

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sekolah merupakan salah satu lembaga pendidikan formal yang tidak hanya sebagai tempat untuk menuntut ilmu tetapi juga sebagai tempat untuk mendidik dan mengarahkan tingkah laku siswa agar menjadi lebih baik. Hal ini sejalan dengan Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan nomor 111 tahun 2014 tentang Bimbingan Konseling pada Pendidikan dasar dan menengah bahwa bimbingan dan konseling merupakan bagian integral dari program Pendidikan merupakan upaya memfasilitasi perkembangan peserta didik/ konseli untuk mencapai kemandirian dalam kehidupannya. Sebagai lembaga tempat mengenyam pendidikan, tentunya terdapat banyak sekali permasalahan yang terjadi di kalangan siswa baik itu berkaitan dengan masalah belajar, karier, sosial, dan pribadi (Permendikbud, 2014).

Adapun masalah belajar yang sering terjadi di kalangan pelajar menurut Sukmadinata (2003) mengatakan bahwa masalah atau hambatan dalam belajar terdapat beberapa gejala masalah, seperti prestasi belajar rendah, kurang atau tidak ada motivasi belajar. Masalah karier yang sering terjadi di kalangan pelajar menurut Supriatna (2009) adalah: siswa kurang memahami cara memilih program studi yang cocok dengan kemampuan dan minat serta siswa masih kurang mampu memilih pekerjaan yang sesuai dengan kemampuan dan minat. Masalah sosial yang sering terjadi di kalangan pelajar menurut Hidayah Quarisy (2016) mengatakan bahwa masalah yang dihadapi siswa bukan hanya masalah pribadi

saja melainkan juga masalah sosial diantaranya adalah kesulitan dalam mencari teman dan menyesuaikan diri terhadap lingkungannya. Masalah pribadi yang sering terjadi di kalangan pelajar menurut Abu Ahmadi (1991:108) masalah-masalah pribadi dalam lingkungan sekolah umumnya bersumber dari dalam masalah individu yang berhadapan dengan situasi lingkungan sekitarnya, peserta didik sekolah menengah khususnya kerap sekali menghadapi masalah pribadi diantaranya adalah malas untuk beribadah, kurang memiliki kemampuan untuk bersabar dan bersyukur, memiliki kebiasaan berbohong, memiliki kebiasaan mencontek, serta tidak memiliki disiplin yang tinggi. Berdasarkan penelitian Elisa lia agustin (2018), Yulianti (2018), menyatakan bahwa di antara masalah bidang belajar, karier, sosial, dan pribadi tersebut masalah yang paling dominan di alami kalangan siswa adalah masalah pribadi. Salah satu masalah yang termasuk dalam masalah pribadi adalah kedisiplinan, karena disiplin merupakan suatu latihan siswa yang berkembang melalui komitmen pribadi dalam diri siswa. Disiplin sangat erat hubungannya dengan pembinaan, membangun kepribadian, dan membuat lingkungan yang kondusif.

Sutirna (2013:115) menyatakan kedisiplinan berasal dari kata *disciple* yang artinya belajar secara sukarela mengikuti pemimpin dengan tujuan dapat mencapai pertumbuhan dan perkembangan secara optimal. Sastrohadiwiryono (2005: 291) memaparkan bahwa disiplin merupakan suatu sikap menghormati, menghargai, patuh dan taat terhadap peraturan yang berlaku, baik yang tertulis maupun tidak tertulis, serta sanggup menjalankannya, serta tidak mengelak untuk menerima sanksi-sanksi apabila ia melanggar tugas dan

wewenang yang di berikan padanya. Kedisiplinan merupakan satu hal yang penting dan paling mendasar yang harus di miliki dan terapkan dalam diri seseorang agar hidup lebih teratur tanpa memandang usia, pendidikan ataupun pekerjaan, salah satunya adalah harus dimiliki dan di terapkan oleh seorang siswa. Kedisiplinan siswa merupakan salah satu aspek pribadi yang menunjukkan kemampuan siswa dalam mengatur waktu dalam kesehariannya. Salam & Anggraini (2018:128-129) memaparkan bahwa kedisiplinan siswa merupakan salah satu cara yang dapat di gunakan dalam membangun pengendalian diri siswa. Menurut Aqib (Maliki,2017) menjelaskan bahwa siswa yang disiplin adalah siswa yang tepat waktu,tidak datang terlambat, taat pada peraturan yang berlaku, menjalankan tugas sesuai jadwal yang di tentukan. Kedisiplinan siswa merupakan suatu sikap yang di tunjukan oleh siswa berupa ketaatan dalam melaksanakan peraturan yang ada di sekolah.

Berdasarkan penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa kedisiplinan siswa merupakan suatu sikap yang ditunjukan oleh siswa berupa ketaatan di dalam melaksanakan peraturan di sekolah yaitu sikap menghormati, menghargai, patuh dan taat terhadap peraturan yang berlaku, baik yang tertulis maupun tidak tertulis, yang dapat di gunakan dalam membangun pengendalian diri siswa.

Menurut Sinungan (2014:145) terdapat beberapa ciri-ciri disiplin yaitu, adanya hasrat yang kuat untuk melaksanakan sepenuhnya apa yang sudah menjadi norma, etika dan kaidah yang berlaku dalam masyarakat, adanya perilaku yang dikendalikan serta adanya ketaatan (*obedience*). Menurut Suwanto, dkk. (2010: 48) ciri-ciri anak disiplin antara lain selalu tepat waktu, selalu menjalankan tugas,

selalu menaati peraturan dengan baik. Selanjutnya berdasarkan penelitian Bisri, dkk. (2021) menunjukkan bahwa ciri-ciri kedisiplinan siswa meliputi siswa yang menaati peraturan sekolah dan siswa yang tidak menaati/melanggar peraturan sekolah.

Dalam perilaku kedisiplinan yang ditunjukkan oleh siswa di sekolah terdapat beberapa faktor yang mempengaruhinya. Slameto (2010: 54) menyatakan bahwa terdapat dua faktor yang mempengaruhi kedisiplinan siswa yaitu faktor eksternal (berasal dari luar diri siswa) dan faktor internal (berasal dari dalam diri siswa). Faktor eksternal atau faktor yang berasal dari luar diri individu seperti lingkungan, keluarga, sekolah dan masyarakat sedangkan Faktor internal terbagi menjadi tiga bagian yaitu faktor jasmaniah (kesehatan dan cacat tubuh), faktor psikologis (intelegensi, perhatian, minat, bakat, motif, keterampilan belajar, kematangan dan kesiapan), dan faktor kelelahan (jasmani dan rohani) seperti rasa letih, lelah, dan jenuh sehingga dalam menerima pembelajaran siswa malas dan kurang serius. Adapun istilah lain dari rasa letih, lelah dan jenuh adalah *burnout*.

Gumbau & Marisa (2014:3) menyatakan *burnout* merupakan keadaan dimana pikiran negatif dan terus-menerus yang berkaitan dengan pekerjaan, hal ini ditandai dengan kelelahan fisik, berkurangnya rasa kompetensi, penurunan motivasi, dan sikap disfungsional di tempat kerja. Maslach dan Leither (1997: 50) menyatakan *burnout* merupakan konsekuensi stress yang berhubungan dengan pekerjaan yang memiliki beban berat dengan gejala yang ditandai dengan tingginya tingkat kelelahan, sikap negatif terhadap pekerjaan (*cynicism*), dan berkurangnya efektivitas profesional kerja. Menurut Pines (Christiana, 2020)

burnout merupakan kondisi emosional dimana seseorang merasakan kelelahan dan kejenuhan secara fisik akibat dari tuntutan tugas yang meningkat. Dari beberapa penjelasan para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa *burnout* merupakan keadaan dimana pikiran negatif dan terus-menerus yang ditandai dengan tingginya tingkat kelelahan, serta sikap negatif terhadap sesuatu sehingga seseorang merasakan kelelahan dan kejenuhan secara fisik akibat dari tuntutan tugas yang meningkat sehingga dapat menyebabkan siswa mengalami kelelahan dalam belajar atau yang biasa disebut dengan *burnout* akademik.

Burnout akademik dapat didefinisikan sebagai reaksi emosional, fisik, dan mental negatif terhadap studi berkepanjangan yang mengakibatkan kelelahan, frustrasi dan kurangnya motivasi siswa. *burnout* akademik mengacu pada stress, beban atau faktor psikologis lainnya karena proses pembelajaran yang diikuti siswa sehingga menunjukkan keadaan kelelahan emosional (*exhaustion*), kecenderungan untuk depersonalisasi (*cynism*), dan perasaan tidak kompeten (*professional efficacy*) (Maslach & Leiter, 2016). *Burnout* akademik adalah kondisi seseorang siswa yang merasakan kelelahan secara fisik, mental, maupun emosional yang diikuti oleh perasaan untuk menghindari diri dari lingkungan, serta merasakan penilaian diri yang rendah sehingga menyebabkan kejenuhan dalam belajar, ketidakpedulian terhadap tugas akademik, kurangnya motivasi belajar, timbul rasa malas, dan mengakibatkan turunnya prestasi dalam pembelajaran (Febriani et al., 2021; Mufliah & Savira, 2021).

Individu yang mengalami *burnout* akademik ditandai dengan kejenuhan secara fisik maupun mental, kehilangan minat atau menghindar dari lingkungan

belajar, perasaan tidak berdaya, dan putus asa. Kondisi tersebut dapat dialami oleh siapa saja, termasuk pada kalangan siswa (Aguayo, dkk.2019; Andi, dkk.2020; Christiana, 2020; Gungor, 2019; McCormack & Cotter,2013). Menurut hasil penelitian Sagita, dkk. (2021) menunjukan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi *burnout* akademik adalah beban kerja dan kedisiplinan. Oleh sebab itu siswa yang mengalami *burnout* akademik cenderung memiliki kepribadian yang kurang disiplin seperti enggan untuk mengikuti arahan dari guru, bermalas-malasan dalam mengikuti pembelajaran di dalam kelas dan sering terlambat masuk kelas.

Dari beberapa penjelasan di atas dapat di simpulkan bahwa *burnout* akademik merupakan reaksi emosional, fisik, dan mental negatif terhadap studi berkepanjangan yang mengakibatkan kelelahan, frustrasi dan kurangnya motivasi siswa sehingga siswa merasa kelelahan secara fisik, mental maupun emosional dan akan meyebabkan siswa kehilangan minat atau menghindar dari lingkungan belajar, perasaan tidak berdaya, serta putus asa.

Berdasarkan prariset dengan observasi dan dokumentasi yang dilakukan di SMP Negeri 1 Singkawang ditemukan bahwa banyak siswa yang melakukan pelanggaran terhadap tata tertib di sekolah. Misalnya, siswa yang sering keluar masuk kelas yang mana merupakan siswa yang tidak rapi. Siswa yang sering tidak mengerjakan tugas merupakan siswa yang sering datang terlambat masuk kelas. Siswa yang sering tidur di kelas merupakan siswa yang sering membantah guru. Dilihat dari catatan buku piket, daftar hadir siswa, dan buku catatan pelanggaran siswa di ruang BK. Bahwa siswa kelas VIII sering melakukan pelanggaran secara

berulang-ulang, hal tersebut menunjukkan bahwa pelanggaran tersebut adalah perilaku yang disengaja dari siswa itu sendiri. Adapun pelanggaran yang sering dilakukan yaitu yang melanggar kedisiplinan seperti datang terlambat, melawan guru, tidak mengerjakan tugas, tidak mengikuti tata tertib/peraturan di sekolah, tidur didalam kelas, keluar masuk kelas, suka berbohong pada guru dan lain sebagainya yang dilakukan secara berulang.

Didukung oleh hasil penelitian Fitri Oktaviani (2022) dengan judul Hubungan *Academic Burnout* Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas XI di MAN 1 Banyuasin. Menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif antara *academic burnout* dengan prokrastinasi akademik siswa kelas XI MAN Banyuasin. Hubungan tersebut membuktikan bahwa semakin tinggi *academic burnout* maka semakin tinggi prokrastinasi akademik dan semakin rendah *academic burnout* maka semakin rendah prokrastinasi akademik.

Dari hasil prariset yang didukung oleh hasil penelitian sebelumnya keadaan ini mengidentifikasi bahwa sebenarnya siswa perlu mendapatkan pengawasan dan perhatian yang lebih. Sebab hingga saat ini yang terlihat dilapangan, yang menjadi perhatian penuh adalah hanya hasil belajar siswa saja. Kurangnya evaluasi penyebab dari pelanggaran atau masalah-masalah yang dilakukan oleh siswa tersebut. Oleh karena itu tujuan penelitian ini untuk melihat apakah ada hubungan dari *burnout* akademik dengan kedisiplinan siswa. Apabila dari hasil penelitian ini terbukti bahwa *burnout* akademik berhubungan dengan kedisiplinan siswa maka hal ini bisa menjadi perhatian pihak sekolah untuk lebih memperhatikan kejenuhan akademik siswa dan bagaimana cara menanganinya.

Berdasarkan fenomena diatas peneliti menduga bahwa pelanggaran yang dilakukan tersebut karena *burnout* akademik dimana siswa yang mengalami *burnout* akademik cenderung memiliki kepribadian yang kurang disiplin. Berdasarkan hal tersebut maka peneliti tertarik untuk menjadikan SMP Negeri 1 Singkawang sebagai sasaran dalam penelitian yang berjudul “Hubungan *Burnout* Akademik Dengan Kedisiplinan Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Singkawang.

B. Masalah Penelitian

1. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, peneliti mengidentifikasi masalah yang ada sebagai berikut :

- a. Siswa memiliki kebiasaan berbohong.
- b. Siswa tidak mematuhi peraturan yang ada di sekolah.
- c. Siswa merasa kelelahan secara fisik, mental, maupun emosional pada saat pembelajaran di sekolah.
- d. Ada beberapa siswa memiliki kepribadian kurang disiplin.
- e. Ada beberapa siswa yang keluar masuk kelas , tidak mengerjakan tugas, serta tidur di kelas.

2. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah di jelaskan diatas, maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

- a. Bagaimana *Burnout* Akademik yang di alami siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Singkawang?
- b. Bagaimana Kedisiplinan Siswa di kelas VIII SMP Negeri 1 Singkawang?

- c. Apakah terdapat hubungan *Burnout* Akademik dengan Kedisiplinan Siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Singkawang?.

C. Tujuan Penelitian

Dengan melihat rumusan masalah diatas tujuan penelitian ini sebagai berikut:

- a. Untuk mendeskripsikan *Burnout* Akademik siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Singkawang.
- b. Untuk mendeskripsikan Kedisiplinan Siswa kelas VIII SMP Negeri 1 Singkawang.
- c. Untuk mengetahui hubungan *Burnout* Akademik dengan Kedisiplinan Siswa kelas VIII di SMP Negeri 1 Singkawang.

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian diatas yang menjadi manfaat dari penelitian ini yaitu :

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan memberikan sumbangan bagi ilmu pengetahuan di bidang bimbingan dan konseling, serta ilmu yang relefan dengan judul pada skripsi ini yaitu “ Hubungan *Burnout* Akademik dengan Kedisiplinan Siswa Kelas VIII SMP Negeri 1 Singkawang”

2. Manfaat Praktis

Secara praktis, diharapkan hasil penelitian dapat memberikan manfaat bagi:

a. Siswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan dan pengetahuan bagi siswa terkait hubungan *burnout* terhadap kedisiplinan.

b. Guru Mata Pelajaran

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan untuk merancang kegiatan belajar mengajar yang menyenangkan sehingga proses belajar dapat berjalan dengan efektif dan tidak monoton.

c. Guru BK

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan untuk melakukan tindakan pencegahan dan perbaikan apabila ditemukan siswa yang mengalami *burnout*.

d. Kepala Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi kepala sekolah dalam membuat kebijakan untuk menyediakan sarana dan prasarana yang membuat kegiatan belajar mengajar menjadi lebih menyenangkan.

E. Variabel Penelitian

Variabel penelitian merupakan atribut atau sifat atau nilai dari orang, objek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono,2014:64). Variabel yang digunakan dalam penelitian ini terdiri atas variabel bebas dan terikat. Berikut penjelasan mengenai variabel bebas dan variabel terikat.

1. Variabel Bebas

Sugiyono (2019:69) variabel bebas atau variabel independen adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen. Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu *burnout* (X).

2. Variabel Terikat

Sugiyono (2019:69) variabel terikat atau variabel dependen merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. Adapun variabel terikat dalam penelitian ini yaitu kedisiplinan (Y).