

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Saat ini kreativitas dan inovasi menjadi kata kunci penting untuk memastikan pembangunan Indonesia yang berkelanjutan. Para mahasiswa yang saat ini belajar di Perguruan Tinggi, harus disiapkan menjadi pembelajar sejati yang terampil, lentur dan ulet (*agile learner*). Kebijakan Merdeka Belajar – Kampus Merdeka yang diluncurkan oleh Menteri Pendidikan dan Kebudayaan merupakan kerangka untuk menyiapkan mahasiswa menjadi sarjana yang tangguh, relevan dengan kebutuhan zaman, dan siap menjadi pemimpin dengan semangat kebangsaan yang tinggi.

Kebijakan Merdeka Belajar – Kampus Merdeka sesuai Peraturan Mendikbud No. 3 Tahun 2020, memberikan hak kepada mahasiswa untuk Tiga semester belajar di luar program studinya. Melalui program ini, terbuka kesempatan luas bagi mahasiswa untuk memperkaya dan meningkatkan wawasan serta kompetensinya di dunia nyata sesuai dengan passion dan cita-citanya. Kita meyakini, pembelajaran dapat terjadi dimanapun, tidak hanya diruang kelas, perpustakaan dan laboratorium, tetapi juga bisa di desa, industri, tempat-tempat kerja, tempat-tempat pengabdian, pusat riset, maupun di masyarakat. Bentuk kegiatan pembelajaran yang dapat diambil oleh mahasiswa berupa: kegiatan magang di Industri, mahasiswa membangun desa, mengajar di sekolah, pertukaran

mahasiswa, penelitian di lembaga riset, pengembangan kewirausahaan, proyek mandiri, dan proyek kemanusiaan. (Kemdikbud, 2020)

Dalam hal memfasilitasi kemudahan pendaftaran dan pelaporan kegiatan dalam Merdeka Belajar – Kampus Merdeka, Kemdikbud meluncurkan sistem website terintegrasi yang dapat menghubungkan data dari Pangkalan Data Pendidikan Tinggi (PDDikti) dengan pemangku kepentingan yang lain yaitu perguruan tinggi, mahasiswa dan juga mitra (dunia usaha, dunia industri, BUMN, dan lembaga lain). Diharapkan peluncuran sistem Merdeka Belajar – Kampus Merdeka dapat mempercepat dan mempermudah dalam implementasi dan pelaporan kegiatan pembelajaran Merdeka Belajar – Kampus Merdeka.

Melalui MBKM, mahasiswa memiliki kesempatan untuk menempuh pembelajaran di luar program studi atau di luar Perguruan Tinggi, melalui 8 kegiatan MBKM, yaitu: (a) melakukan magang/praktik kerja di Industri atau tempat kerja lainnya; (b) melaksanakan proyek pengabdian kepada masyarakat di desa; (c) mengajar di satuan pendidikan; (d) mengikuti pertukaran mahasiswa; (e) melakukan penelitian; (f) melakukan kegiatan kewirausahaan; (g) membuat studi/proyek independen; dan (h) mengikuti program kemanusiaan (Permendikbud, 2020). Untuk mendukung kebijakan merdeka belajar kampus merdeka, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemdikbud) menjalin kerjasama dengan berbagai pemangku kepentingan, misalnya penandatanganan nota kesepahaman dengan Kementerian Keuangan tentang Program Magang Mahasiswa Bersertifikat (PMMB). bisa diselesaikan selama 1-2 semester. Sejauh

ini, Forum Human Capital Indonesia memiliki 118 BUMN, tidak termasuk perusahaan lain yang telah bekerja sama dengan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, serta perusahaan internasional di Jepang, Korea Selatan, Taiwan dan beberapa negara lainnya.

Menteri Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi (Mendikbudristek) Nadiem Anwar Makarim mengatakan, program Kampus Merdeka Belajar Merdeka (MBKM) merupakan salah satu program utama pemerintah untuk mengatasi permasalahan dalam dunia perguruan tinggi yaitu ketenaga kerjaan dan pentingnya pendidikan tinggi lulusan dunia industri. Tujuan Kebijakan merdeka belajar kampus merdeka (MBKM) untuk meningkatkan keterampilan lulusan, baik *soft skill* maupun *hard skill*, untuk lebih mempersiapkan kebutuhan zaman dan mempersiapkan lulusan menjadi pemimpin bangsa masa depan yang unggul. Program *experiential learning* dengan jalur yang fleksibel seharusnya membantu siswa mengembangkan potensi yang sesuai dengan passion dan keterampilannya (Sudaryanto, 2020).

Kebijakan merdeka belajar kampus merdeka diharapkan dapat menjawab tuntutan tersebut. Kebijakan pemerintah dilaksanakan dengan benar, jika kelompok kepentingan melihat sisi filosofis sebagai landasan, maka perlu dilakukan analisis agar kebijakan tersebut dapat berjalan efektif (Muslikh, 2020). Kampus Merdeka merupakan bentuk pendidikan perguruan tinggi yang mandiri dan fleksibel untuk menciptakan budaya belajar baru yang bebas hambatan yang memenuhi kebutuhan mahasiswa. Merdeka belajar adalah kebebasan berpikir,

yang berarti penerapan merdeka belajar ke berbagai perguruan tinggi negeri dan swasta (Nehe, 2021).

Saat ini lulusan perguruan tinggi hanya mengandalkan ijazahnya dengan nilai yang memuaskan namun tidak disertai kompetensi atau kemampuan lain yang dibutuhkan dunia kerja. Akibatnya, perusahaan tidak mudah menerima mereka (Yaniawati, 2009). Pembelajaran yang berlangsung di kampus Merdeka merupakan salah satu manifestasi terpenting dari pembelajaran yang berpusat pada siswa. Belajar di kampus Merdeka menawarkan tantangan dan peluang bagi pengembangan inovasi, kreativitas, kapasitas, kepribadian dan kebutuhan mahasiswa, serta pengembangan kemandirian dalam mencari dan menemukan informasi melalui realitas dan dinamika lapangan, seperti persyaratan keterampilan, masalah nyata dan interaksi sosial, kerjasama, manajemen diri, persyaratan kinerja, tujuan dan pencapaian (Tohir, 2020).

Pada tahun 2020 di masa pandemi COVID-19, Penerapan kurikulum merdeka belajar atau kurikulum Prototipe telah diuji cobakan disekitarnya 2500 sekolah penggerak. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (2021) menjelaskan bahwa program kampus mengajar bertujuan untuk memberikan kesempatan kepada mahasiswa minimal semester Lima untuk belajar dan mengembangkan diri di luar program studi. Hal ini dilakukan untuk meningkatkan *soft skill* dan *hard skill* siswa, mempersiapkan dan membawa mereka *up to date* untuk era mereka sebagai pemimpin masa depan negara dengan kepribadian yang hebat.

Literasi numerik, adaptasi teknologi, dan manajemen sekolah adalah tanggung jawab utama mahasiswa kampus Kelas di sekolah sasaran (Lestari, 2021).

Menurut Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nadiem Anwar Makarim, mengatakan bahwa “*hardskill* diperlukan untuk beradaptasi dengan teknologi, sedangkan *softskill* adalah keterampilan, Kreativitas, berpikir kritis dan kemampuan memecahkan masalah” (Kompas, 2020). Salah satu program unggulan MBKM adalah program Kampus Mengajar yang dikelola secara terpusat oleh Departemen Pembelajaran dan Kemahasiswaan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. Program kampus mengajar merupakan program bantuan pengajaran pada satuan pendidikan sesuai pedoman MBKM. Program Kampus Mengajar merupakan program pemerintah terbesar yang memungkinkan mahasiswa Indonesia memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kualitas pembelajaran (Makarim, 2021).

Kampus Mengajar adalah program yang menawarkan kesempatan kepada siswa untuk membantu guru dan kepala sekolah SD dan SMP menyelenggarakan kegiatan pembelajaran yang terdampak pandemi. Program ini berlangsung selama satu semester. Siswa yang mengikuti kampus mengajar dapat menerima beberapa manfaat, yaitu: Konversi SKS untuk memenuhi syarat penyelesaian gelar sarjana sekitar 20 SKS, Biaya hidup dan bantuan akomodasi, Potongan UKT, Dilaksanakan 4 jam/ hari dan Sertifikat peserta Program Kampus Mengajar. Selain itu, program Kampus Mengajar bisa memberi pengalaman bagi mahasiswa

untuk mengasah kemampuan dalam mengajar, berkolaborasi dengan guru SD dan SMP, hingga mendalami sejumlah jenis *softskill*. (Kemdikbud, 2020)

Program Kampus Mengajar di Sekolah merupakan bentuk pengabdian kepada siswa dalam kegiatan pendidikan sekolah, yang mendukung kemampuan literasi dan numerasi siswa, serta adaptasi teknologi kepada guru dan sekolah. Kampus mengajar menawarkan siswa berkesempatan untuk memperluas pemahaman dan pengalaman mereka tentang proses pembelajaran di sekolah dasar dan menengah (Ashari Hamzah, 2021). Tujuan program Kampus Mengajar di satuan pendidikan adalah memberikan kesempatan bagi mahasiswa yang memiliki minat dalam bidang pendidikan untuk turut serta mengajarkan dan memperdalam ilmunya dengan cara menjadi guru di satuan pendidikan dan membantu meningkatkan pemerataan kualitas pendidikan, serta relevansi pendidikan dasar dan menengah dengan pendidikan tinggi dan perkembangan zaman.

Mahasiswa yang mengikuti kampus mengajar diharapkan dapat mengajarkan literasi dan numerasi dengan baik. Siswa harus diajar sesuai dengan model pembelajaran yang berpusat pada siswa, pembelajaran kontekstual yang diterapkan dalam pembelajaran agar siswa lebih bersemangat dan memiliki motivasi belajar yang tinggi.

Fenomena yang ditemukan oleh peneliti pada saat mewawancarai salah satu Mahasiswa yang mengikuti Program Kampus Mengajar MBKM, Berikut adalah hasil wawancaranya:

"Iya ka ,selama saya mengikuti program mbkm saya merasakan kelelahan fisik dan bahkan sampai terkadang saya tidak peduli dengan tugas saya, dimana ada setiap harinya mengisi Loogbook dan setiap minggunya mengerjakan laporan, beda lagi tugas dari kampus dimana ada Tugas praktikum dan tugas kuliah yang saya jalani sekarang, jadi jadwal saya dari kampus dan progam kampus mengejar ini tabrakan, dimana sangat stresnya dan banyak tuntutan sampai tidak mengerjakan tugas saya, padahal sudah semakin menumpuk karena memang tidak bisa mengatur jadwal,jadi disitu mau deadline langsung saya kerjakan sampai saya tidur hanya 2-3 jam demi mengerjakan tugas saya, bukan lagi tuntutan rentetan kegiatan yang harus dikejar sebelum batas waktu, kemudian program yang harus dirancang dengan matang sesuai dengan kebutuhan sekolah, juga komunikasi dengan pihak sekolah yang terkadang ada perbedaan pendapat dan waktu yang harus disesuaikan, sejujurna kak kadang saya sampe nangis, terus saya sudah sempat ingin mengundurkan diri dari program kampus mengajar ini,akan tetapi saya berpikir sudah setengah perjalanan dijalani ajah, walaupun secara fisik dan pikiran sangat terkuras, bahkan sering tidak mampu dalam tugas kuliah saya "

(S, 24 Oktober 2022)

Dari data wawancara diatas ditemukan bahwa individu S sampai memiliki keinginan untuk mengundurkan diri dari kampus mengajar. Hal ini merupakan salah satu aspek *Burnout* yaitu *Cynicism* yang dikemukakan oleh Leiter & Maslach (1997), dimana *Aspek Cynicism* adalah sikap sinis atau berjarak terhadap studi, yang ditunjukkan dengan sikap acuh tak acuh, dan tidak ingin terlibat dalam lingkungan perkuliahannya. *Burnout* adalah kondisi emosional, mental, dan fisik yang menyebabkan kelelahan akibat stress yang dialami individu. Jadi *Academic Burnout* dalam kampus mengajar dapat diakibatkan karena banyak tuntutan seperti tugas dan kegiatan lain yang membuat mahasiswa mengalami aspek *Cynicism* yaitu acuh tah acuh dan tidak ingin terlibat dengan lingkungan perkuliahannya.

Program MBKM lain seperti Studi Independen Bersertifikat Kampus Merdeka adalah sebuah pembelajaran di kelas yang dirancang dan dibuat khusus berdasarkan tantangan nyata yang dihadapi oleh mitra/industri. Program ini bisa berupa kursus singkat, bootcamp, kursus daring terbuka secara besar-besaran (MOOC) dan lain-lain. Setiap organisasi calon mitra dapat merancang program yang berbeda sesuai kebutuhan organisasi tersebut, dan kemudian memberikan sertifikasi atas keterampilan yang diasah melalui pembelajaran magang. Organisasi juga bisa memfasilitasi mahasiswa untuk studi independen. Contohnya, sebuah perusahaan teknologi digital kelas dunia memberikan kegiatan studi independen bersertifikat kepada 3000 mahasiswa untuk mempelajari *Deep Learning (structured & unstructured data)* selama 4 bulan.

Perusahaan tersebut menyediakan kurikulum dan sumber daya pembelajaran, termasuk materi dan instruktur. Perusahaan bahkan memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk belajar *softskill*. Mahasiswa Studi Independen akan mendapatkan manfaat sebagai berikut: Konversi SKS memenuhi 20 SKS, Kesempatan melakukan program sertifikasi yang diakui oleh Kemendikbudristek selama 1–2 semester penuh, Dilaksanakan 6-8 jam/ hari dan Mahasiswa menerima sertifikat jika lulus program sertifikasi atau short course dari Mitra IDUKA.

Studi Independen (MSIB) adalah salah satu program yang diluncurkan oleh Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi Republik Indonesia yang menyediakan *platform* dan kesempatan bagi seluruh pelajar

Indonesia Pengembangan diri dalam *softskill* dan *hardskill* melalui kegiatan yang terorganisir diluar kampus Tujuan dari program ini adalah untuk mengenal kemampuan mahasiswa dan pengalaman didunia kerja atau lingkungan kerja. Selama satu atau dua semester pernah beberapa mitra dari berbagai sektor terlibat dalam pelaksanaan program tersebut MSIB ini menyukai industry teknologi, *fastmoving consumer goods* (FMCG), bank, e-commerce, dan lainnya (Kemdikbud, 2021).

Menurut *World Economic Forum*, akan ada 75 juta pekerjaan pada tahun 2022 hilang dan tergantikan oleh teknologi. Ini menunjukkan bahwa nanti seseorang tidak akan bersaing tidak hanya dengan sumber daya manusia lainnya tetapi juga dengan teknologi yang berkembang saat ini, sesuai dengan tujuan pelaksanaannya Studi Independen (MSIB) yang mendidik mahasiswa Indonesia Daya saing jika ingin membenamkan diri dalam kehidupan profesional. Perbedaan lain antara mahasiswa yang mengikuti Program Kampus Mengajar dan Program studi independen adalah Mahasiswa yang mengikuti Program kampus Mengajar mendapatkan Biaya partisipasi dan biaya hidup selama mengikuti Kampus mengajar dan bantuan dana pendidikan UKT sedangkan Mahasiswa yang mengikuti Program Studi Independen Tidak mendapatkan Biaya partisipasi, biaya hidup dan bantuan dana pendidikan UKT.

Fenomena yang ditemukan oleh peneliti pada saat mewawancarai salah satu Mahasiswa yang mengikuti Program Studi Independen MBKM, Berikut adalah hasil wawancaranya:

“iya,selama saya mengikuti program studi independen,saya sangat kelelahan setiap harinya dimana tiap hari didepan layar monitor, capek berpikir, banyak tugas yang susah untuk dipahami karena pembelajarannya mengenai internet lebih banyak. Setiap selesai mengikuti kelas malamnya saya selalu nangis, mood saya berantakan dan bahkan emosi saya tidak terkontrol, sampai lupa makan dan bahkan kak saya merasa tertekan karena mahasiswa yang mengikuti studi independen satu group saya lebih komunikatif dan lebih pintar dari saya. karena banyak tuntutan yang harus dikerjakan, apalagi masa skripsi saat ini terkadang saya Lupa karena mengerjakan proposal saya kak dan bahkan untuk memulainya pun saya malas kak,jadi memang kalau program yang saya ikuti tidak membuat saya berharap nilai saya akan bagus karena kemampuan dan kontribusi saya kak dan berbagai masalah membuat saya ingin menyerah dan sampai bersorak di kamar biar rasa lelah saya terpuaskan”
(H, 29 November 2022)

Dari data wawancara diatas ditemukan bahwa individu H mengatakan bahwa “Setiap selesai mengikuti kelas. malamnya saya selalu nangis, mood saya berantakan, emosi saya tidak terkontrol, sampai lupa makan dan bahkan kak saya merasa tertekan” selama mengikuti studi independen. Hal ini merupakan salah satu aspek *Emotional Exhaustion* yang dikemukakan oleh Leiter & Maslach (1997), dimana Aspek *Emotional Exhaustion* (Kelelahan emosional) yang ditunjukkan dengan perasaan bosan, sedih, merasa terbebani, merasa tidak bahagia, tertekan kelelahan yang membuat merasa kekurangan energi untuk menghadapi tugas akademik.

Individu H juga mengungkapkan bahwa dia “apalagi masa skripsi saat ini terkadang saya Lupa karena mengerjakan proposal saya kak dan bahkan untuk memulainya pun saya malas kak” Hal ini merupakan salah satu aspek *Cynicism* yang dikemukakan oleh Leiter & Maslach (1997), dimana *Cynicism* adalah sikap sinis atau berjarak terhadap studi, yang ditunjukkan dengan sikap acuh tak acuh,

dan tidak ingin terlibat dalam lingkungan perkuliahannya. Individu H juga mengungkapkan bahwa dia “program yang saya ikuti tidak membuat saya berharap nilai saya akan bagus” dan “saya ingin menyerah dan sampai bersorak di kamar biar rasa lelah saya terpuaskan”. Hal ini merupakan salah satu aspek *Ineffectiveness* yang dikemukakan oleh Leiter & Maslach (1997), dimana *Ineffectiveness* adalah Siswa yang mengalami penurunan merasa tidak puas pada diri sendiri, pekerjaan, bahkan kehidupan.

Sebuah survei yang dilakukan peneliti mengenai *Academic Burnout*, yang dilakukan peneliti pada tanggal 27 Januari 2023 menunjukkan bahwa 22 Mahasiswa dari Universitas Berbeda menyebutkan pernah merasakan *Academic Burnout*. Sebanyak 11 Mahasiswa yang mengikuti program Kampus Mengajar MBKM dan 11 Mahasiswa yang mengikuti program Studi independen MBKM pernah mengalami *Academic Burnout* yang diungkapkan dengan mengisi survei.

Hasil survei menyimpulkan bahwa mahasiswa yang paling menunjukkan mengalami *Academic Burnout* adalah Mahasiswa yang mengikuti Program Studi Independen MBKM, hasil survei sementara dengan mengungkapkan Tiga Aspek yaitu (*Kelelahan Emosional, Cynicism dan Ineffectiveness*) sedangkan mahasiswa yang Mengikuti Program Kampus Mengajar MBKM, hasil survey sementara mengungkapkan Satu Aspek yaitu (*Kelelahan Emosional*). Pengamatan sederhana ini menunjukkan bahwa Mahasiswa yang mengikuti program studi independen lebih mengalami *Academic Burnout* yang dihubungkan dengan berbagai tuntutan tugas setiap harinya, membuat *project* untuk dipersentasekan, Mengerjakan

Laporan harian/mingguan dan tugas akhir dari Mitra, Sebaliknya Mahasiswa yang mengikuti program Kampus Mengajar mengalami *Academic Burnout* yang dihubungkan dengan tugas yang harus dikerjakan setiap harinya dengan aktivitas yang sama seperti mengajar, mengerjakan tugas Laporan harian/mingguan dan laporan akhir.

Berdasarkan Data wawancara dan survei Mahasiswa yang mengikuti Program MBKM Kampus mengajar dan studi Independen. Bahwa *Academic Burnout* dialami oleh mahasiswa yang sedang mengikuti studi independen yaitu sejalan dengan Tiga aspek yaitu (*Aspek Kelelahan Emosional, Cynicism dan Ineffectiveness*) sedangkan pada kampus mengajar *Academic Burnout* yang dialami hanya satu aspek yaitu (*Aspek Cynicism*) dapat disimpulkan bahwa mahasiswa yang mengikuti Studi independen lebih rentan mengalami *Academic Burnout* dibandingkan kampus mengajar.

Mahasiswa yang sedang menempuh pendidikan Perguruan Tinggi dihadapkan pada berbagai tuntutan yang nantinya membantu mereka beradaptasi dengan lingkungan kerja yang sebenarnya. Dalam memajukan studinya, siswa harus beradaptasi dengan sistem pendidikan, metode pembelajaran, dan keterampilan sosial yang sangat berbeda dengan jenjang pendidikan sebelumnya (Khoo, Abu-rasain, Hornby dalam Chai, 2012). Mereka juga diharapkan mampu memenuhi berbagai tuntutan seperti pemenuhan tugas-tugas perkuliahan, menghadapi kompleksitas materi perkuliahan yang semakin sulit dari tahun ke tahun, melakukan penyesuaian sosial di lingkungan kampusnya, dan pemenuhan

harapan untuk meraih pencapaian akademik (Heiman & Kariv dalam Alfian, 2014).

Mahasiswa yang tidak mampu menangani masalah perkuliahan secara efisien akan membuat mereka rentan terhadap *Academic Burnout*. banyaknya metode dan rutinitas kehidupan yang dilakukan saat menjalani perkuliahan di kampus, mahasiswa dapat berisiko mengalami kelelahan tidak hanya fisik, tetapi juga emosi dan mental. Kondisi ini dikenal dengan istilah *Academic Burnout*. Leiter & Maslach (1997) membagi beberapa faktor yang mempengaruhi munculnya *Academic Burnout*. Pertama, *work overload* dimana individu terlalu banyak melakukan pekerjaan dengan waktu yang sedikit. Kedua, *lack of work control* yaitu aturan yang terkadang membuat individu memiliki batasan dalam berinovasi. Ketiga, *rewarded for work* dimana kurangnya apresiasi dari lingkungan perkuliahan. Keempat, *breakdown in community* dimana individu yang kurang memiliki rasa *belongingness* terhadap lingkungan kuliahnya. Kelima, *treated fairly* yaitu perasaan diperlakukan tidak adil. Keenam, *dealing with conflict values* yaitu individu melakukan sesuatu yang tidak sesuai dengan nilainya.

Menurut Maslach & Later (dalam Christiana, 2020) *Academic Burnout* mengakibatkan kelelahan fisik dan emosi. Aktivitas yang menuntut mahasiswa untuk belajar di rumah tanpa berinteraksi secara langsung dengan dosen dan teman mengakibatkan mahasiswa merasa jenuh dan bosan. Sama hal dengan Mahasiswa yang mengikuti Program studi independen MBKM, dimana

melakukan kegiatan pembelajaran Online dari pihak Mitra/industri selama satu semester, pembelajaran yang berlangsung kurang lebih 6-8 jam/hari, dengan *project* yang harus dikerjakan. Berbeda lagi tugas dari kampus yang harus dituntut untuk selesai guna memenuhi nilai mata kuliah. Selain itu, tuntutan untuk membaca bahan belajar dan tugas juga berdampak pada kelelahan mahasiswa. Banyaknya tugas yang harus dilakukan membuat individu kesulitan melakukan kontrol seperti menentukan prioritas, mana yang perlu dilakukan lebih dahulu (Christiana, 2020). Permasalahan lain yaitu seringkali terjadi kesulitan menentukan prioritas karena tingkat kepentingan tugas yang harus diselesaikan sama tingkat urgensinya. Ketika mahasiswa mendapat banyak tekanan tanpa mekanisme pendukung yang memadai, mereka menjadi rentan terhadap kelelahan akademik (Oyoo dkk., 2020; Pawicara & Conilie, 2020).

Menurut *Help Guide* (dilaporkan dari *health kompas*), *burnout* adalah kondisi emosional, mental, dan fisik yang menyebabkan kelelahan akibat stres. Hal ini menyebabkan seseorang mengalami penurunan motivasi belajar dan kurang percaya diri dalam mencapai hasil akademik atau belajar yang diinginkan. Selain itu juga dapat merasa lelah setelah istirahat yang cukup. Hal ini dapat terjadi Karena rasa ngantuk atau kelelahan yang berlebihan sepanjang hari, belajar terus menerus, atau kehilangan konsentrasi saat diberikan oleh dosen.

Mahasiswa yang mengalami *Academic Burnout* mengacu pada stres, ketegangan, atau faktor psikologis lain yang mungkin dialami siswa sebagai akibat dari proses belajar, yang menunjukkan keadaan kelelahan emosional,

depersonalisasi, dan penurunan pemenuhan pribadi (Yang, 2004). Hal ini menyebabkan Rad, Shomossi, Rakhshani, dan Sabzevari (2017) mendefinisikan kejenuhan akademik sebagai kurangnya minat dalam menyelesaikan tugas, penurunan motivasi, dan kelelahan karena tuntutan pendidikan, dan emosi yang tidak diinginkan dan perasaan tidak efisien.

Mahasiswa yang tidak mampu mengatasi masalah perkuliahan secara efektif dapat menyebabkan mereka mengalami *Burnout*. Kelelahan akademik, atau kejenuhan akademik, didefinisikan sebagai kelelahan karena tuntutan studi, sikap sinis terhadap tugas kuliah, dan perasaan tidak kompeten sebagai mahasiswa (Schaufeli, 2002). *Academic Burnout* secara luas mengacu pada stres, perasaan terbebani, dan faktor psikologis lainnya yang muncul ketika siswa begitu terlibat dalam pembelajaran sehingga mereka menunjukkan kelelahan emosional, perasaan depersonalisasi, dan kinerja rendah (Yang, Christiana, 2020). Selain itu, Muna (2013) menyatakan bahwa *Academic Burnout* memiliki dampak yang sangat parah yaitu menyebabkan siswa menjadi bosan dalam melakukan kegiatan belajar, menurunkan motivasi belajar, bahkan menimbulkan kerugian, malas belajar, dan menurunkan prestasi akademik.

Berdasarkan fenomena yang sudah dijelaskan sebelumnya mulai dari wawancara dan pengumpulan data yang dilakukan oleh peneliti ditemukan bahwa mahasiswa memerlukan *softskill* dan *hardskill* mereka. Dari dampak-dampak *burnout* yang dikemukakan oleh banyak ahli, seperti kelelahan baik secara fisik maupun emosional yang menyebabkan berkembangnya konsep diri yang negatif,

berkurangnya konsentrasi, dan sikap kerja yang buruk, dan lain sebagainya sehingga membuat peneliti tertarik untuk membuat judul skripsi yaitu Perbedaan *Academic Burnout* antara Mahasiswa Yang Mengikuti Program Kampus Mengajar dan Studi Independen MBKM.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka permasalahan pokok yang akan dikaji dalam penelitian ini adalah apakah ada “Perbedaan *Academic Burnout* Antara Mahasiswa yang mengikuti program Kampus Mengajar dan Studi independen MBKM” ?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian adalah untuk mengetahui “Perbedaan *Academic Burnout* Antara Mahasiswa yang mengikuti program Kampus Mengajar dan Studi independen MBKM”

1.4 Mamfaat Penelitian

Terdapat dua manfaat dalam penelitian ini, yaitu secara teoritis dan manfaat praktis :

1.4.1 Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat untuk perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang Psikologi. Selain itu agar pembaca dapat mengetahui bagaimana “Perbedaan *Academic Burnout* Antara

Mahasiswa yang mengikuti program Kampus Mengajar dan Studi independen MBKM? ?

1.4.2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diberikan agar dapat memberikan masukan-masukan pada pihak-pihak yang membutuhkan atau berkepentingan antara lain sebagai berikut:

1. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini dapat memberikan perbedaan dan menambah pengetahuan bagi mahasiswa tentang *Academic Burnout*, sehingga mahasiswa dapat mengenali dan mengantisipasi kondisi *Academic Burnout* .

2. Bagi Pihak Universitas

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada universitas tentang Perbedaan *Academic Burnout* antara mahasiswa yang mengikuti program Kampus Mengajar dan studi independen (MSIB), sehingga diharapkan pihak universitas dapat ikut serta untuk mengantisipasi terjadinya *Academic Burnout* pada mahasiswa.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 *Academic Burnout*

2.1.1 *Pengertian Academic Burnout*

Istilah *Burnout* tidak dapat dipisahkan dari istilah-istilah seperti keterasingan, apatis, ketidakpedulian, sinisme, pesimisme, kelelahan fisik dan mental, dan ketegangan yang ekstrem (Suharto, 2009). Maslach & Leiter (1997) berpendapat bahwa *burnout* merupakan reaksi emosi negatif terhadap tekanan pekerjaan yang berkepanjangan karena emosi positif telah mengikis sampai pada titik dimana tidak lagi memiliki kekuatan untuk mengimbangi emosi negatif, sinisme menjadi lebih besar, segala sesuatu dinilai secara negatif dengan ketidakpercayaan dan permusuhan.

Menurut Schaufeli, (2002) menyatakan bahwa *Academic Burnout* mengacu pada perasaan lelah karena tuntutan studi, memiliki sikap sinis terhadap tugas-tugas perkuliahan, dan perasaan tidak kompeten sebagai mahasiswa. *Academic Burnout* didefinisikan sebagai kelelahan akibat tuntutan belajar (*extreme exhaustion*), sikap sinis terhadap pekerjaan akademik (*sinisme*), dan rasa tidak kompeten sebagai mahasiswa (*penurunan efisiensi*) (Schaufeli, 2002). Di sisi lain, Beluge, Yeylagh dan Pourseyed (dalam Jenaabadi, Nastiezaie, dan Safar, 2017) menggambarkan kejenuhan akademik sebagai perasaan lelah yang disebabkan oleh tuntutan pendidikan (*fatigue*), pesimisme, dan keengganan untuk

menyelesaikan tugas (*apatis*), dan menggambarkan bahwa mereka tidak merasa kompeten.

Menurut Maslach & Schaufeli, (2008) *burnout* merupakan kelelahan baik secara fisik maupun emosional yang menyebabkan berkembangnya konsep diri negatif, kurangnya konsentrasi, dan sikap kerja yang buruk, Pendapat lain menyatakan *burnout* sebagai kelelahan atau frustrasi yang disebabkan terhalangnya pencapaian sehingga muncul perubahan sikap dan perilaku yang menyebabkan seseorang menarik diri secara psikologis dari pekerjaannya, biasanya seseorang menjadi cenderung menjaga jarak dengan klien atau bersikap sinis terhadap mereka (pangesti, 2012).

Mahasiswa mengalami kelelahan akademik didefinisikan sebagai sindrom tiga dimensi yang melibatkan kelelahan emosional, depersonalisasi, dan penurunan kinerja pribadi (Maslach dan Jackson dalam Charkhabi. Abarghuei dan Hayati, 2013). Kelelahan akademik mengacu pada perasaan lelah dengan segala sesuatu yang berhubungan dengan akademis atau pembelajaran, sikap yang buruk terhadap suatu mata pelajaran, dan pada akhirnya mengarah pada non-partisipasi dalam kegiatan akademik atau pendidikan, menciptakan perasaan ketidakmampuan untuk mempelajari materi (Hoseinabadi farahani. Kasirlou dan Inanlou, 2016).

Menurut Zhang Gan, & Cham (2007) *Academic Burnout* adalah perasaan lelah karena tuntutan studi, memiliki perasaan sinis dan sikap terpisah atau menjauhi sekolah, dan perasaan tidak kompeten sebagai seorang mahasiswa/siswi. Khusumawati (2014) menambahkan bahwa siswa yang mengalami *Academic*

Burnout mengalami gejala-gejala seperti siswa merasa kelelahan pada seluruh bagian indera dan kurang bersemangat dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar, timbul rasa bosan, kurang termotivasi, kurang perhatian, tidak ada minat, serta tidak menandatangani hasil.

Berdasarkan berbagai pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa kejenuhan akademik adalah peristiwa psikologis yang dialami oleh individu dalam lingkungan akademik. Dimana individu merasa lelah, apatis, dan sinis terhadap aktivitas akademiknya, dan kinerjanya menurun.

2.1.2 Faktor – Faktor yang Mempengaruhi *Academic Burnout*

Leiter dan Maslach (1997) membagi beberapa faktor yang mempengaruhi munculnya *Academic Burnout* , yaitu:

a. Work Overload

Kemungkinan terjadi akibat ketidaksesuaian antara individu dengan pekerjaannya. Individu terlalu banyak melakukan pekerjaan dengan waktu yang sedikit. *Overload* terjadi karena pekerjaan yang dikerjakan melebihi kapasitas kemampuan manusia yang memiliki keterbatasan. Hal ini dapat menyebabkan menurunnya kualitas individu, hubungan yang tidak sehat di lingkungan pekerjaan atau perkuliahan jika pada mahasiswa, menurunkan kreativitas, dan menyebabkan *Academic Burnout*.

b. Lack of Work Control

Semakin tinggi jabatan seseorang, semakin banyak seseorang itu diatur oleh agenda kerja (aturan protokoler) yang sering kali tidak dapat dihindari meskipun hal tersebut tidak disukai. Adanya aturan terkadang membuat individu memiliki batasan dalam berinovasi, merasa kurang memiliki tanggung jawab dengan hasil yang didapatkan karena adanya kontrol yang terlalu ketat dari atasan.

c. Rewarded for work

Salah satu kontributor yang berperan besar terhadap munculnya *Academic Burnout* adalah tidak adanya sistem imbalan intrinsik seperti dapat melakukan tugas-tugas yang menyenangkan, membangun keahlian, dan memperoleh penghargaan dari mitra kerja. Kurangnya keseimbangan antara sistem imbalan yang bersifat ekstrinsik gaji, tunjangan dan sistem imbalan intrinsik akan melemahkan semangat untuk menyukai pekerjaan. Selain itu, kurangnya apresiasi dari lingkungan kerja juga membuat individu merasa tidak bernilai. Apresiasi bukan hanya dilihat dari pemberian gaji, tetapi hubungan yang terjalin baik antar individu, individu dengan atasan turut memberikan dampak pada individu tersebut. Pada mahasiswa, apresiasi dapat berupa nilai dari sebuah tugas yang dikerjakan atau beasiswa bagi mahasiswa yang berprestasi.

d. Breakdown in Community

Pada hakikatnya manusia adalah makhluk sosial yang tidak dapat dipisahkan dari komunitasnya dimana pun berada. Seseorang akan bekerja dengan maksimal ketika memiliki kenyamanan dan kebahagiaan yang terjalin dengan rasa

saling menghargai. Hubungan yang tidak baik membuat suasana di lingkungan tidak nyaman, *full of anger*, frustrasi, cemas, merasa tidak dihargai. Hal ini membuat dukungan sosial menjadi tidak baik, kurang rasa saling membantu antar rekan. Selain itu, individu yang kurang memiliki rasa *belongingness* terhadap lingkungan kerjanya (komunitas) atau lingkungan perkuliahan pada mahasiswa, akan menyebabkan kurangnya rasa keterikatan positif di lingkungannya.

e. *Fairness*

Perasaan diperlakukan tidak adil merupakan faktor terjadinya *burnout*. Seseorang merasa tidak percaya dengan lingkungan kerjanya atau lingkungan perkuliahan ketika tidak ada keadilan. Rasa ketidakadilan biasa dirasakan pada saat masa promosi kerja, atau individu disalahkan ketika individu tersebut tidak melakukan kesalahan.

f. *Dealing with Conflict Values*

Seseorang akan melakukan yang terbaik ketika melakukan apa yang sesuai dengan nilai, *belief*, dan *self respect*. Namun, ketika pekerjaan mengharuskan seseorang melakukan sesuatu yang tidak sesuai dengan nilai individu tersebut, hal tersebut dapat menyebabkan performa dan kualitas kerja seseorang menurun, karena tidak sesuai dengan nilai yang dimiliki. Misalnya seorang sales terkadang harus berbohong agar produk yang ditawarkan dapat terjual.

2.1.3 Aspek-aspek *Academic Burnout*

Leiter dan Maslach (1997) menyatakan ada tiga dimensi *Academic Burnout*, dalam hal ini dimensi disituasikan pada mahasiswa, yaitu:

a. *Emotional Exhaustion*

Merupakan dimensi *burnout* yang ditandai dengan kelelahan yang berkepanjangan baik secara fisik, mental, maupun emosional. Ketika individu merasakan kelelahan (*exhaustion*), individu tersebut tidak mampu menyelesaikan masalah sendiri, tetap merasa lelah meski sudah istirahat yang cukup, serta kurang energi dalam melakukan aktivitas.

b. *Cynicism/ Depersonalisation*

Cynicism merupakan dimensi *burnout* yang ditandai dengan sikap sinis, cenderung menarik diri dari dalam lingkungan kerja atau kuliah. Ketika individu merasakan *Cynicism* (sinis), individu tersebut cenderung dingin, menjaga jarak, cenderung tidak ingin terlibat dengan lingkungan perkuliahannya. *Cynicism* juga merupakan cara untuk terhindar dari rasa kecewa. Secara konkret seseorang yang sedang *depersonalisasi* cenderung meremehkan, memperolok, tidak peduli dengan orang lain yang dilayani, dan bersikap kasar. Perilaku negatif seperti ini dapat memberikan dampak yang serius pada efektivitas perkuliahan.

c. *Ineffectiveness*

Ineffectiveness merupakan dimensi *burnout* yang ditandai dengan perasaan tidak berdaya, merasa semua tugas yang diberikan berat. Ketika pekerja merasa

tidak efektif, mereka cenderung mengembangkan rasa tidak mampu. Setiap pekerjaan terasa sulit dan tidak bisa dikerjakan, rasa percaya diri berkurang.

2.2 Hasil Penelitian Terdahulu

Menurut *Harahap (2020)* Hasil penelitian yang menunjukkan bahwa tingkat *stress* belajar siswa selama pandemi COVID-19 pada 39 siswa atau 13% siswa berada di level tinggi, 225 siswa atau 75% berada di level sedang, dan terdapat 36 siswa atau 12% berada di level rendah. Hasil tersebut menunjukkan bahwa selama pandemi COVID-19, sebagian besar mahasiswa mengalami tekanan akademik saat belajar daring/*online*. Dengan begitu, maka tingkat *stress* yang dialami mahasiswa tersebut mengakibatkan mahasiswa mengalami *burnout*.

Hasil penelitian yang didapatkan oleh *Hossein Jenaabadi, Naser Nastiezaie, Hamideh Safarzaie Iran (2017)* meneliti tentang “Hubungan Kejenuhan Akademik dan Stres Akademik dengan Kemandirian Diri Akademik di kalangan Mahasiswa Pascasarjana” penelitian ini menggunakan peneliti kuantitatif. Hasil tersebut menunjukkan *Academic Burnout* dengan mean 40,63 dan standar deviasi 8,22 lebih kecil dari nilai *t* hipotetik (45). Karena *t* (-9,31) yang diperoleh dengan derajat kebebasan 306 signifikan pada tingkat signifikansi kurang dari 0,001, dapat dicatat bahwa status kejenuhan akademik di antara siswa yang diteliti lebih rendah dari tingkat sedang. Dapat dilihat bahwa nilai stress akademik dengan mean 57,98 dan standar deviasi 16,65 lebih kecil dari nilai *t* hipotetik (81). Karena *t* (-24,22) yang diperoleh dengan derajat kebebasan 306

signifikan pada tingkat signifikansi kurang dari 0,001, dapat dicatat bahwa status stres akademik pada siswa yang diteliti lebih rendah dari tingkat sedang.

Hasil penelitian yang didapatkan oleh *Ana Nikodijević, Labrović, Đoković* (2011) Hasil utama dari studi ini menunjukkan bahwa risiko *burnout* tersebar luas pada mahasiswa manajemen dan IT di Serbia. Hampir (50%) peserta berisiko dan lebih dari (20%) dari mereka berisiko tinggi mengalami kelelahan. Tidak ada perbedaan yang ditemukan antara jenis kelamin. Rata-rata nilai rata-rata ditemukan sebagai prediktor penting dari risiko kelelahan.

Hasil penelitian oleh *Dony Darma Sagita, Vriesthia Meilyawati* (2021) yang menunjukkan bahwa rendahnya tingkat *Academic Bunout* mahasiswa FKIP didukung oleh rendahnya hasil analisis masing-masing sub variabel yang menjadi dimensi *Academic Bunout* itu sendiri yaitu kelelahan (76%), sinisme (63%), dan ketidakefektifan (61%).

Menurut *Orpina Septriyana, Prahara Ardi* (2019) hasil penelitian yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara *academic self-efficacy* dengan *Academic Bunout* pada mahasiswa yang bekerja.

Hasil penelitian oleh *Mahnaz Tajeri Moghadam a, Enayat Abbasi a., Zahra Khoshnodifar* (2020) yang menunjukkan bahwa hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan negatif dan signifikan antara beban kerja tinggi dan motivasi berprestasi dengan *Academic Burnout* siswa secara langsung.

2.3 Kerangka Konseptual

Kampus Merdeka merupakan bentuk pendidikan perguruan tinggi yang mandiri dan fleksibel untuk menciptakan budaya belajar baru yang bebas hambatan yang memenuhi kebutuhan mahasiswa. Merdeka belajar adalah kebebasan berpikir, yang berarti penerapan merdeka belajar ke berbagai perguruan tinggi negeri dan swasta (Nehe, 2021).

Menteri Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi (Mendikbudristek) Nadiem Anwar Makarim mengatakan, program Kampus Merdeka Belajar Merdeka (MBKM) merupakan salah satu program utama pemerintah untuk mengatasi permasalahan dalam dunia perguruan tinggi yaitu ketenaga kerjaan dan pentingnya pendidikan tinggi lulusan dunia industri.

Program Kampus Mengajar di Sekolah merupakan bentuk pengabdian kepada siswa dalam kegiatan pendidikan sekolah, yang mendukung kemampuan literasi dan numerasi siswa, serta adaptasi teknologi kepada guru dan sekolah. Kampus mengajar menawarkan siswa berkesempatan untuk memperluas pemahaman dan pengalaman mereka tentang proses pembelajaran di sekolah dasar dan menengah (Ashari Hamzah, 2021).

Mahasiswa yang mengikuti kampus mengajar melakukan kegiatan seperti mengajar dan beda lagi dengan tugas yang diberikan oleh pihak sekolah yang harus dikerjakan. Mahasiswa memiliki tanggung jawab selama di sekolah, dimana

setiap hari hanya 4 jam/ hari, tuntutan tugas dari kampus dan sekolah menjadi tanggung jawab mahasiswa yang sudah mengikuti program kampus mengajar.

Mahasiswa yang mengikuti kampus mengajar mempunyai team yang bisa diajak kerjasama selama disekolah, pastinya setiap harinya tugas setiap orang berbeda-beda. Ini merupakan salah faktor yang mempengaruhi *Academic Burnout*, Menurut Leiter dan Maslach (2000) yaitu: *Workload*, merupakan individu dituntut untuk mengerjakan tugas dalam waktu yang singkat.

Studi Independen (MSIB) adalah salah satu program yang diluncurkan oleh Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi Republik Indonesia yang menyediakan platform dan kesempatan bagi seluruh pelajar Indonesia Pengembangan diri dalam *softskill* dan *hardskill* melalui kegiatan yang terorganisir Diluar kampus Tujuan dari program ini adalah untuk mengenal kemampuan mahasiswa dan pengalaman didunia kerja atau lingkungan kerja. (Kemdikbud, 2022)

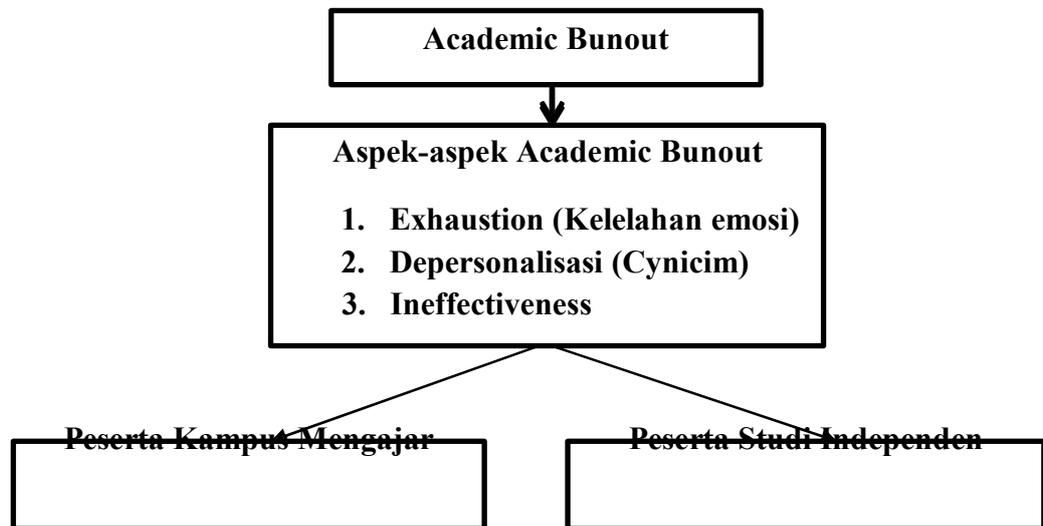
Mahasiswa yang mengikuti Studi independen melakukan kegiatan seperti membuat *project* yang harus dipersentasekan dengan waktu yang singkat, mahasiswa juga dituntut berada di depan layar monitor selama 6-8 jam/ hari. Dengan rentetan tugas yang harus dikerjakan, tanpa adanya *reward* dengan tugas yang banyak dan dituntut selesai dalam waktu yang singkat, kegiatan di depan monitor tanpa bertatap muka dengan sesama mahasiswa sangat sulit untuk menjalani komunikasi dengan satu team.

Ini merupakan salah faktor yang mempengaruhi *Academic Burnout*, Menurut Leiter dan Maslach (2000) yaitu: *workload*, merupakan beban tugas yang dituntut sangat banyak dalam waktu yang singkat, *Reward of work*, merupakan melaksanakan tugas tanpa reward dari mitra yang sedang dijalankan, *Community*, merupakan hubungan positif sesama yang mengikuti program studi independen tidak nyaman karena *via online*.

Mahasiswa yang tidak mampu mengatasi masalah perkuliahan secara efektif dapat menyebabkan mereka mengalami *burnout*. Kelelahan akademik, atau kejenuhan akademik, didefinisikan sebagai kelelahan karena tuntutan studi, sikap sinis terhadap tugas kuliah, dan perasaan tidak kompeten sebagai mahasiswa (Schaufeli, 2002).

Menurut Maslach & Later (dalam Christiana, 2020) *Academic Burnout* mengakibatkan kelelahan fisik dan emosi. Aktivitas yang menuntut mahasiswa untuk belajar di rumah tanpa berinteraksi secara langsung dengan dosen dan teman mengakibatkan mahasiswa merasa jenuh dan bosan.

Dapat dilihat dari Faktor-faktor yang mempengaruhi *Academic Burnout*, Kampus mengajar dapat dilihat satu faktor yaitu: *Workload* sedangkan studi independen dapat dilihat Tiga faktor yaitu *Workload*, *Reward of work* dan *Community*. Berdasarkan penjelasan-penjelasan di atas, dalam penelitian ini hendak mencari perbedaan *Academic Burnout* antara mahasiswa yang mengikuti kampus mengajar dan studi independen MBKM. Kerangka penelitian ini dapat digambarkan suatu bagan sebagai berikut:



2.4 Hipotesis

Hipotesis merupakan dugaan jawaban yang diajukan berdasarkan rumusan masalah. Dugaan jawaban tersebut ada 2 yaitu H_0 dan H_a . H_0 bertujuan memberikan usulan dugaan kemungkinan tidak adanya perbedaan antara perkiraan penelitian dengan keadaan yang sesungguhnya yang diteliti. H_a bertujuan memberikan usulan dugaan adanya perbedaan perkiraan dengan keadaan sesungguhnya yang diteliti.

Setelah mengkaji teori-teori yang ada, hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini, yaitu:

H_0 : Tidak Ada Perbedaan *Academic Burnout* Antara Mahasiswa yang sudah mengikuti program Kampus Mengajar dan Studi Independen MBKM.

H_a : Ada perbedaan *Academic Burnout* Antara Mahasiswa yang sudah mengikuti program Kampus Mengajar dan Studi Independen program MBKM.

BAB III

METODE PENELITIAN

Metode penelitian adalah cara ilmiah yang digunakan untuk mendapatkan sejumlah data dengan tujuan untuk dapat mendeskripsikan, membuktikan, mengembangkan dan menemukan pengetahuan, memahami, memecahkan, dan mengantisipasi masalah di dalam kehidupan manusia (Sugiyono, 2016).

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Menurut Sugiyono (2016), penelitian kuantitatif adalah metode penelitian yang didasarkan pada filosofi *positivisme*, yang digunakan untuk mempelajari populasi atau sampel tertentu.

3.1 Identifikasi Variabel Penelitian

Identifikasi variabel ditujukan untuk menentukan alat ukur yang akan digunakan pada saat pengumpulan data dan teknik analisis data yang sesuai dengan penelitian. Dalam penelitian ini hanya terdapat satu variabel (Variabel Tunggal) yaitu *Academic Burnout*.

3.2 Definisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi operasional penelitian merupakan batasan dari variabel-variabel yang secara nyata berhubungan dengan realitas dan merupakan aktualisasi dari hal-hal yang akan diamati dalam penelitian.

.2.1 Academic Burnout

Academic Burnout adalah Perilaku yang ditampilkan oleh mahasiswa dengan cara memvalidasi emosi menangis saat mengerjakan tugas atau saat merasa tidak mampu untuk mengerjakan tugas akademik perkuliahannya (dalam hal ini adalah merupakan para MBKM), Mahasiswa yang mengalami kelelahan akan malas mengerjakan tugas akademiknya sampai tidak memikirkan dampak yang akan terjadi apabila melakukan hal tersebut, jadi mahasiswa akan mengalami penurunan prestasi dan tidak merasa puas dengan apa yang sudah dikerjakannya.

Dimensi pada *Academic Burnout* terdiri dari kelelahan emosi (*Emotional Exhaustion*), Depersonalisasi (*cynicism*) dan Penurunan Keyakinan Akademik (*Ineffectiveness*) Leiter & Maslach (1997). Kelelahan emosi (*Emotional Exhaustion*) mengacu pada perasaan kelelahan yang disebabkan oleh tuntutan studi. Depersonalisasi (*cynicism*) siswa sering kali ditunjukkan dengan sikap acuh tak acuh, enggan dan malas untuk belajar. Penurunan Keyakinan Akademik (*Ineffectiveness*) perasaan tidak berdaya, merasa semua tugas yang diberikan berat.

3.2.2 Kelompok Populasi kampus mengajar dan Studi Independen

Program kampus mengajar merupakan program bantuan pengajaran pada satuan pendidikan sesuai pedoman MBKM. Program Kampus Mengajar merupakan program pemerintah terbesar yang memungkinkan mahasiswa Indonesia memberikan kontribusi yang signifikan terhadap kualitas pembelajaran (Makarim, 2021).

Studi Independen (MSIB) adalah salah satu program yang diluncurkan oleh Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi Republik Indonesia yang menyediakan *platform* dan kesempatan bagi seluruh pelajar Indonesia Pengembangan diri dalam *softskill* dan *hardskill* melalui kegiatan yang terorganisir Diluar kampus Tujuan dari program ini adalah untuk mengenal siswa Pengalaman didunia professional atau lingkungan kerja nyata selama satu atau dua semester pernah Beberapa mitra dari berbagai sektor terlibat dalam pelaksanaan program tersebut MSIB ini menyukai industry teknologi, *fastmoving consumer goods* (FMCG), bank, *e-commerce*, dan lainnya. (Kemdikbud, 2021)

3.3 Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah mahasiswa aktif di seluruh Indonesia yang sudah mengikuti program Kampus Mengajar dan Studi Independen MBKM.

3.4 Populasi dan sampel

3.4.1 Populasi

Menurut Sugiyono (2016), populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswa aktif yang sudah mengikuti program Kampus mengajar dan studi independen MBKM di Indonesia.

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa seluruh Indonesia yang sudah mengikuti program Kampus mengajar MBKM Angkatan keempat 14.278

orang dan mahasiswa seluruh Indonesia yang sudah mengikuti program studi independen MBKM Angkatan Ketiga 22.088 orang (Kemdikbud, 2022)

3.4.2 Sampel

Menurut Sugiyono (2016), sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah teknik *Purposive Sampling* memiliki pengertian penentuan sampel dengan mempertimbangkan kriteria populasi sebagai dasar sampel.

Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa seluruh Indonesia yang sudah mengikuti program Kampus mengajar MBKM Angkatan keempat 14.278 orang dan mahasiswa seluruh Indonesia yang sudah mengikuti program studi independen MBKM Angkatan Ketiga 22.088 orang (Kemdikbud, 2022)

Untuk menentukan sampel yang pada penelitian ini menggunakan formula slovin karena dalam penarikan sampel, jumlahnya harus representatif agar hasil penelitian dapat digeneralisasikan dan perhitungannya pun tidak memerlukan tabel jumlah sampel. Adapun jumlah sampel dalam penelitian ini ditentukan berdasarkan rumus, yaitu: $n = \frac{N}{1 + \frac{(N-1)}{2}}$

Keterangan:

n : Jumlah sampel

N: Jumlah populasi

e : Margin of eror

Berdasarkan data yang diperoleh maka sampel penelitian kelompok yang mengikuti program Kampus Mengajar adalah sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + \frac{N}{e^2}}$$

$$n = \frac{14.278}{1 + 14.278 (0,05)^2}$$

$$n = \frac{14.278}{1 + 14.278 (0,0025)}$$

$$n = \frac{14.278}{36.795}$$

$$n = 388,042$$

Berdasarkan hasil pengumpulan data sebelumnya dapat diketahui jumlah sampel sebesar 388,042 Maka jumlah responden dibulatkan menjadi 388 orang. Oleh karena itu responden yang dilibatkan dalam penelitian ini adalah 388 seluruh mahasiswa aktif di seluruh indonesia yang sudah mengikuti program Kampus Mengajar MBKM.

Berdasarkan data yang diperoleh maka sampel penelitian kelompok yang mengikuti program MBKM adalah sebagai berikut:

$$n = \frac{N}{1 + \frac{N}{e^2}}$$

$$n = \frac{22.088}{1 + 22.088 (0,05)^2}$$

$$n = \frac{22.088}{1 + 22.088 (0,0025)}$$

$$n = \frac{22.088}{56,22}$$

$$n = 392,885$$

berdasarkan hasil pengumpulan data tersebut dapat dijabarkan sebagai berikut. Oleh karena itu responden yang dilibatkan dalam penelitian ini adalah 393 seluruh mahasiswa aktif di seluruh Indonesia sudah mengikuti program Studi Independen MBKM.

Oleh karena itu responden yang dilibatkan dalam penelitian ini adalah 393 seluruh mahasiswa aktif di seluruh Indonesia sudah mengikuti program Studi Independen MBKM.

3.5 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan skala likert untuk mengukur variabel-variabel penelitian yang telah ditetapkan. Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini adalah data primer, dikarenakan peneliti melakukan pengambilan data secara langsung dari responden.

Untuk menguji skala psikologi ini, peneliti melakukan metode penskalaan dengan skala likert, yaitu skala yang berisi tentang pernyataan-pernyataan sikap (Arikunto, 2002). Menurut Sugiyono (2017), skala likert merupakan skala yang digunakan untuk mengukur sikap, pendapat dan persepsi seseorang atau sekelompok orang tentang fenomena sosial. Dengan menggunakan skala likert,

variabel yang akan diukur diubah menjadi indeks variabel. Indikator tersebut kemudian digunakan sebagai titik awal untuk menggabungkan elemen elemen alat yang dapat berupa laporan atau kuesioner.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan skala *Academic Burnout* dengan menggunakan model skala Likert. Skala likert mencakup 4 alternatif jawaban, yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Kriteria evaluasi mulai dari skor 4,3,2,1 untuk item *favorable* dan skor 1,2,3,4 untuk item *unfavorable*.

Tabel 3.1 Kriteria penilaian skala Likert

Pilihan Jawaban	Skor Favorable	Skor Unfavorable
Sangat Setuju	4	1
Setuju	3	2
Tidak Setuju	2	3
Sangat Tidak Setuju	1	4

3.6 Pelaksanaan Penelitian

3.6.1 Tahapan Persiapan

Penelitian ini merupakan suatu cara untuk memperoleh, mengembangkan dan menguji kebenaran suatu ilmu pengetahuan. Untuk mendapatkan data yang akurat peneliti membutuhkan suatu ilmu pengetahuan. Untuk mendapatkan data yang akurat peneliti membutuhkan instrumen yang tepat sehingga peneliti harus merencanakan dan menyiapkan langkah yang tepat dalam penyusunan instrumen penelitian yang akan dipergunakan dalam penelitian.

3.6.2 Pembuatan Alat Ukur

Penelitian ini menggunakan alat ukur berbentuk skala yang disusun oleh peneliti dengan bantuan dan arahan dari dosen pembimbing. Skala “*Academic Burnout* ” disusun berdasarkan aspek *Academic Burnout*, *Leiter & Maslach* (1997) *Academic Burnout* mencakup tiga aspek yaitu: *exhaustion*, *cynicism*, dan *Ineffectiveness* Penyusunan skala ini dilakukan dengan membuat *blueprint* dan kemudian dioperasionalkan dalam bentuk item-item pernyataan. Skala *Academic Burnout* sendiri terdiri atas 30 item. Item-item pernyataan tersebut kemudian disusun menjadi instrumen uji coba.

Sebaran uji coba skala *Academic Burnout* tersebut dapat dilihat pada tabel dihalaman berikut ini:

Tabel 3.2 Blueprint Uji Coba Skala *Academic Burnout*

No.	Aspek	Item		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1.	<i>Emotinal Exhaustion</i>	1,2,3,4,5	6,7,8,9,10,	10
2.	<i>Cynicism/depersonalisasi</i>	11,12,13,14,15	16,17,18,19,20	10
3.	<i>Ineffectiveness</i>	21,22,23,24,25	26,27,28,29,30	10
	<i>Jumlah</i>	15	15	30

3.6.3 Uji Coba Alat Ukur

Setelah alat ukur disusun, maka tahap selanjutnya adalah melakukan uji coba alat ukur. Uji coba alat ukur ini dilakukan untuk menguji analisis deskriptif yang dilakukan dalam penelitian nantinya. Penelitian ini diteliti dengan memberikan skala secara online dalam bentuk *google form* kepada subjek. Setelah

peneliti melakukan uji coba alat ukur, hasil uji coba tersebut dianalisis untuk dapat mengetahui analisis deskriptif melalui *SPSS 22.0 for windows*.

3.6.4 Hasil Setelah Uji Coba

Setelah melakukan uji coba maka peneliti melakukan analisis pada variabel dengan melihat masing-masing item maka hasil yang didapatkan, yaitu pada variabel *Academic Burnout* tidak ditemukan item yang gugur, sehingga 30 item dapat digunakan untuk skala penelitian. Jadi total seluruh item yang dapat digunakan dalam skala penelitian yaitu 30 item dengan reliabilitasnya 0,966.

3.6.5 Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan Penelitian dilakukan dengan cara menyebar kuesioner ke seluruh Mahasiswa aktif yang sudah mengikuti program Kampus mengajar angkatan 4 dan studi independen angkatan 3 di seluruh Indonesia. Pelaksanaan penelitian ini dilakukan pada tanggal 10 Maret sampai 28 April 2023 yang dilaksanakan secara online. Setelah data terkumpul, selanjutnya peneliti melakukan analisis data namun sebelumnya dilakukan terlebih dahulu mendeskripsikan responden penelitian berdasarkan jenis kelamin, fakultas, semester, status dan penyebarannya. Setelah itu dilakukan analisa data. Subjek penelitian Kampus Mengajar berjumlah 388 mahasiswa yang mengikuti kampus mengajar angkatan 4 sedangkan Studi Independen (MSIB) berjumlah 393 mahasiswa yang mengikuti Studi independen (MSIB) angkatan 3. Melalui skala

yang disebarakan ke subjek, diperoleh perbedaan subjek penelitian menurut jenis kelamin, fakultas, semester, status dan penyebarannya.

Pada tahap pelaksanaan, peneliti akan membagikan kuesioner melalui beberapa aplikasi media sosial, yaitu *WhatsApp*, *Instagram*, *Facebook* dan *Telegram* di group kampus mengajar angkatan 4 dan studi independen (MSIB) angkatan 3 melalui *Google From*.

3.7 Teknik Analisa Data

Berdasarkan tujuan dari penelitian ini, maka teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu antara lain :

3.7.1. Uji Normalitas

Uji normalitas data sangat diperlukan untuk membuktikan apakah variabel dari data yang diperoleh sudah terdistribusi normal. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah *statistic parametrik*, maka dalam penelitian ini data pada setiap variable harus terlebih dahulu di uji normalitaskan. Dalam penelitian ini uji normalitas data yang digunakan adalah uji statistisk *Kolmogorov-Smirnov Test*. Dengan taraf signifikan sebesar 0,05, data dinyatakan berdistribusi normal jika signifikansi lebih besar dari 5%. Untuk pengambilan keputusan dengan pedoman:

- a. Nilai signifikansi atau nilai probabilitas $<0,05$, distribusi data tidak normal.

- b. Nilai signifikansi atau nilai probabilitas $>0,05$, distribusi data adalah normal.

3.7.2. Uji Homogenitas

Uji homogenitas dimaksudkan untuk memperlihatkan bahwa dua atau lebih kelompok data sampel berasal dari populasi yang memiliki varian yang sama. Metode yang digunakan uji homogenitas data dalam penelitian ini adalah *Levene test* yaitu *test of homogeneity of variance*. Untuk menentukan homogenitas digunakan kriteria sebagai berikut:

- 1) Signifikansi uji sebesar 0,05
- 2) Jika Signifikansi $<0,05$, maka variansi setiap sampel tidak sama (tidak homogen)
- 3) Jika Signifikansi $>0,05$, maka varian setiap sampel sama (homogen)

3.7.3 Uji hipotesa

Analisis yang digunakan untuk uji hipotesis penelitian yaitu Uji *Mann-Whitney Test*. Merupakan bagian dari uji statistik non parametrik yang bertujuan untuk membantu peneliti di dalam membedakan hasil kinerja kelompok yang terdapat dalam sampel ke dalam 2 kelompok dengan 2 kriteria yang berbeda. Uji ini digunakan untuk menguji beda dengan menggunakan rata-rata variabel dan jumlah data sampel penelitian yang sangat sedikit (kurang 30) atau tidak berdistribusi normal. Uji *Mann Whitney* digunakan untuk menguji satu variabel

data kategori satu variabel data internal. Untuk menentukan Uji *Mann Whitney* digunakan kriteria sebagai berikut:

- 1) Signifikansi uji sebesar 0,05
- 2) Jika Signifikansi $< 0,05$, maka terdapat perbedaan
- 3) Jika Signifikansi $> 0,05$, maka tidak ada perbedaan.