

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penerapan *new normal* mulai dilaksanakan di Indonesia. Penerapan *new normal* ini membuat masyarakat Indonesia lebih longgar untuk menjalankan aktivitas sehari-hari. *New normal* ini bertujuan untuk menata kehidupan dan perilaku baru pada masa pandemi Covid-19. Setelah beradaptasi dengan masa *new normal* masyarakat Indonesia disiapkan untuk memasuki masa pascapandemi. Hal ini sesuai dengan pernyataan Presiden Joko Widodo menerbitkan Keputusan Presiden Republik Indonesia (Keppres) Nomor 17 Tahun 2023 tentang Penetapan Berakhirnya Status Pandemi *Corona Virus Disease 2019* (Covid-19) di Indonesia. Keppres menegaskan status endemi Covid-19 di Indonesia dan menetapkan status pandemi *Corona Virus Disease 2019* (Covid-19) telah berakhir dan mengubah status faktual Covid-19 menjadi penyakit endemi di Indonesia.¹

Kasus Covid-19 di Indonesia sudah mulai stabil usai meningkatnya jumlah vaksin di masyarakat. Pada Kamis, 16 Juni 2022 pada halaman utama Kementerian Kesehatan, kasus Covid-19 di Indonesia mencapai 6.064.424 orang, jumlah ini menurun dari hari sebelumnya. Total 509 orang dinyatakan telah sembuh dari infeksi Covid-19 pada 16 Juni 2022 dan menyisakan 6.668 kasus aktif.²

¹Kompas, "Jokowi Teken Keppres 17/2023, Tegaskan Status Pandemi Covid-19 di Indonesia Berakhir ", Jokowi Teken Keppres 17/2023, Tegaskan Status Pandemi Covid-19 di Indonesia Berakhir (kompas.com), diakses pada 30-06-2023.

²Satuan Tugas Penanganan Covid-19, "Data Vaksin Covid-19 di Indonesia pada 16-Juni-2022", <https://covid19.go.id/artikel/2022/01/24/data-vaksinasi-covid-19>, diakses pada 16-Juni-2022.

Adapun jumlah pasien yang sembuh Covid-19 pada Rabu, 15 Juni 2022 telah mencapai 525 orang. Sehingga total pasien Covid-19 yang sudah sembuh hingga mencapai 5.901.083 orang. Adapun jumlah pasien yang meninggal akibat Covid-19 pada Rabu, 15 Juni 2022 mencapai 8 orang. Total jumlah pasien meninggal akibat Covid-19 mencapai 156.673 orang. Pemerintah pun terus melakukan gerakan percepatan vaksinasi agar mengurangi kematian. Sebanyak 201.000.560 orang telah mendapat vaksin Covid-19 tahap pertama, 168.251.795 orang mendapat vaksin Covid-19 tahap kedua, dan 48.269.992 orang mendapat booster.³

Pada 2 Maret 2020 Sistem pendidikan di Indonesia mulai beralih dari tatap muka menjadi daring atau *online*, setelah setahun terjadi pembelajaran secara daring atau *online*, ternyata hal ini menimbulkan dampak baru bagi peserta didik, dampak yang tidak menguntungkan ini dirasakan mulai dari siswa dan mahasiswa, yang kemudian secara perlahan menggunakan sistem *hybrid* atau kombinasi dari perkuliahan *online* dan *offline*. Sistem perkuliahan *hybrid* merupakan salah satu solusi yang digunakan oleh setiap universitas dengan harapan mengurangi *cluster* terbaru Covid-19. Namun kemudian munculnya surat edaran yang baru dari Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi (Kemendikbudristek) yang menyatakan tatap muka terbatas (PTM) sudah diperbolehkan dengan proses yang wajib diikuti.⁴

³Satuan Tugas Penanganan Covid-19, "Data Vaksin Covid-19 di Indonesia pada 16-Juni-2022", <https://covid19.go.id/artikel/2022/01/24/data-vaksinasi-covid-19>, diakses pada 16-Juni-2022.

⁴Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Kemendikbudristek), "Surat Edaran (SE) Mendikbudristek Nomor 2 Tahun 2022 tentang Diskresi Pelaksanaan Keputusan Bersama Empat Menteri tentang Panduan Penyelenggaraan Pembelajaran di Masa Pandemi Covid-

Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Kemendikbudristek) mengeluarkan Surat Edaran (SE) Mendikbudristek Nomor 2 Tahun 2022 tentang Diskresi Pelaksanaan Keputusan Bersama Empat Menteri tentang Panduan Penyelenggaraan Pembelajaran di Masa Pandemi Covid-19. Dalam SE tersebut, tercantum bahwa Pembelajaran Tatap Muka (PTM) Terbatas dapat dilaksanakan dengan jumlah peserta didik 50 persen dari kapasitas ruang kelas pada satuan pendidikan yang berada di daerah dengan Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM) level 2. Sementara pelaksanaan PTM Terbatas pada satuan pendidikan yang berada di daerah dengan PPKM level 1, 3, dan 4 tetap mengikuti ketentuan dalam Keputusan Bersama Empat Menteri tentang Panduan Penyelenggaraan Pembelajaran di Masa Pandemi Covid-19.⁵

Dalam SKB Empat Menteri tercantum bahwa satuan pendidikan di wilayah PPKM (Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat) level 1 dan 2 bisa melaksanakan PTM dengan jumlah peserta didik 100 persen jika capaian vaksinasi dosis 2 pendidik dan tenaga kependidikan paling sedikit 80 persen. Dengan begitu, sekolah dan kampus juga bisa menyelenggarakan PTM setiap hari dengan lama belajar paling banyak enam jam pelajaran per hari.⁶

19.”, <https://www.kemdikbud.go.id/main/blog/2021/12/keputusan-bersama-4-menteri-tentang-panduan-penyelenggaraan-pembelajaran-di-masa-pandemi-covid19>, diakses pada 24-April-2022.

⁵Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Kemendikbudristek), “Surat Edaran (SE) Mendikbudristek Nomor 2 Tahun 2022 tentang Diskresi Pelaksanaan Keputusan Bersama Empat Menteri tentang Panduan Penyelenggaraan Pembelajaran di Masa Pandemi Covid-19.”, <https://www.kemdikbud.go.id/main/blog/2021/12/keputusan-bersama-4-menteri-tentang-panduan-penyelenggaraan-pembelajaran-di-masa-pandemi-covid19>, diakses pada 24-April-2022.

⁶Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Kemendikbudristek), “Surat Edaran (SE) Mendikbudristek Nomor 2 Tahun 2022 tentang Diskresi Pelaksanaan Keputusan Bersama Empat Menteri tentang Panduan Penyelenggaraan Pembelajaran di Masa Pandemi Covid-19.”, <https://www.kemdikbud.go.id/main/blog/2021/12/keputusan-bersama-4-menteri-tentang-panduan-penyelenggaraan-pembelajaran-di-masa-pandemi-covid19>, diakses pada 24-April-2022.

Perubahan metode pembelajaran di Indonesia dari pembelajaran daring atau *online* ke pembelajaran tatap muka (PTM) mengubah pola interaksi dan kebiasaan pembelajaran. Dengan adanya perubahan ini siswa atau mahasiswa kembali dihadapkan pada situasi yang mana mereka harus beradaptasi dengan perubahan yang ada. Perubahan metode ini juga mengakibatkan berbagai macam permasalahan baru seperti perlunya beradaptasi dengan lingkungan yang baru, kesulitan untuk memahami pembelajaran dengan metode baru, terbebani oleh jam pembelajaran yang bertambah dari pada saat pembelajaran daring, takut akan banyaknya tugas, terlambat, dan lain-lain.⁷

Hasil penelitian sebelumnya terkait pascapandemi pernah dilakukan oleh Siti Wardah, Ahmad Syarifuddin, Amir Hamzah, Tutut Handayani dan Ines Tasya Jaddidah, pada penelitian ini mengungkapkan bahwa kesulitan siswa saat pembelajaran tatap muka (PTM) adalah siswa kesulitan untuk memahami sebuah konsep, kesulitan untuk menghitung, kesulitan dalam memecahkan sebuah masalah, sering didapat kesalahan ketika siswa sedang mengerjakan tugas-tugas karena kurangnya pemahaman siswa dalam pembelajaran.⁸ Penelitian ini sejalan dengan temuan peneliti mengenai kesulitan mahasiswa dalam pembelajaran melalui hasil wawancara kepada mahasiswa Prodi Psikologi Islam.

Hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti didapati bahwa ada 2 mahasiswa Prodi Psikologi Islam di Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin (UIN) mengalami kesulitan dalam pembelajaran tatap muka (PTM). Dari mahasiswa Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin (UIN) yang pertama (A)

⁷Berita Solo Raya, "Masalah yang Dihadapi Ketika Anak Kembali Sekolah", <https://prsoloraya.pikiran-rakyat.com/pendidikan/pr>, diakses pada 11-Mei-2022.

⁸Siti Wardah *et al*, "Analisis Kesulitan Belajar pada Mata Pelajaran Matematika selama

didapatkan hasil bahwa mahasiswa tersebut mengalami kelelahan yang cukup signifikan selama perkuliahan pembelajaran tatap muka (PTM) berlangsung, ia juga merasakan dirinya sering menderita sakit kepala, nyeri di bagian punggung, tidak memiliki nafsu makan dan bahkan merasa mual ketika menghadapi tugas yang diberikan oleh dosen. Dari hasil wawancara mahasiswa Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin (UIN) yang kedua (B) mengatakan terkadang dia merasa bosan, gelisah, tertekan, mudah tersinggung dan bahkan menangis karena beratnya tuntutan tugas yang ia terima.⁹

Wawancara pertama dengan A disini diketahui bahwa selama perkuliahan daring mahasiswa mengalami kesulitan saat pembelajaran tatap muka (PTM).

Berikut kutipan wawancanya:

*“Saat pembelajaran secara tatap muka tidak semudah yang saya pikirkan selama ini, semuanya serba sulit untuk dilakukan. Mulai dari beradaptasi dengan lingkungan perkuliahan yang baru, memahami pembelajaran yang dan wajib fokus selama perkuliahan, saya sering sekali kehilangan konsentrasi saya dalam pembelajaran karena masih merasa seperti pembelajaran seperti online, sehabis perkuliahan biasanya saya mengalami kelelahan dan saya juga sering mengalami sakit kepala secara tiba-tiba, nyeri punggung, tidak nafsu makan dan merasa mual. Beberapa kali saya mengalami sakit saat pembelajaran tatap muka. Saya juga harus tetap optimis saat PTM karena masih banyak yang harus saya kejar, walaupun kelelahan saat pembelajaran, saya harus tetap berkuliah dengan baik”.*¹⁰

Wawancara dilanjutkan dengan B disini diketahui bahwasanya selama perkuliahan daring sering mengalami perasaan kelelahan dan merasa bosan dengan kegiatan-kegiatan akademik.

⁹A, Mahasiswa Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin (UIN), Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 25 April 2022.

¹⁰A, Mahasiswa Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin (UIN), Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 25 April 2022.

*“Tugas banyak sekali diberikan saat pembelajaran tatap muka ini sehingga membuat saya kewalahan dalam mengerjakannya. Saya juga sering menangis karena tugas yang diberikan, saya juga lebih sensitif, sering merasa tertekan dan gelisah. Saya pernah mengalami sangat lelah padahal saya sudah istirahat dengan cukup dan berolahraga. Saya juga mudah merasa bosan selama pembelajaran tatap muka sampai membuat saya suka menunda-nunda dalam mengerjakan tugas”.*¹¹

Menurut Freudenberger dan Richelson, *Burnout* adalah sebuah keadaan yang dialami oleh manusia berupa kelelahan dan frustrasi yang diakibatkan oleh perasaan yang diharapkan tidak tercapai.¹²

Hasil penelitian sebelumnya terkait *academic burnout* yang dilakukan saat masa *new normal* pascapandemi dilakukan oleh Ahmad Rifai dan Triyono di Universitas STKIP PGRI Sumatera Barat, penelitian ini dilakukan oleh 217 mahasiswa. Teknik pengambilan sample menggunakan *proposional teknik sampling*, jumlah sample pada penelitian ini 141 mahasiswa. Penelitian ini menghasilkan bahwasanya mahasiswa mengalami kelelahan secara emosional ada sebanyak 47,15% dengan kelompok cukup tinggi dan tinggi, kelelahan secara fisik sebesar 36.53% dengan kelompok cukup tinggi dan tinggi dan kelelahan secara kognitif sebesar 42.14% dengan kelompok cukup tinggi dan tinggi dan yang terakhir kehilangan motivasi sebesar 33.58% pada kelompok tinggi dan cukup tinggi.¹³

Dalam pandangan agama Islam *burnout* disamakan dengan jenuh atau *futur*, hal ini diutarakan oleh Sayyid Muhammad Nuh yang mana jenuh atau *futur*

¹¹B, Mahasiswa Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin (UIN), Wawancara Pribadi, Banjarmasin, 25 April 2022.

¹²Herbert Freudenberger, *Burnout: The High Cost of High Achievement*, (New York: Anchor Press, 1980), 22.

¹³Ahmad Rifai dan Triyono, “Profil Burnout Study Mahasiswa dalam Pembelajaran Daring di Era New Normal”, *Jurnal Wahana Konseling*, Vol. 4, No. 2 (2021), 137-148.

adalah sebuah penyakit hati (spiritual atau *rohani*) memiliki efek yang menimbulkan rasa lamban, malas, bersikap santai dalam melakukan tugas-tugas sehari-hari, yang mana sebelumnya dilakukan dengan penuh semangat yang menggebu-gebu, serta membuat efek seperti terputusnya dari kegiatan-kegiatan yang disenangi.¹⁴

Dalam hadits juga disebutkan mengenai kejenuhan. Hadits ini bukan saja relevan, namun juga menunjukkan bukti ketinggian ajaran Islam . Rasulullah SAW, berbicara tentang kejenuhan (*fatur*).

إِنَّ لِكُلِّ عَمَلٍ شِرَّةً ، وَلِكُلِّ شِرَّةٍ فَتْرَةٌ ، فَمَنْ كَانَتْ شِرَّتُهُ إِلَى سُنَّتِي فَقَدْ أَفْلَحَ ، وَمَنْ كَانَتْ فَتْرَتُهُ
إِلَى غَيْرِ ذَلِكَ فَقَدْ هَانَكَ

Menceritakan pada kami Rauh, menceritakan pada kami Su'bah, mengabarkan kepadaku Husain, aku mendengar dari mujahid dari Abdillah bin Amr berkata: Rasulullah SAW, bersabda: “*Sesungguhnya yang setiap masa amal itu ada jenuhnya (fatur) maka barang siapa yang jenuhnya membawa kearah sunnah, maka dia mendapat petunjuk. Namun barang siapa jenuhnya membawa kearah selain itu (selain sunnah Nabi Saw), maka dia binasa (HR. al-Baihaqi)*”.¹⁵

Menurut hadist di atas dapat disimpulkan bahwa setiap aktivitas yang dilakukan manusia dan biasa kita lakukan pasti mempunyai masa jenuh dan masa penuh giat. Begitu pula dengan kegiatan belajar dengan giat, apabila dilakukan dengan berulang-ulang tanpa jeda, istirahat dan perubahan tentunya akan membuat seseorang menjadi pribadi yang merasa malas, tertekan, bosan, jenuh, lemah dan lain-lain.

¹⁴Sayyid Muhammad Nuh, *Penyebab Gagalnya Dakwah*, (Jakarta: Gema Insani Press, 1993), 15.

¹⁵Ahmad bin Hambal, *Musnad Ahmad bin Hambal*, (Kairo, Dar Al-Fikr, Jilid II), 210.

Sebuah studi yang menilai dampak psikologis dari pascapandemi Covid-19 telah dilakukan petugas kesehatan dari 22 rumah sakit di Beijing, hasil menunjukkan dokter medis berusia 30 hingga 50 tahun dan mereka yang bekerja di baris kedua selama pandemi melaporkan skor gejala psikologis dan kelelahan yang lebih tinggi pada periode pencegahan dan pengendalian epidemi secara teratur, stresor pekerjaan terkait epidemi secara positif memprediksi kelelahan, kecemasan, dan depresi di antara petugas kesehatan. Diketahui 17,5% mengalami kecemasan, 19,3% mengalami depresi, 51,4% mengalami *burnout*.¹⁶

Dengan tingginya kecenderungan mengalami *burnout* pada pascapandemi, para mahasiswa dituntut harus dapat bertahan dalam kondisi tersebut. Oleh karena itu, mahasiswa pada masa pascapandemi membutuhkan sebuah ketahanan yang tinggi dari dalam dirinya sendiri, hal ini dilakukan supaya mahasiswa mampu bertahan menghadapi lingkungan sulit pada masa pascapandemi dan memiliki usaha untuk menyelesaikan tugas diperguruan dengan sebaik mungkin. Ketahanan itu disebut dengan istilah *academic resilience* atau resiliensi akademik.

Menurut Rirkin dan Hoopman *academic resilience* adalah gambaran seorang siswa dalam mengatasi berbagai pengalaman negatif atau tantangan yang begitu besar, mendesak dan menghambat selama proses pembelajaran, sehingga mereka mampu beradaptasi dan melaksanakan pembelajaran dengan baik.¹⁷ *Academic resilience* memotret bagaimana siswa atau mahasiswa mengatasi berbagai pengalaman negatif atau tantangan yang sedemikian besar, menekan

¹⁶Ting Zhou *et al*, "Burnout and well-being of healthcare workers in the post-pandemic period of COVID-19: a perspective from the job demands-resources model", *BMC Health Serv*, 2022.

¹⁷M. Rirkin, dan M. Hoopman. *Moving beyond Risk to Resiliency* (Minneapolis, MN: Minneapolis Public School, 1991), 11.

dan menghambat selama proses belajar, sehingga mereka mampu beradaptasi dan melaksanakan setiap tuntutan akademik dengan baik.¹⁸

Adapun konsep *resilience* dalam agama Islam disamakan dengan konsep dari Hijrah (*al-hijrotu*) dalam ajaran agama Islam. Alfi Syahar menjelaskan secara bahasa bahwa hijrah berarti berpindah atau meninggalkan, baik meninggalkan sebuah tempat ataupun meninggalkan sesuatu kegiatan yang tidak jujur dan baik secara ajaran Islam. Secara istilah hijrah juga memiliki dua makna yaitu *al-hijrotu makaniyah* (fisik atau tempat) dan *al-hijrotu maknawiyah* (hijrah mental) atau biasa disebut dengan hijrah hati (*qalbiyah*). Hijrah secara mental ini adalah hijrah yang mana dilakukan dengan cara meninggalkan yang kufur dan menjadi orang yang beriman, syirik menjadi bertauhid kepada Allah SWT, *nifaq* (orang yang munafik) menjadi *istiqamah* (teguh pendirian dan konsisten), dari yang haram menjadi halal dan dari suka berbuat maksiat menjadi taat dalam perintah Allah SWT. Lebih lanjut penjelasan *resilience* dalam Islam juga memiliki faktor-faktor pendukung, seperti: sabar, istikamah, iktiar, ikhlas, dan syukur. Selain itu juga perkembangan *resilience* juga dipengaruhi oleh beberapa faktor eksrernal, seperti: kasih sayang, kedamaian, belas kasih dan keharmonisan.¹⁹

Pengertian *resilience* ini juga didukung oleh surah *al-Baqarah* ayat 155-157, yang berbunyi:

¹⁸Dr. Wiwin Hendriani, M.Si. *Resiliensi Psikologis* (Jakarta Timur: Prenadamedia Group, 2018), 82.

¹⁹Evita Yuliatul Wahidah, "Resiliensi Perspektif Al Quran", *Jurnal Islam Nnusantara*, Vol. 02, No. 01, Juni 2018, 105-120.

وَلَنبَلِّغَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصِ مِنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِيرِ الصَّابِرِينَ
 (155) الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ (156) أُولَٰئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ
 مِنْ رَبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ وَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ (157)

Artinya: “Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar, (yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan, “Innaa lillaahi wa innaa ilaihi raaji`uun”. Mereka itulah yang mendapat keberkatan yang sempurna dan rahmat dari Tuhan mereka, dan mereka itulah orang-orang yang mendapat petunjuk. (QS. al-Baqarah/2: 155-157).

Berlandaskan konsep *resilience* yang telah disebutkan di bagian atas, *resilience* dapat diambil kesimpulan maka *resilience* berarti perpindahan dari hal-hal yang bersifat negatif atau buruk menuju hal yang bersifat positif atau baik. Hal ini membawa resiliensi kepada jiwa yang sabar, istikamah, iktiar, ikhlas, dan selalu syukur terhadap nikmat yang diberikan oleh Allah SWT.

Steven J. Wolin dan Sybil Wolin mengungkapkan bahwa terdapat tujuh aspek-aspek *academic resilience* pada tiap individu, yaitu: *good relationships* (bisa membangun sebuah hubungan yang bagus), *independence* (mempunyai kepribadian yang mandiri), *initiative* (mempunyai sikap inisiatip), *sense of humor* (memiliki humor yang bagus), *creativity* (mempunyai sikap yang kreatif), *having good moral standart* (memiliki standar moral yang bagus) dan *including insight* (mempunyai wawasan yang luas).²⁰

Cristina Pinel Martínez dan Josefa Martínez Talavera dalam penelitiannya menyatakan bahwa *resilience* dapat berperan pada terjadinya *burnout* terhadap

²⁰Steven J. Wolin dan Sybil Wolin, *The Resilient Self: How Survivors of Troubled Families Rise Above Adversity*, (New York: Villiard Books, 1993), 29.

individu. Penyebabnya adalah karena dimensi-dimensi yang digunakan pada *resilience* dapat berkorelasi negatif dengan dimensi-dimensi yang dimiliki oleh *burnout*.²¹

Gregory T. Eells dalam penelitiannya menyatakan bahwa mahasiswa yang sedang mengalami sebuah tekanan memungkinkan saja untuk mengalami *stress* dan bisa saja berakhir dengan *burnout*, maka dari itu dengan *resilience* mahasiswa dapat menggunakan tekanan tersebut menjadi sebuah peluang untuk dapat berkembang, sehingga nantinya tantangan-tantangan yang akan dihadapi akan lebih mudah diatasi.²²

Pada penelitian *academic resilience* yang dilakukan oleh Dewi Kumalasari, penelitian ini telah dilakukan terhadap mahasiswa S1 aktif negeri dan mahasiswa swasta di seluruh Indonesia. Terdapat 379 responden telah berpartisipasi dalam pengambilan data dari kuesioner. Penelitian ini merupakan studi *cross-sectional* dengan menggunakan *quantitative methods* (pendekatan kuantitatif) dan *asaosiative design*. Penelitian ini menggunakan alat ukur *The Academic Resilience Scale-30* (ARS-30). Hasil pada penelitian ini adalah *academic resilience* ternyata berperan secara signifikan terhadap kepuasan pembelajaran.²³

Dengan *resilience*, mahasiswa mampu bersikap positif meskipun terpapar stresor yang tinggi. Cara memanfaatkan resiliensi akademik agar semakin optimal bisa juga bisa dengan menjaga hubungan yang baik dengan orang lain dan mencari

²¹Cristina Pinel Martínez dan Josefa Martínez Talavera, "Examining The Link Between Resilience, Burnout and Stress", *Journal Future Academy*, 2019, 583-591.

²²Gregory T. Eells, "Hyper-Achievement, Perfection, and College Student Resilience". *Journal of College and Character*, Vol 18, No. 02, 2017, 77-82.

²³Dewi Kumalasari, "Resiliensi Akademik Dan Kepuasan Belajar Daring di Masa Pandemi COVID-19: Peran Mediasi Kesiapan Belajar Daring", *Jurnal Psikologi Indonesia*, Vol. 09, No. 04, 2020, 353-368.

sebanyak apapun relasi dengan orang lain, tidak memandang krisis sebagai sebuah masalah yang tidak bisa diselesaikan, menerima segala perubahan, fokus terhadap tujuan yang sudah ditetapkan, berani mengambil segala tindakan, mampu melihat sebuah peluang, memiliki visi dan misi serta tujuan hidup, memiliki jiwa yang optimis dan mampu menjaga dirinya dengan baik.²⁴

Berdasarkan latar belakang di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh *Academic Resilience* terhadap *Academic Burnout* pada Mahasiswa Prodi Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin pada Pascapandemi”.

B. Rumusan Masalah

Dari deskripsi latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Bagaimana tingkat *academic resilience* pada mahasiswa Prodi Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin pada pascapandemi?
2. Bagaimana tingkat *academic burnout* pada mahasiswa Prodi Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin pada pascapandemi?
3. Apakah terdapat pengaruh *academic resilience* terhadap *academic burnout* pada mahasiswa Prodi Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin pada pascapandemi?

²⁴American Psychiatric Association, *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders Fourth Edition, DSM V*, (Washington DC: American Psychiatric Association, 2013., 50.

C. Tujuan Penelitian

Adapun sebagai jawaban dari rumusan masalah diatas, maka ditetapkanlah tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini, yaitu sebagai berikut:

1. Mengetahui tingkat *academic resilience* pada mahasiswa Prodi Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin pascapandemi.
2. Mengetahui tingkat *academic burnout* pada mahasiswa Prodi Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin pascapandemi.
3. Mengetahui pengaruh *academic resilience* terhadap *academic burnout* pascapandemi pada mahasiswa Prodi Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin.

D. Signifikansi Penelitian

Signifikansi dalam penelitian ini dapat dilihat dalam dua hal, yaitu:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat memberikan kontribusi untuk memperkaya wawasan dan pengetahuan dalam kajian psikologi khususnya dalam bidang psikologi Pendidikan. Penelitian ini juga dapat menjadi pengetahuan tentang variabel terkait yaitu *academic resilience* dan *academic burnout*.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat memberikan wawasan dan pengetahuan baru serta pengalaman terkait penerapan keilmuan yang telah

dipelajari peneliti selama menempuh pendidikan di bangku perkuliahan.

b. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran terhadap mahasiswa terkait kondisi *academic resilience* dan *academic burnout* mereka sehingga dapat digunakan untuk evaluasi diri dalam meningkatkan kedua hal tersebut.

c. Bagi Dosen

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran kepada dosen tentang kondisi kemampuan mahasiswa Prodi Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin dalam mengatasi masalah sehingga memudahkan dosen dalam merencanakan kegiatan perkuliahan yang akan dilakukan.

d. Bagi Universitas

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai suatu gambaran tentang bagaimana kondisi mahasiswa di lingkungan UIN Antasari Banjarmasin sehingga dapat mengarahkan strategi agar terus meningkatkan kemampuan beradaptasi dan tetap teguh dalam mengatasi situasi sulit oleh para mahasiswa.

E. Definisi Operasional

1. *Academic Resilience*

Dalam bahasa Inggris *resilience* mempunyai arti daya pegas, kekenyalan, ketahanan atau kegembiraan.²⁵ Istilah *resilience* juga dikenal sebagai kata pengganti dari istilah-istilah sebelumnya seperti, “*invulnerable*” (kekebalan), “*invincible*” (ketangguhan), dan “*hardy*” (kekuatan), karena saat individu mengalami proses menjadi resilien tercakup juga sebuah perjuangan, pengenalan rasa sakit, dan penderitaan.²⁶

Menurut Cassidy *Academic resilience* adalah sebuah kapasitas untuk meningkatkan keberhasilan individu dalam lingkup pendidikan walaupun individu tersebut di sebuah situasi yang sulit.²⁷

Academic resilience memiliki 3 dimensi penting, yang pertama adalah *perseverance* (ketekunan), yang kedua adalah *reflecting and adaptive help-seeking* (merefleksikan dan beradaptasi dalam mencari bantuan), dan yang ketiga *negative affect and emotional response* (pengaruh negatif dan respon emosional).²⁸

Academic resilience dalam penelitian ini adalah bentuk kemampuan atau kapasitas yang dimiliki oleh mahasiswa saat meraih sebuah kesuksesan secara bidang akademik walaupun di tengah situasi yang sulit dan menghalangi mereka untuk meraih kesuksesan. *Academic resilience* pada penelitian ini berorientasi

²⁵John M. Echols dan Hassan Shadily, *Kamus Inggris-Indonesia* (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 2010), 480.

²⁶Nan Henderson dan Mike M. Milstein, *Resiliency in Schools: Making It Happen for Students and Educators*. (United States of America: Corwin. Press, 2003), 199.

²⁷Simon Cassidy. “The Academic Resilience Scale (ARS-30): A new multidimensional construct measure”. *Frontiers in Psychology*, Vol.7 (2016), 1-11.

²⁸Simon Cassidy. “The Academic Resilience Scale (ARS-30): A new multidimensional construct measure”. *Frontiers in Psychology*, Vol.7 (2016), 1-11.

pada 3 dimensi yaitu kepada kekuatan mahasiswa Prodi Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin dalam menghadapi rintangan, adaptasi terhadap situasi sulit yang sedang dihadapi, dan pengaruh emosional terhadap permasalahan-permasalahan yang terjadi pada mahasiswa mahasiswa Prodi Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin.

2. *Academic Burnout*

Burnout merupakan kondisi seseorang yang merasa lelah ataupun frustrasi karena adanya kendala pencapaian harapan.²⁹ *Burnout* bisa juga disebut sebagai sebuah keadaan yang dimana seseorang mengalami kelelahan ataupun rasa hampa pada kegiatan yang lakukannya, pandangan hidup atau gagal dalam hubungan untuk menghasilkan hal yang diharapkan atau setiap tingkatan harapan yang bertentangan pada realitas dan tetap mencoba untuk menggapai harapan itu, hal ini akan menimbulkan sebuah masalah.³⁰

Menurut Schaufeli *academic burnout* merupakan perasaan kelelahan yang dimiliki oleh mahasiswa karena hasil dari tuntutan akademik (*exhaustion*), memiliki rasa pesimis dan kurangnya minat atau munculnya perilaku yang sinis terhadap tugas akademik dan kegiatan akademik lainnya (*cynicism*), dan perasaan tidak kompeten sebagai mahasiswa (*professional efficacy*).³¹

²⁹Septriyani Orpina dan Sowanya Ardi Praha, "Self Efficacy dan Burnout Akademik pada Mahasiswa yang Bekerja", *Indonesian Journal of Educational Counseling*, Vol. 3, No. 2 (2019): 120.

³⁰Ni Luh Putu Thrisna Dewi dan Ni Made Nopita Wati, *Penerapan Metode Gayatri Mantra dan Emotional Freedom Technique (GEFT) pada Aspek Psikologis*, (Pasuruan: Penerbit Qiara Media, 2021), 29.

³¹Schaufeli *et al.* "Burnout and engagement in university students: A cross-national study". *Journal of cross-cultural psychology*", Vol. 33, No. 05 (2002), 464-481.

Dimensi dari *academic burnout* ada tiga yaitu, yaitu yang pertama adalah kelelahan (*exhaustion*), kelelahan yang dimaksud adalah kelelahan yang berkepanjangan baik secara 1) fisik, 2) mental, maupun 3) emosional. Kedua, adalah depersonalisasi atau sinisme (*depersonalization* atau *cynicism*), yaitu keadaan yang ditandai dengan sikap sinis, cenderung, menarik diri dari dalam lingkungannya. Adapun yang ketiga adalah ketidakefektifan atau penurunan prestasi pribadi (*inefficacy* atau *reduced personal accomplishment*), merupakan yang ditandai dengan perasaan tidak berdaya dan merasa semua tugas yang diberikan berat.³²

Academic burnout dalam penelitian ini adalah sebuah kondisi dimana mahasiswa Prodi Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin yang ditandai dengan kelelahan secara fisik, mental dan emosional sehingga menimbulkan suatu perasaan negatif terhadap diri sendiri seperti sinisme dan rasa tidak peduli yang akan berakibat pada penurunan prestasi pribadi yang terjadi pada masa pascapandemi. Ada 3 dimensi penting yaitu *exhaustion*, *cynicism*, dan *inefficacy*.

3. Pascapandemi Covid-19

Pandemi Covid-19 adalah sebuah peristiwa menyebarnya virus pada tahun 2019 di seluruh dunia. Virus ini ditularkan oleh jenis virus koronavirus, jenis virus diberi nama SARS-CoV-2. Wabah virus Covid-19 dideteksi pertama kali di Kota Wuhan, Hubei, Tiongkok pada tanggal 31 Desember 2019, dan ditetapkan sebagai

³²Ni Luh Putu Thrisna Dewi dan Ni Made Nopita Wati, *Penerapan Metode Gayatri Mantra dan Emotional Freedom Technique (GEFT) pada Aspek Psikologis*, (Pasuruan: Penerbit Qiara Media, 2021), 32-33.

pandemi oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) pada tanggal 11 Maret 2020. Pasca adalah kalimat yang berkaitan kalimat sesudah.³³

Masa pascapandemi adalah masa setelah masa pandemi Covid-19. Masa pascapandemi ini dikenal sebagai masa pemulihan setelah terjadinya Covid-19 di Indonesia maupun dunia. Pemulihan ini terjadi di berbagai aspek, mulai dari aspek sosial, aspek ekonomi, aspek pendidikan, dll.

Pada keberlangsungan program vaksinasi di Indonesia pada 24 April 2022, terjadi perubahan yang signifikan. Pada penerima vaksin ke-1 bertambah menjadi 69.208 dengan total 198.900.322 orang. Sedangkan penerima vaksinasi ke-2 bertambah menjadi 79.188 orang dengan total 163.954.030 orang. Serta vaksinasi ke-3 bertambah 158.649 dengan total 35.005.482 orang.³⁴

F. Penelitian Terdahulu

Sebelum judul ini dibuat, penulis terlebih dahulu mempelajari beberapa penelitian-penelitian terdahulu agar menambah wawasan dan lebih terarah untuk memulai penelitian yang penulis lakukan. Diantara penelitian tersebut antara lain:

1. Agoes Poerwanto dan Wiwik Prihastiwati, “Analisa Prediktor Resiliensi Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama di Kota Surabaya”, (Jurnal Psikosains, Volume 12, Nomor 1, Hal: 45 – 57, Febuari 2017). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui resiliensi akademik siswa Sekolah Menengah Pertama. Penelitian ini juga bertujuan untuk mengetahui hubungan antara

³³Ernawati Waridah, Kamus Bahasa Indonesia (Jakarta: Penerbit Bmedia, 2017), 198.

³⁴Satuan Tugas Penanganan Covid-19, “Data Vaksin Covid-19 di Indonesia pada 24 April 2022”, <https://covid19.go.id/artikel/2022/01/24/data-vaksinasi-covid-19>, diakses pada 24-April-2022.

variabel yaitu kualitas hubungan siswa-guru, pengasuhan orang tua, self regulasi dan religiusitas dengan variabel resiliensi akademik, serta mengetahui hubungan variabel prediktor terhadap resiliensi akademik siswa. Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif, yang akan melibatkan beberapa penelitian dan pengukuran variabel. Subyek penelitian ini adalah siswa Sekolah Menengah Pertama di daerah pingiran kota Surabaya tepatnya di wilayah kecamatan Mulyorejo dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive random sampling*, dengan ciri-cirinya yaitu: saat ini sedang berstatus sebagai siswa Sekolah Menengah Pertama yang berada di daerah pinggiran kota. Sekolah yang dijadikan tempat penelitian adalah SMP Muhammadiyah 10 Surabaya dan SMPN 45 Surabaya. Jumlah subjek adalah sebanyak 85 siswa SMP Muhammadiyah 10 dan dari SMPN 45 sebanyak 129 siswa, sehingga total subyek penelitian sebanyak 214 siswa. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh hasil $R = 0.429$, $F = 11.816$ dan $p=0.000$ maka dapat disimpulkan bahwa secara bersama-sama terdapat korelasi yang sangat signifikan pada variabel. Kualitas Hubungan Guru-Siswa, Regulasi Diri dan Religiusitas dengan Resiliensi Akademik. Namun jika dilihat dari sumbangan efektif pengaruh ke ketiga variabel bebas tersebut terhadap variabel tergantung ternyata kecil yaitu hanya 18.4 %. ($R^2 = 0.184$) atau dengan kata lain bahwa perubahan yang terjadi pada resiliensi akademik siswa disebabkan oleh variabel kualitas hubungan guru-siswa, regulasi diri dan religiusitas hanya sebesar 18.4%. Hal ini berarti masih banyak variabel lain yang berpengaruh terhadap

resiliensi akademik siswa. Persamaan dari penelitian ini adalah sama sama menggunakan metode kuantitatif, perbedaannya pada objek yang diteliti, peneliti meneliti mahasiswa sedangkan penelitian ini menggunakan siswa sekolah menengah.³⁵

2. Prianggi Amelasasih, S.Psi, M.Si, Surya Aditama, M. Rafli Wijaya “Resiliensi Akademik dan *Subjective Well-Being* Pada Mahasiswa” Jurnal Psikologi, Volume 1, Nomor 1, July 2019). Studi ini bertujuan untuk menguji secara empiris hubungan resiliensi akademik dengan *Subjective Well-Being* pada mahasiswa fakultas psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik. Metode kuantitatif yang digunakan menggunakan metode analisis korelasional yaitu analisis statistik yang berusaha untuk mencari hubungan atau pengaruh antara dua buah variabel atau lebih. Dalam analisis korelasional ini, variabel dibagi ke dalam dua bagian. Subjek penelitian tersebut adalah mahasiswa fakultas psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik (UMG) dengan usia 18 –22 tahun yang bersedia mengisi informed consent dan Penelitian ini menganalisis sebanyak 53 orang. Alat ukur yang digunakan adalah Skala *subjective well-being* (SWB) dan Skala Resiliensi Akademik. Metode analisis statistik yang digunakan yaitu analisis korelasi Perason. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang positif antara resiliensi akademik dengan *subjective well-being* ($R=0.73$, $p<0,05$). Hasil penelitian resiliensi akademik mahasiswa fakultas psikologi Universitas Muhammadiyah Gresik (UMG) memiliki

³⁵Agoes Poerwanto dan Wiwik Prihastiw, “Analisa Prediktor Resiliensi Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama di Kota Surabaya”, *Jurnal Psikososains*, 1, Volume (2017), 45-57.

hubungan dengan *subjective well-being* pada mereka. Dengan analisis *Pearson Product Moment (PPM)*, menghasilkan nilai signifikan $P < 0,05$ atau $P < 5\%$ yang berarti memiliki tingkat kepercayaan diatas 95% Karena Probabilitas (P value) atau tingkat melakukan kesalahan memiliki peluang dibawah 5 kali dari 100 kejadian. Korelasi (R) memiliki nilai 0,73. Karena relasinya suatu diantara 0,000 hingga +1,000 yang berarti memiliki hubungan positif signifikan antara variabel x (resiliensi akademik) dan variabel y (*subjective well-being*). Persamaan dari penelitian ini adalah sama sama menggunakan metode kuantitatif sama-sama meneliti tentang resiliensi akademik, sama-sama meneliti mahasiswa fakultas psikologi, perbedaannya peneliti tidak meneliti tentang *Well-Being* Pada Mahasiswa tetapi meneliti tentang *burnout*.³⁶

3. Ade Chita Putri Harahap, Samsu Rivai Harahap, dan Dinda Permatasari Harahap. "Gambaran Resiliensi Akademik Mahasiswa pada Masa Pandemi Covid-19" (Jurnal Pendidikan dan Konseling, Volume 10, Nomor 2, Tahun 2020). Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif deskriptif. Metode penelitian deskriptif kuantitatif adalah salah satu jenis penelitian yang bertujuan mendeskripsikan secara sistematis, faktual, dan akurat mengenai fakta dan sifat tertentu, atau mencoba menggambarkan fenomena secara detail. Peneliti ingin mendapatkan gambaran keadaan resiliensi akademik mahasiswa selama masa pandemi Covid-19. dengan subjek penelitian adalah mahasiswa BKI Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Adapun populasi

³⁶Prianggi Amelasasih, S.Psi, M.Si, Surya Aditama, M. Rafli Wijaya "Resiliensi Akademik dan Subjective Well-Being Pada Mahasiswa" *Jurnal Psikologi*, 1, Volume 1 (2019).

pada penelitian ini adalah mahasiswa BKI sebanyak 320 orang yang aktif melaksanakan perkuliahan secara daring di rumah selama masa pandemi Covid-19. Kategori yang digunakan pada skala resiliensi akademik ini menggunakan tiga kategori yaitu tinggi (T), sedang (S), dan rendah (R). Adapun hasilnya adalah resiliensi akademik mahasiswa berada pada kategori tinggi sebesar 63,12% atau sebanyak 202 mahasiswa, untuk kategori sedang sebesar 36,88% atau sebanyak 118 mahasiswa dan kategori rendah sebesar 0% atau sebanyak 0 mahasiswa. Mahasiswa dengan resiliensi akademik yang tinggi atau baik mampu bertahan di dalam tekanan dan mampu mencari jalan keluar terhadap permasalahan akademik yang muncul ditengah pandemi Covid-19. Keadaan Covid-19 yang semakin mengkhawatirkan membuat mahasiswa dituntut untuk bisa belajar secara daring atau virtual di rumah tapi tetap tidak menghilangkan kaidah-kaidah dan esensi pembelajaran yang baik walaupun secara daring dilakukan. Seorang mahasiswa memperoleh kesempatan belajar dari situasi yang sulit, menantang dan memacu segenap potensinya. Sebaliknya, mahasiswa yang resiliensinya rendah merasa cemas, takut dan menghindar dari kesulitan, karena hal itu akan mengancam eksistensi dirinya. Persamaan dari penelitian ini adalah sama sama menggunakan metode kuantitatif , variable yang digunakan sama yaitu resiliensi akademik, sama-sama meneliti mahasiswa disaat pandemi, perbedaanya penelitian ini variable terikatnya bukan burnout, lokasi yang digunakan dalam penelitian ini berbeda dengan peneliti³⁷

³⁷Ade Chita Putri Harahap, Samsu Rivai Harahap, dan Dinda Permatasari Harahap.

4. Alma Yulianti, Mudjiran, Herman Nirwana. “Implementasi Psikologi Pendidikan Menuju Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa” (Jurnal Psikologi Univeritas Muhammadiyah Lampung, Volume 3, Nomor 1, Febuari 2021). Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus. Data dari seluruh partisipan dalam penelitian ini akan dianalisis sebagai satu kesatuan unit. Partisipan terdiri dari 7 orang mahasiswa Strata 1 Program Studi psikologi Universitas X yang telah menyelesaikan studi. Masa studi partisipan bervariasi dari 4 hingga 6 tahun. Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode wawancara dengan pedoman umum dan lembar isian data awal. Sementara teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah analisis tematik data driven Hasil analisis data menunjukkan bahwa pencapaian resiliensi akademik terjadi dengan adanya adaptasi positif yang mampu dimunculkan oleh mahasiswa setiap kali berhadapan dengan kesulitan. Adaptasi positif yang dimaksud akan dipaparkan dengan menjelaskan terlebih dahulu pengalaman negatif yang dirasakan partisipan dan menjadi kesulitan besar dalam proses studinya. Terdapat tiga pengalaman negatif yang utama dirasakan oleh mahasiswa dalam penelitian ini dan cukup menguras energi mereka untuk mengatasinya. Ketiga pengalaman tersebut meliputi: (1) Problem pembagian waktu yang sedang dijalani; (2) Problem dengan pembimbing dan penguji; dan (3) Problem dalam pelaksanaan penelitian. Secara personal problem ini tidak lepas dari perbedaan karakter dan pengalaman antar individu. Pada problem

ketiga tentang pelaksanaan penelitian, mahasiswa mengakui kelemahan ini dimiliki dan memberi hambatan signifikan dalam proses penelitian yang dilakukan. Keterbatasan penguasaan metodologi dan pengalaman lapangan menjadi catatan tersendiri yang nantinya patut dicarikan solusi agar problem serupa dapat diantisipasi sejak awal. Mahasiswa dengan ketahanan yang tinggi yang mampu bertahan menghadapi kondisi sulit dan terus berusaha menyelesaikan tugas akhirnya. Ketahanan memiliki makna yang dekat dengan istilah psikologi yaitu resiliensi. Perbedaannya ialah penelitian ini menggunakan metode Kualitatif sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan metode Kuantitatif. Persamaan dari penelitian ini adalah sama-sama meneliti tentang resiliensi akademik, dan sama-sama meneliti tentang mahasiswa.³⁸

5. Ratriana Kusumiati dan Arthur Huwae, “*Neuroticism Trait Personality, Social Support, dan Resiliensi Akademik Mahasiswa di Masa Pandemi Covid-19*”. (Jurnal Psikologi, Volume 14, Nomor 1, Hal: 38-51, Juni 2021). Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh *neuroticism trait personality* dan *social support* terhadap resiliensi akademik mahasiswa di masa pandemi Covid-19. Metode yang digunakan adalah kuantitatif regresi berganda. Partisipan yang dilibatkan sebanyak 427 mahasiswa, dengan menggunakan teknik *convenience sampling*. Skala yang digunakan terdiri dari skala resiliensi akademik, skala *neuroticism trait personality*, dan skala *social support*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh *neuroticism*

³⁸Alma Yulianti, Mudjiran, Herman Nirwana. “Implementasi Psikologi Pendidikan Menuju Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa” *Jurnal Psikologi Univeritas Muhammadiyah Lampung*, 1, Volume 3 (2021).

trait personality dan *social support* terhadap resiliensi akademik mahasiswa. Untuk tetap memiliki mental yang sehat dalam menempuh studi, maka individu mampu untuk bangkit dan beradaptasi terhadap situasi pandemi Covid-19 yang sangat krusial, dengan terus melatih dan membentuk kepribadian yang sehat lewat stabilitas emosi, dan selalu mencari serta mendapatkan dukungan yang penuh dari lingkungan keluarga, teman, dan orang-orang terdekat yang berharga bagi individu. Persamaan dari penelitian ini adalah sama-sama menggunakan metode kuantitatif, sama-sama meneliti tentang resiliensi akademik, sama-sama meneliti mahasiswa, sama-sama membahas tentang masa pandemi dan perbedaannya dari bagian variabelnya, disini peneliti meneliti permasalahan *neuroticism trait personality*, *social support*, dan resiliensi akademik mahasiswa pada saat pandemi sedangkan peneliti meneliti hubungan antara resiliensi akademik dan *burnout* pada saat pandemi, lokasi yang digunakan dalam penelitian ini berbeda dengan peneliti.³⁹

³⁹Ratriana Kusmiati dan Arthur Huwae “Neuroticism Trait Personality, Social Support, dan Resiliensi Akademik Mahasiswa di Masa Pandemi Covid-19” *Jurnal Psikologi*, 1, Volume 14, (2021) : 38-51

G. Hipotesis Penelitian

1. Ha: Terdapat pengaruh *academic resilience* terhadap *academic burnout* pada mahasiswa Prodi Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin pada pascapandemi.
2. Ho: Tidak terdapat pengaruh *academic resilience* terhadap *academic burnout* pada mahasiswa Prodi Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin pada pascapandemi.

Dari kedua hipotesis tersebut, yang sesuai dengan gejala di lapangan serta teori-teori terkait dan akan diajukan sebagai hipotesis penelitian adalah hipotesis alternatif (Ha) yaitu Terdapat pengaruh *academic resilience* terhadap *academic burnout* pada mahasiswa Prodi Psikologi Islam UIN Antasari Banjarmasin pada pascapandemi.

H. Sistematika Penulisan

Penulis memberikan sistematika penulisan yang berfungsi sebagai pedoman dalam penyusunan laporan penelitian ini, yang mana terdiri dari beberapa hal seperti yang disebutkan sebagai berikut:

1. Bab I, yaitu pendahuluan yang terdiri dari latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, signifikansi penelitian, definisi operasional, penelitian terdahulu, hipotesis penelitian dan sistematika penulisan.
2. Bab II, yaitu landasan teori yang berisi penjabaran teori terkait variabel-variabel yang digunakan dalam penelitian ini.

3. Bab III, yaitu metode penelitian yang terdiri dari jenis dan pendekatan penelitian, populasi dan sampel, data dan sumber data, lokasi penelitian, teknik pengambilan data, instrumen penelitian, teknik pengolahan dan analisa data.
4. Bab IV, yaitu hasil dan pembahasan yang terdiri dari pembahasan yang terkait dengan masalah penelitian dan analisa tentang data-data yang telah didapatkan di lapangan.
5. Bab V, yaitu penutup yang terdiri dari simpulan dan saran-saran yang dapat digunakan untuk peneliti selanjutnya.