

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Aktivitas belajar siswa di sekolah melibatkan aspek fisik dan psikis yang saling berkaitan satu sama lainnya seperti menghadiri kelas, memperhatikan penjelasan guru, serta menyelesaikan tugas-tugas akademik. Menurut Balogun, dkk., Jacobs dan Dodd (dalam Lin & Huang, 2014) meskipun siswa bukan pekerja dari perspektif psikologis, namun aktivitas belajar siswa tergolong dalam kegiatan terstruktur yang dapat dianggap "bekerja" sehingga ada peningkatan pengakuan bahwa siswa juga mengalami tingkat *burnout* yang substansial.

Dalam perkembangannya *burnout* semakin banyak dibahas bukan hanya pada kalangan orang dewasa dalam situasi kerja yang penuh tekanan saja, akan tetapi juga pada lingkungan akademik yang dikenal dengan *academic burnout*. Menurut Maslach, dkk. (2001) *burnout* dalam konteks kerja diartikan sebagai konstruksi tiga dimensi termasuk kelelahan emosional, sinisme atau depersonalisasi, dan berkurangnya pencapaian prestasi. Sementara itu, menurut Salmela-Aro, dkk. (2009) kelelahan emosional yang berhubungan dengan sekolah dapat didefinisikan sebagai perasaan tegang, cemas dan kelelahan kronis yang disebabkan oleh beban berlebih pada pekerjaan sekolah. Kemudian sinisme diekspresikan melalui sikap menyendiri terhadap segala sesuatu yang terkait dengan pekerjaan sekolah serta melalui hilangnya minat pada pekerjaan akademik, dan mendevaluasi makna belajar. Sedangkan perasaan tidak mampu

sebagai siswa dimanifestasikan melalui perasaan berkurangnya kompetensi, kemajuan dan keberhasilan dalam prestasi akademik.

Pada prinsipnya setiap individu memiliki peluang mengalami *burnout*, akan tetapi berdasarkan pengamatan dan informasi dari berbagai sumber, dalam konteks sekolah *burnout* jarang sekali dialami oleh siswa Sekolah Dasar, namun banyak dijumpai pada kalangan Mahasiswa, serta siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) maupun Sekolah Menengah Atas (SMA) atau sederajat (Hakim, 2004). Oleh karena itu, penelitian ini berfokus pada *academic burnout* siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Negeri “X” Surabaya.

Siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) di Indonesia pada umumnya berusia antara 15-18 tahun. Menurut Mönks dan Haditono (2006) dalam perkembangannya siswa berada pada fase remaja pertengahan. Erikson (dalam Santrock, 2003) menyatakan remaja juga identik dengan masa pencarian identitas dan dihadapkan pada berbagai pertanyaan tentang dirinya. Sementara itu, menurut Hall (dalam Santrock, 2003) pada masa remaja, siswa mengalami pergolakan (*storm-and-stress view*) yang disebabkan oleh konflik dan perubahan suasana hati.

Konflik diri yang dialami remaja membuat mereka menjadi stres dalam proses belajarnya di sekolah. Sebagaimana yang diungkapkan Hurlock (2004) remaja yang tidak mampu menghadapi tuntutan pendidikan, biasanya menunjukkan ketidaksenangannya terhadap mata pelajaran dengan menjadi orang yang berprestasi rendah, membolos dan berusaha memperoleh izin orangtua untuk berhenti sekolah sebelum waktunya atau ketika berada di kelas terakhir tanpa merasa perlu untuk memperoleh ijazah. Sementara itu, Salmela-Aro (dalam Lin &

Huang, 2014) mengungkapkan stres yang terjadi secara terus-menerus pada individu akan berakibat pada kelelahan yang besar (*burnout*).

Beberapa penelitian ilmiah telah dilakukan untuk mengungkap *academic burnout* yang terjadi pada siswa Sekolah Menengah Atas atau sederajat. Berdasarkan studi ilmiah yang dilakukan Suwarjo dan Purnama (2015) pada 785 siswa SMA Negeri dan SMA Swasta di Yogyakarta, didapatkan hasil profil kejenuhan (*burnout*) belajar siswa menurut aspek-aspek dan faktor penyebabnya, sebagaimana dirangkum dalam tabel berikut ini.

Tabel 1.1 Profil Kejenuhan Belajar Menurut Aspek-Aspek dan Faktor Penyebabnya.

Aspek-Aspek	Persentase (%)	Faktor Penyebab	Persentase (%)
Kelelahan Fisik	38,9%	Karakteristik Individu	19,7%
Kelelahan Emosi	35,6%	Lingkungan Belajar	50,0%
Kelelahan Motivasi	24%	Keterlibatan Emotional Dengan Lingkungan Belajar	35,3%
Kelelahan Kognitif	20%		

Selain dari pada studi ilmiah Suwarjo dan Purnama (2015) di atas, berdasarkan penelitian ilmiah penanganan *burnout* belajar yang dilakukan Khusumawati dan Charistiana (2015) di SMAN 22 Surabaya juga menunjukkan terdapat 8 orang siswa dengan skala *burnout* tinggi. Hasil pengamatan dan wawancara dalam penelitian tersebut didapatkan beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya *burnout* belajar, diantaranya yaitu: lamanya aktivitas belajar (06.25-15.00 WIB) membuat siswa merasa lelah ditambah lagi dengan kegiatan ekstra yang kemudian disusul dengan mengikuti les privat, sehingga aktivitas siswa bertambah menjadi lebih panjang. Selain itu, kompleksitas materi pelajaran dan suasana lingkungan belajar juga turut andil menjadi penyebab terjadinya *burnout*.

Penelitian lain yang juga mengungkapkan terjadinya *academic burnout* pada siswa Sekolah menengah Atas atau sederajat adalah Studi longitudinal yang dilakukan oleh Salmela-Aro, dkk. (2008) pada 773 siswa Finlandia. Studi ini berfokus pada evolusi *burnout* selama masa transisi dari sekolah komprehensif ke Sekolah Menengah Atas (jalur akademik dan kejuruan). Hasil dari penelitian ini menunjukkan remaja di Sekolah Menengah Atas jalur akademik (SMA) mengalami kelelahan lebih tinggi dibandingkan siswa di sekolah kejuruan (SMK). Selain itu, sinisme dan perasan tidak mampu meningkat setelah berada di sekolah menengah jalur akademik, sementara skor ini menurun terutama bagi siswa laki-laki jalur kejuruan. Sedangkan siswa perempuan pada jalur akademik mengalami *burnout* yang lebih tinggi pada ketiga komponen *burnout* dibandingkan dengan siswa laki-laki. Temuan senada juga diungkapkan oleh (Salmela-Aro, dkk., 2012; dan Bask, dkk., 2013) bahwa siswa Finlandia di jalur akademik tampak konsisten lebih berisiko mengalami *burnout* dari pada mereka yang berada di jalur kejuruan.

Berdasarkan beberapa penelitian ilmiah (Suwarjo & Purnama, 2015; Khusumawati & Charistiana, 2015; Salmela-Aro, dkk., 2008; Salmela-Aro, dkk., 2012; dan Bask, dkk., 2013) yang telah dipaparkan di atas, menunjukkan bahwa baik siswa jenjang Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) maupun Sekolah Menengah Atas (SMA) juga mengalami beberapa tingkat kejenuhan dalam proses belajar yang dipengaruhi oleh berbagai faktor internal maupun eksternal.

Peneliti tekankan kembali bahwa studi ini berfokus pada *academic burnout* siswa SMK Negeri “X” Surabaya. Sebagaimana telah dipaparkan sebelumnya, studi longitudinal yang dilakukan pada remaja di Finlandia, menunjukkan bahwa

siswa di jalur akademik memiliki tingkat *burnout* yang lebih tinggi dibandingkan siswa di jalur kejuruan (Salmela-Aro, dkk., 2008; Salmela-Aro, dkk., 2012; dan Bask, dkk., 2013). Hal ini berbanding terbalik dengan data Pendidikan dan Kebudayaan di Indonesia tahun 2017/2018 sebagaimana tersedia pada Tabel 1.2.

Asumsi peneliti terhadap perbedaan hasil penelitian ilmiah yang dilakukan (Salmela-Aro, dkk., 2008; Salmela-Aro, dkk., 2012; dan Bask, dkk., 2013) dengan data empiris yang terjadi di Indonesia dikarenakan perbedaan mendasar pada sistem pendidikan yang dianut, sehingga penelitian ilmiah disuatu negara belum tentu dapat digeneralisasikan di negara lainnya. Asumsi tersebut diperkuat dengan studi yang dilakukan oleh Bautty (2016) yang menyatakan bahwa Finlandia merupakan salah satu negara dengan sistem pendidikan terbaik dunia yang memiliki jam belajar relatif singkat 30 jam/minggu, dan meminimalisir ujian.

Di Indonesia berdasarkan peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 70 Tahun 2003 memang terdapat perbedaan mendasar antara siswa jenjang SMA dan SMK. Perbedaan tersebut terlihat dari beban belajar siswa SMA/MA untuk kelas X, XI, dan XII masing-masing adalah 42, 44, dan 44 jam pelajaran per minggu. Sementara itu, beban belajar untuk siswa SMK/MAK adalah sebanyak 48 jam pelajaran per minggu. Selain itu menurut Rochanah Kepala SMKN 6 Surabaya (dalam Jawapos. Com) proses pembelajaran di SMK menuntut keterampilan praktik, berbeda dengan jenjang SMA yang hanya berfokus pada akademik saja. Dengan demikian maka jelas terdapat perbedaan mendasar antara jenjang SMA dan jenjang SMK di Indonesia.

Tabel 1.2 Jumlah Siswa Putus Sekolah dan Mengulang Jenjang SMK dan SMA dari 34 Provinsi Tahun 2017/2018

Ikhtisar data	SMK				SMA		
	X	XI	XII	XIII	X	XI	XII
Siswa Putus Sekolah	10.638	20.242	42.504	4	7.209	7.376	16.538
Jumlah		73.388 Siswa SMK			31.123 Siswa SMA		
Siswa Mengulang	7.047	5.963	655	-	5.228	3.426	706
Jumlah		13.665 Siswa SMK			9.360 Siswa SMA		

Sumber: Pusat Data Statistik Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan 2017/2018

Berdasarkan Tabel 1.2 diatas, secara umum permasalahan siswa putus sekolah dan mengulang pada siswa SMK lebih banyak dibandingkan dengan siswa SMA. Hal ini menandakan bahwa siswa SMK lebih banyak mengalami permasalahan dalam pendidikan dibandingkan dengan siswa SMA.

Pada tahun ajaran 2017/2018 dalam surat kabar JawaPos. com termuat berita pendidikan yang berjudul “Banyak Siswa Terpaksa Tinggal Kelas”. Berita tersebut memaparkan kasus siswa tinggal kelas masih banyak terjadi di Surabaya khususnya pada siswa SMK Negeri. Sebagaimana telah diungkapkan beberapa Kepala SMK Negeri Surabaya berikut ini:

JawaPos. Com_ Kepala SMKN 1 Surabaya Siti Rochanah mengungkapkan pada kenaikan kelas tahun ajaran 2017/2018, ada 19 siswa yang tidak naik kelas XI dan 5 siswa tidak naik kelas XII. Menurut Siti, banyaknya siswa didik yang tidak naik kelas disebabkan oleh faktor siswa yang tidak memiliki motivasi yang kuat, karena proses pembelajaran di SMK menuntut keterampilan praktik. Selanjutnya Kepala SMKN 6 Bahrin juga mengungkapkan pada akhir tahun ajaran 2017/2018, ada 25 siswa kelas X yang tinggal kelas, kemudian 11 siswa kelas XI juga gagal naik kelas XII. Siswa yang tidak naik kelas menurut Bahrin disebabkan karena sikap dan kedisiplinan seperti bolos yang sudah di luar batas toleransi sekolah, sehingga siswa tidak memenuhi Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) sekolah. Selain itu Kepala SMKN 3 Mudianto juga menuturkan ada 50 siswa yang gagal naik kelas X ke kelas XI. Menurut Mudianto kasus tidak naik kelas disebabkan siswa masuk melalui pilihan kedua sehingga terjadi ketidaksiapan dalam belajarnya (Diakses 29 April 2019).

Perkembangan persentase jumlah siswa mengulang di Provinsi Jawa Timur juga disajikan dalam data Statistik SMK terbaru dari Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan sebagaimana berikut:

Tabel 1.3 Perkembangan Angka Mengulang Siswa SMK Provinsi Jawa Timur Tahun 2015/2016-2018/2019

2015/2016		2016/2017		2017/2018		2018/2019	
Jumlah	%	Jumlah	%	Jumlah	%	Jumlah	%
1.729	0,26 %	2.054	0,31 %	2.340	0,33 %	2.911	0,40 %

Sumber: Pusat Data Statistika Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan 2018/2019

Pada Tabel 1.3 di atas, tercatat dari tahun 2015/2016 hingga 2018/2019 jumlah siswa mengulang pada jenjang SMK di Provinsi Jawa Timur terus mengalami peningkatan antara 0,03% hingga 0,07% atau dari jumlah 1.729 orang pada tahun 2015/2016 hingga 2.911 orang pada tahun 2018/2019.

Permasalahan siswa putus sekolah maupun tinggal kelas yang telah dipaparkan sebelumnya, memang tidak bisa dijadikan sebagai satu-satunya acuan untuk mengindikasikan siswa mengalami *academic burnout*. Akan tetapi, kedua permasalahan tersebut bisa dijadikan sebagai faktor resiko yang dapat meningkatkan *academic burnout* siswa. Sebagaimana hasil penelitian ilmiah terdahulu disebutkan bahwa *burnout* yang terjadi pada siswa menurut Meire dan Schmeck (dalam Lin & Huang, 2014) beresiko pada meningkatnya ketidakhadiran (absensi), rendahnya motivasi untuk melakukan tugas yang dibutuhkan, dan persentase putus sekolah yang lebih tinggi. Selain itu juga menyebabkan keterlibatan dan prestasi sekolah yang lebih rendah (Soinin, dkk., 2013; Vasalampi, dkk., 2009), bahkan mempengaruhi prestasi akademik dengan meningkatkan resiko putus sekolah (Bask, dkk., 2013; dan Silvar, 2001).

Permasalahan siswa tinggal kelas juga terjadi di SMK Negeri “X” Surabaya. Berdasarkan hasil wawancara dengan Kepala Koordinator Bimbingan Konseling SMK Negeri “X” Surabaya pada hari Selasa 10 September 2019 didapatkan informasi bahwa kebanyakan siswa kelas X gagal naik ke kelas XI. Menurutnya hal itu terjadi karena siswa tidak memenuhi kriteria ketuntasan aspek akademis maupun non akademis:

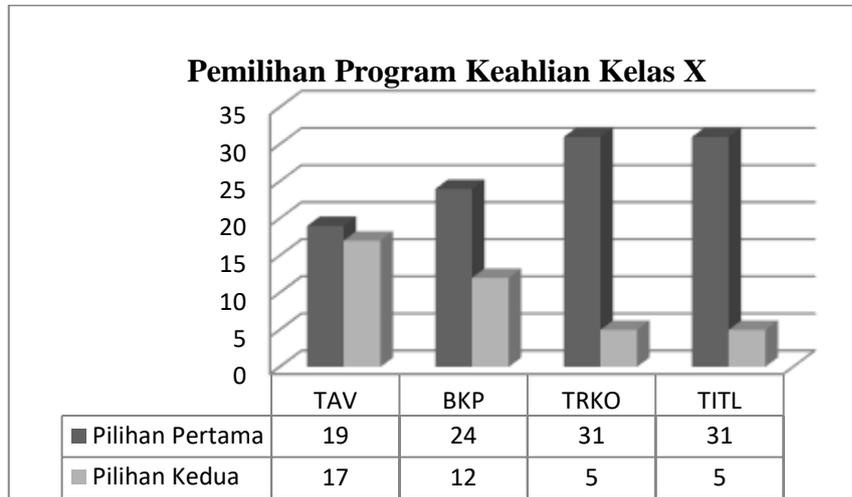
“Jadi secara garis besar aspek akademis itu tercermin pada standar Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM). Oleh karena itu, kalau siswa memiliki nilai pada beberapa pelajaran di bawah standar, kemudian sudah dilakukan perbaikan akan tetapi hasilnya tetap sama, maka jadilah pertimbangan ketidaktuntasan aspek akademis. Tapi tidak hanya itu saja, ada juga ketuntasan non akademis seperti sikap atau tingkah laku yang kurang terkontrol dan presentase kehadiran yang sudah diluar batas toleransi. Jadi permasalahan siswa tinggal kelas memang banyak dijumpai di kelas X”.

Lebih lanjut Kepala Koordinator Bimbingan Konseling SMK Negeri “X” Surabaya menyatakan sejauh ini penyebab awal siswa tinggal kelas dipicu oleh siswa masuk jurusan melalui pilihan kedua di beberapa bidang keahlian. Adapun beberapa bidang keahlian tersebut, diantaranya Teknik Audio Video (TAV) dan Bisnis Konstruksi dan Properti (BKP):

“Ada jurusan yang banyak peminatnya, tapi ada juga yang tidak banyak peminatnya. Kalau jurusan yang termasuk banyak peminatnya atau siswa masuk jurusan pada pilihan pertama itu ada Teknik Kendaraan Ringan Otomotif (TKRO) kemudian juga Teknik Instalasi Tenaga Listrik (TITL). Sedangkan bidang keahlian yang sebagian besar siswanya gagal masuk pada pilihan jurusan pertamanya, sejauh pemantauan kami ada dua yaitu jurusan Teknik Audio Video (TAV) dan Bisnis Konstruksi dan Properti (BKP). Hal ini yang memicu ketidaksiapan siswa dalam proses belajarnya sehingga motivasinya rendah dan sampailah pada gagal naik kelas selanjutnya”.

Menindaklanjuti hasil wawancara peneliti dengan Kepala Koordinator Bimbingan Konseling SMK Negeri “X” Surabaya diatas, peneliti melakukan survei tentang pemilihan program keahlian pada siswa kelas X jurusan Teknik Audio Video (TAV), Bisnis Konstruksi dan Properti (BKP), Teknik Kendaraan

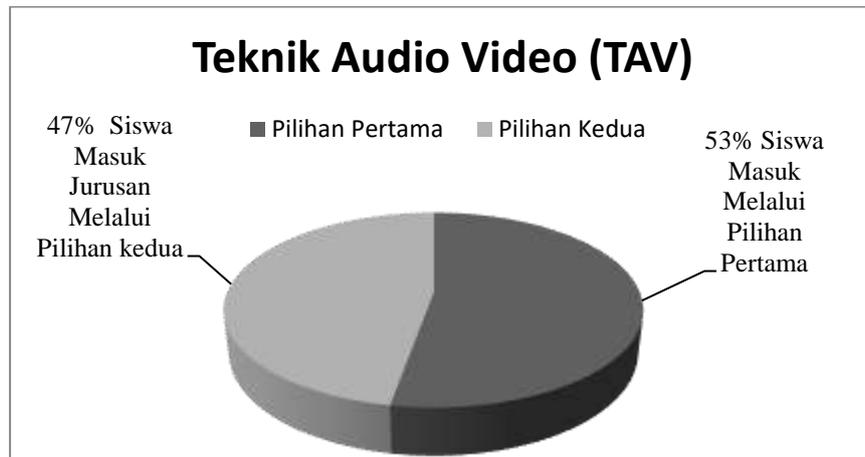
Ringan Otomotif (TKRO), dan Teknik Instalasi Tenaga Listrik (TITL) pada hari Selasa 24 September 2019. Sebagaimana ditunjukkan dalam Gambar 1.1 berikut:



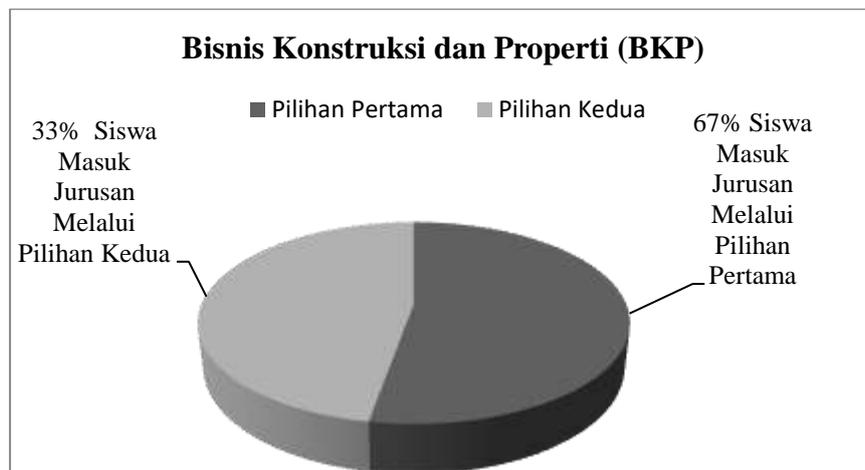
Gambar 1.1 Diagram Batang Pemilihan Program Keahlian Kelas X

Hasil survei peneliti pada Gambar 1.1 diatas, terlihat jumlah siswa secara keseluruhan pada masing-masing jurusan terdiri dari 36 orang. Pada jurusan Teknik Audio Video (TAV) terdapat 19 siswa masuk jurusan melalui pilihan pertama dan 17 siswa masuk jurusan melalui pilihan kedua. Sedangkan pada jurusan Bisnis Konstruksi dan Properti (BKP) terdapat 24 siswa masuk jurusan melalui pilihan pertama dan 12 siswa masuk jurusan melalui pilihan kedua. Sementara itu, pada Jurusan Teknik Kendaraan Ringan Otomotif (TKRO) dan Teknik Instalasi Tenaga Listrik (TITL) jumlah siswa yang masuk jurusan melalui pilihan kedua relatif sedikit yaitu hanya 5 orang siswa.

Apabila hasil pada Gambar 1.1 diatas, dibuat menjadi diagram lingkaran khususnya pada program jurusan dengan jumlah siswa masuk melalui pilihan kedua terbanyak, maka hasilnya adalah sebagai berikut:

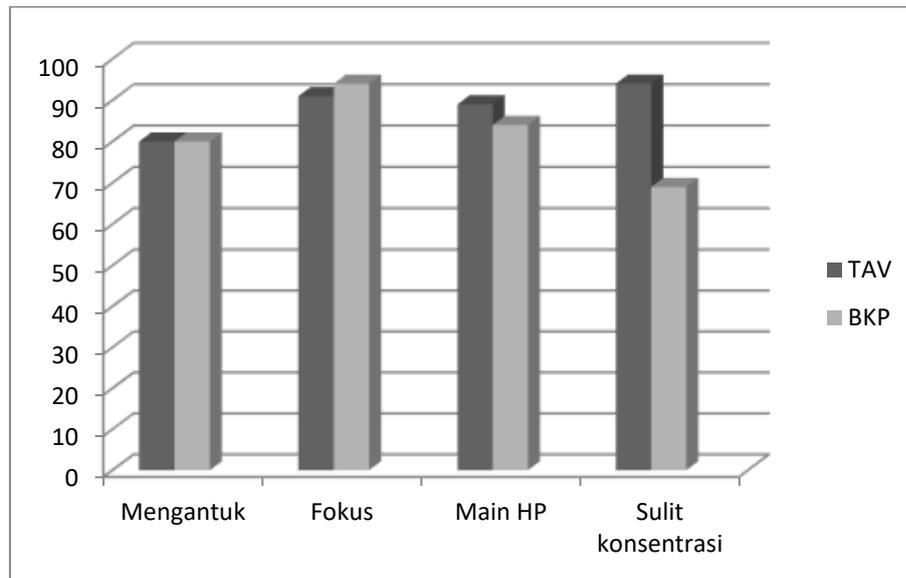


Gambar 1.2 Diagram Lingkaran Pilihan Jurusan Kelas X TAV



Gambar 1.3 Diagram Lingkaran Pilihan Jurusan Kelas X BKP

Selain survei pemilihan jurusan, peneliti juga melakukan survei terkait perilaku siswa selama proses pembelajaran berlangsung pada siswa kelas X jurusan Teknik Audio Video (TAV) dan Bisnis Konstruksi dan Properti (BKP) yang berjumlah 72 orang. Sebagaimana ditunjukkan dalam Gambar 1.4 berikut:



Gambar 1.4 Diagram Batang Perilaku Siswa Dalam Proses Pembelajaran.

Apabila hasil survei peneliti pada gambar 1.4 diatas dipersentasekan, maka diperoleh hasil siswa yang menjawab mengantuk saat pembelajaran pada jurusan TAV dengan skala “selalu” sebanyak 12%, “sering” sebanyak 16%, “kadang-kadang” sebanyak 66%, dan “tidak pernah” sebanyak 6%. Sedangkan pada jurusan BKP 18 % siswa menjawab mengantuk saat pembelajaran dengan skala “sering” dan 82% dengan skala “kadang-kadang”.

Pada diagram selanjutnya siswa yang menjawab fokus saat pembelajaran pada jurusan TAV dengan skala “selalu” sebanyak 22%, “sering” sebanyak 50%, dan “kadang-kadang” sebanyak 9%. Sedangkan pada jurusan BKP siswa yang menjawab fokus saat pembelajaran dengan skala “selalu” sebanyak 43%, “sering” sebanyak 46 %, dan “kadang-kadang” sebanyak 11%.

Kemudian pada diagram selanjutnya, siswa yang menjawab bermain hp saat pembelajaran pada jurusan TAV dengan skala “selalu” sebanyak 3%, “sering” sebanyak 19%, “kadang-kadang” sebanyak 69% dan “tidak pernah” sebanyak

9%. Sedangkan pada jurusan BKP siswa yang menjawab bermain hp saat pembelajaran dengan skala “sering” sebanyak 25%, “kadang-kadang” sebanyak 50%, dan “tidak pernah” sebanyak 25%.

Pada diagram terakhir siswa yang menjawab sulit konsentrasi pada jurusan TAV dengan skala “sering” sebanyak 15%, “kadang-kadang” 60% dan “tidak pernah” 19%. Sedangkan pada jurusan BKP siswa yang menjawab sulit konsentrasi dengan skala “selalu” sebanyak 4%, “sering” sebanyak 7%, “kadang-kadang” sebanyak 78%, dan “tidak pernah” sebanyak 11%.

Menanggapi hasil survei peneliti pada Gambar 1.4 di atas, Kepala Koordinator Bimbingan Konseling SMK Negeri X Surabaya membenarkan berbagai macam perilaku siswa yang terjadi dalam proses pembelajaran. Lebih lanjut Kepala Koordinator Bimbingan Konseling menambahkan, perilaku siswa yang banyak dijumpai saat pembelajaran berlangsung adalah mengobrol dalam forum pembelajaran, tidur saat pembelajaran berlangsung, bahkan hingga membolos pada mata pelajaran tertentu yang kurang siswa minati, sehingga siswa tertinggal materi pembelajarannya juga tidak bisa mengerjakan tugas-tugas akademik yang diberikan guru.

Selain dari hasil wawancara dengan Kepala Koordinator BK, berikut ini kutipan hasil wawancara peneliti dengan salah seorang siswi kelas X jurusan Teknik Audio Video (TAV) terkait proses pembelajaran.

“Terkadang merasa seperti agak gak semangat dalam belajar, seperti tidak ada motivasi terus jadi merasa kewalahan dengan tugas-tugas sekolah karena memang jurusan ini bukan jurusan pilihan awal saya”

Merujuk pada gejala-gejala yang telah disebutkan di atas, berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan Kepala Koordinator BK dan siswi kelas X jurusan Teknik Audio Video (TAV) menunjukkan bahwa siswa terindikasi mengalami *burnout* dalam aktivitas belajarnya, sebagaimana yang diungkapkan oleh Salmela-Aro dkk (2009) *academic burnout* diekspresikan melalui hilangnya minat pada pekerjaan akademik, mendevaluasi makna belajar serta perasaan kelelahan terhadap tugas akademik dan rendahnya motivasi siswa.

Berdasarkan hasil penelusuran ilmiah dari sejumlah penelitian terdahulu tercatat bahwa *academic burnout* dipengaruhi oleh berbagai faktor. Para ahli menyebutkan beragam faktor yang mempengaruhi *burnout*, diantaranya Maslach, dkk. (2001) menyatakan bahwa *burnout* dipengaruhi oleh faktor demografi seperti: usia, jenis kelamin, dan status perkawinan/keluarga, serta karakteristik pribadi. Sementara itu (Jacob & Dodd, 2003) menyatakan *burnout* pada siswa dipengaruhi oleh dukungan sosial, karakteristik pribadi, dan beban akademis yang berlebihan. Sedangkan Chaplin (dalam syah, 2009) menyatakan bahwa *burnout* dapat dialami apabila siswa kehilangan motivasi dan konsolidasi pada salah satu keterampilan tertentu sebelum ia mencapai tingkat berikutnya.

Diantara sekian banyak variabel dari faktor internal dan eksternal yang telah diteliti secara terpisah oleh para peneliti terdahulu, hasil telah mengerucut pada beberapa faktor yang dipandang paling relevan sebagai pengaruh *academic burnout* pada siswa SMK Negeri "X" Surabaya dalam penelitian ini, yaitu (1) *academic stress* (Sun, dkk. 2011); (2) *achievement motivation* (Keller dkk. 1978);

dan (3) *perceived social support* (Zimmet 1988) yang akan diduraikan sebagaimana berikut:

Pertama adalah *academic stress*. Menurut Sun, dkk. (2011) *academic stress* merupakan salah satu sumber stres yang paling relevan terjadi pada siswa karena lingkungan sekolah adalah salah satu konteks kehidupan paling signifikan dalam tahap perkembangan siswa. Hasil penelitian Zakari, dkk. (2008) menunjukkan 252 siswa sekolah menengah yang berpartisipasi dalam penelitian memiliki skor *burnout* dengan skala tinggi (47,6%) yang disebabkan oleh tekanan yang berhubungan dengan sekolah yaitu *academic stress*. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Welburg, dkk. (2014) yang menunjukkan bahwa *academic stress* merupakan prediktor utama dari *academic burnout* siswa, selain tekanan yang diberikan oleh orang tua dan teman sebaya.

Penelitian lain yang mengaitkan antara *academic stress* dengan *academic burnout* adalah Jung, dkk. (2005), hasil penelitiannya menunjukkan terdapat korelasi positif antara *academic stress* dan *academic burnout*. Temuan lain dari penelitian ini adalah baik *academic stress* maupun *academic burnout* menunjukkan korelasi negatif dengan *self-efficacy*. Selain itu, studi yang dilakukan Won, dkk. (2016) juga menunjukkan bahwa *academic stress* memiliki pengaruh signifikan pada *academic burnout* dan keterlibatan akademik. Semakin tinggi *academic stress* siswa, maka semakin tinggi *academic burnout* dan semakin rendah keterlibatan akademiknya. Demikian pula Lisowaka, dkk. (2007) dalam penelitiannya menyimpulkan bahwa *stress* memiliki signifikansi yang tidak

dipertanyakan dalam fenomena *burnout*, terutama ketika *stress* terjadi dalam waktu yang lama dan individu tidak mampu mengelola *stress* tersebut.

Kedua, yang tidak kalah penting peranannya dalam mempengaruhi *academic burnout* adalah *achievement motivation*. Menurut Keller, dkk. (1978) *achievement motivation* merupakan keinginan individu untuk mencapai prestasi sesuai dengan standard yang telah ia tetapkan, bukan karena uang atau penghargaan (motivasi ekstrinsik) melainkan lebih karena kepuasan intrinsik dan keberhasilan itu sendiri. Beberapa studi ilmiah menunjukkan bahwa *achievement motivation* berkorelasi negatif signifikan dengan kejenuhan belajar (Fitrotin, 2017). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Sangpoor dan Goodarzi (2018) yang menunjukkan bahwa semakin tinggi *achievement motivation* siswa, maka semakin rendah *academic burnout* siswa.

Penelitian lain yang mengaitkan *achievement motivation* dengan *academic burnout* adalah penelitian Moneta (2011) hasil penelitiannya menunjukkan bahwa motivasi berprestasi secara langsung mencegah setiap komponen *burnout* (*emotional exhaustion, cynism, and reduce academic efficacy*). Selain itu, kelelahan emosional secara langsung meningkatkan sinisme dan mengurangi keyakinan akademik. Studi ini juga menunjukkan bahwa karakteristik, anteseden, dan konsekuensi dari *academic burnout* mirip dengan *burnout* yang terjadi pada individu yang bekerja. Selanjutnya hasil studi Soliemanifar (2013) menunjukkan bahwa *academic achievement motivation* khususnya motivasi intrinsik, dan amotivasi memainkan peran utama dalam memprediksi *academic burnout* siswa.

Ketiga, yang penting untuk dikaji dalam penelitian ini adalah *perceived social support*. Zimet. (1988) mengartikan *perceived social support* sebagai diterimanya dukungan yang diberikan oleh orang-orang terdekat individu meliputi dukungan keluarga, dukungan pertemanan, dan dukungan dari orang-orang yang berarti disekitar individu. Hasil studi ilmiah Sharma, dkk. (2012) menunjukkan bahwa siswa dengan *perceived social support* yang tinggi, memiliki fungsi psikologis dan sosial individu yang tinggi, serta memiliki kemampuan untuk memecah stres ke tingkat yang dapat dikelola atau *eustress*. Maka secara tidak langsung temuan Sharma tersebut mengungkap bahwa *perceived social support* dapat mencegah terjadinya *academic burnout* (akibat *distres* berkepanjangan). Sebagaimana diperkuat hasil penelitian Kupriyanov, dkk. (2014) bahwa siswa yang menunjukkan pada jenis *distress* (stres dalam bentuk negatif) maka tingkat kejenuhan belajarnya akan semakin tinggi, sebaliknya jika *eustress* yang lebih dominan, maka tingkat kejenuhan belajar akan semakin rendah.

Penelitian lain yang mengaitkan *perceived social support* dengan *academic burnout* adalah penelitian Kutsal, dkk. (2012) yang menunjukkan bahwa tingkat *burnout* siswa dapat diprediksi melalui tingkat dukungan sosial yang dirasakan. Selain itu Yang, dkk. (2005) dalam penelitiannya menyatakan ketika individu menyadari bahwa mereka mendapatkan dukungan sosial dari orang disekitarnya, maka hal itu dapat meningkatkan kesehatan mental dan fisik serta memainkan peran utama dalam mengatasi *burnout* akademik, karena faktanya *perceived social support* dapat mengurangi stres yang berasal dari lingkungan akademik.

Berdasarkan uraian diatas, maka variabel yang dipilih dalam penelitian ini adalah *academic stress*, *achievement motivation*, dan *perceived social support* sebagai prediktor *academic burnout*. Alasan pemilihan variabel dan penjelasannya akan diuraikan pada sub bab identifikasi masalah, sebagaimana berikut ini:

1.2 Identifikasi Masalah

Telah dipaparkan sebelumnya bahwa konsekuensi dari *academic burnout* menjadi masalah akademik yang dapat menghambat produktivitas belajar serta merusak kinerja akademik siswa, sehingga mengakibatkan tidak berkembangnya seluruh potensi yang dimiliki (Muna, 2013). Apalagi jika hal ini terjadi pada siswa Sekolah Menengah Atas atau sederajat, maka akan beresiko pada keberhasilan dalam dunia kerja dan program studi selanjutnya. Namun faktanya secara umum siswa SMA/SMK di Indonesia memiliki permasalahan dalam pendidikannya yang termasuk dalam faktor resiko *burnout* seperti putus sekolah dan tinggal kelas. Akan tetapi, kedua permasalahan tersebut lebih banyak dialami siswa SMK dibandingkan dengan siswa SMA sebagaimana tersedia pada Tabel 1.2, berita pendidikan Surabaya JawaPos. Com, serta data statistik Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan 2018/2019 yang tersedia pada Tabel 1.3.

Permasalahan tinggal kelas juga dialami siswa SMK Negeri “X” Surabaya sebagaimana diungkap oleh Kepala Koordinator Bimbingan Konseling SMK Negeri “X” Surabaya bahwa kebanyakan siswa gagal naik kelas X ke kelas XI. Hal itu terjadi karena siswa tidak memenuhi kriteria ketuntasan aspek akademis maupun non akademis yang dipicu oleh siswa masuk jurusan melalui pilihan kedua sehingga terjadi ketidaksiapan dalam proses belajarnya.

Lebih lanjut Kepala Koordinator BK menambahkan, perilaku siswa yang banyak dijumpai saat pembelajaran berlangsung adalah mengobrol dalam forum pembelajaran, tidur saat pembelajaran berlangsung, bahkan hingga membolos pada mata pelajaran tertentu yang kurang siswa minati sehingga siswa tertinggal mata pelajarannya juga tidak bisa mengerjakan tugas-tugas akademik yang diberikan oleh guru. Bahkan berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan salah seorang siswi kelas X jurusan TAV didapati siswa kehilangan konsolidasi serta motivasi dalam belajarnya yang dipicu oleh siswa masuk melalui pilihan kedua pada program keahlian sehingga siswa merasa kewalahan dengan tugas-tugasnya.

Merujuk pada gejala-gejala yang telah disebutkan di atas, berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan Kepala Koordinator BK dan siswi kelas X jurusan Teknik Audio Video (TAV) menunjukkan bahwa siswa terindikasi mengalami *burnout* dalam aktivitas belajarnya. Sebagaimana telah diungkapkan oleh Salmela-Aro, dkk. (2009) *academic burnout* diekspresikan melalui hilangnya minat pada pekerjaan akademik, mendevaluasi makna belajar, serta perasaan kelelahan terhadap tugas akademik dan rendahnya motivasi. Oleh sebab itu, hal ini menjadi pertimbangan bagi peneliti untuk melakukan penelitian pada siswa SMK Negeri "X" Surabaya.

Berdasarkan hasil telaah referensi ilmiah para ahli menyebutkan beragam faktor yang mempengaruhi *burnout*. Mempertimbangkan hal tersebut, maka penting untuk melakukan penelitian faktor-faktor yang mempengaruhi *academic burnout* yang peneliti sesuaikan dengan konteks siswa. Maka variabel yang dipilih dalam penelitian ini adalah *academic stress*, *achievement motivation*, dan

perceived social support sebagai prediktor *academic burnout*. Adapun alasan pemilihan variabel dan penjelasannya akan diuraikan sebagaimana berikut ini:

Pemilihan variabel dalam penelitian ini didasarkan atas dua hal yaitu permasalahan yang terjadi pada siswa terkait dengan variabel penelitian dan telaah penelitian ilmiah terdahulu. Berdasarkan permasalahannya *pertama*, melihat beban belajar siswa SMK 48 jam setiap minggunya sebagaimana telah dipaparkan pada latar belakang masalah, menurut pengamat anak Seto Mulyadi (dalam Musrofi, 2010) merujuk pada Organisasi Pendidikan PBB (UNESCO) secara umum beban belajar siswa di Indonesia dinilai melebihi batas maksimum yang dapat siswa tangkap. Menurut Musrofi (2010) berdasarkan Organisasi Pendidikan PBB (UNESCO) kemampuan siswa dalam menerima dan menyerap pelajaran hanya sekitar 4 jam dalam seharinya, apabila siswa menerima beban belajar yang melebihi batas maksimum yang dapat mereka tangkap, maka yang akan timbul adalah stres.

Kedua, merujuk pada pendapat Chaplin (dalam Syah, 2009) bahwa *academic burnout* dapat dialami apabila siswa kehilangan motivasi dan konsolidasi dalam keterampilan tertentu sebelum ia sampai pada keterampilan berikutnya. Berdasarkan berita pendidikan JawaPos. Com sebagaimana diungkap oleh Siti Rochanah salah seorang Kepala SMKN Surabaya, meningkatnya faktor resiko *burnout* yaitu siswa tinggal kelas dipicu oleh rendahnya motivasi siswa, kerana proses pembelajaran di SMK menuntut keterampilan praktik. Oleh karena itu, tanpa motivasi yang kuat siswa cenderung enggan meningkatkan keterampilannya.

Ketiga, merujuk pada pendapat Musrofi (2010) bahwa anggapan rendahnya prestasi akademik dikarenakan siswa yang bersalah masih sangatlah tinggi, dan tidak jarang orang tua atau guru justru memberikan tambahan jam belajar (seperti: les privat, tambahan jam belajar di sekolah) padahal hal mendasar yang perlu diperhatikan dalam proses pembelajaran adalah hubungan segitiga pendidikan yang seimbang, yaitu antara orang tua, guru, dan siswa yang terwujud dalam dukungan yang proporsional.

Selanjutnya telaah penelitian ilmiah terdahulu terkait variabel penelitian. Faktor pertama yang akan diteliti pengaruhnya terhadap *academic burnout* adalah *academic stress*. Berbicara mengenai *stress*, secara teori memang sangat dekat kaitannya dengan *burnout*. Akan tetapi, tidak semua stres yang dialami individu akan sampai pada *burnout*. Pada dasarnya *burnout* tidak terjadi dalam waktu yang singkat, namun merupakan sebuah proses panjang yang terjadi secara bertahap. Menurut Hallsten (dalam Munko, 2017) ketika strategi mengatasi stres yang dilakukan individu gagal dan kapasitas fungsional dalam diri individu berkurang, maka akan mengakibatkan stres yang berulang hingga sampailah pada fase kelelahan (*burnout*) itu sendiri. Sama halnya dengan Salmela-Aro (dalam Lin & Huang, 2014) yang menyatakan stres yang terjadi secara terus menerus dan dalam waktu yang lama akan berakibat pada kelelahan yang besar (*burnout*).

Academic stress dalam penelitian ini mengarah pada persepsi maladaptif siswa terhadap stressor akademik atau yang dikategorikan sebagai *distress* (merekasi stres dengan cara negatif). Berdasarkan hasil penelitian ilmiah terdahulu, dapat disimpulkan bahwa siswa yang memiliki *academic stress* yang

tinggi akan memiliki *academic burnout* yang tinggi (Zakari, dkk., 2008; Welburg, dkk., 2014; Jung, dkk., 2015; Won, dkk., 2016; dan Lisowaka, dkk., 2007). Oleh karena itu, penulis menganggap penting variabel ini untuk diteliti dibandingkan dengan variabel lainnya.

Faktor kedua yang akan diteliti pengaruhnya terhadap *academic burnout* adalah *achievement motivation*. Peneliti berasumsi bahwa *achievement motivation* memiliki peranan penting dalam keberhasilan proses belajar siswa. Asumsi ini dipertegas oleh pernyataan Atkinson dan Raynor (dalam Santrock, 2003) bahwa seseorang yang memiliki *achievement motivation* yang tinggi, memiliki harapan untuk sukses yang lebih besar daripada ketakutan akan kegagalan, serta tekun pada setiap usahanya ketika menghadapi tugas dan keadaan yang sulit. Maka, hal ini menjadi pertimbangan bagi peneliti untuk memilih variabel *achievement motivation*. Selain itu, berdasarkan studi ilmiah terdahulu, telah dipertegas bahwa siswa dengan *achievement motivation* tinggi, akan memiliki usaha kuat untuk menghadapi keadaan sulit. Semakin tinggi *achievement motivation* siswa, maka semakin rendah tingkat *academic burnout* siswa (Fitrotin, 2017; Sangpoor & Goodarzi, 2018; Moneta, 2011; dan Soliemanifar, 2013).

Selain kedua faktor yang telah disebutkan, faktor ketiga yang juga memiliki peran penting dalam penelitian ini adalah *perceived social support*. Peneliti memilih menggunakan variabel *perceived social support* karena tidak semua sumber daya yang diberikan seseorang akan dipersepsikan sebagai dukungan sosial oleh orang tersebut. Hal ini dipertegas oleh Taylor, dkk. (2004) bahwa beberapa penelitian mengungkapkan persepsi pada dukungan yang diberikan lebih

bermanfaat dibandingkan dengan dukungan sosial yang sebenarnya diterima. Selain itu Thoits (dalam Taylor, dkk., 2004) juga mengungkapkan bahwa dukungan yang diberikan oleh anggota jaringan sosial dapat berbeda dengan yang dibutuhkan, sehingga gagal dalam memenuhi kebutuhan dan penerimaan. Berdasarkan hasil penelitian ilmiah terdahulu dapat disimpulkan bahwa, semakin banyak *social support* yang dirasakan siswa, maka semakin rendah kejenuhan belajar siswa (Sharma, dkk. 2012; Kupriyanov, dkk., 2014; Kutsal, dkk., 2012; dan Yang, dkk., 2005).

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan hasil telaah penelusuran referensi ilmiah terdahulu, maka rumusan masalah secara umum dalam penelitian ini, Apakah ada pengaruh *academic stress*, *achievement motivation*, dan *perceived social support* terhadap *academic burnout* pada siswa SMK Negeri “X” Surabaya.

1.4 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *academic stress*, *achievement motivation* dan *perceived social support* terhadap *academic burnout* pada siswa SMK Negeri “X” Surabaya.

1.5 Manfaat Penelitian

Secara umum ada dua manfaat dalam penelitian ini, yaitu: (1) manfaat teoritis yang berguna untuk pengembangan teori dan saran untuk peneliti berikutnya, dan (2) manfaat praktis yang berguna secara praktis untuk kepentingan individu dan lembaga.

1.5.1 Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan sebagai referensi pengembangan ilmu pengetahuan dalam bidang psikologi pendidikan, khususnya terkait permasalahan *academic burnout* pada siswa.
2. Hasil penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan sebagai referensi dalam penelitian sejenis di masa mendatang.

1.5.2 Manfaat Praktis

Manfaat penelitian ini secara praktis ditunjukkan sebagai berikut:

1. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan bagi sekolah dalam menyikapi permasalahan akademik siswa, khususnya fenomena *academic burnout*.

2. Bagi Guru

Dengan dilaksanakannya penelitian ini, guru dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai referensi untuk meminimalisir terjadinya *academic burnout* dalam aktivitas belajar siswa.

3. Bagi Peneliti

Peneliti dapat mengembangkan pengetahuan dan kemampuan dalam bidang penelitian, yaitu pengaruh *academic stress*, *achievement motivation*, dan *perceived social support* terhadap *academic burnout* pada siswa.