

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Rutinitas kehidupan yang dijalani oleh mahasiswa di kampus menyebabkan timbulnya stres yang dapat berasal dari tuntutan eksternal atau tuntutan internal yang timbul dari harapan pribadi dalam menjalani kehidupan akademis (Heiman dan Kariv, 2005). Greenber menjelaskan paparan stres yang berkelanjutan dan kronis dapat menimbulkan dampak negatif yang menyebabkan terjadinya perubahan motivasi diri dan *burnout* (Watson *et al.*, 2008).

Burnout adalah suatu gejala yang ditandai dengan kelelahan secara emosional dan *cynicism* yang sering terjadi pada individu dengan aktivitas yang memiliki beban kerja dengan tuntutan melakukan interaksi dengan orang lain (Maslach and Jackson, 1981). Penelitian tentang *burnout* sudah banyak dilakukan dalam berbagai bidang tidak terbatas pada tenaga kerja melainkan dilakukan dilakukan mahasiswa kedokteran sebagai responden (Schaufeli *et al.*, 2002). *Burnout* memiliki kemungkinan dapat terjadi juga pada mahasiswa meskipun secara definisi mahasiswa tidak dianggap bekerja atau tidak memiliki pekerjaan. Menurut aspek psikologi, seorang mahasiswa dianggap “bekerja” karena terlibat dengan kegiatan yang sudah terstruktur dan bersifat wajib seperti menghadiri kelas dan menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan (Yang, 2004). Mahasiswa program studi kedokteran dengan tingkat paparan stress tinggi secara terus menerus dapat mengarah ke *Burnout Syndrome* (Tarnowski dan Carlotto, 2007). *Burnout Syndrome* pada mahasiswa memiliki tiga kriteria yang meliputi : 1) kelelahan secara emosional, 2) *cynicism* (sikap apatis terhadap kegiatan akademis), 3) rendahnya pencapaian prestasi terhadap diri sendiri (persepsi ketidakmampuan sebagai seorang mahasiswa).

Faktor yang berkontribusi terhadap kenaikan tingkat stres mahasiswa dapat berasal dari faktor akademis itu sendiri seperti model sistem pembelajaran yang digunakan dengan hasil ekspektasi mahasiswa terkait sistem pembelajaran yang disamakan dengan sistem pembelajaran institusi pendidikan lain. Selain faktor dari lingkungan pendidikan, faktor lainnya juga dapat berasal dari faktor non akademis seperti latar belakang mahasiswa yang menunjukkan kemampuan mahasiswa untuk beradaptasi selama mengikuti perkuliahan (Costa *et al*, 2012 dan Boni *et al*, 2018).

Costa *et al*. (2012) menjelaskan bahwa proses pembelajaran yang baik dan efektif memiliki pengaruh dalam terjadinya *burnout* pada mahasiswa kedokteran, selain itu kemampuan adaptasi dari mahasiswa juga menjadi salah satu faktor yang dapat berpengaruh dalam timbulnya *burnout syndrome* pada mahasiswa. Faktor lain yang disebutkan dalam penelitian Costa *et al*. (2012) adalah aktivitas perkuliahan yang dijalani, tekanan besar dari aktivitas yang dijalani mahasiswa cenderung mengakibatkan mahasiswa untuk menarik diri perkuliahan yang dijalani. Selain itu faktor lain yang tergolong dalam bidang akademis yang berpengaruh terhadap terjadinya *burnout* adalah kelelahan dalam belajar dan kepuasan terhadap sistem pengajaran (Costa *et al.*, 2012). Motivasi dalam belajar dan durasi waktu kuliah harian juga merupakan faktor dengan asosiasi yang cukup tinggi terhadap terjadinya *burnout* (Boni *et al.*, 2018).

Faktor non akademis juga ditemukan memiliki pengaruh terjadinya *burnout* dalam beberapa penelitian yang sudah dilakukan. Costa *et al*. (2012) menyatakan jika jenis kelamin laki-laki merupakan salah satu faktor terjadinya *burnout*. Pada penelitian yang dilakukan oleh Muzafar *et al*. (2015) dinyatakan salah satu faktor non akademis lain yang memiliki asosiasi dengan terjadinya *burnout* yaitu usia. Boni *et al*. (2018) menjelaskan bahwa waktu luang juga memiliki hubungan dengan terjadinya *burnout*,

Pada penelitian yang sama juga dijelaskan bahwa aktivitas fisik memiliki hubungan yang signifikan dengan terjadinya *burnout syndrome* pada mahasiswa kedokteran. Yousefi *et al.* (2010) menjabarkan bahwa penghasilan orang tua dapat memiliki pengaruh terhadap terjadinya *burnout* dengan cara dukungan yang diberikan oleh keluarga dengan penghasilan orang tua yang cukup mampu akan memberikan dukungan yang diperlukan oleh mahasiswa dalam menurunkan stres. Faktor lain dijelaskan oleh Gunarsa (2003) yang menjabarkan jika urutan kelahiran membentuk kepribadian yang menentukan sikap dalam menyikapi menghadapi stres, sedangkan jumlah kelahiran juga dijelaskan oleh Pratama (2014) sebagai salah satu faktor yang berhubungan dengan terjadinya *burnout* karena ditengarai anak tunggal memiliki kesulitan dalam menghadapi stres yang mengarah terhadap terjadinya *burnout*.

Sistem pembelajaran juga berpotensi memengaruhi kejadian *burnout syndrome* pada mahasiswa melalui beban belajar dan kelelahan emosional yang dirasakan oleh mahasiswa. Pada saat penelitian ini dilakukan sistem pembelajaran masih mengadaptasi pembelajaran secara luring pada beberapa mata kuliah. Pandemi COVID-19 membawa perubahan terhadap sistem pembelajaran konvensional dengan metode pembelajaran secara luring, tetapi hal tersebut tidak diimbangi dengan kemampuan pengajar pada bidang teknologi (Al-Rawi *et al*, 2021).. Penelitian yang melibatkan 194 mahasiswa di Texas menunjukkan bahwa 137 mahasiswa memiliki indikasi peningkatan stres dan kecemasan saat pandemic (Son *et al*, 2020). Peningkatan stress yang terjadi dapat menjadi salah satu faktor yang berkontribusi terhadap terjadinya *burnout*.

Pada mahasiswa, *burnout* dapat menimbulkan dampak negatif yang menyebabkan mahasiswa malas untuk belajar, mengalami penurunan prestasi belajar, kehilangan atau mengalami penurunan dalam motivasi belajar, dan memiliki kebosanan untuk mengikuti kegiatan belajar mengajar (Muna, 2013). Sebagai tambahan, ketika

mahasiswa mengalami *burnout* maka mahasiswa akan mengalami gejala seperti perasaan lelah pada indera yang dimiliki, berkurangnya semangat untuk mengikuti pembelajaran, tidak adanya hasil yang signifikan dari kuliah yang diikuti (Khusumawati dan Christiana, 2014). Berdasarkan ulasan yang disebutkan dalam beberapa literasi diatas membuat peneliti ingin mengetahui hubungan faktor yang telah disebutkan dengan sampel pada Prodi Kedokteran Universitas Airlangga yang diharapkan dapat memberikan kontribusi sebagai data dasar dalam bidang psikiatri.

1.2 Rumusan Masalah

Adakah hubungan faktor akademis dan non akademis dengan prevalensi *Burnout Syndrome* pada Mahasiswa Prodi Kedokteran Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga angkatan 2019-2021 ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Melakukan analisis hubungan antara faktor akademis dan non akademis dengan prevalensi *Burnout Syndrome* pada Mahasiswa Prodi Kedokteran Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga angkatan 2019-2021

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Menilai prevalensi *burnout syndrome* pada mahasiswa Prodi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga angkatan 2019-2021
2. Menilai faktor akademis (Tahun Angkatan, Aktivitas Kuliah, Jam Kuliah Harian, Durasi Waktu Kuliah Harian, Motivasi Belajar, Kelelahan Belajar, dan Kepuasan Terhadap Sistem Pengajaran) dan faktor non akademis (Jenis Kelamin, Usia, Urutan Lahir, Jumlah Saudara, Penghasilan Orang Tua, Waktu Luang, Olahraga) penyebab

burnout syndrome pada mahasiswa Prodi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga angkatan 2019-2021

3. Menganalisis hubungan antara faktor akademis (Tahun Angkatan, Aktivitas Kuliah, Jam Kuliah Harian, Durasi Waktu Kuliah Harian, Motivasi Belajar, Kelelahan Belajar, dan Kepuasan Terhadap Sistem Pengajaran) dan faktor non akademis (Jenis Kelamin, Usia, Urutan Lahir, Jumlah Saudara, Penghasilan Orang Tua, Waktu Luang, Olahraga) dengan kejadian *Burnout syndrome* pada mahasiswa Prodi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga angkatan 2019-2021

1.4 Manfaat penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

1. Penelitian ini diharapkan dapat memberi tambahan informasi dalam bidang psikiatri tentang adanya risiko *Burnout Syndrome* pada mahasiswa kedokteran
2. Penelitian ini diharapkan dapat memberi gambaran beban belajar pada setiap mahasiswa kedokteran dengan risiko *Burnout Syndrome* yang akan menjadi referensi serta saran bagi penelitian selanjutnya
3. Penelitian diharapkan memberi wawasan dalam bidang psikiatri tentang *Burnout Syndrome* pada peneliti

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Penelitian ini diharapkan dapat memberi gambaran risiko *Burnout Syndrome* pada setiap mahasiswa sehingga menjadi referensi untuk Fakultas atau bagian Pendidikan dalam upaya meningkatkan sistem belajar pada Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga.

2. Penelitian ini diharapkan dapat memberi gambaran untuk mahasiswa supaya memiliki strategi dalam mengatur beban belajar dan menurunkan risiko *Burnout Syndrome*.

3. Penelitian ini diharapkan dapat membantu mahasiswa dalam meningkatkan sistem belajar sehingga dapat menurunkan risiko terjadinya *Burnout Syndrome*.

1.4.3 Manfaat Subyek

Hasil diagnostik dari instrumen akan diberikan pada subjek penelitian yang bersangkutan, jika subjek penelitian meminta, untuk kemudian dilakukan intervensi atau direncanakan konseling.