

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Menurut Undang-undang No. 20 Tahun 2003 Pasal 3 tentang sistem pendidikan nasional, tujuan pendidikan nasional adalah mengembangkan kemampuan mahasiswa agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, arif, tangguh, kreatif, mandiri, dan masyarakat yang demokratis serta bertanggung jawab. Menurut definisi tersebut, pendidikan sangat penting bagi kehidupan berbangsa dan bernegara. Masa depan suatu bangsa tidak lepas dari pendidikan hari ini, pendidikan generasi penerus dan pemimpin masa depan bangsa. Perubahan zaman memaksa dunia pendidikan menerapkan berbagai inovasi untuk menjawab tantangan yang kompleks. Oleh karena itu, pendidikan harus selalu berkembang karena merupakan bekal yang dibutuhkan masyarakat untuk hidup semakin maju dan berkembang.

Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud, 2020) merencanakan program “Merdeka Belajar Kampus Merdeka (MBKM)” Untuk memenuhi kebutuhan pendidikan di era Industri 4.0. Pelaksanaan program tersebut didukung oleh Lembaga Pengelola Dana Pendidikan (LPDP). Di era Revolusi Industri 4.0, kebutuhan primer adalah menguasai materi literasi terintegrasi. Untuk memaksimalkan penguasaan tersebut, perlu dilakukan langkah baru dalam dunia pendidikan, termasuk program Merdeka Belajar Kampus Merdeka. Program ini akan mampu meningkatkan keterampilan lulusan, baik soft skill maupun technical skill, untuk lebih mempersiapkan dan menjawab kebutuhan zaman, mempersiapkan lulusan yang professional, sukses dan beretika.

Merdeka Belajar - Kampus Merdeka Kemendikbud (2020), merupakan kebijakan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan, yang bertujuan mendorong mahasiswa untuk menguasai berbagai keilmuan yang berguna untuk memasuki dunia kerja. Kampus Merdeka memberikan kesempatan bagi mahasiswa untuk memilih mata kuliah yang akan mereka ambil. Kebijakan Merdeka Belajar - Kampus Merdeka ini sesuai dengan pemenuhan masa dan beban belajar bagi mahasiswa program sarjana atau sarjana terapan dapat dilaksanakan: 1) mengikuti seluruh proses pembelajaran dalam program studi pada perguruan tinggi sesuai masa dan beban belajar dan 2) mengikuti proses pembelajaran di dalam program studi untuk memenuhi sebagian masa dan beban belajar dan sisanya mengikuti proses pembelajaran di luar program studi

Kemendikbud (2020) mengatakan program Merdeka Belajar Kampus Merdeka (MBKM) menjadi salah satu program unggulan pemerintah dalam mengatasi permasalahan dunia pendidikan tinggi saat ini, yaitu penyerapan tenaga kerja dan relevansi lulusan dengan dunia industri. Pembelajaran dalam Kampus Merdeka memberikan tantangan dan kesempatan untuk pengembangan kreativitas, kapasitas, kepribadian, dan kebutuhan mahasiswa, serta mengembangkan kemandirian dalam mencari dan menemukan pengetahuan melalui kenyataan dan dinamika lapangan seperti persyaratan kemampuan, permasalahan riil, interaksi sosial, kolaborasi, manajemen diri, tuntutan kinerja, target dan pencapaiannya.

Sistem laman Merdeka Belajar - Kampus Merdeka dikembangkan untuk mempermudah pihak-pihak terkait yang terlibat dalam kegiatan pembelajaran Kampus Merdeka, mulai dari registrasi sampai dengan pelaporan kegiatan dan

hasil pembelajaran. Integrasi data perguruan tinggi dan mahasiswa dengan Pangkalan Data Pendidikan Tinggi (PDDIKTI) memastikan bahwa hanya mahasiswa aktif terdaftar di PDDIKTI dan memenuhi persyaratan umum sesuai buku panduan Merdeka Belajar - Kampus Merdeka yang bisa registrasi dan melaporkan kegiatan pembelajaran di sistem ini.

Kemendikbud (2020) Tujuan kebijakan Merdeka Belajar - Kampus Merdeka, program “hak belajar tiga semester di luar program studi” adalah untuk meningkatkan kompetensi lulusan, baik soft skills maupun hard skills, agar lebih siap dan relevan dengan kebutuhan zaman, menyiapkan lulusan sebagai pemimpin masa depan bangsa yang unggul dan berkepribadian. Program-program *experiential learning* dengan jalur yang fleksibel diharapkan akan dapat memfasilitasi mahasiswa mengembangkan potensinya sesuai dengan passion dan bakatnya.

Dengan adanya program Merdeka Belajar Kampus Mengajar, maka Mahasiswa dapat mengambil mata kuliah diluar program studi selama tiga semester, dan diluar kampus selama dua semester. Pertukaran pelajar, magang, riset, dan proyek kemanusiaan adalah beberapa kegiatan yang dapat diikuti dalam program Merdeka Belajar Kampus Mengajar. Mahasiswa diharapkan dapat mengalami langsung dunia kerja sehingga menjadi bekal kemampuan mereka dalam dunia kerja dimasa depan. Inilah bentuk transformasi dunia pendidikan yang diinginkan pemerintah, yaitu kualitas lulusan yang relevan dengan dunia kerja dan berkompetensi tinggi.

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.

Sejalan dengan penelitian Agustningsih (2019) tentang Gambaran Stress Akademik dan Strategi Koping Pada Mahasiswa Keperawatan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran stress akademik dan strategi koping pada mahasiswa keperawatan. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa keperawatan (DIII Keperawatan dan S1 Keperawatan) yang memenuhi kriteria penelitian dengan pengambilan sampel yaitu *purposive sampling*. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan data bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami stress tingkat sedang yaitu 24 orang (47,06%). Oleh karena itu diperlukan peran dari pembimbing akademik, orang tua / keluarga, teman, dan

motivasi dari dalam diri mahasiswa sendiri serta pentingnya peran lembaga bimbingan konseling yang ada di perguruan tinggi.

Penelitian Ariel, Yannick, Marie, Philip dan Chaumette (2019) yang berjudul *Kejenuhan pada mahasiswa kedokteran sebelum residensi*. Tujuan adalah untuk memperkirakan prevalensi kelelahan pada mahasiswa kedokteran di seluruh dunia. Hasilnya Prevalensi burnout saat ini diekstraksi dari 24 studi yang mencakup 17.431 medis mahasiswa. Di antara mereka, 8060 menderita kelelahan dan kami memperkirakan prevalensinya menjadi 44,2% [33,4%–55,0%]. Informasi tentang prevalensi setiap subset dari dimensi burnout diberikan dalam sembilan studi termasuk 7588 mahasiswa.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Norez (2017) tentang *Academic Burnout In College Students: The Impact of Personality Characteristics and Academic Term on Burnout*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menyelidiki bagaimana kepribadian karakteristik (seperti extraversion, conscientiousness, neuroticism) dan istilah klasifikasi (mahasiswa baru, mahasiswa tahun kedua, dll.) memengaruhi kelelahan akademik di sampel perguruan tinggi siswa.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmati (2015) yang berjudul *The Study of Academic Burnout in Students with High and Low Level Of Self-Efficacy*, Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mempelajari kejenuhan akademik pada mahasiswa dengan tingkat efikasi diri tinggi-rendah. Oleh karena itu, 120 mahasiswa di Universitas AllameTabatabaei menyelesaikan kuesioner kejenuhan akademik dan *self efficacy*. Itu siswa, yang skornya satu standar deviasi lebih tinggi dari rata-rata, memiliki *self-efficacy* yang tinggi tetapi satu standar

deviasi lebih rendah dari rata-rata memiliki *self-efficacy* yang rendah. Data dianalisis dengan uji-t. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan negatif antara efikasi diri, variabel kejenuhan akademik dan komponennya (kelelahan akademik, ketidaktertarikan akademik dan akademik ketidakefektifan).

Hal ini sejalan dengan dengan fenomena yang ditemukan oleh peneliti melalui wawancara dengan dua orang mahasiswa yang mengikuti program Kampus Mengajar angkatan ke empat, berikut adalah hasil wawancaranya;

”Pada saat saya mengikuti program Kampus Mengajar di salah satu SMP Swasta di kota Medan, saya sangat kelelahan karena harus menjalankan dua kewajiban sekaligus yaitu sebagai tenaga pengajar di sekolah dan sebagai mahasiswa dikampus, kalo pulang dari sekolah nyampe dikost langsung beres-beres dulu kan kak, kadang nyicil ngerjain laporan, dan setelah itu saya langsung istirahat tapi ngak tau kenapa kayaknya lelahnya ngak hilang-hilang walaupun udah istirahat kak”

(S, 26 Januari 2023)

“Selama saya mengikuti program Kampus Mengajar, saya merasa energi saya terkuras kak mau sesering apapun saya istirahat kayaknya ngak cukup gitu kak, rasa lelahnya kadang jadi mendorong saya jadi malas untuk melakukan kegiatan diluar sekolah segai tenaga pengajar dan diluar kampus sebagai mahasiswa, biasanya sekali seminggu itu aku pasti olahraga karena itu hobby ku kak, sekarang jadi malas kak jadi seringan berdiam diri di kamar”.

(A, 26 Januari 2023)

“Selama saya menjadi tenaga pengajar di salah satu SMP Swasta, karena saya mengikuti program Kampus Mengajar, saya kesulitan berkonsentrasi dan tidak menikmati proses perkuliahan dan menjadi tenaga pengajar, saya juga tetap melanjutkan program Kampus Mengajar hanya untuk mengisi absen dan tetap mengikuti perkuliahan hanya untuk memenuhi kuota absen aja, pernah sampe nangis kak karna merasa tidak sanggup kak”

(C, 26 Januari 2023)

“Selama saya mengikuti program Kampus Mengajar kak, jujur kak lelahnya ngak ketolong karena jarak rumah ke sekolah tempat saya mengajar cukup jauh, ditambah lagi harus mngerjakan laporan harian dan mingguannya kak, kadang saya saking malasnya jadi sering ngecek hp untuk melihat jam kak karna ngak sabar ingi cepat-cepat pulang dan tepar saking lelahnya kak”

(S, 26 Januari 2023)

Berdasarkan hasil wawancara diatas, narasumber Mahasiswa S mengatakan bahwa “saya sangat kelelahan karena harus menjalankan dua kewajiban sekaligus yaitu sebagai tenaga pengajar di sekolah dan sebagai mahasiswa dikampus” hal ini sejalan dengan aspek *academic burnout* yang dikemukakan oleh Leither dan Maslach (1997), yaitu aspek *emotional exhaustion*. Begitu juga dengan mahasiswa A mengatakan bahwa ”saya merasa energi saya terkuras kak mau sesering apapun saya istirahat kayaknya ngak cukup gitu kak” hal ini sejalan dengan aspek *Academic Burnout* yang dikemukakan oleh Leither dan Maslach (1997), yaitu aspek *emotional exhaustion*. Sama halnya dengan mahasiswa C yang mengatakan ”saya kesulitan berkonsentrasi dan tidak menikmati proses perkuliahan dan menjadi tenaga pengajar” hal ini sejalan dengan aspek *Academic Burnout* yang dikemukakan oleh Leither dan Maslach (1997), yaitu aspek *Reduced sense of personal accomplishment*. Begitu juga dengan mahasiswa S yang mengatakan bahwa “saya saking malasnya jadi sering ngecek hp untuk melihat jam kak karna ngak sabar ingi cepat-cepat pulang dan tepar saking lelahnya kak” hal ini sejalan dengan aspek *academic burnout* yang dikemukakan oleh Leither dan Maslach (1997), yaitu aspek *Reduced sense of personal accomplishment*.

Academic Burnout muncul dari adanya stres yang berkepanjangan, sehingga banyak faktor yang mempengaruhi burnout sering dikaitkan dengan munculnya stres. Menurut Leither dan Maslach (1997), beberapa faktor yang dipandang dapat mempengaruhi *Academic Burnout* adalah faktor situasional dan faktor individual. Faktor situasional meliputi beban tugas yang berlebihan, minimnya fasilitas dan kurangnya dukungan sosial.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Gaite & Tania (2022), yang berjudul Gambaran Tingkat Stress, Kecemasan dan Depresi Mahasiswa saat Adaptasi Tahun Kedua Pandemi COVID-19. PDSKJI (Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia) mencatat 1.522 penduduk Indonesia mengalami gangguan kesehatan mental akibat pandemi COVID-19 ini, tidak terkecuali para mahasiswa. Penelitian deskriptif ini menggunakan metode purposive sampling, dimana mengikut sertakan 97 orang mahasiswa kedokteran angkatan Tahun 2018 di Fakultas Kedokteran sebagai responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 55.67% responden penelitian berada pada level stress normal, kecemasan (86,6%) dan depresi (57,73%). Responden yang mengalami kecemasan dan depresi lebih banyak ditemukan pada mahasiswa dengan status ekonomi keluarga menurun dan tidak aktif berinteraksi sosial. Peranan organisasi kemahasiswaan di kampus serta penanggulangan pandemi yang efektif diharapkan dapat mengatasi stress, cemas dan depresi pada mahasiswa saat perkuliahan online di masa pandemi.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Karimah dan Devrita (2021) yang berjudul Burnout akademik selama pandemic Covid-19, Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengalaman siswa selama pembelajaran online. Mata pelajaran terdiri dari 10 siswa yang sedang menjalankan pembelajaran daring dengan rentang usia 18-25 tahun. Metode yang digunakan adalah wawancara semi terstruktur dengan pendekatan fenomenologis kualitatif. Hasilnya menunjukkan bahwa subjek cepat merasakan perubahan emosi (mood swings) selama pembelajaran daring. Terkadang subjek menjadi lebih sensitif terhadap keluarga mereka di rumah, ketika mereka lelah mereka mengekspresikan

emosi negatif dengan menangis, dan marah ketika ada tidak ada ide saat mengerjakan tugas. Beberapa hal ini menyebabkan individu merasa tertekan dengan perguruan tinggi tugas, sehingga mereka mengalami kelelahan akademik.

Berdasarkan fenomena yang sudah dijelaskan sebelumnya mulai dari wawancara dan pengumpulan data yang dilakukan oleh peneliti ditemukan bahwa mahasiswa memerlukan *softskill* untuk mengatasi perilaku malas mereka. Dari dampak-dampak *academic 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 membuat peneliti tertarik untuk membuat judul skripsi yaitu Gambaran *Academic Burnout* pada Mahasiswa yang mengikuti program Kampus Mengajar.

1.2 Rumusan Masalah

Academic Burnout merupakan sindrom kelelahan fisik, mental, dan emosional yang disebabkan keterlibatan jangka panjang situasi penuh tuntutan emosional yang disebabkan oleh banyak faktor. *Academic Burnout* juga cenderung dapat dialami oleh mahasiswa yang mengikuti program Kampus Mengajar. Sehingga penulis mengangkat permasalahan yang diteliti yaitu Bagaimana “Gambaran *academic burnout* pada mahasiswa yang mengikuti program Kampus Mengajar”?

1.3 Tujuan penelitian

Sesuai dengan latar belakang dan rumusan masalah di atas, maka dapat disimpulkan tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bertujuan

Gambaran Academic Burnout pada mahasiswa yang mengikuti program Kampus Mengajar angkatan ke empat.

1.4 Manfaat penelitian

Dengan penelitian ini peneliti berharap agar hasil penelitian yang ada dapat membawa banyak manfaat, baik itu dipandang dari secara teoritis maupun praktis bagi pengembangan ilmu masyarakat.

1.4.1 Manfaat Teoritis

Di harapkan dalam penelitian ini dapat memberikan sumbangan informasi bagi dunia psikologi dan pembahasan ini juga di harapkan dapat memperkaya sumber pustaka psikologi dan juga di harapkan sebagai bahan pertimbangan untuk melakukan penelitian selanjutnya yang masih berhubungan dengan permasalahan tersebut.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini dapat memberikan gambaran 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 gambaran *Academic Burnout* pada mahasiswa yang mengikuti program Kampus Mengajar, 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* (kejenuhan) sangat berkaitan dan tidak dapat dipisahkan dari istilah-istilah seperti keterasingan, acuh tak acuh, apatis, sinis, pesimis, kelelahan fisik dan mental, serta ketegangan yang teramat sangat (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.

Burnout dalam bidang akademik atau *academic burnout* didefinisikan sebagai perasaan lelah karena tuntutan studi (*emotional exhaustion*), memiliki sikap sinis terhadap tugas-tugas akademik (*cynicism*), dan perasaan tidak kompeten (*reduced efficacy*) sebagai siswa (Schaufeli, 2002). *Academic burnout* mengacu pada perasaan lelah yang disebabkan oleh tuntutan dan persyaratan pendidikan (*tiredness*), menjadi pesimistik dan tidak mau mengerjakan tugas (*lack of interest*), serta rasa tidak kompeten sebagai siswa (*low efficiency*).

Berdasarkan berbagai pendapat di atas, maka dapat disimpulkan bahwa *academic burnout* adalah suatu peristiwa psikologis yang dialami oleh individu dalam lingkungan akademis, dimana individu merasa lelah, apatis, dan sinis terhadap kegiatan akademiknya sehingga menyebabkan pencapaian pribadi 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 ketidak sesuaian 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. Persaingan yang ketat dan waktu kerja atau kuliah yang padat menyebabkan individu terpisah dari sesamanya, sehingga ada kesenjangan baik antar individu maupun dengan atasan, sibuk dengan diri sendiri, dan tidak memiliki *quality time* dengan rekan. 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. *Treated Fairly*

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.

Sejalan dengan faktor yang dijelaskan diatas García-carmona et al., (2018), mengungkapkan bahwa faktor penentu seseorang mengalami burnout adalah faktor demografi yang meliputi tingkatan perkuliahan, jurusan, fakultas yang diambil, usia, dan jenis kelamin.

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 (*emotional exhaustion*), individu tersebut tidak mampu menyelesaikan masalah sendiri, tetap merasa lelah meski sudah istirahat yang cukup, serta kurangnya 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. *Cynism* 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. *Reduced sense of personal accomplishment*

Penurunan pencapaian prestasi pribadi atau penurunan keyakinan akademik jika pada mahasiswa disebabkan oleh perasaan bersalah telah melakukan orang lain disekitarnya secara negatif. Hal ini berkembang dari depersonalisasi, sikap kurang positif terhadap orang lain, lama kelamaan berubah menjadi penilaian negatif tentang diri sendiri. Seseorang merasa bahwa dirinya telah berubah menjadi orang yang berkualitas buruk terhadap orang lain di sekitarnya, misalnya tidak memperhatikan kebutuhannya. Padahal seorang pemberi layanan dituntut untuk selalu memiliki perilaku yang positif, misalnya penyabar, penuh perhatian, hangat, humoris, dan yang paling penting adalah mempunyai rasa empati.

2.2 Kampus Mengajar

Merupakan bagian kegiatan pembelajaran dan pengajaran di satuan pendidikan dasar dari program Merdeka Belajar Kampus Merdeka (MBKM) yang bertujuan untuk memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk belajar dan mengembangkan diri melalui aktivitas di luar kelas Kemendikbud (2020)

Kemendikbud (2020) mengatakan bahwa inovasi dan kreativitas perguruan tinggi sangat penting dalam menjalankan kebijakan Kampus Merdeka. Kampus Mengajar bertujuan untuk membekali mahasiswa dengan beragam keahlian dan keterampilan dengan menjadi mitra guru dan sekolah dalam pengembangan model pembelajaran, juga menumbuhkan kreativitas serta inovasi dalam pembelajaran sehingga berdampak pada penguatan pembelajaran literasi dan numerasi di sekolah.

Skor kemampuan literasi dan numerasi siswa Indonesia selama delapan belas tahun terakhir berada di peringkat bawah. Pandemi yang terjadi menambah tantangan untuk meningkatkan kemampuan literasi dan numerasi siswa di Indonesia. Oleh sebab itu, Indonesia membutuhkan peran mahasiswa untuk menjadi mitra guru dalam mengembangkan pembelajaran literasi dan numerasi yang menarik.

Program Kampus Mengajar membuka ruang bagi mahasiswa untuk bisa mengaplikasikan keahlian serta ilmu pengetahuan mereka dalam membantu siswa disatuan pendidikan dasar. Program ini memberikan kesempatan bagi mahasiswa untuk mengaktualisasikan minat, semangat, dan keinginan mahasiswa. Selain itu,

mahasiswa diharapkan menjadi inspirasi bagi para peserta didik untuk memperluas cita-cita serta wawasan mereka.

Mahasiswa dari seluruh perguruan tinggi dibawah naungan Kemendikbudristek yang akan ditempatkan di sekolah sasaran program di seluruh Indonesia dalam upaya membantu peningkatan literasi dan numerasi di tingkat pendidikan dasar.

2.2.1 Manfaat mengikuti Kampus Mengajar

Masih dari sumber yang sama Kemendikbud (2020), mahasiswa yang mengikuti program Kampus Mengajar akan mendapat bantuan biaya yang mencakup:

1. Bantuan biaya hidup sebesar Rp 1,2 juta per bulan yang ditransfer langsung ke rekening peserta Kampus Mengajar
2. Bantuan dana pendidikan UKT yang diberikan sesuai dengan nominal UKT masing-masing kampus dengan maksimal Rp 2,4 juta
3. Dana swab antigen/PCR sesuai dengan peraturan yang berlaku
4. Dana darurat atau force majeure yang diberikan apabila terjadinya keadaan darurat selama penugasan, seperti sakit, kecelakaan, bencana alam, dan dana kepulangan kematian

2.2.2 Tujuan Kampus Mengajar

Kemendikbud (2020) mengatakan beberapa tujuan dilakukan program kampus mengajar yakni mengembangkan mahasiswa dalam membantu tahapan belajar disekolah yang ada didaerah sekitar. Secara rinci, tujuan program kampus mengajar antara lain:

1. Menumbuhkan sikap empati dan sadar pada mahasiswa dalam menghadapi masalah lingkungan yang ada disekitar daerah.
2. Menggali kreatifitas pola pikir secara bersama-sama diberbagai bidang dan asal mahasiswa guna mencari solusi terhadap problem yang ada.
3. Memajukan dan mendukung pembangunan nasional dengan menciptakan motivasi lingkungan dalam bekerja sama untuk proses pembangunan.
4. Memperluas pengetahuan, karakter, dan kreatifitas yang ada pada jiwa mahasiswa.
5. Mahasiswa memperoleh pengetahuan yang belum diajarkan diperkuliahan, misalnya cara membiasakan diri, berkomunikasi dengan guru, siswa dan warga sekolah, dan mengetahui sikap anak didiknya.
6. Tujuan lain, yakni memberikan kesempatan beasiswa untuk mahasiswa pintar dengan menggunakan kreatifitas yang dimiliki dan mendorong pendidikan terkhusus di tempat 3T supaya sama dengan sekolah yang mempunyai mutu pendidikan sesuai standar nasional

LITERATURE REVIEW

No	Penulis jurnal	Judul penelitian	Gap/ Masalah	Topik/ Fokus/ Tujuan/ Penelitian	Konsep/ Theoretical framework	Variabel	Metode(teknik analisis, alat ukur yang digunakan, dll	Setting/konteks/sample	Temuan
1	Nia Agustini (2019)	Gambaran Stress Akademik dan Strategi Koping Pada Mahasiswa Keperawatan	Stress akademik pada mahasiswa keperawatan merupakan hal yang biasa terjadi karena mahasiswa keperawatan harus memenuhi kompetensinya dari perkuliahan dan praktek di rumah sakit.	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran stress akademik dan strategi koping pada mahasiswa keperawatan	Kumar (2011) stress merupakan bagian dari faktor yang mempengaruhi proses dalam pendidikan dan kesejahteraan mahasiswa. Mahasiswa sebagai individu yang menuntut ilmu di perguruan tinggi dalam kegiatannya tidak terlepas dari stres.	Variabel terikat: Stres Akademik Variabel Bebas: Strategi Koping	Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Penelitian dilakukan pada tanggal 18 – 20 april 2018.	Sampel: Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa keperawatan (DIII Keperawatan dan S1 Keperawatan) yang memenuhi kriteria penelitian dengan pengambilan sampel yaitu purposive sampling.	Data hasil penelitian dianalisa secara deskriptif dan ditampilkan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan narasi. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan data bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami stres tingkat sedang yaitu 24 orang (47,06%).
2	Glarisa Gaite,	Gambaran Tingkat	Kasus COVID-19 pertama kali muncul di	Tujuan penelitian ini adalah untuk	Penelitian yang dilakukan di	Variabel terikat: Kesehatan	Jenis penelitian : Penelitian ini merupakan	Sampel: Populasi penelitian	Hasil penelitian : asil penelitian menunjukkan bahwa

<p>Elly Ingkir iwang & Elly Tania (2022)</p>	<p>Stress, Kecemasan dan Depresi Mahasiswa saat Adaptasi Tahun Kedua Pandemi COVID-19</p>	<p>Indonesia pada Maret 2020. Memasuki tahun kedua pandemi Covid-19, berbagai adaptasi terhadap proses belajar di perguruan tinggi dilakukan. PDSKJI (Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia) mencatat 1.522 penduduk Indonesia mengalami gangguan kesehatan mental akibat pandemi COVID-19 ini, tidak terkecuali para mahasiswa.</p>	<p>mengetahui tingkat stress, cemas dan depresi pada mahasiswa pada tahun kedua adaptasi pandemi.</p>	<p>Jamnagar pada mahasiswa kedokteran saat pandemi, didapatkan prevalensi cemas sebanyak 17,20%, stress sebanyak 15,60% dan depresi sebanyak 10,80%. Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui gambaran tingkat stress, cemas dan depresi berdasarkan usia, jenis kelamin, interaksi sosial,</p>	<p>n Mental Variabel bebas: Mahasiswa Kedokteran</p>	<p>penelitian deskriptif dengan desain penelitian cross sectional</p>	<p>adalah mahasiswa aktif Fakultas Kedokteran UKRIDA 2018.</p>	<p>55.67% responden penelitian berada pada level stress normal, kecemasan (86,6%) dan depresi (57,73%). Studi ini juga meneliti faktor-faktor seperti jenis kelamin, usia, interaksi sosial, dan ekonomi. Responden yang mengalami kecemasan dan depresi lebih banyak ditemukan pada mahasiswa dengan status ekonomi keluarga menurun dan tidak aktif berinteraksi sosial.</p>
---	---	---	---	--	--	---	--	--

					ekonomi dan riwayat sakit COVID-19.				
3	12	Academic Burnout In College Students: The Impact of Personality Characteristics and Academic Term on Burnout	Burnout adalah suatu kondisi yang dapat mempengaruhi orang dalam berbagai pengaturan. Hal ini terkait dengan penurunan produktivitas dan kepuasan; peningkatan tingkat gangguan suasana hati seperti depresi dan kecemasan dan sejumlah besar masalah fisik termasuk peningkatan biomarker peradangan dan penyakit kardiovaskular, sindrom metabolik, tidur perubahan nafsu makan, kelelahan,	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menyelidiki bagaimana karakteristik kepribadian (seperti extraversion, conscientiousness, neuroticism) dan klasifikasi istilah (mahasiswa baru, mahasiswa tahun kedua, dll.) mempengaruhi kelelahan akademik pada sampel mahasiswa perguruan tinggi.	MBI didasarkan pada teori Maslach bahwa burnout merupakan sindrom yang terdiri dari tiga unsur; kelelahan emosional, depersonalisasi, dan berkurangnya pencapaian pribadi di lingkungan kerja.	Variabel bebas: Academic Burnout Variabel terikat: Personality Characteristics	Statistik deskriptif digunakan untuk menghasilkan skor-z untuk Extraversion, Conscientiousness, Neuroticism, dan Burnout. (Klasifikasi Istilah tidak memiliki outlier, seperti yang ditentukan dengan pemeriksaan visual data, sehingga skor-z tidak dihasilkan untuk variabel ini.) Frekuensi dihitung untuk Extraversion (M = 3.10, SD = 0.89), Conscientiousness (M = 3.88, SD = 0.62), Neuroticism (M = 3.19, SD = 0.82) dan Burnout	Sampel: Secara total, 436 peserta direkrut. Dari jumlah tersebut, 340 adalah perempuan dan 96 adalah pria. Usia peserta berkisar antara 18 hingga 65 (M = 24,81, SD = 8,48)	Hasil dari analisis ini menunjukkan bahwa distribusi 17 Extraversion tidak signifikan miring (-0,01, p > 0,001) dan agak platykurtik (-0,72, p < 0,001). Distribusi Conscientiousness cukup condong negatif (-0,43, p < .001) dan menunjukkan tingkat kurtosis yang dapat diterima (-0,13, p > .001). Neurotisme memiliki distribusi yang sedikit condong negatif (-0,27, p < .001) dan juga menunjukkan tingkat kurtosis yang dapat diterima (-0,49, p > .001). Term Classification memiliki distribusi yang signifikan positif miring (1.05, p > .001) dan signifikan platykurtic (-0.90, p > .001)

			penurunan imunitas, sakit kepala, dan gangguan pencernaan.				(M = 37.87, SD = 13.64). Tidak ada skor yang melebihi batas +/- 3,29, yang mengindikasikan tidak ada outlier (Tabachnik & Fidell, 2001).		
4	Karimah Al-Marwaziyyah, dan Devritia Irenike Maya de Chori (2021)	Burnout akademik selama pandemi Covid-19	COVID-19 yang merupakan penyakit yang disebabkan oleh virus corona SARS-CoV-2 telah menyebar secara luas di dunia dan menyebabkan banyak korban yang terkena covid-19.	Tujuannya adalah untuk menemukan permasalahan lebih terbuka, dimana informan diminta untuk berpendapat. Peneliti juga melakukan probing jika dirasa jawaban informan masih kurang jelas. Sedangkan instrumen dalam penelitian kualitatif	Salah satu upaya pemerintah untuk menghentikan penyebaran virus ini adalah dengan membuat kebijakan untuk menghindari keramaian dengan melakukan physical quarantine, termasuk di dunia pendidikan (Arden &	Variable terikat: Burnout akademik Variabel bebas: Pandemi Covid-19	Metode pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan wawancara tidak terstruktur. Sugiyono (2017) menyebutkan bahwa wawancara semi terstruktur termasuk dalam jenis wawancara dikategori in-dept interview. Pelaksanaan wawancaranya lebih bebas jika dibandingkan dengan wawancara terstruktur.	Subjek dalam penelitian ini adalah 10 mahasiswa jurusan akuntansi, bahasa inggris dan sebagian besar adalah mahasiswa magister psikologi profesi, yang rentang usianya 18-25 tahun yang pernah atau sedang	Berdasarkan penjelasan dapat disimpulkan bahwa subjek dalam penelitian ini mengalami kelelahan akademik sehingga menyebabkan subjek mengalami perubahan emosi dengan cepat sebagai bentuk peluapan emosi ketika merasa stres, tertekan, dan lelah.

				adalah peneliti itu sendiri (human instrument)	Chilcot, 2020).			menjalankan kuliah secara daring (online) selama pandemi Covid-19, dengan sistem perkuliahan secara online menggunakan zoom dan google meet.	
5	Ariel Frajer mana, Yannick Morvan, Marie Odile Krebs a, Philip Gorw	Kejenuhan pada mahasiswa kedokteran sebelum residensi : Tinjauan sistematis dan analisis meta	Penerapan konsep burnout pada mahasiswa kedokteran sebelum residensi relatif baru.	Tujuan kami adalah untuk memperkirakan prevalensi kelelahan pada mahasiswa kedokteran di seluruh dunia.	Maslach Burnout Inventory (MBI) adalah skala yang paling banyak digunakan di dunia dan tersedia dalam beberapa versi untuk disesuaikan	Variabel Terikat: Burnout	Secara sistematis mencari artikel berbahasa Inggris di Medline yang diterbitkan antara 1 Januari 2010 dan 31 Desember 2017.	Sampel: Prevalensi burnout saat ini diambil dari 24 studi yang mencakup 17.431 medis siswa.	Hasil analisis meta ini menunjukkan bahwa satu dari dua siswa menderita kelelahan, bahkan sebelum residensi. Sekali lagi, temuan kami menyoroti tingkat kesulitan yang tinggi pada populasi medis. Hasil ini harus mendorong pengembangan strategi pencegahan.

	oodb, Boris Chau mette (2019)				dengan populasi yang diteliti.				
6	Zeinb Rahm ati (2015)	Kajian Kejenuhan Akademik pada Siswa dengan Self-Efficacy Tingkat Tinggi dan Rendah	Kejenuhan selalu lebih mungkin terjadi ketika ada ketidakcocokan besar antara sifat pekerjaan dan sifat orang yang melakukan pekerjaan itu.	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mempelajari kejenuhan akademik pada mahasiswa dengan tingkat efikasi diri tinggi-rendah.	Burnout sering digambarkan sebagai sindrom kelelahan emosional, depersonalisasi, dan berkurangnya pencapaian pribadi (Maslach & Jackson, 1981; Maslach, Jackson, & Leiter, 1996).	Variabel Terikat : Academic Burnout Variabel Bebas: Self-Efficacy	Secara rinci, di Sejalan dengan teori self-efficacy yang telah dijelaskan sebelumnya, kami berhipotesis bahwa self-efficacy memiliki pengaruh yang signifikan berpengaruh negatif terhadap burnout siswa (H1) dan komponennya (H2, H3, H4).	Sampel terdiri dari 120 mahasiswa yang dipilih secara acak di antara mahasiswa Universitas Alame Tabatabaee. Mereka menyelesaikan kuesioner kelelahan akademik dan self-efficacy.	Hasil menunjukkan, dua kelompok dengan efikasi diri tinggi dan rendah memiliki perbedaan yang signifikan dalam kelelahan akademik. Juga, ada hubungan negatif antara kelelahan akademik dan self-efficacy yang tinggi dan rendah. Pada asumsi ini signifikansinya adalah 0/001 dan menunjukkan hipotesis nol “tidak ada hubungan antara academic burnout dengan self efficacy tinggi dan rendah” ditolak.

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini ialah pendekatan kuantitatif. Menurut Sugiyono (2016) bahwa penelitian secara kuantitatif ialah penelitian yang digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, teknik pengambilan sample biasanya dilakukan secara random, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif/statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.

Variabel penelitian ini adalah : *Academic Burnout*

3.2 Defenisi Operasional Variabel Penelitian

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.

Berdasarkan pemaparan di atas maka *academic burnout* adalah kelelahan secara fisik, emosional dan mental yang terjadi pada bidang akademik yang ditandai dengan kelelahan emosional, kecenderungan depersonalisasi dan perasan prestasi pribadi yang rendah.

3.3 Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah mahasiswa aktif di seluruh Indonesia yang mengikuti program Kampus Mengajar angkatan ke empat.

3.4 Populasi dan Sampel

3.4.1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau sampel yang menjadi kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2016).

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif di seluruh Indonesia yang mengikuti program Kampus Mengajar angkatan keempat, data yang digunakan adalah jumlah mahasiswa aktif angkatan keempat di tahun 2022 yang sudah mengikuti program kampus mengajar, adapun jumlah populasi penelitian sebanyak 14.278 orang.

3.4.2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2016). Teknik pengambilan sampel ini merupakan jenis purposive sampling yaitu, teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu, kriteria pengambilan sampel. Purposive sampling adalah pengambilan sampel yang berdasarkan atas suatu pertimbangan tertentu seperti sifat-sifat populasi ataupun ciri-ciri yang sudah diketahui sebelumnya.

Seperti yang telah dikemukakan bahwa, purposive sampling adalah teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu. Adapun jumlah sampel dalam penelitian ini di tentukan berdasarkan rumus, yaitu: _____

Keterangan:

n : Jumlah sampel

N: Jumlah populasi

e : Margin of eror

Berdasarkan data yang telah di peroleh maka sampel penelitian adalah sebagai berikut:

**Jumlah mahasiswa seluruh Indonesia yang mengikuti program Kampus Mengajar angkatan ke empat*

Berdasarkan hasil pengumpulan data sebelumnya dapat diketahui jumlah sampel sebesar _____ 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 mengikuti program Kampus Mengajar _____ angkatan _____ ke _____ empat.

3.5 Teknik Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dalam penelitian dengan menggunakan skala. Adapun jenis skala ada dua macam ada skala tertutup dan skala terbuka. Dalam penelitian ini menggunakan jenis skala tertutup sebab semua aitem pernyataan tinggal dipilih mana jawaban yang sesuai dengan responden, sedangkan cara memilihnya dengan ceklis.

Untuk mengukur *Academic Burnout* maka peneliti menyusun skala sikap model Likert (metode skala rating yang dijumlahkan), dengan bentuk angket favourable dan unfavourable. Favourable merupakan pernyataan sikap yang berisi atau mengatakan hal-hal yang positif mengenai objek sikap, yaitu kalimatnya bersifat mendukung atau memihak pada objek sikap. Bentuk angket favourable *Academic Burnout* dalam penelitian ini adalah pilihan dengan menggunakan 5 alternatif jawaban, yaitu: Sangat Setuju (SS) = 5, Setuju (S) = 4, Netral (N) = 3, Tidak Setuju (TS) = 2, Sangat Tidak Setuju (STS) = 1.

3.6 Pelaksanaan Penelitian

Pelaksanaan Penelitian dilakukan dengan cara menyebarkan link kuisioner ke seluruh mahasiswa aktif di Indonesia yang mengikuti program Kampus Mengajar angkatan ke empat.

3.6. Persiapan Penelitian

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. 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 dan Maslach (1997) *Academic Burnout* mencakup tiga aspek yaitu: *emotional exhaustion*, *Cynicism / Depersonalisation*, *reduse sense of personal accomplishment*. 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. 1 Blueprint Uji Coba Skala *Academic Burnout*

No	Aspek	Nomor Item		Jumlah
		Favorabel	Unfavorabel	
1.	<p><i>Emotional exhaustion</i> merupakan dimensi burnout yang ditandai dengan kelelahan yang berkepanjangan baik secara fisik, mental, maupun emosional. Ketika individu merasakan kelelahan (<i>emotional exhaustion</i>), individu tersebut tidak mampu menyelesaikan masalah sendiri, tetap merasa lelah meski sudah istirahat yang cukup, serta kurangnya energi dalam melakukan aktivitas.</p>	1,2,3,4,5	6,7,8,9,10	10

2.	<p><i>Cynicism / Depersonalisation</i> 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. Cynism 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</p>	11,12,13,14,15	16,17,18,19,20	10

3.	<i>Reduced sense of personal accomplishment</i> Penurunan pencapaian prestasi pribadi atau penurunan keyakinan	21,22,23,24,25	26,27,28,29,30	10

	akademik jika pada mahasiswa disebabkan oleh perasaan bersalah telah melakukan orang lain disekitarnya secara negatif.			
JUMLAH	15	15	30	

3.6. 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. Peneliti melakukan uji coba alat ukur pada 10 Maret 2023 sebanyak 388 orang. Penelitian ini di teliti 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 25.0 for windos.

Berdasarkan estimasi uji daya beda item diperoleh nilai estimasi item dari *academic burnout* yang mendapatkan hasil dengan 1,395 dan tidak ditemukan adanya item yang gugur sehingga seluruh item sah untuk digunakan. Setelah diketahui melalui analisis item maka kemudian peneliti menyusun item-item yang menjadi alat ukur yang disajikan dalam skala penelitian yang terdiri dari 30 item skala *academic burnout*.

3.6. 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 1,395.

3.7 Analisis Data

Jenis metode pada penelitian ini menggunakan analisis data deskriptif. Analisis data deskriptif tersebut bertujuan untuk memberikan gambaran awal

mengenai subjek dalam suatu fenomena yang berdasarkan data yang telah diperoleh dan tidak bermaksud menguji hipotesis (Bungin, 2011). Statistik deskriptif adalah statistik yang bisa digunakan untuk menganalisa suatu data dengan mendeskriptifkan atau menggambarkan data yang telah terkumpul Metode ini digunakan untuk menggambarkan hasil penelitian dalam menjawab perumusan masalah mengenai gambaran variabel yang telah diteliti (Sugiyono, 2008). Hasil dari analisis deskriptif data yang diperoleh adalah berupa gambaran stres akademik yang dapat disajikan dalam bentuk grafik atau presentase

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Gambaran Subjek Penelitian

4.1.1 Deskripsi Responden Penelitian

Pelaksanaan penelitian ini dilakukan pada tanggal 15 sampai 27 Maret 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 dan semester setelah itu dilakukan analisa deskriptif. Subjek penelitian berjumlah 388 mahasiswa yang mengikuti kampus mengajar angkatan 4. Melalui skala yang disebarkan ke subjek, diperoleh gambaran subjek penelitian menurut jenis kelamin, fakultas dan semester.