Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi **e-ISSN**: 2549-4236, **p-ISSN**: 1411-8939
Lembaga Penellitian dan Pengabdian kepada Masyarakat
Vol 23, No 3 (2023): Oktober, 3083-3086
DOI: 10.33087/jiubj.v23i3.4096

Gambaran *Burnout* Akademik Mahasiswa Kedokteran Universitas Airlangga Angkatan 2021

Qurrota A'yunin, Widati Fatmaningrum*, Soetjipto
Program Studi Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Airlangga
Departemen IKM-KP, Fakultas Kedokteran, Universitas Airlangga
Departemen Kedokteran Jiwa, Fakultas Kedokteran, Universitas Airlangga/RSUD Dr. Soetomo
*Correspondence: widati.f@fk.unair.ac.id

Abstrak. Beban akademis yang berat menyebabkan mahasiswa kedokteran berisiko lebih tinggi mengalami *burnout* akademik jika dibandingkan dengan populasi secara umum. *Burnout* akademik merupakan istilah yang digunakan untuk menggambarkan reaksi emosional berupa kelelahan, depersonalisasi, dan penurunan efikasi diri pada mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *burnout* akademik pada mahasiswa kedokteran universitas airlangga angkatan tahun 2021. Penelitian ini menggunakan desain studi analitik observational dengan rancangan penelitian cross-sectional untuk menentukan gambaran *burnout* akademik pada mahasiswa program studi kedokteran. Penelitian ini dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga pada bulan Februari–Mei 2023. Pengukuran tingkat *burnout* akademik pada mahasiswa dilakukan menggunakan kuesioner *school burnout inventory* secara online melalui gform. Responden yang mengikuti penelitian berjumlah 93 responden dengan mayoritas responden wanita sebanyak 60 mahasiswa (64,5%) dan laki-laki sebanyak 33 mahasiswa (35,5%), usia responden 17–21 tahun. Kategori *burnout* akademik paling banyak ditemukan adalah *burnout* akademik kategori rendah sebanyak 30 mahasiswa (32,3%), kategori *burnout* akademik sangat rendah sebesar 8 mahasiswa (8,6%), kategori *burnout* akademik sedang sebanyak 28 mahasiswa (30,1%), kategori *burnout* akademik tinggi sebesar 22 mahasiswa (23,7%), dan kategori *burnout* akademik sangat tinggi sebesar 5 mahasiswa (5,4%).

Kata kunci : *burnout* akademik; *burnout school inventory;* mahasiswa kedokteran

Abstract. *A heavy academic burden puts medical students at a higher risk of experiencing academic burnout when compared to the general population. Academic burnout is a term used to describe emotional reactions in the form of fatigue, depersonalization, and decreased self-efficacy in students. This study aims to determine the description of academic burnout in Airlangga University medical students class of 2021. This study used an observational analytic study design with a cross-sectional research design to determine the description of academic burnout in medical study program students. This research was conducted at the Faculty of Medicine, Airlangga University in February–May 2023. Measurement of the level of academic burnout in students was carried out using an online school burnout inventory questionnaire via gform. Respondents who took part in the study amounted to 93 respondents with the majority of respondents 60 students (64.5%) were female and 33 students (35.5%) were male, the age of the respondents was 17-21 years. The most common category of academic burnout found in low category of academic burnout represented by 30 students (32.3%), 8 students (8.6%) with very low academic burnout, 28 students (30.1%) with medium academic burnout, 22 students (23.7%) with high academic burnout, and 5 students (5.4%) with very high academic burnout.*

Keywords **:** *academic burnout; burnout school inventory; medical students*

PENDAHULUAN

Lingkungan akademik fakultas kedokteran dapat menjadi salah satu stresor yang dimiliki sebagian mahasiswa. Apabila stres terjadi secara berkepanjangan dan tidak diimbangi dengan strategi koping yang tepat, maka mahasiswa tersebut dapat mengalami *burnout* akademik. Penyebab dari *burnout* akademik sangatlah kompleks dan belum diketahui secara pasti namun dari tahun ke tahun prevalensi *burnout* akademik menunjukkan peningkatan yang cukup signifikan, dengan prevalensi sekitar 49% di USA dan 28-61% di Australia. Bahkan, sejumlah penelitian menemukan bahwa mahasiswa program studi kedokteran memiliki prevalensi *burnout* akademik dan gangguan mental terkait stres yang lebih tinggi jika dibandingkan dengan populasi secara umum (Cecil et al., 2014). Menurut sebuah studi meta-analisis yang mengekstraksi dari 24 studi yang melibatkan 17.431 mahasiswa kedokteran, didapatkan data bahwa terdapat 8.060 mahasiswa mengalami *burnout* akademik. Di mana dalam penelitian ini

menggunakan tiga skala dari School *Burnout* Inventory (SBI) dengan prevalensi yang memberikan gambaran berdasarkan tiga dimensi *burnout* akademik, yaitu kelelahan emosional, depersonalisasi dan penurunan efikasi diri. Prevalensi tertinggi terdapat pada komponen kelelahan emosional sebesar 48,9%, kemudian diikuti oleh depersonalisasi sebesar 35,1%, dan terakhir komponen pencapaian diri sebesar 27,4% (Frajerman et al., 2019).

Penelitian Ariska et al. (2021) survei pada mahasiswa FK USU yang menjalani pembelajaran secara online selama masa pandemi Covid-19 yang dilakukan pada 88 mahasiswa menunjukkan prevalensi burnout sebesar 56,8%. Tingkat kejenuhan belajar mahasiswa selama pandemi meningkat karena kegiatan perkuliahan yang dihadapi selama pandemi Covid-19 harus dilaksanakan secara *online*. Menurut Limanan & Olivia (2022) pada saat pandemi covid-19, mayoritas mahasiswa (77.8%) mengalami stres akademik pada tingkat sedang. Hal ini disebabkan karena pergeseran paradigma aspek kehidupan lingkungan akademik kedokteran yang mengharuskan pembelajaran berbasis masalah, berkelompok untuk tutorial, pembelajaran laboratorium, dan sesi keterampilan medik yang awalnya dilakukan secara *offline* harus dialihkan ke *online* dan mulai akhir tahun 2022 mulai dialihkan kembali menjadi pembelajaran *offline*. Proses pelaksanaan kegiatan yang terus berubah mengharuskan mahasiswa untuk adaptif menghadapi perubahan proses belajar secara cepat dan mendadak. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran *burnout* akademik mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Airlangga angkatan 2021.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain studi analitik observasional dengan rancangan penelitian cross-sectional. Data penelitian menggunakan data primer melalui pengisian kuesioner yang dilakukan sendiri oleh responden penelitian menggunakan *google form*. Variabel penelitian adalah *burnout* akademik. Tingkat *burnout* akademik pada responden penelitian diukur menggunakan kuesioner *School Burnout Inventory* (SBI). Kuesioner terdiri dari 9 pertanyaan, terdapat 5 aitem menggambarkan faktor kelelahan emosional, 2 aitem menggambarkan faktor sinisme, dan 2 aitem menggambarkan penurunan efikasi diri. Penelitian dilaksanakan pada bulan Maret - Mei 2023 di Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga, Surabaya. Populasi dalam penelitian ini merupakan mahasiswa jenjang akademik Program Studi Kedokteran Universitas Airlangga angkatan 2021. Jumlah minimal sampel penelitian ditentukan menggunakan rumus Slovin sejumlah 83 sampel. Penelitian ini menggunakan 93 sampel dari 98 responden yang terkumpul, 93 memenuhi kriteria inklusi dan 5 responden memenuhi kriteri eksklusi. Metode penentuan sampel dengan cara teknik *consecutive sampling*. Data penelitian terdiri dari karakteristik responden yaitu jenis kelamin, usia, dan tempat tinggal.

HASIL

Tabel 1
Data Karakteristik Jenis Kelamin, Usia, dan Tempat Tinggal Responden Berdasarkan *Burnout* Akademik

Karakteritik	*Burnout* Akademik										Total	
	Sangat Rendah		Rendah		Sedang		Tinggi		Sangat Tinggi			
	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%	f	%
Jenis Kelamin												
Laki-Laki	5	5,4%	13	14%	8	8,6%	6	6,5%	1	1,1%	33	35,5%
Perempuan	3	3,2%	17	18,3%	20	21,5%	16	17,2%	4	4,3%	60	64,5%
Total	8	(8,6%)	30	32,2%	28	30,1%	22	23,7%	5	5,4%	93	100%
Usia												
17	0	0%	0	0%	1	1,1%	0	0%	0	0%	1	1,1%
18	0	0%	5	5,4%	4	4,3%	0	0%	0	0%	9	9,7%
19	3	3,2%	12	12,9%	11	11,8%	9	9,7%	3	3,2%	38	40,9%
20	4	4,3%	11	11,8%	12	12,9%	11	11,8%	2	2,2%	40	43%
21	1	1,1%	2	2,2%	0	0%	2	2,2%	0	0%	5	5,4%
Total	8	(8,6%)	30	32,2%	28	30,1%	22	23,7%	5	5,4%	93	100%
Tempat tinggal												
Indekos/sendiri	5	5,4%	19	20,4%	20	21,5%	15	16,1%	3	3,2%	62	66,7%
Bersama keluarga	3	3,2%	11	11,8%	8	8,6%	7	7,5%	2	2,2%	31	33,3%
Total	8	(8,6%)	30	32,2%	28	30,1%	22	23,7%	5	5,4%	93	100%

Sumber: data olahan

Tabel 1 diketahui bahwa responden perempuan sebagian besar termasuk ke dalam kategori *burnout* akademik sedang sebanyak 20 orang (21,5%) dan paling sedikit termasuk ke dalam kategori sangat rendah sebanyak 3 orang (3,2%). Kemudian pada kategori yang lain, yaitu kategori *burnout* akademik sangat tinggi sebanyak 4 orang (4,3%), *burnout* akademik tinggi sebesar 16 orang (17,2%), dan kategori *burnout* akademik rendah sebanyak 17 orang (18,3%). Pada responden laki-laki, sebagian besar termasuk ke dalam kategori *burnout* akademik rendah sebanyak 13 orang (14%) dan paling sedikit termasuk ke dalam kategori sangat tinggi sebanyak 1 orang (1,1%). Selain itu, sebanyak 5 orang (5,4%) termasuk ke dalam kategori *burnout* akademik sangat rendah, 6 orang (6,5%) termasuk ke dalam kategori *burnout* akademik tinggi, dan 8 orang (8,6%) termasuk ke dalam kategori *burnout* akademik sedang. Penelitian Kountul (2018) disebutkan bahwa perempuan memiliki kecenderungan mudah mengalami stres dibandingkan laki-laki yang disebabkan oleh pengaruh hormonal yang diregulasi oleh hormon estrogen. Saat stres, perempuan lebih cenderung menjadi lebih sensitif dibandingkan biasanya, sehingga secara karakteristik perempuan lebih emosional dibandingkan laki-laki. Hal ini sejalan dengan penelitian Ambarwati et al. (2017) bahwa perempuan lebih dominan mengalami stres sedang sebanyak 34 mahasiswa (33,65%) dan untuk tingkat stres ringan lebih banyak dialami oleh laki-laki, sebanyak 19 mahasiswa (18,8%).

Kelompok usia yang paling banyak menjadi responden dalam penelitian ini adalah berusia 20 tahun dengan jumlah 60 orang (63%) dan mayoritas termasuk ke dalam kategori *burnout* akademik sedang sebanyak 20 orang (21%). Faktor usia berpengaruh terhadap kematangan sikap individu dalam menghadapi masalah. Pada dasarnya stres dapat dialami seseorang dari usia berapa pun tergantung kapasitas stresor yang dapat diterima dan bagaimana kemampuan strategi koping yang dimiliki dalam mengatasi permasalahan yang terjadi (Khatami, 2018). Sebagian besar responden dalam penelitian ini bertempat tinggal indekos/sendiri dan mayoritas termasuk ke dalam *burnout* kategori sedang sebanyak 21 orang (22%). Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa responden yang tinggal sendiri/indekos belum tentu lebih mudah mengalami *burnout* akademik yang tinggi. Hal tersebut dikarenakan tinggal sendiri/indekos juga memungkinkan mahasiswa untuk memiliki banyak teman sebaya yang dapat menjadi tempat berkeluh kesah dan bisa menolong ketika merasa ada masalah selama menjalani masa perkuliahan. Selain itu, mahasiswa yang tinggal dengan keluarga belum tentu tidak mengalami *burnout* akademik. Bisa jadi, rumah menjadi salah satu sumber pemicu stres berkepanjangan karena orang tua terus memberi tekanan dan tidak memberikan dukungan yang cukup selama masa perkuliahan sehingga menyebabkan mahasiswa mengalami *burnout* akademik.

Ada banyak faktor yang dapat mempengaruhi munculnya *burnout* akademik pada mahasiswa kedokteran antara lain karena stres akademik yang tinggi, lingkungan pendidikan yang kompetitif, faktor kurikulum pendidikan, kurangnya waktu tidur, usia mahasiswa, jenis kelamin, dan karakteristik tipe kepribadian yang dimiliki mahasiswa (Dezee et al., 2012). Menurut Maslach et al. (2001) terdapat dua faktor yang yang menjadi penyebab utama terjadinya *burnout* akademik, yaitu faktor situasional dan faktor individu:

1. Faktor situasional
   a. *Workload* (beban studi), beban studi yang melebihi batas ambang individu sehingga menyebabkan munculnya kelelahan baik secara emosinal maupun fisik.
   b. *Control* (pengawasan), *burnout* akademik dapat muncul apabila tidak terciptanya hubungan yang baik antara individu dan pengawas.
   c. *Reward* (penghargaan), apabila penghargaan yang diterima individu tidak memadai, baik yang berasal dari institusional maupun sosial.
   d. *Community* (komunitas), *burnout* akademik dapat terjadi apabila tidak didapatkannya dukungan dari lingkungan sosial sehingga individu merasa tidak mendapatkan penghargaan yang layak.
   e. *Fairness* (keadilan), adanya ketidakadilan yang diterima mahasiswa yang berasal dari lingkungan akademik.
   f. *Values* (nilai), adanya kesenjangan antara mahasiswa dengan lingkungan akademik.
2. Faktor individu
   a. Karakteristik demografi, meliputi usia, jenis kelamin, dan tingkat pendidikan.
   b. Karakteristik kepribadian, meliputi *levels of hardiness*, *locus of control*, *coping styles*, dan *self-esteem*.

c. Respons mahasiswa terhadap kegiatan perkuliahan.

SIMPULAN

Penelitian tingkat *burnout* akademik pada mahasiswa kedokteran angkatan 2021 dengan total responden sebanyak 93 mahasiswa. B*urnout* akademik pada mahasiswa Kedokteran FK UNAIR angkatan 2021 paling banyak ditemukan pada kategori rendah sebanyak 30 mahasiswa (32,3%), kategori sangat rendah sebesar 8 mahasiswa (8,6%), kategori sedang sebanyak 28 mahasiswa (30,1%), kategori tinggi sebesar 22 mahasiswa (23,7%), dan kategori sangat tinggi sebesar 5 mahasiswa (5,4%). Responden perempuan sebagian besar termasuk ke dalam kategori *burnout* akademik sedang sebanyak 20 orang (21,5%) sedangkan laki-laki sebagian besar termasuk ke dalam kategori *burnout* akademik rendah. Kelompok usia yang paling banyak menjadi responden dalam penelitian ini adalah berusia 20 tahun dengan jumlah 60 orang (63%) dan mayoritas termasuk ke dalam kategori *burnout* akademik sedang sebanyak 20 orang (21%).Sebagian besar responden dalam penelitian ini bertempat tinggal indekos/sendiri dan mayoritas termasuk ke dalam *burnout* kategori sedang sebanyak 21 orang (22%).

DAFTAR PUSTAKA

Ambarwati, P. D., et al. 2017, Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan*, 5(1), 40 – 47

Cecil, J, Mchale, C, Hart, J, & Laidlaw, A, 2014, Behaviour and burnout in medical students,

Dezee K.J, Corriere M.D, Chronister S.M, Durning S.J, Hemann B, Kelly W, Hanson J.L, Hemmer P.A, Maurer D. 2012. What does a good lifestyle mean to you? Perspectives of 4th-year US medical students with military service obligations in 2009. *Teach Learn Med*, 24(4), 292–297.

Frajerman, A., Morvan, Y., Krebs, M. O., Gorwood, P., & Chaumette, B. 2019. Burnout in medical students before residency: A systematic review and meta-analysis. *European Psychiatry*, 55, 36–42.

Khatami R. A., 2018, Hubungan Stres Terhadap Burnout Ppada Mahasiswa Preklinik Fakultas Kedokteran UIN Syarif Hidayatullah Jakarta Tahun Ajaran 2018/2019. *Skripsi*. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.

Kountul, Yoga P. D. , Kolibu, Febi K., Korompis, Grace E. C. 2018. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado. *Jurnal KESMAS*, 7(5)

Limanan, David & Olivia, Susy, 2022, Gambaran Tingkat Stress Pada Mahasiswa Kedokteran Angkatan 2020 dalam Pandemi COVID-19. *Serina IV Untar* 2022, 637–638

Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P, 2001. Job burnout. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 397–422.

Tanjung, Aurelia Ariska, 2021, Prevalensi Burnout Dimasa Pembelajaran Daring Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara. *Skripsi*. Universitas Sumatera Utara.