

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) mahasiswa adalah siswa yang belajar di Perguruan Tinggi (Depdiknas dalam Wulan & Abdullah, 2014). Mahasiswa adalah golongan intelektual yang sedang menjalani pendidikan di perguruan tinggi dan diharapkan nantinya mampu bertindak sebagai pemimpin masyarakat, negara ataupun di dunia kerja (Aryatmi dalam Wijaya, 2016). Kesibukan mahasiswa tidak terbatas hanya belajar di kampus saja, tetapi juga bekerja atau berwirausaha di luar kampus (Octavia & Nugraha, 2013).

Kebutuhan akan hidup yang kian meningkat pula membuat mahasiswa harus mencari cara untuk mampu mencukupi kebutuhannya untuk pendidikan dan juga untuk biaya hidupnya. Beberapa mahasiswa mencari jalan keluar dengan cara bekerja (Mardelina & Muhson, 2017). Sehingga sudah banyak ditemukan fenomena peran ganda mahasiswa yaitu kuliah sambil bekerja (Robert dalam Mardelina & Muhson, 2017). Umumnya mahasiswa akan memilih bekerja dengan sistem kontrak dalam jangka pendek (*shortterm contracts*) dan kerja paruh waktu (*parttime jobs*) (Van der Meer & Wielers dalam Mardelina & Muhson, 2017). Menurut Dudija (2012) mahasiswa yang bekerja adalah individu yang menuntut ilmu pada jenjang perguruan tinggi dan berstatus aktif yang juga menjalankan usaha

atau sedang berusaha mengerjakan suatu tugas yang diakhiri buah karya yang dapat dinikmati oleh orang yang bersangkutan.

Berdasarkan data National Center for Education Statistics (NCES), pada tahun 2007 sebanyak 40% mahasiswa bekerja lebih dari 20 jam per minggu (Planty et al., dalam Dadgar, 2012). Mahasiswa yang bekerja harus dapat membagi waktu dan tanggung jawab terhadap komitmen dari kedua aktivitas tersebut. Hal inilah yang membuat mahasiswa menghabiskan sebagian waktu, energi serta tenaga, ataupun pikirannya untuk bekerja (Mardelina & Muhson, 2017). Kondisi tersebut membuat mahasiswa kesulitan dalam mengatur atau membagi waktu antara bekerja dan kuliah, sehingga aktivitas mahasiswa bertambah dan cenderung mengabaikan tugasnya sebagai seorang mahasiswa untuk belajar serta mengerjakan tugas-tugas yang diberikan oleh dosen. Maka mahasiswa tersebut harus dapat membagi waktu dan konsentrasi serta bertanggung jawab terhadap komitmen dari kedua aktivitas tersebut (Mardelina & Muhson, 2017).

Aktivitas kuliah sambil bekerja menuntut mahasiswa untuk dapat menyeimbangkan antara aktivitas dalam bekerja dan kuliah yang dijalankan secara bersamaan. Apabila mahasiswa tidak dapat mengatur aktivitas akademik dan kerja dengan baik, maka akan ada salah satu aktivitas yang dikorbankan (Octavia & Nugraha, 2013). Menurut Rice dan Dolgin (dalam Octavia & Nugraha, 2013), ada dua pandangan mengenai kuliah sambil bekerja. Pandangan pertama, kuliah sambil bekerja akan menjadi hal yang buruk apabila memberikan jarak antara mahasiswa dengan kegiatan penting

lainnya, seperti aktivitas perkuliahan dan waktu dengan keluarga. Pandangan kedua, kuliah sambil bekerja adalah hal yang baik apabila dijalankan dalam dosis yang kecil, karena terlalu banyak bekerja akan sangat beresiko bagi peran individu tersebut sebagai mahasiswa. Misalnya dalam sebuah permasalahan yang disampaikan oleh Kaho (2015) bahwa mahasiswa yang bekerja ternyata memiliki risiko lebih besar untuk memiliki masalah mental dalam dirinya. Adapun permasalahan lain yang dapat memberikan dampak buruk apabila mahasiswa terlalu sibuk bekerja, dimana kuliah sambil bekerja dapat menjadi salah satu faktor penghambat lulus kuliah (Priyatna, 2012).

Dari permasalahan di atas dapat diketahui bahwa kuliah sambil bekerja dapat memberikan permasalahan bagi yang menjalaninya. Arlinkasari dan Akmal (2017) mengatakan bahwa apabila mahasiswa tidak mampu menangani permasalahan di perkuliahan dan pekerjaan secara efisien maka akan membuat mahasiswa rentan terhadap berbagai permasalahan yang dapat memberikan dampak buruk. Salah satu permasalahannya yaitu *burnout*. *Burnout* dalam bidang akademik disebut *academic burnout* (Schaufeli, Martinez, Pinto, Salanova, & Barker, 2002).

Menurut Yang (2004) *academic burnout* mengacu pada stres, beban atau faktor psikologis lainnya karena proses pembelajaran yang diikuti mahasiswa sehingga menunjukkan keadaan kelelahan emosional, kecenderungan untuk depersonalisasi, dan perasaan prestasi pribadi yang rendah. Dapat disimpulkan bahwa *academic burnout* pada mahasiswa yang

bekerja adalah stres, beban atau faktor psikologis lainnya karena proses pembelajaran yang diikuti mahasiswa sehingga menampilkan keadaan kelelahan emosional, kecenderungan untuk depersonalisasi, dan perasaan prestasi pribadi yang rendah. Hal ini sejalan dengan Rad, Shomoossi, Rakhshani, dan Sabzevari (2017) yang mendefinisikan *academic burnout* sebagai kurangnya minat seseorang dalam memenuhi tugas, rendahnya motivasi, dan kelelahan karena persyaratan pendidikan sehingga munculnya perasaan yang tidak diinginkan dan perasaan tidak efisien. Menurut Yang (2004) dimensi dari *academic burnout* ada tiga, yaitu: (1) Kelelahan emosional, disebabkan oleh tuntutan emosional dan psikologis yang berlebih dan biasanya berdampingan dengan perasaan frustrasi dan ketegangan. (2) Keengganan untuk studi atau sinisme, mengacu kepada ketidakpekaan atau sikap sinis terhadap pekerjaan yang sedang dihadapi. Sinisme juga dapat didefinisikan sebagai sikap apatis atau ketidakpedulian mahasiswa terhadap pekerjaan kuliah, tugas, dan tanggung jawab. (3) Berkurangnya keinginan untuk berprestasi, berkurangnya keinginan untuk berprestasi terjadi ketika seseorang menampilkan kecenderungan untuk mengevaluasi diri sendiri negatif, sebuah penurunan perasaan kompetensi kerja, dan peningkatan perasaan *inefficacy*.

Tingkat *academic burnout* pada mahasiswa pun beragam. Berdasarkan data yang dipaparkan oleh Rad, Shomoossi, Rakhshani, dan Sabzevari (2017) dalam penelitiannya yang berjudul "*Psychological Capital and Academic Burnout in Students of Clinical Majors in Iran*", di China terdapat

86,6% mahasiswa mengalami stres akademik parah hingga menyebabkan *academic burnout*. Di Iran, mahasiswa kedokteran yang mengalami *academic burnout* sebanyak 76,8% dan stres berat sebanyak 71,7%, hal tersebut disebabkan karena kekhawatiran tentang masa depan, khawatir melukai pasien, ketidakmampuan dalam melakukan teknis medis dan harapan yang tinggi dari keluarga. Di Eropa, sebanyak 1.702 mahasiswa keperawatan mengalami *academic burnout*, dimana mahasiswa merasa kurang mampu dalam mengerjakan tugas mahasiswa dan memiliki kecenderungan untuk berhenti bekerja. Mahasiswa Ilmu Manajerial di Serbia yang mengalami *academic burnout* sebanyak 54,4%. Pada tahun 2009 data *academic burnout* yang terkait dengan studi di kalangan mahasiswa Finlandia yang dikumpulkan melalui survei Nasional dari 9 universitas di Finlandia, ditemukan bahwa 45% dari semua responden memiliki risiko mengalami peningkatan *academic burnout*, sementara sebanyak 19% responden lainnya memiliki risiko yang jelas untuk mengalami peningkatan *academic burnout*.

Hal ini diperkuat dengan hasil wawancara yang dilakukan peneliti pada hari Senin, 26 Maret 2018 sampai hari Selasa, 27 Maret 2018 kepada 10 orang mahasiswa yang bekerja. Hasil wawancara menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki perasaan lelah secara fisik maupun mental terhadap rutinitasnya yang padat seperti harus berangkat kuliah setelah seharian bekerja, mahasiswa merasa tidak dapat mengontrol perasaan emosionalnya sehingga merasa kurang peduli terhadap orang lain dan dapat melupakan

emosinya kepada orang lain, mahasiswa mengatakan ingin meninggalkan aktivitas kuliah yang dijalannya karena mahasiswa merasa berat dengan aktivitasnya yang berlebih sehingga ingin memilih salah satu dari rutinitasnya, mahasiswa tersebut juga mengatakan bahwa terkadang perkuliahan menambah beban pekerjaannya, kemudian mahasiswa menyatakan bahwa mahasiswa merasa terbebani oleh tugas-tugas yang diberikan oleh dosen dan terkadang merasa tidak mampu menyelesaikan tugas-tugasnya sehingga tidak mengumpulkan tugas yang diberikan oleh dosen. Berdasarkan hasil wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa sebanyak 6 dari 10 orang mahasiswa mengalami masalah *academic burnout*. Hal tersebut ditunjukkan dengan perilaku dari dimensi kelelahan emosional yaitu keenam mahasiswa tersebut memiliki perasaan lelah secara fisik maupun mental terhadap rutinitasnya yang padat seperti harus berangkat kuliah setelah seharian bekerja, bahkan keenam mahasiswa tersebut merasa tidak dapat mengontrol perasaan emosionalnya sehingga merasa kurang peduli terhadap orang lain dan dapat meluapkan emosinya kepada orang lain. Pada dimensi keengganan untuk studi atau sinisme, keenam mahasiswa tersebut mengatakan ingin meninggalkan aktivitas kuliah yang dijalannya karena mahasiswa merasa berat dengan aktivitasnya yang berlebih sehingga ingin memilih salah satu dari rutinitasnya, dan keenam mahasiswa tersebut juga mengatakan bahwa terkadang perkuliahan menambah beban pekerjaannya. Kemudian pada dimensi mengurangnya keinginan untuk berprestasi, keenam mahasiswa tersebut menyatakan bahwa

mahasiswa merasa terbebani oleh tugas-tugas yang diberikan oleh dosen dan terkadang merasa tidak mampu menyelesaikan tugas-tugasnya sehingga tidak mengumpulkan tugas yang diberikan oleh dosen.

Terlepas dari prioritas mahasiswa yaitu kuliah atau kerja, mahasiswa yang bekerja tetap harus mempertahankan prestasi akademis, menyelesaikan pendidikannya, dan memperoleh manfaat dari pendidikan yang dijalannya (Orszag, Orszag, & Whitmore, 2001). Maka mahasiswa tersebut harus dapat membagi waktu dan konsentrasi serta bertanggung jawab terhadap komitmen dari kedua aktivitas tersebut. Hal ini membuat mahasiswa menghabiskan banyak waktu, energi serta tenaga untuk bekerja (Ahmadi, 1999).

Cordes dan Dougherty (dalam Law, 2007) menyatakan bahwa *burnout* pada individu berhubungan dengan kemunduran hubungan interpersonal, dan pengembangan perilaku negatif yang dapat merusak individu yang bersangkutan. Mahasiswa yang mengalami *academic burnout* akan melewatkan kelas (ketidakhadiran), tidak mengerjakan tugas dengan baik, dan mendapat hasil ujian yang buruk hingga akhirnya berpotensi untuk dikeluarkan dari perguruan tinggi (Law dalam Arlinkasari & Akmal, 2017). Pada beberapa penelitian, *academic burnout* memiliki berbagai dampak. Pada penelitian yang dilakukan oleh Rad, Shomoossi, Rakhshani, dan Sabzevari (2017) menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *academic burnout* dengan *psychological capital* pada mahasiswa jurusan kesehatan di Iran. Semakin tinggi *academic burnout* maka semakin

rendah *psychological capital*, dan sebaliknya. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Ugwu, Onyishi, dan Tyoyima (2013) menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara *academic burnout* dengan *academic engagement* pada mahasiswa di Universitas Nigeria. Semakin tinggi *academic burnout* maka semakin buruk mahasiswa menangani berbagai masalah akademiknya, dan sebaliknya. Berdasarkan kedua penelitian di atas, dapat diketahui bahwa mahasiswa yang memiliki tingkat *academic burnout* tinggi, rentan memiliki *psychological capital* dan *academic engagement* yang rendah.

Menurut Maslach, Leiter, dan Schaufeli (2001) *burnout* terdiri dari 2 faktor, yaitu: (a) Faktor situasional, pada faktor ini terdapat karakteristik pekerjaan (keanekaragaman keterampilan, identitas tugas, arti tugas, otonomi dan umpan balik), karakteristik jabatan, dan karakteristik organisasi. (b) Faktor individual, faktor ini meliputi karakteristik demografik (jenis kelamin, latar belakang etnis, usia, status perkawinan, latar belakang pendidikan), karakteristik kepribadian (konsep diri rendah, kebutuhan diri yang terlalu besar, kemampuan yang rendah dalam mengendalikan emosi, *locus of control* eksternal, *introvert*, keyakinan akan kemampuan diri), dan sikap kerja.

Berdasarkan faktor-faktor di atas, terdapat faktor individual yang dapat mempengaruhi *burnout*. Salah satu faktor individual yang dapat menyebabkan *burnout* adalah keyakinan dalam kemampuan diri. Keyakinan dalam kemampuan diri oleh Bandura disebut sebagai *self efficacy* (Bandura

dalam Rustika, 2016). *Self efficacy* pada dasarnya bersifat spesifik, dalam penelitian ini *self efficacy* yang dimaksud adalah *academic self-efficacy*. Peneliti memilih faktor *academic self-efficacy* untuk dijadikan sebagai variabel bebas dalam penelitian ini karena mahasiswa dengan *self efficacy* yang tinggi memiliki fleksibilitas dalam mencari solusi terkait masalah perkuliahan yang mahasiswa hadapi, menetapkan aspirasi yang lebih tinggi pada pencapaian akademiknya, dan memiliki performa yang lebih baik dibanding mahasiswa dengan *self-efficacy* rendah (Chemers, Hu, & Garcia dalam Arlinkasari & Akmal, 2017).

Hal ini juga didukung oleh hasil wawancara yang telah dilakukan peneliti pada hari Selasa, 27 Maret 2018 kepada 10 mahasiswa yang bekerja. Hasil wawancara tersebut yaitu mahasiswa yang bekerja cenderung memiliki keyakinan yang kurang memadai dalam menyelesaikan tugas-tugas di perkuliahan ataupun pekerjaannya, mahasiswa yang bekerja juga mengaku bahwa mahasiswa kurang memiliki performa yang baik saat mengikuti perkuliahan karena sudah lelah bekerja seharian, dan para mahasiswa mengaku bahwa apabila ada permasalahan akademik mahasiswa merasa tidak yakin dapat menemukan solusi yang tepat untuk menyelesaikan permasalahannya. Berdasarkan hasil wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa 6 dari 10 orang mahasiswa yang bekerja memiliki *academic self-efficacy* yang kurang memadai. Hal tersebut ditunjukkan dengan dimensi *interaction at school*, mahasiswa mengaku kadang-kadang tidak berani berpartisipasi dalam diskusi di kelas, merasa kehilangan

kepercayaan diri, dan merasa dirinya tidak mampu untuk dapat bergaul di lingkungan kampus dengan baik. Pada dimensi *academic performance out of class*, mahasiswa mengaku merasa sulit untuk menyelesaikan tugas tepat waktu, merasa kesulitan dalam mengatasi permasalahan yang ada di luar perkuliahan, dan mahasiswa tidak mampu mengembangkan potensi dirinya dengan baik. Pada dimensi *academic performance in class*, mahasiswa mengaku mengalami kesulitan dalam mengatur kedua aktivitasnya yaitu kuliah dan bekerja, merasa mudah menyerah, dan beberapa dari mahasiswa mengaku sering menghindari permasalahan karena merasa mampu untuk menyelesaikannya. Kemudian pada dimensi *managing work, family, and school*, mahasiswa mengaku kesulitan dalam membagi waktu kerja, kuliah, dan keluarga karena disibukkan dengan beberapa aktivitasnya dan mahasiswa kadang-kadang merasa tidak memiliki performa yang penuh saat beraktivitas.

Menurut Zajacova, Lynch, dan Espenshade (2005) *academic self-efficacy* mengacu pada keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan mahasiswa dalam melaksanakan tugas-tugas akademik seperti mempersiapkan diri untuk ujian dan menyusun makalah. Sedangkan Bandura (1995) mendefinisikan *academic self-efficacy* sebagai penilaian diri sendiri atas suatu kemampuan untuk mengatur dan melaksanakan kegiatan belajar untuk mencapai hasil prestasi berdasarkan jenis pendidikan yang ditentukan. Menurut Zajacova, Lynch, dan Espenshade (2005) ada empat dimensi dari *academic self-efficacy*, yaitu: (a) *Interaction at school*.

Dimensi ini merupakan keyakinan tentang kemampuan diri untuk berinteraksi dengan orang-orang yang terlibat di perguruan tinggi. (b) *Academic performance out of class*. Keyakinan mahasiswa dalam menampilkan kemampuan dirinya selama di luar perkuliahan. (c) *Academic performance in class*. Keyakinan mahasiswa dalam menampilkan kemampuan dirinya ketika mengikuti perkuliahan. (d) *Managing work, family, and school*. Keyakinan mahasiswa dalam mengatur pekerjaan, keluarga, dan perkuliahan secara efektif.

Menurut Yang (2004) *academic burnout* mengacu pada stres, beban atau faktor psikologis lainnya karena proses pembelajaran yang diikuti mahasiswa sehingga menunjukkan keadaan kelelahan emosional, kecenderungan untuk depersonalisasi, dan perasaan prestasi pribadi yang rendah. *Academic burnout* berkorelasi dengan sejumlah variabel psikologis, salah satunya adalah *academic self-efficacy*. Ugwu, Onyishi, dan Tyoyima (2013) menyarankan agar mahasiswa memiliki *self efficacy* yang memadai untuk melindungi diri dari potensi *academic burnout*. Pernyataan senada juga diungkapkan Rahmati (dalam Arlinkasari & Akmal, 2017) yang mengatakan bahwa mahasiswa yang tidak memiliki *academic self-efficacy* yang memadai menjadi rentan terhadap *academic burnout* dan kurang memiliki kemampuan untuk beradaptasi.

Mahasiswa dengan *academic self-efficacy* yang baik dapat menghasilkan dan mampu menguji berbagai alternatif tindakan ketika mahasiswa tidak mencapai keberhasilan pada awalnya. Mahasiswa dengan

tingkat *academic self-efficacy* yang tinggi ketika menghadapi masalah akademik tidak akan mudah menyerah dan mencoba untuk menemukan solusi yang tepat untuk memecahkan masalah mahasiswa (Charkhabi dkk., dalam Arlinkasari & Akmal, 2017). Sebaliknya mahasiswa dengan *academic self-efficacy* yang rendah cenderung menilai masalah lebih sulit daripada yang sebenarnya, lebih rentan terhadap stres, depresi dan memiliki kemampuan pemecahan masalah yang kurang baik. Hal tersebut menunjukkan bahwa *academic self-efficacy* ikut berperan dalam menurunkan *academic burnout* pada mahasiswa (Rahmati dalam Arlinkasari & Akmal, 2017). Berdasarkan uraian di atas, peneliti mengajukan sebuah rumusan permasalahan apakah ada hubungan antara *academic self-efficacy* dengan *academic burnout* pada mahasiswa yang bekerja?

## **B. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *academic self-efficacy* dengan *academic burnout* pada mahasiswa yang bekerja. Hasil dari penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat:

1. Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah dapat memberikan sumbangan pemikiran dan pengetahuan di bidang Psikologi khususnya Psikologi Pendidikan mengenai *academic self-efficacy* dengan *academic burnout* serta sebagai sumber referensi untuk penelitian selanjutnya.

2. Manfaat praktis dari penelitian ini adalah diharapkan dapat memberi manfaat bagi mahasiswa yang bekerja agar mampu mengurangi *academic burnout* dengan meningkatkan *academic self-efficacy*. Selain itu penelitian ini juga diharapkan dapat dijadikan tambahan informasi bagi para pendidik untuk menurunkan *academic burnout* dengan meningkatkan *academic self-efficacy* dari mahasiswa yang bekerja.