

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Seiring kemajuan teknologi, kehidupan manusia semakin kompleks dan memerlukan upaya untuk menciptakan keseimbangan dalam kehidupannya, oleh karena itu sumber daya manusia yang berkualitas akan seoptimal mungkin berusaha mencapai keberhasilan, salah satu sumber daya manusia yang professional yaitu dosen (Taemon, 2019). Presiden Republik Indonesia (2005) menyatakan undang-undang guru dan dosen nomor 14, bahwa dosen merupakan pendidik professional dan ilmunan dengan tugas utama mentransformasikan, mengembangkan, dan menyebarkan ilmu pengetahuan, teknologi dan seni melalui pendidikan, penelitian dan pengabdian kepada masyarakat.

Menurut Tameon (2019) terkait dengan profesi dosen, mereka diharapkan untuk selalu mengupgrade diri dan mengikuti perkembangan keilmuan yang ada. Untuk meningkatkan kinerja individu, salah satu langkah penting adalah memperhatikan beban kerja (Rolos dkk, 2018). Menurut data Lembaga Layanan Pendidikan Tinggi (LLDIKTI) beban kerja dosen atau bisa disebut BKD merupakan gambaran beban SKS dosen melaksanakan Tri Dharma terdiri dari pendidikan dan pengajaran, penelitian dan pengabdian masyarakat. Pasal 72 ayat 2 UU Guru dan Dosen mengatur bahwa BKD mencakup kegiatan pokok yaitu merencanakan pembelajaran, melaksanakan proses pembelajaran, melakukan evaluasi pembelajaran, membimbing dan melatih, melakukan penelitian, melakukan tugas tambahan, serta melakukan pengabdian kepada masyarakat

(Presiden Republik Indonesia, 2005). Beban kerja dosen ini perlu dilaporkan secara berkala, untuk menilai kinerja dosen dalam melaksanakan Tri Dharma dalam hitungan SKS satu semester terakhir yang sudah dilaksanakan, dimana batas rentang SKS yang harus dipenuhi dosen adalah minimal 12 SKS dan paling banyak 16 SKS pada setiap semester sesuai dengan kualifikasi akademiknya. (LLDIKTI Wilayah VI)

Menurut Tamaela (2011) beban kerja dosen dapat dikelompokkan dalam dua bagian yaitu beban kerja kuantitatif dan kualitatif yang teraktualisasi melalui banyaknya jumlah mata kuliah yang diajarkan persemester, melakukan berbagai kegiatan penelitian dan kegiatan pengabdian pada masyarakat serta harus berpartisipasi aktif dalam berbagai kegiatan-kegiatan kepanitiaan. Dosen menghadapi beban kerja dengan intensitas yang beragam dan memerlukan kesabaran dalam melaksanakan tugasnya, dikarenakan pekerjaan ini mengharuskan dosen untuk melayani dan memberikan kepuasan kepada mahasiswa (Sulistiyowati & Muazansyah, 2018). Selain beban kerja yang beragam, dosen seringkali menyelesaikan tugas di luar jam kerja reguler, dengan intensitas yang beragam di lingkungan kerja yang tidak kondusif dapat meningkatkan resiko *burnout* (Sulistiyowati & Muazansyah, 2018). Seseorang yang mengalami *burnout* secara perlahan kehilangan semangatnya karena stress yang kronis dalam pekerjaan sehari-hari, seperti terlalu banyak tekanan, konflik, tuntutan dan kurangnya *reward*, pengakuan serta kegagalan mencapainya kesuksesan (Pines dan Aronson (dalam Alam, 2022)).

Peneliti telah melakukan wawancara survey awal mengenai permasalahan yang terjadi pada dosen Universitas Malikussaleh. Hasil wawancara yang dilakukan pada 2 dosen. Peneliti menemukan adanya indikasi terjadinya *burnout*. Pada dimensi pertama yaitu *exhaustion* (kelelahan), dimana narasumber mengatakan bahwa dirinya merasa sangat kelelahan dengan keberlakuan BKD saat ini, yang mana dosen diberatkan dengan administrasi setiap kegiatan dan laporan- laporan yang diberlakukan waktu *deadline*. Sehingga menyebabkan kurang beristirahat mudah kelelahan dan sakit. Pada dimensi *cynicism* (sinisme), narasumber mengatakan bahwa ketika kelelahan beliau biasanya enggan untuk mengikuti kegiatan-kegiatan lainnya. Terakhir yaitu dimensi *ineffectiveness*, narasumber mengalami penurunan kepercayaan diri seperti merasa tidak sanggup untuk menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan.

Berikut salah satu penelitian yang dilakukan oleh Tameon (2019) di Kupang membuktikan bahwa *burnout* yang dialami oleh para dosen adalah sebesar 44,66%, dimana sebesar 41,46% dialami oleh dosen perempuan, sedangkan sebesar 47,25% oleh dosen laki-laki.

Fenomena *burnout* ini kemungkinan juga bisa dialami oleh dosen-dosen di Aceh Utara khususnya di Universitas Malikussaleh. Berdasarkan hasil survei yang dilakukan peneliti pada tanggal 16 Agustus 2023 terhadap dosen Universitas Malikussaleh sebanyak 41 orang, maka didapatkan hasil sebagai berikut:

**Tabel 1.1**

Hasil *Survey Awal Burnout Dosen di Universitas Malikussaleh*

| NO | Pertanyaan                                                                                                                           | Ya  | Tidak |
|----|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|-------|
| 1  | Apakah anda sering merasakan mual, sakit kepala, dan pegal-pegal di bagian badan karena banyaknya pekerjaan yang harus diselesaikan? | 66% | 34%   |
| 2  | Apakah anda merasa lelah dan lesu ketika bangun pagi dan harus kembali ke tempat kerja?                                              | 50% | 50%   |
| 3  | Apakah anda merasa lelah dengan banyaknya pekerjaan yang harus diselesaikan sebelum <i>deadline</i> ?                                | 80% | 20%   |
| 4  | Apakah anda sering merasa kesal dengan kesalahan yang diperbuat oleh mahasiswa?                                                      | 48% | 52%   |
| 5  | Apakah anda masih tertarik dengan kegiatan penelitian dan pengabdian kepada masyarakat (PKM) ?                                       | 30% | 70%   |
| 6  | Apakah pekerjaan di kampus membuat anda merasa bosan dan jenuh?                                                                      | 48% | 52%   |
| 7  | Apakah anda sering menunda-nunda pekerjaan?                                                                                          | 62% | 38%   |
| 8  | Apakah anda merasakan akhir-akhir ini pekerjaan anda terasa berat?                                                                   | 76% | 24%   |
| 9  | Apakah anda merasa kesulitan dengan mengerjakan tugas dan tanggung jawab anda?                                                       | 58% | 42%   |
| 10 | Apakah anda terkadang merasa diri anda tidak berharga?                                                                               | 44% | 56%   |

Sumber: Data diolah peneliti (2023)

Keterangan: dimensi *burnout* dari, 1-4 (Dimensi *Exhaustion*), 5-6 (Dimensi *Cynicism*), 7-9 (Dimensi *Ineffectiveness*)

Hasil survei awal yang telah dilakukan dapat diperoleh secara keseluruhan terdapat 61% dimensi pertama yaitu *exhaustion* yang menjawab ya pada pertanyaan 1-4. Menandakan bahwa terdapat beberapa dosen yang mengalami kelelahan secara fisik, emosional dan psikis, seperti mudah lelah, kesal ketika mahasiswa membuat kesalahan. Dimensi *cynicism* pada pertanyaan no 5-6 terdapat 39% yang menjawab ya. Menandakan bahwa terdapat beberapa dosen yang mengalami sinisme seperti tidak tertarik lagi dengan kegiatan PKM dan juga mudah merasa jenuh dengan kegiatan di kampus. Pada bagian dimensi *ineffectiveness* no

7-10 terdapat 60% dosen yang menjawab ya. Menandakan bahwa terdapat beberapa dosen yang mengalami rendahnya kepercayaan terhadap dirinya sendiri. Seperti sering menunda-nunda pekerjaan dan merasa tidak berharga, serta belum cukup puas dengan hasil yang telah dicapai.

Berdasarkan hasil survey awal di atas dapat disimpulkan bahwa beberapa dosen di Universitas Malikussaleh mengalami kelelahan dalam mengerjakan & menyelesaikan tugas terkait seperti mengajar, membimbing, penguji, membina, melaksanakan penelitian, melaksanakan pengabdian kepada masyarakat, serta melaksanakan tridarma.

Kemudian banyak penelitian-penelitian sebelumnya meneliti dengan menghubungkan dengan variabel lainnya, misalnya dengan variabel *work life balance* (Darmawan, dkk., 2015 ; Wardani, dkk., 2019 ; Karima, 2022). Sedangkan penelitian yang akan dilakukan yaitu melihat gambaran secara garis besar *burnout* yang terjadi di Universitas malikussaleh. Serta penelitian-penelitian sebelumnya banyak yang meneliti mengenai dosen wanita (Darmawan, dkk ; Karima, 2022), mahasiswa (Sagita, 2021 ; Simbolon, 2021), siswa (Muna, 2020 ; Winahyu & Wiryisutomo, 2020), guru (Jose, 2021 ; Hamizah & Arifin, 2021), polisi (Rizqi & Riyanto, 2021 ; Muarif & Adiyani, 2020 ; Agustin & Rahma, 2023), perawat (Wirati, dkk., 2020 ; Fanani, 2020), dokter (Rosyid, dkk., 2021 ; Isnaini & Mubarak, 2023) dan yang lainnya, untuk penelitian *burnout* tentang dosen dengan metode kuantitatif deskriptif belum cukup banyak yang meneliti. Maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai gambaran *burnout* yang terjadi pada dosen Universitas Malikussaleh.

## 1.2 Keaslian Penelitian

Penelitian sebelumnya dilakukan oleh Tameon (2019) yang berjudul “Gambaran *Burnout* Pada Dosen STAKN Kupang”. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan jenis metode survey yang di mana jumlah responden dalam penelitian ini berjumlah 47 orang dosen. Hasil dari analisis data ditemukan bahwa *burnout* dosen di STAKN Kupang adalah sebesar 44,66%. Berdasarkan gender didapati bahwa dosen STAKN Kupang yang berjenis kelamin perempuan mengalami *burnout* sebesar 41,46% sedangkan jenis kelamin laki-laki sebesar 47,22%. Selain itu, dari status pernikahan didapati bahwa dosen STAKN Kupang yang menikah mengalami *burnout* sebanyak 47,22% dan yang belum menikah sebesar 40,43%. Perbedaan dengan penelitian yang akan peneliti lakukan yaitu perbedaan tempat penelitian yang akan di lakukan di Unik7versitas Malikussaleh, dan penelitian sebelumnya hanya menggukan lebih sedikit responden di bandingkan dengan penelitian yang akan dilakukan.

Selanjutnya penelitian yang di lakukan oleh Siddiqui (2023) yang berjudul “*Assassment of Burnout Status Among Medical Student of Nepal*”. Responden dalam penelitian ini yaitu mahasiswa kedokteran Nepal yang berjumlah 531 orang. Metode penelitian yang digunakan yaitu metode pendekatan kuantitatif deskriptif yang kusionernya disebarakan secara online kepada mahasiswa kedokteran Nepal. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa presentase siswa tahun pertama lebih tinggi 76,35% dan diidentifikasi mengalami *burnout* di bandingkan dengan siswa tahun ke dua 73,47%, tahun ketiga 63,93% dan terakhir. Ada penurunan prevelensi *burnout* dengan meningkatnya standar di pendidikan kedokteran. Presentase yang

tinggi ini mungkin disebabkan oleh paparan terhadap kondisi baru dan kurangnya kemampuan beradaptasi ditambah dengan perubahan mendadak ke mode pendidikan online yang memberi mereka lebih sedikit waktu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan perguruan tinggi dan kurikulum pendidikan kedokteran. Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu perbedaan tempat, penelitian ini akan dilakukan di Universitas Malikussaleh, serta perbedaan responden penelitian yang akan dilakukan yaitu dosen yang bekerja di Universitas Malikussaleh.

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Darmawan, dkk (2015) dengan judul penelitian “Hubungan *Burnout* Dengan *Work-Life Balance* Pada Dosen Wanita” Responden penelitian ini adalah dosen yang mengajar di Universitas Negeri di kota Malang. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif korelasional. Teknik pengambilan data yang digunakan adalah quota sampling dengan komposisi 14 orang dari Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim, 40 orang dari Universitas Negeri Malang, dan 44 orang dari universitas Brawijaya. Hasil analisis memperlihatkan nilai koefisien korelasinya adalah  $(r) -0.563$  dengan  $p= 0,000$  yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antar kedua variabel yang bersifat *negative* dan berada pada rentang sedang. Hal ini berarti semakin tinggi nilai *burnout* maka semakin rendah nilai *work-life balance*. Begitu pula sebaliknya semakin rendah nilai *burnout* maka semakin tinggi nilai *work-life balance*. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu dari segi tempat penelitian yang akan dilakukan yaitu di Universitas Malikussaleh. Metode penelitian yang akan digunakan juga berbeda,

penelitian yang akan di lakukan menggunakan metode penelitian kuantitatif deskriptif. Penelitian sebelumnya hanya menggunakan subjek penelitian dosen berjenis kelamin wanita saja, sedangkan penelitian yang akan dilakukan yaitu mencakup dosen berjenis kelamin wanita dan juga laki-laki.

Penelitian selanjutnya di lakukan oleh Mohammed dkk (2020) yang berjudul “*Burnout Determinants and Consequence Among University Lectures*”. Metode penelitian ini menggunakan metode survei yang mana penelitian ini menggunakan 170 responden di dua universitas negeri dan swasta di Kurdistan Irak yang layak untuk dievaluasi lebih lanjut. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa depersonalisasi adalah tingkat kelelahan emosional. Dapat dikatakan bahwa depersonalisasi merupakan masalah psikologis yang yang mendalam setelah terjadinya kelelahan secara emosional. Ketika *burnout* meningkat, kelelahan secara emosional juga meningkat. Pembeda dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu dari segi lokasi penelitian yang akan dilakukan di Universitas Malikussaleh dan metode pada penelitian yang akan dilakukan yaitu metode penelitian kuantitatif deskriptif.

Selanjutnya penelitian dari Rochmah & Nurmina (2022) yang berjudul “Hubungan *burnout* dengan kualitas tidur pada dosen Universitas Negeri Padang”. Penelitian ini menggunakan 93 orang responden dosen Universitas Negeri Padang. Desain yang digunakan dalam riset ini yaitu kuantitatif berjenis korelasional. Hasil dari penelitian ini yaitu didapatkan nilai  $r = .577$  dengan  $p = .000$ . sehingga dapat dilihat kesimpulannya bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *burnout* dengan kualitas tidur pada dosen di Universitas Negeri Padang. Dimana

semakin tinggi tingkat *burnout* maka kualitas tidur dosen semakin buruk. Perbedaan penelitian yang akan dilakukan itu perbedaan tempat atau lokasi penelitian, penelitian yang akan dilakukan yaitu di Universitas Malikussaleh Aceh Utara. Metode penelitian juga berbeda dengan penelitian sebelumnya, penelitian yang akan dilakukan menggunakan metode penelitian kuantitatif deskriptif. Serta penelitian yang akan dilakukan memiliki responden yang lebih banyak dari pada penelitian sebelumnya.

### **1.3 Rumusan Masalah**

Berdasarkan penjelasan di atas maka rumusan masalah dalam penelitian adalah bagaimana gambaran *burnout* pada dosen di Universitas Malikussaleh?

### **1.4 Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian melakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran *burnout* pada dosen di Universitas Malikussaleh.

### **1.5 Manfaat Penelitian**

#### **1.5.1. Manfaat Teoritis**

1. Dapat memberikan sumbangan ilmu dalam ilmu psikologi industri dan organisasi, psikologi klinis serta kesehatan mental
2. Hasil penelitian ini dapat memberikan pengetahuan tentang gambaran *burnout* pada dosen dan di harapkan dapat menjadi referensi atau pedoman untuk penelitian selanjutnya, dengan mengangkat fenomena yang berbeda atau sama, dengan variabel yang berbeda.

### **1.5.2. Manfaat Praktis**

#### 1. Bagi instansi Universitas Malikussaleh

Penelitian ini diharapkan dapat berguna dan bermanfaat bagi instansi Universitas Malikussaleh dapat menjadikan sebagai acuan untuk menyelesaikan permasalahan *burnout* dan dapat mensejahterakan para dosen. Hasil penelitian ini juga diharapkan menjadi referensi atau saran bagi universitas untuk memberikan reward seperti sertifikat penghargaan kepada dosen yang telah mencapai sesuatu hal.

#### 2. Bagi Bapak/Ibu Dosen

Dapat menjadikan saran atau masukan untuk dapat mengatasi dengan bijak atau mengurangi sindrom *burnout* yang terjadi. Hal ini dapat dilakukan dengan cara beristirahat dengan cukup, memberi *reward* pada diri sendiri, serta memberikan waktu luang untuk *refressing* dan melakukan hal-hal yang disukai.