

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Sukses dalam kuliah merupakan harapan dan tujuan bagi banyak mahasiswa. Tidak hanya bagi mahasiswa, kesuksesan ini juga menjadi harapan dan tujuan bagi universitas. Meski seringkali dilihat hanya dari hasil kuliah yang baik (meliputi nilai bagus, kelulusan cepat, dan kepuasan kuliah), kesuksesan kuliah juga dapat dan sepatutnya dipandang dari proses kuliah yang lancar (meliputi mahasiswa berkembang, berkuliah dalam cara yang seimbang, mendapatkan dukungan, dan menunjukkan tingkat *well-being* yang tinggi) untuk membentuk kesuksesan kuliah yang sebenarnya (Määttä & Uusiautti, 2018). Kelancaran proses mahasiswa dalam mencapai kesuksesan kuliah ditentukan oleh empat faktor utama berikut: mahasiswa itu, dosen, kurikulum, dan komunitas universitas (Määttä & Uusiautti, 2012; 2018). Di antara keempat faktor ini, mahasiswa sebagai pelajar dinilai sebagai faktor yang paling penting dalam mencapai kesuksesan kuliah.

Mahasiswa sebagai salah satu faktor penentu kesuksesan kuliah kerap mengalami berbagai tantangan dalam perjalanan mencapai kesuksesan kuliah yang mana hal ini semakin tampak pada mahasiswa kedokteran. Dibandingkan dengan jurusan lainnya, jurusan kedokteran merupakan jurusan dengan tuntutan akademik berlebih dan kecenderungan terjadinya permasalahan keseimbangan antara kuliah dan kehidupan (Morcos & Awan., 2022). Mahasiswa kedokteran cenderung dituntut untuk membaca banyak buku dan menyerap informasi yang jumlahnya

hampir tidak terbatas, meliputi tidak hanya informasi ilmiah, melainkan juga klinis (Xiu, n.d.). Tuntutan-tuntutan akademik yang diemban oleh mahasiswa kedokteran lebih banyak dan menantang dibandingkan jurusan lain, meliputi tutorial, kuliah pengantar, konsultasi dengan pakar, belajar mandiri, diskusi kelompok tanpa tutor, diskusi pleno, dan latihan keterampilan klinik (Fakultas Kedokteran Universitas Andalas [FK Unand] dalam Putri, 2022). Bentuk perkuliahan berupa blok (sistem perkuliahan terfokus pada suatu topik dimana terdapat praktikum, keterampilan labor, ujian *Multiple Choice Question* [MCQ], dan ujian praktikum yang berjalan selama lima minggu dan kemudian dilanjutkan dengan blok topik lainnya [FK Unand dalam Putri, 2022; Pratiwi & Elvandari, 2016]) membuat mahasiswa kedokteran memiliki jadwal dan bahan materi yang padat, serta seringkali waktu istirahat yang pendek (Wolf & Rosenstock, 2016). Kecenderungan untuk menjadi *overachiever* (berusaha untuk mencapai standar yang lebih dari yang diekspektasikan) dan sering memiliki standar tinggi untuk sukses secara akademik (Morcos & Awan., 2022) dalam mengatasi berbagai tuntutan membuat mahasiswa kedokteran seringkali kesulitan dalam menjaga kesehatan dan hubungan dengan orang lain; mereka seringkali mengorbankan kesehatan dan hubungan mereka dengan keluarga dan teman untuk fokus mencapai hasil kuliah yang sukses (Morcos & Awan., 2022). Semua hal ini membuat mahasiswa kedokteran rentan akan *academic burnout*.

*Academic burnout* atau kejenuhan akademik timbul akibat proses stres dimana ketidakseimbangan antara tuntutan-tuntutan emosional dan situasional dan sumber daya tersedia (dapat berupa dukungan keluarga, kondisi sosial dan

ekonomi, resiliensi, dsb [Amelia, 2022; Lin & Yang, 2021]) untuk menangani tuntutan-tuntutan tersebut seiring waktu membuat individu mengalami kondisi ini (Jagodics & Szabó, 2022; Lee & Ashforth, 1996; Maslach & Goldberg, 1998; Maslach dkk., 2001; Schaufeli dkk., 2002). *Academic burnout* meliputi perasaan lelah karena tuntutan studi (kelelahan) sebagai respons pertama dari ketidakseimbangan tuntutan dan sumber daya untuk mengatasinya, sikap sinis dan menjauh dari studi pelajar (sinisme) sebagai koping terhadap kelelahan, dan perasaan tidak kompeten sebagai pelajar (berkurangnya efikasi) sebagai akibat dari kelelahan dan sinisme yang memperburuk keefektifan dan persepsi terhadap sumber daya yang dimiliki (Schaufeli dkk., 2002).

*Academic burnout* memiliki berbagai dampak negatif yang mengancam proses perkuliahan mahasiswa. *Academic burnout* berkaitan erat dengan permasalahan adaptasi di sekolah dan penyesuaian diri psikologis yang tidak normal (kompulsi dan depresi) (Lee & Lee, 2018). Sindrom ini juga dikaitkan dengan performa kognitif dan akademik yang memburuk, khususnya pada pemecahan masalah dan atensi (Marôco dkk., 2020; May dkk., 2015). Pelajar dengan *academic burnout* juga mengarah kepada keterlibatan sekolah yang lebih rendah (Tuominen-Soini & Salmela-Aro, 2014). Seperti yang ditunjukkan oleh meta-analisis Madigan dan Curran (2020), *academic burnout* pada pelajar (termasuk mahasiswa) dapat berujung pada memburuknya prestasi akademik yang ditunjukkan dari nilai ujian, nilai mata pelajaran/kuliah (setara dengan blok pada mahasiswa kedokteran), dan indeks prestasi kumulatif (IPK). Selain itu, *academic burnout* juga menjadi prediktor dari intensi (meliputi pikiran, keinginan, dan niat)

berhenti kuliah pada mahasiswa, termasuk pada mahasiswa kedokteran (Alves dkk., 2022; Marôco dkk., 2020).

Tidak hanya terhadap proses perkuliahan, *academic burnout* juga berpengaruh negatif kepada kondisi pribadi mahasiswa. *Academic burnout* ditemukan berkaitan dengan *well-being* dan *self-esteem* yang buruk (Özhan & Yüksel, 2021; Tuominen-Soini & Salmela-Aro, 2014). Kondisi ini juga meningkatkan risiko akan permasalahan internalisasi seperti kecemasan, depresi, dan gejala somatik (seperti permasalahan tidur, sakit kepala berulang, dan permasalahan pencernaan) (Brandstätter dkk., 2016; Wallburg dkk., 2014). Khusus pada mahasiswa kedokteran, *academic burnout* bahkan ditemukan berkaitan dengan ide bunuh diri dengan peningkatan hingga 2-3 kali (Dyrbye dkk., 2008; IsHak dkk., 2013).

Lalu, berbagai penelitian (Cho dkk., 2022; Kiuru dkk., 2008; 2009) menunjukkan bahwa *academic burnout* merupakan sindrom yang dapat “menular”. Para mahasiswa pada kelompok yang sama ditemukan seiring waktu memiliki tingkat *academic burnout* dan *academic engagement* (keterlibatan pelajar terhadap kegiatan akademik) yang sama. Kelompok *burned-out* cenderung berinteraksi dan memengaruhi kelompok lain dalam kelas yang sama sehingga seluruh anggota kelas mengalami *academic burnout*. Iklim kelas *burned-out* cenderung memperburuk motivasi intrinsik kelas yang kemudian menurunkan *academic engagement* kelas secara keseluruhan. Dampak negatif ini menunjukkan bahwa *academic burnout* juga dapat berdampak pada kelas dan komunitas mahasiswa secara besar.

Berbagai penelitian telah menunjukkan tingginya prevalensi *academic burnout* pada mahasiswa kedokteran. Frajerman dkk. (2019) menemukan bahwa secara global, estimasi prevalensi *academic burnout* pada mahasiswa kedokteran adalah 44,2% dengan gejala kelelahan 40,8%, sinisme 35,1%, dan berkurangnya efikasi 27,4%. Prevalensi ini sejalan dengan temuan Rosales-Ricardo dkk. (2021) dalam penelitiannya terkait prevalensi *academic burnout* pada mahasiswa secara global, yakni hampir mencapai 40%. Ditemukan juga bahwa berdasarkan jurusan, prevalensi *academic burnout* tertinggi salah satunya ada pada mahasiswa kedokteran. *Academic burnout* juga menjadi permasalahan pada mahasiswa kedokteran di Indonesia. Khatami (2018) menemukan bahwa frekuensi *burnout* pada mahasiswa kedokteran di UIN Syarif Hidayatullah Jakarta adalah sebesar 56,4% (n = 369). Putri dkk. (2021) juga menemukan ketiga gejala *burnout* pada mahasiswa kedokteran Universitas Mataram (n = 231), yakni 45,9% mengalami kelelahan, 56,3% mengalami sinisme, dan 59,7% mengalami penurunan efikasi.

Berdasarkan survei peneliti pada bulan Maret tahun 2023 menggunakan *google form* yang berisi pertanyaan terbuka dan tertutup mengenai ketiga gejala *academic burnout* (kelelahan, sinisme, dan berkurangnya efikasi [Schaufeli dkk., 2002]), ditemukan adanya indikasi *academic burnout* pada mahasiswa Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas. Sebelas orang dari 20 orang (55%) ditemukan memenuhi ketiga gejala *academic burnout*. Survei ini menunjukkan bahwa para mahasiswa kedokteran mengalami kelelahan yang dideskripsikan oleh perasaan aus, kehilangan/penipisan energi, lemah, dan letih (*fatigue*), baik secara fisik maupun emosional (Maslach & Leiter, 2016).

Mahasiswa-mahasiswa kedokteran tersebut merasa dan mengalami kesulitan mengendalikan perasaan sedih dan tidak berdaya, kesulitan tidur, berkurangnya nafsu makan, dan tubuh lemas sebagai akibat dari tuntutan akademik yang berat. Selain itu, para mahasiswa kedokteran juga mengalami sinisme akibat kelelahan dimana para mahasiswa menjadi kurang tertarik dengan kegiatan pembelajaran, sering terlambat, tidak menghadiri kegiatan perkuliahan, melewatkan pengerjaan tugas-tugas akademik, tidak melakukan tugas-tugas akademik dengan maksimal (minim refleksi dan perencanaan), dan melakukan kecurangan (Fiorilli dkk., 2017). Terakhir, para mahasiswa kedokteran juga ditemukan mengalami berkurangnya efikasi yang ditandai dengan berkurangnya produktivitas atau kapabilitas, berkurangnya semangat juang, ketidakmampuan untuk koping terhadap tuntutan-tuntutan yang ada, dan rasa takut akan kegagalan (Maslach & Leiter, 2016; Maslach dkk., 1996).

*Academic burnout* disebabkan oleh beragam faktor yang terbagi atas faktor internal dan faktor eksternal (Lin & Yang, 2021). Secara internal, *academic burnout* dapat muncul akibat faktor kepribadian, *self-esteem*, dan atribusi (*locus of control eksternal*). Secara eksternal, terdapat faktor sekolah yang meliputi beban tugas, lingkungan pembelajaran, dan hubungan interpersonal, dan faktor keluarga yang meliputi pola asuh, dukungan orang tua, dan status sosioekonomi keluarga yang dapat mengarah pada *academic burnout*. Selain faktor-faktor tersebut, faktor internal lainnya yang juga telah dikonsepsikan sebagai faktor dari *academic burnout* adalah perfeksionisme (Gustafsson dkk., 2011).

Perfeksionisme merupakan sifat kepribadian yang menunjukkan karakteristik penetapan dan upaya untuk mencapai standar diri yang tinggi, diikuti dengan kecenderungan evaluasi diri yang berkaitan dengan kekhawatiran evaluasi eksternal negatif. Karakteristik ini menunjukkan dua dimensi perfeksionisme, yakni *perfectionistic strivings* (PS) yang merujuk kepada penetapan standar diri yang tinggi dan upaya pribadi dalam mencapai standar tersebut, dan *perfectionistic concerns* (PC) yang merujuk kepada kecenderungan kritik diri berlebih dan kekhawatiran akan evaluasi sosial negatif (Gaudreau & Thompson, 2010; Gaudreau dkk., 2018; Stoeber, 2018). Individu dengan PS tinggi memiliki keyakinan dari motivasi internal bahwa penting untuk mencapai kesempurnaan dan memiliki standar performa pribadi yang tinggi, sedangkan individu dengan PC tinggi memiliki keyakinan dari motivasi eksternal bahwa orang lain berekspektasi mereka untuk sempurna, takut untuk bertindak salah dan menghadapi konsekuensinya, dan ragu dalam melakukan sesuatu dengan benar (Frost dkk., 1999; Hewitt & Flett, 1991; Stoeber, 2018). Dalam konsepsi perfeksionisme model 2 x 2 (Gaudreau & Thompson, 2010; Gaudreau dkk., 2018), kedua dimensi perfeksionisme tersebut ditunjukkan ada dan berinteraksi dalam tiap individu yang kemudian membentuk empat subtipe perfeksionis, yakni PS murni (PS tinggi-PC rendah), PC murni (PS rendah-PC tinggi), perfeksionis gabungan (PS tinggi-PC tinggi), dan non-perfeksionis (PS rendah-PC rendah).

Karakteristik pembangun subtipe-subtipe dari perfeksionisme berperan dalam *academic burnout*, terutama dari sisi internal proses terjadinya *academic burnout*, yakni PS dan PC menunjukkan sumber daya individu dalam menghadapi

berbagai tuntutan emosional dan situasional yang mengarah kepada peningkatan/penurunan *academic burnout*. Individu dengan PC tinggi cenderung berkaitan dengan sumber daya yang buruk dalam menghadapi stres yang ada: koping penghindaran (*avoidance coping*; seperti menyangkal [*denial*], menghindari permasalahan, baik secara mental maupun perilaku, dan menggunakan alkohol atau narkoba), penilaian berupa ancaman dan kehilangan (potensi stresor dinilai mengancam diri yang mengindikasikan *distress*), ekspektasi dan kritik eksternal dinilai tinggi (motivasi akademik ekstrinsik), dan evaluasi diri kaku (seperti pemikiran *all-or-nothing* [hanya ada kesuksesan atau kegagalan], generalisasi berlebihan terhadap kejadian negatif, ruminasi kegagalan masa lampau, kebutuhan validasi diri tinggi, dll.). Semua distorsi kognitif ini dapat mengarah kepada kesulitan dalam menghadapi stres (termasuk penyesuaian psikologis yang buruk) yang kemudian mengarah kepada *academic burnout* (Dunn dkk., 2006; Rice & Lapsley, 2001; Stoeber & Rennert, 2008; Zhang dkk., 2007).

Di sisi lain, individu dengan PS tinggi memiliki sumber daya yang lebih baik dalam menghadapi tuntutan emosional dan situasional sehingga dapat kurang rentan terhadap *academic burnout*. Individu dengan PS tinggi memiliki kecenderungan koping stres berupa koping aktif (*active coping*; seperti mencoba upaya mengatasi masalah secara langsung, perencanaan, penekanan aktivitas yang mengganggu fokus dalam menghadapi masalah, dan mencari dukungan sosial) dan penilaian berupa tantangan (potensi stresor dinilai sebagai tantangan). Sumber daya yang baik ini membuat individu dengan PS tinggi lebih baik dalam menghadapi stresor dan potensi stresor sehingga cenderung jarang mengalami stres tinggi yang



kemudian mengarah kepada potensi *academic burnout* yang lebih rendah (Dunn dkk., 2006; Rice & Lapsley, 2001; Stoeber & Rennert, 2008; Zhang dkk., 2007). Hal ini juga didukung oleh keterkaitan PS dengan kepercayaan diri yang lebih tinggi, motivasi pencapaian yang lebih tinggi, dan *goal-directed behavior* (perilaku yang ditujukan untuk mencapai tujuan) yang lebih terjaga, (Campbell & Di Paula, 2002; Stoeber & Kersting, 2007; Stoeber & Rambow, 2007; Stoeber dkk., 2007).

Lalu, perfeksionisme, terutama PC, berkaitan dengan atribusi, khususnya *locus of control* eksternal, yang dapat mengarah kepada *academic burnout*. *Locus of control* eksternal—ketika seseorang menilai kejadian-kejadian di kehidupannya berada di luar kendalinya (Schmitz dkk., 2000)—memiliki hubungan positif yang signifikan dengan perfeksionisme yang ditentukan secara sosial (bentuk PC) (Kıral, 2015). Individu dengan PC tinggi cenderung mencapai standar tinggi dengan motivasi kebutuhan dicintai atau diterima orang lain, serta mengevaluasi hasil kinerjanya berdasarkan perbandingan dengan orang lain sehingga merasakan bahwa dirinya dikendalikan oleh orang lain (Periasamy & Ashby, 2002). Merasakan bahwa sebuah kejadian (tuntutan-tuntutan) berada di luar kendali membuat seseorang memiliki sumber daya yang minim untuk menghadapi kejadian tersebut sehingga lebih rentan akan *academic burnout* (Schmitz dkk., 2000; Sünbül, 2003).

Selain itu, *self-esteem*—penilaian menyeluruh seorang individu akan nilai positif/negatif dirinya berdasarkan penilaian diri terhadap berbagai peran dan ranah kehidupan (Markus & Nurius, 1986; Rogers dalam Mann dkk., 2004)—juga berperan dalam memediasi perfeksionisme dan *academic burnout* (Luo, Wang,

Zhang, Chen, & Quan, 2016). Individu dengan *self-esteem* yang rendah memiliki ketakutan akan kegagalan yang juga merupakan bentuk dari PC dan ide akan diri yang negatif sehingga membuat individu lebih berisiko akan *academic burnout*. Di sisi lain, individu dengan PS tinggi yang memiliki kecenderungan untuk mengatur, merencanakan, dan menggapai kesuksesan, serta mengambil tindakan dapat meningkatkan *self-worth* melalui strategi regulasi diri yang tepat yang kemudian memperkuat evaluasi positif diri sehingga *academic burnout* dapat tertekan.

Tidak hanya secara internal, perfeksionisme juga dapat memengaruhi *academic burnout* secara eksternal melalui budaya perfeksionisme yang ada pada pendidikan kedokteran. Meskipun perfeksionisme merupakan sebuah disposisi kepribadian, berbagai penelitian (Bynum dkk., 2018; Cope dkk., 2017; Humphris & Kaney, 1998; LaDonna dkk., 2018) menunjukkan bahwa pendidikan kedokteran dapat berkontribusi pada perkembangan dan/atau peningkatan perfeksionisme (baik PS ataupun PC). Mahasiswa kedokteran selama studinya mempelajari nilai presisi dan kesempurnaan. Meskipun beberapa kesalahan tidak memiliki konsekuensi klinis, kesalahan kecil tetap harus dihindari. Sebagai tambahan, wawancara oleh peneliti dengan Ketua Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas pada tanggal 14 Maret 2023 menunjukkan bahwa terdapat standar nilai yang cukup tinggi di Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas yang mendorong mahasiswa kedokteran untuk menetapkan standar tinggi dan menggapai kesempurnaan dalam performanya. Survei peneliti terhadap 20 orang mahasiswa Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas sebelumnya juga menunjukkan bahwa mahasiswa kedokteran merasakan

dan menerima standar nilai dan performa yang tinggi dan sempurna, serta dituntut untuk memahami seluruh materi dan tidak boleh salah karena nantinya mereka akan memberikan pelayanan pada kesehatan manusia.

Kinerja sempurna yang membuat seseorang cenderung lebih teliti dalam hal yang ia lakukan seringkali dinilai sebagai kualitas positif dan diapresiasi dalam ranah kedokteran. Penetapan standar diri yang tinggi serta upaya untuk mencapai standar tersebut (bentuk PS) dapat membuat dokter dan calon dokter (mahasiswa kedokteran) memiliki kompetensi yang tinggi dalam bidang yang mereka tekuni (Cope dkk., 2016; Humphris & Kaney, 1998). Penanaman nilai sempurna kemudian dapat membuat mahasiswa kedokteran mengembangkan atau meningkatkan karakteristik PS yang berkaitan dengan berbagai sumber daya dalam mengatasi stres yang dapat mencegah *academic burnout*.

Akan tetapi, penekanan akan kesempurnaan dapat membuat mahasiswa kedokteran merasa selalu kurang akan usaha dan dirinya, berandai-andai akan performa masa lampau, dan tidak puas akan apapun yang mereka lakukan dan capai. Selain itu, merasa kurang ketika gagal untuk mencapai standar performa tinggi dapat mengarah kepada rasa malu (*shame*) yang membuat mahasiswa kedokteran semakin sensitif akan penilaian eksternal. Mahasiswa kedokteran kemudian berusaha menciptakan citra “sempurna” yang ditampakkan di ruang kelas, perpustakaan, dan media sosial (bentuk dari PC). Upaya mempertahankan citra “sempurna” semakin sulit bagi mahasiswa kedokteran (dengan PC tinggi) dengan adanya kemungkinan kesalahan ceroboh ataupun kesulitan pada topik tertentu dari umpan balik akademik yang beragam (dari tutorial, praktikum, ujian, dll.) dan

sering. Mempertahankan citra “sempurna” dapat membuat mahasiswa kedokteran lelah dan kemudian mengalami *academic burnout* (Bynum dkk., 2018; Yanes, 2017).

Berbagai penelitian (Cho dk., 217; Hill & Curran, 2015) telah menelaah hubungan kedua dimensi perfeksionisme dan *academic burnout*. PC telah ditemukan memiliki hubungan positif dengan *academic burnout* dengan *effect size* menengah hingga besar. Hubungan ini juga ada terhadap masing-masing gejala *academic burnout*. PS juga ditemukan memiliki hubungan negatif dengan *academic burnout*, tetapi dengan *effect size* kecil. Selain itu, berdasarkan gejala *academic burnout*, hubungan PS signifikan pada gejala sinisme dan berkurangnya efikasi, tetapi non-signifikan pada kelelahan. Hal ini menunjukkan bahwa meski PS dapat memberikan beberapa perlindungan terhadap perkembangan *academic burnout*, PS memiliki kecenderungan untuk tidak begitu terlibat dalam *academic burnout*.

Seperti yang telah dipaparkan, tiap subtype dari perfeksionisme merupakan hasil kombinasi dari kedua dimensi perfeksionisme yang mana karakteristik-karakteristiknya pada tiap subtype perfeksionisme bertindak dalam bagaimana tiap subtype perfeksionisme memiliki tingkatan *academic burnout* yang berbeda (Gaudreau & Thompson, 2010; Gaudreau dkk., 2018). Maka dari itu, subtype perfeksionis PS murni dengan PS tinggi yang meskipun perannya secara statistik kurang kuat, menunjukkan sumber daya baik dalam mengatasi tuntutan-tuntutan emosional dan situasional, dan PC rendah yang menunjukkan sumber daya buruk dalam mengatasi tuntutan-tuntutan tersebut cenderung memiliki *academic burnout* yang lebih rendah dibandingkan non-perfeksionis yang rendah akan PS (dan PC).

Selain itu, PC murni dengan PS rendah dan PC tinggi cenderung memiliki *academic burnout* yang lebih tinggi dibandingkan non-perfeksionis yang rendah akan PC (dan PS). Di sisi lain, kehadiran secara bersama-sama sumber daya yang baik dan buruk dalam mengatasi stres pada perfeksionis gabungan (PS tinggi-PC tinggi) akan membuat individu perfeksionis gabungan cenderung memiliki *academic burnout* yang lebih rendah dibandingkan PC murni dan lebih tinggi dibandingkan PS murni.

Tidak terdapat penelitian sebelumnya yang meneliti perbedaan *academic burnout* berdasarkan sub tipe-sub tipe dari perfeksionisme pada mahasiswa kedokteran. Akan tetapi, terdapat dua penelitian yang menunjukkan perbedaan *burnout* berdasarkan sub tipe-sub tipe dari perfeksionisme pada pelajar. Penelitian Kljajic dkk. (2015) pada mahasiswa umum menemukan bahwa (1) mahasiswa PS murni memiliki *academic burnout* yang kurang dibandingkan mahasiswa non-perfeksionis, (2) mahasiswa PC murni merasakan *academic burnout* yang lebih dibandingkan mahasiswa non-perfeksionis, (3) mahasiswa perfeksionis gabungan merasakan *academic burnout* yang kurang dibandingkan mahasiswa PC murni dan yang lebih dibandingkan mahasiswa PS murni. Penelitian Seong dan Chang (2021) juga menemukan bahwa PS murni merupakan sub tipe perfeksionis yang paling baik dan PC murni merupakan sub tipe perfeksionis yang paling buruk dalam *academic burnout* pada remaja. Akan tetapi, ketika ditinjau terhadap dimensi-dimensi *academic burnout*, ditemukan bahwa (1) remaja perfeksionis gabungan mengalami kelelahan yang sama dengan remaja PS murni, (2) remaja non-perfeksionis menunjukkan kelelahan dan sinisme yang lebih rendah dibandingkan remaja PC murni, tetapi sama dengan remaja PS murni, dan (3) remaja non-perfeksionis dan

remaja PC murni menunjukkan berkurangnya efikasi yang lebih rendah dibandingkan remaja PS murni dan remaja dengan perfeksionis gabungan.

Sebagai tambahan, Gaudreau dkk. (2018) menyebutkan bahwa diperlukan penelitian lanjutan dalam mereplikasi dan memperluas hasil temuan hubungan antara subtipe-subtipe perfeksionisme dan *burnout* dalam aktivitas-aktivitas terkait pencapaian, termasuk akademik. Hill dan Curran (2015) juga menilai bahwa perfeksionisme dan *burnout* dalam konteks pendidikan masih memerlukan penelitian tambahan. Selain itu, kebanyakan faktor risiko dari *academic burnout* yang dibahas dalam berbagai penelitian adalah variabel-variabel interpersonal terkait sekolah, seperti tekanan sekolah, kelompok teman sebaya, keterlibatan terhadap sekolah, dll. (Wallburg, 2014), sedangkan faktor risiko internal seperti sifat atau sikap individu masih belum dengan komprehensif dikaji (Farina dkk., 2020). Hal ini menunjukkan perlunya penelitian mengenai perfeksionisme dan *academic burnout*.

Berdasarkan penjabaran di atas, tinjauan terkait *academic burnout* berdasarkan subtipe perfeksionisme pada mahasiswa kedokteran perlu dilakukan. Perfeksionisme memprediksi berbagai dampak penting dalam pendidikan dan *burnout* merupakan fenomena penting dalam dunia sekolah dan universitas yang penuh dengan tantangan dan stres. Pemahaman akan subtipe perfeksionisme diri dapat memaksimalkan kesempatan mahasiswa kedokteran dalam mengenali potensi diri ataupun coping terhadap berbagai tuntutan-tuntutan untuk meningkatkan kapabilitas diri mencapai kesuksesan kuliah (Määttä & Uusiautti, 2018; Proctor dkk. dalam Määttä & Uusiautti, 2018), khususnya terhadap kondisi

*academic burnout*. Pihak universitas juga dapat berperan sebagai pemberi umpan balik positif dan evaluasi konstruktif untuk mengoptimalkan pendeteksian (refleksi) kekuatan atau kelemahan inti diri yang berperan dalam proses perkuliahan mahasiswa kedokteran (Boud & Molloy dalam Määttä & Uusiautti, 2018; Carless dkk. dalam Määttä & Uusiautti, 2018). Di sisi lain, pemahaman mengenai pengaruh perfeksionisme terhadap *academic burnout* dapat menjadi dasar bagi pengarahannya kurikulum dan pengajaran oleh dosen pada pendidikan kedokteran ke arah sub tipe perfeksionisme yang paling mendukung pencapaian kesuksesan kuliah pada mahasiswa kedokteran. Idealnya, pendidikan memberikan lingkungan positif yang meningkatkan perkembangan kekuatan pelajar dalam menghadapi tantangan di masa depan dengan baik, yakni kepercayaan diri dan *self-esteem*, kehidupan emosional yang seimbang, penilaian dan tanggung jawab, dan kemampuan untuk mengendalikan perilaku dalam memilih pilihan yang sehat (Määttä & Uusiautti, 2018).

Melihat teori yang telah dipaparkan di atas dan penelitian terdahulu yang telah dilakukan, peneliti tertarik untuk meneliti perbedaan *academic burnout* berdasarkan sub tipe perfeksionisme mahasiswa Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas. Peneliti berekspektasi bahwa mahasiswa kedokteran dengan sub tipe perfeksionisme PS murni akan memiliki *academic burnout* yang lebih rendah dibandingkan dengan mahasiswa kedokteran dengan sub tipe perfeksionisme non-perfeksionis dan perfeksionis gabungan, serta mahasiswa kedokteran dengan sub tipe perfeksionisme PC murni akan memiliki *academic burnout* yang lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa kedokteran

dengan sub tipe perfeksionisme non-perfeksionis dan perfeksionis gabungan. Peneliti memutuskan untuk melakukan penelitian dengan judul “Perbedaan *Academic Burnout* Berdasarkan Sub tipe Perfeksionisme pada Mahasiswa Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas”.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan, rumusan masalah pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

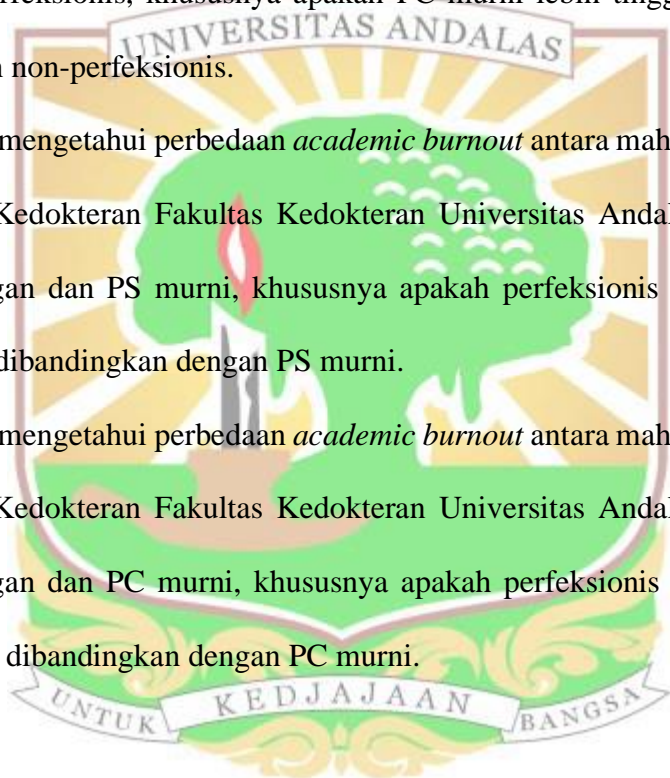
1. “Apakah mahasiswa Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas PS murni memiliki *academic burnout* yang lebih rendah dibandingkan dengan non-perfeksionis?”
2. “Apakah mahasiswa Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas PC murni memiliki *academic burnout* yang lebih tinggi dibandingkan dengan non-perfeksionis?”
3. “Apakah mahasiswa Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas perfeksionis gabungan memiliki *academic burnout* yang lebih tinggi dibandingkan dengan PS murni?”
4. “Apakah mahasiswa Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas perfeksionis gabungan memiliki *academic burnout* yang lebih rendah dibandingkan dengan PC murni?”

## 1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:



1. Untuk mengetahui perbedaan *academic burnout* antara mahasiswa Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas PS murni dan non-perfeksionis, khususnya apakah PS murni lebih rendah dibandingkan dengan non-perfeksionis.
2. Untuk mengetahui perbedaan *academic burnout* antara mahasiswa Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas PC murni dan non-perfeksionis, khususnya apakah PC murni lebih tinggi dibandingkan dengan non-perfeksionis.
3. Untuk mengetahui perbedaan *academic burnout* antara mahasiswa Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas perfeksionis gabungan dan PS murni, khususnya apakah perfeksionis gabungan lebih tinggi dibandingkan dengan PS murni.
4. Untuk mengetahui perbedaan *academic burnout* antara mahasiswa Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas perfeksionis gabungan dan PC murni, khususnya apakah perfeksionis gabungan lebih rendah dibandingkan dengan PC murni.



#### **1.4 Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat yang diharapkan dari penelitian ini terbagi dua, yakni manfaat teoritis dan manfaat praktis:

##### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmu pengetahuan untuk pengembangan ilmu psikologi kepribadian dan

psikologi pendidikan terkait dengan perbedaan *academic burnout* berdasarkan sub tipe perfeksionisme mahasiswa kedokteran.

#### 1.4.2 Manfaat Praktis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan oleh:

1. Mahasiswa kedokteran dan perguruan tinggi terkait perbedaan *academic burnout* berdasarkan sub tipe perfeksionisme mahasiswa kedokteran untuk meningkatkan kesuksesan mahasiswa kedokteran dalam berkuliah.
2. Konselor dan psikolog perguruan tinggi sebagai referensi dalam pelayanan kesehatan mental pada mahasiswa kedokteran terkait dengan perbedaan *academic burnout* berdasarkan sub tipe perfeksionisme mahasiswa kedokteran.
3. Ilmuwan dan praktisi di bidang psikologi dan pendidikan sebagai acuan penelitian selanjutnya untuk menggali lebih lanjut perbedaan *academic burnout* berdasarkan sub tipe perfeksionisme mahasiswa kedokteran.

#### 1.5 Sistematika Penulisan

Proposal skripsi ini terdiri atas dari tiga bab:

##### 1. Bab I: Pendahuluan

Bab ini berisikan uraian mengenai latar belakang, permasalahan, perumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan.

##### 2. Bab II: Landasan Teori

Bab ini menguraikan teori yang berkaitan dengan variabel yang akan diteliti, kerangka pemikiran, dan hipotesis penelitian.

### **3. Bab III: Metode Penelitian**

Bab ini berisi uraian mengenai metode dalam penelitian ini, variabel penelitian, dan alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini.

### **4. Bab IV: Hasil dan Pembahasan**

Bab ini berisi gambaran data hasil penelitian, analisis hasil penelitian tersebut, pengujian hipotesis penelitian, dan pembahasan hasil penelitian.

### **5. Bab V: Penutup**

Bab ini berisi kesimpulan penelitian dan saran yang peneliti ajukan berdasarkan pelaksanaan dan hasil penelitian ini.

