

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar belakang

Pendidikan adalah kunci primer seseorang untuk mampu mempersiapkan diri supaya bisa bersaing menggunakan orang lain baik pada lingkungan sekolah, masyarakat, negara bahkan dengan bangsa lain. Pendidikan yang tinggi adalah salah satu penyebab utama yang mendorong seseorang untuk dapat mencapai kesuksesan dalam menghadapi tantangan hayati (Shkullaku, 2013). Instansi pendidikan tertinggi terdapat di tingkat Pendidikan Tinggi. Perguruan Tinggi dituntut buat membuat lulusan-yang berkompeten, berpotensi, serta mempunyai keterampilan pada dalam bidangnya masing - masing (Dewi & Sudiantara, 2015). berbagai tuntutan yang diberikan di mahasiswa selama menjalani proses pendidikannya pada Perguruan Tinggi bertujuan supaya mahasiswa mampu beradaptasi pada lingkungan kerjanya. (Arlinkasari & Akmal, 2017). Mahasiswa akan menghadapi berbagai tuntutan yang tidak sama dengan tuntutan pada perguruan tinggi.

Pengertian “mahasiswa” menurut (KBBI) adalah siswa yang menempuh proses belajar di Perguruan Tinggi (Depdiknas, 2005). Mahasiswa adalah seorang berpengetahuan yang sedang menjalani pendidikan di perguruan tinggi dan diinginkan nantinya dapat menjadi pemimpin baik di masyarakat, negara ataupun di dunia kerja (Wijaya, 2016).

Mahasiswa merupakan seseorang yang sedang dalam proses menimba ilmu ataupun belajar dan terdaftar sedang menjalani pendidikan pada salah satu bentuk perguruan tinggi yang terdiri dari akademik, universitas, sekolah tinggi, institute dan politeknik (Hartaji, 2012). Sebagai mahasiswa pada dasarnya, tujuan utama mahasiswa adalah untuk belajar dan mengembangkan pola pikir, untuk itu mahasiswa harus menjalankan semua proses dalam sebuah perguruan tinggi untuk mencapai tujuan belajar mereka, agar mendapatkan indeks prestasi yang baik dan menyelesaikan kuliah mereka tepat waktu (Hakim & Hasmira, 2022).

Mahasiswa sudah dinilai sebagai manusia yang mulai memasuki dunia orang dewasa, dimana tanggungjawab, kemandirian, kreativitas sudah dinilai mampu untuk dipikul sehingga banyak mahasiswa yang mulai sadar memanfaatkan waktu luang untuk bekerja. Mahasiswa memutuskan untuk bekerja karena terkadang memiliki tuntutan untuk memenuhi kebutuhan yang lebih besar daripada pemasukan yang diperoleh. Beberapa kasus yang terjadi adalah

seperti mahasiswa yang secara ekonomi kurang mampu, mahasiswa perantau yang tidak mendapat uang saku dari orangtuanya, dan ada juga mahasiswa yang sudah tidak memiliki orangtua dan keluarga. Di sisi lain, seorang mahasiswa memiliki kebutuhan yang harus dipenuhi seperti membeli buku, makan sehari-hari, membayar uang kos /kontrakan, membayar tagihan air dan listrik, membeli pulsa untuk biaya komunikasi, biaya mengerjakan tugas dan lain sebagainya. Ketika kebutuhan yang banyak ini tidak diimbangi dengan pemasukan yang cukup, mau tidak mau mahasiswa terpaksa untuk mencari sumber dana secara mandiri, yakni dengan bekerja. Selain karena keterpaksaan, ada juga mahasiswa yang bekerja dengan tujuan untuk mendapatkan pengalaman.

Beragam alasan yang melatar belakangi mahasiswa kuliah sambil bekerja, di antaranya menunjukkan bahwa mahasiswa memutuskan untuk kuliah sambil bekerja agar memperoleh penghasilan yang digunakan untuk membayar pendidikan dan meringankan beban keluarga, mengisi waktu luang setelah jadwal perkuliahan yang tidak padat, belajar hidup mandiri dan tidak tergantung dengan orang tua, mencari pengalaman, dan menyalurkan hobi (Tri Utami, 2020)

Maka dari itu yang terjadi mahasiswa tidak jarang mereka mengalami hambatan – hambatan dalam menjalani perkuliahan. Hambatan tersebut terkadang menjadikan mahasiswa mengalami *academic burnout*.

Tabel 1 1 Hasil Wawancara *Academic Burnout*

No.	Subjek	Pertanyaan	Verbatim	Kesimpulan
1.	MDM	Bagaimana perasaan anda ketika harus menjalankan kuliah dengan bekerja?	Aku merasakan malas banget, bingung, tapi khawatir sih sama hasil pekerjaanku sama kuliahku tapi sudah gaada semangat.	Subjek mengalami <i>cynisim</i> serta subjek mengalami <i>exhaustion</i> Ditandai dengan sikap yang kebingungan, letih, dan tidak bersemangat.
2.	SAF	Bagaimana perasaan anda ketika harus menjalankan kuliah dengan bekerja?	Oh iya aku ngerasa berat gitu ngejalanine keduane kayak semangat itu gaada tapi harus tetap dilakukan.	Subjek mengalami <i>personal inadequancy</i> , serta subjek mengalami <i>cynisim</i> Hal tersebut ditandai dengan sikap subjek yang kurang bersemangat
3.	F	Bagaimana perasaan anda ketika harus menjalankan kuliah dengan bekerja?	Aku ngerasakan semangatku hilang aku ae sering ga masuk kelas titip absen ke temanku terus tugasku tak biarno nak kerja ya kadang sama kayak hilang semangat gitu.	Subjek mengalami <i>personal inadequancy</i> dan juga <i>cynisim</i> Ditandai dengan sikap yang kurang bersemangat, susah berkonsentrasi ketika terlibat dalam komunikasi dan malas melakukan kegiatan.

Berdasarkan hasil wawancara di atas dapat disimpulkan bahwa mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gresik yang aktif bekerja dan kuliah mengalami *academic burnout* yang ditandai dengan terjadinya *exhaustion*, *cynisim*, dan *personal inadequancy* (Schaufeli, dkk,2002).

Berdasarkan hasil riset, yang dilakukan oleh Monalisa, dkk menyatakan bahwa mahasiswa yang memiliki *academic burnout* yang tinggi cenderung akan menunda Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap *Academic Burnout* Pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gresik Yang Aktif Bekerja Dengan Kuliah, Alifaiza Fidria Agustina 2023

penyelesaian tugas, merasa tertekan dengan tugas yang diberikan dosen, merasa pesimis, merasa tidak memiliki kemampuan/ tidak kompeten, mempunyai motivasi yang rendah dalam menyelesaikan tugas kuliah, (Amelia, 2022; Bai dkk., 2020; Batista dkk., 2021; Permatasari dkk., 2020; Schaufeli dkk 2002). Lebih lanjut, hasil penelitian lainnya juga menunjukkan bahwa *academic burnout* dialami karena dipicu oleh kondisi stress (Amelia, 2022). Selain itu, *academic burnout* juga berhubungan dengan kecenderungan *drop-out*, berkaitan dengan kemampuan resiliensi, berkorelasi negatif dengan hasil belajar/prestasi akademik (Bask & Salmela-Aro, 2013; Duru dkk., 2014; Maylani & Kusdiyati, 2020).

Mostafavian, dkk (2018) menyatakan bahwa *academic burnout* merupakan masalah penting yang dialami oleh sistem pendidikan yang mempunyai efek negatif baik ketika pendidikan berlangsung maupun efek negatif dalam jangka panjang setelah lulus. Rahmatpour dkk (2019) juga menjelaskan dampak dari *academic burnout* yaitu dapat membuat kesehatan mental menjadi terganggu sehingga hal ini perlu mendapatkan perhatian khusus.

Pada penelitian yang dilakukan oleh (Dianti & Findyartini, 2019) menjelaskan penelitian ini melibatkan responden mahasiswa pada tahun pertama transisi dari preklinik ke klinik Tahun Ajaran 2017/2018. Sebanyak 164 mahasiswa yang memenuhi kriteria inklusi mengisi kuesioner secara benar dan lengkap dan melebihi sampel minimal yang dibutuhkan yakni 66 mahasiswa. Proporsi mahasiswa perempuan lebih banyak daripada laki-laki. Secara psikologis perempuan memiliki kecenderungan tingkat stres lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Pada penelitian ini, tinggi rendah komponen *burnout* dinilai dengan membandingkan nilai rerata komponen *burnout* pada mahasiswa tahun pertama klinik dengan *cut off* pada pedoman *Maslach Burnout Inventory* untuk kedokteran yakni 22,15 untuk komponen kelelahan emosi dan 7,12 untuk komponen depersonalisasi, serta 36,53 untuk komponen persepsi terhadap prestasi. *Burnout* digambarkan dengan kelelahan emosi yang tinggi, depersonalisasi yang tinggi dan *personal accomplishment* yang rendah.

Pada 164 mahasiswa tahun pertama klinik FKUI diperoleh 35,3% (58/164) mengalami kelelahan emosional yang tinggi, 57,3% (94/164) mengalami depersonalisasi yang tinggi, dan 51,2% (84/164) mengalami *personal accomplishment* yang rendah. Setengah mahasiswa pada masa transisi mengalami kelelahan emosional yang tinggi dan *personal accomplishment* yang

rendah. Di Indonesia penelitian mengenai *burnout* dilakukan pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter semester 2, 4, dan 6 pada tahun 2018. Penelitian ini membagi pengukuran *burnout* kedalam empat kategori: *burnout* tingkat rendah, *burnout* tingkat sedang, *burnout* tingkat tinggi, dan *burnout* tingkat sangat tinggi, dari 262 sampel yang digunakan, 23.7% mengalami *burnout* tingkat tinggi, 56.9% mengalami *burnout* tingkat sedang, dan 29.8% mengalami *burnout* tingkat rendah.

Pada penelitian yang dilakukan oleh (Lutfia dkk., 2021) menunjukkan hasil bahwa faktor penyebab yang ditinjau dari jenis kelamin dan asal daerah tidak mempengaruhi terjadinya *burnout* pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Abulyatama, sedangkan pada faktor penyebab yang ditinjau dari penyesuaian diri dan lingkungan pembelajaran mempengaruhi terjadinya *burnout* pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Abulyatama. Pada variabel lingkungan pembelajaran diperoleh hasil nilai signifikan 0.000 yaitu nilai signifikan kurang dari nilai alpha 0.05. Hal ini menandakan bahwa lingkungan pembelajaran berhubungan dengan terjadinya *burnout* pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Abulyatama.

Aktivitas kuliah sambil bekerja mengharuskan mahasiswa untuk mampu menyeimbangkan antara kegiatan bekerja dengan kuliah yang dilakukan secara bersamaan. Jika mahasiswa tidak bisa menyusun kegiatan akademik dan kerja dengan baik, maka akan terdapat salah satu aktivitas yang dikorbankan (Octavia & Nugraha, 2013). Menurut Rice dan Dolgin, terdapat dua pandangan mengenai kuliah dengan bekerja. Pandangan pertama, kuliah dengan bekerja akan membuat hal yang buruk jika memberikan jarak antara mahasiswa dengan kegiatan penting yang lainnya, seperti kegiatan perkuliahan dan waktu bersama keluarga. Pandangan kedua, kuliah dengan bekerja merupakan hal yang bagus apabila dilakukan dalam porsi yang kecil, karena jika terlalu banyak bekerja akan sangat beresiko bagi peran individu tersebut sebagai seorang mahasiswa.

Misalnya dalam sebuah permasalahan yang dikemukakan oleh Kaho bahwa mahasiswa yang bekerja ternyata mempunyai resiko lebih besar untuk mempunyai masalah dalam mental dirinya. Adapun problematika lain yang bisa memberikan dampak buruk jika mahasiswa terlalu sibuk bekerja, dimana kuliah dengan bekerja mampu menjadi salah satu faktor penghambat lulus kuliah.

Berdasarkan problematika di atas dapat dilihat bahwa kuliah dengan bekerja mampu memberikan problematika bagi yang melakukannya. (Arlinkasari & Akmal, 2017) mengemukakan bahwa jika mahasiswa tidak dapat menangani permasalahan di perkuliahan dan pekerjaan secara koefisien maka akan menjadikan mahasiswa rentang terhadap berbagai problematika yang dapat memberikan dampak buruk. Salah satu permasalahannya adalah *burnout*. *Burnout* dalam ranah akademik dikatakan sebagai *academic burnout* (Schaufeli, Martínez, Pinto, Salanova, & Barker, 2002).

Academic burnout berpacu pada stres, beban serta faktor psikologis lainnya dikarenakan proses pembelajaran yang dilakukan mahasiswa sehingga menunjukkan keadaan kelelahan emosional, kecenderungan untuk depersonalisasi, dan perspektif prestasi pribadi yang rendah. *Academic burnout* memiliki tiga dimensi yaitu, yang pertama kelelahan emosional yang disebabkan oleh tuntutan emosional dan psikologis yang berlebihan juga biasanya berdampingan dengan perasaan frustrasi dan merasa tegang. Kedua yaitu ketidakmauan untuk belajar atau sinisme yang berpacu pada ketidakpercayaan atau sikap sinis terhadap pekerjaan yang sedang dilakukan. Sinisme juga dapat diartikan sebagai sikap apatis atau ketidakpedulian mahasiswa terhadap pekerjaan kuliah, tugas kuliah, dan kewajiban serta berkurangnya keinginan untuk berprestasi terjadi ketika seseorang memperlihatkan kecenderungan untuk mengevaluasi diri sendiri dengan pandangan yang negatif. Kemudian sebuah penurunan perasaan kompetensi kerja dan perasaan *inefficacy*.

Academic burnout juga dapat disebabkan karena perfeksionisme maladaptif diantaranya adalah kekhawatiran akan kesalahan yang dilakukan, harapan orang tua, serta kritik orang tua yang mungkin cenderung negatif. Kekhawatiran terhadap kesalahan dapat disebut kecemasan yang berfokus pada kesalahan yang mana memiliki dampak menjadi cenderung untuk menutupi kekurangan atau kesalahan, kemudian mengartikan kesalahan sebagai kegagalan dan merasa bahwa orang yang ada disekitarnya tidak lagi menghargai keberadaannya (Mutiara Rahma Nanda dkk., 2022).

Tingkat *academic burnout* pada mahasiswa sangat beragam. Berdasarkan data yang telah dipaparkan bahwa di China terdapat 86,6% mahasiswa mengalami stres akademik parah sehingga menyebabkan *academic burnout*, sementara di Iran, mahasiswa kedokteran yang mengalami *academic burnout* sebanyak 76,8% dan yang mengalami stres berat sebanyak 71,7% yang disebabkan oleh kekhawatiran tentang masa depan, khawatir menciderai pasien,

ketidakmampuan dalam melaksanakan teknis medis dan harapan yang tinggi berasal keluarga. Di Eropa, sebanyak 1.702 mahasiswa keperawatan mengalami *academic burnout*, dimana mahasiswa merasa kurang dapat dalam mengerjakan tugas mahasiswa dan memiliki kecenderungan untuk berhenti bekerja. Mahasiswa Ilmu Manajerial di Serbia yang mengalami *academic burnout* sebanyak 54,4%. Pada tahun 2009 data *academic burnout* yang terkait dengan studi di tingkatan mahasiswa Finlandia yang dikumpulkan melalui penelitian Nasional dari sembilan universitas di Finlandia, diketahui bahwa 45% dari semua responden memiliki resiko mengalami peningkatan *academic burnout*, sementara sebanyak 19% responden lainnya memiliki risiko yang jelas mengalami peningkatan *academic burnout* (Rad dkk., 2017).

Tingkatan *academic burnout* yang dialami oleh mahasiswa ners tingkat III STIKes Santa Elisabeth Medan yaitu sebagai berikut kategori rendah sebanyak 57 orang (51, 8%) dan prokrastinasi akademik rendah sebanyak 76 orang (69,1%). Berdasarkan hasil penelitian tersebut responden berpendapat mengenai *academic burnout* yang mereka hadapi masih dalam kategori rendah dikarenakan responden masih merasakan keyakinan pada dirinya bahwa mampu menyelesaikan aktivitas kuliah dengan efektif di dalam kelas. Hal ini menggambarkan bahwa responden masih dapat mengerjakan tugas atau kewajiban kuliah tanpa merasa tertekan (Simbolon dkk., 2021).

Tingkat *academic burnout* pada mahasiswa Universitas PGRI Kanjuruhan Malang (Unikama) ditinjau dari jenis kelamin yaitu pada mahasiswa laki laki menggambarkan bahwa 23,8 % mahasiswa berada pada tingkat *academic burnout* rendah, 66,7% mahasiswa berada pada tingkat *academic burnout* sedang, dan 9,5% mahasiswa berada pada tingkat *academic burnout* tinggi. Kemudian pada mahasiswa perempuan menggambarkan bahwa 25% mahasiswa berada pada tingkat *academic burnout* rendah, 67,9% mahasiswa berada pada tingkat *academic burnout* sedang, 7,1% mahasiswa berada pada tingkat *academic burnout* tinggi. Jadi ditinjau dari jenis kelamin tingkat *academic burnout* pada mahasiswa Unikama tidak terdapat perbedaan antara tingkatan *academic burnout* mahasiswa laki – laki maupun perempuan (Permatasari dkk., 2021).

Berdasarkan hasil dari beberapa penelitian di atas mengenai tingkat *academic burnout* yang dialami oleh mahasiswa baik mahasiswa yang berada pada dalam negeri maupun luar negeri sangatlah beragam adapun yang berada pada tingkatan rendah, sedang, dan tinggi.

Tingkat *academic burnout* tersebut juga dipengaruhi oleh beberapa faktor, baik faktor internal maupun eksternal.

Terlepas dari prioritas mahasiswa yakni kuliah atau kerja, mahasiswa yang bekerja tetap diharuskan mempertahankan prestasi akademis, menyelesaikan pendidikannya, dan memperoleh manfaat dari pendidikan yang dilaluinya. Maka mahasiswa tersebut harus mampu membagi waktu dan konsentrasi serta berkewajiban untuk berkomitmen dari kedua kegiatan tersebut. Cordes dan Dougherty mengemukakan bahwa *burnout* pada seseorang saling berhubungan dengan ketidakmampuan hubungan interpersonal, dan pengembangan perilaku negatif yang dapat merusak seseorang yang bersangkutan. Mahasiswa yang mengalami *academic burnout* akan melewatkan kelas (ketidakhadiran), tidak mengerjakan tugas dengan baik, dan mendapatkan hasil ujian yang buruk hingga akhirnya menjadikan mahasiswa dikeluarkan dari perguruan tinggi (Arlinkasari & Akmal, 2017).

Tuntutan perkuliahan maupun pekerjaan bagi mahasiswa yang bekerja, membuat mahasiswa sulit membagi waktu antara bekerja dan kuliah sehingga aktivitas mahasiswa menjadi lebih padat seperti harus menyelesaikan tugas kuliah dan tugas pekerjaan yang menyebabkan mahasiswa cenderung mengabaikan tugas kuliah (Orpina & Prahara, 2019). Penelitian yang dilakukan oleh Lingard menunjukkan bahwa mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam mengatur kerja dan kuliah dapat menyebabkan mahasiswa yang bekerja menjadi stress.

Mahasiswa yang bekerja akan lalai dan mengganggu proses belajarnya, sedangkan dalam pekerjaan terjadinya persaingan yang ketat, konflik dengan atasan, tuntutan kerja yang bertambah, hingga menyebabkan terjadinya kelelahan emosional maupun fisik. Dari paparan diatas dapat disimpulkan bahwa sulitnya membagi waktu, energi, dan tenaga dalam bekerja dan kuliah dapat menyebabkan mahasiswa cenderung mengorbankan aktivitas akademisnya, menunda tugas kuliah, membolos, hingga menurunnya prestasi akademik. Jika hal ini tidak disikapi dengan baik maka akan menimbulkan stress karena sulitnya membagi peran dan memenuhi tuntutan dan tanggung jawab kuliah dan bekerja.

Melihat hasil penelitian sebelumnya, keterbaruan dari penelitian ini adalah yang pertama perbedaan subjek penelitian. Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Fathul subjek penelitiannya adalah siswa sekolah menengah atas. Sedangkan pada penelitian ini subjek penelitiannya adalah mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gresik yang bekerja. Dengan

begitu tingkatan pendidikan subjek berbeda yang mana dapat mengindikasikan bahwa tingkatan *academic burnout* yang dialami juga berbeda dan juga dukungan sosial yang dibutuhkan oleh subjek juga berbeda.

Kemudian yang kedua adalah faktor demografis yang ditinjau dari daerah atau tempat belajar subjek karena pada penelitian sebelumnya menjelaskan bahwa perbedaan faktor demografis dapat mempengaruhi perbedaan tingkatan *academic burnout* yang dialami atau dimiliki oleh individu.

1.2 Identifikasi Masalah

Menurut Schaufeli, dkk (2002) mendefinisikan *academic burnout* sebagai: “*Burnout among students refers to feeling exhausted because of study demands, having a cynical and detached attitude toward ones study, and feeling incompetent as a student*” Schaufeli, dkk (2002) mengemukakan bahwa *academic burnout* mengacu pada perasaan letih karena tuntutan studi, mempunyai sikap sinis terhadap tugas perkuliahan, dan perasaan tidak berkompoten menjadi mahasiswa.

Menurut Maslach, et al., (2001) *burnout* terdapat dari dua faktor, yaitu:

- A. Faktor situasional. Pada faktor ini terdapat kekhasan pekerjaan, kekhasan jabatan, dan kekhasan organisasi.
 - 1) Karakteristik pekerjaan yaitu meliputi : keanekaragaman keterampilan, identitas tugas, arti tugas, otonomi, dan umpan balik yang mengacu pada informasi.
 - 2) Karakteristik jabatan merupakan bidang dari jabatan yang dapat ditinjau dan ditentukan dari hasil kerja, bidang kerja dan perangkat yang digunakan.
 - 3) Karakteristik organisasi adalah suatu sikap dan perlakuan suatu institusi terhadap kondisi yang ada di luar institusi itu maupun di dalam institusi itu sendiri.
- B. Faktor individual. Faktor ini mencakup kekhasan demografik, karakteristik kepribadian, dan sikap kerja.
 - 1) Karakteristik demografik terdiri dari gender, golongan etnis, umur, status perkawinan, golongan pendidikan.
 - 2) Karakteristik kepribadian terdiri dari : konsep diri rendah, keinginan individu yang terlalu besar, kapabilitas yang rendah, *locus of control* eksternal, *introvert*, dan kesungguhan akan kapabilitas diri (*self efficacy*).

Mahasiswas sudah dinilai sebagai manusia yang mulai memasuki dunia orang dewasa, dimana tanggungjawab, kemandirian, kreativitas sudah dinilai mampu untuk dipikul sehingga banyak mahasiswa yang mulai sadar memanfaatkan waktu luang untuk bekerja .Mahasiswa Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap *Academic Burnout* Pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gresik Yang Aktif Bekerja Dengan Kuliah, Alifaiza Fidria Agustina 2023

memutuskan untuk bekerja karena terkadang memiliki tuntutan untuk memenuhi kebutuhan yang lebih besar daripada pemasukan yang diperoleh. Beberapa kasus yang terjadi adalah seperti mahasiswa yang secara ekonomi kurang mampu, mahasiswa perantau yang tidak mendapat uang saku dari orangtuanya, dan ada juga mahasiswa yang sudah tidak memiliki orangtua dan keluarga. Di sisi lain, seorang mahasiswa memiliki kebutuhan yang harus dipenuhi seperti membeli buku, makan sehari-hari, membayar uang kos /kontrakan, membayar tagihan air dan listrik, membeli pulsa untuk biaya komunikasi, biaya mengerjakan tugas dan lain sebagainya. Ketika kebutuhan yang banyak ini tidak diimbangi dengan pemasukan yang cukup, mau tidak mau mahasiswa terpaksa untuk mencari sumber dana secara mandiri, yakni dengan bekerja. Selain karena keterpaksaan, ada juga mahasiswa yang bekerja dengan tujuan untuk mendapatkan pengalaman.

Maka dari itu yang terjadi mahasiswa tidak jarang mereka mengalami hambatan – hambatan dalam menjalani perkuliahan. Hambatan tersebut terkadang menjadikan mahasiswa mengalami *academic burnout*. Maslach dan Leiter (2016) juga menyatakan enam area *worklife* yang berpotensi menimbulkan *burnout* pada individu, salah satunya adalah komunitas, hal ini berkaitan dengan bagaimana hubungan yang terjalin antar sesama individu yang terlibat dalam suatu lingkungan yang sama. Hubungan yang ditandai dengan kurangnya dukungan dapat meningkatkan resiko terjadinya *burnout* (Maslach & Leiter, 2016). Hal tersebut menunjukkan adanya peran dukungan secara sosial terhadap kondisi *burnout*.

Dukungan sosial adalah berbagai bentuk bantuan yang tersedia dari orang lain ketika dibutuhkan (Sarafino & Smith, 2014). Dukungan sosial merupakan sesuatu yang penting bagi mahasiswa di masa perkuliahan. Mahasiswa membawa harapan yang tinggi dari masyarakat, keluarga serta diri sendiri, hal ini membuat sumber-sumber tekanan menjadi lebih banyak (Wang dkk., 2014). Dukungan sosial membuat mahasiswa mampu menganggap suatu masalah menjadi lebih mudah dan memiliki strategi pemecahan masalah yang lebih variatif dan adaptif, sehingga dampak dari tekanan suatu masalah menjadi lebih ringan. (Redityani & Susilawati, 2021)

Dukungan sosial terbukti dapat mengurangi terjadinya atau tingkatan *academic burnout* pada individu karena *academic burnout* merupakan hal yang perlu diwaspadai sebagai faktor kegagalan dalam mencapai prestasi belajar. Pada hal ini dukungan yang dibutuhkan

kebanyakan adalah dukungan dari orang tua atau keluarga. Semakin tinggi dukungan sosial yang dirasakan oleh individu maka semakin rendah *academic burnout* yang dialami kemudian sebaliknya semakin rendah dukungan sosial yang dirasakan oleh individu maka semakin tinggi *academic burnout* yang dialami individu tersebut. Salah satu upaya yang dapat dilakukan adalah dengan menciptakan emosi positif. Orang tua dapat memberikan dukungan dalam bentuk memberikan perhatian baik secara materil, psikologis dan spiritual. (Muflihah & Savira 2021; Asrowi 2020).



Tabel 1 2 Hasil Wawancara Dukungan Sosial

No.	Subjek	Pertanyaan	Verbatim	Kesimpulan
1.	MDM	Menurut anda faktor apa yang dapat mempengaruhi berkurangnya terjadinya <i>academic burnout</i> ?	Menurutku ya yang tak rasakan selama ini aku membutuhkan dukungan yang berupa nasehat sama semangat dari orang terdekatku.	Subjek menjelaskan bahwa dukungan yang diinginkan ialah dukungan emosional, dukungan informasi, dan dukungan penghargaan.
2.	SAF	Menurut anda faktor apa yang dapat mempengaruhi berkurangnya terjadinya <i>academic burnout</i> ?	Lak menurutku ya za bantuan mengerjakan tugas kuliah terus arahan lak aku lagi bingung pas ngerjakan.	Subjek menjelaskan bahwa dukungan yang dapat mengurangi <i>academic burnout</i> adalah dukungan instrumental juga dukungan informasi.
3.	F	Menurut anda faktor apa yang dapat mempengaruhi berkurangnya terjadinya <i>academic burnout</i> ?	Aku sih ngerasa yang bisa mempengaruhi berkurangnya <i>academic burnout</i> nasehat sama bantuan ngerjakan tugas kuliah	Subjek menjelaskan bahwa faktor dukungan informasi, dukungan instrumental, dan dukungan emosional dapat mengurangi <i>academic burnout</i> .

Berdasarkan hasil wawancara di atas dapat disimpulkan bahwa faktor dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informasi adalah dukungan yang dibutuhkan untuk mengurangi *academic burnout*.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Fun dkk., 2021) terbukti bahwa dukungan sosial sangat penting dalam menurunkan *academic burnout* terutama dukungan sosial dalam bentuk *appraisal support* dan *belonging support*. Penting bagi mahasiswa untuk mendapatkan dukungan sosial agar proses perkuliahan yang dijalani tidak terkendala oleh berbagai macam tekanan. Selain itu, mahasiswa harus proaktif dalam mencari dukungan sosial sesuai kebutuhan.

Kebaruan pada penelitian ini dengan penelitian terdahulu yaitu terletak pada teori penelitian. Peneliti menggunakan teori menurut (Sarafino, 2011) dengan aspek *emotional support*, *esteem support*, *tangible or instrumental support*, dan *informational support*. Sedangkan penelitian yang dilakukan (Fun dkk., 2021) menggunakan teori Cohen dan Hoberman dengan tiga aspek yaitu *appraisal support*, *tangible support*, dan *belonging support*. Penelitian yang dilakukan peneliti tersebut menyatakan bahwa bentuk dukungan sosial yang dapat menurunkan *academic burnout* adalah *appraisal support* dan *belonging support*. Kemudian kebaruan yang lainnya adalah karakteristik subjek yang mana pada penelitian sebelumnya hanya membatasi hanya satu program studi saja. Sedangkan pada penelitian ini karakteristik subjek terutama pada program studi dilakukan secara merata atau tidak membatasi hanya satu program studi saja. Ini menjadi hal yang penting karena terdapat perbedaan teori juga subjek yang mana akan menjadikan hasil penelitian yang berbeda. Selain itu kebaruan lainnya adalah pada penelitian sebelumnya permasalahannya adalah pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi sedangkan pada penelitian ini adalah pada mahasiswa yang aktif kuliah dengan bekerja. Sehingga hambatan yang dialaminya juga berbeda. Hambatan-hambatan tersebut yang menyebabkan mahasiswa menjadi kehilangan motivasi (Da'awi, 2021)

Berdasarkan uraian identifikasi masalah diatas, peneliti tertarik untuk mengetahui adanya “Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap *Academic Burnout* Pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gresik Yang Aktif Bekerja Dengan Kuliah”.

1.3. Batasan Masalah

Batasan masalah pada penelitian ini adalah :

1. *Academic burnout* menurut Schaufeli, dkk (2002) adalah sedikitnya minat seorang dalam mencukupi tugas, rendahnya motivasi, serta keletihan dikarenakan kualifikasi pendidikan, sehingga munculnya perasaan yang tidak diharapkan dan perasaan tidak koefisien.
2. Dukungan sosial menurut Sarafino & Smith (2011) adalah ketentraman, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang diperoleh seseorang dari orang lain atau kelompok.
3. Populasi dari penelitian ini merupakan mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gresik yang aktif bekerja dengan kuliah.

Agar penelitian ini dapat dilaksanakan dengan fokus, maka peneliti membatasi pada variabel permasalahan penelitian. Oleh sebab itu, penulis membatasi penelitian hanya berkaitan

dengan “Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap *Academic Burnout* Pada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gresik Yang Aktif Bekerja Dengan Kuliah”.

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah dijelaskan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap *academic burnout* pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gresik yang aktif bekerja dengan kuliah?”

1.5. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian merupakan jawaban atau sasaran yang ingin dicapai penulis dalam sebuah penelitian. Oleh sebab itu, tujuan penelitian ini adalah, untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap *academic burnout* pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gresik yang aktif bekerja dengan kuliah.

1.6. Manfaat Penelitian

Penelitian yang penulis lakukan ini diharapkan memberikan manfaat secara teoritis maupun praktis.

2.1.2 Manfaat Teoritis

Manfaat secara teoritis adalah diharapkan mampu memperkaya teori tentang dukungan sosial dan *academic burnout*.

2.2.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi mengenai dukungan sosial, dengan *academic burnout* pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gresik yang aktif bekerja dengan kuliah.

b. Bagi Peneliti

Menambah pengetahuan serta pengembangan wawasan mengenai dukungan sosial dan *academic burnout*.

c. Bagi Instansi

Mampu mengetahui mengenai pengaruh dukungan sosial terhadap *academic burnout* pada mahasiswa aktif sore Universitas Muhammadiyah Gresik yang melakukan perkuliahan dengan bekerja.