

ABSTRAK

Burnout akademik adalah kondisi kelelahan kronis yang dialami oleh siswa/seseorang akibat dari aktivitas akademik yang berat. Efikasi diri adalah keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan suatu tugas, cara memandang permasalahan, daya tahan dalam menghadapi tantangan, serta upaya yang dilakukan untuk mencapai hasil tertentu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan *burnout* akademik pada mahasiswa Psikologi di Yogyakarta. Adapun hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif antara efikasi diri dengan *burnout* akademik pada mahasiswa Psikologi di Yogyakarta. Penelitian melibatkan 135 mahasiswa Psikologi di Yogyakarta dengan rentang usia 18-25 tahun. Pengumpulan data menggunakan dua skala psikologis yaitu skala efikasi diri dan skala *burnout* akademik. Dari hasil uji korelasi *product moment* dari Pearson, diperoleh (r_{xy}) = - ,920 dengan $p = <0,010$ ($p <0,050$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara efikasi diri dengan *burnout* akademik pada mahasiswa psikologi di Yogyakarta. Koefisien determinasi (R^2) yang diperoleh sebesar 0,846 yang berarti variabel efikasi diri memberikan sumbangan sebesar 84,6% terhadap variabel *burnout* akademik dan sisanya 15,4% dipengaruhi variabel lain.

Kata kunci: *burnout* akademik, efikasi diri, mahasiswa psikologi

ABSTRACT

Academic burnout is a condition of chronic exhaustion experienced by students as a result of heavy academic demands. Self-efficacy refers to an individual's belief in their ability to complete tasks, perceive problems, endure challenges, and make efforts to achieve certain outcomes. This study aims to examine the relationship between self-efficacy and academic burnout among Psychology students in Yogyakarta. The hypothesis of this study is that there is a negative relationship between self-efficacy and academic burnout among Psychology students in Yogyakarta. This study involved 135 Psychology students in Yogyakarta aged between 18-25 years. Data collection was conducted using two psychological scales, namely the self-efficacy scale and the academic burnout scale. The results of the product moment from Pearson correlation test, showed (r_{xy}) = -,920 with $p = <0,010$ ($p <0,050$). This indicates that there is a negative relationship between self-efficacy and academic burnout among Psychology students in Yogyakarta. The coefficient of determination (R^2) obtained was 0,846, meaning that the self-efficacy variable contributes 84,6% to the academic burnout variable, while the remaining 15,4% is influenced by other variables.

Keywords: *academic burnout, psychology students, self-efficacy*