

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perkembangan pendidikan tinggi pada era digital ditandai oleh meningkatnya kompleksitas tuntutan akademik, percepatan arus informasi, serta perubahan pola pembelajaran yang menuntut mahasiswa untuk beradaptasi secara cepat dan berkelanjutan. Mahasiswa tidak hanya dituntut mencapai capaian akademik yang optimal, tetapi juga diharapkan mampu mengelola berbagai peran sosial, organisasi, dan pengembangan diri secara simultan. Kondisi tersebut, apabila tidak diimbangi dengan kemampuan coping yang memadai dan dukungan layanan psikologis yang efektif, berpotensi melahirkan masalah psikologis yang serius, salah satunya adalah burnout akademik. Secara teoretis, burnout merupakan sindrom psikologis yang muncul sebagai akibat dari stres kronis yang tidak terkelola secara efektif, yang ditandai oleh kelelahan emosional, munculnya sikap menjauh atau sinisme terhadap aktivitas yang dijalani, serta menurunnya rasa pencapaian dan makna diri¹

Burnout akademik tidak dapat dipahami sebagai kelelahan sesaat, melainkan sebagai kondisi psikologis yang bersifat kumulatif dan berdampak langsung pada motivasi belajar, keterlibatan akademik, serta keberlangsungan studi mahasiswa. Sejalan dengan itu, perspektif Bimbingan dan Konseling Islam memandang manusia sebagai makhluk holistik yang tersusun atas dimensi jasmani, akal, emosional, sosial, dan spiritual yang saling berkelindan dan tidak dapat dipisahkan satu sama lain. Ketika tekanan akademik yang dialami mahasiswa tidak diimbangi dengan penguatan makna hidup, nilai keimanan, serta strategi coping yang selaras dengan nilai-nilai Islam, maka ketidakseimbangan pada dimensi psikologis dan spiritual berpotensi melahirkan kelelahan mental yang lebih mendalam² (Yusuf & Nurihsan, 2019:78). Dalam kerangka ini, burnout akademik tidak hanya dipandang sebagai persoalan individual mahasiswa, melainkan sebagai hasil interaksi kompleks antara sistem pendidikan tinggi, tuntutan akademik

¹ Arbin Janu Setiyowati, et. al, *Academic Burnout Siswa Dan Implikasinya Terhadap Layanan Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah* (Media Nusa Creative, 2021)., 3

² Amalia, V.S., & Amelasasih, *Gambaran Burnout Belajar Siswa Kelas VI yang Menempuh Pendidikan Sekolah Dasar*. Jurnal Pendidikan dan Konseling, 4(4), 2022, 1761

struktural, kapasitas adaptasi personal mahasiswa, serta ketersediaan layanan bimbingan dan konseling yang mampu menjangkau kebutuhan psikologis dan spiritual secara utuh.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa burnout akademik telah menjadi perhatian dalam dunia pendidikan tinggi. Penelitian Galuh Prawitasari dkk. (2024) menunjukkan bahwa layanan konseling Islam efektif membantu menurunkan tingkat burnout akademik mahasiswa. Sementara itu, penelitian Sari Wardani Simarmata dkk. (2022) mengungkapkan bahwa burnout akademik dipengaruhi oleh tingginya beban akademik, tekanan psikologis, serta rendahnya kemampuan mahasiswa dalam mengelola stres. Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa burnout akademik merupakan persoalan yang kompleks sehingga memerlukan layanan pendampingan yang efektif dan berkelanjutan.

Fenomena burnout akademik merupakan realitas yang semakin banyak ditemukan dalam kehidupan mahasiswa perguruan tinggi, termasuk di lingkungan Institut Agama Islam Latifah Mubarokeyyah (IAILM). Berdasarkan hasil pengamatan di lapangan, ditemukan indikasi mahasiswa yang mengalami kelelahan emosional akibat akumulasi tugas perkuliahan, kejenuhan mengikuti proses pembelajaran, penurunan motivasi akademik, serta berkurangnya keterlibatan aktif dalam kegiatan akademik. Gejala tersebut tampak dalam bentuk sikap pasif di kelas, keterlambatan penyelesaian tugas, rendahnya antusiasme mengikuti perkuliahan, hingga munculnya kecenderungan menarik diri dari aktivitas akademik.

Tekanan akademik yang dialami mahasiswa sering kali tidak diimbangi dengan ruang pendampingan psikologis dan spiritual yang memadai, sehingga nilai-nilai keislaman yang seharusnya menjadi sumber penguatan makna belum sepenuhnya terinternalisasi dalam proses menghadapi tekanan akademik. Dengan demikian, hasil observasi ini menegaskan bahwa fenomena burnout akademik di IAILM merupakan realitas nyata yang terkonfirmasi secara empiris di lapangan, bukan sekadar asumsi teoretis, dan membutuhkan respons layanan bimbingan dan konseling yang kontekstual, integratif, serta selaras dengan karakteristik mahasiswa perguruan tinggi Islam. Secara teoretis, burnout dipahami sebagai sindrom psikologis yang muncul akibat stres kronis yang tidak terkelola secara efektif, yang

ditandai oleh kelelahan emosional, sikap sinis atau menjauh dari aktivitas yang dijalani, serta penurunan pencapaian diri.³

Temuan lapangan mengungkapkan bahwa kompleksitas *burnout* akademik yang dialami mahasiswa di Institut Agama Islam Latifah Mubarokeyyah (IAILM) semakin diperberat oleh keterbatasan jangkauan layanan Bimbingan Konseling Islam yang tersedia di lingkungan kampus. Berdasarkan penelusuran dan klarifikasi kepada pihak terkait, IAILM pada dasarnya telah memiliki seorang konselor profesional yang bertugas memberikan layanan bimbingan dan konseling bagi mahasiswa. Namun demikian, jumlah sumber daya manusia dalam bidang tersebut masih sangat terbatas, yakni hanya satu orang konselor, sehingga belum mampu menjangkau seluruh kebutuhan layanan secara optimal. Kondisi ini berdampak pada terbatasnya akses mahasiswa terhadap pendampingan yang terstruktur, intensif, dan berkelanjutan, sehingga belum seluruh mahasiswa yang membutuhkan memperoleh layanan konseling secara optimal, khususnya bagi mereka yang mengalami *burnout* akademik, tekanan psikologis, maupun kesulitan dalam menghadapi berbagai problematika studi.

Dalam interaksi langsung di lapangan, peneliti menemukan bahwa sebagian mahasiswa cenderung memendam permasalahan yang dialami, berupaya menyelesaikan tekanan akademik secara mandiri, atau hanya berbagi secara informal dengan teman sebaya yang memiliki keterbatasan kapasitas sebagai pendamping psikologis. Selain dipengaruhi oleh keterbatasan jangkauan layanan konseling, kondisi tersebut juga dipengaruhi oleh adanya rasa malu, canggung, serta kebingungan mahasiswa mengenai cara memulai dan mengakses layanan konseling secara formal. Pola tersebut menunjukkan bahwa kebutuhan akan bimbingan yang profesional, empatik, dan berkesinambungan belum sepenuhnya terpenuhi, sehingga mahasiswa berisiko mengembangkan strategi koping yang kurang adaptif. Situasi ini sejalan dengan pandangan Yusuf dan Nurihsan (2019) yang menegaskan bahwa ketiadaan layanan konseling yang memadai di lingkungan pendidikan berpotensi meningkatkan kerentanan peserta didik terhadap masalah psikologis

³ Arbin Janu Setiyowati, et. al, *Academic Burnout Siswa Dan Implikasinya Terhadap Layanan Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah* (Media Nusa Creative, 2021)., 5

yang tidak tertangani secara optimal dan berkelanjutan. Lebih lanjut, Maslach dan Leiter (2022:23) menyatakan bahwa burnout cenderung berkembang lebih cepat dan lebih dalam pada lingkungan yang memiliki tuntutan tinggi namun minim dukungan psikologis institusional. Dengan demikian, kondisi di IAILM menunjukkan adanya kesenjangan struktural antara kebutuhan nyata mahasiswa akan layanan pendampingan akademik dan psikologis dengan ketersediaan sumber daya konseling yang ada. Kesenjangan tersebut berimplikasi pada tertundanya proses bantuan, meningkatnya risiko burnout akademik yang berlarut-larut, serta melemahnya fungsi pencegahan dini terhadap masalah psikologis mahasiswa.

Keterbatasan jumlah konselor profesional serta layanan bimbingan konseling di lingkungan Institut Agama Islam Latifah Mubarokiyah (IAILM) secara faktual mendorong munculnya berbagai inisiatif alternatif dari kalangan mahasiswa sebagai bentuk respons terhadap kebutuhan pendampingan psikologis yang dirasakan secara nyata di lapangan. Berdasarkan hasil observasi langsung dan keterlibatan peneliti dalam menelusuri dinamika kehidupan mahasiswa, terlihat bahwa permasalahan burnout akademik tidak hanya dipahami sebagai keluhan individual, tetapi telah menjadi pengalaman kolektif yang dibicarakan dan dirasakan bersama. Dalam kondisi tersebut, mahasiswa tidak sepenuhnya bergantung pada mekanisme institusional formal, melainkan membangun ruangruang dukungan berbasis solidaritas, empati, dan kepedulian sesama mahasiswa. Salah satu bentuk konkret dari respons tersebut adalah hadirnya Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) yaitu Forum Dakwah dan Kajian Latifah Mubarokiyah (FDKLM).

Dari hasil pengamatan peneliti di lapangan, UKM ini menjalankan perannya melalui berbagai aktivitas nonformal, seperti membuka ruang diskusi terbuka, dialog reflektif, pendampingan sebaya, serta interaksi personal yang memungkinkan mahasiswa menyampaikan keluhan kesah akademik tanpa rasa takut akan stigma atau penilaian. Mahasiswa yang mengalami burnout umumnya datang secara sukarela, baik melalui ajakan teman sebaya maupun rekomendasi internal antar mahasiswa, untuk sekadar berbagi pengalaman, menenangkan diri, dan mencari pemahaman atas tekanan yang mereka alami. Peneliti mencermati bahwa

kehadiran UKM ini menjadi ruang aman (*safe space*) yang memungkinkan mahasiswa mengekspresikan kelelahan akademik yang selama ini terpendam, terutama bagi mereka yang merasa tidak memiliki akses atau keberanian untuk mencari bantuan secara formal. Dalam praktiknya, pendampingan yang dilakukan UKM FDK LM tidak diarahkan pada intervensi klinis, melainkan lebih pada upaya mendengarkan secara empatik, memberikan dukungan emosional dasar, serta membantu mahasiswa merefleksikan kembali makna belajar dan tujuan akademik yang dijalani.

Seiring berkembangnya praktik pendampingan yang dilakukan oleh UKM Forum Dakwah dan Kajian Latifah Mubarakiah (FDKLM) serta terbatasnya jumlah konselor, peneliti menemukan adanya upaya inovatif dari kalangan mahasiswa dalam memanfaatkan teknologi digital sebagai sarana pendukung pendampingan burnout akademik. Berdasarkan hasil pengamatan langsung dan penelusuran lapangan, UKM ini mulai memanfaatkan *Artificial Intelligence* (AI) sebagai media dialog awal bagi mahasiswa yang mengalami kejenuhan belajar dan kelelahan emosional. AI digunakan sebagai sarana interaksi awal yang memungkinkan mahasiswa mengekspresikan perasaan, mengungkapkan tekanan akademik, serta merefleksikan kondisi psikologisnya secara lebih nyaman dan privat, dan UKM ini berperan sebagai wadah dan pendampingnya.

Seiring berkembangnya teknologi digital, *Artificial Intelligence* (AI) mulai dimanfaatkan dalam berbagai bidang, termasuk layanan konseling. Dalam Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Ainun Wafiq dkk. (2025) menunjukkan bahwa AI memiliki potensi sebagai media deteksi dini burnout akademik. Namun, pemanfaatannya masih berfokus pada proses identifikasi awal dan belum mengintegrasikan prinsip-prinsip Bimbingan Konseling Islam maupun menghasilkan model layanan yang komprehensif.

Implementasi layanan pendampingan yang diselenggarakan oleh Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM), pemanfaatan *Artificial Intelligence* (AI) tidak diposisikan sebagai pengganti peran manusia, melainkan sebagai media asistif yang berfungsi mendukung efektivitas proses pendampingan bagi mahasiswa yang mengalami burnout akademik. Berdasarkan hasil observasi langsung dan

keterlibatan peneliti di lapangan, AI digunakan sebagai sarana awal untuk membantu mahasiswa mengekspresikan kondisi psikologis yang dialami, mengidentifikasi sumber tekanan akademik, serta memetakan perasaan dan pikiran yang selama ini sulit diungkapkan secara langsung.

Secara teknis, hasil interaksi mahasiswa dengan *Artificial Intelligence* (AI) tidak dibiarkan berdiri sendiri, melainkan menjadi bahan asesmen awal yang selanjutnya ditelaah dan diklarifikasi oleh konselor dalam proses layanan Bimbingan Konseling Islam. Berdasarkan hasil wawancara dengan konselor, informasi yang diperoleh melalui AI dimanfaatkan sebagai gambaran awal mengenai kondisi psikologis, gejala *burnout* akademik, serta faktor-faktor yang melatarbelakangi permasalahan mahasiswa. Selanjutnya, konselor melakukan pendalaman melalui wawancara dan dialog secara langsung untuk memastikan bahwa kondisi yang teridentifikasi oleh AI sesuai dengan keadaan nyata mahasiswa sehingga intervensi yang diberikan dapat disesuaikan dengan kebutuhan masing-masing mahasiswa. (Wawancara dengan Konselor, Tasikmalaya, 06 Januari 2026).

Adapun Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) FDK LM berperan sebagai penyelenggara program yang membantu pelaksanaan layanan melalui kegiatan sosialisasi, koordinasi, serta memfasilitasi mahasiswa yang membutuhkan layanan agar dapat terhubung dengan konselor. Hal tersebut sebagaimana disampaikan oleh Ketua UKM FDK LM, yang menyatakan:

...peran kami lebih kepada menyelenggarakan program dan memfasilitasi mahasiswa agar dapat mengikuti layanan konseling. Setelah mahasiswa melakukan asesmen melalui AI, seluruh proses pendalaman masalah, klarifikasi, hingga pelaksanaan konseling menjadi kewenangan konselor. Kami hanya membantu memastikan layanan ini dapat berjalan dengan baik dan menjangkau mahasiswa yang membutuhkan...⁴

Berdasarkan temuan tersebut, peneliti mencermati bahwa terdapat pembagian peran yang jelas antara konselor dan UKM FDK LM. Konselor bertanggung jawab terhadap seluruh aspek profesional layanan Bimbingan Konseling Islam, mulai dari analisis hasil asesmen AI, klarifikasi, penentuan intervensi, hingga evaluasi layanan. Sementara itu, UKM FDK LM berfungsi

⁴ Wawancara dengan, Ketua UKM, Tasikmalaya, 06 Januari 2026.

sebagai penyelenggara dan fasilitator program yang mendukung kelancaran implementasi layanan di lingkungan kampus. Pembagian peran tersebut menunjukkan bahwa pemanfaatan *Artificial Intelligence* (AI) tetap ditempatkan sebagai media asistif dalam proses asesmen awal, sedangkan keputusan profesional dalam layanan konseling sepenuhnya berada di tangan konselor.

Berdasarkan uraian diatas, dapat dipahami bahwa burnout akademik merupakan permasalahan yang nyata dialami oleh sebagian mahasiswa dan dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik yang berasal dari tuntutan akademik maupun kondisi personal mahasiswa. Di sisi lain, Institut Agama Islam Latifah Mubarokiyah (IAILM) telah berupaya menghadirkan inovasi layanan melalui pemanfaatan *Artificial Intelligence* (AI) sebagai media asistif dalam layanan Bimbingan Konseling Islam. Meskipun demikian, implementasi layanan tersebut masih memerlukan kajian ilmiah yang komprehensif, baik untuk mengidentifikasi kondisi burnout akademik mahasiswa, menganalisis faktor-faktor penyebabnya, mengkaji proses pemanfaatan *Artificial Intelligence* (AI) sebagai media asistif konselor, mengevaluasi hasil implementasinya, maupun mengembangkan model layanan yang lebih optimal berdasarkan temuan empiris di lapangan.

Selain itu, berdasarkan penelusuran terhadap berbagai penelitian terdahulu, belum ditemukan penelitian yang secara komprehensif mengkaji integrasi Bimbingan Konseling Islam dengan pemanfaatan *Artificial Intelligence* (AI) sebagai media asistif konselor dalam mereduksi burnout akademik mahasiswa sekaligus menghasilkan pengembangan model layanan berdasarkan hasil implementasi di lapangan. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan sebagai upaya memberikan kontribusi ilmiah terhadap pengembangan keilmuan Bimbingan Konseling Islam, khususnya dalam pengembangan model layanan berbasis *Artificial Intelligence* (AI) yang tetap menempatkan konselor sebagai pengambil keputusan profesional sesuai dengan nilai-nilai keislaman.

Atas dasar pertimbangan tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Pemanfaatan *Artificial Intelligence* (AI) sebagai Media Asistif Konselor dalam Layanan Bimbingan Konseling Islam untuk**

Mereduksi Burnout Akademik Mahasiswa di Institut Agama Islam Latifah Mubarokeyyah (IAILM).”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian tersebut, masalah utama penelitian ini dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana kondisi burnout akademik mahasiswa di Institut Agama Islam Latifah Mubarokeyyah (IAILM)?
2. Faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi terjadinya burnout akademik pada mahasiswa di IAILM?
3. Bagaimana implementasi pemanfaatan *Artificial Intelligence* (AI) sebagai media asistif dalam layanan Bimbingan Konseling Islam di lingkungan IAILM?
4. Bagaimana hasil dari pemanfaatan *Artificial Intelligence* (AI) sebagai media asistif konselor dalam mereduksi burnout akademik mahasiswa di IAILM?
5. Bagaimana model Bimbingan Konseling Islam dengan media *Artificial Intelligence* (AI) untuk mereduksi burnout akademik mahasiswa di IAILM?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mendeskripsikan kondisi burnout akademik mahasiswa di Institut Agama Islam Latifah Mubarokeyyah (IAILM), yang mencakup aspek kelelahan emosional, sikap sinis terhadap aktivitas akademik, dan penurunan efikasi akademik.
2. Mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi terjadinya burnout akademik pada mahasiswa di IAILM, baik yang bersumber dari tuntutan akademik, keterlibatan organisasi kemahasiswaan, maupun faktor personal dan spiritual.
3. Menganalisis implementasi pemanfaatan *Artificial Intelligence* dalam kegiatan UKM sebagai bentuk pendampingan awal terhadap mahasiswa yang mengalami burnout akademik.

4. Mengetahui hasil dari pemanfaatan *Artificial Intelligence* (AI) sebagai media asistif konselor dalam mereduksi burnout akademik mahasiswa di IAILM
5. Mengetahui model Bimbingan Konseling Islam dengan media *Artificial Intelligence* (AI) untuk mereduksi burnout akademik mahasiswa

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat bagi Keilmuan Bimbingan dan Konseling Islam (BKI)

Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi terhadap pengembangan keilmuan Bimbingan dan Konseling Islam (BKI), khususnya dalam kajian mengenai burnout akademik mahasiswa serta inovasi layanan konseling berbasis *Artificial Intelligence* (AI). Sejalan dengan tujuan penelitian yang pertama, yaitu mendeskripsikan kondisi burnout akademik mahasiswa di Institut Agama Islam Latifah Mubarokeyyah yang mencakup aspek kelelahan emosional, sikap sinis terhadap aktivitas akademik, dan penurunan efikasi akademik, hasil penelitian ini dapat memperkaya khazanah keilmuan BKI dalam memahami fenomena burnout akademik secara lebih komprehensif dari perspektif psikologis dan spiritual Islam.

Berkaitan dengan tujuan penelitian yang kedua, yaitu mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi terjadinya burnout akademik, baik yang berasal dari tuntutan akademik, keterlibatan organisasi kemahasiswaan, maupun faktor personal dan spiritual, penelitian ini dapat memperluas kajian teoritis mengenai hubungan antara faktor internal dan eksternal terhadap kesehatan mental mahasiswa. Hal ini menjadi penting dalam pengembangan teori BKI yang lebih kontekstual terhadap realitas kehidupan mahasiswa di perguruan tinggi Islam.

Sesuai dengan tujuan penelitian yang ketiga, yaitu menganalisis implementasi pemanfaatan *Artificial Intelligence* dalam kegiatan UKM sebagai bentuk pendampingan awal terhadap mahasiswa yang mengalami burnout akademik, penelitian ini memberikan kontribusi baru dalam pengembangan konsep layanan konseling berbasis teknologi. Kajian ini dapat menjadi landasan ilmiah dalam melihat AI bukan sebagai pengganti konselor, tetapi sebagai media asistif yang mendukung efektivitas layanan Bimbingan dan Konseling Islam.

Sejalan dengan tujuan penelitian yang keempat, yaitu mengetahui hasil dari pemanfaatan *Artificial Intelligence* (AI) sebagai media asistif konselor dalam mereduksi burnout akademik mahasiswa, penelitian ini memperkaya pemahaman akademik mengenai efektivitas integrasi teknologi digital dalam proses konseling Islami. Hal ini membuka peluang lahirnya pendekatan baru dalam layanan BKI yang lebih adaptif terhadap perkembangan zaman tanpa meninggalkan nilai-nilai etik, religius, dan humanistik.

Berkaitan dengan tujuan penelitian yang kelima, yaitu mengetahui model Bimbingan Konseling Islam dengan media *Artificial Intelligence* (AI) untuk mereduksi burnout akademik mahasiswa, penelitian ini diharapkan dapat menghasilkan model konseptual yang menjadi rujukan ilmiah bagi pengembangan teori dan praktik BKI di masa mendatang. Dengan demikian, penelitian ini berkontribusi dalam membangun paradigma baru Bimbingan dan Konseling Islam yang integratif, inovatif, dan relevan dengan tantangan pendidikan tinggi di era digital.

2. Manfaat bagi Institusi/Lembaga Terkait (Institut Agama Islam Latifah Mubarokiyyah)

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat yang signifikan bagi Institut Agama Islam Latifah Mubarokiyyah sebagai lembaga pendidikan tinggi dalam meningkatkan kualitas layanan akademik, pembinaan mahasiswa, serta penguatan sistem Bimbingan dan Konseling Islam di lingkungan kampus. Sejalan dengan tujuan penelitian yang pertama, yaitu mendeskripsikan kondisi burnout akademik mahasiswa yang mencakup kelelahan emosional, sikap sinis terhadap aktivitas akademik, dan penurunan efikasi akademik, hasil penelitian ini dapat membantu institusi dalam memahami kondisi nyata mahasiswa sehingga pihak kampus dapat melakukan langkah antisipatif untuk menciptakan lingkungan akademik yang lebih sehat, nyaman, dan suportif.

Berkaitan dengan tujuan penelitian yang kedua, yaitu mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi terjadinya burnout akademik, baik yang berasal dari tuntutan akademik, keterlibatan organisasi kemahasiswaan, maupun faktor personal dan spiritual, penelitian ini dapat menjadi dasar bagi lembaga dalam

merumuskan kebijakan akademik yang lebih responsif terhadap kebutuhan mahasiswa. Institusi dapat melakukan evaluasi terhadap sistem pembelajaran, beban akademik, pembinaan organisasi kemahasiswaan, serta penguatan layanan spiritual sebagai upaya preventif dalam menekan tingkat burnout akademik.

Sesuai dengan tujuan penelitian yang ketiga, yaitu menganalisis implementasi pemanfaatan *Artificial Intelligence* dalam kegiatan UKM sebagai bentuk pendampingan awal terhadap mahasiswa yang mengalami burnout akademik, penelitian ini memberikan gambaran praktis bagi institusi mengenai pentingnya integrasi teknologi dalam layanan kemahasiswaan. Pemanfaatan AI dapat menjadi solusi inovatif dalam mendukung asesmen awal, monitoring kondisi mahasiswa, dan layanan konsultasi awal yang lebih cepat, efektif, dan efisien.

Sejalan dengan tujuan penelitian yang keempat, yaitu mengetahui hasil dari pemanfaatan *Artificial Intelligence (AI)* sebagai media asistif konselor dalam mereduksi burnout akademik mahasiswa, hasil penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan bagi institusi dalam mengembangkan sistem layanan konseling yang lebih modern tanpa menghilangkan nilai-nilai humanis dan Islami. Kehadiran AI dapat membantu konselor dalam memberikan layanan yang lebih optimal, terutama pada kondisi keterbatasan jumlah tenaga pendamping atau konselor di lingkungan kampus.

Berkaitan dengan tujuan penelitian yang kelima, yaitu mengetahui model Bimbingan Konseling Islam dengan media *Artificial Intelligence (AI)* untuk mereduksi burnout akademik mahasiswa, penelitian ini diharapkan menghasilkan model layanan yang dapat dijadikan acuan oleh Institut Agama Islam Latifah Mubarokeyyah dalam mengembangkan sistem pendampingan mahasiswa yang adaptif, efektif, dan berkelanjutan. Model tersebut dapat memperkuat peran institusi dalam membangun kesejahteraan psikologis mahasiswa sekaligus meningkatkan kualitas lulusan yang unggul secara akademik, emosional, spiritual, dan sosial.

3. Manfaat bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi peneliti selanjutnya sebagai bahan rujukan ilmiah dan sumber pengembangan penelitian dalam bidang Bimbingan dan Konseling Islam, khususnya yang berkaitan dengan burnout akademik mahasiswa dan pemanfaatan *Artificial Intelligence* (AI) dalam layanan konseling. Sejalan dengan tujuan penelitian yang pertama, yaitu mendeskripsikan kondisi burnout akademik mahasiswa di Institut Agama Islam Latifah Mubarokeyyah yang mencakup aspek kelelahan emosional, sikap sinis terhadap aktivitas akademik, dan penurunan efikasi akademik, hasil penelitian ini dapat menjadi referensi empiris bagi peneliti selanjutnya untuk mengkaji tingkat burnout akademik pada konteks perguruan tinggi lain maupun pada jenjang pendidikan yang berbeda.

Berkaitan dengan tujuan penelitian yang kedua, yaitu mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi terjadinya burnout akademik, baik yang berasal dari tuntutan akademik, keterlibatan organisasi kemahasiswaan, maupun faktor personal dan spiritual, penelitian ini dapat menjadi dasar teoritis bagi penelitian lanjutan dalam mengembangkan variabel-variabel baru yang relevan. Peneliti berikutnya dapat memperluas kajian dengan pendekatan yang lebih mendalam mengenai hubungan antara faktor internal dan eksternal terhadap munculnya burnout akademik mahasiswa.

Sesuai dengan tujuan penelitian yang ketiga, yaitu menganalisis implementasi pemanfaatan *Artificial Intelligence* dalam kegiatan UKM sebagai bentuk pendampingan awal terhadap mahasiswa yang mengalami burnout akademik, penelitian ini membuka ruang kajian baru mengenai integrasi teknologi digital dalam layanan pendampingan mahasiswa. Peneliti selanjutnya dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai pijakan untuk meneliti efektivitas penggunaan AI dalam berbagai bentuk layanan konseling preventif maupun kuratif di lingkungan pendidikan tinggi.

Sejalan dengan tujuan penelitian yang keempat, yaitu mengetahui hasil dari pemanfaatan *Artificial Intelligence* (AI) sebagai media asistif konselor dalam mereduksi burnout akademik mahasiswa, penelitian ini memberikan

kontribusi awal dalam memahami sejauh mana AI dapat berperan sebagai media pendukung konselor. Hal ini dapat menjadi referensi bagi penelitian berikutnya untuk melakukan pengujian yang lebih spesifik terkait efektivitas, validitas, dan dampak penggunaan AI dalam proses konseling Islami.

Berkaitan dengan tujuan penelitian yang kelima, yaitu mengetahui model Bimbingan Konseling Islam dengan media *Artificial Intelligence* (AI) untuk mereduksi burnout akademik mahasiswa, penelitian ini diharapkan menjadi landasan konseptual bagi peneliti selanjutnya dalam mengembangkan, menyempurnakan, maupun menguji model layanan konseling berbasis AI yang lebih aplikatif dan kontekstual. Dengan demikian, hasil penelitian ini tidak hanya menjadi sumber referensi akademik, tetapi juga menjadi pijakan penting dalam pengembangan keilmuan Bimbingan dan Konseling Islam yang adaptif terhadap perkembangan teknologi serta tetap berlandaskan nilai-nilai Islami.

E. Kerangka Pemikiran

Penelitian ini berangkat dari realitas bahwa mahasiswa pada era modern menghadapi berbagai tekanan akademik yang semakin kompleks. Tuntutan akademik yang tinggi, beban tugas yang berlebihan, tekanan organisasi kemahasiswaan, tuntutan keluarga, masalah ekonomi, kecemasan masa depan, hingga lemahnya kontrol spiritual menjadi faktor yang dapat memicu munculnya burnout akademik. Kondisi ini tidak hanya berdampak pada penurunan prestasi akademik, tetapi juga memengaruhi kesehatan mental, motivasi belajar, relasi sosial, bahkan kualitas spiritual mahasiswa. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan pendampingan yang lebih komprehensif dan inovatif melalui layanan Bimbingan dan Konseling Islam yang didukung oleh pemanfaatan *Artificial Intelligence* sebagai media asistif konselor.

Kondisi tersebut juga ditemukan di Institut Agama Islam Latifah Mubarakiah (IAILM), sebagai salah satu perguruan tinggi Islam yang memiliki karakteristik mahasiswa dengan latar belakang akademik, sosial, dan spiritual yang beragam. Sebagian besar mahasiswa tidak hanya menghadapi tuntutan perkuliahan formal, tetapi juga aktif dalam kegiatan organisasi kemahasiswaan, Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM), kegiatan kepesantrenan, serta aktivitas sosial keagamaan

lainnya. Di sisi lain, tidak sedikit mahasiswa yang juga menghadapi tekanan ekonomi keluarga, kewajiban membantu orang tua, bahkan sebagian harus bekerja sambil kuliah. Kondisi tersebut menyebabkan munculnya tekanan ganda yang berpotensi menimbulkan kelelahan akademik secara berkelanjutan.

1. Konsep Burnout Akademik Mahasiswa

Burnout akademik merupakan kondisi kelelahan emosional, mental, dan fisik yang dialami mahasiswa akibat tekanan akademik yang berlangsung secara terus-menerus tanpa adanya kemampuan coping yang memadai. Istilah burnout pertama kali dikembangkan oleh Herbert Freudenberger, kemudian diperluas oleh Christina Maslach yang menjelaskan bahwa burnout adalah respons berkepanjangan terhadap stres kronis yang ditandai oleh tiga dimensi utama, yaitu kelelahan emosional (*emotional exhaustion*), sikap sinis atau menjauh dari aktivitas akademik (*cynicism/depersonalization*), dan penurunan efikasi diri atau rendahnya pencapaian pribadi (*reduced personal accomplishment*)⁵

Kelelahan emosional terjadi ketika mahasiswa merasa lelah secara psikologis akibat tekanan tugas, deadline, ujian, serta ekspektasi akademik yang tinggi. Sikap sinis muncul ketika mahasiswa mulai kehilangan makna terhadap proses belajar, merasa jenuh, acuh, bahkan menjauh dari aktivitas perkuliahan. Sedangkan penurunan efikasi akademik ditandai dengan rendahnya rasa percaya diri terhadap kemampuan belajar, munculnya perasaan tidak mampu, dan menurunnya motivasi untuk mencapai prestasi akademik.

Burnout akademik juga dipengaruhi oleh lemahnya keseimbangan antara aspek intelektual, emosional, dan spiritual. Mahasiswa yang hanya berorientasi pada capaian akademik tanpa penguatan ruhani cenderung lebih rentan mengalami tekanan psikologis. Oleh karena itu, burnout akademik tidak hanya dipahami sebagai persoalan psikologis semata, tetapi juga sebagai persoalan keseimbangan hidup yang membutuhkan pendekatan spiritual dan religius.

2. Konsep Bimbingan dan Konseling Islam (BKI)

⁵ (Maslach & Leiter, 2016:103)

Bimbingan dan Konseling Islam merupakan proses pemberian bantuan kepada individu agar mampu memahami diri, menyelesaikan masalah, serta mengembangkan potensi diri berdasarkan nilai-nilai ajaran Islam. BKI tidak hanya berorientasi pada penyelesaian masalah psikologis, tetapi juga pada pembinaan akhlak, penguatan spiritual, dan pembentukan kepribadian Islami.

Menurut Sugandi Miharja, Bimbingan dan Konseling Islam merupakan layanan bantuan yang bersifat proaktif, dilakukan oleh ahli kepada individu maupun kelompok, berupa nasihat, dukungan, dan arahan yang berlandaskan Al-Qur'an, Sunnah, serta nilai-nilai Islam, dengan tujuan membantu individu mengembangkan potensi diri, mencegah penyimpangan, memecahkan masalah, serta mencapai kebahagiaan hidup di dunia dan akhirat⁶.

Menangani burnout akademik, BKI berfungsi sebagai pendekatan preventif, kuratif, dan developmental. Secara preventif, konselor membantu mahasiswa menghindari kondisi burnout melalui edukasi psikologis dan spiritual. Secara kuratif, konselor memberikan layanan konseling individual maupun kelompok untuk membantu mahasiswa mengatasi kelelahan akademik. Secara developmental, konselor membantu mahasiswa mengembangkan resiliensi, manajemen stres, dan kematangan spiritual.

Pendekatan Islam dalam konseling menekankan nilai sabar, tawakal, syukur, muhasabah, dzikir, doa, serta penguatan hubungan dengan Allah SWT. Nilai-nilai ini menjadi pembeda utama antara konseling umum dan Bimbingan Konseling Islam.

3. Konsep *Artificial Intelligence* (AI)

Artificial Intelligence (AI) atau kecerdasan buatan adalah sistem teknologi yang dirancang untuk meniru kemampuan berpikir manusia, seperti menganalisis data, memahami pola, memberikan respons, serta membantu pengambilan keputusan secara otomatis dan adaptif. AI berkembang pesat dalam berbagai bidang, termasuk pendidikan, kesehatan, dan layanan psikologis⁷.

⁶ Sugandi Miharja, 'MENEGASKAN DEFINISI BIMBINGAN KONSELING ISLAM, SUATU PANDANGAN ONTOLOGIS', 3.1 (2020), pp. 14–28.

⁷ Rony Sandra Yofa Zebua and others, *Fenomena Artificial Intelligence (AI)*, ed. by Efitra (PT. Sonpedia Publishing Indonesia, 2026), p. 1.

Dalam konteks pendidikan tinggi, AI dapat dimanfaatkan sebagai alat bantu dalam mendeteksi masalah mahasiswa secara lebih cepat dan sistematis. AI mampu melakukan asesmen awal, screening psikologis, analisis perilaku belajar, hingga memberikan respons awal terhadap permasalahan mahasiswa.

AI bukan pengganti manusia, melainkan alat bantu yang memperkuat efektivitas kerja profesional. Dalam layanan konseling, AI dapat berbentuk chatbot konseling, sistem asesmen burnout digital, refleksi harian berbasis AI, reminder spiritual, hingga sistem monitoring kondisi psikologis mahasiswa.

Penelitian menunjukkan bahwa AI dalam konseling memiliki keunggulan pada aspek aksesibilitas, kecepatan respons, efisiensi waktu, dan kemudahan dokumentasi. Namun, AI tetap memiliki keterbatasan pada aspek empati, sentuhan emosional, dan pertimbangan etik yang tetap membutuhkan kehadiran konselor manusia⁸. Karena itu, AI lebih tepat diposisikan sebagai media asistif, bukan pengganti konselor sepenuhnya.

4. Konsep AI sebagai Media Asistif Konselor

Media asistif konselor adalah sarana pendukung yang membantu konselor dalam melaksanakan proses layanan konseling agar lebih efektif, efisien, dan terstruktur. Dalam penelitian ini, AI diposisikan sebagai media asistif konselor, artinya AI berfungsi sebagai pendamping awal dalam proses layanan, bukan sebagai pelaksana utama konseling.

AI membantu konselor pada tahap identifikasi awal burnout akademik mahasiswa melalui screening digital, pengumpulan data psikologis, analisis gejala, serta pemberian respons awal yang bersifat reflektif. Misalnya, mahasiswa yang enggan datang langsung ke ruang konseling dapat terlebih dahulu menggunakan chatbot AI untuk menceritakan keluhan akademiknya. Dari data tersebut, konselor dapat memperoleh gambaran awal sebelum melakukan intervensi lanjutan.

Pada kegiatan Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM), AI juga dapat dimanfaatkan sebagai sistem pendampingan awal karena mahasiswa sering kali lebih terbuka pada ruang informal dibandingkan ruang konseling formal. Dengan

⁸ Putri Intan Purwari and others, *Psikologi Kontemporer*, ed. by Basuki Pramono, Cetakan Pertama (CV. Edu Akademi, 2026), p. 78 <<https://www.cveduakademi.com>>.

demikian, AI memperluas akses layanan konseling, mempercepat deteksi masalah, dan mengurangi hambatan psikologis mahasiswa untuk mencari bantuan.

5. Hubungan AI, BKI, dan Burnout Akademik

Secara konseptual, penelitian ini menempatkan burnout akademik sebagai masalah utama yang perlu direduksi, sedangkan pemanfaatan *Artificial Intelligence* sebagai media asistif konselor dalam layanan Bimbingan dan Konseling Islam menjadi strategi intervensi yang digunakan.

Semakin tinggi efektivitas pemanfaatan AI dalam layanan BKI, maka semakin besar peluang penurunan burnout akademik mahasiswa. AI membantu mempercepat asesmen, meningkatkan keterjangkauan layanan, memperkuat keterlibatan mahasiswa dalam proses konseling, dan mendukung konselor dalam memberikan intervensi yang lebih tepat sasaran.

Konselor tetap menjadi aktor utama yang memberikan empati, pertimbangan etik, bimbingan spiritual, serta pendampingan manusiawi yang tidak dapat digantikan oleh teknologi. Dengan demikian, AI dan konselor bukanlah dua hal yang saling menggantikan, melainkan saling melengkapi.

Bagan 1.1 Kerangka Berpikir

