

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dalam lingkungan pendidikan tinggi, mahasiswa dituntut untuk mampu menyelesaikan berbagai kewajiban akademik seperti tugas, ujian, dan penelitian dalam waktu yang terbatas. Beban tersebut dapat menjadi sumber tekanan yang cukup besar, terutama bagi mereka yang tidak hanya fokus pada perkuliahan, tetapi juga bekerja paruh waktu demi mencukupi kebutuhan ekonomi pribadi maupun keluarga. Fenomena mahasiswa yang bekerja sambil kuliah kini bukan lagi sesuatu yang jarang dijumpai, terlebih di tengah kondisi ekonomi yang menuntut kemandirian finansial sejak usia muda. Seiring perkembangan zaman, mahasiswa tidak harus menunggu hingga lulus untuk mulai bekerja. Banyak dari mereka yang memilih menjalani kuliah sambil bekerja dengan berbagai tujuan, seperti untuk membiayai pendidikan yang semakin mahal, mempersiapkan diri menghadapi dunia kerja lebih awal, mengembangkan keterampilan soft skill dan hard skill, memperluas jaringan sosial, serta melatih kemampuan manajemen diri (Santrock, 2018).

Fenomena mahasiswa yang sambil bekerja kini umum terjadi, terutama di kalangan mahasiswa di Fakultas Ekonomi Universitas Merdeka Pasuruan. Banyak dari mereka terdorong untuk bekerja demi mencukupi kebutuhan finansial atau membantu keluarga. Namun, bekerja sambil kuliah dapat menambah beban psikologis dan fisik, yang pada akhirnya meningkatkan risiko

terjadinya *Academic Burnout*. Di Fakultas Ekonomi Universitas Merdeka Pasuruan menunjukkan bahwa tidak sedikit mahasiswa yang mengalami kelelahan mental dan fisik karena tekanan dari dua sisi akademik dan pekerjaan. Hasil wawancara awal dengan beberapa mahasiswa menunjukkan bahwa mereka sering merasa cemas, kelelahan, dan sulit berkonsentrasi dalam perkuliahan. Hal ini dapat menurunkan kualitas pendidikan serta berpotensi menyebabkan *drop out*.

Academic Burnout merupakan suatu kondisi kelelahan fisik, emosional, dan mental yang disebabkan oleh tekanan akademik yang berkepanjangan dan tidak tertangani dengan baik Maslach & Leiter (2016:351). Kondisi ini tidak hanya memengaruhi performa akademik, tetapi juga dapat mengganggu kesejahteraan psikologis mahasiswa secara menyeluruh. Mahasiswa yang mengalami *burnout* umumnya memperlihatkan gejala seperti kelelahan kronis, kehilangan motivasi belajar, sikap sinis terhadap tugas-tugas akademik, hingga menurunnya prestasi akademik.

Salah satu faktor penting yang berperan dalam terjadinya *burnout* adalah konsep diri, yaitu bagaimana seseorang memandang, menilai, dan memahami dirinya sendiri. Menurut John W. Santrock (2018), konsep diri yang positif dapat membantu individu untuk lebih percaya diri, termotivasi, dan lebih mampu menghadapi tekanan. Disisi lain, konsep diri negatif pada mahasiswa dapat meningkatkan kemungkinan mereka mengalami stress dan burnout, karena mereka cenderung meragukan kemampuan diri mereka sendiri dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik maupun pekerjaan.

Selain faktor internal seperti konsep diri, dukungan sosial juga memegang peranan penting dalam mengatasi burnout. Dukungan sosial mencakup bantuan emosional, informasi, maupun bantuan nyata yang diberikan oleh orang-orang di sekitar seperti keluarga, teman, pasangan, maupun lingkungan kampus. Sarafino dan Smith (2017:205) menjelaskan bahwa dukungan sosial dapat berfungsi sebagai “*buffer*” terhadap stres, yaitu membantu seseorang untuk lebih tahan terhadap tekanan dan beban yang dihadapi. Dalam konteks mahasiswa yang bekerja, dukungan sosial yang kuat bisa memberikan rasa tenang, aman, dan termotivasi untuk menjalani kedua peran tersebut secara seimbang.

Mahasiswa Universitas Merdeka Pasuruan yang menjalani perkuliahan sambil bekerja termasuk dalam kelompok yang rentan mengalami tekanan psikologis. Mereka berada pada fase perkembangan dewasa awal yang penuh tantangan, baik dari segi akademik maupun kehidupan pribadi. Tekanan semakin meningkat dengan adanya harapan dari keluarga dan lingkungan sekitar. Namun demikian, tidak semua mahasiswa yang bekerja mengalami burnout. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat faktor lain yang turut memengaruhi kondisi tersebut, seperti persepsi individu terhadap dirinya sendiri (konsep diri) serta tingkat dukungan sosial yang mereka terima dari orang-orang di sekitarnya.

Penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa konsep diri dan dukungan sosial memiliki hubungan signifikan terhadap tingkat stres dan *burnout* akademik. Studi oleh Salmela-Aro & Read (2017) mengungkapkan bahwa kombinasi antara konsep diri yang tinggi dan dukungan sosial yang baik dapat meningkatkan semangat dan motivasi belajar mahasiswa dan tingkat

kelelahan akademik yang lebih rendah. Namun, masih terdapat keterbatasan dalam penelitian terkait *Academic Burnout* pada konteks mahasiswa yang sambil bekerja, khususnya di lingkungan lokal seperti Universitas Merdeka Pasuruan. Dengan demikian, Penelitian ini penting dilakukan karena belum banyak studi yang secara spesifik mengkaji *Academic Burnout* pada mahasiswa yang bekerja sambil kuliah di lingkungan kampus seperti Universitas Merdeka Pasuruan. Selain itu, dengan meningkatnya jumlah mahasiswa pekerja dari tahun ke tahun, topik ini menjadi sangat relevan untuk dibahas, terutama dalam upaya pengembangan program kampus yang mendukung kesejahteraan mental dan akademik mahasiswa.

Dengan memahami peran konsep diri dan dukungan sosial dalam memengaruhi tingkat *Academic Burnout*, diharapkan pihak kampus dapat merancang kebijakan serta layanan konseling yang lebih tepat sasaran dan sesuai dengan kebutuhan mahasiswa yang bekerja. Penelitian ini juga ditujukan sebagai kontribusi ilmiah dalam pengembangan ilmu psikologi pendidikan, serta memberikan manfaat praktis bagi mahasiswa dalam menghadapi dan mengelola tekanan akademik. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara konsep diri dan dukungan sosial dengan *Academic Burnout*. Adapun populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Merdeka Pasuruan yang menjalani perkuliahan sambil bekerja. Berdasarkan hal tersebut, penulis tertarik untuk mengangkat judul **“Pengaruh Konsep Diri dan Dukungan Sosial, terhadap *Academic Burnout* pada mahasiswa yang sambil bekerja di Fakultas Ekonomi Universitas Merdeka Pasuruan”**.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut terdapat beberapa rumusan masalah sebagai berikut :

1. Apakah konsep diri dan dukungan sosial berpengaruh secara simultan terhadap *Academic Burnout* pada mahasiswa yang sambil bekerja di Fakultas Ekonomi Universitas Merdeka Pasuruan?
2. Apakah konsep diri berpengaruh secara parsial terhadap terhadap *Academic Burnout* pada mahasiswa yang sambil bekerja di Fakultas Ekonomi Universitas Merdeka Pasuruan?
3. Apakah dukungan sosial berpengaruh secara parsial terhadap terhadap *Academic Burnout* pada mahasiswa yang sambil bekerja di Fakultas Ekonomi Universitas Merdeka Pasuruan?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui :

1. Mengetahui pengaruh konsep diri dan dukungan sosial memberi pengaruh secara simultan terhadap *Academic Burnout* pada mahasiswa yang sambil bekerja angkatan 2021 di Univeraitas Merdeka Pasuruan?
2. Mengetahui pengaruh konsep diri berpengaruh secara parsial terhadap *Academic Burnout* pada mahasiswa yang sambil bekerja di Fakultas Ekonomi Universitas merdeka Pasuruan?

3. Mengetahui Pengaruh dukungan sosial berpengaruh secara parsial terhadap *Academic Burnout* pada mahasiswa yang sambil di Fakultas Ekonomi Universitas merdeka Pasuruan?

D. Manfaat Penelitian

Harapanya dalam penelitian ini dapat bermanfaat dan membantu bagi banyak pemangku kepentingan, seperti :

1. Bagi Instansi

Hasil penelitian ini dapat digunakan oleh instansi pendidikan (kampus/universitas) untuk memahami sejauh mana mahasiswa yang bekerja mengalami *Academic Burnout*, serta bagaimana konsep diri dan dukungan sosial memengaruhi kondisi mereka. Dari situ, kampus bisa mengembangkan layanan konseling, pendampingan akademik, atau program kesejahteraan mahasiswa yang lebih tepat sasaran.

2. Bagi Fakultas

Penelitian ini diharapkan mampu membantu Dosen, Mahasiswa, atau kalangan akademisi yang lain dalam penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan pengaruh konsep diri, dan dukungan sosial terhadap *Academic Burnout* pada mahasiswa yang sambil bekerja.

3. Bagi Pihak Lain

Penelitian ini diharapkan mampu dijadikan referensi untuk peneliti lainnya yang akan mengangkat tema yang sama dari sudut pandang yang berbeda. yang berbeda.