

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan merupakan hal yang sangat penting untuk memajukan Negara. Menurut undang-undang nomor 20 tahun 2003 pasal 1 tentang sistem pendidikan nasional yang berbunyi pendidikan adalah usaha sadar dan terencana dalam mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk menumbuhkan spiritual keagamaan, kepribadian, kecerdasan akhlak, pengendalian diri, serta ketrampilan yang dimilikinya (UU RI. No. 20, 2013). Secara umum tujuan pendidikan Nasional dan tujuan pendidikan Islam tidak jauh berbeda, yaitu untuk membentuk pribadi yang cerdas baik dari sisi intelektual, spiritual maupun emosional. Maka misi besar pendidikan nasional menuntut semua pelaksana pendidikan memiliki kepedulian yang tinggi akan masalah moral atau karakter (Sari, 2017)

Menurut Sari (2017) dalam upaya menerapkan pendidikan karakter, sekolah sebagai suatu lembaga pendidikan di tingkat formal berusaha melakukan berbagai inovasi untuk menerapkan pengembangan pendidikan karakter dengan pendidikan secara terpadu, yaitu melalui sistem pendidikan berbasis asrama (*boarding school*). *Boarding school* merupakan suatu sistem sekolah dengan asrama, dimana peserta didik, guru sebagai tenaga pendidik, karyawan dan staff sebagai tenaga kependidikan serta pengelola sekolah berada dan tinggal

bersama dalam lingkungan pendidikan yang terintegrasi dan terpadu (Hamzah, 2023).

Boarding school memiliki kegiatan-kegiatan akademik maupun non akademik yang lebih banyak dari pada sekolah umum yang memerlukan kinerja ekstra, karena sekolah adalah tempat siswa bekerja, walaupun siswa tidak memiliki sebuah pekerjaan, tetapi dalam perspektif psikologis dapat dikatakan mereka merupakan pekerja, seperti harus menghadiri kelas serta mengerjakan tugas dari guru untuk mendapatkan hasil yang telah ditetapkan sebagai target.

Usia SMA/SMK merupakan usia remaja madya dimana pencarian jati diri dilakukan. Santrok (2003) menjelaskan bahwa masa remaja merupakan masa pencarian identitas, dimana remaja dalam pencarian identitas dihadapkan pada pertanyaan siapa dirinya, apa peranannya dalam masyarakat dan kemana mereka menuju dalam hidupnya. Remaja yang memiliki tingkat pikiran yang lebih kompleks, secara emosional lebih sensitif, dan lebih sering menghabiskan waktu dengan teman temannya. Perubahan membuat remaja mengalami konflik diri yang membuat stress dan dituntut untuk dewasa dalam menyikapi setiap permasalahan yang dialaminya. *Burnout academic* yang terjadi di kalangan siswa mengacu pada kondisi individu yang merasakan kelelahan karena adanya tuntutan belajar, memiliki sikap sinis, mulai tidak peduli terhadap pembelajaran dan dunia akademik, dan merasa bahwa dia tidak kompeten sebagai seorang siswa. (Purnama, dkk 2017).

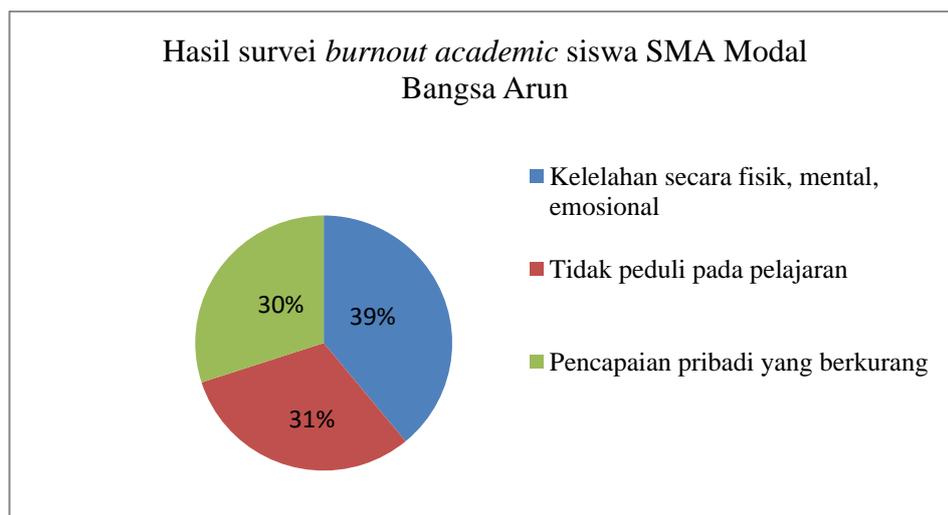
Burnout Academic merupakan merupakan reaksi emosi negatif yang muncul karena tekanan pekerjaan yang berkepanjangan sehingga emosi positif telah terkikis sampai pada titik dimana tidak lagi memiliki kekuatan untuk mengimbangi emosi negatif, menjadi tidak peduli dan segala sesuatu di nilai negatif dengan ketidakpercayaan (Schaufeli, 2002). Jika siswa mengalami *burnout academic* perilaku yang akan muncul yaitu seperti tidak mengerjakan tugas, tidak mengikuti praktikum, tidak mengikuti ekstrakurikuler dan lain-lain sehingga menghasilkan penurunan prestasi akademik (Biremanoe, 2019). Hal demikian terjadi karena siswa kesulitan membagi waktu harus mengikuti jadwal yang telah di atur sehingga siswa tertekan dan mengalami kejenuhan belajar. Apabila siswa mengalami kejenuhan belajar, maka pembelajaran menjadi tidak efektif, bahkan banyak siswa yang mengalami hambatan untuk mencapai keberhasilan yang optimal (Puspaningrum, dkk, 2018)

Kondisi dilematis antara tuntutan studi yang tidak seimbang dengan kemampuan yang dimiliki sehingga dapat membuat peserta didik merasa adanya tekanan psikologis yang akhirnya rentan terkena *burnout academic*, (Maharani, 2019). *Burnout academic* adalah kelelahan secara emosional, fisik dan mental yang disebabkan oleh suasana tempat kerja yang kaku, keras sangat menuntut baik secara ekonomi maupun psikologis Maslach dkk, (2021).

Fenomena yang didapatkan di lapangan, menunjukkan bahwa di SMA Modal Bangsa Arun tempat dilakukannya penelitian terdapat siswa yang mengalami kejenuhan belajar. Berikut hasil survei yang telah dilakukan oleh

peneliti melalui kuesioner pada tanggal 29 September 2023 di SMA Modal Bangsa Arun pada 30 siswa.

1.1 Bagan 1 *diagram hasil survey awal*



Sumber : Hasil survei yang dilakukan oleh peneliti, 2023

Dari hasil survey awal yang telah dilakukan terlihat bahwa siswa SMA Negeri Modal Bangsa Arun 39% mengalami kelelahan secara fisik, mental dan emosional, 30% siswa bersikap tidak peduli terhadap pelajaran dan 31% berkurangnya pencapaian pribadi siswa. Artinya siswa yang mengalami *burnout* lebih tinggi pada dimensi kelelahan secara emosional kemudian diikuti dengan menurunnya pencapaian pribadi yang berkurang dan diikuti dengan sikap menarik diri dan bersikap sinis.

Berdasarkan hasil pengamatan dan wawancara yang dilakukan pada 10 orang siswa, didapatkan beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya *burnout* antara lain karena lamanya aktifitas belajar yaitu dari jam 08.00-16.00 WIB. Yang mana hal tersebut dapat membuat siswa merasa lelah mengikuti pembelajaran, siswa merasakan ketegangan otot pada bagian-bagian tertentu dan ketika

mengerjakan tugas di asrama siswa merasa terbebani dan khawatir takut tidak sempat menyelesaikan mengerjakan tugas-tugas yang diberikan. Setelah pulang sekolah siswa mengikuti kegiatan di asrama sampai malam hari, sehingga aktifitas siswa bertambah panjang dan memicu siswa mengalami stress dan merasa sangat sensitif seperti mudah marah, mudah sedih dan sebagainya. Kegiatan tersebut terus menerus dilakukan oleh siswa setiap hari kecuali hari libur, namun siswa hanya mendapatkan satu hari libur. Hari libur juga tidak bisa dimanfaatkan untuk beristirahat karena siswa harus mengikuti kegiatan ekstrakurikuler yang harus diikuti di asrama. Hal tersebut menandakan siswa SMA Negeri Modal Bangsa Arun mengalami *burnout*.

Hal ini berbeda dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Puspaningrum, dkk (2018) menyatakan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara kejenuhan belajar yang dialami siswa yang tinggal di asrama dengan siswa yang tinggal bersama keluarga. Kemudian peneliti tertarik melakukan penelitian di SMA Modal Bangsa Arun karena sekolah ini merupakan satu-satunya sekolah menengah atas (SMA) di Lhokseumawe yang menerapkan sistem *boarding school* atau biasa disebut sekolah dengan sistem asrama, sekolah ini memiliki fasilitas yang mendukung pengajaran dan pembelajaran dan tergolong asrama yang memiliki fasilitas kamar lengkap dan tidak banyak siswa perkamarnya berbeda dengan sekolah asrama pada umumnya.

Maka dari itu penelitian ini menarik untuk dilakukan sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Gambaran *burnout* pada siswa SMA Negeri Modal Bangsa Arun”.

1.2 Keaslian Penelitian

Hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Sagita, dan Meilyawat (2021) dengan judul *academic burnout* mahasiswa pada masa pandemi covid -19 pada 307 responden. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat *academic burnout* pada mahasiswa FKIP, antara lain: 1) beban kerja, 2) kontrol, 3) penghargaan, 4) komunitas, 5) keadilan, 6) nilai, 7) karakteristik demografis, 8) tingkat pendidikan, 9) kepribadian, 10) tingkat ketahanan, 11) *locus of control*, 12) gaya coping, dan 13) dukungan sosial. Diketahui bahwa *academic burnout* berdasarkan subvariabel nya berada pada kategori rendah, yaitu subvariabel *exhaustions* mempunyai hasil sebanyak 48.67% yang termasuk kategori rendah, *cynicism* mempunyai hasil sebanyak 47.70% yang termasuk kategori rendah, dan *inefficacy* mempunyai hasil sebanyak 48.45% yang tergolong kategori rendah. Adapun perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian yang saya lakukan adalah penelitian terdahulu menggunakan mahasiswa sebagai siswa sedangkan penelitian ini menggunakan siswa. Analisis data menggunakan analisis univariat.

Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Vitasari, (2016) dengan judul kejenuhan belajar ditinjau dari kesepian dan kontrol diri pada 131 responden. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara kesepian dengan kejenuhan (*burnout*) belajar pada siswa kelas XI SMA N 9 Yogyakarta. Hal ini berarti kesepian memberikan pengaruh terhadap kejenuhan (*burnout*) belajar siswa kelas xi sman 9 Yogyakarta. Adapun perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan saya lakukan adalah penelitian terdahulu

menggunakan mahasiswa sebagai siswa, penelitian ini juga menggunakan siswa sebagai siswa. Metode penelitian menggunakan pendekatan korelasi sedangkan saya menggunakan analisis univariat.

Penelitian yang dilakukan oleh Purnama, dkk (2017) dengan judul hubungan antara *academic self-confidence* dengan kejenuhan (*burnout*) belajar siswa SMK Negeri 1 Indralaya Utara pada 220 responden menunjukkan bahwa, adanya hubungan negatif antara *academic self-confidence* dengan kejenuhan belajar, artinya semakin tinggi *academic self-confidence* yang dimiliki siswa maka semakin rendah kejenuhan belajar yang dialami siswa, sebaliknya semakin rendah *academic self-confidence* yang dimiliki siswa maka semakin tinggi kejenuhan belajar yang dialami siswa. Adapun perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan saya lakukan adalah penelitian terdahulu menggunakan siswa sebagai siswa, tetapi metode penelitian menggunakan korelasi antara *academic self-confidence* dengan kejenuhan (*burnout*) sedangkan saya menggunakan analisis univariat.

Penelitian yang dilakukan oleh Al-Marwaziyyah, dkk (2021) dengan judul *burnout* selama pandemi Covid-19 dengan menggunakan desain penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi. Hasil penelitian disimpulkan bahwa siswa dalam penelitian ini mengalami kelelahan akademik sehingga menyebabkan siswa mengalami perubahan emosi dengan cepat sebagai bentuk peluapan emosi ketika merasa stres, tertekan, dan lelah. Terkadang siswa juga merasa lebih sensitif dan mudah menangis, selain itu siswa

juga merasa kesepian karena tidak memiliki teman dan merasa ketakutan serta kebingungan jika tidak memiliki teman dekat saat kuliah *offline* dilakukan. Adapun perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan saya lakukan adalah penelitian terdahulu menggunakan mahasiswa sebagai siswa, sedangkan penelitian ini menggunakan siswa. Metode penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi sedangkan penelitian ini menggunakan analisis univariat.

Penelitian yang dilakukan oleh Rumapea dan Rahayu (2022) dengan judul “Hubungan Antara *Self-Efficacy* dengan *Academic Burnout* pada Mahasiswa”. Penelitian ini menggunakan teknik analisis korelasi sederhana, hasil penelitian menunjukkan bahwa semakin tinggi *self-efficacy* yang dimiliki oleh mahasiswa keperawatan maka semakin rendah *academic burnout* dan sebaliknya semakin rendah *self-efficacy* maka semakin tinggi *academic burnout* hal tersebut menunjukkan bahwa dalam penelitian ini hipotesis diterima. Adapun perbedaan penelitian terdahulu dengan penelitian ini adalah penelitian terdahulu menggunakan mahasiswa sebagai subjek, sedangkan penelitian ini menggunakan siswa. Metode penelitian menggunakan teknik analisis korelasi sederhana sedangkan saya menggunakan analisis univariat.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas rumusan masalah yang bisa dirumuskan yaitu bagaimana gambaran *burnout* pada siswa SMA Negeri Modal Bangsa Arun ?

1.4 Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui gambaran *burnout* pada siswa SMA Negeri Modal Bangsa Arun.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangan pemikiran, menjadi referensi dan menambah keilmuan sehingga penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan penunjang penelitian selanjutnya.
- b. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan perluasan teori di bidang psikologi pendidikan terutama mengenai *burnout*.

1.5.2 Manfaat Praktis

- a. Bagi siswa

Bagi siswa diharapkan untuk mengikuti pelatihan-pelatihan yang diadakan oleh sekolah atau organisasi tertentu untuk dapat mengatasi *burnout* dalam proses belajar sehingga siswa dapat belajar dengan penuh semangat.

- b. Bagi sekolah

Penelitian ini diharapkan mampu menjadi materi tambahan bagi sekolah guna mempelajari kondisi siswa yang mengalami *burnout*, misalnya dengan mengadakan pelatihan guna mengatasi *burnout* agar siswa lebih bersemangat mengikuti pelajaran dan ekstra kulikuler sehingga meningkatkan prestasi siswa.