

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

Bab 1 mendeskripsikan secara rinci latar belakang penelitian, identifikasi dan rumusan masalah, pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan struktur penulisan skripsi.

### **1.1 Latar Belakang Penelitian**

Belajar merupakan salah satu kebutuhan dasar untuk bertahan hidup bagi manusia. Belajar dilakukan agar mendapatkan perubahan dalam diri pelakunya, baik pengetahuan, sikap, maupun ketrampilan sebagai akibat dari proses pengalaman. Salah satu cara formal untuk mendapatkan pembelajaran terstruktur adalah dengan menempuh pendidikan di sekolah.

Pendidikan adalah upaya sadar untuk mengembangkan potensi-potensi yang dimiliki manusia. Proses belajar merupakan kegiatan utama dalam pendidikan formal. Pendidikan merupakan salah satu instrumen utama dalam meningkatkan segenap potensi anak-anak bangsa yang berkualitas. Dalam sistem pendidikan nasional kita, para peserta didik di sekolah dihadapkan pada muatan kurikulum yang banyak dan padat. Ini berarti bahwa berhasil tidaknya pencapaian tujuan pendidikan banyak bergantung kepada bagaimana proses belajar yang dialami oleh peserta didik selaku subjek dalam kegiatan belajar.

Berbagai faktor dapat mempengaruhi keberhasilan peserta didik dalam menjalani proses belajar. Menurut Muhibbin Syah (2006), terdapat 3 faktor yang memengaruhi proses belajar peserta didik, yaitu faktor internal, faktor eksternal, serta faktor pendekatan belajar. Slameto (2013) menjabarkan lebih lanjut bahwa faktor internal yang mempengaruhi belajar terkelompok menjadi tiga, yaitu faktor jasmaniah, faktor psikologis dan faktor kelelahan. Sementara faktor eksternal yang berpengaruh dalam kegiatan belajar terdiri dari tiga kelompok, yaitu faktor keluarga, faktor sekolah, dan faktor masyarakat.

Selama pelaksanaan belajar, faktor internal kerap kali dianggap menjadi masalah belajar yang paling berpengaruh terhadap pencapaian belajar karena merintanginya belajar serta motivasi peserta didik dalam berprestasi sebaik mungkin (Slameto, 2013). Faktor kelelahan merupakan salah satu kategori dari faktor

internal. Mengacu pada data aduan Komisi Perlindungan Anak Indonesia (2020) dari 1.700 responden, sebanyak 77,8% peserta didik mengalami kesulitan dalam hal tugas yang menumpuk, 37,1% peserta didik mengeluhkan waktu belajar yang sempit, sehingga membuat peserta didik merasa kelelahan. Tekanan akademik yang peserta didik rasakan jika berlangsung terus-menerus dapat berdampak pada psikologis peserta didik, yakni mengalami kejenuhan yang dikenal dengan istilah *burnout*. Hal ini sesuai dengan penelitian Luo et al. (Luo, Zhang, & Chen, 2020) yang menunjukkan bahwa tekanan akademik memiliki hubungan dengan tingkat *academic burnout*.

*Burnout* merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan keadaan seseorang ketika mulai menunjukkan tanda-tanda yang tidak sesuai antara dirinya dengan lingkungan yang ada. *Burnout* merupakan respon berkepanjangan yang timbul akibat kelelahan fisik, mental, dan emosional yang dialami oleh individu. Istilah *burnout* pertama kali diperkenalkan Freudenberger (1975) dalam penelitiannya kepada relawan yang bergerak dalam bidang Kesehatan. Berdasarkan hasil observasi banyak ditemukan, relawan mengalami kelelahan mental, rendahnya motivasi, dan kehilangan komitmen seiring berjalannya waktu.

Tokoh lainnya yang berperan besar dalam mengembangkan penelitian *burnout* ialah Christina Maslach (1981) dari University of California Berkeley. Maslach, dkk. terus mengembangkan penelitian mengenai *burnout* dan kemudian menyusun *Maslach Burnout Inventory* (MBI) sebagai sumbangannya terhadap kajian psikologi, khususnya dalam *burnout*. Penelitian Maslach et al. (1981) memberikan pandangan bahwa stres kerja dalam jangka waktu panjang dapat menyebabkan kelelahan, sehingga seseorang yang mengalami *burnout* kerap kali melupakan makna dan tujuan asli dari profesi yang mereka lakukan.

Konsekuensi yang seseorang dapatkan ketika mengalami *burnout* terbagi menjadi dua, yaitu prestasi dan kesehatan yang menurun (Rakovec-Felser, 2011). Ketika *burnout* memengaruhi kinerja individu, hasilnya adalah ketidakhadiran dan niat untuk pergi atau meninggalkan pekerjaannya. Dalam segi kesehatan, ketika individu mengalami *burnout*, hasilnya adalah penyakit, seperti kecemasan, depresi, penurunan harga diri, hingga penyalahgunaan zat.

*Burnout* tidak terbatas pada pekerjaan dengan latar belakang *human service*, tetapi *burnout* dapat menimpa pada siapapun dengan segala jenis pekerjaan yang memang memiliki tekanan, dan juga semakin berkurangnya energi yang dihasilkan bila terjadi frustrasi yang berkelanjutan (Farhati & Rosyid, 1996). Peserta didik yang memiliki kegiatan belajar juga dapat merasakan *burnout* akibat pekerjaannya sebagai pelajar yang kegiatan yang selalu sama yang dikerjakan oleh peserta didik disetiap harinya. Tuntutan terus menerus yang dialami peserta didik inilah yang disebut sebagai *academic burnout*.

Schaufeli (2002) mengartikan *burnout* pada bidang akademik diartikan sebagai sebagai perasaan lelah karena tuntutan akademik (*exhaustion*), memiliki sikap sinis terhadap tugas-tugas akademik (*cynicism*), dan perasaan tidak kompeten (*reduced efficacy*) sebagai peserta didik. *Academic burnout* sendiri timbul dengan berbagai gejala, seperti malas, apatis terhadap pendidikan, tidak bersemangat, murung, pesimis, bahkan sampai membolos kelas.

Adapun faktor-faktor yang menimbulkan *academic burnout* pada peserta didik terbagi menjadi dua, yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal merupakan faktor yang ada dalam diri manusia, meliputi faktor jamani yaitu kesehatan dan fisik peserta didik, serta faktor psikologis yaitu intelegensi, bakat, minat, perhatian, motif, kmatanga, serta kelelahan. Faktor eksternal merupakan faktor yang ada di luar individu, meliputi faktor keluarga, sekolah, dan masyarakat (Sugihartono & dkk, 2012).

Survey mengenai *academic burnout* dilakukan oleh Shu-Shen Shih (2015) kepada 2.133 pelajar di Taiwan. Penelitian menunjukkan hasil bahwa 61,9% pelajar menghadiri sekolah hanya untuk memenuhi kewajiban pendidikan regular mereka. Secara detail, 35,9% pelajar merasakan kelelahan setelah seharian sekolah, 21,9% pelajar menganggap bahwa sekolah sebagai beban yang berat, dan 19,4% pelajar merasa terbebani baik secara fisik maupun mental dengan pendidikannya.

Di Indonesia, penelitian mengenai *Academic burnout* sebelumnya telah dilakukan oleh Maharani (2019) diketahui bahwa tingkat *academic burnout* peserta didik Kelas XII di SMAN 1 Semarang rata-rata berada pada kategori sedang dengan presentasi 55% yang menunjukkan bahwa kecenderungan

*academic burnout* masih dialami oleh peserta didik. Kajian lebih lanjut, pada setiap aspek *academic burnout* menunjukkan bahwa 70,1% peserta didik mengalami kelelahan baik secara emosional maupun fisik akibat tuntutan akademik. Sebanyak 52,3% peserta didik dalam kategori ini menggambarkan bahwa mereka mulai meminimalisir keterlibatan mereka dengan lingkungan akademik akibat kelelahan. Terakhir, sebanyak 42,6% peserta didik menggambarkan bahwa dirinya mengalami kelelahan secara akademik, namun meskipun kelelahan, peserta didik tetap memiliki keyakinan diri sebagai manifestasi kompetensi diri.

Hasil penelitian diatas memberikan kontribusi bahwa *burnout* sebagai faktor internal yang memengaruhi proses belajar dapat terjadi pada peserta didik akibat tuntutan yang mereka dari sekolah. Menariknya, dalam penelitian lain mengungkapkan bahwa Faktor internal, yaitu *burnout* juga berkaitan dengan faktor eksternal yang peserta didik hadapi, salah satunya adalah status sosial ekonomi peserta didik (Luo, Wang, Zhang, & Chen, 2016).

Kondisi sosial ekonomi keluarga memiliki dampak penting pada kegiatan akademik peserta didik serta kehidupan di masa remajanya. Perkembangan anak dan remaja sangat erat kaitannya dengan status sosial ekonomi keluarganya. Status sosial ekonomi yang rendah memiliki pengaruh langsung terhadap kesehatan fisik anak, persepsi, serta progress akademik anak (Ackerman, Brown, & Izard, 2004). Selain itu, studi lain menunjukkan bahwa anak-anak dari keluarga dengan status sosial ekonomi rendah cenderung memiliki sikap negatif terhadap belajar (Terenzini, Cabrera, & Bernal, 2001).

Status sosial ekonomi merupakan keadaan yang menunjukkan kemampuan finansial keluarga dan perlengkapan material yang suatu keluarga miliki, dimana keadaan ini bertaraf baik, cukup, dan kurang (Winkel, 1991). Keadaan sosial ekonomi keluarga mempunyai peranan penting terhadap perkembangan anak, apabila keadaan perekonomian sebuah keluarga serba berkecukupan, maka lingkungan material yang dimiliki keluarga akan lebih luas dan anak dapat mengembangkan bermacam-macam kecakapan yang tidak bisa didapatkan jika tidak ada prasarannya (Gerungan, 2004, p. 182).

Status sosial ekonomi keluarga tidak hanya dilihat dari penghasilan yang didapatkan oleh orangtua, tetapi dapat juga dilihat dari pendidikan terakhir orangtua, pekerjaan orangtua, dan perspektif subjektif lainnya dalam status sosial maupun ekonomi (Santrock, 2009; American Psychological Association, 2022). Status sosial ekonomi dapat mencakup atribut kualitas hidup serta peluang dan hak istimewa yang diberikan kepada orang-orang dalam masyarakat. Status sosial ekonomi merupakan prediktor yang konsisten dan dapat diandalkan dari beragam hasil di seluruh rentang kehidupan, termasuk kesehatan fisik dan psikologis. Oleh karena itu, SES dapat relevan dengan semua bidang ilmu perilaku dan sosial, termasuk penelitian, praktik, pendidikan, dan advokasi (American Psychological Association, 2022).

Fenomena *academic burnout* juga tampak dalam lingkungan SMA Negeri 9 Bandung, khususnya pada peserta didik Kelas XII. Menurut hasil studi pendahuluan terhadap salah satu guru bimbingan dan konseling, yaitu ibu P, memaparkan bahwa *academic burnout* mulai nampak dan meningkat di masa pandemic COVID-19 dimana peserta didik diharuskan mengikuti pembelajaran jarak jauh. Banyak siswa yang kerap kali tidak mengikuti pembelajaran dengan alasan kesulitan sinyal ataupun sakit dan keterlambatan peserta didik dalam pengumpulan tugas. Selain itu, kemampuan ekonomi beberapa peserta didik yang kurang membuat peserta didik kesulitan mengakses pembelajaran selama berlangsungnya pembelajaran jarak jauh.

Sekolah saat ini sudah mulai menjalani pembelajaran secara tatap muka dengan menerapkan protokol kesehatan yang ada untuk menyesuaikan keadaan pandemi. Walaupun kegiatan pembelajaran tatap muka sudah dilakukan, namun masih nampak beberapa gejala *academic burnout* pada peserta didik. Tidak mengumpulkan tugas, kabur atau tidak mengikuti pembelajaran, serta kurang aktif berpartisipasi dalam kelas merupakan beberapa gejala yang nampak di SMA Negeri 9 Bandung. Target sekolah yang tinggi serta sebagian besar guru yang perfeksionis dalam pelaksanaan pembelajaran menjadi salah satu bentuk tekanan pada peserta didik dan menimbulkan kelelahan akibat tuntutan yang ada. Hal ini berdampak buruk bagi proses akademik peserta didik. Berdasarkan hasil observasi guru BK dan diskusi dengan beberapa guru mata pelajaran, walaupun sudah

melaksanakan pembelajaran tatap muka, masih banyak siswa yang nilainya terus menurun dan kurang aktif berpartisipasi di kelas.

Ibu P juga memaparkan mengenai keadaan status sosial ekonomi peserta didik di sekolah. Semenjak dilakukannya sistem zonasi dalam seleksi masuk sekolah, status sosial ekonomi peserta didik di sekolah menjadi makin beragam. Hal ini dikarenakan lokasi sekolah yang berada di lingkungan angkatan udara (AU) dan dekat juga ke pemukiman padat penduduk. Sekolah memiliki MOU khusus bagi anak TNI AU yang ingin menyekolahkan anaknya ke SMA Negeri 9 Bandung. Perbedaan status sosial dan ekonomi yang ada pada siswa juga menjadi salah satu faktor eksternal yang menyebabkan *burnout* karena status sosial ekonomi keluarga dapat memiliki dampak penting pada kinerja akademik peserta didik.

Berdasarkan latar belakang diatas, Penelitian diarahkan untuk mengetahui gambaran *burnout* pada peserta didik yang ditinjau dari status sosial ekonomi peserta didik. Penelitian menjadi penting karena hasil penelitian dapat memberikan implikasi bagi guru bimbingan dan konseling dalam perumusan upaya penanganan terakit *academic burnout* yang dialami oleh peserta didik. Karena *academic burnout* merupakan salah satu permasalahan dalam bidang bimbingan dan konseling, khususnya pelayanan dalam bidang akademik.

## 1.2 Identifikasi dan Rumusan Masalah Penelitian

*Burnout* merupakan kondisi dimana seseorang mengalami kelelahan fisik dan psikologis akibat tuntutan pekerjaan dan emosional. Penelitian mengenai *burnout* pada mulanya hanya berfokus pada lingkup professional yang bekerja di bidang sosial, dimana pekerjaannya mengharuskan interaksi yang erat dengan orang lain, seperti perawat, pendidik, serta pekerjaan sosial lainnya. Selanjutnya, beberapa penelitian memasukkan lingkup akademik, khususnya peserta didik, untuk melihat fenomena dimana peserta didik kelelahan, hilang antusias dalam kegiatan sekolah, apatis dan terasing dari teman sekelas, serta menimbulkan sikap negative terhadap studi mereka akibat tekanan jangka panjang dan beban tugas sekolah (Meier & Schmeck, 2021).

Munculnya *academic burnout* dipengaruhi berbagai faktor, yaitu faktor eksternal meliputi sekolah (tekanan belajar, lingkungan belajar, hubungan

interpersonal) dan faktor keluarga (gaya pengasuhan, dukungan orang tua, status ekonomi keluarga), sedangkan faktor internal meliputi kepribadian, harga diri, dan gaya atribusi (Lin & Yang, 2021). Jika salah satu faktor muncul dan peserta didik tidak dapat memahami kondisi ini dengan baik, hal ini dapat membawa peserta didik ke pengaruh yang buruk.

Bagi peserta didik, *academic burnout* memiliki pengaruh dalam menjalankan pembelajaran maupun kehidupan, seperti prestasi akademik menjadi menurun, membolos, bahkan putus sekolah (Bask & Salmela Aro, 2013). Beberapa bukti lainnya menunjukkan bahwa peserta didik yang memiliki kondisi *academic burnout* cenderung kurang tertarik pada masalah akademik maupun kegiatan kelas, tidak mampu menghadiri kelas hingga memperoleh masalah akademik, serta timbul perasaan tidak berarti dalam masalah akademik (Yang & Farn, 2005).

Secara khusus, peserta didik dengan latar belakang status sosial dan ekonomi yang rendah cenderung memiliki pandangan dan sikap negatif terhadap pendidikan (Ackerman, Brown, & Izard, 2004). Di Cina, status sosial ekonomi secara signifikan dapat memprediksi kejadian *academic burnout* pada siswa, dimana peserta didik dengan status sosial ekonomi yang rendah cenderung mengalami kondisi *academic burnout* (Luo, Wang, Zhang, & Chen, 2016). Penelitian Rothstein dan Rouse (2011) menjabarkan bahwa peserta didik dengan status sosial dan ekonomi yang rendah memiliki pemikiran serta motivasi bahwa “pengetahuan yang meningkatkan kehidupan seseorang”. Dengan demikian, peserta didik dengan status sosial ekonomi yang rendah memiliki minat serta kepuasan yang kurang kuat memengaruhi motivasi belajar dibandingkan siswa dengan status sosial ekonomi yang tinggi.

Penelitian Ye, Huang, dan Liu (2021) menemukan bahwa peserta didik dengan status sosial ekonomi berbeda memiliki efek *academic burnout* yang berbeda. Dukungan sosial secara tidak langsung memberi pengaruh pada *academic burnout* melalui kepuasan hidup yang meningkat diiringi status sosial ekonomi yang ikut terangkat. Selain itu, di Finlandia menunjukkan bahwa status sosial ekonomi keluarga tidak berkaitan dengan *academic burnout*, ini karena peserta didik dengan latar status sosial ekonomi yang berbeda diberikan

kesempatan pendidikan yang sama (Virtanen, Lerkkanen, Poikkeus, & Kuorelahti, 2018).

Berdasarkan latar belakang serta identifikasi masalah yang telah diuraikan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran umum *academic burnout* pada peserta didik Kelas XII SMA Negeri 9 Bandung tahun ajaran 2022/2023?
2. Bagaimana gambaran umum status sosial ekonomi pada peserta didik Kelas XII SMA Negeri 9 Bandung Tahun Ajaran 2022/2023?
3. Apakah terdapat perbedaan *academic burnout* berdasarkan tingkatan status sosial ekonomi keluarga peserta didik Kelas XII SMA Negeri 9 Bandung Tahun Ajaran 2022/2023?
4. Bagaimana layanan dalam bidang bimbingan belajar yang dapat dikembangkan untuk mengatasi *academic burnout*?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan dari penelitian adalah adalah memberikan gambaran empiris mengenai profil *Academic burnout* ditinjau dari Status Sosial Ekonomi pada peserta didik Kelas XII SMA Negeri 9 Bandung, secara khusus penelitian bertujuan:

1. Memperoleh gambaran umum *academic burnout* peserta didik Kelas XII di SMA Negeri 9 Bandung Tahun Ajaran 2022/2023.
2. Memperoleh gambaran umum status sosial ekonomi peserta didik Kelas XII di SMA Negeri 9 Bandung Tahun Ajaran 2022/2023.
3. Memperoleh gambaran umum perbedaan *academic burnout* dilihat dari status sosial ekonomi keluarga peserta didik Kelas XII SMA Negeri 9 Bandung Tahun ajaran 2022/2023.
4. Untuk mengetahui implikasi layanan bimbingan belajar yang dapat diberikan berdasarkan profil *academic burnout* pada peserta didik Kelas XII SMA Negeri 9 Bandung Tahun Ajaran 2022/2023.

## 1.4 Manfaat Penelitian

### 1.4.1 Teoritis

- a. Secara teoritis, hasil penelitian diharapkan dapat berkontribusi dalam perkembangan keilmuan bimbingan dan konseling terutama mengenai teori *academic burnout* dalam lingkup akademik.
- b. Bagi penelitian selanjutnya, Penelitian dapat dijadikan sebagai referensi untuk pengembangan penelitian selanjutnya mengenai *academic burnout*

### 1.4.2 Praktis

- a. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling, Guru bimbingan dan konseling dapat mengetahui gambaran peserta didik, khususnya yang memiliki kendala dalam sosial-ekonomi. Serta, pengaplikasian layanan bimbingan akademik untuk penanganan kasus *academic burnout* pada peserta didik.
- b. Bagi calon guru bimbingan dan konseling, Penelitian dapat menambah pengetahuan dan menambah referensi mengenai *burnout* yang dapat terjadi pada peserta didik.

## 1.5 Struktur Penulisan Skripsi

Struktur penulisan skripsi menyajikan gambaran singkat mengenai permasalahan yang akan dibahas, yang terdiri dari lima bab.

Bab I Pendahuluan: merupakan pendahuluan yang menguraikan latar belakang penelitian, identifikasi dan rumusan masalah yang menjadi fokus penelitian, tujuan penelitian, serta manfaat teoritis dan praktis dari Penelitian.

BAB II Kajian Teori: konsep-konsep dasar tentang *academic burnout*, status sosial ekonomi, bimbingan akademik, penelitian terdahulu yang membahas *academic burnout*, serta posisi teoretis penelitian.

Bab III Metode Penelitian: memaparkan pendekatan penelitian (desain penelitian, partisipan penelitian, populasi dan sampel, dan prosedur penelitian), instrument yang digunakan, tahapan pengumpulan data dan langkah-langkah analisis data.

BAB IV Hasil Penelitian dan Pembahasan: memaparkan hasil penelitian yang meliputi deskripsi analisa dan interpretasi data mengenai gambaran penelitian, dan mendeskripsikan pembahasan hasil penelitian.

Bab V mengutarakan kesimpulan penelitian serta rekomendasi atau saran yang diberikan berdasarkan hasil penelitian.