

INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk memahami secara mendalam kondisi kelelahan akademik yang dialami oleh mahasiswa pekerja di Yogyakarta, serta menafsirkannya melalui filsafat kebahagiaan Chuang Tzu. Yogyakarta dipilih sebagai locus penelitian karena kota ini dikenal sebagai kota pelajar sekaligus menyediakan berbagai peluang kerja yang mendorong munculnya dinamika peran ganda.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif-hermeneutis dengan teknik analisis data berupa *open coding*, *axial coding*, dan *selective coding*. Data diperoleh melalui wawancara mendalam dengan mahasiswa pekerja, kemudian dianalisis untuk mengidentifikasi dimensi kelelahan akademik yang informan alami. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelelahan akademik mahasiswa pekerja bersifat multidimensional, meliputi aspek fisik (kelelahan kronis, kurang tidur), aspek psikis (stres, kecemasan, kehilangan motivasi), serta aspek eksistensial (keterasingan, kehilangan makna belajar).

Dalam perspektif filsafat kebahagiaan Chuang Tzu, kebahagiaan sejati diperoleh bukan melalui paksaan terhadap hasil, melainkan dengan hidup selaras dengan Dao. Prinsip *Wu Wei* (tidak memaksakan diri), relativitas perspektif, dan penerimaan keterbatasan terbukti relevan bagi mahasiswa pekerja dalam mengelola tekanan akademik dan pekerjaan. Integrasi Filsafat Kebahagiaan Chuang Tzu dengan pengalaman empiris melahirkan strategi praktis yang menolong mahasiswa pekerja mengurangi tekanan, menata ekspektasi, serta menemukan kebahagiaan dalam keseimbangan antara studi, pekerjaan, dan kehidupan personal.

Kata kunci: *Kelelahan Akademik, Mahasiswa Pekerja, Burnout, Kebahagiaan, Chuang Tzu*

ABSTRACT

This study aims to understand the academic burnout experienced by working students in Yogyakarta and to interpret it through Chuang Tzu's philosophy of happiness. Yogyakarta was chosen because it is well known as a student city and also provides many job opportunities, which create a dual role for students.

The research used a qualitative-hermeneutic approach with data analysis through open coding, axial coding, and selective coding. Data were collected from in-depth interviews with working students. The results show that academic burnout is multidimensional. It includes physical problems such as fatigue and lack of sleep, psychological problems such as stress, anxiety, and low motivation, and existential problems such as alienation and loss of meaning in study.

Chuang Tzu's philosophy of happiness explains that true happiness is found not by forcing results but by living in harmony with the Dao. The principles of Wu Wei (not forcing), perspectival relativity, and acceptance of limits are useful for working students to manage both study and work. The integration of Chuang Tzu's thought with the students' experiences offers practical strategies to reduce stress, manage expectations, and find balance between study, work, and personal life.

Keywords: Academic Burnout, Working Students, Burnout, Happiness, Chuang Tzu