

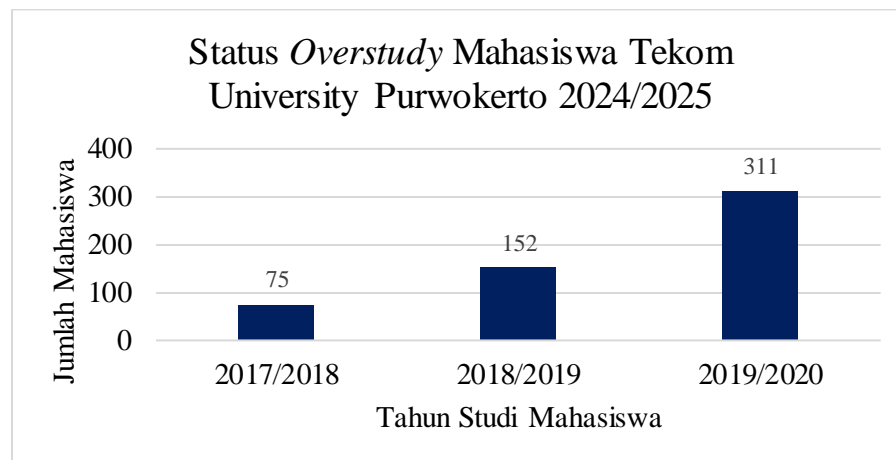
BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Perguruan tinggi adalah satuan pendidikan penyelenggara pendidikan tinggi. Penyelenggaraan proses kegiatan belajar dan mengajar, perguruan tinggi dapat melaksanakan jenis pendidikan baik yang bersifat akademik, profesi, maupun advokasi (Ariwidodo, 2023). Perguruan tinggi memiliki tanggung jawab untuk memastikan mahasiswa menyelesaikan studinya tepat waktu guna menghasilkan lulusan yang berkualitas dan berdaya saing (Rahman, 2022). Namun, fenomena *overstudy*, yaitu mahasiswa yang membutuhkan waktu lebih dari 8 semester untuk menyelesaikan pendidikan sarjana, menjadi salah satu tantangan utama yang dihadapi institusi pendidikan tinggi (Barat, 2021). Berdasarkan Keputusan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia No. 232/U/2000, masa studi ideal program sarjana adalah 8 semester dengan beban studi minimal 144 SKS dan maksimal 160 SKS, tetapi mahasiswa diberikan batas waktu hingga 14 semester (Ariwidodo, 2023). Ketika mahasiswa tidak dapat menyelesaikan studinya dalam kurun waktu 8 semester maka, mereka dikategorikan sebagai *overstudy*, yang menunjukkan adanya hambatan baik dalam manajemen akademik maupun non-akademik (Kumalasari & Luthfiyanni, 2020).

Berdasarkan data dari Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi (DIKTI, 2024), sekitar 15-25% mahasiswa di Indonesia tidak mampu menyelesaikan studinya tepat waktu (Barat, 2021). Di Telkom *University* Purwokerto, fenomena *overstudy* juga menunjukkan tren peningkatan dari tahun ke tahun. Persentase mahasiswa *overstudy* mencapai 10,2% (311 mahasiswa) pada angkatan 2019/2020. Meskipun kondisi tersebut masih dibawah rata-rata tapi berdasarkan data bergerak menunjukkan data terus naik sehingga perlunya analisis lebih mendalam untuk memahami penyebab dan mencari solusi untuk mengurangi angka *overstudy*. Berikut adalah data mahasiswa *overstudy* di Telkom University Purwokerto tahun ajaran 2024/2025.



Gambar 1.1 Visualisasi Populasi Mahasiswa *Overstudy*

Mahasiswa *overstudy* dihadapkan pada tantangan yang lebih besar dibandingkan mahasiswa aktif atau tingkat akhir lainnya. Mereka tidak hanya menghadapi tekanan akademik, tetapi juga beban psikologis akibat ekspektasi dari keluarga dan lingkungan akademik untuk segera menyelesaikan studi (Kumalasari & Luthfiyanni, 2020). Tekanan tersebut dapat memengaruhi kinerja akademik sekaligus kesejahteraan mental mahasiswa. Menurut penelitian di Universitas Muhammadiyah Surakarta, sebanyak 50,9% mahasiswa *overstudy* melaporkan tingkat stres yang tinggi akibat tekanan akademik (Kumalasari & Luthfiyanni, 2020; Barat, 2021). Selain itu, stres yang tinggi juga dapat berdampak pada penurunan produktivitas mahasiswa dan memperburuk kondisi *overstudy* (Rahman, 2022).

Penelitian berikut lebih berfokus pada motivasi belajar dan beban kerja mental sebagai variabel utama karena keduanya dianggap sebagai faktor internal yang memiliki pengaruh langsung terhadap fenomena *overstudy* (Sarmiento et al., 2021). Motivasi belajar memainkan peran kunci dalam mendorong mahasiswa untuk mencapai tujuan akademiknya. Namun, motivasi yang terlalu tinggi sering kali menjadi pedang bermata dua. Di satu sisi, motivasi belajar mendorong mahasiswa untuk berusaha lebih keras, tetapi di sisi lain, motivasi yang berlebihan tanpa manajemen yang baik dapat menyebabkan pola belajar yang tidak sehat, seperti belajar secara terus-menerus tanpa istirahat atau relaksasi

(Sarmiento et al., 2021). Kondisi tersebut meningkatkan risiko kelelahan mental (*burnout*), yang pada akhirnya memperburuk kondisi *overstudy* (Agustina, 2023).

Motivasi belajar juga memiliki dampak yang signifikan terhadap perilaku akademik mahasiswa *overstudy*. Mahasiswa dengan motivasi belajar yang tinggi sering kali mengabaikan kebutuhan dasar seperti istirahat, interaksi sosial, dan keseimbangan hidup (Rahman, 2022). Dalam beberapa kasus, mahasiswa cenderung menetapkan standar yang terlalu tinggi untuk diri mereka sendiri, sehingga berpotensi memperpanjang masa studi ketika target tersebut tidak tercapai (Sarmiento et al., 2021). Oleh karena itu, memahami motivasi belajar mahasiswa menjadi penting untuk membantu institusi merancang program intervensi yang spesifik, seperti pelatihan manajemen waktu, pengelolaan tujuan akademik, dan strategi belajar yang efektif (Sukma, 2022).

Selain motivasi belajar, beban kerja mental dipilih sebagai variabel karena mencerminkan tingkat tekanan kognitif yang dirasakan mahasiswa akibat tuntutan akademik yang berat (Agustina, 2023). Penelitian menunjukkan bahwa beban kerja mental yang tinggi dapat menurunkan kemampuan mahasiswa untuk belajar secara efektif, memengaruhi produktivitas, dan memperpanjang waktu studi (Sukma, 2022). Mahasiswa *overstudy* cenderung mengalami beban kerja mental yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa lainnya, terutama mereka yang berada di semester akhir dan sedang menyelesaikan skripsi atau tugas akhir (Rahman, 2022). Beban tersebut meningkatkan risiko penurunan performa akademik dan kualitas hidup (Rahman, 2022).

Dengan memilih motivasi belajar dan beban kerja mental sebagai variabel utama, penelitian berikut bertujuan menggali hubungan antara keduanya dalam memengaruhi fenomena *overstudy*. Kedua variabel memiliki urgensi tinggi karena keduanya dapat diintervensi secara langsung oleh institusi pendidikan. Intervensi yang tepat pada kedua faktor diharapkan dapat membantu mahasiswa mengatasi tantangan akademik yang mereka hadapi, meningkatkan produktivitas, dan mendukung keberhasilan kelulusan tepat waktu.

1.2 Rumusan Masalah

Fenomena *overstudy* di Telkom University Purwokerto telah menjadi masalah yang semakin menonjol, seperti yang ditunjukkan oleh peningkatan signifikan jumlah mahasiswa yang memperpanjang masa studi mereka melebihi 8 semester. Kondisi ini bertentangan dengan harapan ideal di mana mahasiswa dapat menyelesaikan studi sarjana dalam waktu 4 tahun atau setara dengan 8 semester. Kesenjangan antara tuntutan akademik dan kemampuan mahasiswa dalam mengelola beban studi mereka telah mengakibatkan berbagai dampak negatif, termasuk kelelahan fisik dan mental yang berlebihan, penurunan efektivitas belajar, risiko *burnout* dan penundaan karir. Faktor-faktor seperti motivasi belajar yang tidak seimbang dan beban kerja mental yang berlebihan diduga berkontribusi terhadap masalah ini. Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian untuk mengeksplorasi hubungan antara motivasi belajar dan beban kerja mental dengan fenomena *overstudy*, mengidentifikasi faktor-faktor penyebab utama, serta mengevaluasi efektivitas program bimbingan akademik dan manajemen waktu dalam mencegah terjadinya *overstudy*. Lebih lanjut, perlu dikembangkan strategi yang efektif untuk menyeimbangkan tuntutan akademik dengan kesejahteraan mental mahasiswa guna mencegah *overstudy* dan meningkatkan kualitas pengalaman belajar di perguruan tinggi.

1.3 Tujuan Penelitian

Berikut tujuan yang ingin dicapai pada penelitian sebagai berikut:

1. Menganalisis tingkat motivasi belajar pada mahasiswa *overstudy* Telkom University Purwokerto 2024/2025.
2. Menganalisis tingkat beban kerja mental pada mahasiswa *overstudy* Telkom University Purwokerto 2024/2025.
3. Menganalisis hubungan dan pengaruh motivasi belajar dengan beban kerja mental mahasiswa *overstudy* Telkom University Purwokerto 2024/2025.
4. Memberikan usulan rekomendasi.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Bagi Penulis

Memahami faktor-faktor yang mempengaruhi beban kerja mental mahasiswa tingkat akhir serta, pemahaman tentang hubungan antara motivasi belajar dan beban kerja mental mahasiswa akhir.

2. Bagi Pembaca

Pengetahuan pentingnya motivasi belajar dan strategi untuk mengelola beban kerja mental mahasiswa, pengetahuan untuk meningkatkan kesehatan mental dan prestasi akademik.

3. Bagi Institusi

Institusi dapat merancang program-program pendukung yang lebih efektif untuk meningkatkan kesejahteraan mahasiswa dan mengoptimalkan prestasi akademik, serta pengembangan kebijakan institusi yang lebih berorientasi pada kesehatan mental dan keberhasilan akademik mahasiswa.

1.5 Batasan Masalah

Adapun beberapa batasan dalam penelitian antara lain, yaitu:

1. Objek berfokus pada mahasiswa *overstudy* 2024/2025 Telkom University Purwokerto.
2. Penelitian berfokus pada dua aspek utama yaitu motivasi belajar dan beban kerja mental.
3. Penelitian dibatasi pada konteks akademik, yaitu aspek-aspek seperti penyelesaian tugas akhir, tekanan untuk lulus tepat waktu, manajemen waktu, evaluasi prestasi akademik, dan interaksi mahasiswa dengan sistem akademik yang memengaruhi beban kerja serta motivasi belajar.