



**Pengaruh Efikasi Diri dan Perfeksionisme terhadap
Prokrastinasi Akademik dengan Akademik *Burnout* sebagai
Variabel Intervening yang Dilakukan oleh Mahasiswa Prodi
Akuntansi Fakultas Ekonomi Universitas Sarjanawiyata
Tamansiswa Yogyakarta di Masa Perkuliahan Daring**

Adia Adi Prabowo¹, Dewi Kusuma Wardani², Anita Primastiwi³

¹ Program Studi Akuntansi, Fakultas Ekonomi, Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa, adiaprabowo@ustjogja.ac.id

² Program Studi Akuntansi, Fakultas Ekonomi, Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa, d3wi_kusuma@yahoo.co.id

³ Program Studi Akuntansi, Fakultas Ekonomi, Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa, anita.primas@ustjogja.ac.id

Abstrak

Dalam masyarakat yang berubah dengan cepat dan sangat kompetitif saat ini, kaum muda menderita tingkat tekanan psikologis yang tinggi seperti kecemasan, depresi, dan gangguan panik karena ekspektasi yang tinggi terhadap kinerja akademik dan pemeliharaan kemampuan mereka. Masalah kesehatan mental pada Lulusan perguruan tinggi dikarenakan oleh prestasi yang buruk di akademik, keadaan keuangan yang memburuk, masalah hubungan, dan kesepian. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh efikasi diri dan perfeksionisme terhadap prokrastinasi akademik dengan akademik *burnout*. Jenis penelitian ini menggunakan deskriptif kuantitatif, teknik *purposive sampling* digunakan pengumpulan sampel sebesar 130 sampel yang dilakukan di Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa Yogyakarta pada mahasiswa S1 program studi Akuntansi semester 1,3, dan 7. Analisis *PLS-SEM* digunakan dalam metode penelitian ini, pengujian Analisis *PLS-SEM* menggunakan *Outer Model* dan *Inner Model*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa: hipotesis Efikasi Diri, Perfeksionisme, dan Akademik *Burnout* terhadap Prokrastinasi berpengaruh positif. Sedangkan variabel Efikasi Diri dan variabel Perfeksionisme terhadap Prokrastinasi melalui akademik *burnout* tidak memiliki pengaruh.

Kata Kunci: Efikasi Diri, Perfeksionisme, Prokrastinasi Akademik, *Academic Burnout*.

Abstract

In today's rapidly changing and highly competitive society, young people suffer from high levels of psychological distress such as anxiety, depression, and panic disorders because of high expectations for their academic performance and maintenance of their abilities. Mental health problems in college graduates are caused by poor academic performance, deteriorating financial circumstances, relationship problems, and loneliness. This research was conducted to determine the effect of self-efficacy and perfectionism on academic procrastination with academic burnout. This type of research uses a quantitative descriptive, purposive sampling technique used to collect a sample of 130 samples conducted at the University of Bachelor of Science, Tamansiswa, Yogyakarta, undergraduate students of the Accounting study program semesters 1, 3 and 7. PLS-SEM analysis is used in this research method, testing PLS analysis. -SEM uses the Outer Model and Inner Model. The results of this study indicate that: the hypothesis of Self-Efficacy, Perfectionism, and Academic Burnout has a positive effect on procrastination. Meanwhile, the variable Self-Efficacy and the variable Perfectionism have no effect on procrastination through academic burnout.

Keywords: Factor Analysis, Selection Decision, Reference Group

PENDAHULUAN

Penundaan akademik adalah jenis penundaan yang diteliti dengan baik yang sering mengungkapkan temuan yang tidak konsisten tentang alasan dan konsekuensinya (Kim, K. R., & Seo, 2015; Klingsieck, 2013). Ini biasanya dianggap sebagai tipe perilaku yang berhubungan dengan negara penundaan, didefinisikan sebagai "penundaan secara sukarela dari suatu tindakan terkait studi yang dimaksudkan, meskipun mengharapkannya menjadi lebih buruk karena keterlambatan tersebut (Steel & Klingsieck, 2016). Jenis penundaan ini mempengaruhi lebih dari 70% mahasiswa dan dilaporkan terkait dengan akademik yang tidak memuaskan kinerja, tingkat kesejahteraan yang lebih rendah, stres dan kecemasan. Ini mempengaruhi lulusan, sarjana dan tinggi siswa sekolah (Onwuegbuzie, A. J., & Jiao, 2014), tradisional dan siswa non-tradisional (Prohaska, V., Morrill, P., Atilas, I., & Perez, 2014), berprestasi dan mahasiswa berprestasi rendah (Kim, K. R., & Seo, 2015). Menurut (Klingsieck, 2013) mengidentifikasi perspektif teoritis utama untuk memahami alasan perilaku ini. Hal yang mempengaruhi penundaan akademik ini dipengaruhi oleh variabel seperti *self-efficacy*, perfeksionisme, dan *academic burnout*.

Self-efficacy, di sisi lain, berhubungan dengan orang-orang kemampuan untuk menangani stressor sehari-hari. *Self-efficacy* tidak merujuk pada kemampuan seseorang untuk mencapai tujuannya, tetapi bagaimana mereka memandang sumber daya yang harus mereka capai tujuan tersebut (Arias-Chávez, D., Ramos-Quispe, T., Villalba-Condori & Zumarán, 2020). Dalam pengertian ini, penting bagaimana individu menilai kemampuan dan keterampilannya untuk menghadapi perubahan kehidupan sehari-hari (Silva et al., 2016). Semakin tinggi tingkat *self-efficacy*, semakin besar kemungkinan bahwa mahasiswa akan mengurangi stres yang disebabkan oleh kegiatan dipaksakan oleh kehidupan di perguruan tinggi dan semakin besar nya kesuksesan akademik yang akan berkontribusi meningkatkan harga dirinya dan persepsi tentang orang lain. Penelitian yang dilakukan oleh (Firdana, 2022) mengatakan ada pengaruh positif terhadap prokrastinasi akademik. Penelitian lain yang dilakukn oleh (Hernández et al., 2020) juga mengatakan ada hubungan positif antara *self-efficacy* terhadap prokrastinasi akademik.

Perfeksionisme telah dijelaskan oleh (Solomon & Rothblum, 1984) sebagai individu yang menentukan tujuan pada tingkat yang sangat tinggi sehingga mereka tidak mungkin berhasil. Dengan kata lain, perfeksionisme juga dapat didefinisikan sebagai individu yang menetapkan tujuan yang sangat tinggi dan kemudian memaksa diri untuk mencapai tujuan tersebut. Ketika alasan perfeksionisme dipertimbangkan, diamati bahwa tujuannya terlalu tinggi untuk menjadi realistis, upaya berlebihan dilakukan mencapai tujuan tersebut, ada terlalu banyak fokus pada kegagalan dan kritik yang berlebihan dari diri oleh individu (Hamachek, 2013). Individu perfeksionis cenderung menunjukkan perilaku menunda-nunda karena mereka takut akan penilaian dan kegagalan. Perfeksionisme akademik, yang merupakan salah satu jenis perfeksionisme, adalah didefinisikan sebagai pengerahan tenaga individu yang berlebihan dengan pengaturan yang tidak realistis dan menantang diri sendiri tujuan di bidang akademik (Odaci, H., Kalkan, M., & Cikrikci, 2017). Ketika sastra adalah diperiksa, hubungan positif diamati antara perfeksionisme terhadap prokrastinasi (Odaci, H., Kalkan, M., & Cikrikci, 2017) dan hubungan positif antara perfeksionisme terhadap kelelahan akademik (Luo et al., 2016). Penelitian juga dilakukan oleh (Ananda & Mastuti, 2013), dalam penelitiannya mengatakan ada pengaruh positif perfeksionisme terhadap prokrastinasi.

Kelelahan akademik didefinisikan sebagai pengalaman yang ditandai oleh perasaan kognitif, fisik dan kelelahan emosional, sikap penarikan dan detasemen dari studi (Reis et al., 2015). Dalam definisi ini, tuntutan itu wajah mahasiswa cenderung menghasilkan perasaan kelelahan ketika mereka melebihi sumber daya bahwa mahasiswa telah tersedia untuk mengatasi tuntutan ini (Reis et al., 2015). *Academic Burnout* ini dipandang merugikan keterlibatan belajar dan memperburuk kinerja belajar yang buruk. Hal diyakini untuk menimbulkan perasaan tidak tertarik terhadap pekerjaan akademik seperti tugas, kehadiran di kelas bahkan mengakibatkan stress bagi mahasiswa (Pouratashi, M. & Zamani, 2018). Gejala stres dan depresi adalah beberapa faktor risiko penting yang dapat berdampak negatif pada kinerja akademik mahasiswa. Ada bukti bahwa kelelahan akademik (ketegangan dan stres terkait akademik) adalah penyebab potensial penurunan kinerja akademik dan kognitif (May et al., 2015).

Saat ini, kaum muda menderita tingkat stres mental yang tinggi, seperti kecemasan, depresi dan gangguan panik karena tingginya harapan akan prestasi akademik dan untuk tetap kompeten dalam masyarakat yang berubah dengan cepat dan kompetitif. Sarjana universitas pernah mengalami masalah kesehatan mental (yaitu depresi) karena kinerja akademik yang tidak memuaskan, kondisi keuangan yang buruk, masalah hubungan interpersonal dan kesepian (Wanda M. Chernomas, 2013). Menjadi penting juga untuk memahami jika terjadi stres yang rendah itu bukan berarti tidak serta merta memastikan bahwa mahasiswa akan tetap tampil lebih baik, tapi kenyataannya justru dengan keadaan ini, mahasiswa malah beranggapan bahwa tugas yang didapatkn tidak terlalu menantang dan bisa mengakibatkan mudah bosan (Uchil, 2017). Sebuah tinjauan dari penelitian sebelumnya menjelaskan bahwa masalah yang terjadi dalam kesehatan mental seperti rasa kecemasan, gangguan depresi dan juga stres mempengaruhi kesejahteraan seseorang atau individu dan menyebabkan masalah kelelahan (Maria H. Anastasiades et al., 2017) yang memengaruhi setiap individu terlepas dari tahap perkembangannya (Banerjee, N., Chatterjee, 2016).

Peristiwa akademik yang dialami oleh mahasiswa prodi akuntansi Universitas Sarjanawiyata Taman Siswa Yogyakarta ini sebelumnya belum ada yang melakukan penelitian terkait hal ini. Maka dari itu peneliti tertarik untuk membahasnya lebih lanjut tentang peristiwa yang dialami oleh seorang mahasiswa ini. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dari variabel efikasi diri serta variabeln perfeksionisme terhadap prokastinasi akademik dengan akademik *burnout* sebagai variabel intervening pada mahasiswa prodi akuntansi Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa Yogyakarta.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis deskriptif kuantitatif. Yang mendeskripsikan data yang dikumpulkan, beserta hubungan antar variabel. Semua populasi penelitian ini merupakan mahasiswa Akuntansi Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa Yogyakarta. Kriteria pengambilan sampel pada penelitian ini merupakan mahasiswa aktif prodi Akuntansi S1 angkatan semester 1, 3 dan 7, jumlah sampel yang digunakan adalah 130 mahasiswa, dan cara pengambilan sampel adalah *purposive sampling*.

Pengujian instrumen ini menggunakan uji reliabilitas dan uji validitas. Untuk mengetahui akurasi model dilakukan uji asumsi klasik dan analisis regresi berganda secara parsial dan simultan. Analisis PLS-SEM digunakan dalam metode analisis data, dan uji analisis PLS-SEM melalui *Inner Model* dan *Outer Model*. Lokasi penelitian adalah Fakultas Ekonomi Universitas

Sarjanawiyata Tamansiswa Yogyakarta, beralamat di Jl. Kusumanegaraji No.157, Muja Muju, Kec. Umbulharjo, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta 55165.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Pengumpulan Data

Tabel 1
Hasil Pengumpulan Data

Keterangan	Jumlah	Presentase (%)
Jumlah kuesioner didapatkan	130	100%
Kuesioner tidak layak digunakan	0	0%
Kuesioner layak dipakai	130	100%

(Sumber: data primer, diolah 2022)

Dari Tabel 1 merupakan jumlah kuesioner penelitian yang telah diterima peneliti sebanyak 130 kuesioner (100%). Kuesioner yang memenuhi syarat ini adalah kuesioner yang memenuhi kriteria dalam pengambilan sampel.

Hasil Uji Validitas

Uji Validitas Konvergen

Tabel 2
Nilai Cross Loading

Item pertanyaan	Efikasi Diri	Perfeksionisme	Akademik <i>Burnout</i>	Prokrastinasi
X1.299	0,746	-0,327	-0,338	-0,288
X1.59955	0,765	-0,315	-0,311	-0,317
X1.69955	0,749	-0,280	-0,296	-0,224
X1.79955	0,751	-0,189	-0,197	-0,364
X2.19955	-0,299	0,807	0,821	0,370
X2.399	-0,362	0,846	0,839	0,330
X2.499	-0,325	0,849	0,845	0,412
X2.59955	-0,297	0,803	0,796	0,313
X2.69955	-0,245	0,820	0,788	0,196
Z.455	-0,302	0,066	0,821	0,300
Z.555	-0,362	0,088	0,701	0,300
Z.655	-0,325	0,201	0,839	0,330
Z.755	-0,297	0,172	0,845	0,412
Z.855	-0,245	0,156	0,796	0,313

Z.955	-0,380	0,166	0,788	0,196
Y.455	-0,365	0,396	0,397	0,809
Y.555	-0,195	0,286	0,310	0,794
Y.655	-0,359	0,360	0,351	0,848
Y.755	-0,353	0,229	0,238	0,827

(Sumber: data primer, diolah 2022)

Tabel.2 menunjukkan hasil uji dari pengujian validitas konvergen, berdasarkan hasil uji validitas konvergen pada tabel 2 sudah memenuhi syarat, yaitu nilai *outer loading* berada diatas 0,7. Dapat disimpulkan variabel efikasi diri, perfeksionisme, akademik *burnout*, dan prokrastinasi memiliki nilai konstruk validitas konvergen yang baik.

Validitas Diskriminan

Tabel 3
Nilai Corelations of Latent Variable (Fornell-Larcker Criterion)

Item	Akademik <i>Burnout</i>	Efikasi Diri	Perfeksionisme	Prokrastinasi
Pertanyaan				
Akademik <i>Burnout</i>	0,800			
Efikasi Diri	-0,381	0,753		
Perfeksionisme	0,992	-0,372	0,825	
Prokrastinasi	0,403	-0,398	0,397	0,820

(Sumber: data primer, diolah 2022)

Tabel 4
Nilai AVE dan Akar AVE

Item Pertanyaan	AVE	$\sqrt{\text{AVE}}$	Keterangan
Efikasi Diri	0,566	0,753	Valid
Perfeksionisme	0,681	0,825	Valid
Akademik <i>Burnout</i>	0,640	0,800	Valid
Prokrastinasi	0,672	0,820	Valid

(Sumber: data primer, diolah 2022)

Tabel 3 dan Tabel 4 hasil uji aliditas diskriminan, dari hasil uji pada variabel efikasi diri, perfeksionisme, akademik *burnout*, dan prokrastinasi memperoleh hasil bahwa validitas diskriminasi dinyatakan valid. Hal ini ditunjukkan dengan hasil nilai $\sqrt{\text{AVE}}$ lebih tinggi dari hasil korelasi antar konstruk. Dari hasil analisis disimpulkan bahwa efikasi diri, perfeksionisme, akademik *burnout*, dan prokrastinasi dinyatakan valid.

Hasil Uji Reliabilitas

Tabel 5
Nilai *Composite Reliability* dan *Cronbach Alpha*

Variabel operasi	<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>Composite Reliability</i>	Keterangan
Efikasi Diri	0,746	0,747	Valid
Perfeksionisme	0,883	0,885	Valid
Akademik <i>Burnout</i>	0,887	0,893	Valid
Prokrastinasi	0,839	0,852	Valid

(Sumber: data primer, diolah 2022)

Tabel 5 menunjukkan hasil dari *cronbach alpha* dan *composite reliability* di masing – masing variabel penelitian. Variabel efikasi diri, perfeksionisme, *academic burnout*, dan prokrastinasi mendapat hasil uji lebih tinggi dari nilai 0,70 sehingga hasil uji dinyatakan reliabel.

Tabel 6
Nilai *R-square*

Variabel	<i>R Square</i>
Akademik <i>Burnout</i>	0,984
Prokrastinasi	0,232

(Sumber: data primer, diolah 2022)

Hasil dari uji pada tabel 6 ditunjukkan pada nilai *R-square*, variabel prokrastinasi sebesar 0,232 dapat diartikan variabel Prokrastinasi yang dijelaskan oleh konstruk efikasi diri dan perfeksionisme dengan persentase 23%. Sementara 77% dijelaskan konstruk lain diluar penelitian ini. Sedangkan *Academic Burnout* memiliki *R Square* sebesar 0,984, variabel *Academic Burnout* yang dijelaskan oleh konstruk Efikasi Diri dan Perfeksionisme dengan persentase 98 %. Sedangkan sisanya sebesar 2 % dijelaskan oleh konstruk lain.

Pengujian Hipotesis

Tabel 7
Hasil *Path Coeffisiens*

Ha	Hipotesa	Original Sample (O)	T Statistik	P Values	Ket
H1	Efikasi Diri -> Prokrastinasi	-0,291	3,303	0,001	Diterima
H2	Perfeksionisme- >Prokrastinasi	0,289	3,207	0,001	Diterima
H3	Akademik <i>Burnout</i> -> Prokrastinasi	0,237	2,987	0,003	Diterima

H4	Efikasi Diri -> Akademik <i>Burnout</i> -> Prokrastinasi	-0,005	0,294	0,769	Tidak
H5	Perfeksionisme -> Akademik <i>Burnout</i> -> Prokrastinasi	0,319	0,462	0,644	Tidak

(Sumber: data primer, diolah 2022)

Hasil pengujian tabel 7 dapat diinterpretasikan dengan membaca nilai original sampel untuk menentukan hubungan antara variabel yang ada dipenelitian ini. Pada hasil hipotesis dalam penelitian ini terdapat hipotesa 1, hipotesa 2, dan hipotesa 3 diterima dengan nilai *T Statistics* > 1,657. Sedangkan untuk hipotesa 4 dan hipotesa 5 tidak diterima karena *T Statistics* < 1,657.

Hasil dari uji hipotesis pada variabel efikasi diri terhadap prokrastinasi memiliki pengaruh positif dengan nilai -0,291. Sedangkan pada hasil nilai dari *T Statistik* (3,303) > *T tabel* (1,657) maka hasil ini menunjukkan bahwa H1 diterima. Dari hasil analisis H1 dapat disimpulkan memiliki hubungan positif antara Efikasi Diri terhadap Prokrastinasi. Penelitian oleh (Wulandari et al., 2020) juga ada hubungan positif antara Efikasi diri dengan Prokrastinasi. Tingkat self-efficacy semakin tinggi yang diharapkan, semakin sedikit keterlambatan belajar, begitu pula sebaliknya, dan semakin tinggi nilai *self-efficacy* yang diharapkan, semakin sedikit keterlambatan belajar. Mahasiswa dengan efikasi diri akademik yang rendah dan dikombinasikan dengan penundaan yang tinggi, ini mahasiswa cenderung cepat menyerah, khawatir, dan menghindari sesuatu yang dianggap ancaman, termasuk ketika mahasiswa harus menghadapi tugas akademik. Hal ini sesuai dengan (Al Heilat, M.Q., Alsubhien, A.M., Al Qudah, 2014; Mubarak, 2020) bahwa tugas akademik ini sulit untuk diselesaikan, dan bahwa siswa tersebut memiliki rasa self-efficacy dan motivasi untuk menyelesaikan pekerjaan mereka. Anda dapat memilih aktivitas mana yang akan ditambahkan. Dengan kata lain, jangan memukul. Fakta bahwa rasa percaya diri yang tinggi dan harapan sukses mengarah pada kemauan yang tinggi untuk berhasil dapat diartikan sebagai penundaan akademik yang lebih tinggi dengan efikasi diri yang lebih rendah dan sebaliknya (Hapsari, 2016).

Hasil dari uji hipotesis pada variabel perfeksionisme terhadap prokrastinasi berpengaruh positif dengan nilai koefisien parameter sebesar 0,289, menunjukkan bahwa arah hubungan antara variabel perfeksionisme terhadap prokrastinasi adalah positif. Sedangkan pada hasil nilai dari *T Statistik* (3,207) > *T tabel* (1,657) maka hasil ini menunjukkan bahwa H2 diterima. Dari hasil analisis H2 dapat disimpulkan memiliki hubungan positif antara Perfeksionisme terhadap Prokrastinasi. Prokrastinasi akademik menjadi yang termasuk sebab seorang individu yang takut terhadap hal kegagalan. Takut gagal ini merupakan perasaan bersalah seorang prokrastinator jika tidak bisa menyelesaikan sebuah tugas-tugas maupun capaian tujuan yang telah dikehendakinya. Hal inilah yang bisa membuat seorang mahasiswa merasa ketakutan dan tidak menyelesaikan tugas – tugas akademik yang didapatkan.

Dalam penelitian (Ananda & Mastuti, 2013) menemukan adanya pengaruh antara perfeksionisme dan prokrastinasi akademik. Penundaan sebenarnya adalah perilaku yang sudah ada sejak lama dan dapat terwujud dalam berbagai situasi dan bidang. Beberapa faktor-faktor yang bisa menyebabkan prokrastinasi akademik, termasuk adalah perfeksionisme. Perfeksionisme adalah hasil dari bias kognitif menuju kesempurnaan. Penelitian lainnya yang

dilakukan oleh (Gunawinata, V.A., Nanik., & Lasmono, 2015) juga mengatakan ada pengaruh antara perfeksionisme dan prokrastinasi akademik. Perfeksionisme terdapat perfeksionisme negatif maupun perfeksionisme positif. Perfeksionisme negatif merupakan keinginan tercapainya keunggulan atau cita-cita yang tinggi, ketakutan dalam kegagalan, perasaan rendah diri ketika keinginan tidak tercapai, ketidakpuasan terhadap hasil pada diri sendiri, dan berpegang pada target yang sangat tinggi. Sedangkan perfeksionisme positif ini merupakan keinginan seorang individu untuk menggapai apa yang di-cita-citakan, prestasi yang tinggi, nilai yang bagus, dan keinginan selalu memperoleh yang terbaik.

Hasil dari uji hipotesis pada variabel *academic burnout* terhadap prokrastinasi berpengaruh positif dengan nilai koefisien parameter sebesar 0,237, menunjukkan bahwa arah hubungan antara variabel akademik *burnout* terhadap prokrastinasi adalah positif. Sedangkan pada hasil nilai dari T Statistik ($2,987 > T \text{ tabel } (1,657)$) maka hasil ini menunjukkan bahwa H3 diterima. Dari hasil analisis H3 dapat disimpulkan memiliki hubungan antara *academic burnout* terhadap prokrastinasi. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh (Agustriandri, 2021) yang menemukan bahwa kejenuhan akademik berdampak positif terhadap penundaan. Siswa yang mengalami *burnout* akademik tingkat tinggi cenderung menunda-nunda akademik. Selain itu, penundaan adalah reaksi setelah kelelahan, menghindari aktivitas yang berkaitan erat dengan stres akademik (Cakir et al., 2014).

Hasil dari uji hipotesis pada variabel efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik melalui variabel *burnout* akademik berpengaruh positif dengan nilai koefisien parameter sebesar -0,005, menunjukkan bahwa arah hubungan antara variabel efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik melalui variabel *burnout* akademik adalah negatif. Sedangkan pada hasil nilai dari T Statistik ($0,294 < T \text{ tabel } (1,657)$) maka hasil ini menunjukkan bahwa H4 ditolak. Dari hasil analisis H4 dapat disimpulkan tidak memiliki hubungan antara efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik melalui variabel *burnout* akademik.

Hasil dari uji hipotesis pada variabel perfeksionisme tidak memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi melalui variabel *academic burnout* dengan nilai koefisien parameter sebesar 0,319, menunjukkan bahwa arah hubungan antara variabel efikasi diri terhadap prokrastinasi akademik melalui variabel *burnout* akademik adalah positif. Sedangkan pada hasil nilai dari T Statistik ($0,462 < T \text{ tabel } (1,657)$) maka hasil ini menunjukkan bahwa H5 ditolak. Dari hasil analisis H5 dapat disimpulkan tidak memiliki hubungan antara variabel perfeksionisme terhadap prokrastinasi melalui variabel *academic burnout*. Perfeksionisme merupakan individu yang memiliki keinginan untuk menjadi yang sempurna atau memperoleh standar yang tinggi. Sikap perfeksionisme ini adalah tingkah laku seseorang yang ambisi untuk memperoleh sesuatu yang diinginkan dan selalu ingin lebih baik dari yang lain. Sehingga seseorang yang memiliki sikap perfeksionisme ini tidak akan berpengaruh oleh *academic burnout* sehingga tidak akan terjadinya menunda-nunda tugas akademik maupun pekerjaan akademik. Hal ini serupa dengan penelitian yang dilakukan oleh (Wildani Khoiri Oktavia, Rahmah Fitroh, Hastin Wulandari, 2019) juga mengatakan bahwa perfeksionisme tidak memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi melalui variabel *academic burnout*.

PENUTUP

Simpulan

Gejala stres dan depresi adalah beberapa faktor risiko penting yang dapat berdampak negatif

pada kinerja akademik mahasiswa. Ada bukti bahwa kelelahan akademik (ketegangan dan stres terkait akademik) adalah penyebab potensial penurunan kinerja akademik dan kognitif. Saat ini, kaum muda menderita tingkat stres mental yang tinggi, seperti kecemasan, depresi dan gangguan panik karena tingginya harapan akan prestasi akademik dan untuk tetap kompeten dalam masyarakat yang berubah dengan cepat dan kompetitif. Sarjana universitas pernah mengalami masalah kesehatan mental (yaitu depresi) karena kinerja akademik yang tidak memuaskan, kondisi keuangan yang buruk, masalah hubungan interpersonal dan kesepian. Berdasarkan peneliti yang sudah dilakukan, maka terdapat kesimpulan sebagai berikut : 1) efikasi diri terdapat pengaruh positif terhadap prokrastinasi akademik; 2) perfeksionisme terdapat pengaruh positif terhadap prokrastinasi akademik; *burnout* memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi akademik; 3) efikasi diri tidak memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi akademik melalui akademik *burnout* sebagai variabel intervening; 4) perfeksionisme tidak memiliki pengaruh terhadap prokrastinasi akademik melalui akademik *burnout* sebagai variabel intervening.

Saran

Implikasi teoritis, penelitian selanjutnya atau yang mendatang supaya bisa dilakukan hanya di satu universitas saja. Responden dalam penelitian ini supaya tidak hanya berjumlah 130. Penelitian di masa selanjutnya dapat menggunakan cara yang akan Anda lakukan sendiri di perguruan tinggi. Selain itu model dari penelitian ini perlu diuji kembali dengan responden dari perguruan tinggi lain dan faktor-faktor yang relevan untuk membantu. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan maupun referensi kepada peneliti yang lain terkait penelitian meningkatkan pembelajaran yang lebih efektif di masa perkuliahan daring.

Implikasi praktis pendidikan, implikasi dari penelitian ini adalah agar pengurus dan civitas akademika Program Studi Akuntansi Fakultas Ekonomi Universitas Ekonomi Tamansiswa Yogyakarta dapat meningkatkan sistem pembelajaran efektif dan mengurangi masalah kelelahan pada akademik dengan memperhatikan hal-hal sebagai berikut: 1) Efikasi Diri merupakan keberanian dalam kegiatan pembelajaran harus mendorong siswa untuk percaya pada kemampuan dan *self-efficacy* mereka tersendiri, dan berani menyelesaikan tugas-tugas mereka. Efikasi diri sangat penting karena efikasi diri yang tinggi berdampak positif bagi siswa. Efikasi diri yang tinggi akan bisa membuat mahasiswa untuk lebih bersemangat lagi dalam belajar. Sebaliknya, efikasi diri yang rendah membuat siswa rentan terhadap kecurigaan yang mengarah pada perilaku siswa di luar kegiatan yang menghambat atau menurunkan prestasi akademik. Survei menemukan skor 0,779 untuk pertanyaan “Saya percaya bisa mengerjakan dan menyelesaikan tugas kuliah sesulit apapun” mempunyai skor sebesar 0,779; 2) Perfeksionisme, mahasiswa dalam melakukan perkuliahan sebaiknya memiliki kecenderungan perfeksionisme. Mahasiswa yang memiliki perfeksionisme akan meningkatkan keinginan berjuang dan harapan yang tinggi dalam berbagai kesulitan apapun dengan harapan yang dapat dicapai. Sikap ini akan dapat memberikan motivasi berprestasi yang begitu positif bagi mahasiswa didalam perkuliahan. Berdasarkan penelitian pada butir indikator yang menyatakan bahwa “Orang tua saya memiliki harapan yang tinggi dalam mencapai sesuatu” mempunyai skor 0,803.

DAFTAR PUSTAKA

Agustriandri, F. (2021). *Hubungan Antara Academic Burnout Dengan Prokrastinasi Akademik*

Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang di Masa Perkuliahan Daring [Universitas Islam Negeri UIN Maulana Malik Ibrahim Malang]. <http://etheses.uin-malang.ac.id/31075/>

- Al Heilat, M.Q., Alsubhien, A.M., Al Qudah, M. . (2014). The Relationship between the Academic Procrastination and Self-Efficacy among Sample of King Saud University Students. *Jurnal of Education and Practice*, 5(16), 101–112.
- Ananda, N. Y., & Mastuti, E. (2013). Pengaruh Perfeksionisme Terhadap Prokrastinasi Akademik pada Siswa Program Akselerasi. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Pengembangan*, 2(3), 226–231.
- Arias-Chávez, D., Ramos-Quispe, T., Villalba-Condori, K. & P.-, & Zumarán, J. E. (2020). Academic Procrastination, Selfesteem, and Self-Efficacy in FirstTerm University Students in the City of Lima. *International Journal of Innovation, Creativity and Change*, 11(10), 339–357.
- Banerjee, N., Chatterjee, I. (2016). That Affects Every Individual Regardless of Their Stage of Development. *Researchers World*, 73–80.
- Cakır, S., Akca, F., Kodaz, A. F., & Tulgarer, S. (2014). The Survey of Academic Procrastination on High School Students with in Terms of School Burn-out and Learning Styles. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 114, 654–662. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.12.763>
- Firdana, W. D. (2022). *Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Dengan Resiliensi Akademik Sebagai Variabel Mediator Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 1 Dampit di Masa Pandemi Covid-19.* <http://etheses.uin-malang.ac.id/id/eprint/36368>
- Gunawinata, V.A., Nanik., & Lasmono, H. . (2015). Perfeksionisme, Prokrastinasi Akademik & Penyelesaian Skripsi Mahasiswa. *Anima, Indonesian Psychological Journal*, 23(3), 256–276.
- Hamachek, D. . (2013). Psychodynamics of Normal and Neurotic Perfectionism. *Psychology: A Journal of Human Behavior*, 15(1), 27–33.
- Hapsari, W. E. (2016). Self Efficacy Pengerjaan Skripsi Prokrastinasi Akademik dengan Mahasiswa Fakultas Farmasi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya. *Jurnal Experienta*, 4(2), 75–84. <https://doi.org/https://doi.org/10.33508/exp.v4i2.898>
- Hernández, Y. C. U., Cueto, O. F. A., Shardin-Flores, N., & Luy-Montejo, C. A. (2020). Academic Procrastination, Self-Esteem and Self-Efficacy in University Students: Comparative Study In Two Peruvian Cities. *International Journal of Criminology and Sociology*, 9(1), 2474–2480. <https://doi.org/10.6000/1929-4409.2020.09.300>

- Kim, K. R., & Seo, E. H. (2015). The relationship between procrastination and academic performance: A meta-analysis. *Personality and Individual Differences*, 82, 26–33. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.02.038>
- Klingsieck. (2013). Procrastination : When Good Things Don't Come to Those Who Wait. *European Psychologist*, 18(1), 24–34. <https://doi.org/https://doi.org/10.1027/1016-9040/a000138>
- Luo, Y., Wang, Z., Zhang, H., Chen, A., & Quan, S. (2016). The Effect of Perfectionism on School Burnout Among Adolescence: The Mediator of Self-Esteem and Coping Style. *Personality and Individual Differences*, 88(1), 202–208. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.08.056>
- Maria H. Anastasiades, S. K., Wootten, J., & Lamis, D. A. (2017). Perceived Stress, Depressive Symptoms, and Suicidal Ideation in Undergraduate Women with Varying Levels of Mindfulness. *Archives of Women's Mental Health*, 20(1), 129–138. <https://doi.org/10.1007/s00737-016-0686-5>
- May, R. W., Fincham, F. D., & Bauer, K. (2015). School burnout: diminished academic and cognitive performance. *Learning and Individual Differences*, 42, 126–131. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.lindif.2015.07.015>
- Mubarok, M. R. (2020). *Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Prokartinasi Akademik Mahasiswa Penghafal Al-Quran Pondok Pesantren Bani Yusuf Malang*.
- Odaci, H., Kalkan, M., & Cikrikci, O. (2017). Akademik mukemmeliyetcilik olceğinin geliştirilmesi [Development of the academic perfectionism scale]. *Ahi Evran University Journal of the Faculty of Education*, 18(1), 353–366.
- Onwuegbuzie, A. J., & Jiao, Q. G. (2014). I'll go to the library later: The relationship between academic procrastination and library anxiety. *College and Research Libraries*, 61(1), 45–54. <https://doi.org/https://doi.org/10.5860/crl.61.1.45>
- Pouratashi, M. & Zamani, A. (2018). Agricultural students' academic burnout: the influence of employment challenges. *Journal of Education and Work*, 31(4), 409–417. <https://doi.org/https://doi.org/10.1080/13639080.2018.1513637>
- Prohaska, V., Morrill, P., Atilas, I., & Perez, A. (2014). Academic procrastination by nontraditional students. *Journal of Social Behavior and Personality*, 15(3), 510–532. <https://doi.org/10.14204/ejrep.43.16134>
- Reis, D., Xanthopoulou, D., & Tsaousis, I. (2015). Measuring job and academic burnout with the Oldenburg Burnout Inventory (OLBI): Factorial invariance across samples and countries.

Burnout Research, 2(1), 8–18. <https://doi.org/10.1016/j.burn.2014.11.001>

- Silva, J. L., Ornelas, J. D., & Silva, J. C. (2016). Supporting GUI Exploration through USS Tool. *Journal of Information Systems Engineering & Management*, 1(4), 1–5. <https://doi.org/10.20897/lectito.201651>
- Solomon, L. J., & Rothblum, E. D. (1984). Academic procrastination: Frequency and cognitive-behavioral correlates. *Journal of Counseling Psychology*, 31(4), 503–509. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.31.4.503>
- Steel, P., & Klingsieck, K. B. (2016). Academic Procrastination: Psychological Antecedents Revisited. *Australian Psychologist*, 51(1), 36–46. <https://doi.org/10.1111/ap.12173>
- Uchil, H. . (2017). The Effect of Stress on Students' Performance. *Stress Management Professional International Journal*, 5(1), 17–21.
- Wanda M. Chernomas, C. S. (2013). Stress, Depression, and Anxiety Among Undergraduate Nursing Students. *International Journal of Nursing Education Scholarship*, 10(1), 255–266. <https://doi.org/10.1515/ijnes-2012-0032>
- Wildani Khoiri Oktavia, Rahmah Fitroh, Hastin Wulandari, F. F. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi stres akademik. *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi UAD*, 2715–7121.
- Wulandari, M., Umaroh, S. K., & Mariskha, S. E. (2020). Pengaruh Efikasi Diri Dan Kontrol Diri Terhadap Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Samarinda. *Motiva Jurnal Psikologi*, 3(1), 35. <https://doi.org/10.31293/mv.v3i1.4808>