

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan menjadi salah satu faktor penting dalam usaha memajukan sebuah bangsa, sebab melalui pendidikan, diperoleh hal-hal baru yang akan membentuk sumber daya manusia yang bermutu. Pengertian pendidikan telah dicantumkan dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional bahwa :

Pendidikan merupakan usaha sadar dan terencana guna mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara.

Pendidikan dapat didefinisikan sebagai proses dan sistem melibatkan mentransfer ilmu, menstransfer keterampilan, transformasi nilai, dan pembentukan serta pengembangan kepribadian peserta didik dengan segenap aspek yang dimilikinya. Proses mentransfer ilmu dalam pendidikan dilakukan melalui belajar. Belajar merupakan sebuah proses atau salah satu bentuk ikhtiar oleh individu guna mendapat sebuah perubahan tingkah laku, baik dalam bentuk pengetahuan, keterampilan, sikap dan nilai positif sebagai suatu pengalaman dari berbagai hal yang telah dipelajari selama menempuh pendidikan.

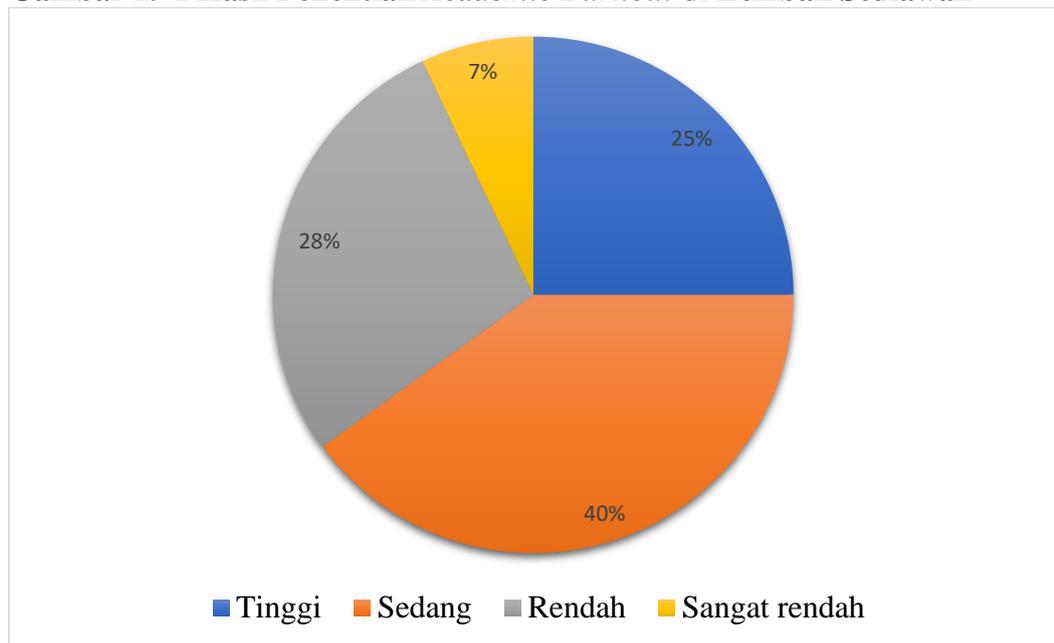
Terdapat dua faktor yang memiliki pengaruh terhadap keberhasilan belajar yakni faktor dari dalam individu itu sendiri (*intern*) dan faktor dari luar (*ekstern*). Slameto, (2015:54) menyebutkan bahwa faktor *intern* merupakan

faktor utama yang tidak hanya merintang belajar namun juga memotivasi pencapaian prestasi, faktor tersebut diantaranya yakni faktor jasmaniah, faktor psikologis, dan faktor kelelahan. Maka faktor *intern* sangatlah penting sehingga meskipun dalam belajar peserta didik didukung oleh lingkungan, apabila dari dalam diri sedang tidak baik secara jasmani, tertekan secara psikologis, lelah, maka proses belajar akan tidak optimal.

Belajar tentunya memiliki tuntutan dari tugas-tugas akademik yang diberikan sekolah, yang kerap kali tidak seimbang dengan kemampuan peserta didik dapat menyebabkan tertekannya secara psikologis dan lelah sehingga timbulnya *academic burnout*. *Burnout* salah satu dari emosi negatif yang berpeluang timbul dalam aktivitas belajar yang dapat memiliki dampak terhadap hasil yang didapat (Pekrun et al., 2007:32). Schaufeli et al., (2002: 465) menggambarkan *Academic burnout* sebagai perasaan lelah yang disebabkan oleh tuntutan akademik, sehingga bersikap sinis, apatis terhadap tugas akademik dan perasaan yang tidak kompeten sebagai peserta didik.

Terdapat beberapa penelitian yang mengindikasikan bahwa masalah *academic burnout* pada peserta didik menjadi perhatian serius di Indonesia karena dapat berdampak di masa mendatang peserta didik. Zuhra, (2021:71) menemukan kondisi peserta didik kelas VIII-I DAN VIII-II SMP Negeri 1 Lembah Seulawah berjumlah 53 peserta didik dengan tingkat *academic burnout* sebagai berikut :

Gambar 1. 1 Hasil Penelitian *Academic Burnout* di Lembah Seulawah



Wawancara bersama guru Bimbingan dan Konseling di SMPN 5 Kota Jambi pada tanggal 13 Juli 2023 memberikan pernyataan bahwa gejala *academic burnout* pada peserta didik SMPN 5 Kota Jambi ditemukan dari proses kegiatan belajar mengajar, seperti adanya laporan Guru mata pelajaran terkait peserta didik yang sulit berkonsentrasi, enggan mengerjakan tugas, malas dan apatis terhadap pelajaran. Selain itu, gejala *academic burnout* peserta didik SMPN 5 Kota Jambi juga terlihat dari permasalahan yang ditangani Guru Bimbingan dan Konseling yakni bolos di jam pembelajaran, dimana ketika dilakukan penelusuran alasan mengapa membolos salah satunya ialah dikarenakan jenuh dan bosan.

Guru Bimbingan dan Konseling SMPN 5 Kota Jambi menyatakan bahwa *academic burnout* yang dialami peserta didik sangat mengganggu kegiatan pembelajaran dan mempengaruhi hasil akademik mereka, serta menyatakan bahwa *academic burnout* yang terjadi pada peserta didik SMPN 5 Kota Jambi

dipicu oleh beberapa faktor antara lain faktor lingkungan di rumah, faktor teman sebaya dan faktor dari dalam individu itu sendiri.

Peneliti telah melakukan observasi selama dua kali, yakni observasi pertama secara tidak terstruktur selama peneliti melakukan magang kependidikan di SMPN 5 Kota Jambi, kemudian observasi kedua secara terstruktur pada tanggal 16 Januari 2024. Hasil observasi menyatakan bahwa cukup banyak peserta didik yang mengalami *academic burnout* seperti sulit berkonsentrasi ketika jam pelajaran, sering menguap, lesu dan tidak bersemangat ketika jam pelajaran yang ditandai dengan menopang kepala diatas meja yang merupakan bagian dari *exhaustion* (kelelahan emosional). Peserta didik juga terindikasi pasif dalam kegiatan quiz atau tanya jawab oleh guru, dimana ini merupakan indikasi dari adanya *cynicism*.

Zhang, Gan & Cham (dalam Lian et al., 2014:1) menyatakan bahwa ada beberapa faktor yang dapat memberi pengaruh terhadap *academic burnout* yakni faktor lingkungan eksternal yang menyebabkan *academic burnout* itu sendiri dan faktor individu yang merupakan karakteristik individu yakni *self-efficacy*, *self-esteem*, *locus of control*, dan *trait anxiety*.

Menurut Mruk, (2013:1–27) *self-esteem* memiliki definisi sebagai evaluasi diri yang dilakukan oleh individu serta bagaimana individu memandang dirinya sendiri, terutama dalam sikap menerima, menolak dan seberapa besarnya kepercayaan individu terhadap kemampuan, keberartian, kesuksesan dan keberhargaan dirinya (dalam menghadapi tantangan hidup) dengan cara yang layak dan tepat dari waktu ke waktu.

Individu yang memberi evaluasi dirinya secara positif akan menumbuhkan *self-esteem* tinggi dan sebaliknya. Individu yang memiliki tingkat *self-esteem* tinggi akan mahir menghadapi ataupun mengerjakan tugas akademik secara baik dibanding individu dengan tingkat *self-esteem* rendah, yang disebabkan individu dengan tingkat *self-esteem* tinggi melihat dan menilai dirinya sebagai individu yang berharga dengan demikian berkeyakinan diri sebagai perwujudan kompetensi yang berguna dalam menyempurnakan tugas akademik dan perolehan prestasi akademik.

Lawrence mengemukakan bahwa individu dengan tingkat *self-esteem* tinggi tergolong percaya diri berada di situasi sosial dan juga percaya diri dalam mengatasi tugas akademik, serta memegang teguh rasa keingintahuannya secara alami dalam belajar juga memiliki semangat dan antusiasme menghadapi tantangan baru (Happy & Bondan Widjajanti, 2014:49–50). Lawrence juga menyatakan sementara individu dengan tingkat *self-esteem* rendah justru menjauhi situasi yang memiliki potensi untuk membuat dirinya merasa malu dihadapan orang lain (Happy & Bondan Widjajanti, 2014:49–50). Sehingga dapat dipahami bahwa jika tingkat *self-esteem* dalam diri individu rendah maka cenderung timbulnya *academic burnout* tinggi.

Berdasarkan penjabaran latar belakang diatas, penelitian mengarah pada pembuktian hubungan *self-esteem* dengan *academic burnout* pada peserta didik. Penelitian ini menarik dilaksanakan sebab *academic burnout* menjadi salah satu permasalahan yang perlu diatasi oleh Guru Bimbingan dan Konseling.

B. Batasan Masalah

Agar penelitian ini lebih terarah maka peneliti memberikan batasan terhadap penelitian yakni :

1. *Academic burnout* pada penelitian ini bagi seluruh peserta didik yang pernah mengalami *academic burnout*, di tinjau dari sisi *exhaustion*, *Cynicism*, dan *reduced academic efficacy*..
2. *Self-esteem* pada penelitian ini yaitu *competence* dan *worthiness*.
3. Peserta didik dalam penelitian ini merupakan seluruh peserta didik SMPN 5 Kota Jambi tanpa adanya kriteria sampel penelitian.
4. Lokasi penelitian dilaksanakan di SMPN 5 Kota Jambi.

C. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat *academic burnout* pada peserta didik SMPN 5 Kota Jambi?
2. Bagaimana tingkat *self-esteem* pada peserta didik SMPN 5 kota Jambi?
3. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara *self-esteem* dengan *academic burnout* pada peserta didik SMPN 5 Kota Jambi?

D. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui tingkat *academic burnout* pada peserta didik SMPN 5 Kota Jambi.
2. Untuk mengetahui tingkat *self-esteem* pada peserta didik SMPN 5 kota Jambi.
3. Untuk mengetahui hubungan yang signifikan antara *self-esteem* dengan *academic burnout* pada peserta didik SMPN 5 Kota Jambi.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini dapat memperbanyak pengetahuan bagi bidang keilmuan Bimbingan dan Konseling mengenai *academic burnout* dan *self-esteem*. Penelitian ini juga dapat dijadikan sebagai sumber referensi penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

Diharapkan penelitian ini memberikan manfaat bagi Guru Bimbingan dan Konseling dalam menambah pengetahuan mengenai *academic burnout* sehingga dapat dirumuskan penanganan yang sesuai, bagi Guru mata pelajaran diharapkan penelitian ini dapat meningkatkan pengetahuan mengenai *academic burnout* sehingga dapat dirumuskan teknik pembelajaran yang sesuai, dan bagi peneliti selanjutnya yang akan meneliti bidang serupa, penelitian ini diharapkan dapat berperan dalam sebagai sumber referensi.

F. Hipotesis Penelitian

Dalam penelitian ini, dirumuskan hipotesis yakni terdapat hubungan yang signifikan antara *self-esteem* dengan *academic burnout* pada peserta didik SMPN 5 Kota Jambi.

G. Definisi Operasional

1. *Academic Burnout* yang dimaksud dalam penelitian ini menjelaskan perasaan lelah yang disebabkan oleh tuntutan akademik, sehingga bersikap

sinis, apatis terhadap tugas akademik dan perasaan yang tidak kompeten sebagai peserta didik (Schaufeli et al., 2002:465).

2. *Self-esteem* dalam penelitian ini ialah evaluasi diri yang dilakukan oleh individu dan bagaimana individu memandang dirinya sendiri, terutama dalam sikap menerima, menolak dan seberapa besarnya kepercayaan individu terhadap kemampuan, keberartian, kesuksesan dan keberhargaan dirinya (dalam menghadapi tantangan hidup) dengan cara yang layak dan tepat dari waktu ke waktu (Mruk, 2013:1–27).

H. Kerangka Konseptual

Gambar 1. 2 Kerangka Konseptual

