga penelitian ini dapat terlaksana.

#### Daftar Pustaka

- [1] Arlinkasari, F., & Akmal, S. Z. (2017). Hubungan Antara School Engagement, Academic Self – Efficacy Dan Academic Burnout Pada Mahasiswa. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 1(2), 81-102. <https://doi.org/10.28932/humanitas.v1i2.418>
- [2] Durán, A., Extremera, N., Rey, L., Fernández-Berrocal, P., & Montalbán, F. M. (2006). Predicting academic burnout and engagement in educational settings: Assessing the incremental validity of perceived emotional intelligence beyond perceived stress and general self-efficacy. *Psicothema*(18):158–164.
- [3] Fajhriani, D. (2020). Manajemen Waktu Belajar di Perguruan Tinggi Pada Masa Pandemi Covid-19. *JIEMAN: Journal of Islamic Educational Management*,2(2): 169-180. <https://doi.org/10.35719/jieman.v2i2.27>
- [4] Febriani, R. D., Hariko, R., Yuca, V., & Magistarina, E. (2021). *Factors Affecting*

- Student's Burnout In Online Learning. Jurnal Neo Konseling*,3(3); 7. 10.24036/00567kons2021
- [5] Feist, J., Gregory J., Feist., Tomi-Ann Roberts. (2017). *Teori Kepribadian (Edisi kedelapan)*. Jakarta: Penerbit Salemba Humanika.
- [6] Hakiki, B. (2021). Pagebluk Picu Naiknya Kasus Gangguan Jiwa pada Mahasiswa. Diakses pada 8 Maret, pada <https://bandungbergerak.id/article/detail/1000/pagebluk-picu-naiknya-kasus-gangguan-jiwa-pada-mahasiswa>
- [7] Hasanah, U., Ludiana, L., Immawati, I., & Ph, L. (2020). Psychological Description of Students in the Learning Process During Pandemic Covid-19. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(3), 299. <https://doi.org/10.26714/jkj.8.3.2020.299-306>
- [8] Khairani, Y., & Ifdil, I. (2015). Konsep Burnout pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling. *Konselor*, 4(4):208.
- [9] Khansa, F., & Djamhoer, T. D. (2020). Hubungan Academic Self Efficacy Dengan Academic Burnout Pada Mahasiswa Di Kota Bandung. 6(2), 6.
- [10] Leiter, M. P., & Maslach, C. (2000). Burnout and Health. In A. Baum, T. Revenson, & J. Singer (Eds.) *Handbook of Health Psychology*. Hillsdale, NJ: Lawrence Earlbaum
- [11] Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001) *Job Burnout. Annual Review of Psychology*, 52,397- 422.<https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397>
- [12] Muflihah, L., & Savira, S. I. (2021). Pengaruh Persepsi Dukungan Sosial terhadap Burnout Akademik Selama Pandemi. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi* 8(2), 11.
- [13] Nuryati, N., Pramono, A. E., & Desristanto, P. (2021). Perspektif Mahasiswa Mengenai Kendala dalam Pembelajaran Kodifikasi Klinis Secara Daring. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 6(3), 190. <https://doi.org/10.22146/jkesvo.65983>
- [14] Rahman, U. (2007). Mengenal Burnout Pada Guru. *Lentera Pendidikan: Jurnal Ilmu Tarbiyah Dan Keguruan*, 10(2), 216-227. <https://doi.org/10.24252/lp.2007v10n2a7>
- [15] Schaufeli, W. B., Martínez, I. M., Pinto, A. M., Salanova, M., & Bakker, A. B. (2002). *Burnout and Engagement in University Students. Journal of Cross-Cultural Psychology*, 33(5), 464–481. doi:10.1177/0022022102033005003
- [16] SE Mendikbud: Pembelajaran secara Daring dan Bekerja dari Rumah untuk Mencegah Penyebaran Covid-19. Diakses pada September 25, 2020, dari <https://www.kemdikbud.go.id/main/blog/2020/03/se-mendikbud->
- [17] Susanto, S., & Azwar, A.G. (2020). Analisis Tingkat Kelelahan Pembelajaran Daring Dalam Masa COVID-19 Dari Aspek Beban Kerja Mental: Studi Kasus Pada Mahasiswa Universitas Sangga Buana. *Jurnal Techno-Socio Ekonomika*,13(2),102-112.
- [18] Susilo, A., Rumende, C. M., Pitoyo, C. W., Santoso, W. D., Yulianti, M., Herikurniawan, H., Sinto, R., Singh, G., Nainggolan, L., Nelwan, E. J., Chen, L. K., Widhani, A., Wijaya, E., Wicaksana, B., Maksum, M., Annisa, F., Jasirwan, C. O. M., & Yuniastuti, E. (2020). Coronavirus Disease 2019: Tinjauan Literatur Terkini. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*, 7(1), 45. <https://doi.org/10.7454/jpdi.v7i1.415>
- [19] Wahyuni Rauf, Nur. (2015). *Hubungan antara academic self efficacy dan kecenderungan mengalami acadenic burnout pada mahasiswa serta tinjauannya menurut Islam*. Diploma thesis, Universitas YARSI.
- [20] Yang, H.-J. (2004). Factors affecting student burnout and academic achievement in multiple enrollment programs in Taiwan's technical–vocational colleges. *International Journal of Educational Development*, 24(3), 283–301. <https://doi.org/10.1016/j.ijedudev.2003.12.001>
- [21] Zajacova, A., Lynch, S. M., & Espenshade, T. J. (2005). Self-Efficacy, Stress, and Academic Success in College. *Research in Higher Education*, 46(6), 677–706. <https://doi.org/10.1007/s11162-004-4139-z>
- [22] Safira, Gita. (2021). Pengaruh *Academic Self Efficacy* terhadap Penyesuaian Akademik Mahasiswa pada Pembelajaran Jarak Jauh. *Jurnal Riset Psikologi*, 1(2), 109-118.