BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Komunikasi adalah aktivitas dasar yang dimiliki oleh setiap manusia. Melalui komunikasi, manusia dapat saling berinteraksi satu sama lain, baik dalam kehidupan sehari-hari di rumah, tempat kerja, masyarakat, maupun di mana pun mereka berada. Tidak ada individu yang terlepas dari proses komunikasi. Komunikasi memegang peranan yang sangat penting dalam kehidupan, baik pada level individu, kelompok, maupun organisasi. Ruben (dalam Muhamad, 2005:3) memberikan definisi yang lebih luas mengenai komunikasi manusia, yaitu sebagai suatu proses di mana individu, baik dalam hubungan antar individu, kelompok, organisasi, maupun masyarakat, menciptakan, mengirimkan, dan memanfaatkan informasi untuk mengkoordinasi lingkungan dan interaksi dengan orang lain. Apalagi pada aktivitas dalam berinteraksi pada lingkungan sosial dimana manusia itu sendiri merupakan mahluk sosial.

Tahap pertukaran stabil dalam teori penetrasi sosial adalah tahap ketika hubungan antarindividu sudah mencapai kedekatan paling dalam, ditandai dengan keterbukaan penuh, rasa saling percaya yang tinggi, serta komunikasi yang jujur, konsisten, dan tidak lagi berpura-pura. Pada tahap ini, kedua pihak merasa nyaman untuk saling berbagi hal-hal personal dan emosional, sehingga hubungan berfungsi sebagai support system.Itulah alasan mengapa komunikasi antar pribadi sangat penting bagi kita sebagai manusia apalagi manusia sudah mewariskan pemikiran dari para nenek

moyang di zaman dahulu, dimana kala itu pada saat manusia berbondong-bondong saling mengandalkan satu sama lain dalam kehidupan liar sebelum terciptanya sebuah tulisan atau yang biasa kita sebut dengan zaman pra-aksara. Ini bisa dibilang sebagai warisan dari nenek moyang kita terdahulu. Hal ini sejalan dengan pendapat Murray (dalam Istiana, 2002: 35) yang menyatakan manusia memiliki dorongan sosial. Begitu pula dengan pandangan McClelland (dalam Istiana, 2002: 35) bahwa dorongan social yang membuat manusia cenderung mencari orang lain untuk berinteraksi. Oleh karena itu, interaksi antara individu dengan indivdu lain pun terjadi. Ketika terjadi sebuah interaksi, maka didalam prosesnya akan terjadi yang dinamakan hubungan intim yang melekat pada setiap individu tau dinamakan proses terjadinya penetrasi social. Penetrasi social itu sendiri merupakan sebuah bentuk komunikasi interpersonal dimana menyediakan jalan yang lengkap bagaimana sebuah hubungan interpersonal dapat berkembang dari satu waktu ke waktu lainnya. Akan tetapi,akegiatan penetrasi itu sendiri terbilang sulit untuk dilakukan ketika seseorang belum terbiasa ataupun rasa keberaniannya belum cukup besar. Ini bisa didasari karena individu tersebut belum menemukan seseorang yang dapat dipercaya untuk memiliki hubungan intim dengan orang lain, apalagi jika kita belum menemukan orang yang dapat memberikan feedback setimpal seperti nasihat tanggapan, ataupun sekedar mendengarkan. Maka dari itulah, ketika seseorang tidak merasa terhubung dan terkoneksi dengan lingkungan sosialnya saat ini, kerapkali individu tersebut mencari lingkungan yang lebih baik yang dapat membuat diri mereka nyaman untuk menjalin hubungan yang lebih intim kedalam kegiatan interaksi sosial. Hal itu selaras dengan pendapat menurut Walgito (2007) dimana kegiatan interaksi sosial merupakan hubungan antara satu individu dengan

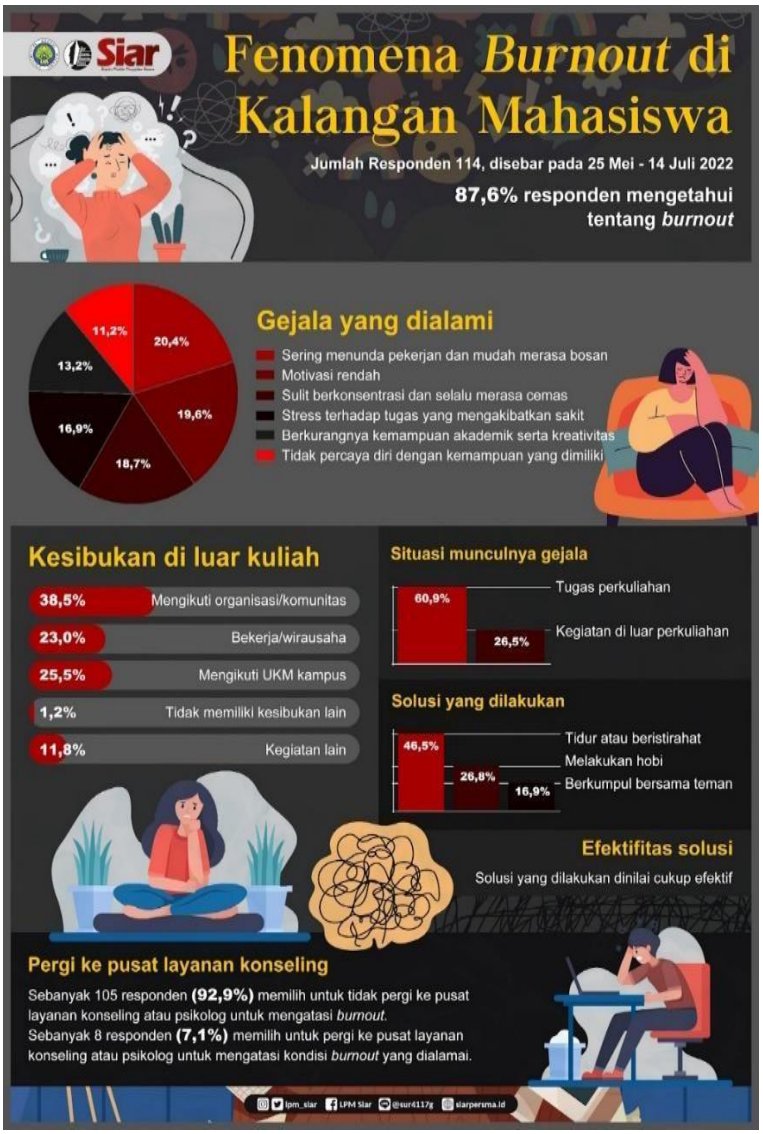
individu lainnya, di mana satu Tahap pertukaran stabil dalam teori penetrasi sosial adalah tahap ketika hubungan antarindividu sudah mencapai kedekatan paling dalam, ditandai dengan keterbukaan penuh, rasa saling percaya yang tinggi, serta komunikasi yang jujur, konsisten, dan tidak lagi berpura-pura. Pada tahap ini, kedua pihak merasa nyaman untuk saling berbagi hal-hal personal dan emosional, sehingga hubungan berfungsi sebagai support system.Ditambah lagi dengan sebutan mahasiswa yang dianggap sebagai agen perubahan, yang diharapkan dapat menjadi sosok yang memulai perubahan. Untuk memenuhi peran tersebut, selain melaksanakan kegiatan belajar yang diwajibkan, mahasiswa juga mengambil beberapa langkah untuk mendukung mereka menjadi agen perubahan. Langkah-langkah tersebut antara lain bergabung dengan organisasi, unit kegiatan untuk mengembangkan bakat, atau terlibat langsung dalam masyarakat dan dunia kerja. Terkadang, banyaknya peran seperti itulah yang mendorong mahasiswa rentan terkena penyakit mental seperti burnout.

Menurut Pines dan Aronson (1996), burnout merujuk pada kelelahan yang terjadi secara fisik, emosional, dan mental, yang disebabkan oleh situasi penuh tekanan emosional yang berlangsung dalam periode waktu yang lama. Sedangkan Pines dan Aronson dalam Nursalam (2015), burnout itu sendiri merujuk pada kelelahan yang terjadi secara fisik, emosional, dan mental, yang disebabkan oleh situasi penuh tekanan emosional yang berlangsung dalam periode waktu yang lama.

Leiter dan Maslach (2016) mengidentifikasi beberapa faktor yang dapat menyebabkan munculnya burnout. Pertama, work overload atau beban kerja berlebihan, yaitu ketika individu harus menyelesaikan terlalu banyak tugas dalam waktu yang terbatas. Kedua, lack of work control, di mana adanya aturan yang membatasi

kemampuan individu untuk berinovasi. Ketiga, rewarded for work, yang berkaitan dengan kurangnya apresiasi dari lingkungan sekitar, seperti dalam konteks perkuliahan. Keempat, breakdown in community, yaitu ketidakmampuan individu untuk merasakan rasa keterikatan atau belongingness terhadap lingkungan kuliah. Kelima, treated fairly, yang berkaitan dengan perasaan diperlakukan secara tidak adil. Keenam, individu menghadapi conflict of values, yaitu ketika mereka melakukan sesuatu yang bertentangan dengan nilai-nilai yang diyakini.

Untuk menjawab pertanyaan tersebut, terhitung dari 25 Mei hingga 14 Juli 2022, Tim Penelitian dan Pengembangan (Litbang) Lembaga Pers Mahasiswa (LPM) Siar telah mendistribusikan kuesioner mengenai fenomena burnout yang dialami oleh mahasiswa. Hasil akhirnya, diperoleh 114 responden yang merupakan mahasiswa dari berbagai perguruan tinggi. Berikut ini adalah infografisnya.



Gambar 1.1 Diagram alur penelitian fenomena mahasiswa mengalamu burnout

Sumber : Data Penelitan Siarpersma.id (2022)

Sebagian besar responden menyatakan bahwa mereka mengalami burnout setelah merasakan beberapa gejala, antara lain 20,4% responden melaporkan sering menunda tugas Tahap pertukaran stabil dalam teori penetrasi sosial adalah tahap ketika hubungan antarindividu sudah mencapai kedekatan paling dalam, ditandai dengan

keterbukaan penuh, rasa saling percaya yang tinggi, serta komunikasi yang jujur, konsisten, dan tidak lagi berpura-pura. Pada tahap ini, kedua pihak merasa nyaman untuk saling berbagi hal-hal personal dan emosional, sehingga hubungan berfungsi sebagai support system.afektif, dan pertukaran stabil. Dari penjelasan diatas, maka peneliti melakukan penelitian dengan judul "Penetrasi Sosial pada Komunikasi Komunitas Buku Literasa Sebagai Wadah Mengatasi Academic Burnout".

1.2 Fokus Penelitian dan Pertanyaan Masalah

1.2.1 Fokus Penelitian

Berdasarkan konteks penelitian yang telah diuraikan diatas, maka peneliti menentukan focus penelitian yang akan dibahas mengenai bagimana terjadinya pola komunikasi **"**Penetrasi Sosial Komunikasi Komunitas Buku Literasa Sebagai Wadah Mengatasi Academic Burnout".

1.2.2 Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan pada fokus penelitian yang telah disebutkan diatas, sehingga dapat dirumuskan beberapa pertanyaan yang dapat di ambil peneliti pada penelitian berikut:

a. Bagaimana tahapan orientasi Komunitas Literasa Sebagai Wadah Mengatasi Burnout Academic pada Mahasiswa ?

b. Bagaimana tahapan penjajakan afektif pada Komunitas Literasa Sebagai Wadah Mengatasi Burnout academic Pada Mahasiswa

c. Bagaimana tahapan pertukaran afektif pada Komunitas Literasi Sebagai wadah Mengatasi Burnout Academic pada Mahasiswa

d. Bagaiamana tahapan stabil pada Komunitas Literasi Sebagai wadah Mengatasi Burnout pada Mahasiswa

1.3 Tujuan dan Kegunaan Penelitian

1.3.1 Tujuan Penelitian

a. Mengetahui tahap orientasi pada komunikasi Komunitas Baca Buku Literasa.
b. Sebagai wadah mengatasi academic burnout.
c. Mengetahui penjajakan pertukaran afektif pada komunikasi Komunitas Baca
a. Buku Literasa sebagai wadah mengatasi academic burnout.
d. Mengetahui pertukaran afektif pada komunikasi Komunitas Baca Buku.
a. Literasa sebagai wadah mengatasi academic burnout.
e. Mengetahui pertuaran pada komunikasi Komunitas Baca Buku Literasa.
f. sebagai wadah mengatasi academic burnout.

1.3.2 Kegunaan Penelitian

Adapun kegunaan penelitian, sebagai berikut:

a. Kegunaan Teoritis

Hasil dari penelitian ini pada bidang teoritis adalah diharapkan dapat memberikan sebuah wawasan dan ilmu pengetahuan bagi seseorang yang membutuhkan ilmu terkait pola komunikasi. Sebagai refrensi juga bagi penelitian selanjutnya terkait komunikasi pada sebuah Komunitas bagi para pecinta buku.

b. Kegunaan Praktis

1) memahami dan menambah wawasan terkait komunikasi pada sebuah komunitas membaca.
2) menjadikan refrensi bagi peneliti dalam melakukan penelitian sejenis memberikan informasi terkait pentingnya wadah bagi mahasiswa untuk mengatasi academic burnout.
3) menambah kesadaran bagi masyarakat luas akan pentingnya wadah sebagai stress relief sesuai dengan minat dan hobi masing-masing individu.