

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan secara etimologi memiliki asal kata dari Yunani yakni “*paedagogie*”, terdiri dari kata “*pais*” yang berarti anak dari kata “*again*” yang berarti membimbing. Sehingga jika diartikan, *paedagogie* yaitu membimbing anak atau bimbingan kepada anak. Sedangkan dalam bahasa Inggris, pendidikan berasal dari kata “*to educate*” yang memiliki arti memperbaiki moral dan melatih pengetahuan (Kurniawati, 2022).

Pendidikan juga bisa diartikan sebagai kebutuhan vital atau penting untuk manusia agar mendapatkan dan memudahkan kebutuhan hidup. Dengan pendidikan, setiap manusia dapat dengan mudah saling membantu sesama dan dapat membangun komunikasi dengan lingkungan sekitar sehingga terlahirlah ide, gagasan dan kesadaran (Irwansyah dalam Tanjung dkk, 2022). Pendidikan merupakan usaha sadar dan proses terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran yang aktif serta mengembangkan potensi individu (Wasis, 2020).

Selain penting bagi individu, pendidikan juga merupakan suatu hal penting bagi sebuah negara agar dapat berkembang pesat. Negara-negara yang maju biasanya negara yang memprioritaskan pendidikan bagi warga negaranya. Dengan harapan adanya pendidikan, maka kesejahteraan warga negaranya akan terjamin. Tetapi, pendidikan juga tidak akan berbuah kemajuan apabila sistem dari pendidikan tersebut tidak tepat. Sama halnya seperti di Indonesia.

Kualitas dari pendidikan di Indonesia pada akhir-akhir ini sangat memprihatinkan. Hal tersebut disebabkan oleh adanya beberapa masalah dalam sistem pendidikan Indonesia yang mengakibatkan rendahnya kualitas pendidikan di Indonesia. Seperti kelemahan dalam sektor manajemen pendidikan, terjadi kesenjangan sarana dan prasarana pendidikan di daerah kota dan desa, dukungan dari pemerintah yang masih lemah, adanya pola pikir kuno dalam masyarakat, rendahnya kualitas sumber daya pengajar, lemahnya standar evaluasi pembelajaran serta pengembangan dan perubahan kurikulum dengan tujuan memajukan pendidikan di Indonesia (Fitri, 2021).

Anna Freud (dalam Cahyani dkk, 2020) mengatakan banyaknya pengembangan dan peningkatan mutu yang terjadi di dalam dunia pendidikan demi tercapainya pendidikan yang baik, membuat semangat siswa dalam belajar menjadi menurun, terutama pada siswa jenjang SMA. Siswa SMA adalah individu yang memasuki masa remaja, di mana masa siswa sangat rentan mengalami permasalahan karena mengalami perubahan baru pada dirinya. Santrock (dalam Purnama dkk, 2017) mengatakan bahwa perubahan membuat siswa mengalami konflik diri yang membuat stress dan kelelahan.

Wahyuni (2022) mengatakan permasalahan yang saat ini dihadapi oleh siswa adalah perubahan kurikulum, yaitu kurikulum merdeka. Kurikulum merdeka mengharuskan siswa untuk bisa belajar lebih mandiri, aktif dan kreatif. Siswa juga harus beradaptasi menghadapi perubahan yang diberikan kurikulum merdeka, baik dari jadwal, mata pelajaran, metode pembelajaran, dan lain sebagainya sehingga membuat banyak tuntutan baru bagi siswa.

Siswa selalu dituntut dengan berbagai aktivitas pengembangan diri, baik akademik maupun nonakademik. Oleh karena itu, proses pembelajaran yang ada di sekolah sering kali membuat siswa mengalami stress karena banyaknya tuntutan dan harapan yang harus dipenuhi baik dari lingkungan sekolah maupun keluarga. Tuntutan yang sangat banyak pada siswa lama-lama akan menjadi beban tersendiri bagi siswa yang menyebabkan terjadinya kelelahan akademik (*academic burnout*) (Purnama dkk, 2017).

Dalam pembelajaran atau aktivitas akademik, *burnout* disebut dengan istilah *academic burnout*, *school burnout*, dan *student burnout*. Schaufeli dkk (dalam Diyanti, 2022) mengatakan bahwa *academic burnout* merupakan kondisi dimana siswa mengalami kelelahan akibat tuntutan atau tugas akademik sehingga memunculkan sikap yang sinis, pesimis dan ditandai dengan menurunnya minat siswa dalam menjalankan proses pendidikan. *Academic burnout* juga didefinisikan sebagai kondisi siswa yang secara fisik mengalami penurunan daya dan kurang berenergi, serta mengalami penurunan secara psikologis sehingga siswa kehilangan keinginan untuk belajar. Hederick & Caballero (dalam Diyanti, 2022) mengatakan bahwa *academic burnout* sebagai perasaan tidak mampu yang dialami siswa untuk menjalani proses akademik secara optimal, sehingga memunculkan sikap negatif, diantaranya kritik, devaluasi dan hilangnya minat serta motivasi untuk menyelesaikan tugas-tugasnya.

Menurut Zhang dkk (dalam Zulkarnain, 2019), *academic burnout* adalah perasaan lelah karena tuntutan studi, memiliki perasaan sinis dan sikap terpisah atau menjauhi sekolah, dan perasaan tidak kompeten sebagai seorang siswa. Lee

J (dalam Zulkarnain, 2019) mengatakan bahwa *academic burnout* adalah sindrom psikologis yang merupakan hasil dari stress akademik kronis jangka panjang dan tekanan pencapaian akademik.

Smeltzer & Bare (dalam Yusuf & Yusuf, 2020) mengatakan bahwa *Academic burnout* tidak hanya dipengaruhi oleh faktor dari dalam diri individu (internal), tetapi juga dapat dipengaruhi oleh faktor dari luar (eksternal). Faktor internal terdiri dari *self-efficacy*, *hardiness*, *optimisme*, *hardiness* dan prokrastinasi, sedangkan faktor eksternal terdiri dari dukungan sosial orangtua.

Salah satu faktor internal yang mempengaruhi *academic burnout* adalah *hardiness*. *Hardiness* merupakan karakteristik pribadi yang membantu seseorang mengubah keadaan yang penuh tekanan dari keadaan buruk yang potensial menjadi peluang untuk meningkatkan kerja, kepemimpinan, berperilaku, kesehatan dan pertumbuhan psikologis (Maddi dalam Rih dkk, 2024).

Menurut Kobasa (dalam Rih, 2024) kepribadian *hardiness* adalah suatu susunan karakteristik kepribadian yang membuat individu menjadi lebih kuat, tahan dan stabil dalam menghadapi *academic burnout* dan mengurangi efek negatif yang dihadapi. Menurut Maddi (dalam Simatupang, 2023) *hardiness* adalah keberanian eksistensial, yang melibatkan pengakuan dan penerimaan bahwa hidup pada dasarnya penuh tekanan dan melihat perubahan yang sedang berlangsung sebagai kesempatan untuk belajar dan tumbuh dalam kebijaksanaan dan keefektifan. Sementara Bartone dkk (dalam Simatupang, 2023) mengatakan bahwa *hardiness* adalah gaya psikologis yang terkait dengan ketahanan, kesehatan yang baik, dan kinerja dalam berbagai kondisi stres.

Berdasarkan wawancara bersama salah satu guru SMA Katolik Xaverius Padang, ditemukan bahwa beberapa siswa mengalami *academic burnout* yang ditunjukkan dengan menurunnya semangat siswa dalam belajar. Beberapa siswa merasa kesulitan mengontrol waktu belajar dengan baik. Hal tersebut terlihat dari beberapa siswa yang terkadang mendapat nilai jelek saat kuis, sering lupa mengerjakan tugas dengan alasan fokus mengerjakan projek dan pratikum.

Beberapa siswa yang mengalami *academic burnout* sering menunjukkan ciri-ciri seperti tidak semangat di kelas, pasif, dan tidak aktif saat guru memberikan pertanyaan. Bahkan, guru juga terkadang melihat bahwa masih banyak siswa yang malu-malu untuk menjawab.

Guru mengatakan, tidak sedikit siswa yang mengalami depersonalisasi. Hal tersebut terlihat saat pembelajaran kelompok di kelas, ada beberapa siswa yang hanya berdiam diri dan tidak berusaha untuk mencari kelompok sendiri. Selain itu, guru juga mengatakan bahwa beberapa siswa mengaku kelelahan dengan banyaknya tugas dan kuis yang harus dikerjakan. Terkadang beberapa siswa memilih mengabaikan tugas dan tidak mengerjakannya. Hal tersebut akhirnya berimbas pada nilai siswa yang menurun sehingga siswa menjadi tidak percaya diri saat melakukan pembelajaran di kelas.

Berdasarkan wawancara bersama 10 orang siswa SMA Katolik Xaverius Padang, ditemukan bahwa beberapa siswa mengalami *academic burnout* dan tingkat *hardiness* yang berbeda-beda satu sama lain. Beberapa siswa merasa bahwa semangat belajar yang dimiliki menurun akibat terjadinya perubahan

kurikulum di sekolah. Hal tersebut terjadi karena beberapa siswa merasa belum terbiasa dengan pembelajaran kurikulum merdeka.

Beberapa siswa mengaku bahwa mereka kesulitan dalam mengontrol waktu belajar yang teratur. Hal tersebut terjadi karena siswa harus mengerjakan praktik secara berkelompok. Siswa juga mengaku terkadang kewalahan jika mendapatkan kelompok yang tidak bisa diajak bekerja sama.

Banyaknya praktik dan proyek yang harus dikerjakan, membuat beberapa siswa kesulitan membagi waktu untuk belajar sehingga siswa mengabaikan tugas. Beberapa siswa mengatakan, selain banyaknya proyek dan praktik yang harus dikerjakan, ada juga beberapa ekskul yang terkadang mengambil jam pelajaran untuk latihan jika sudah mendekati hari untuk tampil.

Beberapa siswa mengaku bahwa mereka merasa kewalahan dan terkadang merasa tertinggal dengan teman-teman yang lain. Siswa yang mengaku bahwa dirinya adalah seorang introvert, memilih diam di kelas saat guru melakukan sesi tanya jawab karena takut dan tidak percaya diri.

Selain itu terdapat juga beberapa siswa yang merasa kesulitan dalam mengelola emosi. Hal tersebut terjadi apabila siswa diberikan tugas yang cukup banyak serta adanya praktik dan proyek, sehingga beberapa siswa harus begadang untuk menyelesaikan tugas. Alhasil, siswa yang begadang memiliki jam tidur yang tidak efektif, sehingga esok paginya saat sekolah, mereka menjadi lebih emosional dan mudah tersinggung.

Beberapa siswa juga sering memberikan penilaian negatif terhadap dirinya sendiri. Siswa tersebut mengatakan bahwa dia sering merasa rendah diri karena

tidak bisa memahami materi dengan baik seperti teman-temannya yang lain. Selain itu, beberapa siswa mengaku bahwa mereka merasa tidak puas dengan pencapaian akademik yang mereka dapatkan. Terkadang, mereka merasa bahwa sudah berusaha untuk memahami materi secara mandiri, namun tetap tidak bisa mendapatkan nilai sesuai dengan yang diharapkan.

Penelitian tentang *hardiness* dengan *academic burnout* pernah dilakukan oleh Aypi pada tahun (2021) dengan judul “Hubungan Antara Hardiness dengan Academic Burnout Siswa Kelas XI SMA” dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara *hardiness* dengan *academic burnout* pada siswa. Selanjutnya penelitian oleh Sarwono (2022) dengan judul “Hubungan Antara *Hardiness* dengan *Academic Burnout* pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi” dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *hardiness* dengan *academic burnout* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Hubungan kedua variabel tersebut adalah negatif, yang berarti bahwa apabila *hardiness* rendah maka akan semakin tinggi *academic burnout* dan sebaliknya, semakin tinggi *hardiness* maka akan semakin rendah *academic burnout*.

Perbedaan dari penelitian sebelumnya terletak pada tempat penelitian dan waktu penelitian. Maka dari itu, berdasarkan permasalahan yang telah dijabarkan di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Antara *Hardiness* dengan *Academic Burnout* Pada Siswa Kelas XII SMA Katolik Xaverius Padang”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah Terdapat Hubungan Antara *Hardiness* dengan *Academic Burnout* Pada Siswa Kelas XII SMA Katolik Xaverius Padang?”.

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Antara *Hardiness* Dengan *Academic Burnout* Pada Siswa Kelas XII SMA Katolik Xaverius Padang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pemahaman bagi para pembaca mengenai hubungan antara *hardiness* dengan *academic burnout* pada siswa kelas XII. Selain itu, diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan dalam bidang Psikologi, khususnya bidang Psikologi Pendidikan, terutama tentang *hardiness* dan *academic burnout*.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswa

Diharapkan bisa memberikan informasi bagi siswa sehingga dapat mengelola *academic burnout* dengan baik dan dapat memiliki *hardiness* yang kuat agar bisa mengatasi *academic burnout*.

b. Bagi guru

Diharapkan dapat membantu guru lebih kreatif mengarahkan dan membimbing siswa dalam proses pembelajaran.

c. Bagi sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai masukan dalam upaya peningkatan mutu pendidikan di sekolah.

d. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi bahan pertimbangan lebih lanjut, serta dapat memberikan referensi terhadap penelitian sejenis.