

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan tinggi berdasarkan undang-undang Republik Indonesia Nomor 12 tahun 2012 merupakan jenjang pendidikan yang ditempuh oleh individu setelah pendidikan menengah atas untuk mengembangkan potensi serta mampu menguasai ilmu pengetahuan dan teknologi untuk kemajuan bangsa dan memberikan manfaat kepada masyarakat. Individu yang menempuh jenjang pendidikan tinggi menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia dapat disebut dengan Mahasiswa. Mahasiswa menempuh pendidikan tinggi dan berperan sebagai anggota masyarakat dengan kemampuan akademis, profesional, serta intelektual (Kosasih, 2016). Kemampuan akademis maupun profesional mahasiswa dapat ditingkatkan melalui proses pembelajaran (Taufiq, 2018).

Proses pembelajaran dalam perguruan tinggi menerapkan kemampuan pembelajaran yang lebih mandiri daripada jenjang sebelumnya (Taufiq, 2018). Pada proses pembelajaran terdapat tuntutan akademik mahasiswa meliputi tugas kuliah, ujian, praktikum, penelitian, hingga pembelajaran mandiri (Telaumbanua et al., 2024). Selain itu, pada kegiatan akademik, mahasiswa dihadapkan pada beban akademik yang tinggi seperti mempelajari serta memahami materi baru, menyelesaikan tugas, mengikuti ujian, dan memenuhi persyaratan nilai di berbagai mata kuliah secara bersamaan dengan berusaha memenuhi harapan (Knoster &

Goodboy, 2020). Proses akademik setiap rumpun ilmu memiliki tingkatan tuntutan yang berbeda-beda.

Salah satu rumpun ilmu dengan tuntutan yang tinggi yaitu rumpun ilmu kesehatan. Kementerian Pendidikan Kebudayaan Riset dan Teknologi Republik Indonesia (2019) menyebutkan bahwa secara umum rumpun ilmu kesehatan terdiri dari jurusan kedokteran, kedokteran gigi, farmasi, gizi, kesehatan masyarakat, kebidanan,, keperawatan dan kesehatan lainnya. Mahasiswa kesehatan khususnya mahasiswa fakultas kedokteran memiliki beban studi dan tuntutan akademik yang tinggi (Rahmawati et al., 2025). Secara global, mahasiswa keperawatan, kebidanan, kedokteran gigi, dan kedokteran menghadapi beban klinis dan akademis yang serupa (McCarthy et al., 2018). Tuntutan akademik yang dijalani oleh mahasiswa rumpun ilmu kesehatan meliputi tugas akademik, kompetensi dan praktek klinis, keterampilan diri, kepadatan ruang kelas, jam teori yang intensif, banyaknya ujian serta tugas, kecemasan tentang nilai yang buruk dan ketika berhadapan dengan pasien (Hernanda, 2023).

Semakin meningkatnya jenjang pendidikan, mahasiswa memiliki tingkatan yang lebih tinggi dalam pembelajaran akademik. Tekanan akademik mahasiswa akhir seperti peningkatan materi, penerapan materi, beban akademik, pengelolaan tugas kuliah, memenuhi tenggat waktu dalam penyelesaian studi, mempersiapkan ujian, dan proses evaluasi akademik (Alam et al., 2025). Sejalan dengan itu, seiring meningkatnya tahun pendidikan, tingkatan akademik seperti materi dan praktek klinik juga memiliki peningkatan (Miranda-Ackerman et al., 2019). Selain

itu, mahasiswa tahun akhir memiliki tugas akhir seperti karya ilmiah yang harus diselesaikan untuk syarat kelulusan studi.

Mahasiswa tahun akhir menghadapi tuntutan akademik yang berbeda dibandingkan tahun sebelumnya seperti menyelesaikan tugas akhir dengan tepat waktu (Tanjung Sari et al., 2024). Tuntutan akademik mahasiswa tahun akhir pada jenjang DIII dan S1 juga memiliki perbedaan sesuai dengan kurikulum setiap jenjang. Pada program DIII, jumlah SKS umumnya lebih sedikit dan didominasi oleh praktikum atau kerja lapangan, dan penyusunan Karya Tulis Ilmiah (KTI), sedangkan pada program S1 kurikulumnya lebih banyak dan mahasiswa semester akhir umumnya lebih berfokus pada penyelesaian skripsi sebagai syarat kelulusan setelah menyelesaikan sebagian besar mata kuliah wajib (Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia, 2014). Berdasarkan kurikulum Poltekkes Padang tahun 2024 menunjukkan bahwa mahasiswa DIII semester 6 menempuh 11 SKS dengan berbagai tuntutan teori, praktik dan karya ilmiah, sedangkan mahasiswa S1 semester 8 menempuh 10 SKS dengan tuntutan praktik dan karya ilmiah. Dengan demikian, mahasiswa akhir menghadapi bentuk tuntutan akademik yang berbeda-beda (Alam et al., 2025).

Meskipun tuntutan tersebut memiliki tujuan, tetapi tidak semua mahasiswa mampu mengelola tekanan akademik yang dijalannya. Beban pembelajaran dan waktu yang terbatas membuat mahasiswa sering merasakan perasaan tertekan (Telaumbanua et al., 2024). Tekanan akademik yang tinggi dan tidak terkelola dengan baik dapat berdampak secara signifikan terhadap kesehatan mental mahasiswa seperti stress akademik (Telaumbanua et al., 2024; Astutik et al., 2020).

Stress akademik mahasiswa yang tidak dikelola dengan baik dapat berhubungan dengan munculnya kelelahan mahasiswa (Gao, 2023).

Kelelahan yang berkaitan dengan akademik dapat disebut dengan istilah *Academic Burnout*. *Academic burnout* merupakan kondisi kelelahan emosional, ketidakpedulian, dan ketidakmampuan untuk menjalankan kegiatan, tuntutan dan tugas akademik (Schaufeli et al., 2002). Kondisi ini menggambarkan kelelahan mental karena adanya tekanan akademik yang tinggi dan dengan jangka waktu yang lama. Mahasiswa yang mengalami *academic burnout* cenderung merasa terbebani oleh tuntutan belajar yang berkelanjutan. *Academic burnout* umumnya dialami mahasiswa ketika mereka dihadapkan pada beban dan tuntutan akademik yang berkepanjangan serta melampaui kapasitas mereka sehingga menyebabkan perasaan tidak berdaya dan putus asa karena ketidakmampuan yang dirasakan (Purnamasari et al., 2024).

Berdasarkan data dari *Global Student Survey* (2025), menunjukkan bahwa 43% mahasiswa pernah mengalami *academic burnout*. Sejalan dengan itu, mahasiswa kesehatan dapat mengalami *academic burnout* akibat tingkat stress yang timbul karena permasalahan keuangan, praktik klinis, dan kegiatan akademik (Ullah et al., 2025). Penelitian yang dilakukan oleh Dwiana dan Alif (2023) menunjukkan bahwa 180 (55.4%) dari 325 responden mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara rentan mengalami *burnout*. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh López-Alegria et al. (2020) menunjukkan bahwa 72% mahasiswa kebidanan tahun ketiga mengalami *academic burnout* dengan tingkatan sedang dan kemudian mengalami peningkatan menjadi 91,8% pada

mahasiswa tahun keempat. Penelitian yang dilakukan oleh Rahayu et al. (2021), menunjukkan bahwa mahasiswa keperawatan tingkat akhir STIKes Wira Medika Bali rentan mengalami *academic burnout* tingkat tinggi. Penelitian ini menggambarkan bahwa mahasiswa kesehatan mengalami *academic burnout* dengan tingkatan sedang hingga tinggi dan terdapat perbedaan kelelahan dengan tingkatan tahun masa studi mahasiswa karena tuntutan akademik.

Mahasiswa yang cenderung rentan mengalami *academic burnout* menunjukkan beberapa gejala seperti kelelahan secara fisik maupun emosional, kecemasan yang berlebihan, perubahan *mood*, kesulitan untuk berkonsentrasi, dan merasa tidak percaya diri terhadap kemampuan dirinya (Rosmawati & Merida, 2025). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ulandary et al. (2025) menunjukkan bahwa 149 (60,08%) dari 248 responden mahasiswa kelas internasional Universitas Negeri Padang angkatan 2022 cenderung rentan mengalami *academic burnout* dengan tingkatan sedang. Hal ini menunjukkan bahwa lebih dari setengah mahasiswa tersebut merasakan *academic burnout* seperti kejenuhan emosional, depersonalisasi, penurunan pencapaian personal. Sejalan dengan itu, penelitian oleh Putri dan Fikry (2025) mengenai *academic burnout* mahasiswa dari berbagai fakultas di Universitas Negeri Padang termasuk mahasiswa fakultas psikologi dan kesehatan menunjukkan bahwa 52,2% subjek berada dalam tingkatan sedang dan 32,1% dengan tingkatan tinggi. Kemudian, telah dilakukan survei awal kepada 22 mahasiswa kesehatan tahun akhir di Kota Padang yang menunjukkan bahwa 11 (50%) mahasiswa menyebutkan merasa kehabisan energi, tertekan, kehilangan semangat, menunda mengerjakan tugas,

dan merasa tidak maksimal dalam menghadapi tuntutan akademik seperti tugas akhir, praktek klinik dan tuntutan lainnya.

Selain itu, beberapa penelitian terdahulu menunjukkan dampak dari *academic burnout* yang dialami oleh mahasiswa dengan jangka panjang dapat mengakibatkan permasalahan negatif terhadap fisiologis, psikologis dan sosial (Liu & Cao, 2022). *Academic burnout* yang dialami mahasiswa juga dapat menimbulkan peningkatan gejala depresi mahasiswa (Fahira et al., 2025). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Qin et al. (2025) menunjukkan bahwa kelelahan akademik mahasiswa dapat mengurangi kepuasan belajar kemudian memengaruhi keterlibatan akademik sehingga mengakibatkan penurunan hasil akademik. Sejalan dengan itu, *academic burnout* mengakibatkan penurunan motivasi belajar penilaian negatif mahasiswa terhadap pembelajaran serta tugas yang dijalani (Maisyaroh & Kholisna, 2024; Qin et al., 2025).

Dampak dari *academic burnout* seperti penurunan motivasi, keterlibatan akademik dan penilaian negatif mahasiswa tersebut berkaitan dengan menurunnya keinginan mereka untuk hadir dalam proses pembelajaran. Hal ini dapat membentuk pola pikir negatif dan persepsi mahasiswa terhadap keyakinannya dalam tuntutan akademik (Kim, 2020). Ketika sumber daya yang dimiliki oleh individu tersebut lebih rendah dari tuntutan yang ada dapat berkaitan dengan memicunya *burnout* (Bakker & Demerouti, 2007). Maka dari itu, faktor individual juga dapat mendukung terjadinya permasalahan *academic burnout* (Maslach et al., 2001). Individu dapat meningkatkan salah satu upaya seperti ketekunan dalam menghadapi tuntutan dan tantangan, berorientasi pada tujuan serta konsisten

terhadap minat jangka panjang sehingga tidak mudah menyerah dan mencapai tujuan (Takiuddin & Husnu, 2020). Karakter positif ini dapat disebut juga dengan *grit*.

Grit dalam bidang akademik dapat disebut dengan *Academic grit*. *Academic grit* merupakan karakteristik atau keterampilan individu yang mencakup tekad, ketahanan, dan fokus dalam mengejar tujuan jangka panjang yang menantang dalam ranah pendidikan (Clark & Malecki, 2019). Selain itu, *grit* juga memiliki hubungan dengan tingkatan prestasi akademik dan nilai perguruan tinggi mahasiswa (Credé et al., 2017). Individu dengan *grit* tinggi cenderung mampu bertahan dalam tekanan, tetap termotivasi, dan tidak mudah menyerah. *Grit* menjadi salah satu aspek pendorong individu untuk mencapai tujuan meskipun menghadapi tantangan (Tualeka & Bashori, 2024).

Penelitian yang dilakukan oleh Christopoulou et al. (2018) menunjukkan bahwa *grit* memiliki hubungan dengan berbagai hasil positif dalam akademik seperti prestasi dan retensi. *Grit* membantu mahasiswa mengatasi masalah, tidak mudah menyerah, optimis dan mengenal dirinya sendiri dengan lebih baik (Awi & Huwae, 2023). Selain itu, Duckworth et al. (2007) mengungkapkan bahwa *grit* memiliki peran dalam mencapai kesuksesan seperti kemampuan individu untuk berhasil dalam mengerjakan tuntutan akademik. Selain itu, Individu dengan *grit* yang tinggi memandang beban sebagai pembelajaran dan bukan sebagai stressor (Wahyunianti & Asri, 2022). Sejalan dengan itu, *grit* dapat menjadi pertahanan sumber daya individu dalam menghadapi berbagai tuntutan yang ada (Jannah & Balgies, 2024).

Individu dengan tingkatan *grit* yang tinggi dianggap memiliki kemampuan untuk memanfaatkan kemampuan dengan lebih baik sehingga tidak mudah menyerah ketika menghadapi tantangan atau kegagalan (Credé et al., 2017). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Hapsari dan Wandansari (2025) menunjukkan bahwa 139 (51,5%) dari 271 responden mahasiswa tingkat akhir di Pulau Jawa cenderung memiliki *grit* dengan kategori rendah. Mahasiswa yang cenderung memiliki *grit* dengan kategori rendah menunjukkan kesulitan belajar, kesulitan mempertahankan minat dan ketekunan serta melakukan penundaan dalam menyelesaikan studinya. Sejalan dengan itu, telah dilakukan survei awal kepada 22 mahasiswa kesehatan tahun akhir di Kota Padang yang menunjukkan bahwa 11 (50%) mahasiswa menyebutkan cenderung menunda mengerjakan tugas, terkadang mengabaikan beberapa tugas akhir atau tugas lainnya, belum maksimal dalam mengerjakan tugas dan belum dapat menyeimbangkan antara beberapa tugas dan kegiatan lainnya.

Beberapa peneliti terdahulu meneliti hubungan antara *academic burnout* dengan *grit* maupun *academic grit*. Penelitian oleh Dyantari & Simarmata (2024) mengenai *grit* terhadap *academic burnout* mahasiswa organisasi di Fakultas Kedokteran Universitas Udayana menunjukkan bahwa *grit* memiliki hubungan yang signifikan secara negatif terhadap *academic burnout* mahasiswa organisasi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *grit* yang dimiliki oleh mahasiswa maka *academic burnout* yang dirasakan semakin rendah. Sejalan dengan penelitian oleh Khan et al. (2023) yang menunjukkan bahwa *Grit* merupakan salah satu prediktor yang berkaitan secara

negatif terhadap *academic burnout* terhadap siswa Pakistan. Selain itu, penelitian oleh Ibrahim et al. (2025) menunjukkan bahwa *grit* berperan secara signifikan sebagai prediktor negatif terhadap kelelahan akademik. Penelitian Kim & Lee (2022) menunjukkan bahwa *grit* berpengaruh secara langsung terhadap *academic burnout* pada mahasiswa keperawatan. Individu yang lebih gigih dan bersemangat untuk mencapai tujuan jangka panjang cenderung lebih mampu mengatasi stres dan kelelahan.

Penelitian mengenai hubungan antara *grit* dan *academic burnout* telah menunjukkan bahwa tingkat ketekunan dan konsistensi terhadap tujuan berperan penting dalam menurunkan risiko kelelahan akademik. Akan tetapi, masih sedikit penelitian yang menggunakan *academic grit* terutama di Indonesia. Selain itu, penelitian terdahulu lebih banyak berfokus pada jurusan tertentu seperti kedokteran dan keperawatan. Mahasiswa tahun akhir ilmu kesehatan menghadapi tuntutan seperti menyelesaikan tugas akhir ilmiah, menjalani praktik klinik dan tuntutan akademik lainnya. Kondisi tersebut menuntut kemampuan mengatur waktu, energi, dan emosi agar tetap mampu menjalankan peran akademik dan profesional secara optimal sehingga tidak ada yang tertinggal terutama dalam mengerjakan tugas akhir ilmiah. Ketika tuntutan tersebut tidak diimbangi dengan tingkat *academic grit* yang memadai, mahasiswa berisiko mengalami *academic burnout* berupa kelelahan emosional dan penurunan motivasi. Maka dari itu peneliti tertarik untuk meneliti peran *academic grit* dalam menurunkan risiko *academic burnout* pada mahasiswa kesehatan tahun akhir, sehingga dapat menjadi

dasar bagi institusi pendidikan dalam mengembangkan program penguatan karakter dan ketahanan psikologis mahasiswa.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang telah dijabarkan, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara *academic grit* dengan *academic burnout* pada mahasiswa kesehatan tahun akhir?”.

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat hubungan antara *academic grit* dengan *academic burnout* pada mahasiswa kesehatan tahun akhir.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu psikologi pendidikan, khususnya dalam memahami peran *academic grit* sebagai faktor interpersonal yang berpengaruh terhadap *academic burnout* pada mahasiswa tahun akhir terutama yang menjalani tugas akhir ilmiah, praktik klinik dan tuntutan akademik lainnya. Temuan penelitian ini juga diharapkan dapat memperkaya literatur mengenai *academic burnout* dalam konteks mahasiswa akhir yang menjalani tugas akhir ilmiah, praktek klinik dan tugas akademik lainnya, sehingga dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang mengkaji kesejahteraan psikologis mahasiswa dalam menghadapi tuntutan situasi akademik dan profesional secara bersamaan.

1.4.2 Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan bagi beberapa pihak, sebagai berikut:

1. Bagi mahasiswa

Memberikan wawasan kepada mahasiswa kesehatan tahun akhir, khususnya yang memiliki tuntutan akademik seperti tugas akhir ilmiah, menjalani praktik klinik dan tuntutan akademik lainnya mengenai pentingnya mengembangkan *academic grit* untuk menghadapi tekanan akademik dan tuntutan praktek agar terhindar dari *academic burnout*.

2. Bagi dosen pembimbing dan pihak institusi pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam merancang strategi pendampingan, bimbingan, atau program pelatihan penguatan karakter ketekunan mahasiswa akhir selama pelaksanaan praktek dan tugas akademik ataupun tugas akhir. Selain itu, penelitian ini juga dapat menjadi bahan pertimbangan bagi lembaga pendidikan dalam menyusun kebijakan atau kegiatan pengembangan diri yang mendukung keseimbangan antara tuntutan akademik dan profesional mahasiswa