

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Belajar merupakan aktivitas akademik yang paling pokok pada keseluruhan proses pendidikan di sekolah, perihal ini berarti kalau sukses tidaknya pencapaian tujuan pembelajaran hendak banyak tergantung kepada gimana proses belajar yang dirasakan oleh siswa selaku subjek dalam kegiatan belajar, belajar merupakan hal yang sering dilakukan oleh siswa hampir setiap harinya siswa melakukan aktivitas belajar (Mukti 2018). Pada masa tahun 2019 hingga saat ini masyarakat digemparkan oleh wabah penyakit yang sangat berbahaya dan banyak menelan korban yang disebut Covid-19. Virus ini membuat perubahan dalam situasi pendidikan yang sangat mendadak.

Masa pandemi berdampak sekali pada dunia pendidikan, dimana pada masa ini memiliki efek yang begitu negatif terhadap psikologis serta mental pelajar, khususnya dari kalangan siswa secara umum atau universal (Maia et al 2020). Terkait dengan pemikiran ini, hasil penelitian Maia, Rodrigues, Cesar (2020), menunjukkan bahwa siswa yang telah dievaluasi selama pandemi menunjukkan tingkat gangguan emosional seperti depresi, kejenuhan, rasa sinis terhadap tugas, dan lain-lain, jauh lebih tinggi dibandingkan dengan para siswa pada masa-masa normal. Oleh karena itu sering kali siswa merasa jenuh dan bosan karena beberapa faktor yang menimbulkan kejenuhan belajar biasa disebut *academic burnout*.

Rad, dkk. (2017) yang mendefinisikan *academic burnout* sebagai kurangnya minat dalam memenuhi tugas, rendahnya motivasi, dan kelelahan karena tuntutan pendidikan sehingga munculnya perasaan yang tidak diinginkan dan perasaan tidak efisien. *Academic burnout* bisa dipengaruhi oleh aspek internal serta eksternal yakni karakter beban belajar serta dorongan sosial. Beragam faktor baik internal ataupun eksternal jadi pemicu *academic burnout*, dimana akibat serius dari permasalahan tersebut merupakan lemahnya motivasi belajar, munculnya rasa malas yang berat, serta menurunnya prestasi akademik (Hamzah, Sugiharto,& Tadjri, 2017).

Angka Kejadian gangguan mental emosional pada usia lebih dari 15 tahun di Indonesia mengalami peningkatan dari tahun 2013 sebesar 6% menjadi 9,8% pada tahun 2018 (Riskesdas, 2018). Menurut Badan Pusat Statistik tercatat sebanyak sekitar 13 juta jiwa, penduduk Indonesia dalam rentang usia 15-29 tahun masih menempuh pendidikan, baik di sekolah menengah atas (SMA) maupun di pendidikan tinggi.

Menurut Arlinkasari & Akmal (2017) *academic burnout* adalah perasaan lelah karena tuntutan studi, memiliki sikap sinis terhadap tugas-tugas perkuliahan, dan perasaan tidak kompeten sebagai mahasiswa atau siswa. *Academic burnout* juga dapat didefinisikan sebagai suatu keadaan dimana pelajar merasa tidak mampu mengerjakan atau menjalani proses akademik dengan optimal yang mengarah pada sikap negatif seperti kritik, devaluasi, kehilangan minat dan motivasi dalam menyelesaikan studi (Hederich dan Caballero, 2016).

Agustina, Bahari & Bakar (2019) mengemukakan bahwa dampak dari *academic burnout* adalah menjadikan siswa tidak produktif dalam belajar dan potensi yang dimilikinya terhambat. Selain itu, bentuk resistensi lain dari kejenuhan belajar juga mengakibatkan proses pembelajaran menjadi tidak efektif dan tidak kondusifnya iklim emosional di dalam kelas. Widari, Dharsana, & Suranata (2014) mengatakan siswa yang mengalami *academic burnout* menunjukkan gejala-gejala seperti, malas, kurang bersemangat, tidak ada minat dan apatis terhadap studi, murung, sinis, acuh tak acuh, mudah marah, serta pesimis.

Widari, Dharsana, & Suranata (2014) menjelaskan gejala *academic burnout* pada siswa berdasarkan aspek-aspek yaitu kelelahan pada pikiran, ditandai dengan kesulitan berkonsentrasi, malas mengerjakan tugas-tugas akademik, dan mudah lupa dengan pelajaran, kelelahan emosional, ditandai dengan perasaan frustrasi, mudah tersinggung, putus asa, mudah marah, tertekan, gelisah, apatis, terbebani oleh pelajaran, bosan, dan perasaan tidak ingin menolong, tidak mendatangkan hasil, ditandai dengan perasaan pencapaian akademik yang menurun. Dengan demikian, gejala *academic burnout* pada siswa dapat dilihat melalui beberapa area, diantaranya kelelahan (*exhaustion*), depersonalisasi (*cynicism*), dan menurunnya keyakinan akademik (*reduced academic efficacy*).

Suasana dilematis antara tuntutan studi yang tidak proporsional dengan keahlian ataupun sumber energi yang dimiliki pada realitasnya bisa membuat partisipan didik tertekan secara psikologis sehingga akhirnya rentan terhadap

academic burnout. Berdasarkan penelitian Arlinkasari & Akmal (2017) siswa rentan terhadap *burnout* (kejenuhan) disebabkan ketidakmampuan siswa menghadapi permasalahan di sekolah secara efektif. Menurut Behrouzi, dkk(dalam Jenaabadi H., dkk, 2017) siswa yang mengalami *academic burnout* diakibatkan oleh perasaan lelah akibat tuntutan pembelajaran, perasaan pesimis, tidak ingin melaksanakan tugas (minimnya minat/ tidak bersemangat), serta rasa tidak kompeten sebagai siswa (rendah efisiensi). Faktor yang dapat memprediksi peningkatan *burnout* belajar adalah hubungan yang buruk antara siswa dan guru, tidak ada umpan balik dari teman sebaya, daya saing dan konflik yang terjadi di kelas (Liu & Onwuegbuzie, 2012). Hal ini menunjukkan bahwa *burnout* belajar dapat dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Sehingga penting sekali untuk mengetahui sejauh mana *burnout* belajar yang dialami siswa.

Lian et al. (2014) menjelaskan bahwa faktor individu dan lingkungan eksternal adalah penyebab utama *academic burnout*. Faktor individu yang menyebabkan *academic burnout* berkaitan dengan karakteristik kepribadian, seperti *self-efficacy*, *self-esteem*, *locus of control*, dan *trait-anxiety*. Sedangkan faktor lingkungan eksternal yang menyebabkan *academic burnout* terutama berasal dari tuntutan studi yang berlebihan. Beragam faktor baik internal maupun eksternal menjadi penyebab *academic burnout*, dimana akibat serius dari masalah tersebut adalah lemahnya motivasi belajar, timbulnya rasa malas yang berat, dan menurunnya prestasi akademik (Hamzah, Sugiharto, & Tadjri, 2017).

Pekrun et al. (2014) menjelaskan bahwa dalam *control-value theory*, emosi akademik yang dirasakan oleh individu berasal dari penilaian (*appraisal*) baik kognitif maupun non-kognitif. Dengan demikian, diketahui bahwa emosi akademik muncul karena adanya penilaian yang dibuat oleh individu. Salah satu faktor penilaian dari diri individu yang dapat mempengaruhi kecenderungan untuk mengalami emosi akademik berupa kejenuhan (*burnout*) adalah *self-esteem* (harga diri).

Self-esteem atau sering disebut dengan harga diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang dapat berpengaruh terhadap sikap dan perilaku individu. *Self-esteem* dikatakan sebagai suatu kesadaran dari dalam diri untuk menghargai diri sendiri yang dinilai berdasarkan perilaku. Selain itu *self-esteem* juga dapat dikatakan sebagai suatu penilaian terhadap dirinya sendiri, di mana penilaian tersebut mencerminkan sikap penerimaan atau sikap penolakan, dan seberapa jauh individu percaya bahwa dirinya mampu, penting, berguna serta berharga (Tamba, W. 2021).

Srisayekti, Setiady, & Sanitioso (2015) menjelaskan bahwa *self-esteem* merupakan suatu evaluasi atau penilaian yang dibuat individu terhadap dirinya sendiri (*self*), baik positif ataupun negatif. Pada saat melakukan evaluasi diri, individu akan melihat dan menyadari konsep-konsep dasar tentang dirinya menyangkut pikiran-pikiran, pendapat, kesadaran mengenai siapa dan bagaimana dirinya, serta kemampuan membandingkan keadaan diri saat itu dengan bayangan diri ideal yang berkembang dalam pikirannya.

Individu yang mampu menilai dirinya secara positif akan mengembangkan *self-esteem* tinggi. Sebaliknya, individu yang menilai dirinya secara negatif akan mengembangkan *self-esteem* rendah, individu dengan *self-esteem* tinggi tentunya akan mampu menghadapi dan menyelesaikan tugas akademik dengan lebih baik dibandingkan individu dengan *self-esteem* rendah. Hal ini karena individu dengan *self-esteem* tinggi memahami dirinya sebagai seseorang yang berharga sehingga memiliki keyakinan diri sebagai manifestasi kompetensi diri yang berguna dalam menyelesaikan tugas akademik dan mencapai prestasi akademik.

Happy & Widjajanti (2014) mengatakan bahwa individu dengan *self-esteem* tinggi, cenderung percaya diri dalam menghadapi situasi sosial dan percaya diri dalam menangani tugas-tugas akademik. Selain itu, individu dengan *self-esteem* tinggi akan mempertahankan rasa keingintahuannya secara alami dalam belajar serta memiliki semangat dan antusias ketika menghadapi tantangan baru. Sementara individu dengan *self-esteem* rendah justru menghindari situasi dimana situasi tersebut berpotensi membuat dirinya merasa malu dihadapan orang lain Happy & Widjajanti, (2014). Oleh sebab itu, saat dihadapkan pada lingkungan akademis yang penuh dengan tuntutan dan tantangan, individu dengan *self-esteem* rendah cenderung akan mengembangkan *academic burnout*.

Happy & Widjajanti, (2014) telah menjelaskan bahwa *self-esteem* berkaitan dengan sejumlah faktor kehidupan individu, salah satunya adalah keberhasilan individu di sekolah. Dengan demikian, dapat dianalogikan jika

self-esteem yang dimiliki individu rendah, maka kecenderungan untuk mengalami *academic burnout* akan semakin tinggi.

Menurut Yusuf dkk (2020) yang meneliti mengenai “Hubungan Dukungan Sosial, *Self-esteem* dan *Self-efficacy* Terhadap *Burnout* Mahasiswa” pada penelitian ini mendapatkan 489 seluruh sample penelitian dan di dapatkan hasil penelitian ini bahwa dukungan social, *self-esteem* dan *self-efficacy* ini berpengaruh terhadap *burnout* pada mahasiswa dengan mendapatkan sebanyak 83 responden dan hasil penelitian ini mendapatkan hasil output perolehan uji normalitas yang tertera menunjukkan keputusan uji normalitas adalah jika sig atau nilai probabilitas $> 0,05$ maka data berdistribusi normal. Sedangkan hasil pengujian nilai signifikan diatas, nilai Asymp. Sig (2-tailed) sebesar 0,343 yang berarti $> 0,05$, hal ini menyimpulkan bahwa hasil penelitian ini menunjukkan bahwa berhubungan terhadap *burnout* pada mahasiswa.

Penelitian Vitasari (2016) terhadap siswa SMA Angkasa Bandung, menunjukkan bahwa sebanyak 72,97% siswa memiliki intensitas kejenuhan, dengan area kejenuhan paling banyak ditemukan yaitu pada area kelelahan emosi. Sementara penelitian Gunanggoro (2016) yang dilakukan pada siswa kelas XI SMA di Kota Yogyakarta menunjukkan bahwa sebanyak 93,98% siswa mengalami kejenuhan, dengan area kejenuhan paling banyak ditemukan yaitu pada area kelelahan emosi. Dari kedua penelitian tersebut, diketahui bahwa intensitas kejenuhan siswa cenderung tinggi dan paling banyak ditemukan pada area kelelahan emosi.

Pada tanggal 14-16 Januari 2022 peneliti melakukan studi pendahuluan ke 3 sekolah SMK kesehatan di kabupaten Majalengka diantaranya SMK YPIB Majalengka, SMK Rise Majalengka, dan SMK Kesehatan Bhakti Kencana Jatiwangi dari hasil informasi wawancara singkat dengan siswa kesehatan terdapat SMK Kesehatan Bhakti Kencana Jatiwangi memiliki gejala *academic burnout* yang tertinggi dari SMK kesehatan yang lainnya, dan peneliti juga melakukan wawancara singkat ke pihak kesiswaan SMK kesehatan bhakti kencana Jatiwangi terkait nilai siswa atau prestasi siswa selama proses pembelajaran di SMK berlangsung bahwa terdapat beberapa siswa mengalami penurunan nilai dan prestasi. Maka dari itu masalah akademik di SMK Kesehatan bhakti kencana Jatiwangi peneliti tertarik dengan melakukan studi pendahuluan kembali ke Siswa SMK Kesehatan bhakti kencana Jatiwangi.

Hasil studi pendahuluan pada tanggal 19 Januari 2022 didapatkan hasil informasi mengenai *academic burnout* kepada siswa/i SMK Kesehatan Bhakti Kencana Jatiwangi memperoleh data sebanyak 177 siswa/i. Hasil dari wawancara yang dilakukan secara acak kepada 10 siswa/i didapatkan 4 siswa/i mengalami *academic burnout* tinggi dengan menyatakan merasakan ketegangan otot punggung dan pusing karena kegiatan belajar yang dilakukan terus menerus, merasa beban pelajaran terlalu berat. Dan 6 siswa/i lainnya mengalami *academic burnout* sedang dengan menyatakan kadang-kadang merasa beban pelajaran terlalu berat disekolah.

Saat peneliti menanyakan apakah responden merasakan sulit berkonsentrasi saat belajar, 2 orang menyatakan kadang-kadang, 1 orang menyatakan jarang, 1 orang menyatakan tidak pernah, 1 orang menyatakan jarang sekali, 3 orang menyatakan sering, dan 2 orang menyatakan sering sekali. Lalu untuk pertanyaan apakah responden merasa beban pelajaran di sekolah terlalu berat 6 orang menyatakan kadang-kadang, 2 orang menyatakan sering, tidak ada yang menyatakan jarang, 1 orang menyatakan sering sekali, tidak ada yang menyatakan jarang sekali, 1 orang menyatakan selalu, tidak ada yang menyatakan tidak pernah. Sedangkan untuk pertanyaan apakah responden merasa lelah dalam menyelesaikan tugas di sekolah 4 orang menyatakan kadang-kadang, 1 orang menyatakan jarang, 1 orang menyatakan tidak pernah, 1 orang menyatakan sering, tidak ada yang menyatakan jarang sekali, 3 orang menyatakan sering sekali. Peneliti juga melakukan wawancara singkat mengenai *self-esteem* bahwa siswa/i mengalami kurang mampu menilai kemampuan dalam dirinya dan merasa dirinya kurang mampu menghadapi banyak tugas yang di hadapinya.

Berdasarkan fenomena pada masalah diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Antara *Self-Esteem* Dengan *Academic Burnout* Pada Siswa SMK Kesehatan Bhakti Kencana Jatiwangi”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat Hubungan Antara *Self-Esteem* Dengan *Academic Burnout* Pada Siswa SMK Kesehatan Bhakti Kencana Jatiwangi?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dalam penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi hubungan antara *self-esteem* dengan *academic burnout* pada siswa SMK Kesehatan Bhakti Kencana Jatiwangi.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan Khusus dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Mengidentifikasi tingkat *self-esteem* pada siswa SMK Kesehatan Bhakti Kencana Jatiwangi.
2. Mengidentifikasi tingkat *academic burnout* pada siswa SMK Kesehatan Bhakti Kencana Jatiwangi.
3. Menganalisa hubungan antara *self-esteem* dengan *academic burnout* pada siswa SMK Kesehatan Bhakti Kencana Jatiwangi.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

1. Bagi Pengembangan ilmu keperawatan

Data yang diperoleh dari hasil penelitian dapat dipergunakan sebagai sumber pengetahuan dan informasi baru dalam bidang keperawatan khususnya dalam ranah pendidikan dan manajemen keperawatan, dan keperawatan jiwa tentang hubungan antara *self-esteem* dengan *academic burnout* pada siswa SMK Kesehatan Bhakti Kencana Jatiwangi.

2. Bagi SMK Kesehatan Bhakti Kencana Jatiwangi

Data yang diperoleh dari hasil peneitian dapat dijadikan sebagai salah satu faktor penyebab atau etiologi yang dapat menyebabkan terjadinya *academic burnout*.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Manfaat untuk Siswa

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan wawasan dan informasi kepada siswa mengenai faktor-faktor yang dapat dihindari agar tidak mengalami *academic burnout*.

2. Manfaat untuk SMK Kesehatan Bhakti Kencana Jatiwangi

Data yang diperoleh dari hasil penelitian dapat dijadikan sebagai bahan evaluasi atau data dasar untuk membuat program pencegahan mengenai *academic burnout* dan dampak yang mungkin terjadi dari masalah tersebut.

3. Manfaat untuk Keperawatan

Hasil dari penelitian ini diharapkan menjadi salah satu acuan untuk melakukan pecegahan pada *academic burnout*.

4. Manfaat untuk Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini berguna sebagai data dasar bagi peneliti selanjutnya untuk meneliti *self-esteem* atau *academic burnout* dengan menggunakan desain penelitian dan variabel yang berbeda.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian cross sectional, yaitu penelitian dengan tujuan untuk melihat Hubungan antara *Self-esteem* Dengan *Academic burnout*. Populasi dalam penelitian ini adalah Siswa di SMK Kesehatan Bhakti Kencana Jatiwangi. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Agustus 2022.