

P-ISSN: 2774-4574 ; E-ISSN: 363-4582
TRILOGI, 6(3), Juli-Sep 2025 (144-151)
©2025 Lembaga Penerbitan, Penelitian,
dan Pengabdian kepada Masyarakat (LP3M)
Universitas Nurul Jadid Paiton Probolinggo
DOI: [10.33650/trilogi.v6i3.12701](https://doi.org/10.33650/trilogi.v6i3.12701)



Perbandingan Student Burnout pada Setiap Angkatan Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

Alfi Sani Nasution

Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, Indonesia
alfisanin@gmail.com

Desi Isnayanti

Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, Indonesia
desiisnayanti@umsu.ac.id

Abstract

Stress and burnout levels among medical students are among the highest. The numerous learning methods and the heavy academic demands experienced by students cause them to experience physical, mental, and emotional fatigue, leading to burnout. This study aims to determine the differences in student burnout among each class of students at the Faculty of Medicine, Muhammadiyah University of North Sumatra. The research method used was descriptive analytic with a cross-sectional design. The sampling method used was simple random sampling. The results of this study show a profile of burnout among UMSU Medical Faculty students, most dominantly found were engaged in the class of 2022 (18 students) , ineffective in the class of 2022 (11 students) , overextended in the class of 2023 (37 students) , disengaged in the class of 2024 (5.6%) , and burnout in the class of 2021 (37 students) 56.1%. The dimensions of burnout among UMSU Medical Faculty students indicate high levels of exhaustion (fatigue) in the 2021 intake (62 respondents (93.9%), high levels of cynicism (cynicism) in the 2021 intake (37 respondents (56.1%), and high levels of professional efficacy (professional efficacy) in the 2023 intake (61 respondents (92.4%). This study shows a significant difference between student burnout levels in each UMSU Medical Faculty student cohort with a p-value of 0.001 ($p < 0.05$). Conclusion: Statistically, there is a significant difference between student burnout levels in each UMSU Medical Faculty student cohort.

Keywords: Academics; Medical Students; Student Burnout.

Abstrak

Tingkat stres dan burnout pada mahasiswa kedokteran memiliki tingkat yang paling tinggi. Banyaknya metode pembelajaran serta beratnya tuntutan akademik yang dialami mahasiswa menyebabkan mahasiswa kedokteran mengalami keletihan baik raga, mental, serta emosi yang merujuk ke burnout. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan student

burnout pada setiap angkatan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Metode penelitian yang digunakan adalah Deskriptif analitik dengan desain cross-sectional. Metode pengambilan sampel menggunakan simple random sampling. Hasil penelitian ini menunjukkan gambaran profil burnout pada mahasiswa FK UMSU paling dominan dijumpai bahwa yang mengalami engaged yaitu pada angkatan 2022 sebanyak 18 orang (27,3%), ineffective pada angkatan 2022 sebanyak 11 orang (16,7%), overextended pada Angkatan 2023 sebanyak 37 orang (56,1%), disengaged pada angkatan 2024 sebanyak 5 orang (7,6%) dan burnout pada angkatan 2021 sebanyak 37 orang (56,1%). Gambaran dimensi burnout pada mahasiswa FK UMSU bahwa menunjukkan exhaustion (kelelahan) tinggi terlihat pada angkatan 2021 sebanyak 62 responden (93,9%), cynicism (sinisme) tinggi terlihat pada angkatan 2021 sebanyak 37 responden (56,1%), dan professional efficacy (kemanjuran profesionalitas) tinggi terlihat pada angkatan 2023 sebanyak 61 responden (92,4%). Penelitian ini menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan antara student burnout pada setiap angkatan mahasiswa FK UMSU dengan nilai $p = 0,001$ ($p = <0,05$). Kesimpulan: Secara statistik terdapat perbedaan yang signifikan antara student burnout pada setiap angkatan mahasiswa FK UMSU.

Katakunci: Akademik; Mahasiswa Kedokteran; Student Burnout.

1 Pendahuluan

Tingkat stres dan *burnout* pada mahasiswa kedokteran memiliki tingkat yang paling tinggi. Pada survei penelitian didapatkan bahwa 947 mahasiswa kedokteran di 27 universitas di Indonesia dan hasilnya menunjukkan prevalensi *burnout* sekitar 35,5%.² Banyaknya metode pembelajaran serta beratnya tuntutan akademik yang dialami mahasiswa menyebabkan mahasiswa kedokteran mengalami kelelahan baik raga, mental, serta emosi yang merujuk ke *burnout* ((RISKESDAS) 2018). Saat mahasiswa terus-menerus mengalami stres, hal ini dapat memicu munculnya penyakit psikologis seperti depresi, gangguan cemas, dan kemarahan akibat *burnout* yang muncul menyertai perasaan kelelahan, sinisme, dan tidak berguna (Cao, Fang, and Hou 2020).

Student burnout merupakan sindrom psikologis yang diakibatkan tekanan akademis jangka panjang.⁵ Beberapa faktor yang mempengaruhi *student burnout* yaitu ada faktor eksternal yaitu faktor yang bersumber dari lingkungan yang berhubungan dengan pembelajaran dan faktor internal ialah faktor yang bersumber dari diri individu seperti, efikasi diri, citra diri, harga diri dan kecemasan (Seto, Wondo, and Mei 2020). Aspek pemicu *burnout* pada mahasiswa kedokteran ialah tingginya stres akademik akibat dari tuntutan perkuliahan, area pembelajaran kompetitif serta ambisius, kurikulum pembelajaran yang diterapkan, umur, minimnya waktu tidur, serta karakter mahasiswa tersebut.

Perbedaan beban akademik, tuntutan praktikum, adaptasi mahasiswa, ekspektasi yang tinggi dari dosen dan masyarakat sering kali menjadi sumber stres mahasiswa kedokteran. Pada penelitian yang dilakukan oleh FK UII diketahui bahwa burnout mahasiswa FK UII paling tinggi terjadi pada angkatan 2021 sebanyak 35,71% dan paling rendah terjadi pada angkatan 2020 sebanyak 32,26%. Hal ini diketahui bahwa angkatan yang tertinggi sedang melakukan penyusunan skripsi sedangkan untuk angkatan terendah sedang masa pembelajaran yang akan mempengaruhi tingkat *burnout* pada mahasiswa tersebut (Stern, Fricchione, and Cassem 2010).

Dalam hal ini, penting untuk mencari tahu tingkat *burnout* yang dialami oleh mahasiswa FK UMSU dari Angkatan 2021, 2022, 2023, dan 2024. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini karena belum adanya penelitian mengenai perbandingan *student burnout* pada setiap angkatan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

2 Metode

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan pendekatan cross sectional, yaitu pengambilan sampel dilakukan hanya satu kali di waktu tertentu untuk mengetahui perbandingan student burnout pada setiap angkatan mahasiswa di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Penelitian ini dilaksanakan di Kampus Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Populasi pada penelitian ini yaitu mahasiswa seluruh Angkatan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara yang berjumlah 1.044 mahasiswa.

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik simple random sampling yaitu pengambilan sampel dari populasi dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata didalam populasi tersebut. Instrumen yang digunakan untuk pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner Maslach Burnout Inventory-General Survei for Students (MBI-GS(S)) yang berisi 16 pertanyaan yang berhubungan dengan dimensi burnout pada mahasiswa fakultas kedokteran. Kuesioner tersebut telah dilakukan validitas dan reliabilitas dengan nilai cornbach's alpha pada dimensi exhaustion= 0,922, dimensi cynicism= 0,813, dan dimensi proffesional efficacy =0,845.26,39,40 Hasil validitas dan reabilitas dikatakan valid dan reliabel jika nilai cornbach's alpha >0,05. Berdasarkan hasil uji validitas dan reabilitas yang telah dilakukan maka kuesioner tersebut telah valid dan reliabel. Kuesioner ini mencakup ketiga dimensi burnout, berupa Cynicism (Sinisme), Emotional Exhaustion (Kelelahan emosional) dan Reduced Personal Accomplishment (Pencapaian diri yang rendah). Responden akan memberikan skor 0-6 pada masing-masing pertanyaan sesuai dengan kondisi responden.

Data yang dihasilkan diolah menggunakan analisis Univariat. Analisa Univariat digunakan untuk melihat dan menghitung *student burnout* berdasarkan frekuensi dari setiap variabel yang diteliti. Pada uji bivariat dilakukan untuk melihat perbandingan *student burnout* pada setiap angkatan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara dengan ini menggunakan uji *Kruskal-Wallis* dan apabila nilai $p < 0,05$ maka terdapat perbedaan antar angkatan.

3 Hasil dan Diskusi

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*, yaitu pengambilan sampel dilakukan hanya satu kali di waktu tertentu untuk mengetahui perbandingan *student burnout* pada setiap angkatan mahasiswa di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Sampel pada penelitian ini berasal dari mahasiswa angkatan 2021, 2022, 2023, dan 2024 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara dengan masing masing Angkatan yaitu 66 mahasiswa.

Karakteristik sampel penelitian berdasarkan periode angkatan, dimensi pada *burnout* yaitu

exhaustion, cynicism, proffesional efficacy, dan profil *burnout* didistribusikan menurut hasil kuesioner *Maslach Burnout Inventory-General Survey for Students ((MBI-GS(S))*.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden

Variabel	N	%
Angkatan		
2021	66	25,0
2022	66	25,0
2023	66	25,0
2024	66	25,0
Total	264	100

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan mahasiswa pada penelitian ini berasal dari mahasiswa angkatan 2021, 2022, 2023, dan 2024 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara dengan masing masing Angkatan yaitu 66 mahasiswa dengan total 264 mahasiswa.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Dimensi Burnout Setiap Angkatan

Variabel	2021		2022		2023		2024		Total	%		
	N	%	n	%	n	%	n	%				
Exhaustion												
Low	4	6,1	2	3,0	4	6,1	1	1,5	2	3,0	66	5,0
High	6	9,1	3	4,5	5	7,6	8	12,0	4	6,0	19	7,5
Cynicism												
Low	2	3,0	4	6,1	4	6,1	7	10,5	5	7,6	16	6,1
High	3	4,5	5	7,6	2	3,0	1	1,5	2	3,0	96	6,4
Proffesional efficacy												
Low	1	1,5	2	3,0	2	3,0	3	4,5	7	10,5	6	9,1
High	5	7,6	7	10,5	4	6,1	6	9,1	9	13,6	21	8,0

Berdasarkan Tabel 2, dapat diketahui bahwa tingkat burnout pada mahasiswa menunjukkan variasi antar angkatan dalam tiga dimensi utamanya, yaitu *exhaustion* (kelelahan), *cynicism* (sinisme), dan *professional efficacy* (kemanjuran profesionalitas). Pada dimensi *exhaustion*, mayoritas mahasiswa angkatan 2021 mengalami tingkat kelelahan yang tinggi, yakni sebanyak 62 responden (93,9%), menunjukkan bahwa mahasiswa angkatan ini cenderung memiliki beban akademik atau tekanan psikologis yang lebih berat dibanding angkatan lainnya. Sementara itu, pada dimensi *cynicism*, angkatan 2021 juga menempati proporsi tertinggi dengan tingkat sinisme yang tinggi sebesar 56,1%, mengindikasikan adanya kecenderungan sikap negatif atau kehilangan antusiasme terhadap aktivitas akademik. Sebaliknya, pada dimensi *professional efficacy*, tingkat kemanjuran profesionalitas tertinggi ditunjukkan oleh angkatan 2023, yaitu sebanyak 61 responden (92,4%), yang mencerminkan kepercayaan diri dan efektivitas diri yang lebih baik dalam menghadapi tuntutan akademik. Secara keseluruhan, hasil ini menunjukkan adanya perbedaan karakteristik burnout antar angkatan, di mana angkatan yang lebih awal (2021) cenderung mengalami tekanan dan kelelahan lebih tinggi, sedangkan angkatan yang lebih baru (2023–2024) menunjukkan tingkat efikasi profesional yang lebih kuat.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Profil Burnout Setiap Angkatan

Variabel	2021		2022		2023		2024		Total	%
	N	%	n	%	n	%	n	%		
<i>Engaged</i>	4	6,1	1	2,7	1	5,0	1	4,6	48	8,2
<i>Ineffective</i>	0	0	1	6,7	0	0	2	3,0	13	4,9
<i>Overextended</i>	2	3,7	1	8,2	3	6,7	3	3,0	10	4,5
<i>Disengaged</i>	0	0	0	0	0	0	5	7,6	5	1,9
<i>Burnout</i>	3	5,6	2	3,7	1	8,9	1	5,8	91	4,5

Berdasarkan Tabel 3, terlihat bahwa profil burnout mahasiswa menunjukkan variasi yang cukup mencolok di setiap angkatan. Mahasiswa

dengan kategori *engaged*—yang menunjukkan keterlibatan dan motivasi tinggi terhadap aktivitas akademik—paling banyak ditemukan pada angkatan 2022 sebanyak 18 responden (27,3%), mengindikasikan bahwa angkatan ini memiliki tingkat semangat dan keterikatan belajar yang relatif baik dibandingkan angkatan lainnya. Sementara itu, kategori *ineffective* yang menggambarkan rendahnya perasaan kompeten dan kurangnya pencapaian akademik tertinggi juga ditemukan pada angkatan 2022 dengan 11 responden (16,7%), menunjukkan adanya kelompok mahasiswa yang masih berjuang menyesuaikan diri dengan tuntutan akademik. Profil *overextended* yang menandakan beban kerja atau tekanan berlebih paling banyak dialami oleh angkatan 2023 sebanyak 37 responden (56,1%), menunjukkan bahwa mahasiswa pada angkatan ini berada pada fase tekanan akademik yang cukup tinggi. Selanjutnya, kategori *disengaged*, yakni mereka yang menunjukkan kehilangan minat dan keterlibatan terhadap studi, hanya muncul pada angkatan 2024 sebanyak 5 responden (7,6%), yang mungkin mencerminkan proses adaptasi awal terhadap kehidupan perkuliahan. Adapun kategori *burnout* yang menunjukkan kelelahan emosional dan penurunan motivasi paling tinggi terjadi pada angkatan 2021 sebanyak 37 responden (56,1%), menandakan bahwa angkatan ini paling rentan terhadap kelelahan dan kehilangan semangat akademik secara keseluruhan. Temuan ini memperlihatkan dinamika psikologis mahasiswa antar angkatan, di mana setiap kelompok menghadapi tantangan yang berbeda sesuai dengan fase akademik yang dijalani.

Tabel 4 Analisis Perbedaan *Student Burnout* Pada Setiap Angkatan Mahasiswa Fakultas Kedokteran

Analisis Bivariat	p-value
Kruskal-Wallis Test	0,001

Berdasarkan tabel 4 diketahui terdapat perbedaan yang signifikan antara *student burnout* pada setiap angkatan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara dengan nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$).

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa gambaran profil *burnout* mahasiswa yang mengalami *engaged* yaitu paling banyak pada angkatan 2022 sebanyak 18 orang (27,3%),

ineffective ditemukan paling banyak pada angkatan 2022 sebanyak 11 orang (16,7%), *overextended* paling banyak pada angkatan 2023 sebanyak 37 orang (56,1%), *disengaged* paling banyak ditemukan pada angkatan 2024 sebanyak 5 orang (7,6%) dan *burnout* paling banyak pada angkatan 2021 sebanyak 37 orang (56,1%). Tingkat stress dan *burnout* pada mahasiswa kedokteran memiliki tingkat yang paling tinggi.¹ Pada survei penelitian sebelumnya didapatkan bahwa 947 mahasiswa kedokteran di 27 universitas di Indonesia dan hasilnya menunjukkan prevalensi *burnout* sekitar 35,5% (Cipta, Wijovi, and Melisa 2022).

Jika melihat dari keseluruhan responden, dijumpai profil *engaged* paling banyak pada angkatan 2022 sebanyak 18 orang (27,3%). Profil ini bertolak belakang dengan profil *burnout*, yaitu ditandai dengan *exhaustion* dan *cynicism* yang rendah dan dengan *professional efficacy* tinggi. Profil *engaged* ini mencerminkan pengalaman yang positif dalam pekerjaan, ditandai dengan kurangnya gejala kelelahan yang terlihat, sikap yang positif, hubungan yang harmonis antara pikiran dan semangat, serta dedikasi dan daya serap yang kuat terhadap tugas-tugas. Individu dengan profil ini juga menunjukkan tingkat energi dan ketahanan mental yang tinggi saat bekerja, ketekunan dalam menghadapi tantangan, dan kemampuan untuk fokus sepenuhnya dalam menjalankan tugas. Mereka cenderung sulit untuk berpisah dari pekerjaan karena kesungguhan mereka dalam menyelesaikan tugas dengan efisien (Maslach and Jackson 2018).

Dari penelitian ini didapatkan profil *ineffective* paling banyak pada angkatan 2022 sebanyak 11 orang (16,7%). Profil *ineffective* ditandai oleh rendahnya tingkat *professional efficacy*, yang mengindikasikan ketidakmampuan dalam mengatasi kegagalan dan kurangnya rasa percaya diri yang menyebabkan keraguan terhadap diri sendiri. Individu dengan profil ini sering mengalami penurunan produktivitas, moral yang rendah, dan kesulitan dalam menangani tantangan. Mereka cenderung tidak efektif dalam pekerjaan mereka. Profil ini dapat dipicu oleh kinerja yang buruk yang menjadi penyebab utama dari kondisi ini (Maslach and Jackson 2018).

Hasil penelitian ini menunjukkan profil *overextended* paling banyak pada angkatan 2023 yaitu 37 orang (56,1%). Profil ini ditandai dengan tingginya tingkat *exhaustion*. Profil ini umumnya ditemukan pada individu yang sangat berdedikasi pada pekerjaan mereka dan memiliki dorongan kuat untuk mencapai kesuksesan dalam

pekerjaan. Akibatnya, mereka mengalami kelelahan dan kebosanan karena beban kerja yang tinggi, jam kerja yang panjang, dan kurangnya kesempatan untuk istirahat. Mahasiswa yang memiliki profil *overextended*, menunjukkan dedikasi yang tinggi terhadap pendidikan akademik mereka dan motivasi yang kuat untuk meraih kesuksesan dalam studi mereka. Namun, akibat beban akademik yang tinggi, mereka juga rentan mengalami kelelahan dan penat (F, D, and X 2017).

Pada penelitian ini sebanyak 5 orang (7,6%) mahasiswa angkatan memiliki profil *disengaged*. Hal ini mungkin terjadi karena mahasiswa tidak aktif atau berkontribusi secara signifikan dalam kuliahnya dan merasa terasing dari lingkungan kuliahnya. Mereka cenderung mengambil tindakan perlindungan diri untuk mengatasi ketidakpuasan yang mereka rasakan terhadap lingkungan kuliah mereka. Karakteristik utama dari profil ini adalah tingginya tingkat ketidakpuasan dan pengalaman pribadi yang negatif dalam kuliah dengan teman. Profil *disengaged* seringkali mengalami kesulitan untuk sepenuhnya berdedikasi pada pendidikan mereka meskipun memiliki energi dan keyakinan akan kompetensi mereka. Ketidaknyamanan dalam lingkungan akademis dapat mempengaruhi profil ini secara signifikan, memperburuk tingkat *cynicism* mereka terhadap akademik dan lingkungan akademik.²⁸ Hasil penelitian sebelumnya diketahui bahwa 4,9% responden mengalami profil *disengaged* yang berarti bahwa mahasiswa terlepas atau tidak terhubung dengan lingkungannya.⁵ Penelitian lain meyakini bahwa mahasiswa dengan profil ini memiliki interaksi sosial yang lebih sedikit karena mereka terlalu fokus pada studi dan persiapan menghadapi ujian yang akan datang (C, T, and A 2019).

Pada penelitian ini didapati pada angkatan 2021 sebanyak 37 orang (56,1%) yang mengalami profil *burnout*. Profil *burnout* di tempat kerja atau pada mahasiswa tahap akademik tidak hanya melibatkan kelelahan atau stres biasa yang disebabkan oleh pekerjaan sehari-hari. Profil ini ditandai dengan kelelahan kronis yang mendalam, frustrasi yang signifikan, dan perasaan tidak berdaya. Individu yang mengalaminya cenderung merasa jenuh dengan pekerjaan atau akademik mereka, kehilangan semangat, dan mengalami penurunan produktivitas yang mencolok. Menurut penelitian, orang yang mengalami *burnout* sering mengalami berbagai gangguan emosional dan masalah kesehatan. Profil *burnout* secara khusus ditandai oleh tingginya tingkat kelelahan (*exhaustion*) dan sikap sinis (*cynicism*). Ini mencerminkan kondisi individu tidak hanya

merasa fisik dan emosional terkuras, tetapi juga mengembangkan sikap skeptis terhadap pekerjaan, lingkungan kerja, atau orang-orang di sekitarnya (A, S, and J 2014).

Burnout merupakan sebuah kondisi patologis akibat stres berkepanjangan yang dapat menyebabkan munculnya perilaku maladaptif karena fisik dan emosi yang terkuras, penurunan kinerja akademis, kesehatan fisik yang buruk, kesehatan mental yang terganggu, meningkatkan risiko *drop-out*, pengaruh negatif dalam kehidupan pribadi, dan kurangnya motivasi serta rasa kepuasan diri.⁵ Banyaknya metode pembelajaran serta beratnya tuntutan akademik yang dialami mahasiswa menyebabkan mahasiswa kedokteran mengalami kelelahan baik raga, mental, serta emosi yang merujuk ke *burnout*.³ Saat mahasiswa terus-menerus mengalami stres, hal ini dapat memicu munculnya penyakit psikologis seperti depresi, gangguan cemas, dan kemarahan akibat *burnout* yang muncul menyertai perasaan kelelahan, sinisme, dan tidak berguna (Cao et al. 2020).

Burnout merupakan masalah bagi mahasiswa kedokteran karena kehidupan yang penuh tekanan, di mana mereka diharapkan untuk belajar, menghafal, dan mengulang kembali sejumlah besar informasi dalam waktu yang singkat. Selain itu, mahasiswa kedokteran juga dapat menghadapi masalah lain seperti masalah keuangan atau hubungan interpersonal yang dapat memicu *burnout*. *Burnout* memiliki dampak yang sangat besar terhadap mahasiswa kedokteran, seperti penurunan prestasi akademik, rendahnya rasa percaya diri, penyalahgunaan zat, serta perkembangan gangguan mental dan pikiran untuk bunuh diri (T, J, and K 2013).

Cara mengatasi *burnout*, pembimbing akademik dan mentor sebaiknya lebih waspada dan dapat mengidentifikasi mahasiswa yang berisiko mengalami *burnout* sejak dini, agar mereka dapat dirujuk untuk mendapatkan konseling dan intervensi lainnya demi memastikan kesejahteraan mahasiswa kedokteran (Thew, Ching, and Sallahuddin 2024).

Berdasarkan hasil penelitian diketahui mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara yang mengalami *burnout* sebanyak 91 responden diketahui angkatan 2021 mengalami *burnout* sebanyak 37 responden (56,1%). *Burnout* pada mahasiswa kedokteran tingkat akhir tidak terjadi begitu saja melainkan terdapat faktor yang mempengaruhi *burnout* pada mahasiswa kedokteran yaitu akibat stres akademik yang tinggi, lingkungan akademik

yang kompetitif, faktor kurikulum pendidikan, kurangnya waktu tidur sehingga hal-hal ini menyebabkan mahasiswa kedokteran mengalami *burnout*.^{9,10} Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh FK UII diketahui bahwa *burnout* mahasiswa FK UII paling tinggi terjadi pada angkatan 2021 sebanyak 35,71% dan paling rendah terjadi pada angkatan 2020 sebanyak 32,26%. Hal ini diketahui bahwa angkatan yang tertinggi sedang melakukan penyusunan skripsi sedangkan untuk angkatan terendah sedang masa pembelajaran yang akan mempengaruhi tingkat *burnout* pada mahasiswa tersebut (Lian, Sun, and Z 2014).

Pada penelitian ini, diketahui profil *burnout* pada angkatan 2024 lebih rendah dibandingkan angkatan 2021. Hal ini dikarenakan pada angkatan 2021 telah lebih lama terpapar tekanan akademik dan klinis, menghadapi tanggung jawab yang lebih besar, serta mengalami tekanan psikologis menjelang akhir masa studi. Sementara itu, angkatan 2024 masih dalam fase awal dan belum terlalu terpapar stresor berat dalam pendidikan kedokteran. Mahasiswa angkatan 2021 sudah berada di tahap pertengahan atau akhir pendidikan kedokteran, di mana materi semakin kompleks dan mendalam. Tuntutan akademik semakin berat (praktikum, KKD, ujian profesional). Persiapan menghadapi tahap selanjutnya (misalnya, koasistensi, UKMPPD) menambah tekanan mental. Sementara angkatan 2024 kemungkinan masih berada di tahap awal pembelajaran (pre-klinik) dengan tekanan akademik yang relatif lebih ringan, namun bukan berarti tidak terpapar stresor, tekanan dan kemampuan beradaptasi setiap individu yang berbeda beda dapat menjadi faktor stress (Thew et al. 2024).

Burnout terbanyak pada angkatan tertinggi dapat terjadi karena saat ini menjalani tuntutan tugas akhir atau skripsi sedangkan untuk angkatan di bawahnya sedang masa pembelajaran. Tuntutan tersebut dapat menghasilkan stres tambahan ketika individu tidak mampu menyelesaikan tugasnya dengan baik.¹⁰ Mahasiswa kedokteran memiliki risiko yang lebih tinggi untuk mengalami *burnout*, terutama karena beban studi yang berat. Mereka mengikuti sistem pembelajaran yang kompleks, seperti sistem blok yang mengintegrasikan beberapa disiplin ilmu, dan sistem non blok yang terdiri dari mata kuliah umum universitas dan keterampilan klinik dasar.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui terdapat perbedaan yang signifikan antara *student burnout*

pada setiap angkatan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara dengan nilai $p = 0,001$ ($p = <0,05$). Perbedaan beban akademik setiap angkatan, mahasiswa angkatan tertinggi sedang dalam penyusunan skripsi, tuntutan praktikum, adaptasi mahasiswa, ekspektasi yang tinggi dari dosen dan masyarakat sering kali menjadi sumber stres mahasiswa kedokteran dan hal ini menyebabkan setiap angkatan memiliki perbedaan dalam tingkat stres. Menurut penelitian yang mengungkapkan bahwa proses pembelajaran dengan durasi yang cukup lama serta tugas yang banyak berpengaruh pada kelelahan mahasiswa sehingga membutuhkan waktu untuk istirahat. Hal tersebut mengakibatkan mahasiswa menjadi kelelahan dan kurang memiliki inisiatif mengerjakan hal hal yang berkaitan dengan belajar selama pembelajaran dalam jaringan, inilah yang mengindikasikan bahwa mereka mengalami kejenuhan belajar atau *student burnout* (Lee et al. 2013).

Pada penelitian ini, hasil dimensi burnout didapatkan dimensi *exhaustion low* terbanyak pada angkatan 2022 berjumlah 29 orang (43,9%), *high* terbanyak pada angkatan 2021 berjumlah 62 orang (93,9%). *Exhaustion* adalah kondisi emosional yang mendasari terjadinya *burnout*, seseorang merasa sangat kelelahan secara emosional dan fisik akibat dari stres yang berkepanjangan (O, SA, and A 2012). Secara emosional, *exhaustion* dapat menyebabkan seseorang merasa tidak lagi memiliki energi atau minat untuk berinvestasi secara emosional dalam pekerjaannya. Kondisi *exhaustion* ini sering kali mengarah pada perilaku distansi atau penarikan diri dari pekerjaan, baik secara emosional maupun kognitif (Baron and Greenberg 1990).

Pada dimensi *cynicism, low* terbanyak pada angkatan 2024 berjumlah 51 orang (77,3%), *high* terbanyak pada angkatan 2021 berjumlah 37 orang (56,1%). *Cynicism* adalah perkembangan dari kelelahan emosional saat seseorang sudah tidak dapat menampung beban yang lebih banyak lagi. *Cynicism* merupakan upaya untuk melindungi diri dari *exhaustion* (RT and BE 1990). *Cynicism* dapat mengarah pada hilangnya minat atau motivasi terhadap hal-hal yang sebelumnya dianggap penting atau berharga, karena individu cenderung melihat segala sesuatu dengan pandangan skeptis atau bahkan meremehkan (AF 2017).

Pada dimensi *professional efficacy* atau bisa disebut juga dengan *reduced personal accomplishment*, tingkat *low* terbanyak pada angkatan 2022 berjumlah 24 orang (36,4%), *high*

terbanyak pada angkatan 2023 berjumlah 61 orang (92,4%). *Reduced Personal Accomplishment* adalah perasaan seseorang tidak merasakan suatu pencapaian yang berharga dan menyebabkan penurunan motivasi dan performa yang buruk. Individu merasa belum melakukan sesuatu yang bermanfaat, hal ini ditandai dengan adanya perasaan tidak puas terhadap diri sendiri, pekerjaan, dan kehidupan *professional efficacy* yang rendah muncul karena ketidakmampuan dalam mengantisipasi masalah dan kurangnya manajemen waktu. Kelelahan dan sinisme muncul karena adanya beban kerja yang berlebihan, sedangkan *professional efficacy* karena menurunnya kemampuan yang disebabkan oleh kelelahan (AF 2017).

Untuk mengatasi *burnout* pada mahasiswa, penting untuk menerapkan strategi manajemen stres, seperti menjaga keseimbangan antara akademik dan kehidupan sosial, serta mencari dukungan dan bantuan jika diperlukan. Selain itu, institusi pendidikan juga dapat mempertimbangkan implementasi program-program yang mendukung kesejahteraan mental mahasiswa untuk mencegah dan mengatasi masalah *burnout* (R, IS, and E 2018; S 2020).

Keterbatasan pada penelitian ini yaitu, penelitian ini merupakan penelitian analitik deskriptif, yakni data yang disajikan secara eksklusif mencerminkan distribusi dan frekuensi kejadian *burnout* saja. Oleh karena itu, perlu menganalisis faktor faktor yang mempengaruhi terjadinya *burnout* pada mahasiswa kedokteran terlebih di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Penelitian kualitatif berupa wawancara terhadap mahasiswa dapat menggali faktor faktor yang mempengaruhi terjadinya *burnout* merupakan peluang penelitian berikutnya.

4 Kesimpulan

Berdasarkan tujuan dan hasil penelitian, diperoleh bahwa profil burnout pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara menunjukkan dominasi kategori engaged pada angkatan 2022 sebanyak 18 orang (27,3%), ineffective pada angkatan 2022 sebanyak 11 orang (16,7%), overextended pada angkatan 2023 sebanyak 37 orang (56,1%), disengaged pada angkatan 2024 sebanyak 5 orang (7,6%), serta burnout pada angkatan 2021 sebanyak 37 orang (56,1%); pada dimensi burnout, tingkat exhaustion (kelelahan) tinggi tampak pada angkatan 2021 sebanyak 62 responden (93,9%), cynicism (sinisme) tinggi

pada angkatan 2021 sebanyak 37 responden (56,1%), dan professional efficacy (kemanjuran profesional) tinggi pada angkatan 2023 sebanyak 61 responden (92,4%); keseluruhan temuan ini mengindikasikan adanya perbedaan yang signifikan dalam tingkat student burnout antar angkatan ($p = 0,001$; $p < 0,05$).

5 Referensi

- (RISKESDAS), Riset Kesehatan Dasar. 2018. "Data Kesehatan Penduduk Indonesia, Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI." 223–29.
- A, Mäkikangas, Kinnunen S, and Rantanen J. 2014. "Association Between Vigor and Exhaustion During the Workweek: A PersonCentered Approach to Daily Assessments." *J Anxiety Stress Coping* 27(5):555–75.
- AF, Rozani. 2017. "Tanggung Jawab Dokter Muda (Ko Ass) Dalam Penanganan Kesehatan Terhadap Pasien Di RSUD." *Journal Angew Chemie Int* 6(11):951–952.
- Baron, R. ., and Greenberg. 1990. *Behaviour in Organization: Understanding and Managing The Human Side a/Work*. 3ed ed. New York: Allyn & Bacon.
- C, Bergmann, Muth T, and Loerbroks A. 2019. "Medical Students' Perceptions of Stress Due to Academic Studies and Its Interrelationships with Other Domains of Life: A Qualitative Study." *Med Educ Online* 24(1).
- Cao, W., Z. Fang, and G. Hou. 2020. "The Psychological Impact of the COVID-19 Epidemic on College Students in China." *J Psychiatry Research* 287:1–5.
- Cipta, D. A., F. Wijovi, and L. Melisa. 2022. "Burnout Prevalence and Degree among Undergraduate Medical Students in Indonesia during 1 Month of the COVID-19 Pandemic: A Cross-Sectional Descriptive Survei." *Int J Soc Psychiatry* 68:1232–37.
- F, Lheureux, Truchot D, and Borteyrou X. 2017. "The Maslach Burnout Inventory-Human Services Survey (MBI-HSS): Factor Structure, Wording Effect and Psychometric Qualities of Known Problematic Items." *JJTrav Hum* 80(2):161–86.
- Lee, J., A. Puig, E. Lea, and S. M. Lee. 2013. "Age-Related Differences in Academic Burnout of Korean Adolescents." *J Psychology in the Schools* 50(10):1015–31.
- Lian, P., Y. Sun, and Ji Z. 2014. "Moving Away from Exhaustion: How Core Self-Evaluations Influence Academic Burnout." *J Plos One* 9(1):1–5.
- Maslach, Christina, and Susan E. Jackson. 2018. "Individual Report-Maslach Burnout Inventory-Human Services Survey." *Mindgarden*.
- O, Costa E. F., Santos SA, and Santos A. T. R. A. 2012. "Burnout Syndrome and Associated Factors among Medical Students: A Crosssectional Study." *J Clinics* 67(6):573–9.
- R, Bianchi, Schonfeld IS, and Laurent E. 2018. "Burnout Syndrome and Sepression." Pp. 187–202 in *Understanding Depression: Clinical Manifestations, Diagnosis and Treatment*. Singapore: Springer.
- RT, Lee, and Ashforth BE. 1990. "On the Meaning of Maslach's Three Dimensions of Burnout." *Journal of Applied Psychology* 75:55–57.
- S, De Hert. 2020. "Burnout in Healthcare Workers: Prevalence, Impact and Preventative Strategies." *J Local Reg Anesth* 13(1):171–83.
- Seto, S. B., M. T. S. Wondo, and M. F. Mei. 2020. "Hubungan Motivasi Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Dalam Menulis Tugas Akhir (Skripsi)." *J Basicedu* 4(3):1–7.
- Stern, T. A., G. L. Fricchione, and N. H. Cassem. 2010. "Burnout Risk in Medical Students in Spain Using the Maslach Burnout Inventory-Student Survei." *J International Archives of Occupational and Environmental* 6(1):84.
- T, Kakiashvili, Leszek J, and Rutkowski K. 2013. "The Medical Perspective on Burnout." *Int J Occup Med Environ* 26(3):401–12.
- Thew, Hui Zhu, Siew Mooi Ching, and Sallahuddin. 2024. "Prevalence of Burnout and Its Associated Factors among Medical Students in a Public University in Selangor, Malaysia: A Cross-Sectional Study." *Malaysian Journal of Medicine and Health Sciences* 19:197–204.