

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Sistem pendidikan di Indonesia ada beranekaragam, dimana sistem pendidikan yang memiliki ciri khas tersendiri yaitu pendidikan pasantren (Sabil dan Diantoro, 2021). Berbeda di Pulau Jawa yang biasanya dikenal dengan pasantren sedangkan di Aceh biasanya dikenal dengan nama dayah (Muslim, 2016). Secara garis besar sistem pendidikan pasantren dapat digolongkan menjadi 2 yaitu pasantren tradisional (*salafi*) dan pasantren terpadu (*khalaf*) yang sekarang disebut modern. Pasantren tradisional yaitu sistem yang tetap mempertahankan pengajaran kitab-kitab Islam klasik sebagai inti pendidikan di pasantren, sedangkan pasantren modern merupakan sistem pendidikan yang berusaha mengintegrasikan secara penuh sistem tradisional dan sistem sekolah formal seperti madrasah (Sahibudin, 2017).

Salah satu pendidikan pasantren yang telah mengadopsi model pasantren terpadu yaitu Dayah Darul Yaqin, dayah darul yaqin adalah sebuah lembaga pendidikan Islam yang berbasis disiplin keilmuan dayah *salafiyah* dan sekarang sudah memiliki pendidikan formal seperti model pasantren terpadu, yaitu pada pagi hari mengikuti pendidikan formal yaitu sekolah dan di siang atau malam hari akan mempelajari kitab-kitab klasik atau kitab-kitab kuning, sehingga hal tersebut santri dayah darul yaqin memiliki dua peran sekaligus yaitu sebagai siswa dan santri.

Berbagai kegiatan yang dilakukan oleh santri, mulai dari banyaknya tugas dan hafalan yang diberikan, sehingga waktu belajar yang hampir 24 jam dengan aturan-aturan yang wajib dipenuhi oleh santri dan dapat menimbulkan kelelahan (*fatigue*) secara fisik maupun psikologis pada santri (Oktia, 2022).

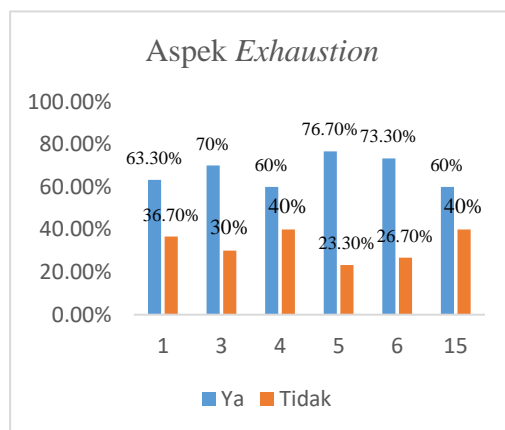
Pembelajaran di dayah atau pesantren sering melibatkan siswa dalam jam belajar yang panjang dan banyak mata pelajaran, termasuk beberapa yang menuntut seperti lamanya durasi jam belajar setiap hari, jumlah mata pelajaran yang banyak dan berat, sehingga dapat menghambat kemampuan otak untuk menerima informasi secara optimal dan dapat menyebabkan siswa mengalami kejenuhan belajar (*Academic Burnout*), bahkan ada beberapa siswa mengalami ketidaknyamanan yang mengakibatkan mereka terpaksa meninggalkan dayah atau pesantren (Fahmi dan Widyastuti, 2018)

Ambarwati, (2020) menyebutkan beberapa faktor yang bisa menyebabkan kejenuhan pada santri dalam proses belajar termasuk lamanya durasi jam belajar setiap hari, jumlah mata pelajaran yang banyak dan berat, serta tingkat keletihan yang dapat memengaruhi kemampuan belajar anak karena mereka merasa bosan dan lelah, keletihan yang dialami anak dapat mengurangi motivasi mereka dan membuat mereka enggan untuk mengikuti pelajaran selanjutnya. Pada masa remaja awal tidak dapat dipungkiri dapat muncul kelelahan akademik (*academic burnout*) di sekolah, terutama remaja yang menempuh jalur akademis terbukti mengalami lebih banyak kelelahan dibanding di sekolah kejuruan (Salmela et al, 2009).

Berdasarkan hasil pada penelitian yang telah diteliti oleh Rahman & Djamhoer, (2023) bahwa didapatkan hasil pada siswa yang mondok ditemukan beberapa indikasi kejenuhan belajar (*academic burnout*) siswa merasakan kelelahan dan jenuh dengan rutinitasnya setiap hari, merasa malas mengikuti sebagian kegiatan yang ada di pondok dan merasa minder dan pesimis dengan persaingan antar siswa dalam kelas. Sehingga untuk mendukung pernyataan diatas maka peneliti melakukan survei awal terkait dengan *academic burnout* pada santri yang sekolah umum di Dayah Darul Yaqin. Berdasarkan hasil survei awal yang telah dilakukan pada tanggal 9-12 Maret 2024 pada 30 santri yang sekolah umum di dayah darul yaqin, diperoleh hasil sebagai berikut:

Gambar 1.1

Grafik Hasil Survei Academic Burnout



Keterangan Aspek Exhaustion

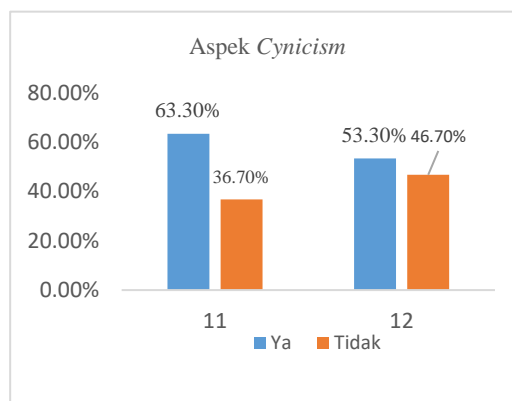
1. Apakah anda merasakan kelelahan atau kejenuhan belajar?
3. Saya merasa kurang bersemangat ketika berangkat ke sekolah
4. Saya merasa jenuh dengan rutinitas yang sudah terjadwal
5. Banyaknya tugas membuat saya merasa kelelahan
6. Apakah metode pembelajaran yang diterapkan membuat kamu kelelahan dalam menjalaninya?
15. Apakah sistem pembelajaran di sekolah atau asrama membuat anda bingung/jenuh?

Hasil dari grafik data survei awal ditemukan bahwa terdapat santri yang sekolah umum di dayah darul yaqin mengalami permasalahan *academic burnout* terlihat pada aspek pertama yaitu *exhaustion*, terdapat 63,3% santri merasakan kelelahan dikarenakan menurut mereka belajar bukanlah hal yang mudah kemudian terlalu banyak tugas baik di tempat ngaji maupun di sekolah,

70% santri merasa kurang bersemangat kesekolah dikarenakan banyaknya pelajaran, kurang motivasi, dan kurang akan kebebasan, 60% santri merasa jenuh dengan rutinitas yang ada dikarenakan bosan dengan rutinitas yang setiap kali diulang, 76,7% santri merasa banyaknya tugas merupakan salah satu pemicu kejenuhan, 73,3% santri merasa jenuh dengan metode pembelajaran dikarenakan tugas terlalu sulit atau rumit, 60% santri merasa sistem pembelajaran disekolah membuat jenuh karena ketika di sekolah biasa jam pelajaran tidak ada waktu istirahat ataupun *refreshing*, sehingga sangat membosankan dan membingungkan.

Gambar 1.2

Grafik Hasil Survei Academic Burnout



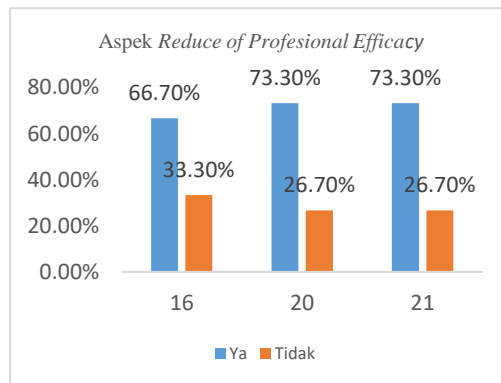
Keterangan Aspek Cynicism

11. Kerja kelompok membuat saya tidak leluasa dalam mengerjakan tugas
12. Saya kurang tertarik mengerjakan tugas kelompok

Hasil survei pada aspek kedua yaitu aspek *cynicism* terdapat 63,3% santri merasa kerja kelompok tidak leluasa dalam mengerjakan tugas dikarenakan rata-rata berfikir bahwa hanya sebagian orang saja yang mengerjakan, 53,3% santri merasa kurang tertarik mengerjakan tugas kelompok dikarenakan malas untuk beramai-ramai dan terkadang kurangnya kekompakan sehingga menimbulkan perbedaan pendapat terlebih ketika teman hanya menumpang nama saja.

Gambar 1.3

Grafik Hasil Survei Academic Burnout



Keterangan Aspek *Reduce of Profesional Efficacy*

16. Saya merasa puas dengan nilai yang saya dapatkan

20. Apakah anda merasa gelisah ketika hasil ulangan akan dibagikan

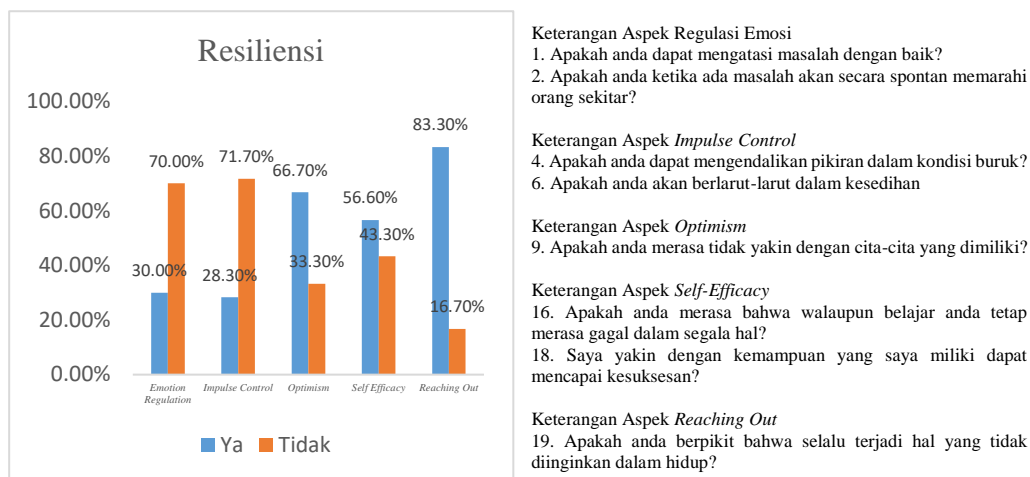
21. Saya merasa ragu dengan nilai saya

Hasil survei pada aspek *Reduce of professional efficacy* terdapat 66,7% merasa dirinya tidak sepintar seperti teman-temannya yang lain, 73,3% rata-rata santri merasa gelisah ketika hasil ulangan akan dibagikan dikarenakan merasa takut tidak sesuai dengan ekspektasi terlebih ketika sudah bersusah payah untuk belajar, 73,3% santri merasa ragu dengan nilai yang didapatkan karena merasa kurang percaya akan mencapai nilai yang sempurna.

Kemampuan dalam mengatasi kesulitan belajar menjadi lebih kuat dianggap sebagai memiliki resiliensi yang baik, resiliensi ditemukan berdampak pada pengalaman belajar, kinerja akademik, penyelesaian kursus maupun praktik profesional (Elbarbary et al., 2023). Untuk mendukung pernyataan diatas maka peneliti melakukan survei awal terkait dengan resiliensi pada santri yang sekolah umum didayah darul yaqin di tanggal 9-12 maret 2024 pada 30 santri, maka diperoleh hasil sebagai berikut:

Gambar 1.4

Diagram Hasil Survei Awal Resiliensi



Berdasarkan diagram diatas, ditemukan bahwa terdapat santri yang sekolah umum didayah darul yaqin mengalami permasalahan pada aspek *emotion regulation*, *impulse control*, *optimism*, *self efficacy*, dan *reaching out*. Hasil survei pada aspek *emotion regulation* terdapat 70% santri tidak dapat mengatasi masalah sendiri dengan baik dikarenakan merasa belum dewasa dan masih membutuhkan orang lain selain itu rata-rata santri memiliki ketidaksadaran dalam meluapkan emosi dimana secara spontan akan memarahi orang sekitar ketika sedang mengalami masalah.

Kemudian hasil survei pada aspek *impulse control* terdapat 71,7% santri mengatakan ketika dalam kondisi buruk maka akan sulit untuk mengendalikan pikiran kedalam hal yang baik karena sedang mengalami situasi yang sulit dan pikiran akan menjadi kacau serta panik sendiri. Pada aspek *optimism* terdapat 66,7% santri belum yakin dengan cita-cita yang dimiliki dan merasa cita-citanya belum jelas dan belum memiliki cita-cita sehingga merasa bimbang dan merasa takut akan kegagalan. Pada hasil survei aspek *self efficacy* juga mengalami

permasalahan, terdapat 56,6% santri merasa walaupun belajar tetap merasa gagal dikarenakan kurang percaya dengan pencapaian diri terlebih terhadap nilai dan pelajarannya juga sulit. Hasil survei pada aspek *reaching out* terdapat 83,3% santri berpikir bahwa selalu terjadi hal yang tidak diinginkan dalam hidup dikarenakan merasakan banyak hal yang tak terduga terjadi dalam hidup dan merasa tidak pernah beruntung.

Tingkat resiliensi yang tinggi akan menjadi faktor pelindung dan dapat membantu siswa dalam mengatasi masalah dan ketegangan akademik sehingga akan mengurangi *academic burnout* atau kelelahan akademik (Janatolmakan et al, 2021). Berdasarkan hasil dari survei data awal dan permasalahan yang telah diuraikan maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut agar dapat memperoleh data lebih valid dan menyeluruh mengenai hubungan resiliensi dengan *academic burnout*. Untuk itu penulis mengambil judul “Hubungan antara Resiliensi dengan *Academic Burnout* pada santri yang sekolah umum di Dayah Darul Yaqin Lhokseumawe”.

1.2 Keaslian Penelitian

Peneliti terdahulu yang telah dilakukan oleh Maylani dan Kusdiyati, (2021) dengan judul penelitian “Pengaruh Resiliensi terhadap *Academic Burnout* Mahasiswa di Masa Pandemi COVID-19”. Hasil penelitian laki-laki ditemukan memiliki skor yang secara signifikan lebih tinggi daripada perempuan pada ukuran resiliensi. Perempuan ditemukan memiliki skor yang secara signifikan lebih tinggi daripada laki-laki pada ukuran *academic burnout*. Sehingga resiliensi berpengaruh secara negatif terhadap *academic burnout*. Kontribusi

resiliensi terhadap *academic burnout* adalah 7.1% ($R^2=.071$). Adapun perbedaan penelitian Maylani dan Kusdiyati (2021) dengan penelitian ini adalah pada penelitian Maylani dan Kusdiyati (2021) menggunakan subjek pada 440 mahasiswa yang berasal dari 8 Perguruan Tinggi di Kota Bandung. Sedangkan, penelitian ini menggunakan subjek pada 149 santri yang sekolah umum di dayah darul yaqin. Dan metode penelitian Maylani dan Kusdiyati (2021) menggunakan desain metode kausalitas. Sedangkan, penelitian ini menggunakan desain korelasional.

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Sunaras et al., (2023) yang berjudul “Hubungan Resiliensi Akademik terhadap *Academic Burnout* pada Mahasiswa Keperawatan”. Hasil yang didapatkan yaitu menunjukkan sebagian besar mahasiswa keperawatan memiliki resiliensi akademik pada tingkat sedang sebanyak 58,3%, memiliki mekanisme koping maladaptif sebanyak 53% dan mengalami *academic burnout* sedang sebanyak 72%. Sehingga hasil penelitian juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara resiliensi akademik dengan *academic burnout* pada mahasiswa keperawatan dengan p-value sebesar 0.000 dan terdapat hubungan antara mekanisme koping dengan *academic burnout* pada mahasiswa keperawatan dengan p-value sebesar 0.004. Perbedaan penelitian Sunaras et al., (2023) dengan penelitian ini yaitu pada penelitian Sunaras et al., (2023) menggunakan metode penelitian *observasional* dengan pendekatan *cross-sectional* sedangkan penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelasional. Dan pada penelitian Sunaras et al., (2023) sampel yang digunakan berjumlah 240 mahasiswa keperawatan

aktif, tercatat di PDDIKTI dan bersedia menjadi responden serta kriteria eksklusi yang digunakan yaitu mahasiswa dropout, cuti, sakit, izin atau alfa. Sedangkan pada penelitian ini menggunakan subjek pada 149 santri yang sekolah umum didayah darul yaqin.

Penelitian terdahulu yang telah diteliti oleh Khaekal et al., (2022) yang berjudul “*Resilience Academic* Sebagai Prediktor terhadap *Burnout Academic* pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Kota Makassar”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa variabel *resilience academic* dapat menjadi prediktor terhadap mahasiswa akhir, dengan arah pengaruh negative, hal ini menunjukkan bahwa skor *resilience academic* semakin rendah maka semakin tinggi skor *academic burnout*. Perbedaan penelitian Khaekal et al., (2022) dengan penelitian ini yaitu pada penelitian Khaekal et al., (2022) teknik pengambilan sampel menggunakan teknik assidental dengan jumlah 432 responden, dengan kriteria mahasiswa akhir yang sedang mengerjakan skripsi. Sedangkan pada penelitian ini teknik pengambilan sampel teknik *simple random sampling* dengan jumlah 149 santri yang sekolah umum didayah darul yaqin.

Penelitian terdahulu yang telah diteliti oleh Redityani dan Susilawati, (2021) yang berjudul “Peran resiliensi dan dukungan sosial terhadap *burnout* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana”. Hasil menunjukkan bahwa hipotesis penelitian ini diterima. Hal ini berarti resiliensi dan dukungan sosial berperan terhadap *burnout* pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana secara bersama-sama. Perbedaan penelitian Redityani dan Susilawati, (2021) dengan penelitian ini yaitu penelitian

Redityani dan Susilawati, (2021) menggunakan pengambilan sampel dengan teknik *cluster sampling*, sedangkan penelitian ini menggunakan teknik *simple random sampling*. Dan penelitian Redityani dan Susilawati, (2021) menggunakan sampel pada mahasiswa yang berasal dari program studi Fisioterapi dan Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana angkatan 2017, 2018, dan 2019. Sedangkan pada penelitian ini menggunakan sampel berjumlah 149 santri yang sekolah umum didayah darul yaqin.

Penelitian terdahulu yang telah diteliti oleh Salsabila et al., (2023) dengan judul “Peranan *Academic Relisience* terhadap *Academic Burnout* pada Peserta didik SMA dalam Peralihan Pembelajaran Daring ke Pembelajaran Luring di Kota Banjarmasin”. desain penelitian yang digunakan ialah desain penelitian *cross-sectional*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara *academic burnout* dengan *academic resilience*. Adapun Hasil dari uji hipotesis menggunakan analisis regresi linear sederhana dengan bunyi hipotesis penelitian berupa terdapat peranan *academic resilience* terhadap *academic burnout* pada peserta didik SMA dalam peralihan pembelajaran daring ke pembelajaran luring. Adapun Perbedaan penelitian Salsabila et al., (2023) dengan penelitian ini yaitu pada penelitian Salsabila et al., (2023) menggunakan desain penelitian *cross-sectional* sedangkan penelitian ini menggunakan desain korelasional. Dan pada penelitian Salsabila et al., (2023) menggunakan sampel berjumlah 243 sampel peserta didik SMA dikota Banjarmasin, sedangkan pada penelitian ini menggunakan sampel berjumlah 149 santri yang sekolah umum didayah darul yaqin.

Sehingga dari penelitian-penelitian terdahulu maka dapat disimpulkan bahwa hal yang membedakan penelitian terdahulu dengan penelitian yang peneliti lakukan yaitu pada lokasi penelitian yaitu Dayah Darul Yaqin Lhokseumawe, pada subjek penelitian yaitu santri yang sekolah umum di dayah darul yaqin lhokseumawe, dan teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *simple random sampling*.

1.3 Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan antara resiliensi dengan *academic burnout* pada santri yang sekolah umum di dayah darul yaqin Lhokseumawe?”

1.4 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara resiliensi dengan *academic burnout* pada santri yang sekolah umum di dayah darul yaqin Lhokseumawe.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

1. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi dan menambah keilmuan dalam penulisan karya ilmiah dan lainnya terkait *academic burnout* dan resiliensi.
2. Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai sumbangan pemikiran, masukan serta dapat memberikan informasi bagi penelitian lebih lanjut dalam rangka pengembangan teori serta memperluas

pengembangan ilmu, khususnya pada psikologi pendidikan dan psikologi sosial

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Bagi santri

Diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat mengevaluasi diri terkait gejala psikologis yang terjadi sehingga dapat mengurangi risiko terhadap kesehatan individu yang lebih serius. Membuat jadwal yang realitis sehingga ketika santri merasa *burnout* terhadap akademik dapat menemukan cara untuk menyegarkan diri dan dapat mendorong untuk mencari metode belajar yang menyenangkan.

2. Bagi dayah

Diharapkan dengan adanya penelitian ini pihak dayah atau pasantren dapat membantu, membimbing serta mengarahkan para santri untuk mencegah *academic burnout* serta meningkatkan resiliensi. Adapun salah satu cara untuk membimbing santri agar dapat mencegah kelelahan dalam hal akademis yaitu dengan memberikan psikoedukasi berupa leaflet.