

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Proses pembelajaran pada perguruan tinggi menjadi tuntutan yang dapat menghasilkan stres bagi mahasiswa. Proses ini mengorbankan banyak waktu yang harus didedikasikan untuk menyelesaikan tugas-tugas kuliah dan juga mempersiapkan ujian akhir. Selain tuntutan akademik yang cukup besar, mahasiswa juga harus mengatasi tantangan personal dan sosial lainnya. Tekanan lain yang mahasiswa miliki adalah seperti tinggal di tempat yang baru dan jauh dari keluarga, pencarian hubungan interpersonal yang baru, dan meningkatnya kekhawatiran dalam mencari pekerjaan sesuai dengan gelar yang akan didapat. (Aguayo, dkk., 2019).

Mahasiswa pada umumnya telah dianggap memasuki masa dewasa awal; dengan demikian, diasumsikan bahwa tingkat kedewasaan mahasiswa telah diproses secara penuh, sehingga dapat menangani dan melewati segala pengalaman kuliahnya dengan mudah (Ferrante, Etzel, & Lantz, 2002, dalam Baghurst & Kelle, 2014). Namun, beberapa peneliti dalam bidang perkembangan manusia, menganggap bahwa rentang usia dari 18 hingga 24 tahun dikategorikan sebagai "remaja akhir," yang artinya akan dipenuhi dengan berbagai macam permasalahan dari berbagai macam jenis stresor. Stresor dialami mahasiswa dapat dilihat antara lain dalam stresor lingkup

personal yaitu seperti permasalahan otonomi dari orang tua, meninggalkan rumah, kemandirian, identitas gender, penalaran moral internal, dan pilihan karir (Newman & Newman, 2003 dalam Baghurst & Kelle, 2014), stresor tuntutan akademik, serta stresor lingkup sosial yaitu tuntutan dalam mengelola hubungan interpersonal (Houghton, dkk., 2012, dalam Lin & Huang, 2014). Selain itu, menurut sebuah survei yang dilakukan oleh Fan (2000) pada mahasiswa di Cina, 86,6% mahasiswa merasakan tekanan tinggi dalam kehidupan akademik mereka, 55,3% dalam kehidupan sosial mereka, dan 32,5% dalam keuangan mereka. Sedangkan di Taiwan, penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa menghadapi berbagai tekanan kehidupan seperti stres identitas diri, stres interpersonal, stres akademik, dan stres perkembangan masa depan (Chu, dkk., 2006; Lee dan Chen, 2004; Shi, 2004; Tsai, 2005, dalam Lin & Huang, 2014).

Tuntutan demi tuntutan yang dialami mahasiswa seperti yang telah diuraikan diatas dapat menimbulkan stres. Stres yang dipersepsikan negatif atau menjadi berlebihan dapat mempengaruhi kesehatan dan kinerja akademik sehingga dapat memiliki efek buruk pada mahasiswa. Studi menunjukkan bahwa stres adalah prediktor signifikan dari tekanan psikologis pada mahasiswa dan dapat bermanifestasi sebagai kecemasan dan timbulnya gejala depresi (Amutio dan Smith, 2007; Morrison dan O'Conner, 2005, dalam Lin & Huang, 2014).

Studi lainnya juga menunjukkan bahwa jika stres yang dialami oleh mahasiswa tersebut dibiarkan dalam waktu yang lama dan tanpa adanya sumber daya yang

memadai untuk menyelesaikannya, dapat menimbulkan keadaan kelelahan berkepanjangan dan berkembangnya simtom *academic burnout* (Aguayo, dkk., 2019). *Burnout* dapat dijelaskan sebagai kelelahan yang melibatkan perasaan tegang hingga kelelahan kronis. *Burnout* didefinisikan sebagai konstruksi tiga dimensi yaitu kelelahan, sinisme atau depersonalisasi, dan ketidakefektifan atau penurunan pencapaian pribadi (Maslach, Schaufeli, & Leiter, 2001, dalam Walburg, 2014). Sementara itu, *academic burnout* didefinisikan oleh Schaufeli, Martínez, Marqués-Pinto, Salanova, dan Bakker (2002) sebagai perasaan lelah karena tuntutan studi (*exhaustion*), memiliki sikap sinis, melepas diri dari tugas akademis (*cynicism*), dan adanya perasaan tidak kompeten sebagai mahasiswa. Huang dan Lin (2010, dalam Lin & Huang, 2014) menemukan bahwa ada korelasi antara *academic burnout* dan stres; hasil penelitian menunjukkan bahwa semakin tinggi stres kehidupan yang dialami pelajar, semakin tinggi tingkat *burnout* mereka.

Academic burnout juga sangat umum terjadi dalam kalangan mahasiswa. Studi yang dilakukan oleh Schaufeli (2002, dalam Walburg, 2014) yang dilakukan kepada 1.661 mahasiswa sarjana dari Spanyol, Portugal, dan Belanda, menemukan bahwa *burnout* yang dialami berkorelasi terbalik dengan keterlibatan dan kinerja mahasiswa dalam universitas. Mahasiswa sangat mungkin mengalami fenomena *burnout* karena kondisi belajar yang menuntut usaha yang cukup tinggi dan kurangnya mekanisme pendukung dalam memfasilitasi *coping* yang efektif (Neumann, Finaly-Neumann, & Reichel, 1990). Penelitian internasional tentang *burnout* pada pelajar menunjukkan

bahwa kelelahan fisik dan psikologis, depersonalisasi, dan melepas diri dari studi adalah indikator dalam *burnout* di kalangan mahasiswa (Maroco & Tecedero, 2009; Campos, Zucoloto, Bonafe, Jordani, & Maroco, 2011; Marco & Campos, 2012, dalam Wei & Wang, 2015).

Meier dan Schmeck (1985, dalam Lina & Kusuma, 2018) mengemukakan bahwa kondisi *burnout* pada mahasiswa dapat mengakibatkan meningkatnya atau tingginya persentase tingkat ketidakhadiran pada setiap kelas, rendahnya motivasi untuk mengerjakan tugas-tugas yang diberikan, serta tingginya persentase putus kuliah. Penelitian lainnya, tentang hubungan antara tingkat *burnout* mahasiswa dan kinerja akademik juga telah melaporkan bahwa *burnout* mahasiswa memiliki efek negatif pada prestasi akademik (Caballero, Cecilia, Abello, & Palacio, 2007; Etzion & Zvi, 2004; Garden, 1991 ; Jacobs & Dodd, 2003; McCarthy, Pretty, & Catano, 1990; Schaufeli, Martínez, dkk., 2002; Yang, 2004, dalam Duru, Duru, & Balkis, 2014). Penelitian juga menunjukkan bahwa *burnout* juga berkorelasi dengan strategi studi yang tidak efektif dan timbulnya kekhawatiran tentang nilai pada mahasiswa (Boudreau, Santen, Hemphill, & Dobson, 2004, dalam Duru, Duru, & Balkis, 2014).

Academic burnout pada mahasiswa menjadi permasalahan yang perlu diperhatikan. Ulasan berbagai literatur mengenai *academic burnout* yang dilakukan oleh Vera Walburg (2014) dan berasal dari berbagai studi yang dilakukan di berbagai lokasi (Eropa Utara, Eropa Timur, Asia, Turki, Malaysia), mengemukakan bahwa bahwa fenomena tersebut tidak dibatasi secara geografis atau dibatasi secara budaya

tetapi dapat ditemukan di antara siswa dengan perbedaan organisasi sekolah dan kebijakan akademik. Hasil dari studi ini menjelaskan bahwa *academic burnout* meningkatkan risiko berkembangnya masalah internal seperti kecemasan (Silvar, 2001, dalam Walburg, 2014) dan depresi (Salmela-Aro, Savolainen, dkk., 2009, dalam Walburg, 2014) serta gejala somatik (Murberg & Bru, 2003; Murberg & Bru, 2007, dalam Walburg, 2014) serta mempengaruhi prestasi akademik dengan meningkatnya risiko putus kuliah (Bask & Salmela-Aro, 2013; Silvar, 2001, dalam Walburg, 2014).

Risiko putus kuliah menjadi salah satu permasalahan yang dialami oleh mahasiswa yang sedang menjalankan studi di universitas. Menurut data yang diambil melalui Statistik Pendidikan Tinggi 2020 yang diterbitkan oleh Sekretariat Ditjen Dikti di Indonesia, bahwa tingkat putus kuliah mahasiswa berada di angka 608.208 mahasiswa. Angka ini berada di 7% dari total mahasiswa nasional yang tercatat yaitu sebanyak 8,4 juta mahasiswa. Perguruan Tinggi Swasta (PTS) mencatat angka yang paling tinggi untuk mahasiswa yang putus kuliah yaitu 478.826 atau 79,50% mahasiswa PTS. Untuk mahasiswa Perguruan Tinggi Negeri (PTN) mencatat 101.758 atau 16,90% mahasiswa yang putus kuliah. Angka putus kuliah sisanya berasal dari perguruan tinggi kedinasan dan perguruan tinggi agama. Angka putus kuliah pada mahasiswa menurut jenis kelamin, mahasiswa laki-laki mencatat paling banyak putus kuliah yaitu 370.322 atau 61,58%. Sementara untuk mahasiswa perempuan berada di angka 231.011 atau 38,42% (Kemendikbud, 2020).

Berdasarkan hasil wawancara singkat yang penulis lakukan kepada 10 mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dari beberapa universitas di Indonesia, terdapat beberapa mahasiswa yang menjelaskan bahwa penyelesaian tugas akhir untuk menyelesaikan studi pada perguruan tinggi juga menjadi masalah dan tekanan bagi mereka. Salah satu mahasiswa yang telah diwawancara mengatakan:

“Susah untuk nyelesain skripsi, setiap mau ngerjain seperti enggak ada energi, padahal tidur udah 8 jam sehari. Selalu ada rasa was-was, apalagi udah ada ancaman untuk Drop Out”. (Wawancara pada tanggal 12 Februari 2022).

Mahasiswa lain juga mengatakan:

“Setiap ngerjain tugas akhir, tambah ngerasa insecure dan enggak akan bisa nyelesain. Berat untuk nyelesain karena kepikiran yang aneh-aneh. Semua harus dilakukan sendiri jadi bikin tambah overwhelm dan malah ngehindarin untuk ngerjain tugas akhir. Setiap mau tidur enggak tenang dan ngerasa gagal sama diri sendiri. Kenapa aku bodoh, kenapa aku bisa kayak gini padahal teman-teman lain enggak kayak aku. Mereka bisa tapi kenapa ya aku enggak bisa ”. (Wawancara pada tanggal 10 Januari 2022).

Fenomena ini memberikan informasi bahwa kondisi yang menyerupai *academic burnout* (Martínez, Marqués-Pinto, Salanova, dan Bakker, 2002, dalam Duru, Duru, & Balkis, 2014) dapat menjadi sebuah ancaman atau masalah bagi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, dimana mahasiswa merasa lelah akan tuntutan studi, melepas diri dari menyelesaikan tugas akhir, kehilangan motivasi dan merasa tidak kompeten sebagai mahasiswa.

Proses terjadinya *burnout* dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor individual dan faktor situasional (Maslach, Schaufeli, & Leite, 2001). Faktor individual adalah faktor-faktor yang berasal dari dalam diri seseorang, seperti faktor demografis (usia

dan pendidikan formal), sikap dan karakteristik kepribadian. Sedangkan, faktor situasional adalah sebaliknya yaitu faktor-faktor yang berasal dari luar diri seseorang, seperti faktor lingkungan sosial seseorang.

Sebagian besar penelitian *burnout* berfokus pada korelasi antara *burnout* dan lingkungan, tetapi ada kemungkinan bahwa faktor kepribadian juga memainkan peran penting dalam perkembangan *burnout* (Alarcon, Eschleman, & Bowling, 2009). Soliemanifar dan Shaabani (2013) menjelaskan bahwa pada umumnya, meneliti dan mencari pengetahuan mengenai hubungan antara *burnout* dan kepribadian didasarkan pada asumsi bahwa karakteristik individu seperti kepribadian mempengaruhi *burnout*. Artinya, sifat kepribadian akan membuat seseorang lebih rentan atau tidak rentan terhadap *burnout*. Telah disarankan bahwa adanya kemungkinan besar bahwa kepribadian dapat membantu individu untuk terlindung dari risiko yang diketahui dapat menyebabkan *burnout* (Soliemanifar & Shaabani, 2013). Schaufeli dan Enzmann (1998, dalam Bakker, Zee, Lewig, & Dollard, 2006) telah menghitung adanya lebih dari 100 studi *burnout* dalam literatur yang mencakup satu atau dua konstruksi dari daftar variabel tingkat kepribadian. Contoh variabel kepribadian ini adalah *hardiness*, *locus of control*, perilaku tipe A dan harga diri. Studi yang menghubungkan faktor-faktor kepribadian dasar dengan *burnout* memberikan lebih banyak wawasan tentang apakah *burnout* adalah fenomena sosial atau lebih terkait dengan variabilitas individu. Selain itu, studi-studi tersebut membantu dalam mengidentifikasi individu yang berisiko mengalami *burnout*.

Studi meta-analisis mengenai hubungan antara *burnout* dengan kepribadian menjelaskan bahwa beberapa variabel kepribadian, yaitu harga diri, efikasi diri, *locus of control*, stabilitas emosi, ekstrasversi (*extraversion*), kesadaran (*conscientiousness*), keramahan (*agreeableness*), afektif positif, afektif negatif, optimisme, kepribadian proaktif, dan *hardiness*, masing-masing menghasilkan hubungan yang signifikan dengan ketiga dimensi dari *burnout* (kelelahan emosional, depersonalisasi dan tingkat pencapaian pribadi yang rendah) (Alarcon, Eschleman, & Bowling, 2009). Variabel-variabel kepribadian tersebut menghasilkan hubungan yang kekuatannya berbeda satu dengan yang lainnya terhadap *burnout*. Stabilitas emosi, afektif positif, dan afektif negatif, misalnya, masing-masing memiliki hubungan yang relatif lebih kuat dengan dua dimensi *burnout* yaitu, kelelahan emosional dan depersonalisasi daripada variabel kepribadian lainnya. Tipe A memiliki hubungan dengan satu dimensi *burnout* yaitu pencapaian diri rendah. Efikasi diri dan afektif positif juga menghasilkan hubungan yang lebih kuat dengan pencapaian diri rendah. *Agreeableness* memiliki hubungan yang cukup kuat dengan satu dimensi *burnout*, yaitu depersonalisasi. *Hardiness* menghasilkan hubungan negatif yang kuat dengan ketiga dimensi *burnout* yaitu, kelelahan emosional, depersonalisasi, dan pencapaian diri yang rendah (Alarcon, Eschleman, & Bowling, 2009). Berdasarkan apa yang telah diuraikan diatas, *hardiness* memiliki hubungan negatif yang cukup kuat dengan ketiga dimensi dari *burnout*.

Hardiness dapat dijelaskan sebagai seperangkat sikap atau keyakinan tentang diri sendiri dalam interaksi dengan dunia di sekitar yang akan memberikan keberanian

dan motivasi untuk melakukan kerja keras, kemudian mengubah stres yang memiliki potensi bencana menjadi sebuah peluang (Maddi, 1998a, 2002; Maddi & Kobasa, 1984, dalam Maddi., 2004). *Hardiness* memiliki tiga komponen penting, yaitu komitmen, kontrol dan tantangan (Kobasa, Maddi, & Kahn, 1982). Secara konseptual, ketiga komponen tersebut harus beroperasi secara bersamaan dan tidak ada dari salah satu dari ketiga komponen itu yang mampu beroperasi secara tunggal (Maddi, 2002, dalam Maddi, 2004). Untuk mengubah tekanan menjadi keuntungan, ketiga komponen harus beroperasi secara bersamaan yaitu; seseorang harus tetap merasa terlibat terhadap sesuatu daripada menarik diri (komitmen), berusaha untuk memiliki efek perubahan daripada merasa tidak berdaya (kontrol), dan terus belajar daripada meratapi nasib (tantangan) (Maddi, dkk., 2002).

Hardiness dengan ketiga komponennya dapat memiliki dan menjelaskan hubungan dengan bentuk perilaku pembelajaran dan kinerja mahasiswa di universitas. Komponen dari *hardiness* disini dapat didefinisikan sebagai berikut: komitmen pada mahasiswa menyebabkan mereka untuk mengeluarkan upaya yang konsisten untuk terlibat dalam pencapaian akademiknya. Tantangan didefinisikan sebagai upaya mahasiswa untuk mencari tugas akademik yang sulit. Kontrol didefinisikan sebagai keyakinan mahasiswa untuk mencapai pendidikan yang diinginkan dengan usaha pribadi dan melalui pengaturan emosi diri yang efektif dalam menghadapi stres dan tekanan akademik (Benishek, dkk., 2005 dalam Spiridon & Karagiannopoulou, 2015).

Menurut Maddi (2002, dalam Maddi, Harvey, Khosaba, Fazel, & Ressureccion, 2009), *hardiness* dapat memelihara bahkan meningkatkan kesehatan (mental dan fisik) dalam situasi penuh tekanan, misalnya dalam tekanan dan tuntutan akademik. Efek dalam *hardiness* dapat ditunjukkan dalam penurunan simptom penyakit mental dan fisik, baik yang dilaporkan secara personal maupun yang diukur secara objektif. Penelitian yang dilakukan oleh Maddi (2002, dalam Maddi, Harvey, Khosaba, Fazel, & Ressureccion, 2009) juga menunjukkan bahwa *hardiness* berhubungan positif terhadap peningkatan kinerja (misalnya, retensi di perguruan tinggi) dan kesehatan yang lebih baik (misalnya, lebih sedikit gejala stres dan stamina lebih). Terdapat pula banyak bukti yang menunjukkan bahwa *hardiness* mengarahkan pada peningkatan kinerja dibawah tekanan dan peningkatan nilai rata-rata pada mahasiswa di perguruan tinggi (Lifton, Seay, & Bushke, 2000; dalam Maddi, Harvey, Khosaba, Fazel, & Ressureccion, 2009). McCranie (Schaufeli & Buunk, 1996) mengatakan bahwa asosiasi antara kepribadian *hardiness* dengan *burnout* adalah kurangnya *hardiness*. Artinya, kepribadian *hardiness* yang rendah akan berkaitan dengan tingginya *burnout* pada seseorang. Sebaliknya, kepribadian *hardiness* yang tinggi akan berhubungan dengan rendahnya *burnout* pada seseorang (Schaufeli & Buunk, 1996).

Uraian diatas dapat menjelaskan peranan penting *hardiness* kepada mahasiswa yang berada dibawah tekanan akademik untuk menyelesaikan kuliahnya. Dalam hal ini, penelitian tentang kepribadian *hardiness* dan *academic burnout* pada mahasiswa di perguruan tinggi dapat dijadikan sebagai salah satu bidang penelitian yang menjanjikan

dalam pendidikan tinggi. *Burnout* pada mahasiswa mungkin menjadi kunci untuk memahami berbagai perilaku mahasiswa selama tahun-tahun kuliah (misalnya, pemilihan mata kuliah, kinerja akademik). Kemudian, *burnout* pada mahasiswa juga dapat mempengaruhi hubungan masa depan mahasiswa kepada perguruan tinggi mereka (misalnya, komitmen terhadap perguruan tinggi dan potensi lainnya) (Neumann, Finaly-Neumann, & Reichel, 1990).

1.2. Identifikasi Masalah

Menjalani transisi dari masa remaja ke masa dewasa, mahasiswa mengalami banyak tuntutan dan tekanan karena mereka masih dalam proses mengembangkan keterampilan dan memperoleh sumber daya dalam proses pemenuhan semua tuntutannya (Hicks and Heastie, 2008, dalam Lin & Huang, 2014). Pemicu situasi yang unik bagi mahasiswa tingkat perguruan tinggi meliputi transisi ke peran sebagai mahasiswa, menyesuaikan diri dengan tuntutan akademik yang tinggi, hidup mandiri, dan membenamkan diri dalam jejaring sosial baru (Hicks and Heastie, 2008, dalam Lin & Huang, 2014). Tantangan yang dialami mahasiswa ini menjadi sesuatu yang cukup kompleks dan unik. Nevitt Sanford (dalam Evans, Forney, Guido, Patton, & Ren, 2010) membahas hubungan antara lingkungan perguruan tinggi dan transisi siswa dari remaja akhir ke dewasa awal, mengemukakan bahwa jika lingkungan menyajikan terlalu banyak tantangan, mahasiswa dapat mundur ke mode perilaku yang kurang adaptif; memperkuat mode perilaku; lepas dari tantangan; atau mengabaikan tantangan. Tetapi,

jika ada terlalu sedikit tantangan di lingkungan, mahasiswa mungkin merasa aman dan puas, tetapi mereka tidak akan berkembang.

Penelitian *burnout* yang dialami mahasiswa mulai dilakukan beberapa tahun belakangan. Hal ini dilakukan karena banyak yang mulai menyadari bahwa mahasiswa yang mengejar gelar studi di universitas dapat menghadirkan banyak tantangan dalam hidup mereka. Mahasiswa harus mengatasi berbagai macam tantangan akademik, sosial dan pribadi. Jika tantangan ini terus-menerus hadir tanpa adanya sumber daya yang cukup untuk mengatasinya, pada akhirnya akan memicu stres. Jika stres terus hadir tanpa adanya sumber daya yang mendukung, maka dapat menyebabkan sindrom *academic burnout* (Aguayo, dkk., 2019). Hal ini diikuti dengan peningkatan penelitian yang mengakui bahwa mahasiswa menunjukkan gejala *burnout* dan mengalami tingkat *burnout* yang substansial (Balogun, dkk., 1996; Jacobs dan Dodd, 2003, dalam Lin & Huang, 2014). Salah satu penelitian ini dilakukan oleh Pines dan kawan kawan (1981, dalam Lin & Huang, 2014) dengan membandingkan *burnout* pada perawat, konselor, pendidik, dan mahasiswa sarjana yang menemukan bahwa mahasiswa mendapat peringkat di tingkat *burnout* skala menengah hingga atas. Hal ini dapat membantu menunjukkan bahwa mahasiswa juga dapat mengalami beberapa tingkat *burnout* selama proses pembelajaran mereka.

Academic burnout pada mahasiswa terjadi dari rasa frustrasi dan hasil ketidakpuasan mahasiswa karena tidak terpenuhinya ekspektasi (Wei & Wang, 2015). Rasa frustrasi ini menimbulkan perasaan sinis dan meninggalkan kuliah dan tugas akhir

atau skripsi. Sikap sinis ini mungkin memiliki hubungan dengan adanya keyakinan negatif yang berasal dari ketidaksesuaian antara harapan mahasiswa dengan realitas yang mahasiswa alami pada perguruan tinggi. Hal ini dapat menyebabkan adanya rasa ketidakpuasan, rasa sejahtera yang rendah, emosi negatif, bahkan keputusan untuk meninggalkan tugas skripsi kemudian mengundurkan diri dari perguruan tinggi (Tinto, 1993; Brockway, Carlson, Jones, & Bryant, 2002, dalam Wei & Wang, 2015).

Mahasiswa juga memiliki tuntutan untuk menyelesaikan kuliahnya di universitas dengan menyelesaikan tugas akhir atau skripsi tepat pada waktu yang telah ditentukan. Menurut PERMENRISTEKDIKTI No. 44 Tahun 2015 tentang Standar Nasional Pendidikan Tinggi, masa dan beban belajar mahasiswa S1 paling lama adalah 7 tahun akademik dengan beban belajar mahasiswa paling sedikit 144 sks. Tidak menyelesaikan tugas akhir atau skripsi tepat pada waktu yang telah ditentukan, maka mahasiswa mendapat ancaman *drop out* atau putus kuliah tanpa mendapatkan gelar kelulusan. Tanpa adanya sumber daya yang cukup dalam mengatasi tantangan ini, mahasiswa akan mudah mengalami *academic burnout*.

Mahasiswa membutuhkan adanya usaha dan sumber daya yang cukup untuk tetap dapat melakukan proses pengerjaan skripsi. Kepribadian mengambil peranan yang penting untuk mahasiswa dapat menghadapi keadaan dengan penuh semangat dan tidak menyerah. Suzanne C. Kobasa memperkenalkan konsep psikologis *hardiness* dan menjelaskan bahwa *hardiness* memoderasi hubungan antara peristiwa kehidupan yang penuh tekanan dan penyakit. Kobasa mencirikan sifat *hardiness* sebagai terdiri dari tiga

komponen yaitu komitmen, kontrol, dan tantangan. Kepribadian *hardiness* merupakan kepribadian yang dapat menguntungkan bagi individu agar dapat melalui berbagai tekanan dalam hidupnya. Artinya, kepribadian *hardiness* dianggap menjadi hal penting yang dapat membantu untuk melawan tantangan dalam kehidupan (Kobasa, 1979).

Hubungan antara *hardiness* dengan *burnout* juga sudah dibuktikan dalam beberapa penelitian terdahulu, Sebuah penelitian (Widiastuti & Astuti, 2008) membahas adanya hubungan antara *hardiness* dengan *burnout* pada guru sekolah dasar. Penelitian ini dilakukan kepada 72 orang guru sekolah dasar di kecamatan Sedayu, yang menunjukkan bahwa ada korelasi negatif antara kepribadian *hardiness* dengan *burnout*. Hal ini menjelaskan bahwa semakin rendah *hardiness* maka akan semakin tinggi *burnout* dan sebaliknya, semakin tinggi *hardiness* maka akan cenderung semakin rendah *burnout* pada individu (Widiastuti & Astuti, 2008). Penelitian lainnya mengenai hubungan antara *hardiness* dengan *burnout* juga dilakukan oleh Akhyar, Priyatama, & Setyowati (2017) dengan subjek 91 atlet pelajar di Semarang. Penelitian ini menemukan *burnout* yang dialami oleh kelompok subjek adalah rendah. Hal ini terjadi karena adanya ketahanan atau cara untuk terus bertahan dalam menghadapi tantangan atau masalah yang dapat disebut dengan *hardiness* dalam kelompok subjek. Artinya, hasil dari penelitian ini juga menemukan adanya korelasi negatif antara *hardiness* dengan *burnout*.

Penelitian yang menghubungkan *hardiness* dengan *burnout* sudah banyak dilakukan, tetapi sebagian besar dari penelitian tersebut memiliki ruang lingkup

burnout pada pekerja atau tenaga profesional. Perlu dilakukan penelitian yang lebih banyak lagi untuk mengetahui hubungan antara *hardiness* dengan *burnout* dalam lingkup akademik, atau pada penelitian ini adalah *academic burnout* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Maka dari itu, peneliti ingin memahami lebih lanjut apakah terdapat hubungan antara *hardiness* dengan *academic burnout* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

1.3. Batasan Masalah

Batasan penelitian perlu ditentukan agar penelitian ini memiliki fokus yang tidak keluar dari tujuan penelitian. Berdasarkan pemaparan diatas, penulis memfokuskan penelitian sesuai dengan variabel dan konteks penelitian yang telah ditentukan. Batasan masalah pada penelitian ini adalah *Academic Burnout*, *Hardiness* dan Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi.

1.3.1. *Academic Burnout*

Burnout dalam bidang akademik dan pada kalangan mahasiswa mengacu pada perasaan lelah karena tuntutan studi, memiliki sikap sinis dan tidak merasa terikat terhadap studi, dan merasa tidak kompeten sebagai mahasiswa (Schaufeli, Martínez, Pinto, Salanova, & Bakker, 2002).

1.3.2. *Hardiness*

Hardiness didefinisikan sebagai konstelasi karakteristik kepribadian yang berfungsi sebagai sumber daya tahan dalam menghadapi peristiwa kehidupan yang penuh dengan tekanan. Konsep *hardiness* memiliki 3 komponen yaitu, komitmen, kontrol, dan tantangan. (Kobasa, Maddi, & Kahn, 1982).

1.3.3. Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi

Mahasiswa pada umumnya mulai dapat mengerjakan skripsi saat berada pada semester 8-14. Skripsi adalah karya tulis ilmiah sarjana S1 yang membahas suatu permasalahan tertentu dalam bidang ilmu yang berdasarkan aturan-aturan yang berlaku (Roellyana & Listiyandini, 2016).

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan hal-hal yang telah dijelaskan sebelumnya, perumusan masalah penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan antara *hardiness* dengan *academic burnout* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi?”

1.5. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris hubungan antara *hardiness* dengan *academic burnout* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

1.6. Manfaat Penelitian

Berdasarkan hal-hal diatas, maka manfaat penelitian ini dapat dibagi menjadi manfaat teoritis dan manfaat praktis.

1.6.1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan menambah informasi dan memberikan kontribusi ilmu pengetahuan dalam perkembangan ilmu psikologi terkait dengan konsep *hardiness* dan konsep *academic burnout* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

1.6.2. Manfaat Praktis

1. Bagi ilmu psikologi

Penelitian ini diharapkan untuk memberikan sumbangan ilmu psikologi terkait dengan konsep *hardiness*, *academic burnout* dan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

2. Bagi Praktisi Psikologi

Penelitian ini diharapkan agar dapat membantu menciptakan intervensi dan layanan psikologi yang efektif berkaitan dengan *academic burnout*.