

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Mahasiswa yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi dihadapkan pada berbagai tuntutan yang nantinya akan membantu mereka untuk beradaptasi dengan lingkungan kerja yang sesungguhnya. Dalam menjalankan studinya, mahasiswa harus beradaptasi dengan sistem pendidikan, metode belajar, dan keterampilan sosial yang sangat berbeda dengan tingkat pendidikan sebelumnya (Khoo, Abu-rasain, & Hornby dalam Chai, Krageloh, Shepherd, & Bilington, 2012). Mereka juga diharapkan mampu memenuhi berbagai tuntutan seperti pemenuhan tugas-tugas perkuliahan, menghadapi kompleksitas materi perkuliahan yang semakin sulit dari tahun ke tahun, melakukan penyesuaian sosial di lingkungan kampusnya, dan pemenuhan harapan untuk meraih pencapaian akademik (Heiman & Kariv dalam Alfian, 2014).

Mahasiswa yang tidak mampu menangani masalah perkuliahan secara efisien akan membuat mereka rentan terhadap *burnout*. *Burnout* dalam bidang akademik atau *academic burnout* didefinisikan sebagai perasaan lelah karena tuntutan studi, memiliki sikap sinis terhadap tugas-tugas perkuliahan, dan perasaan tidak kompeten sebagai mahasiswa (Schaufeli, Martinez, Pinto, Salanova, & Bakker, 2002). Cordes (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 *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, 2007).

Dampak *burnout* berupa dikeluarkannya mahasiswa dari perguruan tinggi atau yang dikenal dengan istilah *drop out* telah terjadi di beberapa perguruan tinggi di Indonesia. Salah satunya adalah Institut Teknologi Bandung (ITB),

Wakil Rektor Senior ITB Prof. Adang Surahman mengatakan bahwa rata-rata sekitar 10 persen mahasiswa di ITB per angkatan atau dua persen per tahunnya mengalami *drop out* yang kebanyakan disebabkan oleh persoalan akademik. Untuk mengatasi hal tersebut KM-ITB mengadakan bimbingan konseling terhadap mereka yang terancam *drop out*. (Harjono, n.d).

Tingginya angka *drop out* yang rata-rata disebabkan oleh permasalahan akademik membuat beberapa perguruan tinggi di Indonesia membuka layanan konsultasi psikologi bagi mahasiswa. Salah satunya adalah Fakultas Psikologi Universitas YARSI. Fakultas tersebut telah membuka klinik konsultasi psikologi bagi mahasiswa untuk mengkonsultasikan permasalahan akademik maupun pribadi yang mereka alami selama menjalankan studinya. Pada bulan September 2012 hingga mei 2013 tercatat 23 kali konsultasi kemudian pada bulan September 2013 hingga juli 2014 tercatat 37 kali konsultasi oleh mahasiswa. Pada bulan September 2014 hingga Januari 2015 terdapat 42 kali konsultasi mahasiswa. Berdasarkan wawancara kepada beberapa mahasiswa yang melakukan konsultasi pada klinik konsultasi psikologi tersebut, diketahui bahwa permasalahan terkait perkuliahan merupakan salah satu permasalahan yang ikut dikonsultasikan mahasiswa selama proses konseling.

Permasalahan akademik yang tidak segera terselesaikan berpotensi menyebabkan *academic burnout* pada mahasiswa. Leiter & Maslach (2000) mengatakan bahwa terdapat enam faktor yang berpengaruh dalam muncul tidaknya *burnout* yaitu *workload*, *control*, *reward*, *community*, *value* dan *fairness*. Dalam konteks perkuliahan *workload* dapat berupa mengerjakan banyak tugas-tugas perkuliahan seperti menyusun makalah, memahami jurnal, melakukan presentasi, dan mempersiapkan diri untuk ujian dalam waktu yang singkat. *Control* seperti kesulitan dalam mengambil keputusan terkait tugas-tugas perkuliahannya akibat pengaruh teman yang lebih dominan, dosen, ataupun peraturan-peraturan kampus. *Reward*, misalnya mahasiswa tidak mendapat apresiasi dari dosen, teman seperkuliahan, ataupun orang tua atas pencapaian akademik yang ia dapatkan. *Community*, misalnya mahasiswa tidak memiliki hubungan baik dengan teman-teman sekelas ataupun dosen sehingga

mereka merasa kurang nyaman menjalankan perkuliahannya. *Value* dapat berupa ketidaksesuaian nilai-nilai yang mahasiswa anut dengan tuntutan perkuliahan. *Fairness* dapat terlihat ketika mahasiswa merasa diperlakukan secara tidak adil oleh pihak-pihak kampus.

Banyaknya faktor-faktor yang berpotensi menimbulkan *academic burnout* pada mahasiswa, dapat menjadi hambatan bagi mahasiswa dalam menjalankan perkuliahannya. Untuk mengatasi permasalahan tersebut. Ugwu, Onyishi, dan Tyoyima (2013) menyarankan agar mahasiswa memiliki *self efficacy* yang memadai untuk melindungi diri dari potensi *academic burnout*. *Self efficacy* pada dasarnya bersifat spesifik, dalam penelitian ini *self efficacy* yang dimaksud adalah *academic self efficacy*. Zajacova, Lynch, dan Espenshade (2005) mendefinisikan *academic self efficacy* sebagai keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan mereka dalam melaksanakan tugas-tugas akademik seperti mempersiapkan diri untuk ujian dan menyusun makalah.

Shankland, dkk (dalam Rachmah, 2013) menemukan bahwa mahasiswa dengan *self efficacy* yang tinggi akan mampu mengatasi berbagai tuntutan sebagai mahasiswa di perguruan tinggi. Mereka juga menunjukkan kurangnya kecemasan, rendahnya gejala depresi, kepuasan hidup yang lebih besar, dan prestasi akademik yang lebih baik. Pernyataan senada diungkapkan oleh Chemers, Hu, dan Garcia (2001), bahwa mahasiswa dengan *self efficacy* yang tinggi memiliki fleksibilitas dalam mencari solusi terkait masalah perkuliahan yang ia hadapi, menetapkan aspirasi yang lebih tinggi pada pencapaian akademiknya, dan memiliki perfoma yang lebih baik dibanding mahasiswa dengan *self efficacy* rendah.

Penelitian Victoriana (2012) menunjukkan bahwa mahasiswa dengan *self efficacy* yang tinggi memiliki keyakinan bahwa ia mampu mengendalikan situasi yang menekan sehingga ia dapat mengatasi berbagai kondisi perkuliahan yang *stressfull*. *Self efficacy* yang baik juga meningkatkan motivasi mahasiswa untuk menguasai materi perkuliahan. Ketika mahasiswa memiliki *self efficacy* yang baik maka mereka diharapkan mampu memenuhi beban

pelajaran selama perkuliahan dan meningkatkan kemampuannya untuk menguasai materi perkuliahan yang semakin sulit dan kompleks.

Self efficacy dapat diartikan kepercayaan/ keyakinan seseorang terhadap kekuatan diri (percaya diri) dalam mengerjakan atau menjalankan suatu tugas tertentu. Dalam ajaran Islam keyakinan berkaitan dengan iman. Iman menurut Bahasa adalah tashdiq yang berarti membenarkan. Berdasarkan rumusan para ulama. Iman secara syarak adalah ekspresi, I'tikad (keyakinan dalam bentuk pengakuan dalam hati), ucapan dengan lisan, dan pembenaran dengan anggota tubuh (Zuhroni, 2010). Seorang muslim yang memiliki iman yang baik, ia akan menaati semua perintah dan meninggalkan segala larangan. Makin kuat iman seseorang maka makin meningkat ketaatannya melakukan perintah dan meninggalkan larangan, dan semakin dekat pula menuju tujuan hidup yang didambakan. Sebagaimana tujuan hidup setiap muslim dalam firman Allah pada surat Adz-Dzariyat (51) : 56:

وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ

Artinya :

“Dan aku tidak menciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka mengabdikan kepada-Ku”.

Untuk mencapai tujuan hidup manusia hendaklah memiliki ilmu pengetahuan. Seorang muslim tidaklah cukup hanya dengan menyatakan keislamannya tanpa berusaha untuk memahami Islam dan mengamalkannya. Pernyataan harus dibuktikan dengan melaksanakan konsekuensi dari Islam. Karena itulah menuntut ilmu merupakan jalan menuju kebahagiaan abadi (Jawas, 2008). Oleh sebab itu ajaran Islam mewajibkan setiap muslim untuk menuntut ilmu sebagaimana sabda Rasulullah SAW :

طَلَبُ الْعِلْمِ فَرِيضَةٌ عَلَى كُلِّ مُسْلِمٍ مُسْلِمَةٍ

Artinya :

”Menuntut ilmu itu adalah kewajiban atas setiap orang Islam laki-laki maupun perempuan” (HR Ibnu Majah).

Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan di Iran dan Nigeria menunjukkan bahwa *self efficacy* secara signifikan berkorelasi negatif dengan

academic burnout (Ugwu, dkk., 2013; Charkhabi, Abarghuei, & Hayati, 2013; Rahmati, 2015). Pada penelitian-penelitian tersebut *self efficacy* masih diukur secara umum dan belum dispesifikkan langsung ke konteks perkuliahan. Sebuah studi meta analisis dalam skala besar terkait *self efficacy* dalam bidang akademik mengindikasikan bahwa *self efficacy* yang spesifik lebih akurat dalam memprediksi pencapaian akademik pada individu dibandingkan dengan *self efficacy* secara umum (Multon, Brown, & Lent, dalam Zajacova, dkk., 2005). Oleh karena itu, pada penelitian ini penulis tertarik untuk melihat hubungan antara *academic self efficacy* dan kecenderungan mengalami *academic burnout* pada mahasiswa.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian masalah pada latar belakang diatas, dapat diperoleh perumusan masalah yaitu:

- 1.2.1. Apakah terdapat hubungan antara *academic self efficacy* dan *academic burnout* pada mahasiswa?
- 1.2.2. Bagaimana hubungan antara *academic self efficacy* dan *academic burnout* pada mahasiswa dalam tinjauan Islam?

1.3. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk:

- 1.3.1. Mengetahui hubungan antara *academic self efficacy* dan *academic burnout* pada mahasiswa
- 1.3.2. Mengetahui hubungan antara *academic self efficacy* dan *academic burnout* pada mahasiswa dalam tinjauan Islam

1.4. Manfaat Penelitian

Manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

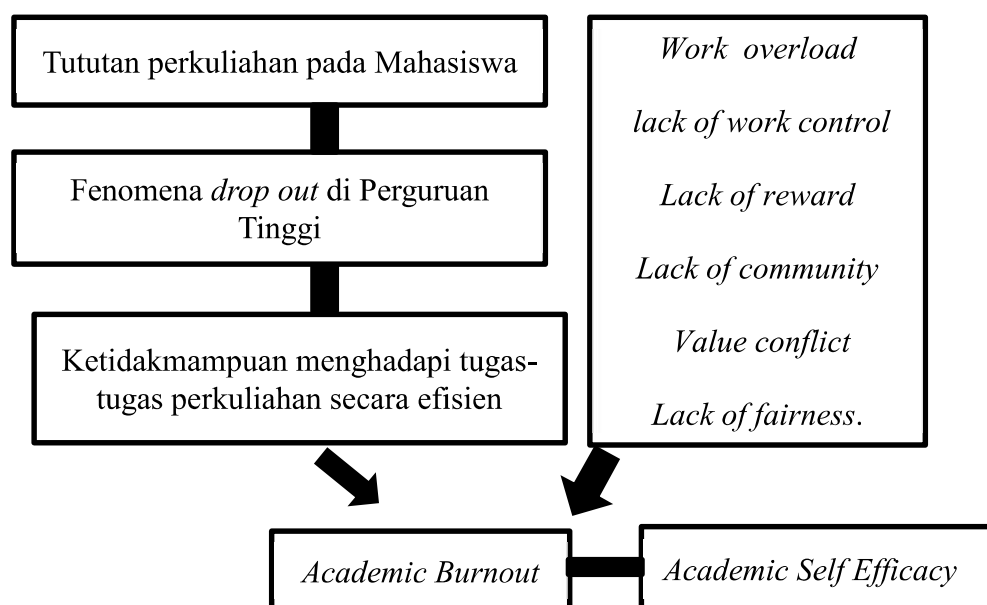
- 1.4.1. Manfaat Teoritis
 1. Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk dapat lebih mengetahui dan memahami teori psikologi yang membahas mengenai *academic self efficacy* dan *academic burnout*.

2. Penelitian ini berguna untuk menambah pengembangan keilmuan dan pengetahuan mengenai *academic self efficacy* dan *academic burnout*.

1.4.2. Manfaat Praktis

1. Bagi Insitusi pendidikan. Hasil penelitian ini dapat membantu memberikan informasi untuk melindungi mahasiswa dari potensi mengalami *academic burnout*.
2. Bagi Dosen. Hasil penelitian ini dapat memberikan masukan pada pembimbing akademik maupun dosen mata kuliah untuk membantu mahasiswa meningkatkan *academic self efficacy* yang dimiliki sehingga dapat terhindar dari *academic burnout*.
3. Bagi mahasiswa. Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi bahwa salah satu hal yang berhubungan dengan *academic burnout* adalah *academic self efficacy*. Jika hasil penelitian menunjukkan hasil yang signifikan, intervensi pada *academic self efficacy* dapat dilakukan untuk menurunkan *academic burnout*.

1.5. Kerangka Berpikir



Bagan 1.1

Mahasiswa yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi dihadapkan dengan berbagai tuntutan yang nantinya akan membantu mereka untuk beradaptasi dengan lingkungan kerja yang sesungguhnya. Berbagai tuntutan akademik tersebut adalah mendapat nilai ujian yang baik, mengerjakan tugas tepat waktu, dan memahami materi perkuliahan dengan optimal. Banyaknya tuntutan yang harus dihadapi mahasiswa ini membuat mereka rentan terhadap *burnout*. *Burnout* dalam bidang akademik (*academic burnout*) diartikan sebagai perasaan lelah karena tuntutan studi, memiliki sikap sinis terhadap tugas-tugas perkuliahan, dan perasaan tidak kompeten sebagai mahasiswa (Schaufeli, dkk., 2002).

Mahasiswa yang mengalami *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, 2007). Dampak *burnout* berupa dikeluarkannya mahasiswa dari perguruan tinggi atau yang dikenal dengan istilah *drop out* telah banyak terjadi di beberapa perguruan tinggi di Indonesia.

Leiter & Maslach (2000) mengatakan bahwa terdapat enam faktor yang berpengaruh dalam muncul tidaknya *burnout* yaitu *workload*, *control*, *reward*, *community*, *fairness*, dan *value*. Banyaknya faktor-faktor yang berpotensi memunculkan *burnout* pada mahasiswa tentunya akan menjadi penghambat bagi mahasiswa dalam menjalankan perannya dalam dunia perkuliahan.

Ugwu, dkk (2013) menyatakan bahwa *self efficacy* merupakan salah satu faktor yang dapat melindungi mahasiswa dari potensi mengalami *academic burnout*. *Self efficacy* pada dasarnya bersifat spesifik, dalam penelitian ini *self efficacy* yang dimaksud adalah *academic self efficacy*. Zajacova, dkk (2005) mendefinisikan *academic self efficacy* sebagai keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan mereka dalam melaksanakan tugas-tugas akademik seperti mempersiapkan diri untuk ujian dan menyusun makalah. *Academic self efficacy* dapat mendorong mahasiswa untuk bertindak secara positif dalam mencapai prestasi di bidang akademik dan menghadapi masalah perkuliahan.