

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Mahasiswa adalah seseorang yang tengah mengikuti proses pembelajaran dan terdaftar di salah satu bentuk lembaga pendidikan tinggi, termasuk perguruan tinggi, politeknik, sekolah tinggi, institut, atau universitas (Hartaji, 2012). Siialagan (2011) menyatakan bahwa sebagai anggota komunitas kampus, mahasiswa bertanggung jawab secara utama terhadap proses pembelajarannya, melibatkan penyelesaian tugas, membaca literatur, menulis makalah, melakukan presentasi, berpartisipasi dalam diskusi, menghadiri seminar, dan berkontribusi dalam berbagai kegiatan yang sesuai dengan budaya kampus. Mahasiswa terlibat dalam beragam kegiatan yang tidak hanya terbatas pada kegiatan akademis kampus, melainkan mencakup pekerjaan atau usaha di luar lingkungan kampus (Octavia & Nugraha, 2013). Dengan meningkatnya kebutuhan hidup, maka mahasiswa wajib mencari cara untuk memenuhi kebutuhan pendidikannya dan memenuhi kebutuhan hidupnya. Beberapa mahasiswa mencari cara untuk mencari nafkah dengan bekerja. Fenomena mahasiswa yang berperan ganda, yaitu belajar sambil bekerja (Mardelina & Muhson, 2017). Mahasiswa yang bekerja adalah orang-orang yang tidak hanya sedang aktif belajar pada tingkat universitas, tetapi juga menjalankan suatu usaha atau mencoba melakukan suatu pekerjaan yang pada akhirnya menjadi pekerjaan yang disukainnya (Dudija, 2012).

Data dari *National Center for Education Statistics* (NCES) ditemukan bahwa hingga 40% mahasiswa didapatkan bekerja lebih dari 20 jam per minggunya pada tahun 2007 (Planty et al, dalam Dadgar, 2012). Mahasiswa yang bekerja perlu memiliki kemampuan untuk mengatur waktu dan tanggung jawab mereka di antara dua kegiatan tersebut. Inilah yang mengakibatkan mahasiswa harus mengalokasikan sebagian dari energi, pikiran dan waktu mereka untuk bekerja (Mardelina & Muhson, 2017). Universitas Mercu Buana Yogyakarta atau biasa disebut UMBY merupakan salah satu kampus di Yogyakarta yang membuka kelas karyawan. Dilansir dari website Bintang Sekolah Indonesia (Ismunandar, 2021). UMBY memiliki 6 fakultas dengan 16 Prodi didalamnya. Fakultas tersebut yaitu Fakultas Agroindustri, Fakultas Ekonomi, Fakultas Psikologi, Fakultas Teknologi Informasi, Fakultas Ilmu Komunikasi & Multimedia serta Fakultas Keguruan dan Ilmu Kependidikan dilansir dari website penerimaan mahasiswa baru UMBY. UMBY merupakan kampus di Yogyakarta yang membuka kelas karyawan, dimana untuk kelas karyawan terdapat kelas malam (R2) dengan waktu kuliah hari senin sampai jumat pukul 17.00-22.00WIB dan kelas Sabtu (R3) dengan waktu kuliah secara online dilansir dari *website* UMBY. Peneliti mendapat informasi jumlah mahasiswa aktif kelas karyawan sebanyak 1802 mahasiswa yang terdiri dari angkatan 2017-2023 dan berasal dari berbagai program studi. Informasi tersebut didapat dari bagian data dan pelaporan UMBY. Oleh karena itu peneliti mengambil lokasi penelitian di Universitas Mercu Buana Yogyakarta, karena UMBY merupakan salah satu kampus di Yogyakarta yang

membuka kelas karyawan dengan 6 Fakultas yang sesuai dengan kriteria subjek penelitian.

Menurut Yang (2004), *academic burnout* merujuk pada tekanan, stres, dan faktor psikologis lain yang berasal dari keterlibatan dalam kegiatan belajar mahasiswa. Hal ini menyebabkan timbulnya kelelahan emosional, depersonalisasi, dan perasaan ketidakpuasan. *Academic burnout* adalah suatu keadaan di mana seseorang merasa kelelahan secara fisik, mental, dan emosional, yang kemudian diikuti oleh perasaan sinis atau upaya untuk menghindari lingkungan, serta rendah diri (Maslach, 2003). Dikutip dari studi Health Line (2021) tercatat sebanyak 40% mahasiswa mengalami *burnout*. Menurut Maslach (2003), *academic burnout* memiliki tiga komponen utama. Pertama, *emotional exhaustion* (kelelahan emosional) mencakup perasaan frustrasi, putus asa, kesedihan, perasaan tidak berdaya, tekanan, mudah tersinggung, atau marah tanpa alasan yang jelas. Kedua, *depersonalisasi* adalah dimensi di mana individu menjauh dari lingkungan sosial, bersikap apatis, dan tidak peduli terhadap orang-orang di sekitarnya. Yang ketiga adalah rendahnya penghargaan terhadap diri sendiri.

Berdasarkan permasalahan di atas, terlihat bahwa peran ganda dapat memunculkan permasalahan baru. Jika mahasiswa tidak mampu mengatasi tantangan dalam studi dan pekerjaan dengan efektif, ini dapat membuat mereka rentan terhadap masalah yang memiliki potensi dampak negatif (Arlinkasari, 2017). Mahasiswa yang bekerja berpengaruh terhadap aktivitas belajar dan prestasi *academic* (Mardelina, 2017). Jika konflik peran ganda pada mahasiswa yang bekerja tidak ditangani dengan baik, ini bisa menimbulkan stres, dan jika

dibiarkan berlarut-larut, dapat menyebabkan kejenuhan atau *burnout* (Finney, 2013). Diperkuat dari penelitian Yahya, S.D (2018) konflik peran ganda (bekerja dan kuliah) berdampak positif dan signifikan terhadap stres dan *burnout*. *Burnout* dalam ranah akademik sering disebut *academic burnout* (Schaufeli, Martínez, Pinto, Salanova, & Barker, 2002).

Peneliti telah melakukan wawancara awal kepada beberapa responden. Beberapa responden tersebut merupakan mahasiswa kelas karyawan UMBY. Adapun pelaksanaan pengambilan data awal dilakukan secara *offline*. Wawancara awal dilakukan dari tanggal 2 Maret 2023 sampai 9 Maret 2023. Peneliti melakukan wawancara kepada 5 mahasiswa yang bekerja dengan menggunakan aspek-aspek *academic burnout* menurut Yang (2004). Berdasarkan hasil wawancara, data yang diperoleh menunjukkan bahwa 3 dari 5 mahasiswa mengalami gejala *academic burnout*. Dilihat dari gejala kelelahan emosional, dimana ketiga subjek merasa jika sulit mengontrol emosi dirinya, ketiga subjek mengatakan jika mereka merasa lelah bekerja dan lelah kuliah menjadi satu. Sehingga kelelahan yang dirasa seperti serasa menumpuk dan merasa kuliah menjadi beban bagi mereka. Karena kelelahan yang mereka rasakan mereka tidak bisa fokus dalam mengikuti perkuliahan, seperti terlambat bahkan lupa dalam mengumpulkan tugas kuliah. Bahkan mereka juga merasa sulit mendapatkan prestasi sehingga tidak mengikuti perkuliahan dengan baik. Mereka merasa jika waktu yang mereka punyai habis untuk bekerja dan kuliah saja, sehingga selalu merasakan kelelahan dalam kesehariannya. Karena kelelahan tersebut membuat

mereka sulit berkonsentrasi dalam belajar, sehingga mereka merasa tidak mudah untuk berprestasi.

*Burnout* dapat timbul karena berbagai faktor, salah satunya adalah stres (Yang, 2004). Beberapa faktor lain yang dapat menyebabkan *academic burnout* meliputi kurangnya dukungan sosial, faktor demografis, konsep diri, konflik peran dan ambiguitas peran, serta isolasi (Gold & Roth, 1993). Menurut Maslach (2003), individu yang mengalami *burnout* cenderung memiliki tingkat konsep diri yang rendah. Shavelson (1976) menyampaikan bahwa *self-concept* dalam kehidupan seseorang penting, karena pemahaman tentang *self-concept* yang menentukan dan mengembangkan perilaku dan keberhasilan hidup individu dalam berbagai situasi. Sehingga *self-concept* menjadi variabel bebas dalam penelitian ini karena *self-concept* merupakan hal penting dalam kehidupan mahasiswa yang bekerja kaitannya dengan berhasilnya dalam kehidupannya dan apabila mahasiswa memiliki *self-concept* yang rendah akan berdampak mengalami *burnout*.

Berzonsky (1988) mendefinisikan *self-concept* sebagai teori pribadi yang mencakup seluruh konsep, prinsip dan asumsi yang diyakini dan dipahami individu tentang dirinya sepanjang hidupnya. Memiliki *self-concept* yang positif adalah kunci penting bagi seseorang, karena itu dapat memandu dan mendukung kesuksesan mereka dalam menampilkan perilaku yang sesuai dalam berbagai situasi (Shavelson, 1976). *Self-concept* yaitu kumpulan perasaan dan keyakinan individu tentang diri mereka sendiri (Deaux, dkk 2005). Song dan Hattie (1985) menjelaskan *academic self-concept* sebagai penilaian individu terhadap aktivitas

kelas atau sekolah yang mencakup persepsi, pemikiran, perasaan, dan evaluasi terkait dengan kemampuan akademik mereka, partisipasi dalam proses pembelajaran, dan kemampuan untuk mencapai hasil tertentu dalam hal prestasi akademis. Menurut Brooks (2002) karakteristik individu yang mempunyai konsep diri positif, yaitu merasa mampu mengatasi masalah, merasa sejajar dengan orang lain, tidak memiliki rasa malu ketika diberi pujian dan merasa bisa memperbaiki diri. Untuk karakteristik individu yang mempunyai konsep diri negatif ditandai dengan lebih sensitif terhadap kritik, lebih responsif terhadap pujian, lebih cenderung merasa tidak disukai oleh orang lain, lebih kritis dan kurang mampu menghadapi hambatan lingkungan sosialnya.

Penelitian Diyanti (2022) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan negatif antara *self-concept* seseorang dan tingkat *academic burnout* yang mereka alami. Semakin negatif *self-concept* individu, semakin tinggi kemungkinan mereka mengalami *academic burnout*, sementara individu yang memiliki *self-concept* yang lebih positif cenderung terhindar dari gejala *academic burnout*. Oleh karena itu dapat dianalogikan bahwa *self-concept* positif dapat meminimalisir atau mengurangi kemungkinan terjadinya *academic burnout* (Puspasari, 2007).

Kegiatan kuliah dan bekerja menuntut mahasiswa untuk menyeimbangkan antara bekerja dan belajar dalam waktu yang bersamaan. Seperti yang diungkapkan oleh Kaho (2015), mahasiswa yang bekerja berisiko lebih tinggi mengalami masalah kesehatan mental. Di samping itu, ada isu lain yang bisa berpotensi menciptakan dampak negatif ketika mahasiswa terlalu terjebak dalam

pekerjaan, sehingga menjalani kuliah sambil bekerja dapat berkontribusi sebagai faktor yang menghalangi mereka dalam perjalanan mereka menuju pencapaian gelar sarjana (Priyatna, 2012). Keadaan tersebut menjadi faktor mahasiswa kesusahan untuk mengendalikan ataupun menyeimbangkan waktu bekerja dan belajar, sehingga aktivitasnya semakin meningkat dan semakin mungkin mereka mengesampingkan kewajiban mereka sebagai mahasiswa, seperti belajar dan mengumpulkan tugas. Dengan demikian mahasiswa perlu mengelola waktu, fokus, dan tanggung jawab dengan baik terhadap kedua aktivitas tersebut.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti mengajukan sebuah rumusan masalah apakah terdapat hubungan antara *self-concept* pada mahasiswa Mercu Buana Yogyakarta yang bekerja?.

## **B. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini dilakukan dengan maksud untuk mengeksplorasi hubungan antara *self-concept* dan *academic burnout* pada mahasiswa Mercuru Buana Yogyakarta yang bekerja.

## **C. Manfaat Penelitian**

### 1. Manfaat Teoritis

Diharapkan melalui hasil penelitian ini dapat menjadi bahan perkembangan dan pertimbangan untuk menindaklanjuti penelitian atau studi dimasa mendatang, khususnya psikologi pendidikan.

### 2. Manfaat Praktis

Secara umum hasil dari penelitian ini dapat memberikan wawasan mengenai gambaran hubungan *self-concept* dengan *academic burnout* pada mahasiswa yang bekerja. Selain itu diharapkan dari penelitian ini dapat memberikan masukan kepada pihak perguruan tinggi, agar lebih memperhatikan pada mahasiswa yang mengalami *academic burnout*, karena mahasiswa yang mengalami *academic burnout* perlu pembinaan supaya tidak berakibat fatal.