

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan merupakan hal yang penting pada kehidupan seseorang untuk dapat mengembangkan diri dan mempersiapkan diri untuk menghadapi perubahan zaman. Penggunaan teknologi makin pesat, sehingga mau tak mau kondisi ini harus diiringi dengan kemampuan manusia untuk dapat berkembang mengikuti pesatnya kemajuan zaman. Dengan pendidikan, maka masyarakat dapat meningkatkan kemampuan untuk dapat bersaing pada era teknologi. Sadar akan pentingnya pendidikan, mendorong masyarakat untuk mengenyam pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi, yaitu tingkat universitas. (Dimala dan Rohayati, 2019)

Mahasiswa sebagai insan masa depan yang perlu untuk dibentuk karakternya. Pembentukan karakter melalui perguruan tinggi ini sangat tidak mudah untuk melihat hasilnya dalam masa mahasiswa masih mengikuti perkuliahan, akan tetapi hasil pembentukan tersebut bukan tidak mungkin terlihat pada detik-detik akhir mahasiswa akan menyelesaikan pendidikannya di bangku perkuliahan. Menurut Siswoyo (dalam Hulukati & Djibran, 2018) mahasiswa dapat didefinisikan sebagai individu yang sedang menuntut ilmu ditingkat perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta atau lembaga lain yang setingkat dengan perguruan tinggi. Mahasiswa dinilai memiliki tingkat intelektualitas yang tinggi, kecerdasan dalam berpikir dan perencanaan dalam bertindak. Berpikir kritis dan bertindak dengan cepat dan tepat merupakan sifat yang



cenderung melekat pada diri setiap mahasiswa, yang merupakan prinsip yang saling melengkapi.

Universitas Buana Perjuangan Karawang (UBP Karawang) merupakan salah satu Universitas di Indonesia yang berada di Provinsi Jawa Barat Khususnya di Kabupaten Karawang, yang memiliki 7 fakultas. Universitas Buana Perjuangan Karawang merupakan Universitas yang memiliki fleksibilitas waktu kuliah, selain itu merupakan universitas dengan mahasiswa terbanyak di antara universitas swasta lainnya di Karawang yang terdaftar dalam pangkalan data pendidikan tinggi.

Universitas Buana Perjuangan Karawang juga merupakan salah satu perguruan tinggi swasta yang diminati oleh mahasiswa yang kuliah sambil bekerja. Mahasiswa yang bekerja saat ini bukan suatu hal yang baru di kalangan Universitas, kebanyakan mahasiswa yang memilih kuliah dan bekerja karena ingin menghidupi dirinya sendiri, tidak merepotkan orang tua, bisa melanjutkan ke jenjang karir lebih tinggi, dan masih banyak hal yang menjadi alasan mahasiswa bekerja dan kuliah. Pada dasarnya mahasiswa yang bekerja akan menghadapi berbagai macam permasalahan yang ditimbulkan pada kedua dunia yang ia jalani tersebut, tetapi walau seperti itu mahasiswa pekerja sudah dapat menerima segala resikonya. Selaras dengan pendapat Octavia dan Nugraha (dalam Orpina & Prahara, 2019) 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 pekerjaan dengan baik, maka akan ada salah satu aktivitas yang dikorbankan.

Hal tersebut juga selaras dengan yang disampaikan dalam penelitian yang dilakukan oleh 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.

Burnout menurut Maslach dkk. (dalam Anggraini & Chusairi, 2022) tidak hanya dirasakan oleh pekerja sebagai penyedia layanan publik, siswa dan mahasiswa juga dapat mengalami *burnout*. Meskipun istilah *burnout* lebih dikenal dalam kajian individu yang bekerja namun seiring berjalannya waktu, hal ini juga ditemukan pada mahasiswa (Fun dkk., 2021). Menurut Yang (dalam Raharjo & Prahar, 2022) *Academic burnout* ialah suatu keadaan psikologis seperti merasa stres, terbebani, akibat proses belajar oleh mahasiswa hingga menyebabkan kelelahan emosional, cenderung depersonalisasi yaitu suatu kondisi psikologis di mana seseorang merasa terpisah atau terasing dari diri mereka sendiri, dan keinginan untuk berprestasi minim.

Academic burnout menurut Law (dalam Khansa & Djamhoer, 2020) membuat mahasiswa tidak minat terhadap kegiatan akademik, melakukan penghindaran terhadap tugas maupun perkuliahan, memiliki hasil belajar yang buruk, memiliki pengalaman kuliah yang negatif, hingga berpotensi untuk dikeluarkan dari institusi pendidikan. *Academic Burnout* diartikan sebagai perasaan lelah karena tuntutan studi, memiliki perasaan sinis dan sikap terpisah atau menjauhi kampus, dan perasaan tidak kompeten sebagai seorang mahasiswa (Zang dkk. 2013).

Keadaan *academic burnout* menurut Aguayo dkk. (dalam Muflihah & Savira, 2021) dapat dipicu oleh adanya beban atau tuntutan akademik yang berlebihan dan terus menerus, sehingga menyebabkan individu merasakan stress dan berpengaruh pada kondisi mental serta prestasi akademik yang diperoleh. *Academic burnout* menurut merupakan adanya munculnya efek kelelahan yang dipicu oleh desakan akademik, kurangnya ketertarikan terhadap tugas-tugas yang diberikan, dan adanya perasaan tidak memiliki kemampuan sebagai mahasiswa. Adapun aspek-aspek *academic burnout* merumuskan tiga aspek yaitu *Exhaustion*, *Cynicism* dan *Reduce of Professional Efficacy* (Schaufeli dkk., 2002).

Berdasarkan hasil penyebaran kuesioner pra-penelitian pada bulan Maret 2024 melalui google form pada mahasiswa pekerja Universitas Buana Perjuangan Karawang yang telah dilakukan peneliti. Hasil yang diperoleh dari 45 orang responden, terdapat 18 orang mahasiswa dengan persentase (40%) dalam kategori tinggi mengalami *burnout academic*, terdapat 14 orang responden dengan persentase (31%) dalam kategori sedang mengalami *burnout academic*, terdapat 13 orang responden dengan persentase (29%) dalam kategori rendah mengalami *burnout academic*. Maka dari itu, dapat disimpulkan bahwa tingkat fenomena *burnout academic* pada mahasiswa pekerja di Universitas Buana Perjuangan Karawang termasuk dalam kategorisasi tinggi. Hasil data pra-penelitian tersebut didukung dengan data yang diperoleh dari pusat data dan informasi (PUSDATIN) UBPK bahwa sebanyak 1.991 mahasiswa mengalami *drop out* atau mengundurkan diri dari perkuliahan.

Sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Wasito dan Yoenanto (2021) menyatakan bahwa hasil data yang diperoleh peneliti yaitu sebagian besar mahasiswa mengalami gejala *academic burnout* pada tingkat sedang sebanyak 27 mahasiswa atau sebesar 38% dan 20 mahasiswa pada tingkat tinggi atau sebesar 28,2%. Penelitian lainnya oleh Sutoyo, Kadarsah, dan Fuadi (2018) menemukan sebanyak 44% mahasiswa di Universitas Padjajaran mengalami gejala *burnout* yang tinggi. Hal ini didukung oleh penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Arlinkasari dan Akmal (2017) dari hasil penelitian ini bahwa, tingginya angka *drop out* yang rata-rata disebabkan oleh permasalahan akademik membuat beberapa perguruan tinggi di Indonesia membuka layanan konsultasi psikologi bagi mahasiswa.

Permasalahan akademik yang terjadi jika tidak segera terselesaikan berpotensi menyebabkan *academic burnout* pada mahasiswa, hal tersebut dapat menjadi hambatan dalam perkuliahannya. Mengatasi permasalahan tersebut, Ugwo dkk. (dalam Arlinkasari & Akmal, 2017) menyarankan agar mahasiswa memiliki efikasi diri yang memadai untuk melindungi diri dari potensi *academic burnout*. Efikasi diri pada dasarnya bersifat spesifik, dalam penelitian ini yang dimaksud adalah efikasi diri akademik karena lebih spesifik dan merujuk pada keyakinan seorang mahasiswa terhadap kemampuan mereka untuk sukses dalam tugas-tugas akademik tertentu, seperti memahami materi pelajaran, mengerjakan tugas, dan mencapai prestasi akademik yang baik (Greco dkk., 2022). Dengan adanya hasil penelitian terdahulu ini diharapkan dapat memperkuat penelitian mengenai pengaruh efikasi diri akademik

terhadap *academic burnout* pada mahasiswa Pekerja universitas Buana Perjuangan Karawang.

Hal tersebut sejalan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Tiaranissa dan Rosiana (2022) efikasi diri akademik memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *academic burnout*, yang artinya efikasi diri akademik ini memiliki pengaruh yang bermakna dan penting, serta memiliki dampak terhadap *academic burnout*. Menurut Bandura (dalam Rufaida & Prihatsanti, 2017) efikasi diri akademik adalah evaluasi seseorang terhadap kemampuan atau kompetensinya untuk melakukan sebuah tugas akademik, mencapai tujuan akademik, atau mengatasi hambatan akademik.

Efikasi diri menurut Bandura (dalam Hoza, Mora, & Simatupang, 2021) mendefinisikan bahwa efikasi diri adalah keyakinan seseorang tentang kemampuannya untuk mengorganisir dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu, dalam konteks akademik ini berarti keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan mereka untuk berhasil dalam tugas-tugas belajar. Efikasi diri akademik sering disebut dengan keyakinan diri terhadap sesuatu yang dikejar (Monika dan Adman, 2017). Efikasi diri akademik berperan penting dalam bagaimana siswa memandang tantangan akademik dan ketekunan mereka dalam menghadapi kesulitan (Greco dkk., 2022). Efikasi diri akademik dapat ditingkatkan melalui berbagai intervensi pendidikan, seperti umpan balik positif, model belajar, dan pengaturan tujuan yang realistis, yang semuanya berkontribusi pada pencapaian akademik yang lebih baik (Peiffer, Ellwart dan Preckel, 2020)

Efikasi diri akademik dapat mengakibatkan seseorang berfikir dan bertindak, berdasarkan keputusan yang dipilih (Sa'idah, 2017). Peran efikasi diri akademik sangatlah penting dalam kehidupan sehari-hari terutama diperkuliahan, sehingga mendorong mahasiswa untuk memusatkan perhatiannya pada potensi keyakinan pribadinya dalam akademik secara maksimal (Rustika, 2018). Efikasi diri akademik adalah keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan yang dimilikinya dalam melaksanakan tugas-tugas akademik seperti mempersiapkan diri untuk ujian ataupun mengerjakan tugas. Dalam penelitiannya mengidentifikasi empat aspek dari efikasi diri akademik, yaitu interaksi di sekolah, prestasi akademik di luar kelas, prestasi akademik di kelas, dan mengelola pekerjaan, keluarga, dan sekolah (Zajacova dkk. 2005)

Berdasarkan latar belakang yang telah dijabarkan diatas, Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Pengaruh Efikasi Diri Akademik Terhadap *Academic Burnout* pada Mahasiswa Pekerja Universitas Buana Perjuangan Karawang”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “apakah ada pengaruh efikasi diri akademik terhadap *academic burnout* pada mahasiswa pekerja Universitas Buana Perjuangan Karawang?”

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh efikasi diri akademik terhadap *academic burnout* pada mahasiswa pekerja Universitas Buana Perjuangan Karawang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan informasi bagi perkembangan ilmu dalam bidang psikologi khususnya psikologi pendidikan yang berkaitan dengan pengaruh efikasi diri akademik terhadap *academic burnout*.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi pembaca, dapat digunakan sebagai ilmu tambahan maupun informasi tentang pengaruh efikasi diri akademik terhadap *academic burnout*.
- b. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat membangkitkan minat untuk melakukan penelitian lebih lanjut dan mendalam yang berhubungan dengan efikasi diri akademik terhadap *academic burnout*.
- c. Bagi mahasiswa, bertujuan untuk memberikan solusi praktis dan ilmiah yang dapat meningkatkan kesejahteraan akademik mahasiswa pekerja yang mengalami *academic burnout*, sehingga mereka dapat mencapai kesuksesan baik dalam studi maupun pekerjaan mereka.

- d. Bagi institusi, karena dapat membantu mereka memahami bagaimana mendukung mahasiswa dengan lebih baik, terutama mereka yang berisiko mengalami *academic burnout*, sehingga menciptakan lingkungan akademik yang lebih sehat dan produktif.

