

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang**

Pendidikan merupakan tahapan yang akan dialami semua manusia dalam perjalanan kehidupannya dimana pada masa ini terjadi bentuk kegiatan belajar mengajar yang dialami oleh seorang pelajar di sekolah. Konsep pendidikan disebut juga dengan belajar mengajar, dimana menurut Djamarah (2002) menjelaskan bahwa belajar mengajar merupakan sebuah bentuk interaksi yang memiliki nilai edukatif, yang bertujuan, sesuai dengan target pengajaran ataupun belajar yang direncanakan serta dilakukan. Hal ini selaras dengan sebuah pemahaman mengenai pendidikan menurut UU No. 20 Tahun 2003 yang menjelaskan bahwa pendidikan adalah sebuah perencanaan atau usaha yang dibuat untuk mewujudkan sebuah proses belajar mengajar pada setiap peserta didiknya, agar dapat mengembangkan potensi yang terdapat pada dirinya secara optimal. Pengembangan ini bisa berupa spiritualitas, penguasaan diri, berakhlak, kepribadian dan kemampuan diri yang dapat dipakai nantinya di dalam masyarakat luas (Serdar, 2019).

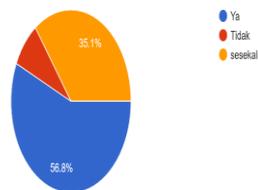
Pada sebuah proses pembelajaran yang bertujuan untuk memaksimalkan potensi dan perkembangan pelajar, lingkup pendidikan membutuhkan sebuah kombinasi yang tepat dalam memberikan dampak positif dalam proses yang sedang dilalui oleh seorang peserta didik. Menurut Supardi (2013) sebuah pembelajaran yang efektif memiliki sebuah nilai kombinasi yang berisi material, perlengkapan, fasilitas serta sebuah praktik yang berbentuk prosedur yang mengarahkan pelajar pada tujuan pembelajaran yang tepat dan dapat mendukung siswa/siswi dalam mengembangkan potensi dalam dirinya secara optimal. Pandangan ini senada dengan tujuan dari yang ditinjau oleh Serdar (2019), dimana menjadi seorang lulusan SMA/SMK/MA sederajat perlu mempunyai kompetensi yang dapat dimiliki untuk memenuhi target atau tujuan dari sebuah pendidikan nasional. Dimana dengan adanya sebuah kurikulum yang mengatur proses belajar mengajar pada sebuah Institusi pendidikan seperti sekolah, dapat

memberikan sebuah dukungan melalui perencanaan yang tepat dalam menjalankan sebuah kurikulum yang diterapkan dalam bentuk kegiatan pembelajaran yang memiliki sebuah nilai edukatif.

Proses belajar mengajar yang dilakukan seorang guru dan siswa/siswi perlu dilakukan sebuah pemantauan kondisi yang pada anak. Dimana pemantauan dapat berupa kesehatan mental atau psikologis. Hal yang dapat dipantau dari seorang pelajar adalah melalui kondisi fisik dan bagaimana anak sebagai siswa/siswi beraktivitas dalam kehidupan akademiknya. menurut Asrowi *et al.*, (2020) kondisi mental atau kesehatan mental pada peserta didik harus dan perlu dijaga karena akan berdampak pada berjalannya sebuah pembelajaran yang bertujuan untuk mencerdaskan kehidupan sebuah bangsa.

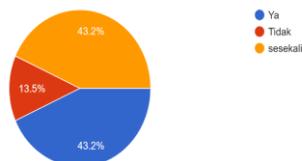
Sebuah fenomena yang bernama *academic burnout* adalah sebuah bentuk kelelahan yang diakibatkan sebuah beban tugas, dimana dalam konteks ini berhubungan dengan ranah pendidikan yang ditempuh oleh seorang siswa/siswi di sebuah lembaga pendidikan. Kemudian tidak hanya berbentuk kelelahan, namun terdapat rasa kurang memiliki minat atau tertarik pada sebuah pembelajaran yang dilalui, serta munculnya sebuah pandangan yang muncul dari diri individu yang menganggap bahwa dirinya kurang memiliki sebuah kompetensi atau kemampuan yang cukup sebagai seorang pelajar. Kemudian dari sebuah fenomena tersebut dibagi menjadi beberapa aspek yaitu : kelelahan secara fisik serta berkurangnya energi pada diri individu (*exhaustion*), kemudian sebuah bentuk kurang tertariknya individu pada pembelajaran yang diikutinya (*cynicism*), dan serta munculnya sebuah perasaan yang diikuti sebuah pernyataan pada diri individu yang mengatakan bahwa dirinya tidak memiliki kompetensi atau merasa kurang percaya diri dengan apa yang dilakukan saat mengikuti proses belajar mengajar (*inefficacy*).

Apakah kamu pernah merasakan kelelahan dalam Menjalani Proses belajar mengajar ??  
37 responses



Berdasarkan data yang ditemukan diatas, dapat dijelaskan kondisi saat ini yang dialami individu adalah, sebagian besar dari para siswa/siswi mengalami sebuah kelelahan dalam mengikuti proses belajar mengajar di sekolah, dan pada data terlihat bahwa (58,8%) dari para siswa menjawab pernah merasakan kelelahan Ketika mengikuti proses belajar mengajar di sekolah.

Apakah kamu sedang merasa jenuh dan mengalami rasa lelah baik emosional dan fisik dalam menjalani Proses belajar mengajar ??  
37 responses



Selanjutnya adapun terlihat pada data yang ditemukan, dapat terlihat bahwa terjadi kesamaan antara siswa/siswi yang menjawab bahwa mereka saat ini sedang mengalami kelelahan secara fisik maupun emosional selama mengikuti pembelajaran di sekolah. Dan sebanyak (43,2%) data yang menunjukkan bahwa para pelajar merasa sese kali dan benar mereka sedang mengalami kelelahan tersebut.

Adapun penemuan yang ditemukan, pada kondisi nyata dalam kegiatan belajar mengajar yang berlangsung pada SMAK S. Dimana pelajar di sekolah yang seharusnya dipantau dan dibimbing dengan baik oleh pihak sekolah sebagai pemegang kontrol pendidikan. Pada saat yang sama terjadi permasalahan yang terjadi akibat kurangnya sebuah kontrol pada kegiatan anak. Pada kasus ini, *academic burnout* menjadi salah satu bentuk permasalahan yang muncul di tengah-tengah pembelajaran antara murid dan siswa. *Academic burnout*

merupakan sebuah bentuk kelelahan yang dirasakan seorang pelajar selama mengikuti proses pembelajaran yang dilaksanakan pada sebuah lembaga pendidikan. Menurut data preliminary yang diambil dari beberapa pelajar secara acak pada kelas X, XII, dan XII di SMA SS. Ditemukan bahwa terdapat sebuah permasalahan belajar dimana hal ini dapat dikaitkan dengan sebuah fenomena *academic burnout* pada para siswa IPA ataupun IPS pada setiap angkatan. Pada hasil kuesioner yang disebar didapat sebuah kesimpulan bahwa, dalam proses belajar mengajar yang dilalui para siswa maupun siswi pada SMA SS. Para pelajar terkadang merasakan lelah, motivasi untuk belajar yang tidak jelas, pusing, stress dan masalah mengenai kesehatan mental lainnya yang dialami ketika mengikuti proses belajar mengajar. Kemudian hasil data *preliminary* yang didapat bahwa terjadi keterkaitan pada aspek *academic burnout* dan dijelaskan sebagai berikut :

*“Terasa membosankan saja dan terkadang bingung motivasi untuk belajar itu apa.”*

Menurut pernyataan yang ditemukan terdapat kondisi pada pelajar yang merasa bahwa dirinya merasa bosan, dan kebingungan tentang motivasi dalam belajar itu apa dimana penjelasan dari pelajar tersebut memiliki kaitan dengan aspek cynicism yang berarti bahwa individu merasa bahwa dia sulit serta tidak memiliki keinginan atau niatan dalam mengikuti pembelajaran.

*“Saya merasa sama sekali tidak bersemangat belajar ataupun sekolah dan bertemu teman2 saya seperti dulu.”*

Berdasarkan pernyataan yang ditemukan diatas menunjukkan bahwa yang individu merasa kurang bersemangat dalam mengikuti proses pembelajaran. Hasil yang ditemukan berhubungan dengan salah satu aspek pada *academic burnout* yaitu *exhaustion* yang menjelaskan bahwa kelelahan dengan bentuk

penurunan daya atau semangat, dalam wujud lainnya seperti putus asa, kemudian terlihat lesu dalam mengikuti pembelajaran.

*“Ya, saya menjadi tidak yakin dengan tugas yang saya kerjakan karena kelelahan yang saya alami dan membuat saya berpikir kalau saya tidak pintar”*

Menurut pernyataan yang ditemukan diatas dapat diketahui bahwa individu merasa bahwa dirinya tidak pintar dan merasa tidak yakin dengan tugas yang dikerjakan akibat terlalu lelah selama menjalani aktivitas pembelajaran. Pernyataan ini berkaitan dengan aspek *Inefficacy*, dimana individu dijelaskan terlihat serta menganggap diri tidak memiliki sebuah kompetensi serta tidak memiliki kemampuan dalam mengikuti proses belajar mengajar.

Kemudian dapat diketahui bahwa proses pembelajaran yang jalani para siswa/siswi ternyata mengalami kendala atau justru membebani anak dalam proses belajar mengajar di mana dengan adanya sebuah kelelahan yang diakibatkan sebuah beban tugas yang tinggi menyebabkan anak sebagai pelajar mengalami atau terindikasi mengalami *academic burnout*. Dimana dengan adanya kelelahan menyebabkan beberapa akibat yang dirasakan anak ketika mengikuti proses pembelajaran. Hal ini berwujud seperti kelelahan fisik, kurangnya motivasi, menurunnya kepercayaan diri dalam berkomunikasi dan dalam memandang kemampuan dalam diri untuk mengerjakan sebuah tugas, kemudian membuat siswa/siswi kesulitan dalam membagi waktu untuk mengerjakan tugas mana yang semestinya dikerjakan terlebih dahulu.

Dukungan sosial menurut Sarafino (2010), adalah sebuah perhatian, pertolongan, penghargaan serta rasa nyaman yang diberikan oleh individu lainnya. Dimana sama seperti dengan para siswa/siswi di mana mereka mendapat sebuah dukungan dalam bentuk semangat dan perhatian dari pihak keluarga atau pertemanan sebaya. Hal ini juga didukung dengan pendapat dari Christiana (2020) yang menjelaskan bahwa sumber dari dukungan sosial dapat diperoleh

melalui teman, serta orang terdekat dengan individu seperti keluarga dan orang tua.

Dalam peran dukungan sosial yang dituju dalam penelitian ini akan mengarah atau berfokus pada pemberian dukungan yang bersumber dari teman sebaya. Dalam tinjauan awal mengenai peran dukungan sosial, didapatkan bahwa adanya peran dukungan dari orang-orang atau bisa disebut teman yang memiliki usia yang sebaya atau setara dengan pelajar yang sedang mengikuti proses belajar mengajar di sekolah SMAK S tersebut. Dugaan ini dijelaskan lewat pernyataan yang dijelaskan oleh pelajar-pelajar tersebut sebagai berikut :

*“teman-teman. kami saling memberi semangat untuk mencapai yang dicita-citakan”*

Pada pernyataan diatas pelajar mengaku bahwa dukungan sosial yang bersumber dari teman sebaya berbentuk seperti pemberian sebuah semangat atau penguatan agar pelajar dalam tetap memiliki sebuah harapan untuk tetap menggapai apa yang dicita-citakan untuk selanjutnya. Hal ini berkaitan dengan aspek dalam dukungan sosial yang menjelaskan bahwa, dalam bentuk pemberian dukungan sosial pada seorang individu,, dapat berbentuk dalam pemberian informasi, yang berupa untuk memberikan dorongan seperti nasihat, dan arahan pada seorang individu.

*“ Sahabat saya, bentuknya seperti kata-kata motivasi yang benar-benar relate dengan situasi yang saya hadapi. Dia selalu meyakinkan kalau saya sudah mengusahakan yang terbaik, sehingga walaupun hasilnya kurang bukan berarti saya tidak bisa lagi ”*

Berdasarkan pernyataan diatas menjelaskan jenis lain dari dukungan yang diberikan oleh teman sebaya pelajar, dimana dukungan yang ditujukan untuk

pelajar tersebut dapat berbentuk seperti pemberian sebuah penguatan atau semangat dengan model penyampaian motivasi serta berusaha meyakinkan pelajar bahwa dirinya memiliki kemampuan jika mengusahakan sesuatu yang dikerjakan untuk mendapatkan hasil yang terbaik meski tidak seperti yang dipikirkan oleh pelajar tersebut. Wujud individu untuk dalam memberikan dukungan diatas berkaitan dengan aspek dukungan sosial dalam bentuk emotional support, yang berarti individu turut berempati dan merasakan apa yang dirasakan oleh temannya yang mengalami permasalahan.

*“Dulu waktu di alumni, saya punya temen cewe yang selalu memberi dukungan, mengajari saya lebih detail, sehingga nilai saya meningkat pesat, dan saya lebih semangat belajar, namun dia bersekolah di sekolah lain yang tingkat tinggi, sehingga saya tidak bisa bersamanya lagi”*

kemudian pada pernyataan yang ditemukan. Pada pernyataan diatas menjelaskan bahwa individu mendapatkan sebuah dukungan sosial dalam bentuk pertolongan secara langsung untuk membantu dirinya dalam meningkatkan semangat belajar ataupun usahanya dalam mengerti sebuah materi dalam pelajaran yang diberikan. Hal ini juga berkaitan dengan aspek pada dukungan sosial yaitu tangible support ataupun pemberian dukungan sosial yang berbentuk bantuan atau Tindakan langsung yang dapat diberikan oleh individu yang mengalami masalah.

Adapun kondisi yang dirasakan oleh para siswa/siswi, ditemukan dampak dari kelelahan dalam belajar yang dicatat oleh BBC.com (2021), dimana terdapat beberapa kasus bunuh diri yang di dapat pada beberapa sekolah di indonesia. Salah satunya adalah terjadi pada siswa asal gowa, Sulawesi selatan, dan seorang siswa MTs, tarakan, kalimantan utara yang memutuskan untuk bunuh diri, karena depresi selama mengikuti pembelajaran jarak jauh. Pada siswa MTs alkhairaat,

kasus tersebut terjadi dikarenakan adanya sebuah beban tugas yang banyak, sehingga memberikan dampak bagi anak.

Dengan adanya kondisi dan fenomena yang terjadi pada siswa/siswi di SMA SS Surabaya, dan munculnya sebuah kasus bunuh diri yang menjadi ketakutan lebih lanjut mengenai academic burnout terbut. Dapat dibuat kesimpulan bahwa dengan adanya sebuah pembelajaran yang sudah dijelaskan memberikan beban tersendiri bagi para siswa dan siswi. Dimana dengan adanya pemberian tugas yang banyak pada anak menyebabkan beberapa dampak atau permasalahan pada anak. Namun dengan kondisi anak yang diberikan beban belajar yang banyak, para pelajar juga mendapatkan dukungan dari sosial melalui orang tua, dimana dalam bentuk Motivasi dan semangat spiritualitas yang diberikan pada pelajar. Maka dengan demikian peneliti ingin melihat secara general mengenai apakah ada hubungan yang dapat diberikan pada para Pelajar SMA SS.

Dengan penjelasan diatas diikuti dengan preliminary yang menjelaskan mengenai fenomena academic burnout atau bisa disebut sebagai kelelahan yang diakibatkan oleh terlalu banyak beban yang diberikan selama mengikuti pembelajaran di sekolah yang dapat berwujud seperti pemberian tugas, dan kewajiban murid-murid dalam mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru mereka. Disatu sisi dapat diketahui betapa besarnya peran dari seorang teman sebaya, dimana dengan adanya sebuah dukungan teman sebaya dalam bentuk memberikan bantuan berupa dukungan secara emosional atau pun tindakan langsung dianggap dapat membantu seorang individu untuk dapat menjalani kehidupan terutama selama mengikuti pembelajaran di sekolah.

## **1.2. Batasan Masalah**

Batasan masalah pada penelitian ini adalah:

1. Variabel yang digunakan dalam penelitian yaitu: dukungan sosial sebagai variabel bebas dan academic burnout sebagai variabel tergantung.
2. Subjek pada penelitian adalah siswa/siswi yang diseleksi dan diketahui memiliki tingkat kejenuhan atau academic burnout paling tinggi di antara 3 angkatan pada SMA SS.
3. Penelitian akan meneliti apakah ada hubungan antara dukungan sosial dengan academic burnout pada siswa/siswi pada salah satu angkatan di SMA SS.

## **1.3. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah penelitian ini yaitu:

“Apakah ada hubungan antara dukungan sosial teman sebaya pada academic burnout di salah satu angkatan di SMA SS Surabaya”.

## **1.4. Tujuan Penelitian**

Tujuan pada penelitian yang akan dilakukan ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara dukungan sosial yang diberikan teman sebaya pada siswa/siswi di SMAK SS.

## **1.5. Manfaat Penelitian**

### **1.5.1. Manfaat Teoritis**

Diharapkan dengan adanya penelitian yang dilakukan ini dapat memberikan penjelasan mengenai bagaimana sebuah fenomena mengenai academic burnout yang masih terdengar asing, untuk dapat diketahui dan mendapat sebuah penelitian lebih lanjut di kalangan siswa/siswi sebagai subjek utamanya.

### **1.5.2. Manfaat Praktis**

1. Bagi subjek penelitian.

Diharapkan dengan adanya penelitian yang dilakukan pada pelajar SMAK S, siswa/siswi dapat mengetahui mengenai kelelahan yang dialami dan dapat memanfaatkan dukungan yang diperlukan untuk tetap memiliki mental atau psikis yang kuat dalam menjalani proses pembelajaran di sekolah.

2. Bagi orang tua.

Diharapkan dengan adanya penelitian yang dilakukan, orang tua dapat mengetahui seberapa besar peran orang tua dalam memberikan dukungan pada pelajar sepanjang anak menjalani kehidupan belajar mengajar dan diharapkan orang dapat mendapat pemahaman baru mengenai *academic burnout* pada anak.

3. Bagi teman sebaya.

Diharapkan dengan adanya penelitian dilakukan ini dapat memberikan kesadaran baru pada individu yang memberikan dukungan selain orang tua. Kemudian bagaimana dampak yang diberikan dari sebuah dukungan, yang bersumber dari teman sebaya. Serta dengan adanya penelitian ini dapat membuka pemahaman baru bagi teman sebaya Pelajar mengenai pentingnya sebuah dukungan sosial bagi individu lainnya.

4. Bagi pihak sekolah.

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman dan informasi baru pada pihak yang mengarahkan anak untuk memiliki masa depan yang baik. Dimana diharapkan dengan adanya penelitian ini juga sebagai bahan untuk mengembangkan metode pembelajaran baru yang dapat memotivasi dan mengembangkan anak lebih baik.