

Artikel Penelitian

Hubungan *Locus of Control* dengan *Academic Burnout* pada Mahasiswa Tahap Akhir Studi S1 Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang

Nisrina H. Sabda,^{1*} Andra Novitasari,² Mega P. Arfiyanti,² Romadhoni²

¹Fakultas Kedokteran, ²Departemen Ilmu Pendidikan Kedokteran, Universitas Muhammadiyah, Semarang, Indonesia

*Penulis korespondensi: nisrinahasyima@gmail.com
Diterima 23 November 2023; Disetujui 16 Juli 2024
<https://doi.org/10.23886/ejki.12.636.175>

Abstrak

Stres akademik sering dialami mahasiswa tahap akhir studi. Stres berlebihan dan berkepanjangan karena tuntutan yang menguras emosi dan fisik secara terus menerus menyebabkan mahasiswa mengalami kelelahan emosional, fisik, dan mental yang menimbulkan *academic burnout*. *Academic burnout* adalah perasaan putus asa dan tidak berdaya akibat stres berlarut-larut yang berkaitan dengan proses belajar. Faktor yang memengaruhi *academic burnout* salah satunya adalah *locus of control* yaitu persepsi individu mengenai sebab utama suatu kejadian dalam hidup. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *locus of control* dan *academic burnout* pada mahasiswa tahap akhir studi program studi S1 Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang. Penelitian ini menggunakan desain potong lintang. Partisipan adalah mahasiswa tingkat akhir program Sarjana Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang tahun 2023. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah total sampling. Kuesioner *locus of control* dan kuesioner Maslach Burnout Inventory - Student Survey digunakan untuk pengumpulan data kemudian dianalisis dengan uji chi-square. Jumlah partisipan adalah 125 responden; mayoritas memiliki *locus of control* eksternal (68 responden, 54,4%) dan tingkat *academic burnout* kategori sedang 123 responden (98,4%). Tidak terdapat hubungan antara *locus of control* dengan *academic burnout* ($p=0,362$). *Locus of control* penting untuk mengontrol dan memotivasi diri untuk menurunkan tingkat *academic burnout*.

Kata kunci: stress akademik, *locus of control*, *academic burnout*.

The Relationship between Locus of Control and Academic Burnout among Final-Year Undergraduate Medical Students at Muhammadiyah University Semarang

Abstract

Academic stress is often experienced by students in the final stages of their studies. Excessive and prolonged stress due to demands that continuously drain emotionally and physically causes students to experience emotional, physical, and mental exhaustion which ultimately leads to *academic burnout*. *Academic burnout* is defined as a feeling of hopelessness and helplessness due to protracted stress related to the learning process. One of the factors that influence *academic burnout* is *locus of control*. *Locus of control* is an individual's perception regarding the main cause of an event in their life. This study aims to investigate the relationship between *locus of control* and *academic burnout* in final stage students of the Bachelor of Medicine study program at Muhammadiyah University Semarang. This research uses a cross-sectional design. The participants were final-year students of the Bachelor of Medicine program, Faculty of Medicine, Muhammadiyah University, Semarang in 2023. The sampling technique used was total sampling. The *locus of control* questionnaire and the Maslach Burnout Inventory - Student Survey questionnaire was used to collect data. The collected data was analyzed using the chi-square test. The number of samples in this study was 125 respondents. The majority had an external *locus of control* as many as 68 respondents (54.4%) and a moderate level of *academic burnout* as many as 123 respondents (98.4%). The results of the bivariate test between *locus of control* and *academic burnout* obtained a p-value of 0.362., which means there is no relationship between *locus of control* and *academic burnout*. The importance of *locus of control* is that individuals can control and motivate themselves so that it is useful for reducing the level of *academic burnout*.

Keywords: academic stress, *locus of control*, *academic burnout*.

Pendahuluan

Stres akademik banyak dialami oleh mahasiswa kedokteran tingkat akhir.¹ Stres berasal dari beban kerja yang tinggi, berkurangnya waktu, dan kontrol terhadap beban materi, ujian, prosedur klinis, serta rendahnya dukungan keluarga, teman, kolega, dan staf akademik.² Stres akademis memengaruhi sikap kognitif, perilaku, dan emosional seseorang. Pengaruh terhadap sikap kognitif negatif dapat berupa penurunan kinerja akademik dan secara perilaku mengarahkan pada kebiasaan buruk seperti penundaan akademik kecanduan ponsel dan secara emosional memicu depresi, penurunan kesehatan mental, bahkan kecenderungan bunuh diri. Setelah merasakan stres akademik, seseorang dapat bereaksi secara negatif terhadap stres apabila mereka menilai stres sebagai ancaman yang dapat menyebabkan *academic burnout*.³ Stres berlebihan dan berkepanjangan karena tuntutan yang menguras emosi atau fisik secara terus menerus menyebabkan mahasiswa mengalami kelelahan emosional, fisik, mental dan akhirnya menimbulkan *academic burnout*.⁴

Academic burnout adalah bentuk kejenuhan di sisi akademik yang mengarah pada stres, beban, atau gejala psikologis yang disebabkan proses belajar.⁵ *Academic burnout* dapat didefinisikan sebagai kondisi pelajar merasa tidak mampu menghadapi proses akademik yang mengarah pada perilaku negatif seperti kehilangan minat dan motivasi.⁶ Penyebab *academic burnout* diantaranya faktor kondisi, karakteristik demografi, karakteristik kepribadian, serta sikap kerja. Faktor situasional meliputi beban kerja, kontrol, *reward*, *community*, *values*, dan *fairness*. Karakteristik demografi yang menjadi faktor diantaranya jenis kelamin, usia, status perkawinan, dan pendidikan. Karakteristik demografi yang meliputi konsep diri (persepsi diri), keyakinan akan kemampuan diri, kebutuhan, pengendalian emosi, dan *locus of control* juga menjadi faktor terjadinya *academic burnout*.⁷

Tingkat *academic burnout* yang tinggi dapat meningkatkan niat putus sekolah yang lebih tinggi.⁸ Dari 24 tinjauan sistematis yang melibatkan 17.431 mahasiswa kedokteran di seluruh dunia, 44,2% diantaranya mengalami *academic burnout*.⁹ Selain itu, riset terkait *academic burnout* pada 189 mahasiswa Program Sarjana Fakultas Kedokteran di Universitas Siprus pada tahun 2020 menunjukkan bahwa 3,7% mahasiswa mengalami *academic burnout* selama tahun akademik pertama, dan lebih banyak mahasiswa yang mengalami *academic burnout* pada tahun keempat pendidikan, yaitu 40,7%.¹⁰ Di Indonesia, penelitian yang dilakukan pada 237 mahasiswa tahap akhir studi Fakultas

Kedokteran Universitas Lampung menunjukkan bahwa 22,4% mengalami *academic burnout*.¹¹

Salah satu faktor yang berkontribusi pada *academic burnout* adalah *locus of control* yaitu kecenderungan persepsi dan keyakinan seseorang terhadap pengontrol yang terjadi dalam hidup. *Locus of control* dibagi dua jenis, yaitu *internal* dan *external*. *Internal locus of control* merupakan keyakinan individu bahwa mereka mampu mengontrol peristiwa dalam hidupnya, sedangkan *external locus of control* adalah keyakinan individu bahwa lingkunganlah yang mampu mengontrol peristiwa dalam kehidupannya.¹² Seseorang yang memiliki *locus of control* internal biasanya lebih berhati-hati dan penuh perhatian dalam perilakunya, ditandai dengan ketegasan, tekad untuk sukses, dan keyakinan kuat pada kemampuannya. Sebaliknya, seseorang yang memiliki *locus of control* eksternal sering kurang waspada, rentan terhadap pengaruh kelompok, dan rangsangan eksternal, serta kurang percaya diri dan memiliki catatan kinerja yang tidak konsisten.¹³

Pentingnya *locus of control* adalah individu dapat mengontrol dan memotivasi diri sendiri. Hal tersebut berguna untuk menekan emosi negatif yang ditimbulkan oleh tingginya tuntutan studi sehingga dapat menurunkan *academic burnout*.¹⁴ Penelitian pada mahasiswa keperawatan menunjukkan bahwa *internal locus of control* membantu mahasiswa mengatasi stres.¹⁵ Penelitian yang dilakukan pada mahasiswa kedokteran Universitas Malahayati Bandar Lampung, menunjukkan seseorang dengan *external locus of control* memiliki peluang lebih besar mengalami stres.¹⁶ Faktor kunci terkait *academic burnout* adalah *locus of control*; namun, saat ini terdapat sedikit teori yang mengkaji hubungan antara *locus of control* serta *academic burnout*, sehingga perlu dilakukan penelitian lebih mendalam. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *locus of control* dan *academic burnout* pada mahasiswa tahap akhir studi program studi S1 Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang.

Metode

Penelitian ini menggunakan desain potong lintang dan dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang pada bulan Agustus 2023. Populasi penelitian adalah mahasiswa tahap akhir Program Studi S1 Kedokteran tahun 2023. Pengambilan data dibantu lembar *informed consent*, kuesioner *locus of control*, dan kuesioner *academic burnout*. Instrumen yang digunakan untuk mengukur *academic burnout* adalah *Maslach Burnout Inventory*

Student Survey (MBI-SS). Instrumen tersebut memiliki indikator multidimensi meliputi *exhaustion*, *cynicism*, *reduce of professional efficacy* untuk menilai tingkat *burnout* pada pelajar. Uji validitas instrumen tersebut memiliki tingkat reliabilitas 0,913. Variabel *locus of control* dinilai menggunakan kuesioner *locus of control* dengan model skala likert yang memiliki hasil uji reliabilitas dan validitas senilai koefisien alfa 0,783. Teknik pengolahan data meliputi *editing*, *coding*, *data entry*, *processing*, *cleaning*, dan *tabulating*. Data dianalisis dengan uji univariat dan bivariat (uji *chi-square*) menggunakan aplikasi *Statistical Product and Service Solutions* (SPSS).

Hasil

Responden penelitian ini adalah 125 mahasiswa tahap akhir studi S1 Kedokteran tahun 2023 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang yang telah melewati 18 blok dari 21 blok. Seluruh responden memenuhi kriteria inklusi. Pada saat penelitian, responden sedang libur semester, tidak sedang dihadapkan tuntutan tugas, pembekalan materi, atau ujian. Sebanyak 90 responden (72,0%) adalah perempuan, 41 responden (32,8%) tinggal bersama orang tua, 123 responden (98,4%) memiliki *academic burnout* kategori sedang, dan 68 responden (54,4%) memiliki *locus of control* eksternal (Tabel 1).

Tabel 2 menunjukkan mayoritas responden memiliki *locus of control* eksternal dengan tingkat *academic burnout* sedang, yakni 67 responden

(98,5%). Tidak terdapat perbedaan bermakna (uji *chi-square*, $p=0,362$) antara *locus of control* dan *academic burnout* yang menunjukkan bahwa secara umum pola *locus of control* tidak berhubungan dengan *academic burnout*.

Tabel 1. Karakteristik Responden Penelitian Locus of Control dan Academic Burnout

Karakteristik	n	%
Umur		
19 tahun	1	0,8
20 tahun	24	19,2
21 tahun	77	61,6
22 tahun	19	15,2
23 tahun	4	3,2
Jenis kelamin		
Perempuan	90	72,0
Laki-laki	35	28,0
Tempat tinggal		
Bersama orang tua	41	32,8
Bersama saudara	6	4,8
Bersama teman	38	30,4
Sendiri	40	32,0
<i>Academic burnout</i>		
Rendah	1	0,8
Sedang	123	98,4
Tinggi	1	0,8
<i>Locus of control</i>		
Internal	57	45,6
Eksternal	68	54,4
Jumlah	125	100

Tabel 2. Hubungan Locus of Control dengan Academic Burnout

<i>Locus of Control</i>	Tingkat <i>Academic Burnout</i>						Jumlah		Nilai p
	Rendah		Sedang		Tinggi		n	%	
	n	%	n	%	n	%			
Internal	0	0,0	56	98,2	1	1,8	57	100	0,362
Eksternal	1	1,5	67	98,5	0	0,0	68	100	

Diskusi

Penelitian ini memiliki mayoritas responden berusia 21 tahun dengan jenis kelamin perempuan. Usia dan jenis kelamin berhubungan dengan *academic burnout* yaitu seseorang berusia <30 tahun lebih rentan mengalami *academic burnout* dan perempuan lebih berpeluang besar mengalami *academic burnout* karena lebih sulit mengendalikan emosi negatifnya (mudah marah).²² Mayoritas *academic burnout* pada perempuan dapat juga disebabkan oleh tingginya ekspektasi yang menyebabkan perbedaan dalam keseimbangan kehidupan kerja mereka.²¹

Mayoritas responden tinggal bersama orang tua. Mahasiswa memiliki kualitas hidup yang lebih

baik ketika tinggal bersama orang tua dari segi kesehatan fisik dan psikologis karena mendapat perhatian lebih, dukungan, dan fasilitas.²⁴ Di sisi lain mahasiswa merasa memiliki komitmen yang lebih besar jika tinggal bersama orang tua karena menganggap diri mereka sebagai beban keluarga dan dapat mengakibatkan lebih banyak stres.²⁵

Mayoritas mahasiswa memiliki *locus of control* eksternal, sesuai dengan penelitian sebelumnya.²⁶ Individu yang mempunyai *locus of control* eksternal percaya bahwa nasib mereka ditentukan oleh kebetulan dan keadaan, bukan oleh tindakan mereka sendiri. Mereka sering dianggap kurang berhati-hati, rentan terhadap pemikiran kelompok, dan

mudah terpengaruh oleh faktor eksternal. Mereka juga menunjukkan kurangnya rasa percaya diri dan menunjukkan kinerja yang tidak konsisten. Studi Pinasti menunjukkan bahwa 41% orang dengan *locus of control* eksternal menunjukkan ciri-ciri ini.²⁷

Locus of control mempengaruhi individu dalam mengamati dan berinteraksi dengan lingkungannya. *Locus of control* telah dimiliki selama masa anak-anak dan cenderung berubah dari internal menjadi eksternal selama masa remaja dan dewasa. Orientasi *locus of control* selama masa remaja lebih ke internal daripada orang dewasa. *Locus of control* yang dimiliki seseorang berkaitan dengan keyakinan mengenai sumber yang mengontrol kejadian dalam hidupnya.⁶

Penelitian ini menemukan bahwa mahasiswa tahun terakhir S1 Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang mengalami kelelahan akademik sampai batas tertentu. Secara khusus, sebagian besar mahasiswa mengalami tingkat kelelahan akademik yang sedang, sesuai dengan penelitian lain di Indonesia.²¹ *Academic burnout* memiliki tiga tingkatan, yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Tingkat *academic burnout* berdasarkan tiga hal yaitu *exhaustion* (kelelahan secara emosional atau fisik), *cynicism* (sikap sinis), dan *professional efficacy* (perasaan tidak kompeten). Tingkat *academic burnout* sedang menjelaskan bahwa seseorang memiliki *exhaustion* atau kelelahan, *cynicism* atau sinisme, dan *professional efficacy* atau perasaan tidak kompeten yang tergolong sedang. *Academic burnout* sedang dapat terjadi ketika individu mengalami kelelahan yang disebabkan tuntutan studi, sikap sinis atau dingin terhadap tugas kuliah, dan munculnya perasaan tidak mampu yang dipengaruhi oleh kurangnya penyesuaian diri terhadap kehidupan perkuliahan.²⁸

Dalam penelitian ini, tidak terdapat hubungan antara *locus of control* dan *academic burnout*. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian terhadap mahasiswa sarjana dari berbagai perguruan tinggi di Bangalore.²⁹ Penelitian mengenai hubungan antara stres akademik dengan unsur-unsur *locus of control* seperti harga diri dan gender menunjukkan pengaruh *locus of control* terhadap stres akademik tidak bersifat langsung. *Locus of control* menunjukkan pengaruh interaksi dengan harga diri terhadap stres akademik yaitu harga diri tinggi meningkatkan stres karena lebih banyak tekanan untuk mempertahankan harga diri. Jenis kelamin juga memengaruhi stres akademik secara tidak langsung berkaitan dengan harga diri yaitu perempuan dengan harga diri yang tinggi memengaruhi stres akademik lebih besar.

Stres yang terjadi bersama dengan kesulitan untuk rileks, kurang tidur, dan perasaan bersalah,

dapat mengakibatkan timbulnya *academic burnout*.² *Academic burnout* merujuk pada kejenuhan dalam konteks akademik yang menghasilkan stres, beban, atau gejala psikologis akibat proses pembelajaran.³⁰ Hasil penelitian ini memperkuat pendapat Warehime bahwa penelitian mengenai hubungan *locus of control* dan prestasi akademik sering tidak bermakna secara statistik.³¹ Berbeda dengan penelitian Herawati et al¹⁴ pada siswa kelas XI SMK Negeri 4 Kota Bengkulu, terdapat korelasi dan negatif antara kelelahan akademik dan *locus of control*.

Pada penelitian ini terdapat kesenjangan dengan penelitian sebelumnya. Penjelasan yang mungkin untuk perbedaan ini mungkin disebabkan oleh keterbatasan penelitian. Keterbatasan ini mencakup faktor-faktor yang tidak dikecualikan, seperti faktor situasional yang meliputi beban kerja, kendali, penghargaan, komunitas, nilai-nilai, keadilan dan karakteristik kepribadian termasuk konsep diri, efikasi diri, kebutuhan pribadi, dan kendali emosional.

Kesimpulan

Karakteristik mahasiswa tahap akhir studi S1 Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang mayoritas adalah berusia 21 tahun (62,4%), perempuan (72%), dan tinggal bersama orang tua (32,8%). *Locus of control* yang dimiliki mahasiswa mayoritas adalah *locus of control* eksternal (54,4%). Gambaran *academic burnout* yang terbanyak adalah *academic burnout* sedang (98,4%). Penelitian ini menunjukkan tidak terdapat hubungan antara *locus of control* dan *academic burnout* pada kelompok siswa tertentu.

Daftar Pustaka

1. Agusmar AY, Vani AT, Wahyuni S. Perbandingan tingkat stres pada mahasiswa angkatan 2018 dengan angkatan 2015 fakultas kedokteran universitas baiturrahmah. *Heme Journal*. 2019;1:34–8. doi: 10.33854/heme.v1i2.238.
2. Thun-Hohenstein L, Höbinger-Ablasser C, Geyerhofer S, Lampert K, Schreuer M, Fritz C. Burnout in medical students. *Neuropsychiatr*. 2021;35:17–27. doi: 10.1007/s40211-020-00359-5.
3. Gao X. Academic stress and academic burnout in adolescents: a moderated mediating model. *Front Psychol*. 2023;14:1133706. doi: 10.3389/fpsyg.2023.1133706.
4. Gibran H. Pengaruh stres akademik dan burnout terhadap prestasi belajar di masa pembelajaran daring pada siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Galis Pamekasan. *e-journal unesa*. 2022;12:1109–15.
5. Harlia Putri T, Masitoh Z, Khalid F. Faktor yang mempengaruhi *academic burnout* pada mahasiswa keperawatan. *JKJ*. 2023;11:379-86. doi: 10.26714/jkj.11.2.2023.379-386.

6. Yusriyyah S, Nugraha D, Jundiah S. Hubungan stress akademik dengan academic burnout pada mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Bhakti Kencana. *IJNHS*. 2023;4:25–34. doi: 10.37287/ijnhs.v4i1.2141.
7. Sagita DD, Meilyawati V. Tingkat academic burnout mahasiswa di masa pandemi covid-19. *Nusantara of Research*. 2021;8:104–19. doi: 10.29407/nor.v8i2.16048.
8. Abreu Alves S, Sinval J, Lucas Neto L, Marôco J, Gonçalves Ferreira A, Oliveira P. Burnout and dropout intention in medical students: the protective role of academic engagement. *BMC Med Educ*. 2022;22:83. doi: 10.1186/s12909-021-03094-9.
9. Frajerman A, Morvan Y, Krebs MO, Gorwood P, Chaumette B. Burnout in medical students before residency: A systematic review and meta-analysis. *Eur Psychiatry*. 2019;55:36–42. doi: 10.1016/j.eurpsy.2018.08.006.
10. Nteveros A, Kyprianou M, Artemiadis A, Charalampous A, Christoforaki K, Cheilidis S, et al. Burnout among medical students in cyprus: A cross-sectional study. *PLoS One*. 2020;15:e0241335. doi: 10.1371/journal.pone.0241335.
11. Anjani PR, Oktaria D, Rahmayani F. Korelasi kecerdasan emosional terhadap kejadian burnout pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. *MEDULA*. 2023;13:207. doi: 10.53089/medula.v13i2.503.
12. Syatriadin. Locus of control: teori temuan penelitian dan reorientasinya dalam manajemen penanganan kesulitan belajar peserta didik. *Fondatia*. 2017;1:144–64. doi: 10.36088/fondatia.v1i1.93.
13. Saputra E, Suarni W, Marhan C. Locus of control dan stres akademik mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Sublimapsi*. 2021;2:224–33. doi: 10.36709/sublimapsi.v2i3.18423.
14. Herawati AA, Dharmayana W, Bastian R. Indonesian journal of guidance and counseling: theory and application hubungan locus of control terhadap academic burnout siswa selama masa pandemic covid-19. *IJGC*. 2022;11:22–32. doi: 10.15294/ijgc.v11i3.54364.
15. Demir S, Demir SG, Bulut H, Hisar F. Effect of mentoring program on ways of coping with stress and locus of control for nursing students. *Asian Nurs Res*. 2014;8:254–60. doi: 10.1016/j.anr.2014.10.004.
16. Hariansyah, Reni SO. Hubungan antara tipe locus of control dengan prevalensi stres pada mahasiswa kedokteran Universitas Malahayati Bandar Lampung. *JIKK*. 2017;4:161–9. doi: 10.33024/v4i3.1312.
17. Rahmah NA, Prihatsanti U. Factors influencing student academic burnout systematic review. *Perspektif Ilmu Pendidikan*. 2023;37:62–8. doi: 10.21009/PIP.371.8.
18. Fathori AI. Hubungan tingkat kecemasan dengan burnout akademik [Skripsi]. Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro: Semarang;2021.
19. Maslach C, Schaufeli WB, Leiter MP. Job burnout. *Annu Rev Psychol*. 2001;52:397–422. doi: 10.1146/annurev.psych.52.1.397.
20. Matthew CK, Widjaja Y. Hubungan antara burnout dengan academic procrastination pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara tahap akademik. *JPKD*. 2022;4:7431–40. doi: 10.31004/jpdk.v4i6.9515.
21. Oktavia A. Hubungan antara pendekatan belajar dan burnout pada mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta [Skripsi]. Fakultas Kedokteran Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah: Jakarta; 2018.
22. Rahma NA, Prihatsanti U. Factors affecting academic fatigue in college students a systematic review. *Perspektif Ilmu Pendidikan*. 2023;37:62–8. doi: 10.21009/PIP.371.8.
23. Fares J, Saadeddin Z, Al Tabosh H, Aridi H, El Mouhayyar C, Koleilat MK, et al. Extracurricular activities associated with stress and burnout in preclinical medical students. *J Epidemiol Glob Health*. 2016;6:177–85. doi: 10.1016/j.jegh.2015.10.003.
24. Abdulrahman MM, Fareed M. Assessment of quality of life among medical students in saudi arabia: a study based on who-qol-bref protocol. *IJMRHS [Internet]*. 2018;7:1–11. Available from www.ijmrhs.com.
25. Berduzco-Torres N, Medina P, Choquenaira-Callañaupa B, San-Martín M, Delgado-Bolton RC, Vivanco L. Family loneliness: its effects in the development of empathy, teamwork and lifelong learning abilities in medical students. *Front Psychol*. 2020;11:1–10. doi: 10.3389/fpsyg.2020.02046.
26. Pinasti W. Pengaruh self-efficacy, locus of control dan faktor demografis terhadap kematangan karir mahasiswa UIN Syarif Hidayatullah Jakarta [Skripsi]. Fakultas Kedokteran Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah: Jakarta; 2011.
27. Ozen Kuntanis R, Mesci M, Övdur Z. The effects of locus of control on learning performance: a case of an academic organization. *Journal of Economic and Social Studies*. 2011;1:113–36. doi: 10.14706/JECOSS11125.
28. Putri AF. Pentingnya orang dewasa awal menyelesaikan tugas perkembangannya. *Indonesian Journal of School Counseling*. 2018;21:35. doi: 10.23916/08430011.
29. Manikandan K, Uma K. Influence of locus of control, self-esteem and sex on academic stress among adolescents. *Guru Journal of Behavioral and Social Sciences [Internet]*. 2013;1:186–93. Available from www.gjbss.org.
30. Putri DH, Lathifah NI. The effectiveness of stress coping techniques to reduce academic burnout in guidance and counseling students in Yogyakarta during the COVID-19 pandemic. *KnE Social Sciences*. 2022. doi: 10.18502/kss.v7i14.12040.
31. Herbert M. Lefcourt. Research with the locus of control construct. Vol. 1. Waterloo: Elsevier; 1981.