

**Hubungan Academic Self-Efficacy dengan Academic
Burnout pada Mahasiswa yang Sedang Menjalani
Skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Katolik
Soegijapranata**

SKRIPSI

Faustinus Christian Agung Putra Mahardhika

21.E1.0284



**PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2025**

**Hubungan Academic Self-Efficacy dengan Academic
Burnout pada Mahasiswa yang Sedang Menjalani
Skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Katolik
Soegijapranata**

SKRIPSI

Diajukan kepada Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi Universitas
Katolik Soegijapranata Semarang dan Diterima untuk Memenuhi Sebagian dari
Syarat-Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi

Oleh:

Faustinus Christian Agung Putra Mahardhika

21.E1.0284



**PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA
SEMARANG
2025**

**Hubungan Academic Self-Efficacy dengan Academic Burnout
pada Mahasiswa yang Sedang Menjalani Skripsi di Fakultas
Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata**

*The Relationship between Academic Self-Efficacy and Academic
Burnout in Students Who Are Undergoing Their Undergraduate
Thesis at the Faculty of Psychology, Soegijapranata Catholic
University*

**Faustinus Christian Agung Putra Mahardhika, Daniswara Agusta Wijaya,
Basilius Oda Sanjaya.**

Universitas Katolik Soegijapranata, Semarang, Indonesia

Abstrak

Mahasiswa tingkat akhir sering kali mendapatkan tuntutan dari orang tua, dosen pembimbing, teman-teman dan diri sendiri, yang dapat menimbulkan perasaan negatif yang berujung pada ketegangan, stres, kelelahan dan frustrasi yang disebut *academic burnout*. Salah satu faktor yang mempengaruhi *academic burnout* adalah *academic self-efficacy*. *Academic self-efficacy*, yaitu keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan mereka dalam menyelesaikan tugas akademik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan negatif antara *academic self-efficacy* dengan *academic burnout* pada mahasiswa yang sedang menjalani skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata. Manfaat dari penelitian ini adalah menambah pengetahuan mengenai hubungan *academic self-efficacy* dengan *academic burnout* dan menambah kesadaran mahasiswa pentingnya *self-efficacy* dalam mengatasi kelelahan akademik. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional dengan teknik *accidental sampling*. Pengambilan data melalui formulir google (*gform*), dengan jumlah 101 responden mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata. Data analisis menggunakan uji korelasi *Spearman Rho*, karena data berdistribusi tidak normal. Hasil penelitian menunjukkan adanya korelasi negatif antara *academic self-efficacy* dan *academic burnout*, dengan nilai $-0,383$ ($p < 0,05$). Temuan ini mendukung hipotesis bahwa terdapat hubungan negatif antara *academic self-efficacy* dengan *academic burnout* pada mahasiswa yang sedang menjalani skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata.
Kata kunci: *Academic Self-Efficacy, Academic Burnout, Skripsi.*

Abstract

Final year students often get demands from parents, supervisors, friends and themselves, which can cause negative feelings that end in tension, stress, fatigue and frustration called academic