

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Dalam konteks ekonomi global yang semakin bertumpu pada pengetahuan (*knowledge-based economy*), pendidikan tinggi memegang peranan strategis dalam pengembangan modal manusia (*human capital*). Pendidikan tidak lagi dipahami sekadar sebagai sarana transfer ilmu pengetahuan, melainkan sebagai bentuk investasi jangka panjang yang bertujuan meningkatkan kualitas dan produktivitas sumber daya manusia. *Human Capital Theory* (HCT) menegaskan bahwa investasi melalui pendidikan dan pelatihan memberikan kontribusi nyata terhadap peningkatan kapasitas individu sekaligus mendorong pertumbuhan ekonomi secara luas (Marginson, 2017). Dalam perspektif Manajemen Sumber Daya Manusia (MSDM), mahasiswa diposisikan sebagai talenta masa depan yang sedang dipersiapkan melalui proses pengembangan kompetensi yang terstruktur dan berkelanjutan di perguruan tinggi.

Dalam proses pengembangan tersebut, perguruan tinggi tidak hanya bertanggung jawab menghasilkan lulusan yang memiliki kompetensi akademik, tetapi juga memastikan mahasiswa mampu menjalani proses pembelajaran secara optimal tanpa mengalami gangguan terhadap kesejahteraan psikologisnya. Kesejahteraan psikologis mahasiswa menjadi aspek penting karena berpengaruh terhadap keberhasilan proses belajar, pengembangan kompetensi, serta kesiapan mahasiswa memasuki dunia kerja. Oleh karena itu, perhatian terhadap kondisi

psikologis mahasiswa menjadi bagian yang tidak terpisahkan dalam upaya pengembangan sumber daya manusia yang berkualitas.

Dalam konteks pendidikan tinggi, *Study Demands–Resources Theory (SD-R Theory)* menjelaskan bahwa kesejahteraan mahasiswa dipengaruhi oleh keseimbangan antara tuntutan akademik (*study demands*) dan sumber daya yang dimiliki mahasiswa (*study resources*) (Bakker & Mostert, 2024). Teori ini menjelaskan bahwa tuntutan akademik yang tinggi tanpa diimbangi sumber daya personal yang memadai dapat meningkatkan risiko munculnya *academic burnout*. Sebaliknya, sumber daya personal seperti *self-efficacy* dan *academic engagement* berperan dalam membantu mahasiswa menghadapi berbagai tuntutan akademik sehingga mampu menjaga kesejahteraan psikologis selama menjalani proses pembelajaran.

Di balik peran strategis tersebut, mahasiswa di perguruan tinggi menghadapi berbagai tuntutan akademik yang semakin kompleks. Selain dituntut untuk mencapai prestasi akademik yang optimal, mahasiswa juga harus mampu beradaptasi dengan perkembangan teknologi, persaingan global, serta ketidakpastian karier di masa depan. Berbagai tuntutan tersebut berpotensi menimbulkan tekanan psikologis yang berdampak pada kesehatan mental mahasiswa.

*World Health Organization*, (2022) mendefinisikan kesehatan mental sebagai kondisi kesejahteraan mental yang memungkinkan individu mampu menghadapi tekanan kehidupan, menyadari potensi yang dimiliki, belajar dan bekerja secara efektif, serta berkontribusi kepada masyarakat. Sejalan dengan hal tersebut, penelitian Auerbach et al., (2018) menunjukkan bahwa gangguan

kesehatan mental pada mahasiswa menjadi isu yang semakin mendapat perhatian karena berkaitan dengan berbagai tekanan yang dialami selama menempuh pendidikan tinggi. Kondisi tersebut juga tercermin pada mahasiswa di Indonesia. Penelitian (Kotera, 2022) menemukan bahwa mahasiswa Indonesia masih menghadapi berbagai bentuk mental distress yang berpotensi memengaruhi kesejahteraan psikologis mereka. Penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa *academic engagement* memiliki hubungan positif dengan mental *wellbeing*, sehingga keterlibatan mahasiswa dalam aktivitas akademik menjadi salah satu faktor penting dalam menjaga kesehatan mental. Temuan ini menunjukkan bahwa lingkungan perguruan tinggi perlu memberikan perhatian terhadap faktor-faktor yang memengaruhi kesejahteraan psikologis mahasiswa, termasuk tingginya tuntutan akademik dan kemampuan mahasiswa dalam menghadapi tekanan selama proses pembelajaran.

Kondisi tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa merupakan kelompok yang rentan mengalami berbagai permasalahan psikologis akibat tingginya tuntutan yang dihadapi selama proses pendidikan tinggi. Mahasiswa dituntut untuk mengalokasikan energi fisik, mental, dan emosional secara berkelanjutan guna memenuhi berbagai kewajiban akademik, seperti penyelesaian tugas, persiapan ujian, praktikum, maupun kegiatan akademik lainnya. Apabila tuntutan tersebut berlangsung secara terus-menerus tanpa didukung sumber daya yang memadai, maka kondisi tersebut berpotensi meningkatkan risiko munculnya *academic burnout* pada mahasiswa (Jagodics & Szabó, 2023; Pham Thi & Duong, 2024).

*Academic burnout* merupakan kondisi psikologis yang muncul akibat ketidakseimbangan antara tuntutan akademik yang tinggi dengan sumber daya yang dimiliki mahasiswa untuk menghadapinya. Kondisi ini ditandai dengan kelelahan yang berkepanjangan (*exhaustion*), munculnya sikap sinis atau menjauh terhadap aktivitas perkuliahan (*cynicism*), serta menurunnya perasaan kompeten dalam menjalankan tugas-tugas akademik (*self-efficacy*) (Jagodics & Szabó, 2023). *Academic burnout* tidak hanya berdampak pada kesejahteraan psikologis mahasiswa, tetapi juga dapat menurunkan motivasi belajar, prestasi akademik, rendahnya *engagement* akademik, serta meningkatnya risiko keterlambatan studi dan putus kuliah. Penelitian Liu et al., (2023) menemukan bahwa *burnout* berhubungan dengan rendahnya *academic efficacy*, rendahnya *engagement*, serta meningkatnya kecenderungan mahasiswa untuk meninggalkan studi.

Fenomena *burnout* juga menjadi perhatian pada mahasiswa Fakultas Teknik. Karakteristik pembelajaran di bidang teknik umumnya menuntut mahasiswa untuk mengikuti perkuliahan teoritis, praktikum laboratorium, penyusunan laporan, pengerjaan proyek, serta berbagai tugas akademik yang harus diselesaikan dalam waktu yang terbatas. Kondisi tersebut menyebabkan mahasiswa menghadapi tuntutan akademik yang lebih kompleks dan berpotensi meningkatkan tingkat stres serta *burnout*. Abdulwahhab et al., (2024) menunjukkan bahwa tingginya beban akademik memiliki pengaruh terhadap kelelahan dan *burnout* pada mahasiswa teknik. Diperkuat oleh Olson et al., (2025) menegaskan bahwa stres dan *burnout* mahasiswa merupakan isu penting dalam pendidikan tinggi yang dapat berdampak pada kesejahteraan dan keberlangsungan studi mahasiswa.

Berdasarkan survei awal yang dilakukan pada mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Malikussaleh, ditemukan indikasi yang mengarah pada munculnya *academic burnout*. Sebagian besar mahasiswa mengaku sering mengalami kelelahan fisik dan mental akibat tuntutan perkuliahan yang padat. Selain itu, banyak mahasiswa menyatakan pernah kehilangan semangat belajar, merasa jenuh terhadap aktivitas akademik, serta mengalami keraguan terhadap kemampuan yang dimiliki untuk menghadapi tuntutan akademik maupun dunia kerja di masa depan. Temuan awal tersebut menunjukkan bahwa permasalahan yang dialami mahasiswa tidak hanya berkaitan dengan tingginya tuntutan akademik, tetapi juga berkaitan dengan kemampuan mahasiswa dalam mempertahankan motivasi belajar dan mengelola tekanan selama proses perkuliahan. Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa *academic burnout* pada mahasiswa kemungkinan dipengaruhi oleh interaksi antara faktor eksternal berupa beban akademik dan faktor internal berupa sumber daya personal yang dimiliki mahasiswa.

Selain fenomena *academic burnout* tersebut, berdasarkan hasil pengamatan peneliti di lapangan juga terlihat adanya mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Malikussaleh yang belum menyelesaikan studinya dalam waktu delapan semester. Kondisi tersebut terlihat dari masih adanya mahasiswa yang melanjutkan perkuliahan melewati semester kedelapan sebelum menyelesaikan seluruh tuntutan akademik dan memperoleh kelulusan. Fenomena ini menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa menghadapi tantangan dalam menyelesaikan tuntutan akademik sesuai dengan waktu yang diharapkan. Kondisi tersebut menjadi penting untuk diperhatikan karena keterlambatan penyelesaian studi dapat berkaitan dengan berbagai hambatan yang dialami mahasiswa selama

menjalani proses pendidikan, baik yang berkaitan dengan tuntutan akademik maupun faktor personal.

Salah satu faktor yang diduga berkontribusi terhadap munculnya *burnout* adalah beban akademik (*academic workload*). Beban akademik mencerminkan persepsi mahasiswa terhadap jumlah tugas, tekanan waktu, tingkat kesulitan materi, serta berbagai tuntutan akademik yang harus diselesaikan dalam periode tertentu. Dalam perspektif *Study Demands-Resources Theory*, beban akademik merupakan bentuk tuntutan (*study demands*) yang dapat menguras energi dan sumber daya psikologis mahasiswa apabila berlangsung secara berlebihan. Abdulwahhab et al. (2024) dan Gumasing et al. (2022) menemukan bahwa tingginya beban akademik berhubungan dengan meningkatnya kelelahan dan *burnout* mahasiswa. Dengan demikian, beban akademik dipandang sebagai salah satu faktor penting yang berpotensi memengaruhi munculnya *academic burnout* pada mahasiswa Fakultas Teknik.

Selain faktor eksternal berupa beban akademik, faktor internal yang diduga berperan penting dalam menjelaskan *burnout* adalah *self-efficacy*. *Self-efficacy* akademik merupakan keyakinan mahasiswa terhadap kemampuannya untuk berhasil menyelesaikan tugas akademik, memahami materi perkuliahan dan mengatasi berbagai tantangan pembelajaran (Yang et al., 2022). Mahasiswa yang memiliki *self-efficacy* tinggi cenderung lebih optimis, mampu mempertahankan motivasi belajar, serta memiliki ketahanan yang lebih baik dalam menghadapi tekanan akademik. Sebaliknya, rendahnya *self-efficacy* dapat menyebabkan mahasiswa lebih mudah mengalami stres dan kehilangan motivasi belajar. Penelitian Yang et al., (2022) dan Cong et al., (2024) menunjukkan bahwa *self-*

*efficacy* memiliki hubungan negatif dengan *academic burnout*, sehingga semakin tinggi *self-efficacy* yang dimiliki mahasiswa maka semakin rendah risiko mengalami *burnout*.

Dalam perspektif *Study Demands–Resources Theory*, *self-efficacy* termasuk ke dalam *personal resources* yang berfungsi membantu mahasiswa menghadapi berbagai tuntutan akademik. Mahasiswa yang memiliki keyakinan tinggi terhadap kemampuannya akan lebih mampu mempertahankan motivasi, mengatasi kesulitan belajar, serta mengembangkan keterlibatan yang lebih baik dalam proses pembelajaran (Bakker & Mostert, 2024). Oleh karena itu, *self-efficacy* dipandang sebagai faktor penting yang tidak hanya memengaruhi *burnout* secara langsung, tetapi juga melalui peningkatan *academic engagement*.

Hubungan antara beban akademik, *self-efficacy*, dan *burnout* juga tidak terlepas dari peran *academic engagement*. *Academic engagement* menggambarkan keterlibatan positif mahasiswa dalam proses pembelajaran yang ditunjukkan melalui semangat (*vigor*), dedikasi (*dedication*), dan penghayatan (*absorption*) terhadap aktivitas akademik. Mahasiswa yang memiliki tingkat *engagement* tinggi cenderung lebih aktif dalam pembelajaran, memiliki komitmen terhadap tujuan akademik, serta mampu mempertahankan energi dan motivasi ketika menghadapi berbagai tuntutan akademik. Bakker & Mostert, (2024) menjelaskan bahwa *academic engagement* merupakan salah satu mekanisme motivasional utama dalam *Study Demands-Resources Theory* yang berperan dalam menjaga kesejahteraan mahasiswa. *Academic engagement* merupakan bagian dari motivational process yang menjelaskan bagaimana sumber daya yang dimiliki mahasiswa dapat meningkatkan keterlibatan dalam aktivitas akademik sekaligus

menurunkan kemungkinan munculnya *burnout*. Dengan demikian, *academic engagement* dipandang memiliki peran penting sebagai mekanisme yang menjelaskan hubungan antara beban akademik dan *self-efficacy* terhadap *academic burnout*. Penelitian Liu et al., (2023) dan Olson et al. (2025) juga menunjukkan bahwa rendahnya *academic engagement* berkaitan dengan meningkatnya risiko *academic burnout*.

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa beban akademik berpengaruh terhadap *academic burnout* (Abdulwahhab et al., 2024; Pham Thi & Duong, 2024), sedangkan *self-efficacy* terbukti berhubungan negatif dengan *burnout* mahasiswa (Yang et al., 2022; Cong et al., 2024). Penelitian lain juga menunjukkan bahwa *academic engagement* berperan penting dalam menjelaskan kesejahteraan dan *burnout* mahasiswa (Liu et al., 2023; Bakker & Mostert, 2024). Meskipun penelitian mengenai hubungan antara beban akademik, *self-efficacy*, *academic engagement*, dan *burnout* telah banyak dilakukan, sebagian besar penelitian masih menguji hubungan antarvariabel secara parsial. Penelitian yang mengintegrasikan beban akademik dan *self-efficacy* secara simultan dengan *academic engagement* sebagai variabel mediasi, khususnya pada mahasiswa Fakultas Teknik di Indonesia, masih relatif terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai mekanisme yang memengaruhi *academic burnout* mahasiswa.

Berdasarkan fenomena yang terjadi pada mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Malikussaleh serta hasil kajian terhadap penelitian terdahulu, masih terdapat keterbatasan penelitian yang mengintegrasikan beban akademik, *self-efficacy*, dan *academic engagement* dalam satu model penelitian untuk

menjelaskan mekanisme terjadinya *academic burnout*, khususnya pada konteks mahasiswa Fakultas Teknik di perguruan tinggi Indonesia. Sebagian besar penelitian terdahulu lebih berfokus pada pengujian hubungan langsung antara beban akademik dengan *academic burnout* atau *self-efficacy* dengan *academic burnout*, sedangkan penelitian yang menguji peran *academic engagement* sebagai variabel mediasi masih relatif terbatas. Kondisi tersebut menunjukkan masih adanya ruang untuk mengembangkan penelitian mengenai mekanisme hubungan antara study demands, *personal resources*, dan *academic burnout* berdasarkan perspektif *Study Demands–Resources Theory*.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis dalam memperluas penerapan *Study Demands–Resources Theory* pada konteks pendidikan tinggi, khususnya dalam menjelaskan hubungan antara beban akademik, *self-efficacy*, *academic engagement*, dan *academic burnout* pada mahasiswa Fakultas Teknik. Selain itu, secara praktis hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi Fakultas Teknik Universitas Malikussaleh dalam merumuskan kebijakan yang mendukung peningkatan *academic engagement*, penguatan *self-efficacy* mahasiswa, serta upaya pencegahan *academic burnout* guna menciptakan proses pembelajaran yang lebih efektif dan berkelanjutan. Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul **"Pengaruh Beban Akademik dan *Self-Efficacy* terhadap *Burnout* Mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Malikussaleh dengan *Academic Engagement* sebagai Variabel Mediasi."**

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang penelitian yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Apakah Beban Akademik berpengaruh terhadap *Burnout* Mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Malikussaleh?
2. Apakah *Self-efficacy* berpengaruh terhadap *Burnout* pada mahasiswa Mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Malikussaleh?
3. Apakah Beban Akademik berpengaruh terhadap *Academic Engagement* pada mahasiswa Mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Malikussaleh?
4. Apakah *Self-efficacy* berpengaruh terhadap *Academic Engagement* mahasiswa Mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Malikussaleh?
5. Apakah *Academic Engagement* berpengaruh terhadap *Burnout* mahasiswa Mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Malikussaleh?
6. Apakah *Academic Engagement* mampu memediasi pengaruh Beban Akademik terhadap *Burnout* mahasiswa Mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Malikussaleh?
7. Apakah *Academic Engagement* mampu memediasi pengaruh *Self-efficacy* terhadap *Burnout* mahasiswa Mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Malikussaleh?

## 1.3 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui bagaimana pengaruh Beban Akademik terhadap *Burnout* pada mahasiswa mahasiswa Mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Malikussaleh.
2. Untuk mengetahui bagaimana pengaruh *Self-efficacy* terhadap *Burnout* mahasiswa mahasiswa Mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Malikussaleh Universitas Malikussaleh.
3. Untuk mengetahui bagaimana pengaruh Beban Akademik terhadap *Academic Engagement* mahasiswa mahasiswa Mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Malikussaleh.
4. Untuk mengetahui bagaimana pengaruh *Self-efficacy* terhadap *Academic Engagement* mahasiswa mahasiswa Mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Malikussaleh.
5. Untuk mengetahui bagaimana pengaruh *Academic Engagement* terhadap *Burnout* mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Malikussaleh.
6. Untuk mengetahui bagaimana peran mediasi *Academic Engagement* dalam hubungan antara Beban Akademik terhadap *Burnout* mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Malikussaleh.
7. Untuk mengetahui bagaimana peran mediasi *Academic Engagement* dalam hubungan antara *Self-efficacy* terhadap *Burnout* mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Malikussaleh.

#### **1.4 Manfaat Penelitian**

Berdasarkan latar belakang penelitian serta perumusan masalah dan tujuan penelitian maka manfaat penelitian ini yaitu :

#### **1.4.1 Manfaat Teoretis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu Manajemen Sumber Daya Manusia, khususnya dalam memperluas aplikasi teori *Study Demands-Resources* (SD-R) pada sektor pendidikan tinggi.

#### **1.4.2 Manfaat Praktis**

Bagi Universitas Malikussaleh diharapkan Sebagai bahan evaluasi dalam menyusun kebijakan kurikulum dan sistem pendukung akademik yang lebih memperhatikan kesejahteraan mental mahasiswa. Bagi Mahasiswa Memberikan wawasan mengenai pentingnya efikasi diri dan keterlibatan aktif dalam memitigasi risiko kelelahan belajar.