

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan merupakan harapan orangtua serta masyarakat dalam mencerdaskan kehidupan bangsa. Hal ini sebagaimana disebutkan dalam UUSPN (2003) bahwa pendidikan merupakan usaha sadar dan terencana untuk 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 bagi dirinya, masyarakat, bangsa, dan Negara. Tujuan dari pendidikan nasional adalah mencerdaskan kehidupan bangsa dan mengembangkan manusia Indonesia seutuhnya, yaitu manusia berbudi luhur, memiliki pengetahuan dan keterampilan, kesehatan jasmani dan rohani, kepribadian yang mantap dan mandiri, serta rasa tanggung jawab kemasyarakatan dan kebangsaan. Untuk mencapai tujuan di atas, maka sistem pendidikan harus bersumber dari kebudayaan bangsa Indonesia, yang berdasarkan pada Pancasila dan Undang -Undang Dasar 1945 (Departemen Pendidikan Nasional, 2008).

Salah satu bentuk pendidikan adalah pendidikan tinggi. Undang-Undang Dasar Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional menyatakan bahwa sistem pendidikan tinggi di Indonesia merupakan subsistem dari Sistem Pendidikan Nasional dan sebagai pendidikan pada jenjang yang lebih tinggi. Selanjutnya UU-RI Pendidikan Tinggi (2012) menyatakan bahwa pendidikan perguruan tinggi, yaitu tingkat pendidikan yang tertinggi dalam pendidikan setelah pendidikan menengah, yang mencakup (program diploma, program sarjana, program magister, program doktor, dan program profesi, serta program spesialis) yang diselenggarakan oleh perguruan tinggi swasta (PTS) atau perguruan

tinggi negeri (PTN) berdasarkan kebudayaan bangsa Indonesia, sehingga memiliki peranan penting dalam mengembangkan kualitas sumber daya manusia (SDM), untuk ditumbuhkembangkan dan ditingkatkan ke arah yang lebih baik dan sempurna.

Laporan Badan Pusat Statistik pada tahun 2022 mencatat ada sebanyak 3.107 perguruan tinggi yang tersebar di seluruh Indonesia, di mana jumlah perguruan tinggi ini didominasi oleh perguruan tinggi swasta. Tercatat bahwa 2.982 perguruan tinggi berstatus swasta dan 125 lainnya merupakan perguruan tinggi negeri. Adapun Jawa Barat merupakan provinsi dengan jumlah perguruan tinggi terbanyak dengan 388 perguruan tinggi yang terdiri dari 12 perguruan tinggi negeri (PTN) dan 376 perguruan tinggi swasta (PTS). Sedangkan Jawa Timur berada di urutan kedua dengan total 338 perguruan tinggi yang terdiri dari 17 perguruan tinggi negeri (PTN) 321 perguruan tinggi swasta (PTS). Berdasarkan laporan Badan Pusat Statistik pada tahun 2022, dapat diketahui bahwa Jawa Timur menjadi provinsi dengan jumlah perguruan tinggi negeri (PTN) terbanyak yaitu 17 PTN sedangkan Jawa Timur menjadi provinsi dengan total perguruan tinggi terbanyak kedua setelah Jawa Barat dengan total 338 perguruan tinggi pada tahun 2022 (Annur, 2023). Selanjutnya seseorang yang sedang dalam proses menimba ilmu atau belajar dan terdaftar sedang menjalani pendidikan pada salah satu bentuk perguruan tinggi yang terdiri dari akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut dan universitas disebut sebagai mahasiswa (Hartaji, 2012). Setiap mahasiswa dapat memperoleh gelar Strata 1 (S1) atau sarjana, yaitu dengan menyelesaikan tugas akhir berupa skripsi serta dapat memertanggungjawabkannya sesuai dengan Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 60 Tahun 1999. Mahasiswa yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi dihadapkan pada berbagai tuntutan yang nantinya akan membantu mereka untuk beradaptasi dengan lingkungan kerja yang sesungguhnya. Dalam menjalankan studinya, mahasiswa harus beradaptasi dengan sistem pendidikan, metode belajar, dan

keterampilan sosial yang sangat berbeda dengan tingkat pendidikan sebelumnya (Khoo, Abu-rasain, & Hornby dalam Chai, 2012). Mereka juga diharapkan mampu memenuhi berbagai tuntutan seperti pemenuhan tugas-tugas perkuliahan, menghadapi kompleksitas materi perkuliahan yang semakin sulit dari tahun ke tahun, melakukan penyesuaian sosial di lingkungan kampusnya, dan pemenuhan harapan untuk meraih pencapaian akademik (Heiman & Kariv dalam Alfian, 2014).

Mahasiswa yang tidak mampu untuk mengatasi permasalahan perkuliahan secara efisien, hal itu akan memberikan tekanan sendiri, yang menyebabkan mahasiswa merasa lelah baik secara fisik maupun psikis, atau lebih sering disebut dengan *burnout*. Istilah *burnout* sendiri pertama kali ditemukan oleh Herbert Freudenbeger di mana ia mengatakan bahwa *burnout* merupakan kondisi seseorang ketika mengalami kelelahan fisik, mental dan emosional yang muncul sebagai konsekuensi dan ketidaksesuaian antara kondisi individu dengan pekerjaannya atau lingkungan dan desain pekerjaannya (Gunarsa, 2004). Sejalan dengan hal tersebut, Maslach (dalam Yang, 2004) menjelaskan bahwa faktor utama yang menyebabkan *burnout* adalah beban kerja yang berlebihan, kurangnya kontrol, kurangnya penghargaan, kurangnya komunitas, konflik nilai, dan kurangnya keadilan. Sehingga *burnout* dapat menyebabkan tekanan mental berupa kecemasan, depresi, frustrasi, permusuhan ketakutan, komitmen yang lebih rendah, absensi, pengurangan produktivitas, dan moral rendah (Cordes dkk., dalam Yang, 2004). Selanjutnya Schaufeli dkk (2002) mengatakan bahwa *burnout* tidak hanya dirasakan oleh pekerja saja, namun siswa dan mahasiswa juga dapat mengalami *burnout*. Pernyataan ini didukung dengan hasil penelitian berdasarkan fakta lapangan yang membuktikan bahwa *burnout* juga ditemukan pada mahasiswa (Yang, 2004). Selanjutnya Jimenez-Ortiz dkk (2019) dalam penelitiannya juga menunjukkan bahwa terdapat 52% mahasiswa yang mengalami *burnout* selama kuliah.

Dalam dunia pendidikan, dikenal dengan istilah *academic burnout* sebagai bentuk *burnout* yang dialami siswa atau mahasiswa. Cole dkk. (dalam Fun dkk. 2021) mengatakan bahwa kuliah merupakan situasi yang membuat *stress*. Selain itu, ada beberapa faktor yang dapat menyebabkan mahasiswa mengalami *academic burnout* yang ditandai dengan adanya persepsi negatif terhadap beban belajar, tugas yang berlebihan, kurangnya fasilitas belajar, kesulitan dalam ujian, waktu ujian yang singkat, persyaratan akademik, persaingan dengan teman sebaya, takut gagal, dan ketidakpastian tentang masa depan (Bedewy & Gabriel, dalam Fun dkk., 2021). Mahasiswa yang mengalami *academic burnout* akan melewatkan kelas (ketidakhadiran), tidak mengerjakan tugas dengan baik, dan mendapat hasil ujian yang buruk hingga akhirnya berpotensi untuk dikeluarkan dari perguruan tinggi. Schaufeli, dkk. (2002) mengatakan bahwa *academic burnout* mengacu pada perasaan lelah karena tuntutan studi, memiliki sikap sinis terhadap tugas-tugas perkuliahan, dan perasaan tidak kompeten sebagai mahasiswa. Muna (2013) juga menjelaskan bahwa *academic burnout* akan memberi dampak serius yang menyebabkan mahasiswa mengalami kebosanan untuk melakukan kegiatan pembelajaran, menurun bahkan hilangnya motivasi untuk belajar, malas untuk belajar, dan menurunnya prestasi belajar. *Academic burnout* pada dasarnya mengacu kepada *stress*, perasaan terbebani, dan faktor psikis lain yang muncul ketika mahasiswa berpartisipasi dalam proses pembelajaran sehingga akan menunjukkan kelelahan secara emosional, perasaan depersonalisasi, dan terjadinya penurunan prestasi yang rendah (Yang, 2004).

Widari, Dharsana, & Suranata (2014) menjelaskan gejala *academic burnout* pada mahasiswa berdasarkan aspek-aspek: (1) kelelahan pada pikiran, ditandai dengan kesulitan berkonsentrasi, malas mengerjakan tugas-tugas akademik, dan mudah lupa dengan pelajaran, (2) kelelahan emosional, ditandai dengan perasaan frustrasi, mudah tersinggung, putus asa, mudah marah, tertekan, gelisah, apatis, terbebani oleh pelajaran, bosan, dan

perasaan tidak ingin menolong, (3) tidak mendatangkan hasil, ditandai dengan perasaan pencapaian akademik yang menurun. Dengan demikian, gejala *academic burnout* pada mahasiswa dapat dilihat melalui beberapa area, di antaranya kelelahan (*exhaustion*), depersonalisasi (*cynicism*), dan menurunnya keyakinan akademik (*reduced academic efficacy*).

Selanjutnya Schaufeli dkk. (2002) mengatakan bahwa terdapat 2 faktor yang berpengaruh dalam muncul tidaknya *burnout* yaitu faktor situasional dan faktor individual. Faktor situasional terdiri dari enam bagian yaitu *workload*, *control*, *reward*, *community*, *value* dan *fairness*. Dalam konteks perkuliahan *workload* dapat berupa mengerjakan banyak tugas-tugas perkuliahan seperti menyusun makalah, memahami jurnal, melakukan presentasi, dan mempersiapkan diri untuk ujian dalam waktu yang singkat. *Control* seperti kesulitan dalam mengambil keputusan terkait tugas-tugas perkuliahannya akibat pengaruh teman yang lebih dominan, dosen, ataupun peraturan-peraturan kampus. *Reward* misalnya mahasiswa tidak mendapat apresiasi dari dosen, teman seperkuliahan, ataupun orang tua atas pencapaian akademik yang ia dapatkan. *Community* misalnya mahasiswa tidak memiliki hubungan baik dengan teman-teman sekelas ataupun dosen sehingga mereka merasa kurang nyaman menjalankan perkuliahannya. *Value* dapat berupa ketidaksesuaian nilai-nilai yang mahasiswa anut dengan tuntutan perkuliahan. *Fairness* dapat terlihat ketika mahasiswa merasa diperlakukan secara tidak adil oleh pihak-pihak kampus. Selanjutnya faktor individual terdiri dari tiga bagian yaitu 1) karakteristik demografi; 2) karakteristik kepribadian; dan 3) sikap individu terhadap pekerjaannya

Dampak dari *academic burnout* ini biasanya membuat mahasiswa kehilangan minat dengan hal-hal yang berkaitan dengan akademik, baik saat mengerjakan tugas kuliah atau dalam penelitian, dalam hal ini ialah mengerjakan tugas akhir atau skripsi (Huang, 2014). Disamping itu, *academic burnout* yang dirasakan mahasiswa akan memberikan dampak negatif, seperti kelelahan, depersonalisasi, dan prestasi rendah yang

berujung pada penurunan efektivitas kerja (Dyrbye dkk., 2005). Khusumawati & Christiana (2014) menambahkan bahwa ketika mahasiswa mengalami *academic burnout* maka mahasiswa tersebut akan mengalami simptom, seperti merasakan lelah di bagian indera, berkurangnya rasa semangat untuk mengikuti pembelajaran, bosan, kurang motivasi dan perhatian dalam mengikuti pembelajaran, hilangnya minat, dan tidak adanya manifestasi hasil dari pembelajaran yang diikuti.

Sama halnya dengan mahasiswa pada umumnya, fenomena *academic burnout* juga banyak terjadi pada mahasiswa tingkat akhir, yang hal tersebut dapat memberikan dampak pada kesuksesan mereka dalam meraih prestasi akademik. Arlinkasari & Akmal (2017) mengatakan bahwa kondisi *academic burnout* yang dialami mahasiswa tentu memberi banyak dampak buruk dalam upaya mahasiswa menyelesaikan tugas akhirnya. Mahasiswa akan merasa tidak mampu menyelesaikan permasalahan perkuliahannya secara efektif dan efisien sebab mereka selalu merasakan perasaan lelah terus menerus karena tuntutan studi yang tidak kunjung selesai, perasaan tidak kompeten sebagai seorang mahasiswa, di mana situasi ini kemudian membuat mereka meragukan kemampuan mereka sendiri ketika mengerjakan tugas akhir.

Proses mengerjakan tugas akhir atau lebih dikenal dengan proses penyusunan skripsi membutuhkan waktu cukup lama dan terdapat beberapa tahapan yang harus dilalui seperti, menentukan tema yang tepat sesuai dengan kemampuan, tema tersebut kemudian diajukan pada tim verifikasi sesuai bidang yang diambil untuk mendapat dosen pembimbing skripsi, selanjutnya proses menyusun proposal, dan seterusnya. Namun proses penyusunan skripsi seperti ini tidak selalu mulus. Banyak mahasiswa semester akhir yang harus melalui lika-liku terjal selama proses mengerjakan skripsi. Kesulitan-kesulitan yang dihadapi mahasiswa dalam menyusun skripsi dapat mengakibatkan gangguan psikologis pada mahasiswa. Sebagaimana yang dikatakan oleh Hidayat (2008) bahwa

kesulitan-kesulitan dalam menyusun skripsi bagi mahasiswa sering menjadi beban yang berat yang memberi dampak negatif bagi mahasiswa tersebut dan dapat menyebabkan gangguan kecemasan. Sedangkan skripsi sendiri merupakan salah satu kewajiban yang harus diselesaikan seorang mahasiswa Strata Satu (S1) sebagai syarat yang harus dikerjakan sebelum memperoleh gelar kesarjanaan. Sebagai sebuah kewajiban akhir, banyak mahasiswa yang menganggap penyusunan skripsi amatlah penting, sehingga menjadi momok yang menakutkan bagi sebagian mahasiswa, yang tak jarang menguras emosi mahasiswa yang akhirnya menimbulkan gejala *stress* dan kecemasan dalam diri mahasiswa (Kinansih, 2011).

Selama proses penyusunan skripsi tidak sedikit mahasiswa yang mengalami kesulitan-kesulitan baik secara internal maupun eksternal. Menurut Polina dan Siang (2009), dari segi internal meliputi kurangnya motivasi atau minat dalam diri mahasiswa dan kemampuan akademik yang rendah serta, sementara itu dari segi eksternal seperti susahnya mencari buku sesuai tema, kesulitan menemui dosen pembimbing, subjek penelitian yang susah ditemui, judul yang belum disetujui, persyaratan yang kurang lengkap, situasi lingkungan kampus, kelompok pertemanan, atau bahkan situasi domestik rumah yang kurang mendukung membuat mahasiswa tersebut mengalami stres. Selanjutnya Pines (dalam Farkhan, 2022) mengatakan bahwa mahasiswa yang menyusun skripsi mengalami kelelahan fisik seperti sakit kepala, asam lambung serta insomnia; kelelahan emosi seperti rasa tertekan, sinis, serta mudah marah; dan kelelahan mental seperti melakukan *self harm*.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Larasati dkk. (2015) pada 89 mahasiswa, diketahui bahwa 33 mahasiswa diantaranya mengalami stres ringan (37,1 persen), 55 mahasiswa mengalami stres sedang (61,8 persen), dan 1 mahasiswa yang mengalami stres tinggi (1,1 persen). Stres ini terjadi pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang dalam proses penyusunan skripsi dengan berbagai gejala yang dirasakan. Stres yang ditimbulkan oleh

mahasiswa mengakibatkan kondisi kesehatan memburuk hingga perasaan ingin mengakhiri hidupnya. Sebagaimana kasus yang terjadi di Samarinda Kalimantan Timur, di mana BH yang merupakan mahasiswa di salah satu Universitas di Samarinda ditemukan meninggal gantung diri di rumah kakak angkatnya. Diketahui BH gantung diri karena depresi setelah kuliah tujuh tahun tak kunjung lulus, hal itu terjadi karena skripsinya sering ditolak oleh dosen (Kartika, 2020). Selain kasus yang terjadi di Samarinda, di Yogyakarta juga ditemukan kasus bunuh diri seorang mahasiswa salah satu perguruan swasta di Yogyakarta yang meninggal akibat bunuh diri. Korban diketahui atas nama FH. Berdasarkan keterangan para saksi yang dikumpulkan, polisi menduga bahwa korban bunuh diri karena depresi akibat dari kesulitan menyelesaikan skripsi dan juga terjadi masalah dalam keluarga (Wawan, 2020). Kasus di atas menunjukkan bahwa terdapat beberapa fenomena mahasiswa tingkat akhir yang mengalami kelelahan baik secara fisik, emosi bahkan secara mental selama proses penyusunan skripsi hingga berujung pada keputusan untuk bunuh diri.

Beragam faktor baik internal maupun eksternal menjadi penyebab *academic burnout*, salah satunya ialah *community* yang merupakan salah satu dari enam bagian faktor situasional menurut Schaufeli dkk. (2002). *Community* atau komunitas dalam konteks perkuliahan dapat diartikan sebagai hubungan yang terjalin antara mahasiswa dengan teman perkuliahannya maupun dosen yang dapat menimbulkan rasa nyaman dalam menjalani proses perkuliahan (Arlinkasari dan Akmal, 2017). Namun tidak semua mahasiswa mampu untuk menjalin hubungan pertemanan selama masa perkuliahan yang hal tersebut dapat memberikan dukungan satu sama lain. Sehingga mahasiswa dapat mengalami *burnout* karena kurangnya dukungan sosial dari lingkungan (komunitas) yang hal tersebut dapat menyebabkan kurangnya rasa pencapaian pribadi (Schaufeli, dkk, 2002). Mahasiswa yang mengalami *academic burnout* akan berakibat serius, dimana akibat serius dari masalah tersebut adalah melemahnya motivasi

belajar timbulnya rasa malas yang berat, dan menurunnya prestasi akademik (Hamzah, Sugiharto, & Tadjri, 2017). Sedangkan Yesamine (2000) menyatakan bahwa mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi dituntut untuk memiliki rasa optimis, semangat hidup yang tinggi, mencapai prestasi optimal dan berperan aktif dalam menyelesaikan masalah, baik masalah akademis maupun non-akademis. Hal ini sejalan dengan apa yang dikatakan oleh Grau Dkk. (2005) bahwa individu yang memiliki rasa optimis dapat menurunkan peluang terjadinya *burnout*. Fakta lain yang ditemukan oleh Gustafsson & Skoog (2012) menyatakan bahwa optimisme memainkan peran utama dalam pengembangan muncul tidaknya *burnout*. Selanjutnya Rokhim (2013) mengatakan bahwa sikap optimis sangat diperlukan dalam bidang pendidikan supaya seseorang menjadi ulet dalam menghadapi tantangan yang sedang dihadapi.

Lopez dan Snyder (2009) menjelaskan bahwa optimisme merupakan suatu harapan yang ada pada individu bahwa segala sesuatu akan berjalan menuju kearah kebaikan. Perasaan optimisme membawa individu pada tujuan yang diinginkan yakni percaya pada diri dan kemampuan yang dimiliki. Sikap optimis menjadikan seseorang keluar dengan cepat dari permasalahan yang dihadapi karena adanya pemikiran dan perasaan bahwa dirinya memiliki kemampuan, dan didukung dengan anggapan bahwa setiap orang memiliki keberuntungan sendiri-sendiri. Selanjutnya Belsky (dalam Ghufro dan Risnawita, 2010) berpendapat bahwa optimisme adalah menemukan inspirasi baru. Optimisme membuat individu memiliki energi tinggi, bekerja keras untuk melakukan hal yang penting. Pemikiran optimisme memberi dukungan pada individu menuju hidup yang lebih berhasil dalam setiap aktivitas. Hal itu dikarenakan orang yang optimis akan menggunakan semua potensi yang dimiliki.

Penelitian yang dilakukan Carver (1997) menunjukkan bahwa individu yang memiliki pola pemikiran yang optimis akan mengharapkan hasil yang baik bahkan ketika sedang menghadapi situasi atau kondisi yang

sulit. Individu yang optimis akan cenderung antusias dalam menyelesaikan tugas yang menjadi tanggung jawabnya bahkan ketika hal-hal sulit terjadi pada dirinya. Selanjutnya Roellyana (2016) mengatakan dalam penelitiannya bahwa optimisme adalah keyakinan individu untuk mendapatkan hasil yang baik dan memiliki harapan yang positif saat dihadapkan dengan berbagai kesulitan. Pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi, ketika mereka memiliki keyakinan akan mendapatkan hasil yang baik dan memiliki harapan positif, maka mereka akan cenderung lebih mampu untuk menghadapi kesulitan-kesulitan yang terjadi selama proses pengerjaan skripsi. Dalam proses penyelesaian skripsi, keyakinan untuk mendapatkan hasil yang baik dan selalu berpikiran positif akan membantu terbentuknya sikap menerima masukan-masukan pembimbing dengan respon aktif, tidak mudah putus asa apabila menemukan kesulitan-kesulitan terkait skripsinya, merencanakan pengerjaan skripsi dengan lebih terjadwal, dan berusaha mencari jalan keluar saat menemui hambatan. Hal ini pada akhirnya akan membantu mahasiswa tingkat akhir untuk bangkit kembali dari kesulitan-kesulitan yang ada dalam proses penyelesaian skripsinya. Hal ini sesuai dengan apa yang dikatakan oleh Carver & Scheier (dalam Synder & Lopez 2002) dimana mereka mengungkapkan tentang ciri – ciri dari orang yang memiliki sikap optimis yaitu: 1) percaya diri; 2) berharap sesuatu yang baik akan terjadi (berfikir positif); 3) mempunyai gaya penyelesaian yang fleksibel (berdoa & selalu bersyukur); 4) siap menghadapi tantangan.

Caleb (2007) dalam penelitiannya terhadap 120 menejer restoran di Amerika Serikat bagian Tenggara dengan rentang usia subjek mulai dari 20 hingga 51 tahun dengan judul penelitian "*Optimism, Stress, Life Satifcation, and Job Burnout in Reastauran Managers*" dapat diketahui bahwa terdapat hubungan negatif antara *burnout* dengan optimisme. Berdasarkan hasil penelitian diatas dapat diketahui bahwa optimisme memiliki hubungan negatif terhadap *burnout*, selain itu juga penelitian yang dilakukan oleh

Rothmann (2007) bahwa terdapat hubungan negatif antara optimisme dengan *burnout*.

Berdasarkan latar belakang diatas, mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi rentan mengalami gejala stress dan gangguan kecemasan (Kinansih, 2011). Selain masalah psikologis mahasiswa yang menyusun skripsi juga rentan mengalami kelelahan fisik seperti sakit kepala, asam lambung serta insomnia; kelelahan emosi seperti rasa tertekan, sinis, serta mudah marah; dan kelelahan mental seperti melakukan *self harm* sebagaimana yang dikatakan Pines (dalam Farkhan, 2022). Selanjutnya Mahasiswa yang merasa lelah baik secara fisik maupun psikis, biasa disebut dengan *burnout* (Freudenbeger, dalam Gunarsa, 2004) sedangkan dalam dunia pendidikan dikenal dengan istilah *academic burnout* Schaufeli dkk (2002). Salah satu faktor yang menyebabkan seseorang mengalami *academic burnout* adalah kurangnya dukungan sosial yang ia terima selama proses menyusun skripsi. Mahasiswa semester akhir yang sedang menyusun skripsi membutuhkan dukungan sosial dari orang-orang terdekat (orang tua, saudara, sahabat, dosen, dll). Mahasiswa yang mengalami *academic burnout* akan berakibat serius, dimana akibat serius dari masalah tersebut adalah melemahnya motivasi belajar timbulnya rasa malas yang berat, dan menurunnya prestasi akademik (Hamzah, Sugiharto, & Tadjri, 2017). Penelitian ini penting untuk diketahui melihat dampak dari *academic burnout* yang akan diterima oleh mahasiswa tingkat akhir yang tengah menyusun skripsi baik secara psikologis, emosional dan secara fisik. Melihat hal tersebut peneliti merasa penting untuk mengetahui pengaruh dari optimisme mahasiswa semester akhir terhadap tingkat *academic burnout* mahasiswa semester akhir. Maka berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh *Optimisme* Terhadap *Academic Burnout* pada Mahasiswa Semester Akhir yang Sedang Menempuh Skripsi”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah disusun, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Bagaimana pengaruh optimisme terhadap *academic burnout* pada mahasiswa semester akhir yang sedang menempuh skripsi?”.

1.3 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh optimisme terhadap *academic burnout* pada mahasiswa semester akhir yang sedang menempuh skripsi.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu menjadi ilmu pengetahuan dalam bidang kajian psikologi khususnya pada kajian psikologi mental dan pendidikan terutama dalam memberikan informasi mengenai *academic burnout* yang dialami mahasiswa tingkat akhir dalam menyusun skripsi.

1.4.2 Manfaat Praktis

Selain memberikan manfaat teoritis, diharapkan penelitian ini juga dapat memberikan manfaat praktis bagi sekolah serta penelitian berikutnya:

1. Bagi subjek penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai situasi-situasi yang akan dihadapi oleh mahasiswa yang sedang menjalankan tugas akhir bahwa sebagian mereka akan mengalami situasi *academic burnout* sehingga mereka harus mampu mengukur kemampuan diri mereka sendiri dan mengetahui bagaimana coping stress yang bisa mereka lakukan untuk menghindarkan diri dari situasi tersebut.

2. Bagi Orang Tua

Orang tua sebagai orang terdekat diharapkan dapat memberikan dukungan kepada mahasiswa yang tengah menyusun skripsi. Hal itu memungkinkan mahasiswa untuk bisa lebih semangat dalam mengerjakan skripsi terlepas dari berbagai hambatan-hambatan yang dialami selama proses penyusunan karena mendapat dukungan dari orang tuanya.

3. Bagi Perguruan Tinggi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan penjelasan tentang bagaimana pengaruh dari *academic burnout* yang dialami oleh mahasiswa khususnya mahasiswa semester akhir yang sedang menempuh skripsi, mulai dari kesulitan mencari jurnal yang tepat, kesulitan berhadapan dengan dosen pembimbing dan beragam kesulitan lainnya. Sehingga kampus bisa memberikan kebijakan-kebijakan terbaik guna mengatasi dan mencegah situasi tersebut.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi penelitian selanjutnya hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi apabila ingin melakukan penelitian dengan variabel yang sama, yaitu *academic burnout* dan optimisme atau fenomena yang sama, dan dapat dijadikan sebagai bahan perbandingan dalam melakukan penelitian dimasa yang akan datang.