

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Penelitian adalah suatu kegiatan ilmiah yang dilakukan secara sistematis untuk memperoleh pengetahuan empiris dan teoritis terbaru, salah satu kegiatan penelitian yang diwajibkan oleh mahasiswa yaitu skripsi (Wulan & Abdullah, 2014). Skripsi merupakan salah satu jenis karya tulis ilmiah yang dilakukan oleh mahasiswa berdasarkan hasil penelitian dan digunakan untuk syarat mendapatkan gelar pada program sarjana sehingga setiap mahasiswa harus dapat menyelesaikan terlebih dahulu untuk bisa lulus sebagai seorang sarjana (Wulan & Abdullah, 2014).

Pada penyelesaian skripsi mahasiswa sering mengalami berbagai macam masalah yang dihadapi. Hal ini membuat mahasiswa membentuk sikap negatif yang secara tidak sadar mempengaruhi proses penyelesaian skripsi (Etika & Hasibuan, 2016). Menurut Etika & Hasibuan (2016) masalah yang dihadapi mahasiswa pada proses penyelesaian skripsi diantaranya: kesulitan dalam menentukan judul skripsi, terbatasnya referensi, waktu pengerjaan skripsi yang sedikit karena terhambat aktivitas lain, rasa malas dan kurang motivasi, susah bertemu dengan dosen pembimbing, sulit membagi dan mengatur waktu, lelah yang berlebihan, waktu istirahat tidak cukup, minimnya biaya, serta tidak bisa fokus.

Schaufel dkk. (2002) menjelaskan ketika seseorang mengalami tekanan lingkungan maupun psikologis yang lama akan menyebabkan seseorang mengalami kelelahan atau *burnout*. Pada bidang pendidikan dinamakan yaitu *academic burnout* (Mudjahid, 2017). Studi yang dilakukan oleh Fares dkk. (2016) menemukan mahasiswa kedokteran di Lebanon mengalami *academic burnout* pada

tingkat tinggi atau sebesar 75% dan 14,8% mahasiswa kedokteran di Spanyol mengalami *academic burnout* pada tingkat sedang. Hal ini sejalan dengan hasil data yang dilakukan oleh Puspitaningrum (2018) pada mahasiswa Universitas Negeri Yogyakarta yang menemukan mahasiswa akhir mengalami *academic burnout* pada tingkat tinggi atau sebesar 61,25% yang menyebabkan terhambatnya penyelesaian tugas akhir. Pada penelitian Sulthon (2020) pada mahasiswa UIN Syarif Hidayatullah ditemukan bahwa mahasiswa akhir memiliki kecenderungan *academic burnout* pada tingkat tinggi yang menyebabkan terhambatnya pencapaian dalam akademik.

Academic burnout merupakan suatu kondisi mahasiswa yang mengalami kelelahan yang disebabkan oleh tuntutan akademik, memiliki perasaan pesimis, dan berkurangnya ketertarikan terhadap pembelajaran dan memiliki perasaan tidak kompeten sebagai seorang mahasiswa (Maslach, Schaufeli, Martez & Bakker, 2001). Zhang Gan (2007) menyatakan *academic burnout* adalah perasaan lelah karena tuntutan pembelajaran sehingga mengakibatkan menghindari hal yang berkaitan dengan tugas akademik. *Academic burnout* adalah suatu kondisi mental seorang mahasiswa yang mengalami kebosanan yang mengakibatkan tidak melakukan aktivitas belajar dan kebosanan tersebut membuat motivasi seorang mahasiswa menurun yang berakibat pada penurunan prestasi belajar (Muna, 2013).

Pada penelitian Mudjahid (2017) ditemukan dampak psikologis bagi mahasiswa akhir yaitu cenderung mengalami *academic burnout* yang menunjukkan bahwa mahasiswa akhir yang sedang menyelesaikan skripsi merasakan kelelahan secara emosional, adanya kecemasan dalam dirinya, dan tidak percaya diri akan

kompetensinya. Goliszek (dalam Lamria, 2009) menyatakan *academic burnout* dapat memberikan dampak negatif namun tergantung pada tahap yang dialami oleh seseorang, dapat dikategorikan menjadi empat tahap yaitu tahap pertama adalah *idealism* dan harapan yang tinggi, tahap kedua yaitu pesimis, tahap ketiga yaitu mundur atau mengisolasi diri, dan tahap keempat adalah kehilangan minat.

Penelitian dari Jennings (2009) menemukan bahwa mahasiswa akhir yang mengalami *academic burnout* lebih cenderung berpotensi dua sampai tiga kali lipat memiliki keinginan untuk bunuh diri dibandingkan mahasiswa akhir yang tidak mengalami *academic burnout*. Oleh karena itu, berdasarkan data tersebut menunjukkan bahwa masih terdapat permasalahan *academic burnout* yang dialami pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. Maslach dkk. (2001) mengemukakan tentang aspek-aspek dari *academic burnout* yaitu kelelahan (*exhaustion*), sinisme (*depersonalization*), dan penurunan pencapaian diri (*reduced personal accomplishment*).

Mahasiswa akhir yang mengalami *academic burnout* pada tingkat rendah akan cenderung tidak mudah merasakan kelelahan secara psikologis, sehingga mampu menghadapi berbagai tugas-tugas dengan kemampuan terbaik (Jex, 2017). Putri (2016) menjelaskan bahwa seharusnya mahasiswa tingkat akhir memiliki tingkat kegigihan yang tinggi agar mampu untuk tetap fokus pada minat dan tujuan jangka panjang, mampu menghadapi tekanan dalam proses perkuliahan, tidak mudah menyerah, mampu bertahan dalam segala tuntutan serta hambatan yang dihadapi. Sehingga penelitian ini memberikan urgensi untuk diteliti agar mahasiswa

yang sedang menyelesaikan skripsi mampu menyelesaikan tujuan yang telah ditetapkan.

Pada proses terjadinya *academic burnout* terhadap mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut Maslach, Leiter, dan Schaufeli (2001) terjadinya *academic burnout* yaitu Kontrol (*Control*), Penghargaan diri (*Reward*), *Workload*, Kegigihan (*Grit*), Nilai (*Value*), Komunitas (*Community*), Ketidakadilan (*Fairless*). Berdasarkan faktor-faktor tersebut, terdapat faktor kegigihan yang dapat menyebabkan *academic burnout*. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Maulana (2022) menunjukkan bahwa kegigihan dapat mempengaruhi terjadinya *academic burnout*. Kemudian Robert (2009) menjelaskan kegigihan sebagai dorongan pada diri individu yang dapat meningkatkan kemampuan untuk tercapainya suatu keberhasilan, dan rendahnya kegigihan membuat individu sulit mengendalikan diri saat menghadapi situasi yang buruk, tidak mampu untuk menunjukkan upaya kesungguhan dalam mencapai tujuan, dan mudah menyerah ketika diberikan tugas akademik sehingga individu akan terus memikirkan permasalahan yang akhirnya akan menimbulkan *academic burnout*.

Hasil penelitian dari Rad, Shomoossi, Rakhshani, dan Sabzevari (2017) ditemukan bahwa mahasiswa akhir di Iran mengalami stres berat atau sebesar 71,7% dan *academic burnout* sebesar 76,8% yang diakibatkan takut tidak dapat menyelesaikan tugas akademik. Hal ini sejalan dengan hasil data dari Ayu Anggraini Wasito (2020) yang menemukan sebagian besar mahasiswa akhir mengalami gejala *academic burnout* pada tingkat sedang sebesar 38% atau

sebanyak 27 mahasiswa akhir dan 28,2% atau sebanyak 20 mahasiswa akhir mengalami *academic burnout* pada tingkat tinggi yang menyebabkan terhambatnya penyelesaian tugas akhir. Penelitian yang dilakukan oleh Izaach (2017) menunjukkan hasil sebesar 86,3% mahasiswa memiliki tingkat kegigihan yang rendah dan 13,7% memiliki kegigihan pada tingkat tinggi disebabkan upaya yang dilakukan oleh mahasiswa dalam mencapai tujuan bukan suatu kepentingan sehingga menyebabkan mahasiswa kurang memiliki upaya untuk berjuang dalam mencapai tujuan atau kesuksesan dalam hidup. Dari permasalahan yang terjadi bahwa menunjukkan masih terdapat permasalahan pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi.

Berdasarkan hasil wawancara pra penelitian yang dilakukan peneliti pada tanggal 01 Oktober sampai 03 Oktober 2022 dengan sepuluh mahasiswa akhir yang sedang menyelesaikan skripsi. Kesepuluh responden mengatakan sering putus asa, menyerah, merasa gagal, dan membandingkan diri sendiri dengan orang lain. Hal tersebut, dipicu oleh kurangnya referensi penelitian, membandingkan proses orang lain, dan sulit bertemu dengan dosen pembimbing. Selain itu, kesepuluh responden mengeluhkan sering sakit kepala, pusing, kelelahan, dan bahkan sampai insomnia. Dari hasil wawancara yang peneliti lakukan dapat disimpulkan bahwa mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi belum bisa memahami penyebab masalah selama menyelesaikan skripsi. Hal ini sejalan dengan penjelasan dari Maslach ddk. (2001) yang menunjukkan terjadinya *academic burnout* pada individu.

LeBeof (2011) menjelaskan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi *academic burnout* adalah kegigihan. Permasalahan yang terjadi apabila mahasiswa

memiliki kegigihan yang rendah maka mahasiswa tidak rajin atau gigih, mudah terganggu dan teralihkan oleh ide baru, tidak dapat menetapkan tujuan jangka panjang dan kurang motivasi atau kurang fokus untuk pekerjaan yang memerlukan waktu yang lama (Duckworth, 2007). Kegigihan adalah kemampuan seseorang dalam berusaha dan konsisten terhadap minat meskipun menghadapi kegagalan, kesulitan, dan hambatan untuk mencapai tujuan jangka panjang (Duckworth, 2007). Menurut Akbag dan Ummeet (2017) menjelaskan bahwa kegigihan merupakan upaya kesungguhan seseorang untuk mencapai tujuannya. Holdan dkk. (2018) menyatakan bahwa kegigihan adalah kekuatan individu agar mampu menjalani kehidupan untuk mencapai kesuksesan yang telah ditetapkan sehingga seseorang akan terus berusaha walaupun dalam keadaan sulit. Aspek dari kegigihan menurut Duckworth (2007) terdapat dua aspek yaitu *Consistency of interest* dan *Perseverance of effort*.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Halliday dkk. (2017) menunjukkan bahwa kegigihan merupakan unsur penting yang dapat mempengaruhi terjadinya *burnout*. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian dari Zaman (2019) yang menemukan bahwa kegigihan memiliki korelasi dengan *burnout*. Ketika dalam diri individu memiliki karakteristik kegigihan yang tinggi maka dapat mencegah terjadinya *burnout*. Berdasarkan penelitian tersebut, mayoritas penelitian mengenai kegigihan dengan *burnout* berkaitan dengan pekerjaan peneliti belum menemukan apakah kegigihan berkorelasi dengan *burnout* dalam konteks *academic*.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Eskreis-Winkler, Shulman, dan Duckworth (2014) mengatakan bahwa pelajar dengan level kegigihan yang tinggi

akan lebih mampu lulus sekolah dengan lebih baik. Sehingga kegigihan merupakan salah satu faktor yang dapat mengurangi terjadinya *academic burnout* pada mahasiswa (Duckworth, 2014). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Maulana (2022) yang menunjukkan hal yang sama yaitu secara signifikan kegigihan dapat berkorelasi dengan *academic burnout*. Ketika level kegigihan yang ada dalam diri mahasiswa semakin tinggi, maka akan menurunkan tingkat *academic burnout* dan sebaliknya. Sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat kegigihan yang dimiliki mahasiswa, maka akan semakin rendah tingkat *academic burnout* dan sebaliknya semakin rendah tingkat kegigihan maka akan semakin tinggi tingkat *academic burnout* pada mahasiswa.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah, “Apakah ada hubungan antara kegigihan dengan *academic burnout* pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi?”.

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kegigihan dengan *academic burnout* pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi.

2. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi perkembangan ilmu psikologi khususnya dalam psikologi pendidikan serta sebagai informasi tentang *academic burnout* pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi.

b. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan bisa memberikan manfaat agar lebih memahami salah satu penyebab permasalahan dan masukan untuk melakukan perencanaan lebih lanjut yang dialami oleh mahasiswa selama menyelesaikan skripsi.