

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan merupakan aspek kehidupan yang sangat penting dan tidak dapat dipisahkan dalam kehidupan setiap individu (Dinata dkk, 2023). Pendidikan utama didapatkan dari keluarga, dan orang tua yang memiliki peran sebagai pendidik utama (Ananda, 2020). Selain itu pendidikan juga bisa didapatkan melalui pendidikan formal, seperti pendidikan di pesantren (dayah) (Ananda, 2020). Pesantren merupakan suatu lembaga pendidikan berbasis agama yang menyediakan tempat tinggal bagi siswa dibawah bimbingan ustadz dan ustadzah (Fitri & Syarifuddin, 2022).

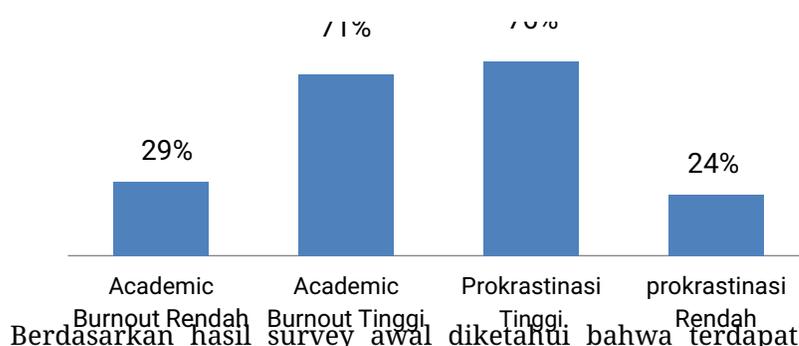
Pendidikan di pesantren tidaklah mudah, santri (siswa) tidak hanya menjalani pelajaran umum saja, santri juga dituntut untuk belajar agama, menghafalkan, membaca Al-Qur'an, membaca kitab, menerjemah kitab, dan lain-lain, selain itu ketika memasuki pesantren para santri diwajibkan untuk mengikuti pendidikan madrasah diniyah (Amria & aulia, 2023). Para santri dituntut untuk bisa membagi waktu, fokus, dan bertanggung jawab atas komitmen dari kedua kegiatan tersebut, aktivitas yang harus dilaksanakan oleh santri bisa menjadi distress (keadaan emosional individu ketika merasa gagal atau tidak mampu menyesuaikan diri dengan sumber stres) tersendiri, hal tersebut dapat membuat santri merasa lelah akhirnya menjadi jenuh dalam belajar (Amria & aulia, 2023). Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) santri diartikan sebagai individu yang mempelajari atau mendalami agama islam.

Aktivitas santri di sekolah dan asrama yang cukup padat dengan pelajaran sekolah reguler dan sekolah agama sertaruang gerak kegiatan di asrama yang dibatasi dengan tata tertib yang ditetapkan oleh pihak asrama terlalu banyak dan mengekang sebagian santri, sehingga membuat para santri merasa lelah dan jenuh dengan aktivitas yang dijalani setiap harinya yang mengakibatkan santri mengabaikan tugas-tugas sekolahnya (Ananda, 2020). Salah satu faktor penyebab santri mengalami *academic burnout* yaitu durasi jam belajar yang cukup panjang setiap harinya bersamaan dengan mata pelajaran yang banyak menyebabkan perasaan bosan dan keletihan yang dapat menyebabkan *academic burnout* pada santri (Ambarwati, 2015). Keletihan yang dialami oleh santri dapat menyebabkan kebosanan yang mengakibatkan santri jadi kehilangan motivasi dan malas untuk mengikuti pelajaran selanjutnya serta sering menunda mengerjakan tugas yang diberikan (Ambarwati, 2015).

Pada tanggal 20 Mei 2024 peneliti melakukan survey awal kepada 23 santri di Yayasan Dayah Amal Aceh Timur, berdasarkan hasil survey awal didapatkan hasil sebagai berikut:

Gambar 1

Hasil Survey Awal Academic Burnout dan Prokrastinasi



Berdasarkan hasil survey awal diketahui bahwa terdapat 29% santri dengan tingkat *Academic Burnout* rendah, 71% santri dengan tingkat *Academic Burnout* tinggi. Selanjutnya terdapat 76% santri dengan tingkat prokrastinasi tinggi, dan 24% santri dengan tingkat prokrastinasi rendah. Hal ini sejalan dengan hasil wawancara dengan santri Yayasan Dayah

Amal Aceh Timur yang berinisial “R” mengatakan bahwa:

“dari pagi sampai siang hari saya sekolah umum terus sore dilanjut lagi sekolah diniyah, setiap hari kayak gitu, kadang ngerasa bosan terus capek banget udah sekolah umum harus lanjut lagi ke sekolah diniyah, terus di tambah banyak hafalan dan juga tugas sekolah lainnya yang harus dikerjain”.

Kemudian peneliti juga melakukan wawancara pada bagian kesiswaan madrasah diniyah, diketahui bahwa:

“selama proses pembelajaran banyak santri yang,tidak mengerjakan tugas hafalan, kadang tidur dikelas, tidak memperhatikan materi pembelajaran, ada juga yang sampe bolos meninggalkan pelajaran”.

Berdasarkan hasil survei awal dan hasil wawancara maka dapat diketahui bahwa aktivitas yang padat dan kejenuhan yang dialami santri menjadi pemicu santri melalaikan tugas sekolahnya, sehingga muncullah sikap menunda-nunda mengerjakan tugas atau yang biasa dikenal dengan prokrastinasi(Simbolon, 2021). Penundaan yang dilakukan oleh santri disebabkan karena merasa kelelahan karena banyaknya aktivitas yang dijalani sehingga melakukan prokrastinasi tersebut (Simbolon, 2021).

Prokrastinasi merupakan perilaku sengaja yang dilakukan oleh seseorang untuk menunda-nunda tugas dan aktivitas demi mewujudkan kesenangan sementara tanpa mempertimbangkan dampak negatif yang terjadi seperti tidak menyelesaikan tugas dengan baik, menimbulkan stres, cemas, bahkan sampai putus asa (Azhari, 2021). Seseorang mungkin telah merencanakan untuk mulai mengerjakan tugas pada waktu yang telah ditentukan akan tetapi ketika saatnya tiba tidak juga melakukannya sesuai dengan apa yang telah direncanakan, sehingga menyebabkan keterlambatan maupun kegagalan untuk menyelesaikan tugas secara memadai dengan melakukan aktivitas lain yang lebih menyenangkan daripada melakukan tugas yang harusnya dikerjakan (Nafeesa, 2018).

Prokrastinasi adalah fenomena yang tersebar luas dibidang akademik dimana siswa melakukan penundaan terhadap tugas akademik seperti belajar untuk persiapan ujian, menyelesaikan tugas, dan melakukan administrasi akademik (Zacks & Hen, 2018). Apabila dilihat dari sudut pandang kepribadian, individu yang lazim melakukan prokrastinasi memiliki indikasi-indikasi tertentu seperti; sering terlambat, mempunyai kesulitan dalam memulai, sulit untuk memamanajemen waktu dengan baik, gangguan kognitif yang berimplikasi pada manajemen afektif dan manajemen prikomotorik yang tidak efisien (Azhari, 2021).

Salah satu faktor individu yang dapat menyebabkan prokrastinasi adalah pada kondisi psikologis individu yang mengalami kelelahan emosional yang mengakibatkan kejenuhan (Simbolon, 2021). Kemudian Fauziah(2016) juga menambahkan bahwa banyaknya tuntutan sekolah yang harus diselesaikan oleh individu dapat menjadi sumber munculnya *Academic Burnout*.

Sejalan dengan itu penelitian yang dilakukan oleh Azhari (2021) dengan judul “Bimbingan Dan Konseling Kelompok Berbasis Shalat Dalam Mereduksi Perilaku Prokrastinasi (Studi Pada Santri Pesantren Al-Manar Kecamatan Krueng Barona Jaya)” didapatkan hasil penelitian Perilaku prokrastinasi yang sering dilakukan oleh santri Pesantren Al-Manar Kecamatan Krueng Barona Jaya diantaranya: ketika jadwal melaksanakan shalat, jadwal wudu, jadwal mengaji, jadwal belajar, jadwal untuk kembali ke pesantren, penyelesaian tugas akademik yang kemudian mengakibatkan santri sering terlambat ketika shalat tiba, terlambat ketika wudu hingga tidak sempat shalat secara berjamaah, terlambat mengaji, terlambat masuk kelas, terlambat jadwal belajar malam dan selalu terlambat kembali ke dalam pesantren ketika masa libur sehingga mereka mendapatkan sanksi.

Hidayatullah (2018) juga menambahkan bahwa beberapa santri yang melakukan pelanggaran menyatakan merasa kelelahan dengan berbagai peraturan dan sistem pembelajaran yang ditetapkan pesantren sehingga memunculkan indikator kejenuhan yang dialami santri adalah, keletihan emosi, dipersonalisasi dan menurunnya prestasi akademis. Hal ini merupakan salah satu sebab timbulnya perilaku prokrastinasi akademik yang mana jika terjadi secara berkelanjutan akan menumbuhkan ketidakdisiplinan dalam diri santri.

Menurut Cross (dalam Syah, 2020) dalam bukunya *The Psychology of Learning*, keletihan santri dapat dikategorikan menjadi tiga macam yaitu: keletihan indra siswa, keletihan fisik siswa, keletihan mental siswa. Freudenberger (dalam Raifuddin, 2020) mengungkap adanya *Academic Burnout* disebabkan kelelahan emosi, kehilangan motivasi dan komitmen. Freudenberger (dalam Amria & aulia, 2023) mendefinisikan kejenuhan merupakan keadaan kelelahan fisik, mental, dan emosional individu karena adanya ketidakseimbangan antara keadaan pribadi dengan tugas atau pekerjaan. Kejenuhan dibidang akademik juga dapat disebut dengan istilah *Academic Burnout*, yaitu ketika seorang siswa merasa lelah karena tuntutan akademik yang menimbulkan sikap skeptis dan pesimis, serta berkurangnya motivasi dan minat untuk menjalani kegiatan akademik (Arlinkasari & Akmal, 2017). Jadi dapat disimpulkan *Academic Burnout* yaitu merupakan kondisi emosional ketika seseorang siswa merasa lelah dan jenuh secara mental maupun fisik sebagai akibat tuntutan pekerjaan akademik yang meningkat (Ananda, 2020).

Berdasarkan uraian masalah di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan sebuah penelitian dengan judul “Hubungan *Academic Burnout* Terhadap Perilaku Prokrastinasi Pada Santri Di Yayasan Dayah Amal Aceh Timur”.

1.2 Keaslian Penelitian

Penelitian yang dilakukan oleh Sholihat dkk (2023) dengan judul “Hubungan *Student Burnout* Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Pendidikan Kimia Selama Pembelajaran Dalam Jaringan”. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan positif antara *student burnout* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa Pendidikan Kimia selama pembelajaran dalam jaringan dengan derajat hubungan adalah korelasi kuat, menggambarkan bahwa semakin tinggi tingkat *student burnout* yang dimiliki mahasiswa, maka semakin tinggi kecenderungan mahasiswa dalam melakukan tindakan prokrastinasi akademik. Adapun perbedaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu subjek penelitian dan juga lokasi penelitian dilakukan.

Penelitian yang dilakukan oleh Ananda Bellinda Rizki (2020) dengan judul “Prokrastinasi akademik santri pada mata pelajaran IPS (Studi deskriptif pondok pesantren *home schooling* Sya’airullah, Bekasi)”. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa Prokrastinasi akademik santri pada mata pelajaran IPS dalam penyelesaian tugas IPS oleh santri baik. Hasil belajar IPS santri rendah tidak sepenuhnya disebabkan melakukan prokrastinasi akademik. Santri dengan nilai IPS rendah cenderung kurang dalam pemahaman materi IPS, sehingga ketika proses pembelajaran di kelas santri terlihat tidak bersemangat mengikuti pelajaran. Adapun perbedaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu ialah metode penelitian yang digunakan berbeda dimana penulis menggunakan metode kuantitatif sedangkan penelitian terdahulu menggunakan metode kualitatif.

Penelitian yang dilakukan oleh Simbolon Pomarida & Simbolon Nagoklan (2021) dengan judul “Hubungan *Academic Burnout* Dengan Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Stikes Santa Elisabeth Medan”. Hasil penelitian yang didapatkan menunjukkan ada hubungan *academic burnout* dengan prokrastinasi akademik pada mahasiswa/i ners tingkat III STIKes Santa Elisabeth Medan. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu adalah subjek penelitian

dimana subjek pada penelitian terdahulu dilakukan pada mahasiswa dan berlokasi di medan, sedangkan penulis melakukan penelitian dengan subjek penelitian santri dan lokasi penelitian di Aceh Timur.

Penelitian yang dilakukan oleh Dinata dkk (2023) dengan judul “Hubungan antara Prokrastinasi Akademik dengan *Burnout Akademik* pada Peserta Didik”. Diketahui hasil penelitian yang didapatkan yaitu terdapat hubungan *burnout akademik* terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada peserta didik. Adapun perbedaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu ialah metode penelitian yang digunakan berbeda, penulis menggunakan metode penelitian kuantitatif sedangkan peneliti terdahulu menggunakan metode studi literatur.

Penelitian yang dilakukan oleh Rozzaqyah (2021) dengan judul penelitian “Hubungan Kejenuhan Belajar dalam Jaringan dengan Prokrastinasi Akademik”. Hasil penelitian yang didapatkan menunjukkan nilai korelasi $r_{xy} = 0,719$ yang artinya kejenuhan belajar dalam jaringan memiliki hubungan positif yang kuat dengan prokrastinasi akademik mahasiswa di mana semakin tinggi kejenuhan belajar maka semakin tinggi prokrastinasi akademik. Adapun perbedaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu ialah subjek dan tempat penelitian penelitian berbeda. Dimana penulis melakukan penelitian pada santri dan lokasi penelitian dilakukan di Aceh Timur, sedangkan penelitian terdahulu menggunakan subjek penelitian mahasiswa dan lokasi penelitian di Sumatera Selatan, sedangkan subjek penelitian ini dilakukan pada santri dan lokasi penelitian dilakukan di Aceh Timur.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Apakah terdapat hubungan *academic burnout* terhadap prokrastinasi pada santri di yayasan dayah amal Aceh Timur?

1.4 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *academic burnout* terhadap prokrastinasi pada santri di yayasan dayah amal Aceh Timur.

1.5 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi atau manfaat pada tataran teoritis dan praktis. Berikut uraian manfaat penelitian ini.

a. Manfaat teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan memberikan sumbangan kepada ilmu Psikologi khususnya Psikologi Pendidikan sebagai kontribusi dalam menambah pengetahuan terutama yang berhubungan dengan *academic burnout* dan prokrastinasi akademik pada santri serta memberikan literatur terbaru mengenai prokrastinasi akademik yang terjadi pada santri.

b. Manfaat praktis

- a) Bagi santri, Diharapkan santri dapat menyadari perilaku *academic burnout* yang mereka alami untuk menurunkan perilaku menunda atau perilaku prokrastinasi akademik terhadap tugas mereka.
- b) Bagi Pondok Pesantren, Penelitian ini diharapkan menjadi bahan psikoedukasi mengenai cara mengatasi prokrastinasi dan *academic burnout*.
- c) Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan perbandingan atau referensi untuk melakukan penelitian selanjutnya yang relevan dengan penelitian ini.

