

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

*World Health Organization* (WHO) menetapkan dengan resmi penularan Corona Virus Disease (COVID-19) menjadi status pandemi mulai tanggal 11 Maret 2020. Pandemi Covid-19 membawa dampak beragam komponen hidup, termasuk dunia pendidikan di Indonesia. Pada umumnya kegiatan belajar dilakukan di ruang kelas, dimana tenaga pengajar dan mahasiswa saling berinteraksi langsung. Aktivitas pembelajaran dengan bertatap muka dihentikan dan mengharuskan kegiatan belajar jarak jauh. Melalui surat edaran Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) menganjurkan perguruan tinggi melaksanakan pembelajaran dengan jarak jauh atau daring menggunakan *platform* seperti: *Google classroom*, *google meeting*, dan lain-lain (Surat Edaran Kemendikbud No.1 Tahun 2020).

Dalam surat edaran tersebut Pemerintah menghimbau perguruan tinggi untuk menunda mengadakan acara-acara akademik yang mengakibatkan kerumunan. Dikutip dari CNN Indonesia (2020) Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan memberikan informasi terdapat sekitar 65 perguruan tinggi melakukan kegiatan belajar mengajar daring untuk menyikapi pandemi Covid-19. Melalui *video conference* mahasiswa dan dosen melakukan proses pembelajaran komunikasi tatap muka secara *virtual*. Melalui internet dengan aplikasi tertentu mahasiswa dapat mengunduh materi perkuliahan dari dosen, presensi perkuliahan, mengirimkan tugas serta mengerjakan kuis atau ujian (Nugroho, 2020). Dimasa pandemi Covid-19 saat ini memang benar solusi terbaik untuk

melakukan pembelajaran daring, akan tetapi dalam pelaksanaannya terdapat kendala dan kekurangan.

Perguruan tinggi menghadapkan mahasiswa pada tuntutan akademik yang baru sehingga dapat menyebabkan stres berkepanjangan. Mahasiswa yang mengalami stres berkepanjangan dapat memicu mengalami *academic burnout*. Menurut Schaufeli dkk. (2002) *academic burnout* merupakan rasa kelelahan dikarenakan tuntutan pembelajaran pada mahasiswa sehingga dirinya mempunyai rasa sinis akan pekerjaan yang diberikan dan merasa bahwa dirinya tidak berkompeten menjadi mahasiswa. *Academic burnout* saat ini menjadi masalah penting terutama bagi mahasiswa, jika hal ini dibiarkan akan berpengaruh negatif bagi kegiatan belajarnya.

*Academic burnout* mengakibatkan mahasiswa menjadi malas-malasan saat belajar dan menghindari pembelajaran yang berlangsung beserta tugas yang diberikan. *Academic burnout* yang dialami mahasiswa biasanya terlihat permasalahan yang tidak biasanya muncul dalam diri mahasiswa. Menurut Maslach, Schaufeli, dan Leiter (2001) mahasiswa yang mengalami *academic burnout* dapat dilihat dari 3 dimensi yaitu kelelahan yang mengakibatkan kekurangan energi untuk mengerjakan tugas akademik, mahasiswa merasa tubuhnya tidak fit, sulit untuk fokus pada hal-hal akademik; perasaan sinis dengan sikap dingin terhadap orang disekitarnya, mudah tersinggung, acuh tak acuh, putus asa, merasa tertekan dan terbebani saat proses pembelajaran; menurunnya keyakinan akademik karena mahasiswa merasa dirinya tidak kompeten dan merasa tidak puas dengan dirinya.

Peneliti memperlihatkan terdapat beberapa penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa yang mengalami *academic burnout* sudah terlihat sebelum pembelajaran daring mulai diberlakukan. Dalam penelitian Khansa & Djamhoer (2020) Perguruan Tinggi di Kota Bandung tiap tahunnya terdapat 70% mahasiswa yang terkena *drop out* karena tekanan akademik, melakukan *self injury* karena merasa stres terhadap tugas akademiknya, sehingga penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa mengalami *academic burnout* akibat kelelahan fisik maupun emosional karena merasa gagal dan tidak mampu dalam menghadapi perkuliahan.

Penelitian yang dilakukan Orpina & Praha (2019) pada mahasiswa yang sedang bekerja mengalami *academic burnout* sebesar 55%, hal ini ditemukan bahwa mahasiswa mengalami kelelahan fisik, mental, hingga dirinya merasa perkuliahan ini berat dan mengganggu pekerjaannya. Penelitian yang dilakukan Wasito & Yoenanto (2021) mahasiswa yang sedang mengerjakan Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Airlangga mengalami *academic burnout* 33,5% berada di tingkat sedang, hal ini dikarenakan mahasiswa mengalami hambatan ketika sedang mengerjakan skripsi hingga menyebabkan dirinya cemas serta stres.

Peneliti menemukan riset bahwa pembelajaran daring ini membuat mahasiswa mengalami peningkatan *academic burnout*. Penelitian yang dilakukan oleh Maramis & Tawaang (2021) dengan subjek penelitian 79 mahasiswa keperawatan di Universitas Klabat melakukan pembelajaran daring yang menunjukkan bahwa mahasiswa keperawatan merasakan kejenuhan maupun kebosanan dikarenakan tidak dapat melakukan praktik langsung. Penelitian pada mahasiswa keperawatan ini menemukan hasil sebanyak 67,1% menilai pengajaran secara *online* tidak efisien, kemudian 32,9% menilai pengajaran efisien

atau efektif. Penelitian *academic burnout* yang dilakukan oleh Muflihah & Savira (2021) terhadap 243 mahasiswa menggunakan teknik *accidental sampling* yang menunjukkan sebanyak 15,5% yang mengalami *academic burnout* tingkat tinggi, 69,1% mengalami *academic burnout* tingkat sedang, dan 15,7% mengalami *academic burnout* tingkat rendah. Kondisi *academic burnout* saat pandemi yang dialami mahasiswa terlihat tinggi pada dimensi *exhaustion* mengalami kelelahan emosional. Dapat dilihat kedua penelitian tersebut memperlihatkan mahasiswa yang melakukan pembelajaran daring mengalami *academic burnout* tingkat sedang.

Peneliti mewawancarai 9 mahasiswa yang kuliah di Kota Semarang melalui pesan suara *whatsapp* pada tanggal 30 Agustus 2021. Wawancara ini untuk mengetahui *burnout* pada mahasiswa di Semarang yang melakukan pembelajaran daring. Terdapat 5 mahasiswa yang mengalami rasa bosan, jenuh, capek, pembelajaran yang monoton dan kurang bervariasi sehingga tidak bisa fokus saat pelajaran. Mahasiswa bermalas-malasan dalam mengerjakan tugas, mahasiswa kurang memiliki performa yang baik dalam melakukan perkuliahan daring. Beberapa mahasiswa juga mengakui kelelahan karena tugas yang diberikan dosen saat pembelajaran daring lebih banyak daripada saat pembelajaran tatap muka, hal ini mengakibatkan semangat serta motivasi belajar semakin menurun.

Situasi yang berbeda dialami oleh 4 mahasiswa lainnya yang merasakan bahwa awalnya pembelajaran daring memang membingungkan, setelah berjalannya waktu hal ini sudah menjadi kebiasaan. Beberapa mahasiswa juga merasakan pembelajaran daring ini menyenangkan karena suasana kelas juga lebih interaktif dan saat pembelajaran berlangsung dosen merekam kegiatan perkuliahan dari awal hingga akhir, hal ini memudahkan mahasiswa untuk lebih

mudah mereview materi. Mahasiswa tersebut juga mengatakan mempunyai tempat khusus untuk belajar sehingga dapat fokus saat belajar. Hal ini sejalan dengan penelitian Permatasari (2021) yang dilakukan di Universitas Klabat Hasanuddin menunjukkan mahasiswa yang mengikuti perkuliahan daring dengan *academic burnout* dengan kategori rendah. Hal ini dapat diartikan sebagian besar mahasiswa merasa puas akan perkuliahan daringnya meskipun menghadapi berbagai macam masalah.

Dari perbedaan situasi tersebut terdapat kesenjangan antara *academic burnout* yang dialami mahasiswa dengan mahasiswa yang dapat mengatasi kesulitan akademik. Pada teori menjelaskan mahasiswa yang menghadapi kesulitan di perguruan tinggi dapat mengalami *academic burnout*, akan tetapi pada kenyataannya terdapat beberapa mahasiswa yang menunjukkan dirinya mampu menghadapi kesulitan akademiknya dengan berupaya untuk mengatasi masalah saat melakukan pembelajaran daring. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Herdiana, Rudiana, & Supriatna (2021) terhadap subjek mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Administrasi (STIA) menunjukkan kejenuhan (*burnout*) mahasiswa dikarenakan penyebab dari dalam atau internal yakni dirinya sendiri, misalnya tidak ada kebiasaan melaksanakan pembelajaran daring dan penyebab dari luar atau eksternal, misalnya materi yang dijelaskan dosen monoton.

Menurut Maslach dkk. (2001) ada dua faktor yang mengakibatkan *burnout* adalah faktor situasional seperti lingkungan yang ada di sekitar dan faktor individual seperti karakteristik demografis (umur dan pendidikan), karakteristik kepribadian yang bertahan lama dalam dirinya, sikap individu ketika mengerjakan pekerjaan. Salah satu upaya untuk mengatasi kesulitan akademik terdapat di faktor individual dengan meningkatkan *self efficacy* (Maslach, dkk., 2001).

Penelitian oleh Ugwu dkk. (2013) menyarankan bahwa mahasiswa yang memiliki *self efficacy* baik dapat melindungi diri dari kejenuhan akademis. Hasil penelitian yang menunjukkan bahwa *academic self efficacy* dapat memengaruhi *academic burnout* pada mahasiswa (Arlinkasari & Akmal, 2017; Charkhabi, Abarghuei, & Hayati, 2013; Khansa, & Djamhoer, 2020).

*Self efficacy* yang khusus pada bidang pendidikan dikenal sebagai *academic self efficacy* (Zajacova, Lynch, & Espenshade, 2005). Pendapat oleh Zajacova dkk. (2005) *academic self efficacy* sebagai kepercayaan mahasiswa akan kemampuannya melakukan pekerjaan akademis, misalnya melakukan persiapan ujian serta menyusun makalah. *Self efficacy* tidak bisa memperkirakan keyakinan kemampuan siswa dalam pencapaian akademik di pendidikan, sementara *academic self efficacy* telah konsisten dalam memprediksi keyakinan kemampuan siswa di bidang akademik (Ferrari & Parker; Lindley & Borgen dalam Zajacova dkk., 2005).

*Academic self efficacy* merupakan suatu yang harus dimiliki mahasiswa dengan ditandai keyakinan pada dirinya untuk menguasai keadaan dan menghasilkan kinerja yang sesuai harapan. Hasil penelitian Rahmati (2015) menemukan mahasiswa dengan *academic self efficacy* yang rendah mengalami kesulitan ketika menangani tugas serta memperlihatkan dirinya stres, kecemasan yang berlebih, dan rendah dalam kemampuan pemecahan masalah.

Bandura (1995) mengungkapkan seseorang dengan *academic self efficacy*-nya tinggi dapat memberi peningkatan motivasi akan dirinya untuk gigih saat mengerjakan tugas, bertahan lebih lama ketika menghadapi kesulitan dan mendorong dirinya secara efisien untuk memperoleh pengetahuan. Kepercayaan terhadap *self efficacy* sangat dibutuhkan bagi mahasiswa, dikarenakan mampu

memberi pengaruh untuk menyelesaikan masalah yang berhubungan di bidang akademis.

Berdasarkan pemaparan diatas peneliti juga melihat meningkatnya mahasiswa melaksanakan pembelajaran daring pada era pandemi mengalami *academic burnout*, peneliti mempertanyakan apakah ada hubungan *academic self efficacy* dengan *academic burnout* di masa pembelajaran daring pada mahasiswa.

## **1.2 Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian saat ini guna mengetahui hubungan diantara *academic self efficacy* dengan *academic burnout* di masa pembelajaran daring pada mahasiswa di Kota Semarang.

## **1.3 Manfaat Penelitian**

### **1.3.1 Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian diharapkan mampu memperluas pemahaman serta pengembangan ilmu psikologi di bidang pendidikan, khususnya masalah yang berkaitan terhadap *academic burnout* bagi mahasiswa.

### **1.3.2 Manfaat Praktis**

Hasil penelitian diharapkan bisa digunakan untuk acuan informasi pada perguruan tinggi, dosen, mahasiswa, maupun masyarakat untuk mengurangi *academic burnout* yang dialami mahasiswa.