

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Mahasiswa merupakan istilah bagi individu yang sedang menjalani pendidikan di suatu perguruan tinggi. Monks, Knoers dan Haditino (Ramadhani, 2016) mengatakan bahwa mahasiswa adalah individu yang melakukan proses belajar, meneliti suatu hal baru, memiliki pemikiran yang kritis dalam memecahkan sebuah permasalahan, serta memiliki tujuan untuk memperoleh suatu ilmu pengetahuan yang sesuai dengan harapan yang diinginkan. Umumnya, untuk program strata satu (S-1) mahasiswa akan melewati masa studi minimal selama empat tahun. Tahun terakhir pada masa perkuliahan, mahasiswa akan memiliki tugas akhir atau biasa dikenal dengan skripsi. Skripsi merupakan karya ilmiah yang biasanya diperlukan sebagai salah satu persyaratan bagi para mahasiswa untuk lulus dari suatu Universitas.

Penelitian yang dilakukan berfokus pada mahasiswa akhir yang memiliki tugas akhir berupa skripsi. Penelitian Kurniasari, Dariyo, dan Idulfilastri (2018), mengatakan bahwa mahasiswa tingkat akhir terdapat pada usia diantara usia 20 sampai 25 tahun. Para peneliti tersebut juga mengelompokkan bahwa mahasiswa tingkat akhir termasuk pada masa pertumbuhan di tahap dewasa awal yang berusia sekitar 20 sampai 40 tahun.

Mahasiswa pada tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi cenderung merasakan tekanan yang mengacu pada stres yang

berkepanjangan. Penelitian Gamayanti, Mahardianisa dan Syafei, (2018) telah menemukan bahwa mahasiswa tingkat akhir Fakultas Psikologi UIN SGD Bandung angkatan 2012 cenderung merasa stres yang ditandai dengan sering mengeluh kelelahan, pusing, merasa cemas, tidak semangat, hingga terdapat beberapa mahasiswa yang memiliki keinginan untuk mengakhiri masa perkuliahannya serta membagikan status di media sosial yang menyatakan perasaannya mengenai semua permasalahan ketika mengerjakan sebuah skripsi.

Govaerst dan Gregoire (Kencana & Muzzamil, 2022) mengatakan bahwa tidak semua mahasiswa akan memiliki kesiapan yang sama terhadap tekanan-tekanan yang berasal dari akademiknya. Tekanan yang dirasakan oleh mahasiswa yang mengerjakan skripsi dapat menyebabkan masa studi yang cenderung lebih lama dari waktu yang telah ditentukan. Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi seringkali merasa kesulitan untuk menyelesaikan skripsi tersebut hingga pada akhirnya mereka mengalami kegagalan. Menurut Riewanto (Kencana & Muzzamil, 2022) adanya suatu kegagalan pada saat penyusunan skripsi dapat disebabkan karena terdapat beberapa mahasiswa yang kesulitan ketika mencari judul skripsi, sumber literatur yang relevan dengan topik yang akan diangkat, keterbatasan waktu, serta rasa cemas pada saat menghadapi dosen pembimbing.

Mahasiswa yang menempuh pendidikan di perguruan tinggi akan menemukan bermacam-macam tuntutan yang dapat memberikan pengaruh positif ketika mahasiswa tersebut berada di lingkungan pekerjaan. Seorang

mahasiswa diharapkan mampu melakukan adaptasi dengan sistem pendidikan, metode pembelajaran, dan kemampuan bersosialisasi yang tentunya memiliki perbedaan dengan jenjang pendidikan sebelumnya Khoo, Abu-rasain, dan Hornby (Biremanoe, 2021). Mahasiswa diharapkan mampu menghadapi semua tuntutan seperti tugas kuliah serta memahami tingkat kesulitan dari materi perkuliahan yang diberikan. Berbagai kegiatan perkuliahan yang dihadapi mahasiswa, seperti kegiatan pembelajaran formal, praktikum serta kegiatan-kegiatan lain terutama tugas akhir atau skripsi yang diwajibkan dapat berpengaruh terhadap timbulnya *burnout* pada mahasiswa Lin dan Huang (Rahayu, Wati & Dewi, 2021).

Menurut Krisdianto dan Mulyanti (2015), *American College Health Association-National College Health Assesment* (ACHA-NCHA) pada tahun 2011 melakukan penelitian mengenai proses perkuliahan mahasiswa dari semester pertama hingga akhir di beberapa institusi pendidikan yang berada di Amerika, ditemukan bahwa terdapat 30% mahasiswa yang mengatakan bahwa mereka seringkali merasakan tekanan yang mengakibatkan mereka tidak mampu melakukan apapun khususnya pada tingkat akhir. Nurcahyanti (Rahayu et al., 2021) juga menyatakan bahwa mahasiswa tingkat akhir cenderung memiliki prestasi akademik lebih rendah dibandingkan dengan mahasiswa pada tahun sebelumnya yang disebabkan oleh perbedaan mahasiswa dalam ketahanan ketika melakukan pembelajaran.

Rendahnya daya tahan belajar mahasiswa dapat disebabkan oleh beberapa faktor seperti tugas yang cenderung banyak, pengaruh lingkungan sekitar, motivasi yang rendah, kesehatan fisik, mental serta respon yang ditunjukkan oleh dosen terhadap mahasiswa, Bryan dan Li (Rahayu et al., 2021). Faktor lainnya yaitu dapat berasal dari adanya perasaan jenuh sehingga mahasiswa cenderung pasif pada saat mengikuti proses pembelajaran serta kurang mampu mengaplikasikan materi dengan baik khususnya pada saat mahasiswa melakukan proses pemecahan suatu permasalahan. Penelitian yang dilakukan oleh Nahak (Rahayu et al., 2021) menemukan 20,75% mahasiswa tingkat akhir mengalami kejenuhan belajar yang sangat tinggi. Mahasiswa tingkat akhir yang kurang mampu mengatasi berbagai tekanan perkuliahan cenderung mudah mengalami *burnout* akademik.

Penelitian Putri, Amalia dan Sari (Khaekal, Zubair & Minarni, 2022) pada 231 mahasiswa Kedokteran Universitas Mataram menunjukkan persentase dari setiap dimensi *burnout* yaitu 45,9% *high exhaustion*, 56,3% *high cynicism*, dan 59,7% *low professional efficacy*. Terdapat penelitian lainnya dari Susanto dan Azwar (Khaekal et al., 2022) menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa di Universitas Sangga Buana Bandung memiliki *burnout* akademik yang berada dalam kategori sedang dan tinggi. Hal tersebut dikarenakan adanya berbagai tuntutan dari akademik sehingga menyebabkan kurangnya waktu tidur, merasa tertekan karena banyaknya tugas dan kegiatan akademik yang dimiliki mahasiswa tersebut.

Biasanya, *burnout* seringkali dijelaskan dalam konteks pekerjaan karena dampak yang diberikan cenderung negatif untuk kinerja karyawan. *Burnout* pertama ditemukan oleh Freudenberger pada tahun 1974, yang digambarkan sebagai sindrom *psychological stres* yang memberikan reaksi negatif yang disebabkan oleh tekanan dalam ruang lingkup pekerjaan Katarini (Syamsu, Soelton, Nanda, Putra, & Pebriani, 2019). Rosyid dan Farhati (Syamsu et al., 2019) menyatakan bahwa *burnout* didefinisikan sebagai keadaan seseorang yang ditandai dengan adanya kelelahan fisik, kelelahan mental, sinisme, kurangnya kemampuan untuk mengatasi suatu permasalahan, serta kelelahan emosional yang diakibatkan oleh perasaan tertekan dalam jangka waktu yang cenderung lama.

Kenyataannya, saat ini *burnout* seringkali ditemukan dalam konteks akademik. Hal dikarenakan para pelajar memiliki beban belajar yang berat sehingga memicu adanya stres yang disebabkan oleh kegiatan akademik. Rahman (2020) mengatakan bahwa penelitian yang dilakukan oleh Salmela-Aro, Kiuru, dan Nurmi (2008) dan Salmela-Aro, Kiuru, Pietikinen, dan Jokela (2008) menemukan peristiwa *burnout* di lingkungan sekolah menengah, serta penelitian dari Rahman, Simon, dan Multisari (2020) dan Shankland et al. (2019) menemukan peristiwa *burnout* di lingkungan perguruan tinggi.

Rahman (2020) juga mengatakan dalam penelitian Duru, Duru, dan Balkis (2014), Uludag dan Yaratani (2013) bahwa *burnout* memiliki korelasi negatif terhadap performa akademik, sehingga dapat dikatakan bahwa

semakin tinggi *burnout* seorang pelajar, semakin rendah pencapaian prestasinya. Banyaknya dampak negatif yang diperoleh dari *burnout*, lembaga pendidikan diharapkan dapat melakukan proses identifikasi awal sehingga para tenaga ahli yang bersangkutan dapat melakukan tindakan pencegahan yang tepat bagi peserta didik yang mengalami *burnout*. *Burnout* yang terjadi dalam lingkungan pendidikan disebut dengan *burnout* akademik.

Schaufeli, Martinez, Pinto, Salanova dan Bakker (2002), mengatakan bahwa *burnout* akademik merupakan rasa lelah yang disebabkan oleh tuntutan belajar, merespon dengan negatif tugas-tugas dan pelajaran, serta memiliki perasaan tidak percaya diri dalam menjalankan tugas akademik, sedangkan menurut Yang, Jacobs dan Dodd (Ramadhan & Rinaldi, 2022) *burnout* akademik merupakan kelelahan emosional yang dirasakan para pelajar sehingga menimbulkan penurunan keaktifan dalam proses pembelajaran karena merasa tertekan yang disebabkan oleh tuntutan akademik. Hal tersebut dapat ditandai dengan seringnya membolos, hilangnya motivasi belajar, penurunan keyakinan terhadap kemampuan akademik, serta menunjukkan sikap sinis terhadap sesuatu yang berhubungan dengan kegiatan akademik.

Aprianti dan Mashun (2023) mengatakan apabila *burnout* akademik tidak ditangani dengan cepat, maka akan memberikan dampak pada hasil belajar dan prestasi akademik pada peserta didik. *Burnout* akademik juga berakibat pada menurunnya kualitas mental yang menyebabkan kejenuhan,

bosan serta sulit untuk berkonsentrasi. Dampak lain dari *burnout* akademik juga dijelaskan oleh Yeni dan Niswati (Khaekal et al., 2022) bahwa *burnout* akademik akan menurunkan motivasi berprestasi, dimana tingginya *burnout* akademik akan berpengaruh terhadap menurunnya motivasi untuk berprestasi.

Burnout akademik juga berdampak pada menurunnya *academic self confidence*. Hal tersebut ditemukan dalam penelitian Dewi, Yosef dan Herlina (Khaekal et al., 2022) yang mengatakan bahwa individu yang mengalami *burnout* akademik dalam kategori tinggi, maka cenderung memiliki rasa percaya yang rendah terhadap kemampuan akademik yang dimilikinya, serta dalam penelitian Simbolon dan Simbolon (Khaekal et al., 2022) menunjukkan bahwa *burnout* akademik berpengaruh terhadap prokrastinasi sehingga individu yang mengalami *burnout* akademik cenderung selalu menunda untuk menyelesaikan tugas-tugas akademiknya (Khaekal et al., 2022).

Menurut Hobfoll (Amalia, Zwagery & Rusli, 2022), terdapat lima faktor yang dapat mempengaruhi *burnout* akademik, dimana salah satu faktor *burnout* akademik tersebut yaitu resiliensi. Mahasiswa yang memiliki kemampuan adaptasi yang baik akan berpengaruh terhadap ketahanan mahasiswa ketika dirinya mendapatkan suatu kesulitan yang berkaitan dengan aktivitas akademik. Hal tersebut berkaitan dengan penelitian Hobfoll (Khaekal et al., 2022) menyatakan bahwa mahasiswa yang resilien cenderung mampu menghadapi semua situasi sulit dengan rasa kepercayaan

diri yang tinggi serta memiliki kekuatan untuk bangkit ketika menghadapi hal yang tidak sesuai dengan harapan, kemudian rendah dan tingginya tingkat stres yang dirasakan dapat dipengaruhi oleh kemampuan mengelola stres. Resiliensi juga mampu menjadi upaya yang dapat dilakukan untuk mengelola stres yang sedang dirasakan. Resiliensi akan membantu seseorang untuk beradaptasi ketika berada dalam situasi yang tidak nyaman yang dapat memicu stres Bantam, Yanto dan Syah (2021).

Menurut Connor dan Davidson (Mulya & Budiman, 2023) resiliensi yang baik akan membantu individu dalam menghadapi tekanan dan kecemasan dengan mudah tanpa adanya ketakutan yang berlebihan. Resiliensi dapat didefinisikan sebagai kemampuan individu dalam melakukan adaptasi ketika berada dalam situasi yang penuh tekanan yang dapat mengganggu kesejahteraan psikologis Cope dan Reyes (Mulya & Budiman, 2023). Resiliensi sangat berperan positif bagi perkembangan psikologis seseorang karena dapat membentuk perspektif yang baik terhadap diri sendiri, mampu meregulasi emosi, serta memiliki pandangan hidup yang positif Luthans, Youssef dan Avolio (Prawita & Heryadi, 2023). Resiliensi juga berperan sebagai faktor protektif, dimana dapat melindungi kondisi psikologi yang dimiliki individu serta mampu merubah situasi sulit menjadi perubahan yang positif Dolbier, Jaggars dan Steinhardt (Prawita & Heryadi, 2023).

Lee (Khaekal et al., 2022) telah melakukan penelitian yang menyatakan bahwa resiliensi yang tinggi mampu berperan untuk

menurunkan *burnout* akademik, sedangkan tingkat resiliensi yang rendah dapat meningkatkan *burnout* akademik. Pernyataan tersebut dapat dibuktikan dengan adanya data lapangan yang diperoleh penulis melalui proses wawancara pada tanggal 20 Februari, 2024 kepada salah satu mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Bandung Fakultas MIPA angkatan tahun 2020 yang menyatakan bahwa pada saat proses pengerjaan skripsi seringkali merasakan *burnout* akademik yang ditandai dengan munculnya kelelahan emosional dan fisik seperti sering menangis karena merasa tidak mampu mengerjakan skripsi serta sering merasa pusing yang disebabkan oleh pola tidur yang buruk.

Burnout akademik juga dapat menyebabkan perilaku menunda-nunda tugas yang menjadi tanggung jawabnya karena faktor kelelahan yang berlebihan pada mahasiswa tersebut. Dosen pembimbing juga dapat menjadi salah satu faktor mahasiswa menunda-nunda proses pengerjaan skripsi karena dosen terkadang sulit untuk ditemui serta memiliki perbedaan perspektif dengan mahasiswa, sehingga progres dalam penyelesaian skripsi menjadi terhambat.

Mahasiswa tersebut juga menyatakan bahwa semua tekanan yang dialami pada saat pengerjaan skripsi tersebut dapat diatasi dengan adanya kemampuan adaptasi yang baik karena apabila seseorang dapat merespon tekanan yang dirasakan dengan tenang dan emosi yang stabil maka semua kesulitan yang dialami dapat terselesaikan dengan mudah. Mahasiswa tersebut seringkali memberikan ruang untuk dirinya sendiri agar perasaan

lelah yang dialami memiliki kemungkinan kecil untuk dapat terjadi. Hal tersebut dilakukan dengan cara melakukan kegiatan yang disukai serta mencari motivasi yang dapat menginspirasi sehingga menimbulkan kembali semangat untuk menyelesaikan semua tanggung jawab yang dimiliki.

Terdapat data lainnya yang diperoleh dari salah satu mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam Negeri Bandung Sunan Gunung Djati, Prodi Agroteknologi, Fakultas Saintek, angkatan 2020 melalui proses wawancara yang dilakukan pada tanggal, 16 Maret 2024 yang menyatakan bahwa pada saat proses pengerjaan skripsi mahasiswa tersebut mengalami *burnout* akademik. Mahasiswa tersebut seringkali merasakan kelelahan fisik dan emosional. Kelelahan emosional tersebut berupa perasaan jenuh dan bosan hingga menyebabkan mahasiswa tersebut sulit untuk berkonsentrasi, selain itu kelelahan fisik yang dirasakan cenderung sama dengan data yang diperoleh sebelumnya yaitu seringkali merasa pusing yang diakibatkan pola tidur yang kurang baik.

Burnout akademik yang dirasakan menyebabkan mahasiswa tersebut memiliki perilaku menunda-nunda untuk menyelesaikan tugas serta berkurangnya kepercayaan diri. Hal tersebut disebabkan karena banyaknya tekanan yang dirasakan seperti dibandingkan dengan pencapaian yang dimiliki oleh orang lain serta tuntutan dari keluarga yang selalu bertanya mengenai waktu kelulusan dari mahasiswa tersebut. *Burnout* juga berpengaruh terhadap lamanya penyelesaian skripsi karena adanya revisi

yang terus menerus, tidak memiliki motivasi untuk menyelesaikan skripsi, serta kurangnya komunikasi dengan dosen pembimbing.

Mahasiswa tersebut juga mengatakan bahwa kemampuan adaptasi tidak berpengaruh terhadap *burnout* akademik karena dirinya merupakan seseorang yang sulit untuk beradaptasi ketika berada di situasi yang menekan, walaupun demikian mahasiswa tersebut mampu mengatasi tekanan yang dirasakan dengan cara beristirahat dari kegiatan yang dapat memberikan tekanan, serta melakukan hal-hal yang dapat memberikan kebahagiaan dalam diri mahasiswa tersebut, selain itu pada saat kepercayaan diri akademik sedang menurun, mahasiswa tersebut mengatasinya dengan cara saling bertukar pikiran dengan orang yang dianggap mampu mengembalikan kembali kepercayaan diri akademik dari mahasiswa tersebut.

Data selanjutnya, diperoleh dari mahasiswa tingkat akhir Universitas Putra Indonesia Cianjur, Prodi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Komunikasi, angkatan 2020 melalui proses wawancara yang dilakukan pada tanggal 16 maret, 2024. Sama halnya dengan mahasiswa tingkat akhir dari data sebelumnya, mahasiswa tersebut mengatakan bahwa ketika mengerjakan skripsi dirinya mengalami *burnout* akademik dengan munculnya kelelahan fisik dan emosional. Kelelahan fisik yang dirasakan berupa sakit punggung, sedangkan untuk kelelahan emosional yaitu menjadi mudah marah.

Burnout akademik juga memberikan dampak terhadap munculnya perilaku menunda-nunda untuk menyelesaikan tugas yang dimiliki hingga akhirnya mahasiswa tersebut merasakan stres, tidur tidak nyenyak, sering merasa tidak tenang karena belum menyelesaikan tugas yang dimiliki. Berbeda halnya dengan data yang diperoleh sebelumnya, mahasiswa tersebut mengatakan bahwa *burnout* akademik tidak mempengaruhi kepercayaan diri terhadap kemampuan akademik karena dirinya selalu memiliki keyakinan bahwa ketika seseorang telah berusaha melakukan sesuatu sesuai dengan kemampuan yang dimiliki maka hasil yang didapatkan akan maksimal, begitupun sebaliknya ketika seseorang tidak berusaha untuk melakukan yang terbaik maka hasil yang didapatkan tidak akan maksimal.

Burnout akademik yang dialami juga berpengaruh terhadap lamanya penyelesaian skripsi karena mahasiswa tersebut seringkali menganggap bahwa tugas yang dimiliki terlalu memberikan rasa lelah sehingga timbul perilaku menunda-nunda. Hal tersebut terkadang menimbulkan perasaan bersalah karena mahasiswa tersebut menganggap bahwa ketika tugas yang dimiliki dikerjakan secara maksimal maka hasil yang didapatkan akan lebih baik.

Mahasiswa tersebut juga mengatakan bahwa kemampuan adaptasi yang baik dapat membantu ketika dirinya berada dalam situasi yang menekan yang disebabkan oleh akademik. Mahasiswa tersebut melakukan beberapa hal untuk mengatasi tekanan akademik dengan cara meninggalkan

sejenak tugas yang dimiliki, melakukan hal-hal yang disukai, serta mencari suasana baru.

Berdasarkan data yang telah diperoleh peneliti, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyelesaikan skripsi cenderung mengalami *burnout* akademik yang ditandai dengan adanya gejala seperti kelelahan fisik dan emosional. *Burnout* akademik yang dimiliki mahasiswa tingkat akhir dapat memberikan pengaruh terhadap rendahnya kepercayaan diri, sehingga mahasiswa tingkat akhir sangat membutuhkan kemampuan adaptasi yang baik ketika dihadapkan dengan sebuah tekanan.

Penelitian Oyoo (Khaekal et al., 2022) menyatakan mahasiswa yang resilien akan menganggap suatu kesulitan menjadi sebuah kesempatan yang dapat dijadikan pembelajaran untuk dirinya. Resiliensi yang tinggi pada mahasiswa akan berpengaruh terhadap kepercayaan diri, serta tetap merasa tenang ketika menjalani tuntutan akademik yang dimilikinya, sehingga dapat dikatakan bahwa mahasiswa yang resilien, maka *burnout* akademik yang dirasakan cenderung rendah.

Berdasarkan penjelasan di atas, menunjukkan terdapat beberapa faktor yang berpengaruh terhadap *burnout* akademik salah satunya yaitu resiliensi, sehingga berdasarkan faktor tersebut peneliti ingin mengetahui pengaruh dari resiliensi terhadap *burnout* akademik pada mahasiswa tingkat akhir.

B. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh resiliensi terhadap dimensi *burnout* akademik yaitu *exhaustion*, *cynicism* dan *professional efficacy* pada mahasiswa tingkat akhir.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumber informasi khususnya di bidang psikologi mengenai pengaruh dari resiliensi terhadap *burnout* akademik pada mahasiswa tingkat akhir, serta diharapkan dapat digunakan untuk mengembangkan teori mengenai *burnout* akademik dan resiliensi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Mahasiswa

Peneliti berharap dengan adanya penelitian ini, mahasiswa mampu memahami dengan baik pengaruh dari resiliensi terhadap *burnout* akademik serta mampu mengatasi segala tuntutan akademik, sehingga mampu semangat kembali untuk menyelesaikan tanggung jawabnya.

b. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat memberikan kesempatan untuk peneliti dalam mengembangkan kemampuan penulisan karya ilmiah serta

lebih memahami topik mengenai pengaruh resiliensi terhadap *burnout* akademik.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi yang mendukung bagi penelitian yang dilakukan oleh peneliti selanjutnya, serta dapat menjadikan kekurangan dalam penelitian ini sebagai sebuah pembelajaran sehingga dapat menyempurnakan kekurangan yang ada dalam penelitian ini.

D. Keaslian Penelitian

Terdapat penelitian sebelumnya dari oleh Aini (2021) dengan judul penelitian yaitu, Hubungan Kesiapan Pembelajaran Online (E-Learning Readiness) Dengan *Burnout* Akademik Di Masa Pandemi Covid-19 Pada Mahasiswa Stikes Siti Hajar Medan. Sampel penelitian tersebut yaitu 99 mahasiswa yang berada di Stikes Siti Hajar Medan. Teori yang digunakan oleh peneliti adalah teori *burnout* akademik yang dikemukakan oleh Maslach dan Leiter. Metode penelitian menggunakan metode penelitian kuantitatif. Penelitian tersebut mengukur skala *burnout* akademik dengan skala *Maslach burnout Inventory*. Hasil dari penelitian tersebut menjelaskan bahwa terdapat korelasi yang negatif dan signifikan antara *e-learning readiness* dan *burnout* akademik, yakni apabila *e-learning readiness* tinggi maka *burnout* akademik akan rendah, begitupun sebaliknya.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Fitriyadi, Kamaruddin, Suwanti dan Sanu (2023) yang membahas mengenai pengaruh *burnout* akademik terhadap hasil belajar siswa, dimana populasi penelitian 60 orang siswa kelas IX di suatu SMA Negeri yang berada di Kabupaten Sambas, sedangkan sampel yang digunakan yaitu 30 siswa yang homogen atau memiliki peluang yang sama dan *independen* untuk dijadikan sebagai sampel. Pengambilan sampel yang digunakan peneliti adalah teknik *sampel random sampling*. Peneliti menggunakan teori untuk mendukung berlangsungnya proses penelitian yaitu teori *burnout* akademik yang dikemukakan oleh Yang (2004). Penelitian tersebut menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan model desain *One Shot Case Study*. Adapun hasil dari penelitian tersebut ditemukan bahwa terdapat pengaruh *burnout* akademik dengan hasil belajar siswa, dimana pengaruh tersebut dapat dikatakan cenderung kecil karena pengaruh yang diberikan sekitar 5%, sedangkan 95% hasil belajar siswa dipengaruhi oleh faktor lain.

Penelitian selanjutnya yang telah dilakukan oleh Apriawal (2022) yang berjudul, Resiliensi Karyawan yang Mengalami Pemutusan Hubungan Kerja. Sampel penelitian merupakan karyawan yang terkena pemutusan hubungan kerja, dimana subjek pertama merupakan seorang perempuan berusia 42 tahun dan subjek kedua yaitu seorang laki-laki berusia 32 tahun. Teknik sampling yang digunakan ialah teknik *purposive sampling*, yaitu sampel ditentukan berdasarkan kriteria tertentu dengan teknik *convenience* yaitu sampling yang digunakan dalam penelitian merupakan orang yang

dikenali peneliti. Teori yang digunakan oleh peneliti yaitu teori resiliensi yang dikemukakan oleh Tugade dan Fredrickson (2004), selain itu metode penelitian menggunakan metode kualitatif komparatif. Hasil penelitian tersebut yaitu resiliensi yang dialami oleh kedua subjek hampir sama, kedua subjek tersebut merasa terkejut atas keputusan perusahaan untuk melakukan PHK pada karyawannya, walaupun demikian subjek dapat menerima dengan baik keputusan yang telah diberikan perusahaan kedua subjek tersebut.

Penelitian mengenai resiliensi yang pernah dilakukan oleh Detta dan Abdulla (2017) yang berjudul, *Dinamika Resiliensi Remaja dengan Keluarga Broken Home*. Penelitian tersebut menggunakan dua orang partisipan yaitu remaja perempuan dan laki-laki dengan karakteristik tertentu. Teori yang digunakan yaitu teori resiliensi dari Reivich dan Shatte (2002). Metode penelitian menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Penelitian tersebut menemukan bahwa partisipan menunjukkan adanya dinamika resiliensi yang serupa, yaitu resiliensi dapat terbentuk berdasarkan proses belajar dari suatu permasalahan yang telah dihadapi.

Penelitian berikutnya, yang dilakukan oleh Ratnaningtyas dan Fitriani (2019) mengenai mahasiswa yang berjudul, *Hubungan Stres dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Tingkat Akhir*. Populasi penelitian menggunakan 203 mahasiswa tingkat akhir yang berada di STIKes Kharisma Persada. Sampel penelitian sebanyak 133 responden yang diambil

menggunakan teknik sampling berupa *simple random sampling*. Jenis penelitian yang dilakukan yaitu penelitian observasional analitik dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian tersebut menunjukkan terdapat korelasi yang signifikan antara stres dengan kualitas tidur pada mahasiswa tingkat akhir. Penelitian tersebut tidak terdapat teori khusus yang membahas mengenai mahasiswa tingkat akhir karena peneliti berfokus pada variabel tergantung dan bebas yaitu stres dan kualitas tidur.

Terdapat penelitian lain yang dilakukan oleh Krisdianto dan Mulyani (2015) mengenai mekanisme koping berhubungan dengan tingkat depresi pada mahasiswa tingkat akhir dengan populasi berjumlah 47 orang mahasiswa Program Studi Pendidikan Ners Perguruan Tinggi Alma Ata serta sampel penelitian sebanyak 47 orang. Pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling. Penelitian tersebut merupakan penelitian kuantitatif induktif, dengan rancangan *cross sectional*. Hasil penelitian ditemukan bahwa terdapat hubungan antara mekanisme koping dengan tingkat depresi pada mahasiswa tingkat akhir.

Berdasarkan uraian di atas, dapat terlihat beberapa perbedaan yang dapat menjadikan keaslian penelitian yaitu sebagai berikut:

1. Keaslian Topik

Penelitian yang dilakukan membahas topik terkait pengaruh resiliensi terhadap *burnout* akademik pada mahasiswa tingkat akhir, sehingga dapat terlihat jelas bahwa terdapat perbedaan dengan penelitian lainnya yang telah dilakukan oleh peneliti terdahulu. Hal tersebut dapat

dibuktikan dengan melihat penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Aini (2021) dengan topik yang dibahas yaitu hubungan kesiapan pembelajaran online (*e-learning readiness*) dengan *burnout* akademik di masa pandemi covid-19 pada mahasiswa Stikes Siti Hajar Medan, sedangkan Fitriyadi, Kamaruddin, Suwanti dan Sanu (2023) membahas topik mengenai pengaruh *burnout* akademik terhadap hasil belajar siswa.

Adapun perbedaan lainnya yaitu terdapat pada penelitian yang dilakukan oleh Apriawal (2022) mengenai resiliensi karyawan yang mengalami pemutusan hubungan kerja, serta penelitian Detta dan Abdulla (2017) dengan topik penelitian dinamika resiliensi remaja dengan keluarga *broken home*. Ratnaningtyas dan Fitriani (2019) melakukan penelitian mengenai mahasiswa dengan judul hubungan stres dengan kualitas tidur pada mahasiswa tingkat akhir serta peneliti lainnya yaitu Krisdianto dan Mulyani (2015) meneliti mengenai mekanisme coping yang berhubungan dengan tingkat depresi mahasiswa yang berada di tingkat akhir.

2. Keaslian Teori

Keaslian teori dalam penelitian ini dapat dikatakan memiliki sedikit perbedaan karena menggunakan teori *burnout* akademik dari Schaufeli (2002) serta teori resiliensi dari Reivich dan Shatte (2002), sedangkan dalam penelitian Aini (2021) menggunakan teori *burnout* akademik yang dikemukakan oleh Yang (Crististiana, 2020). Penelitian yang dilakukan oleh Aini (2021) mempunyai persamaan dengan penelitian Fitriyadi, Kamaruddin, Suwanti dan Sanu (2023) yaitu, sama-sama menggunakan

teori *burnout* akademik dari Yang (2004). Pada penelitian Apriawal (2022) teori yang digunakan yaitu teori resiliensi yang ditemukan oleh Tugade dan Fredrickson (2004), sedangkan dalam penelitian Detta dan Abdulla (2017) menggunakan teori Reivich dan Shatte (2002) sehingga dapat dikatakan teori dalam penelitian masih sedikit memiliki persamaan dengan penelitian sebelumnya. Teori yang digunakan oleh peneliti yaitu teori resiliensi yang dikemukakan oleh Reivich dan Shatte (2002) karena teori tersebut memiliki penjelasan yang lebih dapat dipahami dengan baik, sehingga memudahkan peneliti pada saat melakukan proses penelitian.

3. Keaslian Alat Ukur

Variabel *burnout* akademik diukur menggunakan skala MBI-SS (*Maslach Burnout Inventory - Student Survey*) yang diciptakan oleh Schaufeli et al., (2002). Peneliti memodifikasi alat ukur tersebut dari penelitian yang telah dilakukan oleh Arlinkasari, Akmal dan Rauf (2017). Alat ukur yang digunakan untuk mengukur resiliensi yaitu *Resilience Quotient* (RQ Test) oleh Reivich dan Shatte (2002). Peneliti memodifikasi alat ukur tersebut dari penelitian yang telah dilakukan oleh Sallata dan Huwae (2023). Hal tersebut menunjukkan adanya perbedaan dengan penelitian sebelumnya, seperti pada penelitian yang telah dilakukan oleh Aini (2021) *burnout* akademik diukur dengan skala *Maslach burnout Inventory* yang memiliki tiga dimensi diantaranya yaitu, kelelahan fisik dan emosional, depersonalisasi, dan penurunan personal *accomplishment* serta pada penelitian Fitriyadi, Kamaruddin, Suwanti dan Sanu (2023)

menggunakan alat ukur skala *Academic burnout* dan skala prokrastinasi akademik.

4. Keaslian Subjek Penelitian

Karakteristik subjek yang digunakan dalam penelitian ini yaitu mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi dengan rentang usia sekitar 20 hingga 25 tahun. Penelitian ini memiliki perbedaan subjek dengan penelitian sebelumnya, karena pada penelitian Aini (2021) menggunakan 99 mahasiswa yang berada di Stikes Siti Hajar Medan. Penelitian yang dilakukan Fitriyadi, Kamaruddin, Suwanti dan Sanu (2023) menggunakan 30 siswa kelas IX yang berada di salah satu SMA Negeri Kabupaten Sambas. Apriawal (2022) juga melakukan penelitian dengan subjek karyawan yang terkena Pemutusan Hubungan Kerja (PHK) dengan usia 30 hingga 45 tahun, serta pada penelitian Detta dan Abdulla (2017) mengambil dua orang subjek yaitu remaja perempuan dan laki-laki yang memiliki karakteristik yang telah ditentukan.

Berdasarkan pemaparan diatas, dapat disimpulkan bahwa penelitian yang dilakukan merupakan penelitian asli yang dapat dilihat adanya perbedaan dalam aspek karakteristik penelitian yang digunakan yaitu, mahasiswa tingkat akhir berusia 20 hingga 25 tahun yang berada di seluruh Indonesia.