

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Perguruan tinggi merupakan tahap penting dalam perkembangan pribadi yang disertai dengan meningkatnya tuntutan untuk memperoleh pengetahuan dan keterampilan. Selain tuntutan akademik, mahasiswa juga menghadapi berbagai tantangan lain, seperti tekanan dari teman sebaya, kompetisi, keterbatasan kondisi sosial ekonomi, serta jarak dari rumah dan keluarga yang dapat menjadi faktor pemicu stres bagi mahasiswa (Liu et al., 2023). Dalam menghadapi berbagai tuntutan tersebut, aktivitas mahasiswa tidak hanya terbatas pada tanggung jawab akademik di kampus. Mahasiswa juga sering kali memiliki kesibukan di luar kegiatan perkuliahan, seperti bekerja atau berwirausaha (Andini et al., 2024).

Mahasiswa yang bekerja selama masa studi umumnya didorong oleh berbagai faktor, salah satunya adalah kebutuhan untuk membayar biaya pendidikan yang tinggi serta memenuhi kebutuhan hidup sehari-hari (Drăghici & Cazan., 2022). Meningkatnya tuntutan kebutuhan hidup mendorong mahasiswa untuk mencari cara agar dapat memenuhi biaya pendidikan sekaligus kebutuhan sehari-hari. Salah satu solusi yang ditempuh oleh sebagian mahasiswa adalah dengan bekerja (Orpina & Prahara, 2019).

Masalah utama yang muncul pada mahasiswa yang kuliah sambil bekerja adalah meningkatnya kesulitan dalam mengelola tuntutan yang saling bersaing di antara akademik dan pekerjaan (Putra & Anggara, 2025). Mahasiswa diharuskan memenuhi tenggat waktu akademik, mempertahankan konsentrasi selama kuliah, dan mencapai kinerja akademik yang memuaskan, sambil secara bersamaan menjalankan jadwal kerja, target kinerja, dan harapan ekonomi. Kondisi tersebut membuat mahasiswa kesulitan dalam mengatur atau membagi waktu antara bekerja dan kuliah, sehingga aktivitas mahasiswa bertambah dan cenderung mengabaikan tugasnya sebagai seorang mahasiswa untuk belajar serta mengerjakan tugas-tugas yang diberikan oleh dosen (Orpina & Prahara, 2019). Sejalan dengan Kastaman & Coraila (dalam Weny, Noviekayati, &

Pratitis, 2024) menjelaskan bahwa mahasiswa yang bekerja mengalami penurunan konsentrasi, kecemasan saat mengerjakan tugas kuliah dan pekerjaan, penurunan motivasi, ketidakmampuan dalam menyelesaikan konflik antara belajar dan bekerja, kurang peduli terhadap belajar dan meninggalkan perkuliahan atau pekerjaan.

Aktivitas kuliah sambil bekerja menuntut mahasiswa untuk dapat menyeimbangkan antara aktivitas dalam bekerja dan kuliah yang dijalankan secara bersamaan. Hal itu membuat mahasiswa menghadapi beban aktivitas yang padat, sehingga dapat menjadi beban tersendiri dalam menjalani kuliah sambil bekerja. Akibatnya, tuntutan yang berasal dari pekerjaan maupun perkuliahan berpotensi menimbulkan *academic burnout* (Andini et al., 2024). Sejalan dengan hal tersebut, penelitian Drăghici dan Cazan (2022) menunjukkan bahwa mahasiswa yang bekerja memiliki tingkat *academic burnout* yang lebih tinggi dibandingkan dengan kelelahan yang berkaitan dengan pekerjaan, dan perbedaan tersebut tetap terlihat terlepas dari jenis jadwal kerja *part-time* atau *full-time*.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa *academic burnout* merupakan fenomena yang cukup tinggi pada mahasiswa yang bekerja. Pada penelitian yang dilakukan oleh Zahra et al. (2024) menunjukkan bahwa *burnout* pada mahasiswa yang bekerja paruh waktu di Kota Banda Aceh dikategorisasikan tinggi yaitu sebanyak 91,3%. Temuan serupa juga ditemukan dalam penelitian Arisandy dan Merinda (2023) yang menunjukkan bahwa tingkat *academic burnout* pada mahasiswa yang bekerja berada pada kategori tinggi sebesar 57% dari total responden ($n = 100$). Temuan dari berbagai penelitian tersebut menunjukkan bahwa *academic burnout* merupakan permasalahan yang cukup signifikan di kalangan mahasiswa yang bekerja selama masa studi.

Berdasarkan hasil wawancara terhadap lima mahasiswa yang bekerja sambil kuliah, ditemukan bahwa sebagian besar responden memilih bekerja karena alasan ekonomi, seperti membantu memenuhi kebutuhan pribadi maupun keluarga, memperoleh tambahan penghasilan, serta mendapatkan pengalaman kerja sebelum lulus. Seluruh responden mengaku harus membagi waktu antara pekerjaan dan tanggung jawab akademik, terutama dalam menyelesaikan tugas

dan skripsi. Tantangan yang paling sering muncul adalah keterbatasan waktu, berkurangnya waktu istirahat, serta kesulitan menyeimbangkan tuntutan pekerjaan dan perkuliahan. Selain itu, beberapa responden mengungkapkan bahwa jadwal kuliah, bimbingan skripsi, atau tugas akademik sering kali berbenturan dengan jadwal kerja sehingga menimbulkan tekanan dan kelelahan.

Hasil wawancara juga menunjukkan adanya indikasi *academic burnout* pada mahasiswa yang bekerja. Sebagian besar responden mengaku sering mengalami kelelahan fisik dan emosional akibat harus menjalankan dua peran sekaligus. Kelelahan tersebut ditandai dengan berkurangnya energi untuk mengerjakan tugas kuliah, sulit berkonsentrasi saat belajar, menurunnya fokus dalam mengikuti perkuliahan, hingga munculnya perasaan kewalahan ketika menghadapi tuntutan akademik dan pekerjaan secara bersamaan. Beberapa responden bahkan mengungkapkan bahwa mereka hanya berusaha menyelesaikan tugas agar memenuhi kewajiban tanpa terlalu memikirkan kualitas hasilnya. Kondisi ini menunjukkan adanya gejala *exhaustion* yang merupakan salah satu dimensi utama *academic burnout*.

Selain kelelahan, beberapa responden juga menunjukkan sikap kurang terlibat terhadap aktivitas akademik, seperti lebih memprioritaskan pekerjaan ketika terjadi benturan jadwal, menunda pengerjaan tugas, atau menjalani perkuliahan sekadar untuk memenuhi kewajiban. Meskipun demikian, seluruh responden tetap memiliki motivasi untuk menyelesaikan pendidikan dan tidak pernah mempertimbangkan untuk berhenti kuliah. Di sisi lain, sebagian responden merasa kemampuan akademiknya mengalami penurunan sejak bekerja, seperti berkurangnya daya ingat terhadap materi perkuliahan, menurunnya kemampuan memproses informasi, berkurangnya fokus belajar, hingga penurunan indeks prestasi akademik pada periode tertentu. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa aktivitas bekerja sambil kuliah berpotensi memengaruhi kondisi akademik mahasiswa dan dapat mengarah pada munculnya *academic burnout*. Oleh karena itu, penelitian mengenai *academic burnout* pada mahasiswa yang bekerja menjadi penting untuk dilakukan guna memahami kondisi yang dialami mahasiswa serta faktor-faktor yang berhubungan dengan munculnya burnout akademik.

Academic burnout adalah perasaan kelelahan akibat tuntutan studi, memiliki sikap sinis dan menjauh terhadap studinya, serta merasa tidak kompeten sebagai mahasiswa (Schaufeli et al., 2002). *Academic burnout* terdiri dari tiga dimensi utama, yaitu kelelahan, sinisme, dan efikasi profesional (Schaufeli et al., 2002). Dalam konteks mahasiswa yang bekerja, individu menghadapi tekanan atau tuntutan emosional yang dapat timbul dari berbagai aspek pekerjaan, seperti beban kerja yang tinggi, interaksi sosial yang intens, atau tuntutan yang melebihi kemampuan individu (Andreas, Firmansyah, & Pradana., 2025).

Academic burnout berdampak negatif terhadap pencapaian akademik. Gejala kelelahan seperti kelelahan, sinisme, dan penurunan efikasi masing-masing berkontribusi pada hasil akademik yang lebih buruk (Madigan et al., 2020). *Academic burnout* dapat menyebabkan individu yang mengalaminya merasakan kejenuhan secara mental maupun fisik akibat tuntutan akademik yang berlebihan dan berlangsung secara terus-menerus. Kondisi tersebut dapat memicu munculnya stres pada mahasiswa dan berdampak pada kesehatan mental serta mengganggu aktivitas perkuliahan yang dijalani (Andini et al., 2024).

Dampak-dampak tersebut tidak terlepas dari berbagai faktor yang berkontribusi terhadap terjadinya *academic burnout* pada mahasiswa. Menurut Wardhana et al. (2025) *academic burnout* dipengaruhi oleh beberapa faktor baik internal maupun eksternal. Faktor internalnya yaitu meliputi: *academic self-efficacy*, motivasi akademik, dan kepribadian. Faktor eksternalnya yaitu: dukungan sosial, iklim kampus, aktivitas fisik, stres akademik, status kesehatan, kebiasaan hidup, faktor demografis, kelelahan emosional, stres, dan prestasi akademik. Sejalan dengan pendapat tersebut, *academic burnout* berkaitan dengan berbagai variabel, salah satunya adalah karakteristik kepribadian (Jacobs & Dodd, dalam Rostami et al., 2012). Di antara berbagai faktor tersebut, penelitian ini memilih kepribadian sebagai fokus kajian karena kepribadian merupakan karakteristik yang relatif stabil dan berperan dalam memengaruhi cara individu berpikir, merasakan, serta berperilaku ketika menghadapi berbagai tuntutan akademik. Perbedaan karakteristik kepribadian membuat

setiap mahasiswa memiliki cara yang berbeda dalam mengelola stres, beradaptasi dengan tekanan, dan menggunakan strategi koping, sehingga berpotensi memengaruhi tingkat *academic burnout* yang dialami.

Seorang individu memiliki karakteristik khas yang dapat membedakan individu satu dengan individu lainnya, yaitu kepribadian (Nurfaidah & Kusdiyati, 2024). Kepribadian mencakup semua sifat atau karakteristik yang relatif permanen yang memberikan konsistensi tertentu pada perilaku seseorang. Sifat-sifat berkontribusi pada perbedaan individu dalam perilaku, konsistensi perilaku dari waktu ke waktu, dan stabilitas perilaku di berbagai situasi. Sifat-sifat dapat bersifat unik, umum pada beberapa kelompok, atau dimiliki oleh seluruh spesies, tetapi polanya berbeda untuk setiap individu. Oleh karena itu, setiap orang, meskipun mirip dengan orang lain dalam beberapa hal, memiliki kepribadian yang unik. Karakteristik adalah kualitas unik dari seorang individu yang mencakup atribut seperti temperamen, fisik, dan kecerdasan (Feist et al., 2017).

Kepribadian individu dapat dijelaskan melalui model *big five personality*, yang terdiri dari lima dimensi utama yaitu *openness to experience*, *conscientiousness*, *extraversion*, *agreeableness*, dan *neuroticism*. *Openness to Experience* menggambarkan tingkat imajinasi, rasa ingin tahu, kreativitas, serta ketertarikan individu terhadap pengalaman baru. *Conscientiousness* berkaitan dengan tingkat kedisiplinan, tanggung jawab, keteraturan, serta orientasi individu terhadap pencapaian tujuan. *Extraversion* berkaitan dengan tingkat keterbukaan individu dalam berinteraksi sosial serta kecenderungan untuk mencari stimulasi dari lingkungan sosial. *Agreeableness* menggambarkan kecenderungan individu untuk bersikap kooperatif, ramah, dan penuh empati terhadap orang lain. *Neuroticism* menggambarkan kecenderungan individu untuk mengalami emosi negatif seperti kecemasan, ketegangan, dan ketidakstabilan emosional (Goldberg, dalam Feist, 2017).

Penelitian menunjukkan bahwa *big five* secara khusus efektif dalam memprediksi dan menjelaskan dimensi-dimensi spesifik *academic burnout*. Studi terhadap mahasiswa Indonesia menemukan bahwa tipe kepribadian *extraversion*, *conscientiousness*, dan *neuroticisme* memiliki hubungan

signifikan dengan *academic burnout*. Lebih lanjut, penelitian dengan sampel 609 siswa menemukan bahwa di antara *big five*, terdapat prediktor kuat dari efek *burnout*, khususnya *conscientiousness* penting dalam manajemen *academic burnout* (Cuevas-Caravaca et al., 2024). Bukti empiris ini menunjukkan bahwa *big five personality* dapat memberikan wawasan yang lebih mendalam tentang mekanisme spesifik bagaimana kepribadian berkontribusi pada burnout akademik.

Kepribadian memengaruhi *academic burnout* karena perbedaan karakteristik kepribadian berkaitan dengan cara mahasiswa menghadapi stres dan tuntutan akademik. Penelitian menunjukkan bahwa skor pada *conscientiousness* dan *neuroticism* berkaitan langsung dengan tingkat *academic burnout*, sedangkan skor yang lebih tinggi dalam *agreeableness* menyebabkan skor *academic burnout* yang lebih rendah (Cuevas-Caravaca et al., 2024). *Neuroticism* berhubungan secara positif dengan *academic burnout* dan *conscientiousness* berhubungan negatif dengan *academic burnout* (Khanneh et al., 2024). Selanjutnya, *neuroticism* memiliki pengaruh positif terhadap kelelahan emosional. *Extraversion* dan *conscientiousness* memiliki pengaruh negatif terhadap rendahnya efikasi profesional. *Agreeableness* memengaruhi secara negatif kelelahan emosional dan sinisme serta memengaruhi secara positif rendahnya efikasi (Wang et al., 2022).

Meskipun demikian, hasil penelitian mengenai hubungan dimensi *big five personality* dengan *academic burnout* masih menunjukkan variasi temuan. Nurfaidah dan Kusdiyati (2024) menemukan bahwa hanya *extraversion*, *conscientiousness*, dan *neuroticism* yang memiliki hubungan signifikan dengan *academic burnout*, sedangkan *agreeableness* dan *openness to experience* tidak menunjukkan hubungan yang signifikan. Sementara itu, Ramadani et al. (2024) menemukan bahwa mahasiswa dengan karakteristik *openness* lebih sering mengalami *burnout* dibandingkan mahasiswa dengan karakteristik *agreeableness*. Perbedaan hasil tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara dimensi kepribadian dan *academic burnout* masih memerlukan kajian lebih lanjut, terutama pada populasi mahasiswa dengan karakteristik yang berbeda.

Penelitian-penelitian terdahulu mengenai pengaruh *big five personality* terhadap *academic burnout* (Cuevas-Caravaca et al., 2024; Kanneh et al., 2024; Wang et al., 2022; Nurfaidah & Kusdiyati, 2024; Ramadani et al., 2024) dilakukan pada mahasiswa dengan populasi umum dan kesehatan, sehingga bagaimana *big five personality* berperan dalam memengaruhi *academic burnout* pada mahasiswa dengan peran ganda belum banyak dikaji, meskipun status bekerja sendiri telah teridentifikasi sebagai salah satu faktor yang meningkatkan risiko *academic burnout* (Orpina & Prahara; dalam Wahyuni et al., 2023). Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh *big five personality* terhadap *academic burnout* pada mahasiswa yang bekerja.

Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan penelitian yang perlu diisi karena mahasiswa yang bekerja merupakan kelompok yang memiliki tuntutan berbeda dibandingkan mahasiswa pada umumnya. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh *big five personality* terhadap *academic burnout* pada mahasiswa yang bekerja. Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *big five personality* terhadap *academic burnout* pada mahasiswa yang bekerja.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, dapat diidentifikasi beberapa masalah, yaitu sebagai berikut:

1. Bertambahnya beban peran yang harus dijalani oleh mahasiswa yang kuliah sambil bekerja karena didorong oleh kebutuhan finansial dan tuntutan hidup.
2. Tingkat *academic burnout* pada mahasiswa yang bekerja dikategori tinggi, akibat akumulasi tuntutan akademik dan pekerjaan yang tidak seimbang.
3. Penelitian yang secara spesifik meneliti hubungan *big five personality* dengan *academic burnout* pada mahasiswa yang bekerja masih terbatas.

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah, penelitian ini membatasi permasalahan pada pengaruh *big five personality* terhadap *academic burnout* pada mahasiswa yang bekerja.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti merumuskan permasalahan penelitian sebagai berikut:

1. Apakah terdapat pengaruh *extraversion* terhadap *academic burnout* pada mahasiswa yang bekerja?
2. Apakah terdapat pengaruh *agreeableness* terhadap *academic burnout* pada mahasiswa yang bekerja?
3. Apakah terdapat pengaruh *conscientiousness* terhadap *academic burnout* pada mahasiswa yang bekerja?
4. Apakah terdapat pengaruh *negative emotionality* terhadap *academic burnout* pada mahasiswa yang bekerja?
5. Apakah terdapat pengaruh *open-mindedness* terhadap *academic burnout* pada mahasiswa yang bekerja?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah dan latar belakang diatas maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana pengaruh *big five personality* terhadap *academic burnout* pada mahasiswa yang bekerja.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat pada bidang psikologi khususnya pada ilmu psikologi klinis. Terutama bagi para peneliti yang ingin meneliti mengenai *big five personality* dan juga *academic burnout* pada mahasiswa yang bekerja.

1.6.2 Manfaat Praktis

1.6.2.1 Bagi Mahasiswa

Dengan diadakannya penelitian ini, peneliti mengharapkan agar mahasiswa dapat lebih memahami mengenai bentuk kepribadian terutama melalui *big five personality* sehingga dapat mengetahui kaitan masing-masing dimensi pada *academic burnout* khususnya pada mahasiswa yang bekerja.

1.6.2.2 Bagi Perguruan Tinggi

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan bagi perguruan tinggi dalam menyusun kebijakan maupun program pendampingan bagi mahasiswa yang bekerja. Hasil penelitian ini juga dapat dimanfaatkan sebagai dasar untuk pelatihan dan keterampilan yang bertujuan membantu mahasiswa menyeimbangkan tuntutan akademik dan pekerjaan sehingga dapat meminimalkan risiko *academic burnout*.

1.6.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Menjadi sebuah referensi baru dan sebagai data tambahan untuk penelitian mendatang terkait kepribadian dengan tingkat *academic burnout* sehingga dapat menghasilkan kajian yang mendukung penemuan-penemuan lainnya.