

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Sejak Maret 2020, WHO telah menyatakan bahwa *Corona Virus Disease* 2019 (COVID-19) atau SARS-CoV-2 sebagai pandemi global (WHO, 2020). Pandemi COVID-19 telah mempengaruhi dan mengubah setiap aspek kehidupan manusia. Salah satu aspek bidang yang mengalami perubahan dan berdampak besar adalah bidang pendidikan, mulai pendidikan dasar hingga pendidikan tinggi, wajib melakukan pencegahan penyebaran COVID-19 dengan membatasi dan menghentikan segala aktivitas yang mengarah pada kerumunan atau kontak sosial. Di tengah meningkatnya kekhawatiran penyebaran COVID-19, Maret 2020 Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia menerapkan kebijakan pembelajaran dari rumah untuk meminimalkan kontak fisik dan menekan penyebaran COVID-19 (Surat Edaran Tentang Pencegahan Penyebaran *Corona Virus Disease* (COVID-19) di Perguruan Tinggi, Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan, 2020). Melalui peraturan yang telah dibuat, Pemerintah menganjurkan Perguruan Tinggi menyelenggarakan pembelajaran daring (dalam jaringan).

Istilah daring merupakan akronim dari “dalam jaringan”. Jadi pembelajaran daring adalah metode pembelajaran yang dilakukan dengan memanfaatkan jaringan internet (Mustofa, Chodzirin, Sayekti, & Fauzan, 2019). Pembelajaran daring

adalah pembelajaran yang mengandalkan koneksi internet untuk mengadakan proses pembelajaran (Kučerková, 2012). Menurut Brown (2002) pembelajaran daring merupakan kegiatan pembelajaran yang memanfaatkan jaringan internet, *Local Area Network* (LAN), *Wide Area Network* (WAN) sebagai metode penyampaian, interaksi dan fasilitas serta didukung oleh berbagai bentuk layanan belajar lainnya. Pembelajaran daring merupakan sistem pembelajaran yang dilakukan dengan tidak bertatap muka secara langsung, tetapi menggunakan model yang dapat membantu proses belajar mengajar.

Sistem pembelajaran daring diterapkan sebagai solusi menanggulangi perkuliahan tatap muka tanpa menghentikan perkuliahan (Zhang, dkk, 2020). Pembelajaran daring merupakan pembelajaran tanpa tatap dengan memanfaatkan sistem teknologi secara daring (*online*) seperti *zoom meeting*, *google meet*, *google classroom*, *cisco webex* dan lain sebagainya. Pergantian ini mendorong mahasiswa harus mampu menyesuaikan diri terhadap sistem baru. Adanya pembelajaran daring ini diharapkan mahasiswa mampu belajar lebih aktif, mandiri dan dapat menyesuaikan diri dalam hal kendala waktu dan tempat (Pajariantono, dkk. 2020).

Munir (2009) berpendapat bahwa pembelajaran daring akan efektif jika melibatkan interaksi antara pembelajar dengan pengajar, pembelajar dengan pembelajar, pembelajar dengan media pembelajaran sehingga model interaksi pembelajaran dapat berlangsung secara aktif dan interaktif. Salah satu unsur terpenting dalam penerapan pembelajaran daring yaitu dari adanya ketersediaan pada *Learning Management System* (LMS). Terdapat alasan penggunaan LMS ini sebaiknya dilaksanakan yaitu untuk meningkatkan interaksi antara mahasiswa,

dosen, dan materi yang diajarkan agar kegiatan belajar mengajar dalam pembelajaran daring tetap dapat berjalan dengan baik (Munir, 2010; Lestaringasih, dkk., 2020).

LMS merupakan perangkat utama dalam pembelajaran daring (Kerimbayev dkk., 2017). *Platform* daring ini mampu menyimpan seluruh materi dan aktivitas pembelajaran sehingga memudahkan pengajar dan pembelajar untuk saling terhubung dan berinteraksi satu sama lain dalam hal berbagi materi dan aktivitas-aktivitas pembelajaran lainnya di dalam kelas (Hamidi, dkk., 2020; Adzharuddin & Ling, 2013).

Adapun beberapa peluang yang dihadirkan oleh pembelajaran daring adalah dapat memelihara hubungan dan membangun hubungan baru, serta menyediakan dukungan akademik. Tiga peluang tersebut muncul karena peningkatan penggunaan media dan *platform* yang nyaman selama pembelajaran daring. Selain peluang, pembelajaran daring juga turut menghadirkan beberapa hambatan. Hambatan-hambatan tersebut antara lain adalah runtuhnya identitas individu, tidak yakin akan norma sosial dalam lingkup relasi yang baru, cenderung menampilkan *ideal-self*, serta meningkatnya persaingan akademik. Runtuhnya identitas dapat terjadi jika mahasiswa mengalami kesulitan untuk mengatur identitas yang ingin ditampilkan pada kelompok yang berbeda-beda. Sementara ketidakyakinan terhadap norma sosial dapat terjadi dengan terbangunnya hubungan baru secara *online*, sebab semakin luas lingkup relasi tersebut maka akan semakin beragam konteks sosialnya. Tidak jarang pula, mahasiswa yang berusaha menampilkan *ideal-self* ketika menggunakan media sosial, baik dalam *platform* pembelajaran

maupun sekedar memenuhi kepuasan diri. Persaingan akademik yang terjadi karena mahasiswa semakin selektif dengan siapa harus bekerja sama dalam belajar. Beberapa hambatan yang muncul dari pembelajaran daring yang di atas, dapat mengakibatkan stres pada mahasiswa (Hartnup dkk., 2018).

Hasil temuan oleh Ningsih (2020) menunjukkan sebanyak 93,5% mahasiswa memilih belajar secara tatap muka atau *offline*, dan sisanya 6,5% memilih melakukan pembelajaran *online* dari rumah. Mereka menyatakan hambatan atau kendala yang dirasakan selama pembelajaran daring ini, seperti menjadi boros karena membutuhkan kuota internet, akses internet yang kurang memadai, penjelasan materi yang disampaikan dosen kurang maksimal, interaksi pembelajaran terbatas, dan kesulitan mengikuti media pembelajaran yang digunakan oleh dosen (Adnan & Anwar 2020).

Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian Anhusadar (2020) mengenai Persepsi Mahasiswa PIAUD terhadap pembelajaran daring di masa pandemi COVID-19 yang menghasilkan bahwa mahasiswa secara keseluruhan atau 100% memilih pembelajaran tatap muka dibanding dengan pembelajaran daring karena interaksi antar dosen dan mahasiswa dapat dilakukan dalam ruangan kelas dan tidak memerlukan aplikasi. Senada pula dengan hasil penelitian oleh Adijaya (2018) mengenai persepsi mahasiswa terhadap pembelajaran daring yang menunjukkan bahwa dalam pembelajaran daring mahasiswa mendapatkan kesulitan dalam berinteraksi baik sesama mahasiswa maupun kepada dosen. Hal tersebut dibuktikan dengan hasil tingkat persentase tinggi yang menunjukkan ketidaksetujuan terhadap pernyataan yang menyatakan interaksi mahasiswa dalam pembelajaran daring telah

berjalan dengan baik. Selain itu, menurut penelitian Argaheni (2020) tentang dampak kuliah *online* yaitu mahasiswa menjadi cukup bingung, kurang aktif, kurang mampu berkreaitivitas dan produktif, serta mengalami stres.

Pandemi berpotensi memunculkan efek psikologis negatif pada mahasiswa. Dampak dari adanya perubahan ini membuat mahasiswa berisiko memunculkan masalah kesehatan mental salah satunya adalah stres (Maia dan Dias, 2020). Hasil penelitian oleh Harahap dkk. (2020) menunjukkan bahwa tingkat stres belajar mahasiswa selama pandemi COVID-19 75% berada di level sedang, yang mengartikan bahwa selama pandemi COVID-19, sebagian besar mahasiswa mengalami tekanan akademik saat pembelajaran daring. Hasil tersebut menunjukkan bahwa selama pandemi ini, sebagian besar mahasiswa mengalami tekanan akademik saat pembelajaran daring yang kemudian dapat mendorong terjadinya *burnout* ketika mereka tidak mampu mengatasi hal tersebut (Yang, dalam Christiana, 2020). Stres mencerminkan adanya tekanan yang dialami individu akibat persoalan atau kondisi tertentu yang terjadi di luar harapan (stresor) karena adanya tuntutan-tuntutan yang tidak dapat dipenuhi atau hal lain yang menyebabkan ketidakseimbangan dalam hidup individu (Hendriani, 2022). Salah satu penyebab *burnout* yang dialami oleh mahasiswa adalah stres akademik. *Burnout* berhubungan langsung dengan stres akademik. Stres akademik yang berkepanjangan dapat memicu mahasiswa mengalami *academic burnout* (Chang, dkk. 2015).

Menurut Schaufeli dkk., (2002) *burnout* tidak hanya dirasakan oleh pekerja sebagai penyedia layanan publik, siswa dan mahasiswa juga dapat mengalami

burnout. Menurut Maslach, dkk. dalam (Fun, dkk., 2021) *burnout* merupakan salah satu gejala yang paling banyak ditemukan pada pekerjaan *helping relationship*, seperti guru, psikolog, dokter, dan perawat. Meskipun istilah *burnout* lebih dikenal dalam kajian individu yang bekerja namun seiring berjalannya waktu, hal ini juga ditemukan pada mahasiswa (Yang, dalam Fun dkk., 2021).

Temuan Jiménez-Ortiz, dkk. (2019) menghasilkan sebanyak 52% mahasiswa mengalami *academic burnout* selama menjalani masa studi. Penelitian Almeida, dkk. (2016) menunjukkan sebanyak 58% mahasiswa terindikasi mengalami gejala yang mengarah pada kondisi *burnout*. Penelitian lainnya oleh Sutoyo, dkk. (2018) menemukan sebanyak 44% mahasiswa di Universitas Padjajaran mengalami gejala *burnout* yang tinggi.

Selama pandemi, mahasiswa mengalami gejala-gejala kesehatan mental yang menurun serta mempunyai tingkat kecemasan yang tinggi. Hal ini mengakibatkan mahasiswa rentan mengalami terjadinya *burnout* terkait masalah akademik karena mahasiswa merasa tertekan dengan tugas pada masa COVID-19, tidak mempunyai waktu beristirahat yang cukup, tidak dapat istirahat dengan tenang dan nyaman disebabkan banyaknya tugas yang harus diselesaikan dalam waktu yang singkat (Fatimah & Mahmudah, 2020).

Hasil penelitian Tanjung (2021) diperoleh bahwa prevalensi *academic burnout* dimasa pembelajaran daring pada mahasiswa FK-USU mengalami *academic burnout* sebesar 56,8%. Dari hasil tersebut menunjukkan bahwa pembelajaran secara daring dapat berakibat pada kualitas tidur yang memburuk karena dihadapkan oleh tugas dengan waktu yang diberikan cukup singkat. Hal

serupa juga ditemukan pada mahasiswa *Profesi Ners* yang mengalami *academic burnout* sedang sebesar 51,9% selama pembelajaran daring. Pembelajaran daring yang cukup lama membuat mereka mengalami kebosanan dan jenuh karena tidak bisa praktik langsung dilapangan, merasa lelah saat melakukan pembelajaran daring yang monoton sehingga perkuliahan yang dijalankan tidak maksimal (Maramis dan Tawaang, 2021).

Berbagai permasalahan akademik yang dialami mahasiswa apabila tidak segera tertangani akan berpotensi menyebabkan *academic burnout* (Arlinkasari & Akmal, 2017). *Academic burnout* merupakan perasaan lelah karena tuntutan studi, sikap sinis terhadap tugas-tugas perkuliahan serta adanya perasaan tidak kompeten sebagai mahasiswa (Schaufeli, dkk., 2002). Terdapat tiga dimensi dari *academic burnout* yaitu *exhaustion*, *cynicism* dan *reduce of professional efficacy*. *Exhaustion* merupakan perasaan kelelahan yang berlebihan yang dikarenakan kehabisan sumber daya baik secara emosional maupun fisik. *Cynicism* adalah perasaan negatif yang mencerminkan ketidakpedulian atau sikap menjauh terhadap hal-hal yang berkaitan dengan perkuliahan atau pada orang lain. *Reduce of professional efficacy* yang mengisyaratkan aspek sosial dan non-sosial dalam pencapaian akademik dimana peserta didik sering mengembangkan perasaan tidak mampu saat menghadapi tantangan (Schaufeli dkk., 2002).

Law (2007) menjelaskan bahwa ada beberapa perilaku ketika mahasiswa mengalami *academic burnout* yaitu sering tidak mengikuti kelas (ketidakhadiran), tidak mengerjakan tugas secara maksimal, mendapat nilai ujian yang buruk yang

kemudian berpotensi membuat individu dikeluarkan dari perguruan tinggi atau *drop out*.

Menurut Leiter dan Maslach (2000) terdapat enam faktor yang mempengaruhi terjadinya *burnout* diantaranya yaitu yaitu *workload*, *control*, *reward*, *community*, *value* dan *fairness*. *Workload* dalam dunia perkuliahan dapat berupa menyelesaikan banyak tugas seperti menyusun makalah, mengulas jurnal, melakukan presentasi, mempersiapkan ujian dalam waktu singkat dan mengerjakan tugas-tugas lainnya. *Control*, seperti mahasiswa kesulitan mengambil suatu keputusan terkait tugas-tugas perkuliahan akibat pengaruh teman yang lebih dominan, dosen maupun peraturan kampus. *Reward*, misalnya mahasiswa tidak mendapatkan apresiasi dari dosen, teman atau orang tua atas capaian akademik serta target mahasiswa. *Community*, misalnya mahasiswa tidak memiliki hubungan yang baik dengan teman atau dosen alhasil muncul perasaan tidak nyaman dalam menjalankan perkuliahan. *Value* dapat berupa ketidaksesuaian nilai yang dianut dengan tuntutan perkuliahan. *Fairness* terlihat ketika mahasiswa merasa diperlakukan tidak adil oleh dosen atau pihak kampus.

Banyaknya faktor yang menyebabkan terjadinya *academic burnout* pada mahasiswa dapat menyebabkan terganggunya individu dalam menjalankan perkuliahan. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi kesulitan yang dihadapi dalam dunia akademik adalah dengan meningkatkan *self-efficacy*. Beberapa hasil penelitian ditemukan bahwa *self-efficacy* merupakan salah satu faktor protektif yang dapat melindungi individu agar tidak mengalami *academic*

burnout khususnya pada mahasiswa (Charkabi, dkk., 2013; Yang & Farn, 2004; Ugwu, dkk., 2013).

Bandura (1997) mengartikan *self-efficacy* sebagai sebuah keyakinan terhadap kemampuan diri untuk mengatur dan melakukan serangkaian tindakan untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Konsep *self-efficacy* dalam *setting* akademik disebut dengan *academic self-efficacy*. *Academic self-efficacy* mengacu pada keyakinan yang berkaitan dengan kemampuan dan kesanggupan individu untuk mencapai dan menyelesaikan tugas-tugas akademik yang berdasarkan kepentingan pendidikan, nilai, harapan, serta hasil yang ingin dicapai dalam pembelajaran (Baron & Bryne, 2005).

Berdasarkan penelitian oleh Permatasari, dkk. (2021) menghasilkan bahwa mahasiswa yang memiliki *self-efficacy* yang baik akan mampu mengikuti perkuliahan daring dengan baik dan memiliki *academic burnout* yang rendah. *Self-efficacy* membuat mahasiswa memiliki penilaian atau persepsi yang baik terhadap kemampuannya untuk dapat berhasil dalam mengikuti perkuliahan daring. *Self-efficacy* yang cenderung tinggi mempengaruhi *perilaku dan outcome* mahasiswa. Mahasiswa dengan *self-efficacy* yang tinggi dapat mengembangkan perspektif dan pendapat yang positif terhadap pembelajaran daring serta menjadi lebih tertarik untuk berpartisipasi dalam pembelajaran daring pada saat ini dan juga kedepannya. Sebaliknya, mahasiswa dengan *self-efficacy* yang rendah memiliki ketidakpercayaan atas kemampuan dirinya, menghindari tugas yang sulit, serta berfokus pada kelemahan diri. Rendahnya *self-efficacy* mengarahkan mahasiswa

mengalami *academic burnout* selama mengikuti perkuliahan daring (Zimmerman & Kulikowich, 2016; Zimmerman, 2017).

Shankland, dkk. (dalam Rachmah (2013) menemukan bahwa mahasiswa yang memiliki *academic self-efficacy* yang tinggi akan mampu mengatasi berbagai macam tuntutan sebagai mahasiswa di perguruan tinggi. Mahasiswa yang memiliki *academic self-efficacy* yang baik menunjukkan lebih sedikit kecemasan, lebih sedikit gejala depresi, kepuasan hidup yang lebih tinggi serta peningkatan prestasi akademik yang menjadi lebih baik. Pendapat senada diungkapkan oleh Chemers, H. dan Garcia (2001), bahwa mahasiswa dengan *academic self-efficacy* yang tinggi akan memiliki fleksibilitas dalam mencari solusi terkait masalah perkuliahan yang dihadapi dan memiliki performa yang lebih baik dibandingkan mahasiswa yang memiliki *academic self-efficacy* yang rendah.

Penelitian yang dilakukan oleh Victoriana (2012) menunjukkan bahwa mahasiswa dengan *academic self-efficacy* yang tinggi memiliki akan mampu dalam menghadapi berbagai situasi yang menekannya sehingga *academic burnout* tidak dapat terjadi. Selain itu, *academic self-efficacy* yang baik juga dapat meningkatkan kemampuan menguasai materi perkuliahan yang semakin sulit dan kompleks. Sebaliknya, mahasiswa dengan *academic self-efficacy* yang rendah akan lebih cenderung menilai masalah lebih sulit daripada yang sebenarnya, lebih rentan mengalami stres dan depresi serta kurang memiliki kemampuan pemecahan masalah (Arlinkasari & Akmal, 2017).

Bandura (1997) mengidentifikasi empat dimensi dari *academic self-efficacy* yaitu *Magnitude/Level*, *Generality* dan *Strength*. *Magnitude/level* yaitu tingkat

kesulitan yang diyakini oleh individu untuk dapat diselesaikan. Apabila dihadapkan pada masalah atau tugas yang diurutkan dengan tingkat kesulitan tertentu yang disesuaikan dengan batas kemampuan. *Generality* yaitu keyakinan dan kemampuan yang dimiliki individu dalam menggeneralisasikan tugas dan pengalaman yang dimilikinya. *Strength* yaitu tingkat kemantapan dan kekuatan individu terhadap keyakinannya untuk meraih tujuan tertentu.

Selain keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan diri, *academic burnout* juga dapat diatasi oleh adanya perasaan, sikap serta perilaku positif terhadap tuntutan akademik atau bisa disebut dengan *student engagement* (Fredricks dalam Arlinkasari dan Akmal, 2017). *Student engagement* memiliki hubungan yang signifikan dengan *academic burnout* dan kedua variabel tersebut berkorelasi negatif (Salmela-Aro & Kuntu (2010); Ugwu, dkk. (2013). Keadaan psikologis negatif (yaitu, *academic burnout*) dan keadaan psikologis positif (yaitu, *student engagement*) memainkan peran yang sama dalam proses yang sangat berbeda dalam menciptakan kesejahteraan akademik. Kesejahteraan akademik dapat dihasilkan apabila tingkat *engagement* tinggi dan *burnout* rendah (Salmela-Aro dan Upadyaya, 2013).

Burnout dalam perspektif teori *Conservation of Resources* (COR) dijelaskan sebagai hilangnya sumber daya dari waktu ke waktu. Sumber daya yang hilang dapat berupa kesehatan fisik, waktu, harga diri, atau dukungan sosial. Berbeda dengan individu yang mengalami *burnout*, individu yang memiliki *engagement* yang akan menciptakan lebih banyak sumber daya di lingkungan, menginvestasikan sumber daya yang dimiliki, memiliki kebugaran fisik dan mengalami peningkatan

emosi positif. Sehingga *engagement* dikonseptualisasikan sebagai keadaan positif dan memuaskan di lingkungannya yang ditentukan oleh semangat dan dedikasi (Alarcon, dkk., 2011).

Student engagement juga merupakan faktor terpenting dalam menentukan kemungkinan seorang mahasiswa mengalami *drop out* (Hirschfield & Gasper, 2011). Mahasiswa dengan *student engagement* yang rendah dapat menambah resiko mengalami *drop out*. Sebaliknya *student engagement* yang tinggi dapat mengurangi risiko *drop out* (Archambault, dkk. dalam Bilge, dkk., 2014).

Mahasiswa yang memiliki keterikatan positif dengan kegiatan akademiknya, maka mahasiswa akan lebih cenderung termotivasi dan menampilkan *self-regulated learning* yang lebih baik (Arlinkasari dan Akmal, 2017). Di pendidikan yang lebih tinggi, fokus pembelajaran pada mahasiswa (*student-centered learning*) semakin luas diterima dan diterapkan serta diyakini pembelajaran tersebut mampu mengarahkan ke masa depan yang lebih baik (Oey-Gardiner dkk., dalam Ratnaningsih, dkk., 2018). Pendekatan *student-centered learning* memungkinkan mahasiswa mendapatkan kesempatan yang beragam dan menantang. Menjadi fokus dalam pembelajaran, mahasiswa diharapkan memiliki keterlibatan yang tinggi dalam proses pembelajaran atau yang dikenal dengan istilah *student engagement*. Istilah *student engagement* sering dipertukarkan dengan *school engagement*, *college engagement* dan *academic engagement*, yang mana ketiganya menggambarkan bagaimana hubungan mahasiswa dengan sekolah atau kampus, berapa lama waktu yang dihabiskan untuk menyelesaikan tugas-tugas yang berkaitan dengan sekolah atau kampus serta bagaimana mahasiswa dapat

mengelola dirinya dan memiliki perilaku mengikuti aturan di kampus (Libey dalam Ratnaningsih, dkk., 2018).

Dixson (2015) mendefinisikan *student engagement* sebagai keterlibatan aktif mahasiswa dengan mencurahkan energi, waktu, pikiran, usaha dan perasaan dalam kegiatan belajar dan hubungan yang mereka bangun dengan konten/materi, pengajar dan sesama mahasiswa yang ditunjukkan melalui keterampilan, perilaku, emosi dan kinerja dalam pembelajaran daring atau *online*. Menurut Willms (2003) *student engagement* sebagai rasa memiliki (*belonging*) sebagai mahasiswa, berpartisipasi dalam kelas dan sebagian besar hadir dalam kegiatan perkuliahan. Mahasiswa yang memiliki *student engagement* akan merasa termotivasi dan merasa senang sebagian besar waktunya digunakan untuk kegiatan pembelajaran.

Adapun dimensi *student engagement* menurut Handelsman dkk. dalam Dixson (2015) yaitu *participation engagement*, *skill engagement*, *emotional engagement*, dan *performance engagement*. *Participation engagement* sebagai perwujudan keterlibatan aktif mahasiswa ketika ada di dalam kelas dan interaksinya dengan dosen maupun mahasiswa yang lain. *Skill engagement* adalah keterlibatan yang ditunjukkan melalui tingkah laku atau usaha mahasiswa yang bertujuan melatih atau mengembangkan kemampuan yang dimilikinya dalam bidang pemahaman atau keterampilan dalam perkuliahan. *Emotional engagement* adalah keterlibatan yang ditunjukkan melalui usaha mengembangkan emosi atau perasaan positif mahasiswa terhadap proses pembelajaran, dosen, dan teman kuliahnya sehingga dapat memengaruhi kesediaannya dalam belajar. *Performance*

engagement adalah keterlibatan mahasiswa untuk mencapai prestasi yang terbaik di perkuliahan melalui kinerjanya yang optimal.

Berbagai permasalahan akademik yang dialami oleh mahasiswa dalam pembelajaran daring apabila tidak segera tertangani akan berpotensi menyebabkan *academic burnout*. Untuk menghindari agar *academic burnout* tidak terjadi maka solusinya adalah dengan meningkatkan *academic self-efficacy*, dimana mahasiswa memiliki keyakinan terhadap kemampuan dirinya sehingga menjadi lebih mampu dalam menghadapi tuntutan akademik yang beragam. Selain itu, *student engagement* menjadi faktor terpenting dalam menurunkan tingkat *academic burnout*. Karena dengan adanya keterlibatan aktif yang ditunjukkan melalui perasaan, sikap serta perilaku positif dalam pembelajaran maka *academic burnout* dapat teratasi.

Sejauh ini, penelitian mengenai ketiga variabel *academic self-efficacy* dan *student engagement* dan *academic burnout* hanya dilakukan saat sistem pembelajaran tatap muka atau *offline* sedangkan saat ini situasi mengharuskan melakukan pembelajaran daring atau *online*. Oleh karena itu, peneliti tertarik melakukan penelitian ini pada mahasiswa yang sedang menjalani pembelajaran daring. Sehingga peneliti tertarik menguji secara empiris terkait pengaruh *academic self-efficacy* dan *student engagement* terhadap *academic burnout* mahasiswa dalam pembelajaran daring.

1.2 Identifikasi Masalah

Sistem pembelajaran daring diterapkan sebagai solusi menanggulangi perkuliahan tatap muka tanpa menghentikan perkuliahan (Zhang, dkk, 2020). Pergantian ini mendorong mahasiswa harus mampu menyesuaikan diri terhadap sistem baru. Adanya pembelajaran daring ini diharapkan mahasiswa mampu belajar lebih aktif, mandiri dan dapat menyesuaikan diri dalam hal kendala waktu dan tempat (Pajiranto, dkk., 2020).

Pandemi berpotensi memunculkan efek psikologis negatif pada mahasiswa. Dampak dari adanya perubahan ini membuat mahasiswa berisiko memunculkan masalah kesehatan mental salah satunya adalah stres (Maia dan Dias, 2020). Dampak dari adanya perubahan ini membuat mahasiswa berisiko memunculkan masalah kesehatan mental salah satunya adalah stres. Hasil penelitian oleh Harahap dkk. (2020) menunjukkan bahwa tingkat stres belajar mahasiswa selama pandemi COVID-19 75% berada di level sedang, yang mengartikan bahwa selama pandemi COVID-19, sebagian besar mahasiswa mengalami tekanan akademik saat pembelajaran daring. Hasil tersebut menunjukkan bahwa selama pandemi ini, sebagian besar mahasiswa mengalami tekanan akademik saat pembelajaran daring yang kemudian dapat mendorong terjadinya *burnout* ketika mereka tidak mampu mengatasi hal tersebut (Yang, dalam Christiana, 2020; Baron & Greenberg, 2008).

Selama pandemi, mahasiswa mengalami gejala-gejala kesehatan mental yang menurun serta mempunyai tingkat kecemasan yang tinggi. Hal ini mengakibatkan mahasiswa rentan mengalami terjadinya *burnout* terkait masalah akademik karena mahasiswa merasa tertekan dengan tugas pada masa COVID-19, tidak mempunyai

waktu beristirahat yang cukup, tidak dapat istirahat dengan tenang dan nyaman disebabkan banyaknya tugas yang harus diselesaikan dalam waktu yang singkat (Fatimah & Mahmudah, 2020).

Hasil penelitian Tanjung (2021) diperoleh bahwa prevalensi *academic burnout* dimasa pembelajaran daring pada mahasiswa FK-USU mengalami *academic burnout* sebesar 56,8%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pembelajaran secara daring dapat berakibat pada kualitas tidur yang memburuk karena dihadapkan oleh tugas dengan waktu yang diberikan cukup singkat.

Academic burnout merupakan perasaan lelah karena tuntutan studi, sikap sinis terhadap tugas-tugas perkuliahan serta adanya perasaan tidak kompeten sebagai mahasiswa (Schaufeli, dkk., 2002). Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi kesulitan yang dihadapi dalam dunia akademik adalah dengan meningkatkan *self-efficacy*. Beberapa hasil penelitian ditemukan bahwa *self-efficacy* merupakan salah satu faktor protektif yang dapat melindungi individu agar tidak mengalami *academic burnout* khususnya pada mahasiswa (Charkabi, dkk., 2013; Yang & Farn, 2004; Ugwu, dkk., 2013).

Selain keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan diri, *academic burnout* juga dapat diatasi oleh adanya perasaan, sikap serta perilaku positif terhadap tuntutan akademik atau bisa disebut dengan *student engagement* (Fredricks dalam Arlinkasari dan Akmal, 2017). Mahasiswa yang memiliki keterikatan positif dengan kegiatan akademiknya, maka mahasiswa akan lebih cenderung termotivasi dan menampilkan *self-regulated learning* yang lebih baik (Arlinkasari dan Akmal, 2017).

Melihat bagaimana *academic burnout* yang dialami mahasiswa dalam pembelajaran daring dapat dinilai sebagai suatu masalah yang dapat diteliti yang kemudian penulis kaitkan dengan variabel lain yaitu *academic self-efficacy* dan *student engagement*.

1.3 Batasan Masalah

Pada penelitian ini peneliti membatasi ruang lingkup penelitian “Pengaruh *Academic Self-efficacy* dan *Student Engagement* terhadap *Academic Burnout* Mahasiswa Dalam Pembelajaran Daring”. Pembatasan masalah pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mahasiswa aktif (berusia 18-25 tahun)

Partisipan yang dipilih oleh peneliti dalam penelitian ini adalah mahasiswa. berusia 18 - 25 tahun yang menempuh pendidikan di perguruan tinggi di Kota Surabaya baik negeri maupun swasta yang sedang menjalani pembelajaran daring. Mahasiswa sebagai peserta didik pada jenjang pendidikan tinggi dan terdaftar di perguruan tinggi baik negeri maupun swasta. Mahasiswa merupakan seseorang yang sedang menuntut ilmu di perguruan tinggi yang terdiri dari akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut dan universitas (Poerwadarminta, 2005; Indriyani & Handayani, 2018).

2. *Academic Self-Efficacy*

Bandura (1997) mendefinisikan *self-efficacy* sebagai sebuah keyakinan terhadap kemampuan diri untuk mengatur dan melakukan serangkaian

tindakan untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. *Self-efficacy* yang dimaksud dalam penelitian ini adalah *academic self-efficacy*.

3. *Student Engagement*

Student engagement didefinisikan sebagai keterlibatan aktif mahasiswa dengan mencurahkan energi, waktu, pikiran, usaha dan perasaan dalam kegiatan belajar dan hubungan yang mereka bangun dengan konten/materi, pengajar dan sesama mahasiswa yang ditunjukkan melalui keterampilan, perilaku, emosi dan kinerja dalam pembelajaran daring atau *online* (Dixson (2015)).

4. *Academic Burnout*

Menurut Schaufeli, dkk. (2002) *academic burnout* merujuk pada perasaan lelah karena tuntutan studi, memiliki sikap sinis terhadap tugas-tugas perkuliahan dan perasaan tidak kompeten sebagai mahasiswa.

1.4 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat pengaruh *academic self-efficacy* dan *student engagement* terhadap *academic burnout* mahasiswa dalam pembelajaran daring?

1.5 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh *academic self-efficacy* dan *student engagement* terhadap *academic burnout* mahasiswa dalam pembelajaran daring.

1.6 Manfaat Penelitian

Dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, baik secara teoretis dan praktis.

1.6.1 Manfaat Teoretis

Memberi sumbangan berupa literatur bagi peneliti lain mengenai pengaruh *academic self-efficacy* dan *student engagement* terhadap *academic burnout* pada mahasiswa pembelajaran daring. Penelitian ini dapat menambah kajian literatur bagi penulisan dan teori psikologis selanjutnya di bidang psikologi pendidikan.

1.6.2 Manfaat Praktis

1. Penelitian ini dapat memberikan informasi untuk pengajar saat pembelajaran daring agar menggunakan metode dan bahan ajar yang lebih menarik dan interaktif agar mahasiswa dapat mereduksi *academic burnout*.
2. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu rujukan atau pertimbangan kepada institusi pendidikan mengenai intervensi yang dapat dilakukan kepada para pembelajar (mahasiswa) agar pembelajaran makin baik dengan mempertimbangkan faktor *academic self-efficacy* dan *student engagement*.
3. Penelitian ini dapat menjadi sumber informasi kepada mahasiswa mengenai *student engagement*, *academic self-efficacy* dan *academic burnout*. Penerapan *student engagement* dan *academic self-efficacy* yang ditingkatkan dapat mengurangi terjadinya *academic burnout*. Hal ini dapat

membantu mahasiswa berperan aktif dalam pembelajaran daring di perkuliahan sehingga membantunya dalam mencapai tujuan pembelajaran yang hendak dicapai.

4. Bagi peneliti selanjutnya yang hendak mengambil topik bahasan penelitian yang sama diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi.