

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

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

Pendidikan merupakan sebuah kegiatan yang dilakukan oleh seseorang dengan adanya maksud serta tujuan tertentu yang berfokus untuk meningkatkan kemampuan ataupun kepandaian sebagai manusia maupun masyarakat (Nurkholis, 2013). Salah satu faktor penting untuk kemajuan suatu negara yakni pendidikan, seperti yang dikemukakan oleh Muhardi (2004) bahwa pendidikan adalah akar kemajuan suatu bangsa, karena melalui pendidikan maka sumber daya manusia akan meningkat. Pendidikan di Indonesia didasarkan oleh Pancasila dan Undang-Undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945 yang diatur dalam Undang-Undang Nomor 20, Tahun 2003 tentang sistem Pendidikan Nasional. Didalamnya tertulis bahwa terdapat tiga jalur pendidikan yakni pendidikan formal, non formal, dan informal. Untuk jenjang pendidikan formal dimulai dari pendidikan dasar yang berbentuk Sekolah Dasar (SD) dan Sekolah Menengah Pertama (SMP), selanjutnya pendidikan menengah yang terdiri atas SMA, MA, SMK, dan MAK, kemudian diakhiri dengan pendidikan tinggi, yang mencakup program diploma, sarjana, magister, spesialis, dan doktor yang ditawarkan oleh perguruan tinggi. (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2017).

Perguruan tinggi sebagai satuan pendidikan yang menyelenggarakan pendidikan tinggi memiliki fungsi untuk membekali lulusannya kemampuan untuk bisa menyesuaikan diri dengan tuntutan baru yang merupakan dampak dari perubahan global (Nursanjaya, 2019). Selain itu perguruan tinggi dituntut untuk

membekali mahasiswa agar berperan secara aktif positif dalam membantu memecahkan permasalahan yang dialami masyarakat (Yuliawati, 2012). Oleh karena itu, agar sesuai dengan fungsi pendidikan tinggi maka diperlukan interaksi yang baik antar beberapa komponen. Salah satu komponen yang menunjang sistem pendidikan dalam perguruan tinggi adalah mahasiswa (Papilaya & Huliselan, 2016).

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, definisi mahasiswa yaitu orang yang belajar di perguruan tinggi. Sedangkan menurut Sarwono (1978) mahasiswa adalah semua orang yang secara resmi terdaftar untuk belajar di perguruan tinggi dan berusia antara 18 sampai 30 tahun. Seorang mahasiswa akan belajar di perguruan tinggi selama minimal tiga sampai empat, dan untuk mengakhiri masa kuliahnya mahasiswa wajib menyusun skripsi sebagai syarat kelulusan (Aulia & Panjaitan, 2019).

Skripsi adalah karya ilmiah yang ditulis berdasarkan pengetahuan dan fakta-fakta khusus. Setelah itu, dengan bukti yang kuat, fakta yang ada akan digabungkan untuk membuat pemecahan masalah yang umum (Sutrisno dalam Asmawan, 2016). Namun dalam perjalanannya mahasiswa memandang bahwa tugas skripsi bukanlah sebuah tugas yang ringan untuk dikerjakan. Banyak pengalaman dari mahasiswa yang mengalami hambatan atau tersendat ketika menyusun skripsi (Ningrum, 2011). Hambatan yang ditemui ketika mengerjakan karya tulis ilmiah biasanya berupa sulitnya merumuskan masalah, menentukan judul, dan mencari referensi atau literatur sebagai bahan rujukan (Kinasih dalam Hastuti, 2021). Selain hambatan, mahasiswa juga dihadapkan dengan berbagai tuntutan yang dapat

muncul dari dalam diri individu maupun lingkungan, sebagaimana disampaikan oleh Puspaningrum (dalam Wasito, 2021) bahwa terdapat tiga sumber tuntutan yang diterima oleh mahasiswa untuk segera menyelesaikan studinya yakni berasal dari orang tua, dosen, teman, dan diri sendiri. Jika seseorang mengalami tekanan atau stress yang terjadi terus-menerus hingga berlangsung dalam kurun waktu yang cukup lama maka dapat menguras banyak energi dan berujung pada kelelahan (*burnout*) (Purnomo, 2021). Kelehan fisik, mental dan emosional yang tinggi merupakan wujud dari *burnout* pada individu (Wardani & Firmansyah, 2019). Selanjutnya, kelelahan yang disebabkan oleh aktivitas belajar yang dilakukan oleh mahasiswa akan disebut sebagai *burnout* akademik (Yang, 2004).

*Burnout* akademik merupakan suatu kondisi kelelahan yang dialami individu dikarenakan oleh tuntutan akademik, putus asa, ketertarikan terhadap studi menjadi berkurang dan merasa tidak kapabel sebagai seorang mahasiswa (Schaufeli, 2002). Salmela-Aro & Näätänen (2005) menjabarkan aspek-aspek *academic burnout* menjadi tiga yakni 1.) Kelelahan emosional (*emosional exhaustion*) 2.) Sinisme (*Cynism*), 3.) Penurunan pencapaian personal (*personal inadequacy*).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Wasito (2021) didapatkan hasil kecenderungan *burnout* akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi sebanyak 15 mahasiswa atau sebesar 8,4% kategori sangat rendah, 45 mahasiswa atau sebesar 21,5% kategori rendah, 60 mahasiswa atau sebesar 33,5% kategori sedang, 49 mahasiswa atau sebesar 27,4% kategori tinggi dan 10 mahasiswa atau sebesar 5,6% kategori sangat tinggi. Selanjutnya dalam penelitian yang dilakukan oleh Simbolon (2021) didapatkan hasil bahwa 51, 8 %, responden

mahasiswa mengalami *academic burnout* kategori rendah dan 48,2 % mahasiswa mengalami *academic burnout* kategori berat. Penelitian yang dilakukan oleh Dale (2016) pada mahasiswa di Universitas Islam Sultan Agung yang sedang mengerjakan skripsi menunjukkan terdapat 12 subjek atau sebesar 4,9% mendapatkan skor *burnout* tinggi, ada 6 subjek atau sebesar 2,4% mendapatkan skor *burnout* yang sangat rendah, 109 subjek atau sebesar 44,5% mendapatkan skor *burnout* yang rendah dan 118 subjek atau sebesar 48,2% yang mendapatkan skor *burnout* sedang. Dalam sebuah riset yang dilaksanakan oleh Jiménez-Ortiz et al (2019) mengungkapkan bahwa 52% siswa mengalami kelelahan akademik selama kuliah.

Berdasarkan wawancara yang diadakan pada tanggal 18 Januari 2023 yang dilakukan peneliti kepada tiga mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, pertanyaan wawancara ini disusun berdasarkan aspek *burnout* akademik menurut Salmela-Aro & Näätänen (2005). Dalam wawancara yang dilakukan, subjek berinisial B mengungkapkan bahwa dalam masa pengerjaan skripsi dirinya sering merasakan kelelahan yang berlebihan, hal ini lantaran desakan dari dosen pembimbing untuk segera menyelesaikan proposal dan melakukan seminar dikarenakan dosen tersebut memiliki kesibukan yang mengharuskannya keluar kota. Dituntut untuk menyelesaikan dalam waktu yang singkat membuat B banyak begadang hingga sering merasakan sakit kepala dan demam karena kurang waktu untuk istirahat. B juga mengaku stress karena orang tua menuntut untuk segera lulus dengan alasan dirinya merupakan anak pertama dan memiliki tanggung jawab untuk membantu perekonomian keluarga, kondisi yang dialami oleh B ini

menggambarkan aspek kelelahan emosional. Selanjutnya B menuturkan jika seringkali perkataan dari orang tua khususnya ibu tentang dirinya yang belum lulus cenderung kasar dan membuat B merasa tidak berguna sebagai anak, perasaan tidak berguna sebagai seorang individu masuk kedalam aspek *burnout* akademik ketiga yaitu penurunan pencapaian personal. Akhirnya untuk terhindar dari desakan dan perkataan yang menyakitkan dari ibunya B lebih memilih untuk menghabiskan waktu di kamar, menjauhkan diri dengan cara menghindar juga masuk kedalam aspek *burnout* akademik yakni aspek sinisme.

Wawancara kedua dilakukan pada subjek berinisial P, subjek menjelaskan selama proses pengerjaan skripsi P merasakan kejenuhan, hal ini lantaran terlalu lama berada didepan laptop setiap harinya, selain itu dirinya merasa muak karena beberapa kali berganti dosen pembimbing, beberapa konsisi yang dialami P ini termasuk aspek kelelahan emosional. P juga mengaku merasa kurang adanya dukungan dari keluarga sehingga membuat P semakin tidak termotivasi dalam mengerjakan skripsi, kondisi ini merupakan aspek *burnout* akademik yakni kelelahan emosional. Dalam wawancaranya P juga menyampaikan bahwa dirinya menjadi sedikit sensitif dan mudah tersinggung jika ditanyakan terkait kapan lulus, beberapa kerabat dan teman yang suka membandingkan dirinya dengan teman-teman yang sudah lulus pun akhirnya dihindari, menjauhkan diri merupakan salah satu aspek sinisme. P memandang dirinya sebagai anak yang kurang bermanfaat bagi keluarga karena belum lulus dan bekerja, kondisi ini masuk kedalam aspek penurunan pencapaian personal.

Kondisi sebaliknya justru dialami oleh subjek berinisial DR, subjek mengaku tidak kewalahan walaupun dibebani revisian yang banyak dan tetap semangat walaupun sudah mengerjakan skripsi selama dua semester. DR mengatakan ketika sudah merasakan jenuh dalam mengerjakan skripsi dirinya akan mencari hiburan dengan *hang out* bersama sahabatnya.

Hasil wawancara dari dua subjek berinisial B dan P menunjukkan jika kedua mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi mengalami gejala *burnout* akademik. Menurut Salmela Aro & Naatanen (2005) pada aspek kelelahan emosional akan ditandai dengan kelelahan, sulit tidur, tertekan, dan merasa tidak sanggup mengerjakan tugasnya. Aspek yang kedua yaitu sinisme, individu akan menjauh serta kehilangan minat dalam mengerjakan tugas. Pada aspek ketiga dari Salmela-Aro & Naatanen yaitu penurunan pencapaian personal, akan ditandai dengan individu yang memiliki perasaan tidak mampu akibat pencapaian dan kompetensi diri yang menurun.

Kecenderungan *burnout* akademik dapat menyebabkan siswa menunda-nunda tugas atau belajar, indeks prestasi yang rendah, gejala depresi, dan kualitas hidup yang buruk (Roszy dalam Simbolon, 2021). Selain itu kecenderungan *burnout* akademik dapat menyebabkan perilaku negatif pada siswa, seperti bersikap dan berekspresi yang tidak menyenangkan, tidak melakukan tugas kuliah, menurunkan motivasi, *drop out*, dan sebagainya (Meier & Schmeck dalam Biremanoe, 2021). Seperti juga yang dinyatakan oleh Khairani & Ifdil (2015), bahwa *burnout* akademik pada mahasiswa pasti akan berdampak pada proses pembelajaran mereka, seperti penundaan pekerjaan rumah, penurunan minat

belajar, penurunan konsentrasi materi perkuliahan, dan penurunan prestasi akademik.

Seorang mahasiswa seharusnya dapat menyelesaikan skripsi dengan baik serta tepat waktu walaupun dihadapkan dengan berbagai tuntutan yang memicu *burnout* akademik. Seperti yang dikemukakan oleh Aryati & Utami (2021) yakni seseorang dengan rentang usia 18-40 termasuk dalam kategori dewasa awal dengan memiliki ciri-ciri perkembangan yang salah satunya adalah kematangan emosi. Sehingga berdasarkan penjelasan tersebut maka mahasiswa semester akhir yang dikategorikan dewasa awal dinilai mampu mengatasi setiap tekanan karena memiliki kemampuan berpikir ataupun bernalar yang baik serta memiliki kematangan dalam mengambil keputusan. Selain itu mahasiswa dapat terhindar dari *burnout* akademik ketika mampu mengelola stress dengan baik, hal ini sejalan dengan yang dikemukakan oleh Mery & Mamahit (2020) bahwa mahasiswa harus diajarkan bagaimana mengelola stres sehingga mereka dapat mengarahkan responnya menjadi stres yang positif atau *eustress*. Ini karena ketika siswa mengalami *eustress*, tubuh mereka akan merespon dengan lebih berani dan percaya diri dalam menghadapi kesulitan saat mengerjakan tugas atau ujian.

Khairani dan Ifdil (2015) menyatakan beberapa faktor yang mempengaruhi *burnout* akademik yaitu 1) Kurangnya dukungan sosial 2) Faktor Demografis 3) Konsep Diri 4) Konflik Peran 5) Ambiguitas Peran 6) Isolasi. Alasan peneliti memilih konsep diri karena konsep diri memiliki pengaruh terhadap *burnout* akademik, dimana dalam studi yang dilakukan tentang *burnout* akademik menunjukkan bahwa seseorang dengan konsep diri yang tinggi akan lebih terhindar

dari *burnout* akademik dan akan tetap mempertahankan prestasi walaupun berada dibawah tekanan. Sebagaimana diungkapkan dalam beberapa hasil penelitian, yang diantaranya yakni penelitian yang dilakukan oleh Diyanti (2021) tentang hubungan *self-concept* dan *family support* dengan *academic burnout* pada siswa MI Darussalam di Masa Pandemi diketahui bahwa terdapat hubungan antara *academic burnout* dengan *self-concept* dengan korelasi yang negatif, oleh sebab itu dapat diartikan bahwa semakin positif *self concept* seseorang maka semakin rendah potensi untuk mengalami *academic burnout* begitu juga sebaliknya semakin negatif *self concept* maka tinggi potensi untuk mengalami *burnout*. Masih sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya, penelitian yang dilakukan oleh Ikbar (2019) menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara konsep diri dengan *burnout* pada asisten mata kuliah praktikum fakultas psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Didukung juga dengan hasil penelitian yang dilakukan pada mahasiswa keperawatan oleh Wang (2019), diketahui bahwa ada hubungan yang signifikan antara konsep diri dan kelelahan akademik.

Atkinson et al (2008) mengemukakan bahwa konsep diri merupakan susunan berbagai gagasan, perasaan dan sikap yang dimiliki seseorang mengenai dirinya sendiri. Konsep diri dalam lingkup akademis dapat disebut dengan konsep diri akademik. Wigfield & Karpathian (1991) mendefinisikan konsep diri akademik sebagai pemahaman dan persepsi individu tentang dirinya dalam konteks pencapaian akademik. Aspek konsep diri akademik menurut Liu dan Wang (2005), yaitu 1) Aspek Kepercayaan Akademik 2) Aspek Upaya Akademik.

Flowers et al (dalam Tlonaen, 2017) menyatakan bahwa konsep diri akademik mempengaruhi keberhasilan mahasiswa dalam mengikuti proses pendidikan dan pembelajaran di kampus. Seorang mahasiswa harus mempunyai konsep diri akademik yang tinggi agar memepercepat pemulihan ketika mengalami kelelahan dalam perkuliahan terutama ketika mengerjakan skripsi yang dipenuhi dengan berbagai tantangan dan tekanan, karena seperti yang dikemukakan oleh Maslach, Schaufeli, & Leiter (2001) bahwa individu yang mengalami *burnout* akademik memiliki konsep diri yang rendah. Hal tersebut juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Wang (2019), menyimpulkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara *burnout* akademik dan konsep diri pada mahasiswa keperawatan, yaitu semakin tinggi konsep diri mahasiswa maka akan diikuti dengan *burnout* yang rendah. Sebaliknya semakin rendah konsep diri, maka akan diikuti dengan tingginya *burnout* pada mahasiswa.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti mengajukan sebuah perumusan masalah, apakah ada hubungan antara konsep diri akademik dengan *burnout* akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi?

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

### **1. Tujuan**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara konsep diri akademik dengan *burnout* akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

### **2. Manfaat**

a. Teoritis

Penelitian ini diharapkan memberikan sumbangan pemikiran dalam ilmu psikologi khususnya psikologi pendidikan yang berkaitan dengan topik konsep diri akademik dengan *burnout* akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

b. Praktis

Adanya penelitian ini diharapkan memberikan informasi bahwa ada hubungan antara konsep diri akademik dengan *burnout* akademik. Dengan demikian konsep diri akademik menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi *burnout* akademik. Sehingga nantinya diharapkan akan ada usaha-usaha untuk meningkatkan konsep diri akademik agar dapat mengurangi *burnout* akademik.