



PENGARUH ACADEMIC SELF-EFFICACY DAN STUDENT ENGAGEMENT TERHADAP ACADEMIC BURNOUT MAHASISWA DALAM PEMBELAJARAN DARING

The Effect of Academic Self-Efficacy and Student Engagement on Student Academic Burnout in Online Learning

Dessy Puspa Anggraini¹, Achmad Chusairi¹

¹Departemen Ilmu Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Airlangga, Surabaya, Indonesia
dessy.puspa.anggraini-2017@psikologi.unair.ac.id

ARTICLE INFO

Article History:

Received:
March, 30th,
2022

Revised:
From April, 9th,
2022

Accepted:
April, 29th,
2022

Published
online April,
30th, 2022

ABSTRACT

Changes in learning methods have the potential to cause psychological effects for students. The impact of these changes puts students at risk of mental health problems, one of which is stress. The research method used in this research is quantitative. This research was conducted on students in the city of Surabaya who underwent online learning, the number of respondents was 153 people. The data collection technique of this research is a survey using a questionnaire. The academic self-efficacy variable in this study was measured using the academic self-efficacy scale, the student engagement variable using the Online Student Engagement Scale (OSE), and the academic burnout variable using Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS). Data analysis used stepwise regression using SPSS for windows application. Based on the research data analysis, the regression of the academic self-efficacy variable on academic burnout showed significant results with $p = 0.000$ and $R^2 = 0.092$. The regression results of academic self-efficacy and student engagement variables on academic burnout showed significant results with $p = 0.000$, $R^2 = 0.023$. There is a significant negative effect between academic self-efficacy on academic burnout. Then in this study the results also show that there is a significant negative effect between student engagement on academic burnout, so it can be concluded that there is a significant simultaneous or joint effect between academic self-efficacy and student engagement variables on academic burnout.
Keywords: Academic self-efficacy, Student engagement, Academic burnout, Daring learning

ABSTRAK

Perubahan metode pembelajaran berpotensi menimbulkan efek psikologis bagi siswa. Dampak dari perubahan tersebut menempatkan siswa pada risiko masalah kesehatan mental, salah satunya adalah stres. Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah kuantitatif. Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa di Kota Surabaya yang menjalani pembelajaran daring, jumlah responden 153 orang. Teknik pengumpulan data penelitian ini adalah survei menggunakan kuesioner. Variabel *academic self-efficacy* dalam penelitian ini diukur dengan menggunakan skala *academic self-efficacy*, variabel student engagement menggunakan *Online Student Engagement Scale* (OSE), dan variabel *academic burnout* menggunakan *Maslach Burnout Inventory-Student Survey* (MBI-SS). Analisis data yang digunakan *stepwise regression* dengan menggunakan aplikasi SPSS for windows. Berdasarkan analisis data penelitian, regresi variabel *academic self-efficacy* terhadap *academic burnout* menunjukkan hasil yang signifikan dengan $p = 0,000$ dan $R^2 = 0,092$. Hasil regresi variabel *academic self-efficacy* dan *student engagement* terhadap *academic burnout* menunjukkan hasil yang signifikan dengan $p = 0,000$, $R^2 = 0,023$. Terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara *academic self-efficacy* terhadap *academic burnout*. Kemudian pada penelitian ini hasil juga menunjukkan bahwa terdapat pengaruh negatif yang signifikan antara *student engagement* terhadap *academic burnout*, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh simultan atau bersama yang signifikan antara variabel *academic self-efficacy* dan *student engagement* terhadap *academic burnout*.

Kata Kunci: *Academic self-efficacy, student engagement, academic burnout, pembelajaran daring.*

PENDAHULUAN

Pandemi *Corona Virus Disease* 2019 COVID-19 telah memengaruhi berbagai kegiatan yang dilakukan oleh manusia. Sejak Maret 2020, WHO telah menyatakan bahwa (COVID-19) atau SARS-CoV-2 sebagai pandemi global (World Health Organization, 2020). Salah satu aspek bidang yang mengalami perubahan dan berdampak besar adalah bidang pendidikan, mulai pendidikan dasar hingga pendidikan tinggi, diwajibkan melakukan pencegahan penyebaran COVID-19 dengan membatasi kerumunan. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia menerapkan kebijakan pembelajaran daring untuk meminimalkan kontak fisik dan menekan penyebaran COVID-19 (Surat Edaran Tentang Pencegahan Penyebaran Corona Virus Disease (Covid-19) Di Perguruan Tinggi, Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan, 2020).

Sistem pembelajaran daring merupakan solusi menanggulangi perkuliahan tatap muka tanpa menghentikan perkuliahan (Zhang et al., 2020). Pembelajaran daring merupakan pembelajaran tanpa bertemu langsung dengan memanfaatkan sistem teknologi jarak jauh secara daring (online) seperti zoom meeting, google meet, google classroom, cisco webex dan lain sebagainya. Pergantian ini mendorong mahasiswa harus mampu menyesuaikan diri terhadap sistem baru. Adanya pembelajaran daring ini diharapkan mahasiswa mampu belajar lebih aktif, mandiri dan dapat menyesuaikan diri dalam hal kendala waktu dan tempat (Pajiranto et al., 2020). Namun, dalam pelaksanaannya kebijakan pembelajaran daring ini mengalami ketidaksesuaian (Pajiranto et al., 2020; Sholihat, 2020).

Hasil temuan oleh Ningsih S, (2020) menunjukkan sebanyak 93,5% mahasiswa memilih belajar secara tatap muka atau luring, dan sisanya 6,5% memilih melakukan pembelajaran daring dari

rumah. Mereka menyatakan hambatan atau kendala yang dirasakan selama pembelajaran daring ini, seperti menjadi boros karena membutuhkan kuota internet, akses internet yang kurang memadai, penjelasan materi yang disampaikan dosen kurang maksimal, interaksi pembelajaran terbatas, dan kesulitan mengikuti media pembelajaran yang digunakan oleh dosen (Adnan & Anwar, 2020; Ananda & Apsari, 2020; Prayogi et al., 2020). Selain itu, menurut penelitian Argaheni, (2020) tentang dampak kuliah daring yaitu mahasiswa menjadi cukup bingung, kurang aktif, kurang mampu berkreativitas dan produktif, serta munculnya stres.

Perubahan metode pembelajaran berpotensi memunculkan efek psikologis tersendiri bagi mahasiswa (Harahap et al., 2020; Kholipah & Dhamanti, 2021). Dampak dari adanya perubahan ini membuat mahasiswa berisiko memunculkan masalah kesehatan mental salah satunya adalah stres. Hasil penelitian oleh Harahap et al., (2020) menunjukkan bahwa tingkat stres belajar mahasiswa selama pandemi COVID-19 75% berada di level sedang, yang mengartikan bahwa selama pandemi COVID-19, sebagian besar mahasiswa mengalami tekanan akademik saat pembelajaran daring, yang kemudian dapat mendorong terjadinya *burnout* ketika mereka tidak mampu mengatasi hal tersebut (Christiana, 2020).

Menurut Fun et al., (2021) *burnout* merupakan salah satu gejala yang paling banyak ditemukan pada pekerjaan helping relationship, seperti guru, psikolog, dokter, dan perawat. Menurut (Maslach et al., 2002) *burnout* tidak hanya dirasakan oleh pekerja sebagai penyedia layanan publik, siswa dan mahasiswa juga dapat mengalami *burnout*. Meskipun istilah *burnout* lebih dikenal dalam kajian individu yang bekerja namun seiring berjalannya waktu, hal ini juga ditemukan pada mahasiswa (Fun et al., 2021).

Burnout yang dialami oleh mahasiswa dalam konteks akademik dikenal dengan istilah *academic burnout*.

Academic burnout merujuk pada perasaan lelah karena tuntutan studi, memiliki sikap sinis terhadap tugas-tugas perkuliahan dan perasaan tidak kompeten sebagai mahasiswa (Schaufeli, dkk., 2002). *Academic burnout* pada dasarnya mengacu pada stres, beban atau faktor psikologis lainnya karena proses pembelajaran yang diikuti mahasiswa sehingga menunjukkan keadaan kelelahan emosional, kecenderungan untuk depersonalisasi dan perasaan prestasi pribadi yang rendah (Yang & Farn, 2004). Selain itu, Muna, (2013) yang menyampaikan bahwa *academic burnout* adalah suatu kondisi mental dimana seorang mahasiswa mengalami kebosanan untuk melakukan aktivitas belajar dan kebosanan tersebut membuat motivasi belajar mahasiswa menurun, timbulnya rasa malas yang besar dan menurunnya prestasi belajar.

Menurut Jiménez-Ortiz et al., (2019) sebanyak 52% mahasiswa mengalami *academic burnout* selama menjalani masa studi. Penelitian Almeida et al., (2016) menunjukkan sebanyak 58% mahasiswa terindikasi mengalami gejala yang mengarah pada kondisi *burnout*. Penelitian lainnya oleh Sutoyo et al., (2018) menemukan sebanyak 44% mahasiswa di Universitas Padjajaran mengalami gejala *burnout* yang tinggi.

Selama pandemi, mahasiswa mengalami gejala-gejala kesehatan mental yang menurun serta mempunyai tingkat kecemasan yang tinggi. Hal ini mengakibatkan mahasiswa rentan mengalami terjadinya *burnout* terkait masalah akademik karena mahasiswa merasa tertekan dengan tugas pada masa COVID-19, tidak mempunyai waktu beristirahat yang cukup, tidak dapat istirahat dengan tenang dan nyaman disebabkan banyaknya tugas yang harus diselesaikan dalam waktu yang singkat (Fatimah & Mahmudah, 2020).

Hasil penelitian Tanjung (2021) diperoleh bahwa prevalensi *academic burnout* dimasa pembelajaran daring pada mahasiswa FK-USU mengalami *academic*

burnout sebesar 56,8%. Dari hasil tersebut menunjukkan bahwa pembelajaran secara daring dapat berakibat pada kualitas tidur yang memburuk karena dihadapkan oleh tugas dengan waktu yang diberikan cukup singkat. Hal serupa juga ditemukan pada mahasiswa Profesi Ners yang mengalami *academic burnout* sedang sebesar 51,9% selama pembelajaran daring. Pembelajaran daring yang cukup lama membuat mereka mengalami kebosanan dan jenuh karena tidak bisa praktik langsung dilapangan, merasa lelah saat melakukan pembelajaran daring yang monoton sehingga perkuliahan yang dijalankan tidak maksimal (Maramis dan Tawaang, 2021).

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi kesulitan yang dihadapi dalam dunia akademik adalah dengan meningkatkan *self-efficacy*. Beberapa hasil penelitian ditemukan bahwa *self-efficacy* merupakan salah satu faktor protektif yang dapat melindungi individu agar tidak mengalami *academic burnout* khususnya pada mahasiswa (Charkhabi et al., 2013; Ugwu et al., 2013).

Bandura (1997) mengartikan *self-efficacy* sebagai sebuah keyakinan terhadap kemampuan diri untuk mengatur dan melakukan serangkaian tindakan untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Konsep *self-efficacy* dalam *setting* akademik disebut dengan *academic self-efficacy*. *Academic self-efficacy* mengacu pada keyakinan yang berkaitan dengan kemampuan dan kesanggupan individu untuk mencapai dan menyelesaikan tugas-tugas akademik yang berdasarkan kepentingan pendidikan, nilai, harapan, serta hasil yang ingin dicapai dalam pembelajaran (Baron & Bryne, 2005).

Berdasarkan penelitian oleh Permatasari, dkk. (2021) menghasilkan bahwa mahasiswa yang memiliki *self-efficacy* yang baik akan mampu mengikuti perkuliahan daring dengan baik dan memiliki *academic burnout* yang rendah. *Self-efficacy* membuat mahasiswa memiliki penilaian atau persepsi yang baik terhadap kemampuannya untuk dapat berhasil dalam

mengikuti perkuliahan daring. Penelitian yang dilakukan oleh Victoriana (2012) menunjukkan bahwa mahasiswa dengan *academic self-efficacy* yang tinggi memiliki akan mampu dalam menghadapi berbagai situasi yang menekannya sehingga *academic burnout* tidak dapat terjadi. Selain itu, *academic self-efficacy* yang baik juga dapat meningkatkan kemampuan menguasai materi perkuliahan yang semakin sulit dan kompleks.

Selain keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan diri, *academic burnout* juga dapat diatasi oleh adanya perasaan, sikap serta perilaku positif terhadap tuntutan akademik atau bisa disebut dengan *student engagement* (Fredricks dalam Arlinkasari dan Akmal., 2017). Ketika seorang mahasiswa menunjukkan keterikatan positif dengan kegiatan akademiknya, maka mahasiswa akan lebih cenderung termotivasi dan menampilkan self-regulated learning yang lebih baik (Arlinkasari dan Akmal, 2017).

Dixon (2015) mendefinisikan *student engagement* sebagai keterlibatan aktif mahasiswa dengan mencurahkan energi, waktu, pikiran, usaha dan perasaan dalam kegiatan belajar dan hubungan yang mereka bangun dengan konten/materi, pengajar dan sesama mahasiswa yang ditunjukkan melalui keterampilan, perilaku, emosi dan kinerja dalam pembelajaran daring atau *online*. Menurut Willms (2003) *student engagement* sebagai rasa memiliki (*belonging*) sebagai mahasiswa, berpartisipasi dalam kelas dan sebagian besar hadir dalam kegiatan perkuliahan. Mahasiswa yang memiliki *student engagement* akan merasa termotivasi dan merasa senang sebagian besar waktunya digunakan untuk kegiatan pembelajaran.

Student engagement memiliki hubungan yang signifikan dengan *academic burnout* dan kedua variabel tersebut berkorelasi negatif (Salmela-Aro & Kuntu, 2010; Ugwu, dkk., 2013). Keadaan psikologis negatif (yaitu, *academic burnout*) dan keadaan psikologis positif (yaitu, *student engagement*) memainkan

peran yang sama dalam proses yang sangat berbeda dalam menciptakan kesejahteraan akademik. Kesejahteraan akademik dapat dihasilkan apabila tingkat *engagement* tinggi dan *burnout* rendah (Salmela-Aro dan Upadyaya, 2013).

Melihat bagaimana *academic burnout* yang dialami mahasiswa dalam pembelajaran daring dapat dinilai sebagai suatu masalah yang dapat diteliti yang kemudian penulis kaitkan dengan variabel lain yaitu *academic self-efficacy* dan *student engagement*.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah kuantitatif. Penelitian kuantitatif merupakan cara yang digunakan untuk menjawab masalah penelitian yang berkaitan dengan data berupa angka dan program statistik. Tipe data yang bersifat kuantitatif melakukan pengambilan data dengan cara mengumpulkan data dalam bentuk angka. Penelitian ini termasuk dalam penelitian eksplanasi atau *explanatory research*. Tujuan dari penelitian eksplanasi adalah menjelaskan hubungan, pengaruh, maupun perbedaan antar satu variabel dengan variabel lain. Dalam penelitian ini, penulis ingin melihat pengaruh *academic self-efficacy* dan *student engagement* terhadap *academic burnout* mahasiswa dalam pembelajaran daring. Selain itu, penulis juga ingin melihat perbedaan pengaruh *academic self-efficacy* dan *student engagement* terhadap *academic burnout* mahasiswa dalam konteks pembelajaran daring.

Variabel bebas dalam penelitian ini terdiri atas dua variabel, yakni *academic self-efficacy* dan *student engagement*. Sedangkan variabel terikat pada penelitian ini ialah *academic burnout*. Responden penelitian yang akan digunakan oleh peneliti memiliki beberapa kriteria tertentu yang harus dipenuhi agar sesuai dengan target penelitian. Populasi dalam penelitian ini diantaranya yaitu: Mahasiswa/i aktif di

Perguruan Tinggi Kota Surabaya, berusia 18 - 25 tahun, dan sedang menjalani pembelajaran daring (pembelajaran jarak jauh).

Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini adalah *non-probability sampling*, dengan *jenis purposive sampling* yaitu teknik pengambilan sampel yang didasarkan pada pertimbangan tertentu seperti sifat-sifat populasi ataupun ciri-ciri yang sudah diketahui sebelumnya.

Sebelum melakukan pengambilan data, peneliti melakukan perencanaan jumlah sampel dengan menggunakan rumus prespektif Tabachnick dan Fidell. Rumus ini digunakan untuk menentukan jumlah minimum sampel dengan jumlah populasi yang tidak diketahui (Tabachnick dan Fidell, 2013).

Rumus prespektif Tabachnick dan Fidell tersebut:

$$N > 50 + 8m$$

Keterangan:

N: Jumlah minimal sampel

M: Jumlah variabel bebas

Berdasarkan kalkulasi dengan rumus tersebut, jumlah minimal sampel yang dibutuhkan adalah 66 responden. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner yang disebarluaskan secara daring kepada responden yang sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan sebelumnya. Kuesioner terdiri dari 5 bagian, yaitu: *informed consent* berisi pernyataan kesediaan partisipan dalam mengisi data dengan keadaan sesungguhnya, halaman pertama merupakan pengisian data diri, halaman kedua berisi pernyataan seputar *academic self-efficacy*, halaman ketiga berisi pernyataan seputar *student engagement*, dan halaman keempat berisi pernyataan seputar *academic burnout*.

Variabel *academic burnout* diukur dengan menggunakan alat ukur *Maslach Burnout Inventory-Student Survey* (MBI-SS) yang dikembangkan oleh Schaufeli dkk. (2002). Peneliti menggunakan alat ukur MBI-SS yang telah diterjemahkan ke

dalam Bahasa Indonesia oleh Arlinkasari dan Rauf (2017) dengan tingkat reliabilitas sebesar 0,913. Alat ukur MBI-SS menggunakan validitas dari penelitian Arlinkasari dan Rauf (2017) yang berjudul “Hubungan antara *School Engagement*, *Academic Self-Efficacy* dan *Academic Burnout* pada Mahasiswa”.

Variabel *academic self-efficacy* diukur menggunakan skala *academic self-efficacy* yang disusun mengacu pada tiga aspek dasar *self-efficacy* dari Bandura (1997). Alat ukur yang digunakan oleh peneliti diadopsi dari skala *academic self-efficacy* yang dikonstruksikan oleh Bhatara Dharma Wijaya (2019) dengan tingkat reliabilitas sebesar 0,891. Alat ukur *academic self-efficacy* menggunakan validitas dari penelitian Bhatara Dharma Wijaya (2019) yang berjudul “Pengaruh Efikasi Diri Akademik, Resiliensi, Dan Motivasi Berprestasi Terhadap Prestasi Akademik Mahasantri UIN Walisongo Semarang”.

Variabel *student engagement* diukur dengan menggunakan alat ukur *Online Student Engagement Scale* (OSE) yang dikembangkan oleh Dixson (2015) sesuai dengan keterlibatan mahasiswa dalam konteks pembelajaran daring yang mengacu teori *student engagement* Handelsman dkk. (2005). Peneliti mengadopsi alat ukur OSE yang telah diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia oleh Rahmania dan Royanto (2021) dengan tingkat reliabilitas sebesar sebesar 0,936. Alat ukur OSE menggunakan validitas dari penelitian Rahmania dan Royanto (2021) yang berjudul “Adaptasi Alat Ukur Keterlibatan Pembelajar Daring Pada Mahasiswa di Indonesia”.

Uji hipotesis menggunakan data yang diperoleh dari skala-skala yang digunakan untuk mengukur variabel dalam penelitian ini. Untuk melakukan analisis data, sesuai dengan tujuannya, penulis menggunakan uji analisis *stepwise regression*. Sebelum melakukan analisis data, penulis melakukan uji asumsi yang termasuk di dalamnya uji normalitas, dan

uji linieritas, uji heterokedesitas, uji multikolinearitas, dan juga dilakukan uji korelasi serta uji autokorelasi untuk memperkuat bahwa terdapat hubungan, dan juga menjadi syarat untuk melakukan analisis dengan metode regresi. Metode regresi menggunakan metode stepwise regression sehingga dapat diketahui penambahan nilai R dan R square ketika menambahkan variabel prediktor lainnya. Perhitungan analisis data dalam penelitian ini menggunakan program SPSS versi 26 for windows.

HASIL

Hasil penelitian pada Tabel 1 menunjukkan bahwa total responden sebanyak 153 orang. Jumlah responden perempuan lebih banyak 114 orang (74,5%) dan laki-laki 39 orang (25,5%). Rentang usia responden didominasi rentang usia 20 -

Tabel 1. Profil Responden Berdasarkan Data Demografi.

Demografi	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	39	25,5
Perempuan	114	74,5
Usia		
18 – 19	22	14,4
20 – 21	62	40,5
22 – 23	61	39,9
24 – 25	8	5,2
Semester		
1 – 2	26	16,9
3 – 4	16	10,4
5 – 6	36	23,5
7 – 8	41	26,8
> 8	34	22,2
IPK		
<2,76	2	1,3
2,76 – 3,00	4	2,6
3,01 – 3,25	20	13,1
3,26 – 3,50	29	18,9
3,51 – 3,75	66	43,1
3,76 – 4,00	32	20,9

Sumber: Data Primer

21 tahun dengan jumlah 62 orang atau

40,5% dari jumlah keseluruhan responden. Lalu sebanyak 39,9% atau 61 orang berada di rentang usia 22 - 23 tahun, 14,4% atau 22 orang berada di rentang usia 18 - 19 tahun, dan 5,2% atau 8 orang berada di rentang usia 24 – 25 tahun. Berdasarkan tingkatan semester dari responden penelitian cukup bervariasi. Frekuensi terendah pada tingkat semester 3 - 4 terdapat 10,4% atau 16 orang responden, dan tertinggi pada tingkat semester 7 - 8 terdapat 26,8% atau 41 orang responden. Berdasarkan nilai IPK (Indeks Prestasi Kumulatif), sebagian besar responden memiliki IPK 3,51 – 3,75 sebanyak 66 orang (43,1%), dan terendah pada IPK <2,76 sebanyak 2 orang (1,3%).

Sedangkan hasil analisis statistic deskriptif yang ditunjukkan pada Tabel 2, dapat diketahui bahwa jumlah N untuk variabel *academic self-efficacy* adalah sebanyak 153 orang. Hal tersebut menunjukkan jumlah data yang valid dan layak untuk dianalisis adalah sebanyak 153 responden. Pada pengukuran variabel *academic self-efficacy* nilai rata-ratanya adalah 69,84. Selain itu, dari tabel tersebut juga dapat diketahui nilai *range* atau kisaran nilainya adalah sebesar 64 dengan nilai tertinggi yang diperoleh responden adalah 105 dan nilai terendahnya 41. Untuk variabel *student engagement*, diketahui jumlah data yang layak untuk dianalisis adalah sebanyak 153 responden dengan nilai rata-rata 50,85. Selain itu, dapat diketahui pula nilai terendahnya yakni 24 dan nilai tertingginya 86 dengan *range* 62. Untuk variabel *academic burnout* diketahui bahwa data yang valid dan layak untuk dianalisis adalah sebanyak 153 responden dan diketahui bahwa nilai *range* adalah 52 dengan nilai rata-rata 56,38. Nilai tertinggi responden adalah 81 dan nilai terendahnya adalah 29.

Nilai *skewness* memberikan informasi mengenai apakah distribusi data penelitian simetris atau tidak, sedangkan *kurtosis* memberikan informasi mengenai keruncingan atau sebaran suatu data. Distribusi data yang benar-benar normal

Tabel 2. Hasil Analisis Deskriptif

Keterangan	Academic Self-Efficacy	Student Engagement	Academic Burnout
N	153	153	153
Rata-rata	69,84	50,85	56,38
Standar Deviasi	12,987	14,364	11,434
Kurtosis	-0,772	-0,644	-0,562
Skewness	0,129	0,196	-0,087
Range	64	62	52
Nilai Minimal	41	24	29
Nilai Maksimal	105	86	81

Sumber: Data Primer

adalah ketika nilai *skewness* dan kurtosis adalah 0 (Pallant, 2005). Data *academic self-efficacy* memiliki nilai *skewness* sebesar 0,129 yang mengindikasikan bahwa data menyimpang ke arah positif, data *student engagement* dengan nilai *skewness* sebesar 0,196 yang mengindikasikan bahwa data menyimpang ke arah positif, sedangkan variabel *academic burnout* memiliki taraf *skewness* sebesar -0,087 yang mengindikasikan data menyimpang ke arah negatif. Nilai *kurtosis* pada data *academic self-efficacy* memiliki nilai sebesar -0,772 yang mengidentifikasikan bahwa data yang bernilai negatif akan menunjukkan puncak distribusi data yang berkumpul di tengah dan membentuk kurva yang lancip. Nilai *kurtosis* pada data *student engagement* memiliki nilai -0,644 yang menunjukkan bahwa data bernilai negatif yang berarti data berkumpul di tengah dan membentuk kurva lancip. Pada nilai *kurtosis academic burnout* memiliki nilai sebesar -0,562 yang menunjukkan bahwa data bernilai negatif dapat disimpulkan data berkumpul di tengah serta membentuk kurva lancip.

Pada proses pengukuran atribut psikologis, perlu adanya pemberian makna terkait interpretasi pada skor yang telah dihasilkan. Interpretasi pada skor skala psikologis dibagi dalam beberapa pengelompokan kategori atas responden. Penelitian ini menggunakan kategorisasi *stanfive* yang mana responden dibagi menjadi lima kategori yaitu sangat tinggi,

tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Perhitungan kategorisasi *stanfive* didasarkan pada *mean* dan standar deviasi dari masing-masing aspek yang diukur. *Mean* dan standar deviasi kemudian nantinya akan dimasukkan kedalam rumus kategorisasi *stanfive* (Azwar, 2015).

Rumus Stanfive:

1. $(\text{Mean} + 1,5 \text{ SD}) < X$: Sangat Tinggi
2. $(\text{Mean} + 0,5 \text{ SD}) < X \leq (\text{Mean} + 1,5 \text{ SD})$: Tinggi
3. $(\text{Mean} - 0,5 \text{ SD}) < X \leq (\text{Mean} + 0,5 \text{ SD})$: Sedang
4. $(\text{Mean} - 1,5 \text{ SD}) < X \leq (\text{Mean} - 0,5 \text{ SD})$: Rendah
5. $X \leq (\text{Mean} - 1,5 \text{ SD})$: Sangat Rendah

Penormaan kelompok *Academic Self-Efficacy*, *Student Engagement*, dan *Academic Burnout* berdasarkan rumus *stanfive* di setiap alat ukur dalam penelitian ini bisa dilihat di berikut.

Pada Tabel 3 menunjukkan nilai responden pada kategorisasi rendah pada alat ukur *academic self-efficacy* merupakan yang tertinggi dengan jumlah sebesar 49 responden. Tabel 4 menunjukkan hasil penormaan alat ukur *student engagement*, nilai responden pada kategori sedang pada alat ukur ini merupakan yang tertinggi dengan jumlah responden sebanyak 53 responden. Tabel 5 menunjukkan hasil penormaan alat ukur *academic burnout*, nilai responden pada kategori sedang pada alat ukur ini merupakan yang tertinggi

Tabel 3. Kategorisasi Nilai Alat Ukur *Academic Self-Efficacy*

Norma	Frekuensi (n)	Persentase (%)	Kategorisasi
$89 < X$	7	4,57	Sangat Tinggi
$76 < X \leq 89$	47	30,71	Tinggi
$63 < X \leq 76$	42	27,45	Sedang
$51 < X \leq 63$	49	32,03	Rendah
$X \leq 51$	8	5,23	Sangat Rendah

Tabel 4. Kategorisasi Nilai Alat Ukur *Student Engagement*

Norma	Frekuensi (n)	Persentase (%)	Kategorisasi
$72 < X$	11	7,19	Sangat Tinggi
$58 < X \leq 72$	37	24,18	Tinggi
$44 < X \leq 58$	53	34,64	Sedang
$29 < X \leq 44$	41	26,79	Rendah
$X \leq 29$	11	7,19	Sangat Rendah

Tabel 5. Kategorisasi Nilai Alat Ukur *Academic Burnout*

Norma	Frekuensi (n)	Persentase (%)	Kategorisasi
$73 < X$	9	5,88	Sangat Tinggi
$62 < X \leq 73$	39	25,49	Tinggi
$50 < X \leq 62$	57	37,25	Sedang
$39 < X \leq 50$	35	22,88	Rendah
$X \leq 39$	13	8,49	Sangat Rendah

dengan jumlah responden sebanyak 57 responden.

Tabel 6. Uji Korelasi antar Variabel

	AB	ASE	SE
AB	1.000	-.303**	-.274**

Sumber: Data Primer **p<0.01

Dari tabel di atas dapat disimpulkan bahwa variabel *academic self-efficacy* terdapat hubungan negatif terhadap *academic burnout* dilihat dari signifikansi 0,000 yang mana nilai tersebut $p < 0,01$. Sedangkan untuk kekuatan hubungan antar kedua variabel tersebut masuk dalam kategori sedang, dilihat dari nilai koefisien

-0,303 yang berada pada rentang 0,30-0,49 dengan artian kekuatan hubungan yaitu sedang. Dalam uji korelasi ini dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif di tingkat sedang antara variabel *academic self-efficacy* dengan *academic burnout*. Hal ini berarti nilai *academic self-efficacy* naik, maka nilai *academic burnout* turun, begitu juga sebaliknya.

Dalam variabel *student engagement* terhadap *academic burnout* terdapat hubungan negatif, dapat dilihat dari signifikansi sebesar 0,001 yang mana nilai tersebut $p < 0,01$. Sedangkan untuk kekuatan hubungan antara kedua variabel tersebut masuk dalam kategori sedang, dilihat dari nilai koefisien -0,274 yang berada pada

Tabel 7. Hasil Uji Regresi Model Summary.

Model	Var independen	R	R ²	Delta R ²	SE of estimate	F	p (F)	t	Beta	p (t)
1	Konstan	0.303	0.092	0.092	10.93	15.223	0.000	15.418		.000
	ASE							-3.902	-0.303	.000
2	Konstan	0.339	0.115	0.023	10.82	9.749	0.000	15.633		.000
	ASE							-2.596	-0.224	.000
	SE							-1.994	-0.172	.048

rentang 0,10-0,29 dengan artian kekuatan hubungan yaitu rendah. Dalam uji korelasi ini dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif di tingkat rendah antara variabel *student engagement* dengan *academic burnout*. Hal ini berarti nilai *student engagement* naik, maka nilai *academic burnout* turun. Begitu pula sebaliknya.

Hasil analisis dengan *stepwise regression* dibagi ke dalam 2 model, yaitu model 1, yaitu *academic self-efficacy* dan model 2 yaitu *academic self-efficacy* dan *student engagement*. Hasil menunjukkan bahwa model 1 signifikan ($F(1, 151) = 15.223, p = 0.000, R^2 = 0.092$); pada model 2 signifikan ($F(1, 150) = 9.749, p = 0.000, R^2 = 0.115$).

Merujuk pada model 1, variabel *academic self-efficacy* menunjukkan tambahan sumbangan efektif sebesar $R^2 = 0.092$ di mana $\beta = -0.303, t(153) = -3.902, p = 0.000$. Sementara pada model 2, dapat terlihat bahwa *student engagement* hanya menambahkan sumbangan efektif terhadap model sebesar $R^2 = 0.023$ di mana $\beta = -0.172, t(153) = -1.994, p = 0.048$. Hal ini menunjukkan bahwa variabel *academic self-efficacy* merupakan variabel terpenting dalam penelitian ini karena memiliki sumbangan efektif sebesar 9,2 persen terhadap variabel *academic burnout*.

Hasil perhitungan regresi variabel *academic self-efficacy* terhadap *academic burnout* yang terdapat dalam model 1 menunjukkan hasil bahwa *academic self-efficacy* signifikan terhadap *academic burnout* dengan hasil ($F(1, 151) = 15.223, p = 0.000, R^2 = 0.092$). Variabel *academic self-efficacy* pada model 1 menunjukkan tambahan sumbangan efektif terhadap *academic burnout* sebesar $R^2 = 0.092$ di mana $\beta = -0.303, t(153) = -3.902, p = 0.000$. Hasil tersebut diketahui bahwa hipotesis nol (H_1 nol) ditolak, artinya terdapat probabilitas hipotesis alternatif (**H_{a1}**) diterima, di mana *academic self-efficacy* mampu memprediksi secara signifikan terhadap kemunculan *academic burnout*.

Hasil perhitungan regresi hierarkis variabel *student engagement* terhadap *academic burnout* yang terdapat dalam model 2 menunjukkan hasil bahwa *student engagement* signifikan terhadap *academic burnout* dengan hasil ($F(1, 150) = 9.749, p = 0.000, R^2 = 0.023$). Variabel dukungan sosial pada model 3 menunjukkan tambahan sumbangan efektif terhadap kualitas hidup sebesar $R^2 = 0.023$ di mana $\beta = -0.172, t(153) = -1.994, p = 0.048$. Dari hasil tersebut menyatakan bahwa terdapat probabilitas hipotesis alternatif (**H_{a2}**) yang diterima, yang mana *student engagement* mampu memprediksi secara signifikan terhadap kemunculan *academic burnout*. Hasil analisis regresi menunjukkan persamaan model 2 sebagai berikut:

$$Y = a + BX$$

$$Y = a + \beta_1 \text{ academic self-efficacy} + \beta_2 \text{ student engagement} + \text{error}$$

$$Y = \text{konstan} - 0.224 \text{ academic self-efficacy} - 0.172 \text{ student engagement} + \text{error}$$

Jika ditinjau dari koefisien regresi *academic self-efficacy* maka ditemukan angka sebesar -0.224 yang berarti penambahan satu unit variabel *academic self-efficacy* akan mengurangi *academic burnout* sebesar 0,224. Kemudian penambahan satu unit variabel *student engagement* akan mengurangi *academic burnout* sebesar 0,172. Dengan melihat model 2 dapat diketahui bahwa *academic self-efficacy* dan *student engagement* secara bersamaan dapat memprediksi *academic burnout*, hal ini berarti H_03 ditolak dan terdapat probabilitas (**H_{a3}**) diterima.

PEMBAHASAN

Penelitian ini terdapat 153 responden dengan kriteria mahasiswa berusia 18 - 25 tahun yang menempuh pendidikan di perguruan tinggi di Kota Surabaya baik negeri maupun swasta yang sedang menjalani pembelajaran daring. Berdasarkan hasil data demografi dalam penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa berusia 18 - 25 tahun yang

menempuh pendidikan di perguruan tinggi di Kota Surabaya baik negeri maupun swasta yang sedang menjalani pembelajaran daring didominasi oleh perempuan sebesar 74,5%. Hal tersebut sesuai dengan jumlah populasi yang mana sebagian besar didominasi oleh mahasiswi (Pangkalan Data Perguruan Tinggi, 2019).

Penelitian ini telah menentukan kategorisasi tertinggi dalam masing-masing alat ukur dalam tiap variabel. Kategorisasi tertinggi pada *academic self-efficacy* sebagian besar responden termasuk ke dalam kategori rendah dengan jumlah 49 orang atau 32,03%. Temuan tersebut tidak sesuai dengan penelitian Permatasari et al., (2021) yang menghasilkan *self-efficacy* mahasiswa Universitas Hasanuddin dalam pembelajaran daring berada pada kategori sedang mendekati tinggi yang mengindikasikan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki penilaian atau persepsi yang cukup baik terhadap kemampuan dirinya untuk berhasil dalam mengikuti pembelajaran daring. Mahasiswa memiliki penilaian terhadap dirinya bahwa dirinya mampu untuk menyelesaikan tugas atau tanggung jawabnya dalam pembelajaran daring. Hasil kategorisasi *academic self-efficacy* dalam penelitian ini berbeda dengan hasil penelitian oleh F. Arlinkasari & Akmal, (2017) yang menghasilkan *academic self-efficacy* mahasiswa berada dalam kategori tinggi.

Kategorisasi tertinggi pada *student engagement* sebagian besar responden termasuk ke dalam kategori sedang dengan jumlah 53 orang atau 34,64%. Didukung oleh penelitian Andriani, (2021) yang menghasilkan bahwa *student engagement* mahasiswa baru angkatan 2020 di Universitas Sumatera Utara yang melaksanakan pembelajaran daring di masa pandemi COVID-19 berada pada kategori sedang sebanyak 232 responden atau 62,7%. Hal ini bisa disebabkan karena lingkungan belajar yang berbeda, kondisi mahasiswa belajar secara mandiri atau tidak di bawah pengawasan oleh dosen, dan lain-lainnya.

Berbeda dengan hasil penelitian Delia dan Kusdiyati, (2021) yang diketahui bahwa mahasiswa selama pembelajaran jarak jauh di masa COVID-19 memiliki *student engagement* tinggi sebanyak 82,3%. Didukung dengan penelitian pada mahasiswa dalam pembelajaran daring saat pandemi COVID-19 oleh Nurrahma (2021) yang menghasilkan bahwa sebagian besar responden (96%) memiliki *student engagement* dalam kategori tinggi. Penelitian oleh F. Arlinkasari & Akmal, (2017) yang menunjukkan hasil *engagement* mahasiswa berada dalam kategori tinggi.

Sebagian besar responden pada *academic burnout* dalam kategori sedang dengan jumlah 57 orang atau 37,52%. Hasil ini sejalan dengan penelitian Permatasari et al., (2021) yang menghasilkan bahwa tingkat *academic burnout* mahasiswa dalam pembelajaran daring sebagian besar menemui banyak kesulitan dalam menghadapi tuntutan akademik, tetapi masih mampu untuk mengatasi dan menyelesaikan tuntutan tersebut. Salah satu penyebab mahasiswa mengalami *academic burnout* adalah kondisi perkuliahan yang menuntut banyaknya usaha. Mahasiswa cenderung perlu memberikan usaha yang lebih besar dalam mengatasi berbagai kendala dalam pembelajaran daring. Meski mahasiswa dihadapkan pada berbagai kendala tersebut, mereka tetap bisa puas dengan pembelajaran daring yang berlangsung selama ini (Permatasari et al., 2021; Susanto & Azwar, 2020).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Maramis & Tawaang, (2021) bahwa *burnout* pada mahasiswa Profesi Ners di Universitas Klabat berada pada kategori sedang. Hal tersebut didasarkan dari hasil wawancara pada penelitian tersebut yang menunjukkan bahwa pembelajaran daring dapat berakibat pada kualitas tidur yang memburuk karena dihadapkan oleh tugas dengan waktu yang singkat. Didukung dengan penelitian oleh F. Arlinkasari & Akmal, (2017) yang

menghasilkan bahwa *academic burnout* mahasiswa berada dalam kategori sedang.

Pengaruh Academic Self-Efficacy dengan Academic Burnout.

Academic self-efficacy menjadi prediktor terhadap *academic burnout*. *Academic self-efficacy* dapat memprediksi *academic burnout* mahasiswa dalam pembelajaran daring. Hasil penelitian ini sejalan dengan beberapa penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa *academic self-efficacy* dan *academic burnout* berhubungan secara negatif. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Jenaabadi et al., (2017) menunjukkan bahwa *academic burnout* berhubungan signifikan dengan *self-efficacy* pada mahasiswa. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Orpina & Prahara, (2019) juga mendukung hasil penelitian ini, yakni *self-efficacy* dan *academic burnout* berhubungan secara negatif pada mahasiswa yang bekerja.

Menurut Yu et al., (2016) menyatakan bahwa *self-efficacy* mampu memprediksi *academic burnout* pada mahasiswa. Ini dapat terjadi karena tinggi atau rendahnya *self-efficacy* dapat berpengaruh terhadap perilaku dan *outcome* mahasiswa. *Self-efficacy* dapat memengaruhi pilihan mahasiswa dalam menghadapi tuntutan akademik seperti, tujuan, reaksi emosional, usaha, penyesuaian dan penolakan. Mahasiswa dengan *self-efficacy* yang tinggi dapat menghadapi dan mengatasi tuntutan akademik dengan sikap yang tenang dan begitu pula sebaliknya. Namun apabila mahasiswa dengan *self-efficacy* yang rendah akan memiliki keyakinan bahwa dirinya tidak akan mampu menghadapi dan mengatasi berbagai tuntutan akademik yang dihadapinya. Mahasiswa yang tidak memiliki *academic self-efficacy* yang memadai menjadi rentan terhadap *academic burnout* dikarenakan mereka akan cenderung menilai masalah lebih sulit daripada yang sebenarnya, mengalami stres, depresi dan tidak memiliki kemampuan pemecahan masalah yang baik. Hal tersebut

menunjukkan bahwa *academic self-efficacy* turut berperan dalam menurunkan *academic burnout* pada mahasiswa (Rahmati, 2015).

Hasil-hasil penelitian ini menunjukkan bahwasannya peningkatan *academic self-efficacy* dapat menurunkan atau mencegah terjadinya *academic burnout* pada mahasiswa.

Pengaruh Student Engagement terhadap Academic Burnout

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa *student engagement* berhubungan negatif dengan *academic burnout*. Maka dari itu, *student engagement* dapat memprediksi *academic burnout* mahasiswa dalam pembelajaran daring sebesar 2,3% dan 97,7% diprediksi oleh variabel lainnya. Pada penelitian dari Salmela-Aro & Upadyaya, (2013) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *engagement* dengan *burnout* dalam konteks pendidikan. Variabel *engagement* memiliki hubungan yang signifikan dan berkolerasi negatif dengan variabel *burnout*. Dalam penelitian ini kesejahteraan akademik dapat dihasilkan apabila tingkat *engagement* tinggi dan *burnout* rendah sehingga berperan penting untuk kesejahteraan secara keseluruhan di kemudian hari, Mencegah *burnout* dan meningkatkan *engagement* di lingkungan pendidikan dapat berperan sebagai peran kunci dalam mendukung kesejahteraan kaum muda.

Diperkuat oleh penelitian lain yang dilakukan Jiménez-Ortiz et al., (2019) & Pérez-fuentes et al., (2021) menunjukkan bahwa terdapat korelasi negatif antara *student engagement* dan *academic burnout*. Penelitian serupa juga dilakukan oleh Maslach et al., (2002) pada mahasiswa di Spanyol yang menghasilkan bahwa terdapat korelasi negatif antara *student engagement* dan *academic burnout*.

Student engagement dapat memprediksi atau mengukur tingkat *academic burnout* pada mahasiswa. Mahasiswa dengan *student engagement* yang tinggi akan merasa terikat dengan

perkuliahannya secara positif, keterikatan tersebut membantu menurunkan *academic burnout* yang dirasakan. Sehingga mahasiswa dengan *student engagement* yang tinggi akan memiliki tingkat *academic burnout* yang rendah (Arlinkasari dan Akmal, 2017).

Pengaruh Academic Self-Efficacy dan Student Engagement terhadap Academic Burnout

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *academic self-efficacy* dan *student engagement* secara bersama-sama menjadi prediktor *academic burnout* mahasiswa dalam pembelajaran daring dengan menyatakan bahwa variabel *academic self-efficacy* dan *student engagement* dapat memprediksi secara simultan terhadap *academic burnout* sebesar 11,5%, sedangkan 88,5% diprediksi oleh variabel lainnya. Hal ini menunjukkan bahwa variabel *academic self-efficacy* merupakan variabel terpenting karena efektif terhadap *academic burnout* mahasiswa dalam pembelajaran daring. Selain itu, *academic self-efficacy* akan mengurangi *academic burnout*, sedangkan *student engagement* akan mengurangi *academic burnout*.

Penelitian ini konsisten sesuai dengan penelitian F. Arlinkasari & Akmal, (2017) yang menghasilkan bahwa variabel *academic self-efficacy*, *engagement* dan *academic burnout* saling berhubungan secara signifikan. Dalam hasil uji analisis data di penelitian ini diperoleh bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *academic self-efficacy* dan *academic burnout* pada mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa *academic self-efficacy* dapat memprediksi tingkat *academic burnout* pada mahasiswa di Jakarta. Diperkuat dengan hasil penelitian oleh Permatasari et al., (2021) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self-efficacy* dengan *academic burnout* pada mahasiswa S1 Universitas Hasanuddin dalam pembelajaran daring. Peningkatan *academic self-efficacy* dapat menurunkan atau mencegah terjadinya

academic burnout pada mahasiswa. *Self-efficacy* yang cenderung tinggi pada mahasiswa mengindikasikan bahwa mahasiswa dapat mengembangkan perspektif dan pendapat yang positif terhadap pembelajaran daring serta menjadi lebih tertarik untuk berpartisipasi dalam pembelajaran daring kedepannya (Zimmerman & Kulikowich, 2016).

Hartnup et al., (2018) mengatakan bahwa ketika pembelajaran dilakukan secara daring, maka akan menghasilkan lingkungan yang baru dalam membentuk perilaku keterlibatan belajar mahasiswa yang baru pula. Perilaku terlibat dalam pembelajaran daring tersebut dapat meningkat ataupun menurun. Skema baru dari pembelajaran daring adalah dapat menjaga hubungan dan membangun hubungan baru, serta menyediakan dukungan akademik yang memadai. Tiga peluang tersebut dapat muncul karena peningkatan penggunaan media sosial dan platform yang nyaman digunakan selama pembelajaran daring (Hartnup et al., 2018).

Hasil penelitian oleh Harahap et al., (2020) menunjukkan bahwa tingkat stres belajar mahasiswa selama pandemi COVID-19 75% berada di level sedang, yang mengartikan bahwa selama pandemi COVID-19, sebagian besar mahasiswa mengalami tekanan akademik saat pembelajaran daring. Dengan begitu, tingkat stres yang dialami mahasiswa tersebut mengakibatkan mahasiswa mengalami kejenuhan (*burnout*) (Harahap et al., 2020; Prayogi et al., 2020). Hal tersebut dikarenakan penyebab dari *burnout* salah satunya mengacu kepada stres (Christiana, 2020; Rahmasari et al., 2021). Salah satu penyebab *academic burnout* yang dialami oleh mahasiswa adalah stres akademik. *Academic burnout* berhubungan langsung terhadap stres akademik yang meliputi tuntutan akademik, tekanan waktu, kurangnya kesempatan, harapan orang tua yang tinggi, seringnya evaluasi pembelajaran, dan persaingan dengan teman sebaya dalam lingkup akademik. Stres akademik yang berkepanjangan atau

stres kronik dapat memicu mahasiswa untuk mengalami *academic burnout* (Gan et al., 2012). Menurut Nurrahma et al., (2021) menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara stres akademik dengan *student engagement* pada mahasiswa Universitas Negeri Jakarta. Artinya, apabila tingkat stres akademik meningkat maka *student engagement* akan menurun dan begitu pula sebaliknya.

Hasil penelitian oleh Ugwu et al., (2013) pada mahasiswa universitas di Nigeria menghasilkan *student engagement* memiliki hubungan yang signifikan dengan *academic burnout* dan kedua variabel tersebut berkorelasi negatif. Sejalan dengan penelitian sebelumnya oleh Akbaşlı et al., (2019) pada mahasiswa yang berkuliah di salah satu universitas negeri di Ankara, Turki. Temuan penelitiannya menunjukkan bahwa tingkat hubungan antara *student engagement* dan subskala *burnout* (kelelahan, sinisme, kemandirian akademik) adalah moderat. *Student engagement* ditemukan menjadi prediktor signifikan dari semua subskala *burnout*. Berdasarkan pada pemaparan tersebut, maka dapat dipahami bahwa peningkatan *academic self-efficacy* dan *student engagement* dapat menurunkan atau mencegah *academic burnout* pada mahasiswa. Kelemahan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode penelitian kuesioner. Sehingga aspek yang diteliti terbatas tanpa penggalan lebih dalam. Peneliti tidak dapat mengawasi secara penuh pengisian kuesioner oleh responden karena pengisian kuesioner menggunakan *google form*, pengambilan data yang menggunakan alat ukur yang bersifat *self-report* cenderung terdapat bias dalam menjawab pertanyaan-pertanyaan yang diajukan, serta adanya pandemi COVID-19 yang mengakibatkan peneliti tidak bisa bertatap muka langsung dengan responden. Sehingga pengambilan data hanya bisa dilakukan secara daring.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan analisis data, didapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh negatif yang signifikan *academic self-efficacy* terhadap *academic burnout*. Selain itu, pada penelitian ini didapatkan pula hasil bahwa terdapat pengaruh negatif yang signifikan pada *student engagement* terhadap *academic burnout*. Kemudian, apabila diuji secara bersamaan didapat hasil bahwa terdapat pengaruh secara simultan atau bersama-sama yang signifikan dari variabel *academic self-efficacy* dan *student engagement* terhadap *academic burnout*.

Saran bagi peneliti selanjutnya untuk dapat mempresentasikan secara keseluruhan faktor yang dapat menggambarkan terkait *academic burnout*, membandingkan tingkat *academic self-efficacy* dan *student engagement* terhadap *academic burnout* mahasiswa antara laki-laki dan perempuan dalam pembelajaran daring, serta dapat mencari variabel lainnya yang diduga berperan pula dalam mempengaruhi *academic burnout* pada mahasiswa dalam pembelajaran daring seperti keperibadian, perilaku belajar, dan dukungan sosial.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada responden yang telah bersedia menjadi bagian dari penelitian ini dan kepada Universitas Airlangga atas supportnya dalam penelitian ini.

REFERENSI

- Adnan, M., & Anwar, K. (2020). Daring learning amid the COVID-19 pandemic: Students' perspectives. *Journal of Pedagogical Sociology and Psychology*, 2(1), 45–51.
- Akbaşlı, S., Arastaman, G., Feyza, G. Ü. N., & Turabik, T. (2019). School engagement as a predictor of burnout in university students. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 45(45), 293–309.

- Almeida, G. D., Souza, H. R., Almeida, P. C., Almeida, B. D., & Almeida, G. H. (2016). The prevalence of burnout syndrome in medical students. *Archives of Clinical Psychiatry (São Paulo)*, 43(1), 6–10.
- Ananda, S. S., & Apsari, N. C. (2020). Mengatasi stres pada remaja saat pandemi COVID-19 dengan teknik self-talk. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(2), 248–256.
- Andriani, L. (2021). Gambaran Student Engagement pada Mahasiswa Baru Universitas Sumatera Utara Selama Melaksanakan Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19. Medan: Universitas Sumatera Utara.
- Argaheni, N. B. (2020). Sistematis Review: Dampak Perkuliahan Daring Saat Pandemi COVID-19 Terhadap Mahasiswa Indonesia. *PLACENTUM: Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya*, 8(2), 99–108.
- 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.
- Arlinkasari, Fitri, Akmal, S. Z., & Strength, C. (2017). Hubungan antara School Engagement , Academic Self-Efficacy dan Academic Burnout pada Mahasiswa Hubungan antara School Engagement , Academic Self-Efficacy dan Academic Burnout pada Mahasiswa. *Humanitas*, 1(2), 81–102. <https://doi.org/10.28932/humanitas.v1i2.418>
- Charkhabi, M., Azizi Abarghuei, M., & Hayati, D. (2013). The Association of Academic Burnout with Self-Efficacy and Quality of Learning Experience Among Iranian Students. *Springerplus*, 2(1), 1–5.
- Christiana, E. (2020). Burnout akademik selama pandemi covid 19. *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan Dan Konseling Mengukuhkan Eksistensi Peran BK Pasca Pandemi Covid19 Di Berbagai Setting Pendidikan*, 3(1), 1–10.
- Delia, N., & Kusdiyati, S. (2021). Pengaruh Resiliensi terhadap Student Engagement Mahasiswa Selama Pembelajaran Jarak Jauh. *Prosiding Psikologi: Seminar Penelitian Sivitas Akademika Unisba*, 7(2), 250–256.
- Fatimah, S., & Mahmudah, U. (2020). Howe-learning students' mental health during COVID-19 pandemic: An empirical study. *Jurnal Riset Pedagogik*, 4(1), 114–124.
- Fun, L. F., Kartikawati, I. A. N., Imelia, L., & Silvia, F. (2021). Peran bentuk social support terhadap academic burnout pada mahasiswa Psikologi di Universitas "X" Bandung. *MEDIAPSI*, 7(1), 17–26.
- Gan, Z., Li, Y., Xie, D., Shao, C., Yang, F., Shen, Y., Zhang, N., Zhang, G., Tian, T., Yin, A., Chen, C., Liu, J., Tang, C., Zhang, Z., Liu, J., Sang, W., Wang, X., Liu, T., Wei, Q., ... Zhang, J. (2012). The impact of educational status on the clinical features of major depressive disorder among Chinese women. *Journal of Affective Disorders*, 136(3), 988–992. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2011.06.046>
- Harahap, A. C. P., Harahap, D. P., & Harahap, S. R. (2020). Analisis Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Selama Pembelajaran Jarak Jauh Dimasa Covid-19. *Biblio Couns : Jurnal Kajian Konseling Dan Pendidikan*, 3(1), 10–14.
- Hartnup, B., Dong, L., & Eisingerich, A. B. (2018). How an environment of stress and social risk shapes student engagement with social media as potential digital learning platforms: Qualitative study. *JMIR Medical Education*, 20(7), 1–12.

- Jenaabadi, H., Nastiezaie, N., & Safarzaie, H. (2017). The relationship of academic burnout and academic stress with academic self-efficacy among graduate students. *The Education Review*, 49(3), 65–76.
- Jiménez-Ortiz, J. L., Islas-Velle, R. M., Jiménez-Ortiz, J. D., Pérez-Lizárraga, E., Hernández-García, M. E., & González-Salazar, F. (2019). Emotional exhaustion, burnout, and perceived stress in dental students. *Journal of International Medical Research*, 47(9), 4251–4259.
- SURAT EDARAN TENTANG PENCEGAHAN PENYEBARAN CORONA VIRUS DISEASE (COVID-19) DI PERGURUAN TINGGI, KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN, 126 5 (2020).
- Kholipah, A. N., & Dhamanti, I. (2021). Recommendation Analysis Of Mental Health Services For Health Workers During Pandemic Covid-19. *Journal of Public Health Research and Community Health Development*, 4(2), 144. <https://doi.org/10.20473/jphrecode.v4i2.23230>
- Maramis, J. R., & Tawaang, E. (2021). Hubungan Pembelajaran Daring Dengan Burnout Pada Mahasiswa Profesi Ners Universitas Klabat Di Era Pandemi Covid 19. *Klabat Journal of Nursing*, 3(1), 68–76.
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2002). Job Burnout. In *Annual Review of Psychology* (pp. 397–422).
- Muna, N. R. (2013). Efektifitas Teknik Self Regulation Learning. *Holistik*, 14(2), 57–78.
- Ningsih S. (2020). Persepsi Mahasiswa Terhadap Pembelajaran Daring Pada Masa Pandemi Covid-19. *JINOTEP (Jurnal Inovasi Dan Teknologi Pembelajaran): Kajian Dan Riset Dalam Teknologi Pembelajaran*, 7(2), 124–132.
- Nurrahma, A., Khoirunisa, Y. N., & Khoiriyah, Z. (2021). Hubungan Stres Akademik dengan Daring Student Engagement pada Mahasiswa Universitas Negeri Jakarta. *Risenologi*, 6(1b), 18–24.
- Orpina, S., & Prahara, S. A. (2019). Self-efficacy dan burnout akademik pada mahasiswa yang bekerja. *Indonesian Journal of Educational Counseling*, 3(2), 119–130.
- Pajiranto, H., Kadiri, A., Galugu, N., Sari, P., & Fabrianti, S. (2020). Study from hone in the middle of the COVID-19 pandemic: Analysis of religiosity, teacher, and parents support against academic stress. *Journal of Talent Development and Excellence*, 12(2), 1791–1807.
- Pangkalan Data Perguruan Tinggi. (2019). PDDikti - Pangkalan Data Pendidikan Tinggi. PDDikti. <https://pddikti.kemdikbud.go.id/>
- Papathanasiou, I. V., Fradelos, E. C., Kleisariis, C. F., Tsaras, K., & Kalota, M. A. (2014). Motivation , Leadership , Empowerment and Confidence : Their Relation with Nurses ' Burnout. *Mater Sociomed*, 26(6), 405–410. <https://doi.org/10.5455/msm.2014.26.405-410>
- Pérez-fuentes, C., Gázquez-linares, J. J., Molero-jurado, M., Martos-martinez, Á., Barragán-martín, A. B., & Simón-márquez, M. (2021). Student burnout and engagement : Relationship with adolescent use of alcohol and attitudes towards authority. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 21(1), 1–12. <https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2021.100225>
- Permatasari, N., Sutanto, L., & Ismail, N. S. (2021). Hubungan Efikasi Diri Terhadap Tingkat Kejenuhan Akademik: Studi Empiris

- Pembelajaran Daring Semasa COVID-19. *Jurnal Sosio Sains*, 7(1), 36–50.
- Prayogi, A. R. Y., Hardini, P. P., Alamiyyah, M., Indah, K. S., Haqi, D. N., & Sari, J. D. E. (2020). DETERMINING OF STUDENT DEPRESSION LEVEL IN THE COVID-19 PANDEMIC PERIOD (CASE STUDY OF AIRLANGGA UNIVERSITY STUDENTS, SURABAYA). *Journal of Community Mental Health and Public Policy*, 4(1), 1–7.
- Rahmasari, N., Dian, J., Sari, E., Rido, A., Sari, K. I., Masyarakat, F. K., & Airlangga, U. (2021). Airlangga University Student Depression Level During the COVID-19 Pandemic Based on Age and Gender. *Public Health Perspectives Journal*, 6(3), 262–270.
- Salmela-Aro, K., & Upadyaya, K. (2013). No Title School burnout and engagement in the context of demands-resources model. *British Journal of Educational Psychology*, 2(1), 137–151.
- Sholihat, A. (2020). Kuliah Daring Berjalan Sebulan, Mahasiswa Rindu Kuliah Luring. In *AyoBandung.com*.
- Susanto, A., & 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.
- Sutoyo, D., Kadarsah, R. K., & Fuadi, I. (2018). Sindrom burnout pada peserta program pendidikan dokter spesialis anesthesiologi dan terapi intensif Fakultas Kedokteran Universitas Padjajaran. *Jurnal Anestesi Perioperatif*, 6(3), 153–161.
- Ugwu, F. O., Ike, E. O., & Winifred, A. T. (2013). Exploring The Relationships Between Academic Burnout, Self efficacy And Academic Engagement Among Nigerian College Student. *Daring Journal Of The African Educational Research Network*, 13(2), 1–10.
- World Health Organization. (2020). *Coronavirus Diseases -19*. W.H.O Publication.
<https://www.who.int/indonesia/news/novel-coronavirus>
- Yang, H. J., & Farn, C. K. (2004). An investigation the factors affecting MIS student burnout in technical-vocational college. *Computers in Human Behavior*, 21(1), 917–932.
- Yu, J. H., Chae, S. J., & Chang, K. H. (2016). The relationship among self-efficacy, perfectionism and academic burnout in medical school students. *Korean Journal of Medical Education*, 28(1), 49–60.
- Zhang, W., Wang, Y., Yang, L., & Wang, C. (2020). Suspending Classes without Stopping Learning: China's Education Emergency Management Policy in the COVID-19 Outbreak. *Journal Risk Financial Manage*, 13(55), 1–10.
- Zimmerman, W. A., & Kulikowich, J. M. (2016). Daring learning self-efficacy students with and without daring learning experience. *The American Journal of Distance Education*, 30(3), 180–191.