

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan diartikan sebagai tempat untuk membentuk citra diri yang baik agar seluruh potensi yang dimiliki berkembang secara optimal. Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003 menyatakan mengenai sistem Pendidikan Nasional menjelaskan bahwa pendidikan merupakan tempat atau wadah untuk mengembangkan seluruh potensi yang dimiliki setiap individu (Kompasiana.com, 2023). Terdapat tiga jalur pendidikan di Indonesia yang pertama adalah pendidikan formal, dimana pendidikan formal merupakan pendidikan yang diselenggarakan di sekolah-sekolah pada umumnya. Selanjutnya pendidikan non formal merupakan pendidikan yang dilaksanakan secara terencana, lebih fleksibel, sistematis dan dilaksanakan diluar dari sistem pendidikan formal seperti *daycare*, sekolah musik, dan kursus. Jalur pendidikan yang terakhir yaitu pendidikan informal contohnya seperti *homeschooling*, pendidikan yang dilakukan secara mandiri.

Tahun 2017 Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan membuat program baru untuk meningkatkan mutu pendidikan di Indonesia dengan menunjang proses kegiatan belajar mengajar yaitu dengan cara *full day school*. Tahun 2022 *full day school* ternyata masih tetap mendapatkan keluhan dari masyarakat karena tingginya tuntutan dibidang akademik dapat mengakibatkan stress dan kelelahan bagi siswa yang tidak dapat menyesuaikan diri. Seperti yang dilansir dari Kompasiana.com (2022) siswa yang melaksanakan *full day school* merasa kelelahan karena siswa harus mempersiapkan diri lebih pagi lagi untuk berangkat ke sekolah dan pulang sekolah menjelang petang pukul 15.30 WIB kemudian di malam hari siswa tetap harus mempersiapkan hal-hal yang akan dipelajari keesokan harinya dan mengerjakan PR (pekerjaan rumah). Aktivitas padat tanpa jeda yang berulang ini lah yang pada akhirnya menyebabkan siswa *burnout*.

Fenomena tersebut juga tidak hanya dirasakan oleh siswa yang melaksanakan program *full day school*, ternyata santri juga merasakan hal yang

serupa apalagi kegiatan santri dua kali lipat lebih padat dari siswa pada umumnya. Individu yang mempelajari pendidikan agama islam di pondok pesantren disebut sebagai santri. Pondok pesantren sendiri merupakan lembaga pendidikan yang berada pada jalur formal, tidak hanya berfokus pada ilmu pengetahuan secara umum tetapi juga mempelajari mengenai ilmu agama islam. Qomar (Oktia, 2022) juga menyatakan bahwa sebutan tempat untuk pelaksanaan pembelajaran yang mengajarkan mengenai agama islam dan didukung dengan tempat tinggal untuk santri disebut sebagai pondok pesantren.

Heryadi (Japeri & Hijrianti, 2022) menyatakan hidup di pondok pesantren memiliki kelebihan dan kekurangan. Purnama (Oktia, 2022) kelebihan santri tinggal di pondok pesantren yaitu dapat membuat santri hidup lebih mandiri karena tinggal jauh dari orang tua dan kehidupan santri juga menjadi lebih disiplin, namun di sisi lain sekolah dengan sistem asrama ataupun pesantren juga memiliki kelemahan yaitu munculnya perasaan jenuh karena rutinitas yang sudah terjadwal setiap harinya dan tidak memiliki privasi karena di pondok pesantren santri tinggal bersama dan menggunakan fasilitas bersama, termasuk kamar tidur.

Ambarwati (Kurniawan dkk, 2018) menyebutkan bahwa aktivitas santri di pondok pesantren sangat padat untuk menuntut ilmu dan juga hidup mandiri, aktivitas santri di pondok pesantren yaitu memiliki waktu belajar yang panjang karena santri memiliki tanggung jawab dengan tugas-tugasnya di sekolah dan dipondok pesantren yang cukup berat dan banyak, hal tersebut membuat santri tidak mampu untuk menerima semua pelajaran tersebut dengan optimal sehingga menyebabkan proses belajar melebihi dari batas kemampuannya.

Rafidah (Fun dkk, 2021) sejumlah penelitian telah menemukan siswa yang mengalami stress cenderung akan menunjukkan menurunnya kemampuan dalam bidang akademik. Baron & Greenberg (Fun, dkk., 2021) jika stress terjadi dalam jangka waktu yang lama tanpa ditangani dan kronis hal tersebut dapat mengarah pada terjadinya *burnout*. Seperti yang dilansir pada Duta.co (2022) bahwa “Bagi santri baru terutama, dan sebagian santri lama, akan stress karena tidak

bisa bertemu keluarga. Itu tidak bisa dipungkiri” kata Khamida, menurutnya juga kelompok masyarakat yang rentan untuk mengalami *burnout* adalah santri.

Schaufeli (Anggraini & Chusairi, 2022) menyatakan bahwa *burnout* yang dialami oleh siswa dikenal sebagai istilah *academic burnout*, hal ini merujuk pada perasaan yang lelah karena mendapatkan tuntutan dalam bidang akademik, memiliki sikap yang sinis kepada tugas-tugas akademik dan memiliki perasaan yang tidak kompeten sebagai siswa. Menurut Habfoll (Amalia, dkk., 2022) terdapat faktor yang mempengaruhi *academic burnout* yaitu ada faktor internal dan faktor eksternal, untuk faktor internal diantaranya yaitu *academic self efficacy*, harga diri (*self esteem*), resiliensi, motivasi akademik, perfeksionis dan *optimism* sedangkan untuk faktor eksternalnya terdapat dukungan sosial dan dukungan teman sebaya.

Berdasarkan beberapa penelitian menyebutkan bahwa salah satu faktor internal yang memiliki kontribusi besar dan konsisten pada *academic burnout* yaitu *academic self efficacy* seperti penelitian (Wasito & Yoenanto, 2021) menunjukkan hasil adanya pengaruh *academic self efficacy* terhadap *academic burnout* yaitu sebesar 60% dan 40% dipengaruhi oleh faktor lain. Artinya bahwa apabila semakin tinggi *academic self efficacy* yang dimiliki maka akan semakin rendah *academic burnout* dan sebaliknya semakin rendah *academic self efficacy* maka akan semakin tinggi *academic burnout*. Bandura (Prihastyanti & Sawitri, 2020) menjelaskan bahwa individu yang memiliki *academic self efficacy* yang rendah akan merasa ragu-ragu terhadap kemampuan yang dimiliki, hal tersebut dapat menyebabkan individu mengurangi usahanya dalam mencapai tujuannya atau bahkan menyerah dan sebaliknya, individu yang memiliki *academic self efficacy* yang tinggi akan berusaha lebih bersemangat, pantang menyerah dan siap menghadapi tantangan.

Menurut Gold & Roth (Fun, dkk., 2021) salah satu penyebab eksternal *academic burnout* yaitu karena kurangnya dukungan sosial. Berdasarkan penelitian mengenai dukungan sosial dan *academic burnout* menunjukkan bahwa dukungan sosial dapat mengurangi kondisi *burnout* pada individu (Savira, 2020). Seperti penelitian (Fun, dkk., 2021) menunjukkan bahwa hal terpenting

yang dapat menurunkan *academic burnout* yaitu dengan memberikan dukungan sosial.

Academic burnout terjadi di pondok pesantren Annida Al-Islamy di Kota Bekasi. Berdasarkan pada hasil wawancara pendahuluan yang telah dilaksanakan pada hari Kamis, 15 Desember 2022 kepada santri, yang terdiri dari 3 (tiga) santriwati dan 3 (tiga) santriwan. Hasil wawancara menunjukkan bahwa terdapat masalah pada *exhaustion* yang ditandai dengan kelelahan fisik, emosional dan mental secara berkepanjangan. 3 (tiga) dari 6 (enam) responden pernah mengalami kelelahan fisik secara berkepanjangan selama menjadi santri, 5 (lima) dari 6 (enam) responden pernah mengalami kelelahan mental secara berkepanjangan selama menjadi santri dan 4 (empat) dari 6 (enam) responden pernah mengalami kelelahan emosional secara berkepanjangan selama menjadi santri. Hal tersebut disebabkan karena beberapa alasan yaitu karena banyaknya tugas-tugas sekolah, aktivitas yang padat di pondok pesantren, rindu dengan keluarga dirumah dan karena pertemanan di pondok pesantren yang kurang sesuai.

Kemudian terdapat indikasi pada dimensi *cynicism* yang ditandai dengan sikap sinis dan cenderung menarik diri dari kegiatan sekolah. 6 (enam) dari 6 (enam) responden merasa tidak antusias untuk sekolah. Hal tersebut dibuktikan dengan pernyataan responden yaitu terdapat 1 (satu) dari 6 (enam) responden tidak antusias untuk sekolah karena mata pelajaran yang tidak disukai dan seringkali guru terlihat marah tanpa sebab yang jelas, 3 (tiga) dari 6 (enam) responden merasa lelah, merasa malas karena mendapat terlalu banyak tugas oleh guru tertentu, dan 2 (dua) dari 6 (enam) responden cenderung tidak antusias untuk mengikuti mata pelajaran karena merasa takut dimarahi oleh guru pengajar. Hal ini menandakan responden bersikap sinis dan cenderung menarik diri dari kegiatan-kegiatan akademiknya disebabkan oleh mata pelajaran yang tidak disukai, mendapatkan terlalu banyak tugas oleh guru tertentu dan responden cenderung bersikap sinis karena merasa takut dimarahi oleh guru pengajar.

Kemudian terdapat indikasi pada dimensi *academic efficacy* yang ditandai dengan individu akan merasa bahwa tugas yang diberikan terasa berat. 6 (enam) dari 6 (enam) responden merasa kesulitan untuk menemukan jawaban dari tugas-tugas yang diberikan oleh guru, kemudian disebabkan oleh kurangnya minat terhadap mata pelajaran matematika sehingga responden merasa bahwa tugas tersebut berat. Hal ini menandakan responden merasa tidak mampu sehingga merasa sulit untuk mengerjakan tugas-tugas sekolah. Hal tersebut akan menurunkan rasa percaya diri pada kemampuannya dalam mengerjakan tugas.

Berdasarkan pada hasil wawancara santri di pondok pesantren Annida Al-Islamy di Kota Bekasi juga menunjukkan bahwa adanya *academic self efficacy*. Dimensi pertama yaitu mengenai *talent*, yang ditandai dengan persepsi siswa mengenai seberapa besar kemampuan atau bakat yang dimiliki dapat memberikan pengaruh pada hasil belajarnya. Hal tersebut dibuktikan dengan adanya 5 (lima) dari 6 (enam) responden memiliki bakat atau kemampuan dalam bidang baca kitab, pidato, tauhid, hadist, dan fiqih sehingga para responden sering mengikuti perlombaan tersebut dalam tingkat sekolah, kota, dan provinsi, beberapa responden juga mendapatkan juara pada lomba cerdas cermat sehingga dapat menunjang nilai-nilainya dibidang akademik. Hal ini menandakan bahwa kemampuan atau bakat yang dimiliki responden dapat memberikan pengaruh terhadap pencapaian pada hasil belajarnya dipondok pesantren maupun disekolah.

Kemudian pada dimensi *effort* yang ditandai dengan persepsi siswa mengenai rasa percaya pada usaha dan kerja kerasnya dalam belajar akan memberikan hasil yang sesuai. Hal tersebut dibuktikan dengan adanya 3 (tiga) dari 6 (enam) responden yakin bahwa usaha tidak akan mengkhianati hasil kemudian 3 (tiga) dari 6 (enam) responden lainnya tidak terlalu yakin dengan kemampuannya dalam mengerjakan tugas sehingga ada beberapa responden yang mencontek temannya. Hal ini menandakan bahwa terdapat beberapa responden yang percaya dengan usaha dan kerja kerasnya akan memberikan hasil yang sesuai.

Berdasarkan pada dimensi *context* yang ditandai dengan memberikan persepsi mengenai pengaruh situasi atau kondisi lingkungan terhadap keyakinan siswa dalam belajar. Dimana terdapat 6 (enam) dari 6 (enam) responden merasa tidak dapat belajar pada situasi atau kondisi yang ramai sehingga beberapa responden lebih memilih untuk belajar tengah malam saat situasi sudah tidak ramai. Hal ini menandakan bahwa responden terpengaruh oleh lingkungan pada saat sedang belajar.

Berdasarkan pada hasil wawancara santri di pondok pesantren Annida Al-Islamy di Kota Bekasi juga menunjukkan bahwa adanya dukungan sosial. Aspek pertama yaitu mengenai dukungan emosional, yang ditandai dengan memberikan ungkapan empati, kepedulian dan perhatian kepada individu. Berdasarkan hasil wawancara kepada 6 (enam) responden terdapat 6 (enam) dari 6 (enam) responden mendapatkan perhatian dan kepedulian dari teman-teman dekatnya berupa responden diingatkan untuk beristirahat, untuk belajar, meminjamkan uang ketika responden membutuhkan, mengingatkan untuk mengaji dan berbagi makanan kepada responden. Hal tersebut menunjukkan bahwa responden mendapatkan dukungan emosional dari orang-orang disekitarnya.

Berikutnya pada aspek dukungan penghargaan, yaitu ditandai dengan memberikan penghargaan positif kepada individu atas apa yang telah dicapai sebagai ucapan hormat. 6 (enam) dari 6 (enam) responden mendapatkan apresiasi dari teman-teman dekatnya berupa ucapan selamat dan ucapan yang menggembirakan lainnya. Hal ini menunjukkan bahwa responden mendapatkan dukungan penghargaan dari orang-orang terdekatnya.

Kemudian pada aspek dukungan instrumental, yang ditandai dengan dukungan berupa pertolongan secara langsung. 4 (empat) dari 6 (enam) responden mendapatkan pertolongan dalam kebutuhan sehari-hari seperti peralatan mandi yang habis, *skincare* dan uang. Hal ini menunjukkan bahwa responden mendapatkan dukungan instrumental dari teman-teman disekitarnya.

Kemudian ada aspek dukungan informasi, yaitu ditandai dengan dukungan seperti pengarahan atau saran untuk mencari solusi ketika individu memiliki

masalah. 5 (lima) dari 6 (enam) responden mendapatkan arahan atau saran dari teman-teman dekatnya ketika sedang memiliki masalah. Hal ini menunjukkan bahwa responden mendapatkan dukungan informasi dari orang-orang dekat disekitarnya.

Berdasarkan penjabaran diatas, maka peneliti tertarik untuk meneliti lebih dalam mengenai *academic burnout* di pondok pesantren Annida Al-Islamy di Kota Bekasi dengan faktor-faktor yang mempengaruhi yaitu terdapat faktor internal dan eksternal. Faktor internal yang mempengaruhi *academic burnout* pada santri adalah *academic self efficacy* dan faktor eksternal yang mempengaruhi *academic burnout* adalah dukungan sosial. Uraian pada latar belakang masalah tersebut, maka peneliti akan meneliti dengan judul “pengaruh *academic self efficacy* dan dukungan sosial terhadap *academic burnout* pada santri”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan fenomena yang telah dipaparkan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah, sebagai berikut:

1. Bagaimana deskripsi *academic self efficacy*, dukungan sosial dan *academic burnout* pada santri?
2. Apakah ada hubungan antara *academic self efficacy* dengan *academic burnout* pada santri?
3. Apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan *academic burnout* pada santri?
4. Apakah ada pengaruh antara *academic self efficacy* dan dukungan sosial terhadap *academic burnout* pada santri?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah dan fenomena yang telah dipaparkan diatas, maka tujuan dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui deskripsi *academic self efficacy*, dukungan sosial dan *academic burnout* pada santri

2. Untuk mengetahui adanya hubungan antara *academic self efficacy* dengan *academic burnout* pada santri
3. Untuk mengetahui adanya hubungan antara dukungan sosial dengan *academic burnout* pada santri
4. Untuk mengetahui adanya pengaruh antara *academic self efficacy* dan dukungan sosial terhadap *academic burnout* pada santri

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis diantaranya sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan, memperkaya ilmu dan memberikan ilmu pengetahuan dalam bidang psikologi, khususnya psikologi pendidikan.
- b. Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan informasi kepada para pembaca terkait pengaruh *academic self efficacy* dan dukungan sosial terhadap *academic burnout*.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Pondok Pesantren

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi para pembaca dan para pengurus pondok pesantren mengenai pengaruh *academic self efficacy* dan dukungan sosial terhadap *academic burnout* pada santri.

- b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini juga bisa dijadikan acuan guna penelitian selanjutnya, penelitian ini menghimbau pondok pesantren agar dapat meningkatkan *academic self efficacy* dan dukungan sosial terhadap *academic burnout* pada santri.

- c. Bagi Pembaca

Memberikan informasi dapat menjadi referensi untuk para peneliti selanjutnya jika tertarik untuk meneliti terkait variabel yang sama.