

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Skripsi merupakan salah satu syarat penting untuk menyelesaikan pendidikan tinggi, khususnya pada tingkat sarjana. Skripsi adalah suatu karya tulis ilmiah yang ditulis mahasiswa sebagai bagian akhir guna menyelesaikan pendidikan pada akademisnya untuk meraih gelar strata satu (S-1). Skripsi berbentuk paparan tulisan hasil penelitian yang membahas suatu masalah dalam bidang ilmu tertentu dengan menggunakan kaidah-kaidah ilmiah yang berlaku dalam suatu bidang ilmu.<sup>1</sup> Masalah yang dikaji dalam skripsi cenderung pada masalah-masalah yang bersifat aplikasi teori, bukan pengembangan teori (untuk S-2) atau penciptaan teori (untuk S-3).<sup>2</sup>

Menyusun skripsi merupakan salah satu tahap akhir dalam pendidikan tinggi yang sangat penting bagi mahasiswa. Skripsi tidak hanya menjadi syarat kelulusan, tetapi juga menjadi tanda kemampuan akademik dan penelitian mahasiswa. Fase penyusunan skripsi merupakan masa yang cukup rumit dan menjadi penanda transisi dari status mahasiswa menjadi lulusan. Pada fase ini, mahasiswa dituntut untuk menerapkan pengetahuan dan keterampilan yang telah diperoleh selama masa studi mereka di perkuliahan.

Dalam proses penyusunan ini tidak hanya memerlukan kemampuan akademis yang baik namun juga ketahanan mental yang kuat. Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi diduga kuat mengalami peningkatan kecemasan. Kecemasan bisa terjadi dikarenakan adanya tekanan-tekanan yang dirasakan berkaitan dengan proses pengerjaan skripsi tersebut.<sup>3</sup> Setiap mahasiswa memiliki karakteristik dan pengalaman yang berbeda sehingga dengan berbagai tekanan akan menyebabkan terjadinya kelelahan fisik, mental dan emosional. Kelelahan emosional yang muncul akibat ketidakseimbangan yang berkepanjangan dapat menghambat mahasiswa dalam menyelesaikan skripsinya.

Kelelahan juga dikenal dengan istilah *burnout* yang merupakan sebuah bentuk kelelahan yang diakibatkan karena seseorang bekerja terlalu intens,

---

<sup>1</sup> Tim Revisi Pedoman Penulisan Karya Ilmiah, *Buku Pedoman Penulisan Karya Ilmiah Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten Tahun Anggaran 2021*, (2022), vol. 16., h.2.

<sup>2</sup> Penyusun, T. (2014). Pedoman penulisan skripsi. *Universitas Negeri Surabaya*. h.2.

<sup>3</sup> Rizkiyati, R. B. (2019). *Tingkat kecemasan mahasiswa dalam menyusun skripsi di program studi bimbingan dan konseling islam fakultas dakwah IAIN Purwokerto Angkatan 2015* (Doctoral dissertation, IAIN). h.1.

berdedikasi dan berkomitmen tinggi, bekerja terlalu banyak dan terlalu lama, memandang kebutuhan dan keinginan mereka sebagai hal kedua.<sup>4</sup> Mahasiswa yang mengalami *burnout* menunjukkan komitmen yang besar dalam menyelesaikan skripsinya, namun mengabaikan kebutuhan dan keinginan pribadi mereka. Dalam upaya untuk mencapai hasil optimal, mahasiswa seringkali harus mengorbankan waktu untuk istirahat, bersosialisasi atau bahkan sekedar melakukan hobinya. Kondisi tersebut tidak hanya berdampak pada kesehatan mental dan fisiknya saja, tetapi juga dapat menghambat proses penulisan skripsi itu sendiri, oleh karena itu perlunya keseimbangan antara komitmen akademis dan kepedulian terhadap kesejahteraan dirinya.

Brill dalam Johana et al., menjelaskan bahwa *burnout* dan stres adalah dua konsep yang mirip tetapi tidak sama. Stres terjadi ketika ada ketidakseimbangan antara tuntutan dari lingkungan dengan sumber daya yang dimiliki individu. Sedangkan *burnout* terjadi karena proses adaptasi yang berkelanjutan terhadap gangguan yang timbul karena ketidakseimbangan jangka panjang.<sup>5</sup> Stres terjadi ketika individu merasakan adanya ketidakseimbangan antara tuntutan dari lingkungan dengan sumber daya yang dimiliki seperti energi, waktu, dan kemampuan untuk menghadapinya. Stres bisa bersifat sementara, karena mereda setelah tantangan tersebut teratasi.

Selye dalam Johana et al., mengatakan bahwa efek yang ditimbulkan dari stress dan *burnout* juga berbeda-beda. *Burnout* yang terjadi hanya akan memunculkan efek negatif seperti menurunnya hasrat pencapaian diri dan muncul perilaku negatif. Sedangkan pada stres tidak hanya memiliki efek negatif, tapi juga memiliki efek positif.<sup>6</sup> Efek positif dari stres yaitu *eustres* dimana stres yang dialami individu dimodifikasi menjadi suatu dorongan positif untuk melakukan perubahan ke arah yang lebih baik. Efek dari *Burnout* sering kali disertai dengan perasaan apatis, kehilangan motivasi dan rasa tidak mampu untuk melanjutkan tugas yang ada, meskipun faktor stress dari lingkungan sudah berkurang.

*Burnout* memiliki dampak yang lebih dalam dan berkepanjangan karena merupakan akibat dari akumulasi stres yang tidak dikelola dengan baik dalam jangka waktu yang lama. Dengan kata lain, stres dapat

---

<sup>4</sup> Setiawan, T. (2018). *Hubungan Antara Masa Kerja Dengan Burnout Pada Karyawan Pt. XXX* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Gresik). h.20

<sup>5</sup> Purba, J., Yulianto, A., Widyanti, E., Esa, D. F. P. U. I., & Esa, M. F. P. U. I. (2007). Pengaruh dukungan sosial terhadap burnout pada guru. *Jurnal Psikologi*, 5(1), 77-87. h. 80.

<sup>6</sup> Johana Purba, *Pengaruh Dukungan* ,... ., h. 80

mengakibatkan burnout jika tidak dikelola dengan baik, sementara burnout adalah kondisi yang lebih serius yang memengaruhi pada kesehatan seseorang. Menurut Permatasari et al., dalam Monalisa et al., ketika mahasiswa tidak mampu menghadapinya maka hal tersebut dapat menimbulkan tekanan secara psikologis sehingga dapat memicu terjadinya kelelahan dalam mengikuti aktivitas belajar atau dikenal dengan istilah *academic burnout*.<sup>7</sup>

*Academic burnout* merupakan bentuk kejenuhan dalam sisi akademik mengarah pada stres, beban atau gejala psikologis yang disebabkan proses belajar.<sup>8</sup> Kondisi ini seringkali diakibatkan oleh proses belajar yang intensif dan tuntutan yang tinggi, seperti beban tugas yang berlebihan dan tekanan untuk memenuhi harapan baik dari diri sendiri maupun dari orang lain. Individu yang menderita kelelahan akademik mungkin merasa lelah secara fisik dan mental juga kehilangan motivasi untuk belajar dan kesulitan berkonsentrasi.

Individu yang mengalami *academic burnout* dapat menunjukkan tanda-tanda kebosanan baik secara psikologis dan fisik, perasaan tidak berdaya, putus asa, kecenderungan yang lebih tinggi untuk menghindari lingkungan pendidikan, dan lebih sedikit minat untuk terlibat dalam kegiatan akademis. Dalam penelitian yang telah dilakukan oleh Sholichah et al., bahwa dalam menghadapi permasalahan dan kesulitan dalam bidang akademik, setiap mahasiswa memiliki respon yang berbeda-beda, seperti tidak berpikir dalam jangka panjang dan memiliki emosi negative.<sup>9</sup> Dalam hasil penelitian Monalisa et al., secara spesifik mahasiswa perempuan memiliki tingkat *academic burnout* lebih tinggi dibandingkan mahasiswa laki-laki. Hal tersebut terjadi dikarenakan perempuan cenderung mudah lelah secara emosional sehingga membuat perempuan lebih cepat stress dan membuat *academic burnout* meningkat. Selanjutnya mahasiswa perempuan dapat mengekspresikan *burnout academic* yang dialami namun kurang mampu untuk menghadapi.<sup>10</sup>

---

<sup>7</sup> Monalisa, M., Stevani, H., & Oktasari, M. (2022). Rasch Stacking Analysis: Academic Burnout Mahasiswa Ditinjau dari Jenis Kelamin. *Counseling and Spirituality*, 1(1), 1-8. h.2.

<sup>8</sup> Daniswari, H. P., & Nuryanto, I. L. (2022). The Effectiveness of Stress Coping Techniques to Reduce Academic Burnout in Guidance and Counseling Students in Yogyakarta During the COVID-19 Pandemic. *KnE Social Sciences*, h.898.

<sup>9</sup> Sholichah, I. F., Paulana, A. N., & Fitriya, P. (2019, July). Self-esteem dan resiliensi akademik mahasiswa. In *Proceeding National Conference Psikologi UMG 2018* Vol. 1, No. 1, pp. h.192.

<sup>10</sup> Monalisa, *Rasch Stacking Analysis*,... .., h.5

Menurut Maslach et al., dalam Dony dan Vriesthia tersimpul dua faktor utama penyebab *academic burnout* yaitu faktor situasional dan faktor individual. Faktor situasional mencakup beban kerja, pengawasan, penghargaan, komunitas, keadilan dan nilai. Faktor individual mencakup faktor demografi, faktor kepribadian dan perilaku individu.<sup>11</sup> *Academic burnout* adalah hasil dari interaksi kompleks antara faktor situasional yang mencakup lingkungan akademik dan faktor individu seperti kepribadian serta cara individu merespons tekanan.

Menurut Cohen & Syme dalam Maria et al., stres atau permasalahan yang mengarah kepada *burnout* dapat diatasi dengan dukungan sosial.<sup>12</sup> Menurut Taylor dalam Amseke menyatakan bahwa dukungan sosial adalah informasi dari orang yang dicintai dan dipedulikan, dihormati, dan dihargai, serta bagian dari hubungan dan kewajiban bersama.<sup>13</sup> Menurut Sarafino & Smith dalam bukunya *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*, dukungan sosial didefinisikan sebagai kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang tersedia untuk seseorang dari orang lain atau kelompok Terdapat beberapa aspek dukungan sosial, yaitu: 1. Dukungan emosional atau penghargaan yaitu berupa perhatian, peduli, empati, kasih sayang, menghargai, perasaan diterima dan penilaian positif. 2. Dukungan nyata atau instrumental ialah bantuan berupa tindakan langsung dan bantuan berupa materi. 3. Dukungan informasional ialah membantu menyelesaikan masalah, memberikan nasehat, arahan/solusi, serta bimbingan. 4. Dukungan jaringan sosial ialah ikut aktif dalam kelompok dan memberikan rasa kebersamaan dalam kelompok.<sup>14</sup> Gottlieb dalam Ernawati menyatakan dukungan sosial terdiri dari informasi atau nasehat verbal maupun non verbal, bantuan nyata, atau tindakan yang didapat karena kehadiran orang lain dan mempunyai manfaat emosional atau efek perilaku bagi pihak penerima.<sup>15</sup> Hal ini menunjukkan bahwa

---

<sup>11</sup> Sagita, D. D., & Meilyawati, V. (2021). Tingkat *academic burnout* mahasiswa di masa pandemi covid-19. *Nusantara of Research: Jurnal Hasil-Hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri*, 8(2), h.108.

<sup>12</sup> Melati, M. R. A. S., & Barus, G. (2024). Hubungan Dukungan Sosial dengan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Rantau:(Studi Deskripsi Korelasi pada Mahasiswa Baru Angkatan 2023 Prodi BK Universitas Sanata Dharma Yogyakarta). *Edukasi Elita: Jurnal Inovasi Pendidikan*, 1(4), h. 2.

<sup>13</sup> Amseke, F. V. (2018). Pengaruh dukungan sosial orang tua terhadap motivasi berprestasi. *Ciencias: Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pendidikan*, 1(1), h. 68.

<sup>14</sup> Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2014). *Health psychology: Biopsychosocial interactions*. John Wiley & Sons. H.83-84

<sup>15</sup> Ernawati, L., & Rusmawati, D. (2015). Dukungan sosial orang tua dan stres akademik pada siswa SMK yang menggunakan kurikulum 2013. *Jurnal Empati*, 4(4), h.28.

kehadiran orang-orang tertentu seperti orang tua dapat memperkuat ketahanan mental individu dalam menghadapi tantangan hidup.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial orang tua memiliki korelasi positif dengan kesehatan mental seseorang. Anak-anak yang merasa didukung oleh orang tua cenderung lebih bahagia, memiliki harga diri yang lebih tinggi dan lebih mampu mengatasi stres dan masalahnya. Dalam menghadapi kesulitan akademik, seperti yang terjadi ketika mahasiswa mengerjakan skripsi, penting bagi orang tua untuk tidak hanya fokus pada hasil atau pencapaian akademik saja, tetapi juga harus memperhatikan aspek emosional dan psikologis anak. Firman Allah SWT dalam surah Ali-Imran ayat 159, yaitu:

فَيَمَا رَحْمَةٍ مِّنَ اللَّهِ لِنْتَ لَهُمْ ۗ وَلَوْ كُنْتَ فَظًّا غَلِيظَ الْقَلْبِ لَانْفَضُّوا مِنْ حَوْلِكَ

*Artinya: "Maka disebabkan rahmat dari Allah-lah kamu berlaku lemah lembut terhadap mereka. Sekiranya kamu bersikap keras lagi berhati kasar, tentulah mereka menjauhkan diri dari sekelilingmu." (QS. Ali-Imran: 159).*

Pada ayat diatas Allah menegaskan pentingnya sikap lemah lembut, orang tua yang memberikan dukungan sosial yang penuh kasih sayang akan membantu anak merasa dihargai, dipahami, dan diberi ruang untuk berkembang tanpa tekanan berlebihan. Pemberian kasih sayang yang tulus dan lembut akan menciptakan hubungan yang baik juga dapat membangun kepercayaan. Seperti dalam salah satu hadist yang diriwayatkan oleh Abu Dawud, Rasulullah SAW bersabda:

عن عبد الله بن عمرو رضي الله عنهما أن النبي صلى الله عليه وسلم قال: الرَّاحِمُونَ يَرْحَمُهُمُ الرَّحْمَنُ، ارْحَمُوا أَهْلَ الْأَرْضِ يَرْحَمْكُمْ مَن فِي السَّمَاءِ (رواه أبو داود والترمذي وأحمد).

Abdullah bin 'Amr -raḍiyallāhu 'anhumā- meriwayatkan bahwa Nabi ﷺ bersabda, "Orang-orang yang penyayang akan disayangi pula oleh Ar-Rahmān (Allah). Sebab itu, sayangilah penduduk bumi, niscaya Tuhan yang di atas langit pun akan menyayangi kalian." (HR. Abu Daud, Tirmizi, dan Ahmad)

Dukungan sosial orang tua terhadap anaknya sangatlah penting dan berdampak besar terhadap perkembangan emosi dan psikologisnya. Ketika anak mengalami suatu masalah, dukungan orang tua akan membantu anak menggerakkan psikologis untuk melawan *stressor*. Menurut Kuncoro dalam Fathiya et al., dukungan orang tua adalah persepsi seseorang bahwa dirinya menjadi bagian dari jaringan sosial yang di dalamnya setiap

anggota saling mendukung.<sup>16</sup> Pentingnya dukungan sosial ditekankan mengingat bahwa penyebab utama yang memicu timbulnya *academic burnout* pada mahasiswa selama pengerjaan skripsi terletak pada kurangnya penerimaan dukungan sosial dari orang-orang terdekat. Dengan keberadaan dan ketersediaan dukungan sosial yang kuat merupakan upaya yang signifikan untuk mengurangi tingkat kerentanan mahasiswa terhadap *academic burnout*.<sup>17</sup> Khususnya ketika menghadapi ujian atau tugas akhir yang sedang dialami mahasiswa terkhusus mahasiswa akhir. Dukungan sosial dari orang tua yang suportif sangat penting dalam meningkatkan rasa percaya diri dan motivasi mahasiswa.

Berdasarkan definisi dukungan sosial orang tua, dapat dipahami bahwa yang dimaksud dengan dukungan sosial orang tua adalah suatu pemberian bantuan atau dorongan yang diberikan oleh orang tua (ibu bapak) kepada anaknya dalam bentuk verbal maupun non verbal yang menguntungkan bagi anak, sehingga anak merasa senang, diperhatikan, lebih terarah, dan dicintai oleh lingkungan sekitar. Apabila anak tersebut sebagai mahasiswa, maka mahasiswa merasa senang untuk menjalankan tugas kampusnya karena dapat dukungan dari orang tuanya.

Syah dalam Ernawati berpendapat bahwa lingkungan keluarga dapat berpengaruh terhadap kinerja akademik (*academic performace*) dan karir seseorang.<sup>18</sup> Orang tua yang terlibat aktif dalam pendidikan anak, baik di rumah maupun di luar rumah cenderung memberikan dukungan yang lebih besar dan efektif. Pendapat tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan Nurhindazah, D., & Kustanti, ER menunjukkan hasil penelitian bahwa terdapat hubungan positif antara dukungan sosial orangtua dengan *adversity intelligence* pada mahasiswa yang menjalani mata kuliah skripsi atau tugas akhir di Fakultas Teknik Universitas Diponegoro. Dukungan Sosial orang tua memberikan sumbangan efektif sebesar 25,2% terhadap *adversity intelligence*.<sup>19</sup> Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Nanda, S.A.K., menunjukkan bahwa dukungan sosial orang tua dan resiliensi keduanya mampu mempengaruhi kecemasan menghadapi dunia

<sup>16</sup> Rahmadina, F. S., Khairunnisa, F. A., & Firmiana, M. E. (2021). Bentuk dukungan orang tua pada anak usia dini (Aud) selama belajar dari rumah (Bdr). *Jurnal Anak Usia Dini Holistik Integratif (AUDHI)*, 4(1), h.19.

<sup>17</sup> Devi, A. C., Purwanti, M., & Aisyah, A. R. K. (2024). Peran Academic Self-Efficacy Dan Peer Support Terhadap Academic Burnout Mahasiswa Penulis Skripsi. *MANASA*, 13(2), h.28.

<sup>18</sup> Ernawati, *Dukungan sosial orang tua*, ... .., h.28..

<sup>19</sup> Nurhindazah, D., & Kustanti, ER (2017). Hubungan antara dukungan sosial orangtua dengan *adversity Intelligence* pada mahasiswa yang menjalani mata kuliah tugas akhir di Fakultas Teknik Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati* , 5 (4), h.645.

kerja dengan memberikan kontribusi efektif sebesar 47,1% terhadap menghadapi dunia kerja sedangkan sisanya sebesar 52,9% dipengaruhi oleh variabel lain di luar penelitian.<sup>20</sup>

Berdasarkan penelitian di atas, dapat diketahui bahwa dukungan sosial orang tua menunjukkan hasil yang signifikan dalam diri seorang anak khususnya mahasiswa. Dukungan sosial orang tua mempengaruhi kondisi psikologis mahasiswa, memberikan energi positif terhadap akademik serta karir atau dunia kerja. Seiring dengan bertambahnya usia mahasiswa, terkadang orang tua merasa perannya sebagai orang tua pun berubah. Pentingnya dukungan orang tua dalam kehidupan mahasiswa adalah, karena mahasiswa yang memperoleh dukungan dari orang tua akan menjadikan siswa lebih baik, lebih giat, optimis, semangat, dan senang dalam belajar. Lebih terampil dalam memenuhi kebutuhan psikologis, seseorang akan merasa lebih tenang dalam menghadapi berbagai masalah yang ditemui dalam dunia perkuliahan mulai dari kegiatan belajar hingga pada tahap penyelesaian tugas akhir yaitu skripsi.

Proses penyusunan skripsi membuat beberapa mahasiswa sering mengalami kebuntuan dan tekanan untuk memenuhi ekspektasi, kehadiran orang tua sebagai sumber dukungan dapat memberikan dorongan yang signifikan. Sebaliknya, kurangnya dukungan dapat memperburuk suasana perasaan yang dapat meningkatnya risiko *burnout*. Dengan memberikan perhatian dan dukungan yang tepat orang tua dapat membantu anak merasa lebih percaya diri dalam mengatasi masalah yang dihadapinya. Harapan yang besar pada keberhasilan mahasiswa untuk menyelesaikan penyusunan skripsi dan tuntutan untuk sesuai dengan kriteria yang ditetapkan lembaga pendidikan, nampaknya juga ikut memberikan beban yang harus ditanggung oleh mahasiswa tersebut. Saat-saat seperti inilah mahasiswa membutuhkan adanya dukungan sosial dari berbagai pihak misalnya orang tua, karena kondisi tersebut dapat memicu ketegangan dan kecemasan.

Beberapa kasus bunuh diri terjadi pada mahasiswa di Indonesia yang diakibatkan oleh skripsi. Salah satu kasus bunuh diri terbaru terjadi pada tanggal 15 April 2021 dilakukan oleh seorang mahasiswa berusia 22 tahun, kasus lainnya terjadi pada tanggal 20 Januari 2021 dilakukan oleh seorang mahasiswa berinisial ZS berusia 21 tahun dengan cara gantung diri di Bandar Lampung. Salah satu kasus bunuh diri yang terjadi di sebabkan oleh depresi pada mahasiswa tingkat akhir dikarenakan 7 tahun tidak kunjung

---

<sup>20</sup> Nanda, S.A.K (2022). *Hubungan dukungan sosial orang tua dan resiliensi dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir* (Disertasi Doktor, UIN Raden Intan Lampung). h.ii

lulus, kejadian ini dilakukan dengan cara gantung diri yang terjadi pada tanggal 12 Juli 2020 di Samarinda, Kalimantan Timur.<sup>21</sup>

Selain itu berdasarkan penelitian Krisdianto & Mulyanti dalam Wusqo, N., Novitayani, S, sebagian besar mahasiswa tingkat akhir yang sedang membuat skripsi mengalami depresi tingkat ringan (45,7 %) dan mekanisme koping maladaptif sebanyak 69,6 %.<sup>22</sup> Hasil penelitian tersebut, menunjukkan bahwa mahasiswa yang sedang menyusun skripsi cenderung merasa cemas serta tertekan sehingga memicu terjadinya depresi. Berdasarkan penelitian Smith dan Renk dalam membuktikan bahwa tekanan yang dirasakan dari beban akademis akan berkurang jika ada dukungan sosial yang diberikan, dapat berupa pemberian informasi, pemberian bantuan seperti tindakan atau materi yang mampu membuat seseorang merasa diperhatikan dan dipedulikan sehingga dapat menurunkan tingkat kecemasan. Dukungan sosial berasal dari orang-orang penting di sekitar mereka, salah satunya yaitu orang tua.

Memiliki orang tua yang mau mendengarkan dan menunjukkan pengertian bisa sangat meringankan beban anaknya saat anaknya merasa cemas atau stress. Dengan mendengarkan, orang tua membantu anak merasa bahwa mereka tidak sendirian dalam menghadapi tantangan. Hal ini menciptakan ikatan emosional yang kuat antara orang tua dan anak. Dapat disimpulkan bahwa Dukungan sosial orang tua adalah persepsi individu terhadap dukungan yang diberikan orang tua, dimana dukungan tersebut berorientasi pada perhatian, penghargaan maupun bantuan langsung. Namun, apabila orang tua tidak memberikan dukungan sosial dan cenderung menuntut mahasiswa untuk menyelesaikan tugas akhir akan membuat mahasiswa menjadi putus asa, bosan, cenderung untuk menghindari lingkungan pendidikan, dan sedikit minat untuk terlibat dalam kegiatan akademis sehingga terjadilah *academic burnout* pada mahasiswa.

Berdasarkan latar belakang permasalahan di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai **“Pengaruh Dukungan Sosial Orang Tua Terhadap *Academic Burnout* Pada Mahasiswa Akhir Dalam Mengerjakan Skripsi”**.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan gambaran dari latar belakang masalah pada penelitian ini, maka peneliti mengidentifikasi masalah yang akan diteliti yaitu sebagai berikut:

---

<sup>21</sup> Wusqa, N., & Novitayani, S. (2022). Risiko bunuh diri pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, 6(2). h.146.

<sup>22</sup> Wusqa, N., Risiko bunuh, ..... h.147.

1. Terdapat tekanan orang tua untuk segera menyelesaikan skripsi, sehingga menambah stres pada mahasiswa
2. Kurangnya keterlibatan orang tua dalam proses penulisan skripsi, sehingga mahasiswa merasa sendirian dan tidak memiliki dukungan.
3. Terdapat kasus bunuh diri pada mahasiswa yang disebabkan depresi dalam penyusunan skripsi
4. Mahasiswa tertekan dalam penyusunan skripsi
5. Kurangnya dukungan dan penghargaan orang tua terhadap mahasiswa akhir
6. Terdapat komunikasi orang tua yang kurang baik terhadap mahasiswa merasa tidak nyaman berbagi perasaan dan kesulitan dengan orang tua, sehingga tidak ada dukungan sosial yang efektif.

### **C. Batasan dan Rumusan Masalah**

Untuk memastikan penelitian ini berjalan terarah dan fokus, terdapat batasan yang akan diterapkan agar pembahasan tetap terarah dan tidak berkepanjangan. Dengan adanya batasan ini, penelitian ini diharapkan dapat menghasilkan temuan yang lebih terfokus, mendalam, dan signifikan, serta memberikan kontribusi yang signifikan terhadap pemahaman pengaruh dukungan sosial orang tua dan *academic burnout* pada mahasiswa dalam mengerjakan skripsi. Maka penelitian ini hanya membahas mengenai Pengaruh Dukungan Sosial Orang Tua Terhadap *Academic Burnout* Pada Mahasiswa Dalam Mengerjakan Skripsi. Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat dukungan sosial yang diberikan orang tua terhadap mahasiswa dalam mengerjakan skripsi?
2. Bagaimana tingkat *academic burnout* pada mahasiswa dalam mengerjakan skripsi?
3. Apakah terdapat pengaruh dukungan sosial orang tua terhadap *academic burnout* pada mahasiswa dalam mengerjakan skripsi?

### **D. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah tersebut, maka tujuan penelitian sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui tingkat dukungan sosial yang diberikan orang tua terhadap mahasiswa dalam mengerjakan skripsi.
2. Untuk mengetahui tingkat *academic burnout* pada mahasiswa dalam mengerjakan skripsi.
3. Untuk mengetahui pengaruh terhadap *academic burnout* dengan dukungan sosial orang tua pada mahasiswa dalam mengerjakan skripsi.

## E. Manfaat Penelitian

### 1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dalam tentang dukungan sosial dan *academic burnout*, terutama dalam konteks mahasiswa. Hasil penelitian dapat memperkaya teori-teori yang ada mengenai hubungan antara dukungan sosial orang tua dan *academic burnout*.

### 2. Manfaat praktis

#### a. Bagi penulis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sarana yang bermanfaat dalam mengimplementasikan dan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan teori pengetahuan penulis tentang pentingnya dukungan sosial orang tua dalam mengurangi *academic burnout* pada mahasiswa dalam mengerjakan skripsi.

#### b. Bagi mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan cara mengelola *academic burnout* mahasiswa dengan praktis. Dengan mengetahui bahwa dukungan sosial dari orang tua dapat membantu, mahasiswa dapat lebih terbuka dalam berkomunikasi dengan orang tua mereka tentang tantangan yang dihadapi selama menyusun skripsi.

#### c. Bagi orang tua

Melalui penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan untuk meningkatkan kesadaran orang tua tentang pentingnya dukungan sosial dalam membantu anak mengatasi tekanan akademik.

#### d. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat digunakan untuk merancang program intervensi yang membantu mahasiswa dalam mengurangi *academic burnout*.

## F. Penelitian Terdahulu yang Relevan

1. Penelitian yang dilakukan oleh Wardani, TA, Prasetyo, WH, & Gunarsi, S. (2023), dengan judul Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kecemasan dalam Penyelesaian Studi pada Mahasiswa Tingkat Akhir.<sup>23</sup> Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap kecemasan dalam penyelesaian studi pada siswa tingkat akhir. Metode penelitian menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan desain korelasional. Teknik pengumpulan data menggunakan

---

<sup>23</sup> Wardani, TA, Prasetyo, WH, & Gunarsi, S. (2023). Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kecemasan dalam Penyelesaian Studi pada Mahasiswa Tingkat Akhir. *JIIP-Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 6 (6), h.4358.

kuesioner online yang diumumkan kepada 238 mahasiswa FKIP UMS. Data kemudian di analisis menggunakan *software SPSS 26 for windows*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang negatif dan signifikan antara dukungan sosial kecemasan siswa dalam penyelesaian belajar. Dengan demikian, dapat diartikan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diperoleh maka semakin rendahnya tingkat kecemasan siswa. Sebaliknya, semakin rendahnya dukungan sosial yang diperoleh maka akan semakin tinggi tingkat kecemasan siswa dalam penyelesaian studi. Penelitian ini merekomendasikan adanya bentuk dukungan sosial yang diberikan kepada siswa tingkat akhir yang dilakukan oleh orang tua, teman atau sahabat, dan dosen. Perbedaan penelitian terletak pada variabel penelitian, penelitian Perbedaan penelitian terletak pada variabel penelitian, penelitian terdahulu mengukur dukungan sosial tetapi tidak dikhususkan untuk dukungan sosial orang tua. Selain itu terletak juga pada tujuan penelitian. Dan terdapat perbedaan pada metode penelitian yang digunakan, penelitian terdahulu menggunakan metode penelitian korelasional, sedangkan penelitian ini menggunakan penelitian kausal komparatif atau sering disebut juga '*ex post facto*'. Persamaan penelitian terletak pada sampel penelitian, yaitu menggunakan mahasiswa akhir sebagai subjek penelitian.

2. Penelitian kedua dilakukan oleh Yudhantara, T. (2016) dengan judul Pengaruh dukungan sosial orang tua terhadap *self efficacy* menyusun skripsi pada mahasiswa di universitas negeri Jakarta.<sup>24</sup> Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial orang tua terhadap *kemampuan diri* menyusun skripsi mahasiswa. Pengambilan data penelitian ini berlangsung di Universitas Negeri Jakarta pada 21 Desember sampai 7 Januari 2016. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Sampel berjumlah 119 orang di UNJ. Pengumpulan data menggunakan alat ukur *efikasi diri* menyusun skripsi berdasarkan dimensi Bandura : *Magnitude, Generality dan Strength*. Alat ukur dukungan sosial berdasarkan dimensi menurut Curtona dan Russel : *aliansi yang dapat diandalkan, kepastian nilai, bimbingan, keterikatan, integrasi sosial, dan peluang pengasuhan*. Metode penelitian yang digunakan untuk menguji hipotesis adalah Analisis Regresi sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hipotesis nol  $H_0$  ditolak dan hipotesis alternatif  $H_a$  Diterima, berarti terdapat

---

<sup>24</sup> Yudhantara, T. (2016). *Pengaruh dukungan sosial orang tua terhadap selfefficacy menyusun skripsi pada mahasiswa di universitas negeri jakarta* (disertasi doktor universitas negeri jakarta).

pengaruh yang signifikan dukungan sosial orang tua terhadap *self efficacy* menyusun skripsi pada pelajar. Persamaan regresi adalah  $self\ efficacy = 33,309 + 0,515$ . Dukungan sosial orang tua Taraf signifikansi  $p = 0,000 < 0,05$  dan nilai  $F = 103.558$ . Besarnya pengaruh (*R Square*) Dukungan sosial orang tua adalah 0,47 (47%). Dapat diinterpretasikan terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial orang tua terhadap *self efficacy* menyusun skripsi pada mahasiswa di Universitas Negeri Jakarta. Persamaan, penelitian ini memiliki persamaan pada variabel penelitian, yaitu pada variabel X dukungan orang tua. Selain itu, sasarannya juga diberikan kepada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, serta persamaannya terletak pada metode analisis data yang digunakan. Adapun perbedaan terletak pada variabel Y pada penelitian terdahulu variabel Y menggunakan *self efficacy* sedangkan pada penelitian yang dilakukan peneliti tentang *academic bournot*. Perbedaan berikutnya terletak juga pada tujuan penelitian.

3. Penelitian ketiga, dilakukan oleh Elik, HK., et al. (2024) dengan judul Dukungan sosial orang tua, kekerasan dan stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir.<sup>25</sup> Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial orang tua dan *hardiness* dengan stres akademik pada siswa tingkat akhir. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif korelasional. Sampel penelitian, yaitu siswa aktif tingkat akhir berjenis kelamin perempuan dan laki-laki, sedang mengerjakan skripsi / tugas akhir. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 200 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel penelitian menggunakan *accidental sampling*. Instrumen penelitian digunakan untuk mengukur ke-3 variabel, yaitu skala stres akademik, skala *tahan banting* dan skala dukungan sosial orang tua. Metode analisis data penelitian menggunakan analisis *product moment* dan regresi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa, (1) ada hubungan negatif antara *hardiness* dengan stres akademik dengan  $r_{xy} = -0.714$ , ( $p < 0.000$ ); (2) ada hubungan negatif antara dukungan sosial orang tua dengan stres akademik dengan nilai  $r_{xy} = -0,712$  ( $p < 0,000$ ); (3) ada hubungan secara simultan antara dukungan sosial orang tua dan *hardiness* dengan stres akademik dengan nilai  $r = 0,761$ ,  $F = 135,72$  ( $p < 0,000$ ). Sumbangan efektif dukungan sosial keluarga dan *hardiness* terhadap stres akademik sebesar 57,9%. Persamaan penelitian terletak pada variabel dukungan sosial orang tua, serta terdapat persamaan pada

---

<sup>25</sup> Elik, HK., et al. (2024). Dukungan sosial orang tua, kekerasan dan stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir. *Jurnal pendidikan dharmas (de\_journal)*, 5 (1), h.304.

analisis data yang digunakan yaitu regresi. Perbedaan terletak pada variabel kekerasan dan stress akademik, serta terdapat perbedaan berikutnya terletak pada metode penelitian yang digunakan penelitian terdahulu adalah kuantitatif korelasional, sedangkan pada penelitian ini menggunakan penelitian kausal komparatif atau sering disebut juga 'ex post facto'.

4. Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Yuliastri, D., Gismin, SS, & Musawwir, M. (2023) dengan judul Gambaran Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Penyelesaian Skripsi pada Mahasiswa di Universitas Bosowa<sup>26</sup>. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran dukungan sosial teman sebagai terhadap penyelesaian skripsi di Universitas Bosowa Makassar. Sampel dalam penelitian berjumlah 310 mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Universitas Bosowa Makassar. Metode dalam penelitian ini yaitu menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif. Instrumen yang digunakan untuk pengumpulan data yaitu menggunakan skala dukungan sosial. Nilai validitas terendah berdasarkan t- value sebesar 2.95 dan nilai tertinggi berdasarkan t-value sebesar 19.88. Nilai reliabilitas pada penelitian ini sebesar 0.935 atau  $0.935 > 0.60$ . Data pada penelitian ini dianalisis menggunakan teknik analisis deskriptif. Berdasarkan Hasil analisis dukungan sosial menunjukkan bahwa terdapat 49 mahasiswa dengan persentase (15.81%) memiliki tingkat dukungan sosial teman sebaya kategori tinggi. 201 mahasiswa dengan persentase sebesar (64.84%) memiliki tingkat dukungan sosial teman sebaya kategori sedang dan 60 mahasiswa dengan persentase (19.35%) memiliki tingkat dukungan sosial rendah. Perbedaan penelitian, terletak pada variabel penelitian, tujuan serta tempat penelitian. Persamaan penelitian yaitu terletak pada sampel penelitian yang menggunakan mahasiswa akhir dalam pengerjaan skripsi.
5. Penelitian berikutnya dilakukan oleh Daawi, MM, & Nisa, WI (2021) yang berjudul Pengaruh dukungan sosial terhadap tingkat stres dalam penyusunan tugas akhir skripsi.<sup>27</sup> Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap tingkat stres dalam penyusunan tugas akhir skripsi. Jumlah subjek penelitian ini

---

<sup>26</sup> Yuliastri, D., Gismin, SS, & Musawwir, M. (2023). Gambaran Dukungan Sosial Teman Sebaya terhadap Penyelesaian Skripsi pada Mahasiswa di Universitas Bosowa. *Jurnal Psikologi Karakter*, 3 (1), h.65.

<sup>27</sup> Daawi, MM, & Nisa, WI (2021). Pengaruh dukungan sosial terhadap tingkat stres dalam penyusunan tugas akhir skripsi. *Psikodinamika: Jurnal Literasi Psikologi*, 1 (1), h.67.

sebanyak 40 subjek mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Pengambilan data menggunakan skala dan wawancara. Skala dukungan sosial dengan reliabilitas ( $\alpha$ ) = 0,90 dan skala Stres dengan besaran reliabilitas ( $\alpha$ ) = 0,89. Hasil analisis menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh dukungan sosial terhadap tingkat stres dalam penyusunan skripsi ( $B=0,19$ ;  $p>0,05$ ). Hasil wawancara menunjukkan bahwa dukungan sosial dianggap tidak berpengaruh terhadap stres yang dialami mahasiswa dalam mengerjakan skripsi, dikarenakan dukungan sosial yang didapatkan tidak sesuai dengan kebutuhan. Sehingga bagi individu yang akan memberikan bantuan perlu menentukan kebutuhan dan jenis dukungan sosial yang dibutuhkan. Perbedaan penelitian terletak pada variabel penelitian, dalam penelitian terdahulu menggunakan dukungan sosial tetapi tidak dikhususkan kepada dukungan sosial orang tua, terletak juga pada tujuan penelitian dan skala pengukuran. Persamaan terletak pada sampel yaitu mengambil sampel mahasiswa akhir, serta terdapat persamaan pada metode penelitiannya.

## G. Definisi Operasional

### 1. Dukungan sosial orang tua

Dukungan sosial merupakan sumberdaya yang didapatkan dari interaksi dengan orang lain yang berupa tindakan, perkataan, atau kehadiran orang lain yang membuat seseorang merasa didukung, dicintai dan dihargai. Adapun aspek pengukuran dukungan sosial orang tua yaitu: 1. Dukungan emosional atau penghargaan yaitu berupa perhatian, peduli, empati, kasih sayang, menghargai, perasaan diterima dan penilaian positif. 2. Dukungan nyata atau instrumental ialah bantuan secara langsung berupa tindakan dan bantuan berupa materi. 3. Dukungan informasional ialah membantu memecahkan masalah, memberikan Memberikan nasehat, arahan/solusi, serta bimbingan. 4. Dukungan jaringan sosial yaitu ikut serta dalam aktifitas kelompok dan memberikan kebersamaan dalam kelompok.

### 2. *Academic burnout*

Academic burnout atau kelelahan akademik adalah kondisi seseorang yang mengalami kelelahan fisik, emosional, dan mental akibat tuntutan akademik yang terus menerus. Adapun aspek pengukuran *academic burnout* ialah: 1. kelelahan (fisik dan emosional) 2. Sinisme ialah perasaan sinis terhadap studi, membuat jarak dengan orang sekitar. 3. Ketidakefektifan ialah perasaan tidak yakin terhadap kemampuan diri sendiri, kehilangan semangat belajar.