

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, mahasiswa didefinisikan sebagai seseorang yang belajar di perguruan tinggi. Dalam menjalani proses pembelajaran, mahasiswa dihadapi dengan berbagai tanggung jawab akademik, seperti mengikuti kelas, mengerjakan tugas, dan mengikuti ujian sesuai dengan jurusan yang diambil. Setiap jurusan memiliki tingkatan beban akademik yang berbeda. Salah satu jurusan yang dikenal dengan tekanan akademik yang tinggi serta beban pembelajaran yang berat adalah jurusan kedokteran (Kartawinata & Evi, 2024).

Tekanan akademik yang dihadapi oleh mahasiswa kedokteran berkaitan dengan beban belajar yang berlebihan, lingkungan pendidikan yang kompetitif, dan adanya standar yang tinggi terkait nilai akademik (Morcos et al., 2022). Tekanan akademik mahasiswa kedokteran semakin bertambah saat memasuki tahun keempat. Selain mengikuti kelas, kelas tutorial, *skill lab*, praktikum, ujian tulis, ujian lisan, ujian keterampilan klinik (OSCE), dan ujian praktikum setiap satu blok berakhir, mahasiswa kedokteran tahun keempat memiliki tanggung jawab untuk mengerjakan skripsi. Mahasiswa kedokteran tahun keempat juga memiliki tanggung jawab untuk mengikuti *junior clerkship* atau praktik di rumah sakit sebanyak dua kali dalam seminggu.

Berbagai tuntutan akademik yang ada menjadi *stressor* utama bagi mahasiswa kedokteran tahun keempat. Berdasarkan hasil penelitian Irlaks et al.

(2020), ditemukan bahwa 26% mahasiswa pendidikan dokter tahun keempat di Universitas Andalas mengalami stres kategori berat dan 4% lainnya mengalami stres kategori sangat berat. Hasil serupa juga ditemukan pada penelitian Ahmad et al. (2022), dimana 70,4% mahasiswa kedokteran tahun keempat Universitas Baiturrahmah mengalami stres berat dan menyebabkan masalah tidur yaitu insomnia. Ketika mahasiswa kedokteran tahun keempat terus-menerus menghadapi *stressor* yang berlebihan tanpa adanya sumber daya yang cukup untuk menyelesaikannya, maka dapat mengembangkan kelelahan atau *burnout* (Baron et al., 2008).

*Burnout* yang disebabkan oleh tekanan akademik disebut sebagai *academic burnout*. *Academic burnout* dapat didefinisikan sebagai perasaan lelah yang disebabkan oleh aktivitas akademik seperti adanya tuntutan belajar, memiliki sikap sinis terhadap tugas-tugas perkuliahan, dan perasaan tidak kompeten sebagai mahasiswa (Schaufeli et al., 2002). *Academic burnout* juga dapat didefinisikan sebagai kelelahan emosional yang disebabkan oleh beban, stres, atau faktor psikologis lain yang berhubungan dengan kegiatan akademik (Yang, 2004; Marchella et al., 2023). *Academic burnout* dapat terjadi akibat beban akademik yang ada melebihi kapasitas mahasiswa serta kurangnya sumber daya yang dimiliki mahasiswa untuk dapat menyelesaikan beban akademik tersebut (Olson et al., 2023; Baron et al., 2008).

Terdapat beberapa penelitian sebelumnya yang mendukung bahwa mahasiswa kedokteran merupakan kelompok yang beresiko mengalami *academic burnout* dibandingkan mahasiswa jurusan non-kedokteran. Jika

dibandingkan dengan mahasiswa jurusan lain, mahasiswa kedokteran ditemukan memiliki *academic burnout* yang lebih tinggi. Hal ini didukung oleh penelitian Chiracu dan Dumitru (2021) yang menemukan bahwa mahasiswa kedokteran memiliki *academic burnout* yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa psikologi. Sejalan dengan hasil penelitian Wing et al. (2018) yang menyatakan bahwa terdapat perbedaan *academic burnout* antara mahasiswa jurusan kedokteran dengan mahasiswa jurusan non-kedokteran, dimana mahasiswa kedokteran mengalami *academic burnout* yang lebih tinggi.

Terdapat beberapa penelitian terdahulu yang mengkaji fenomena *academic burnout* pada mahasiswa kedokteran tahun keempat. Berdasarkan beberapa hasil penelitian, *academic burnout* ditemukan meningkat selama empat tahun pendidikan kedokteran (Von Harscher et al., 2018; Hansel et al., 2019; Kilic et al., 2021). Selain itu, tingkat *academic burnout* ditemukan lebih tinggi pada mahasiswa kedokteran tahun keempat dibandingkan mahasiswa tahun pertama (Morgan et al., 2020). Hal ini didukung juga oleh hasil penelitian Shorkpour et al. (2020) yang menyatakan bahwa mahasiswa kedokteran tahun keempat di Mashhad University mengalami *academic burnout*. Lalu juga terdapat penelitian yang dilakukan oleh Budiman et al. (2024), didapatkan bahwa angkatan yang paling tinggi mengalami *academic burnout* adalah angkatan 20 (41,1%) yang pada penelitian ini merujuk pada mahasiswa tahun keempat di Fakultas Kedokteran Universitas Pasundan. Berdasarkan beberapa hasil penelitian yang telah dijabarkan, dapat disimpulkan bahwa fenomena *academic burnout* terbukti terjadi pada mahasiswa kedokteran tahun keempat

dan ditemukan bahwa mahasiswa kedokteran tahun keempat memiliki tingkat *academic burnout* yang lebih tinggi dibandingkan tahun lainnya.

Fenomena serupa juga terjadi pada mahasiswa pendidikan dokter tahun keempat di Universitas Andalas. Berdasarkan hasil survei awal penulis terhadap 21 orang mahasiswa pendidikan dokter tahun keempat Universitas Andalas, ditemukan bahwa 11 dari 21 (52,38%) mahasiswa memperlihatkan gejala dari ketiga dimensi *academic burnout*, yaitu kelelahan emosional, sikap sinis terhadap aktivitas akademik, serta merasa tidak kompeten sebagai mahasiswa. Hasil survei menunjukkan bahwa para mahasiswa mengaku terus merasa sedih, cemas, takut, gelisah, tertekan, menghindari untuk berinteraksi dengan orang lain, tidak melakukan bimbingan skripsi, tidak datang kuliah, tidur selama pembelajaran di kampus, sering menunda mengerjakan tugas, tidak yakin terhadap tugas yang dikerjakan, serta terdapat mahasiswa yang mengaku meragukan kemampuan dirinya sendiri dalam melakukan aktivitas akademik. Hasil survei ini menunjukkan ciri-ciri yang mengarah pada *academic burnout*.

*Academic burnout* yang berkelanjutan dapat menyebabkan munculnya berbagai permasalahan. Permasalahan yang dapat timbul akibat *academic burnout* adalah penurunan prestasi akademik, perilaku prokrastinasi akademik, putus kuliah, hingga permasalahan mental yang lebih serius seperti kecemasan dan depresi (Marchella et al., 2023; Sharififard et al., 2020; Rahmatpour et al., 2018). Pada mahasiswa kedokteran, *academic burnout* ditemukan menjadi salah satu faktor yang menyebabkan *drop out* dari perkuliahan (Abreu Alves et al., 2022). *Academic burnout* juga menjadi salah satu penyebab yang dapat

menjelaskan bagaimana gejala depresi dan bunuh diri muncul di kalangan mahasiswa kedokteran. Hal ini dikarenakan ketika *academic burnout* yang terus terjadi secara berkelanjutan menyebabkan terkurasnya kondisi emosional dan hilangnya keyakinan terhadap diri, yang mana dapat mengarah pada depresi dan perilaku bunuh diri (Frajerma et al., 2019). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Rotenstein et al. (2016), mahasiswa kedokteran memiliki prevalensi gejala depresi sebesar 27,2% dan ide untuk melakukan bunuh diri sebesar 11,1%, serta ditemukan bahwa mahasiswa kedokteran memiliki prevalensi gejala depresi yang lebih tinggi dibandingkan populasi umum.

Di sisi lain, tidak semua mahasiswa kedokteran tingkat akhir mengalami *academic burnout* walaupun berada pada kondisi dan memiliki tuntutan akademik yang sama. Terdapat dua faktor yang mempengaruhi berkembangnya *academic burnout* pada individu, yaitu faktor situasional dan faktor individual (Maslach et al., 2001). Faktor situasional merujuk pada faktor di luar individu yang dapat mempengaruhi terbentuknya *academic burnout*, seperti beban akademik. Lalu juga terdapat faktor individual yang mengacu pada karakteristik yang dimiliki individu yang mempengaruhi terjadinya *burnout*, salah satunya adalah *self-efficacy*.

*Self-efficacy* didefinisikan sebagai penilaian individu terhadap kemampuan dirinya dalam mengatur, mengontrol, dan melaksanakan tindakan untuk mencapai tujuan yang telah ditentukan, serta keyakinan terhadap diri sendiri dalam mencapai tujuan (Bandura, 1997). Keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam mengatasi tugas yang berkaitan dengan hal akademik

disebut sebagai *academic self-efficacy* (Sagone & Caroli, 2014). Dengan *academic self-efficacy* yang baik, maka mahasiswa memiliki keyakinan bahwa dirinya kompeten dalam mengerjakan tanggung jawab akademiknya. Keyakinan ini yang menjadi sumber bagi mahasiswa untuk bertahan dalam menghadapi tantangan dalam menjalani aktivitas perkuliahan yang penuh tekanan (Khansa & Djamhoer, 2020).

Keyakinan ini juga mempengaruhi bagaimana perilaku dan perspektif mahasiswa dalam menghadapi tantangan akademik (Cong et al., 2024; Rahmati., 2015). Mahasiswa dengan *academic self-efficacy* yang baik tidak bersikap sinis atau menjauh ketika mengalami kesulitan akibat tuntutan akademik, melainkan mereka mampu untuk mencoba berbagai cara alternatif dan memandang suatu tantangan akademik sebagai suatu proses yang berarti bagi dirinya (Laily & Sholichah, 2021). Hal ini menunjukkan bahwa *academic self-efficacy* dapat melindungi mahasiswa dari *academic burnout* (Firdausi et al., 2023). Dengan demikian, *academic self-efficacy* memegang peran penting pada mahasiswa kedokteran tahun keempat dalam menghadapi tantangan akademik yang bersifat sebagai *stressor* dan menentukan apakah *stressor* tersebut dapat memicu terjadinya *academic burnout*.

Gambaran *academic self-efficacy* juga terlihat pada hasil survei awal yang peneliti lakukan, dimana 9 dari 21 (42,86%) mahasiswa mengaku walaupun merasa lelah secara fisik dan emosional akibat tuntutan akademik, tetapi tetap yakin dan penuh motivasi dalam menjalani perkuliahannya, serta merasa tertantang saat dihadapkan dengan banyaknya tuntutan akademik.

Keyakinan ini menggambarkan *academic self-efficacy* yang dimiliki mahasiswa kedokteran tahun keempat Universitas Andalas. Hasil survei awal menjelaskan bahwa terdapat mahasiswa yang tidak menunjukkan gejala *academic burnout* karena memiliki *academic self-efficacy* yang baik. Jika dibandingkan dengan mahasiswa yang menampilkan gejala *academic burnout*, mahasiswa yang mengalami *academic burnout* merasa tidak percaya diri dalam menghadapi tantangan akademik yang ada.

Terdapat beberapa penelitian terdahulu yang melihat hubungan antara *academic self-efficacy* dengan *academic burnout* pada mahasiswa. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, ditemukan adanya hubungan negatif *academic self-efficacy* dengan *academic burnout* pada mahasiswa (Ozhan et al., 2021; Rumapea et al., 2022; Permatasari et al., 2021). Pada mahasiswa kedokteran, ditemukan *self-efficacy* berkorelasi negatif dengan *academic burnout* (Lee et al., 2015; Yu et al., 2016). Selain itu, juga terdapat penelitian sebelumnya yang melihat pengaruh *academic self-efficacy* terhadap *academic burnout*. Berdasarkan penelitian sebelumnya, ditemukan *academic self-efficacy* berpengaruh cukup besar terhadap *academic burnout*, yaitu sebesar 68,95% dan 60% (Cong et al., 2024; Wasito & Yoenanto., 2021). Sementara itu, beberapa penelitian lain menunjukkan hasil berbeda, dimana *academic self-efficacy* hanya berpengaruh 5,5% dan 11,6% terhadap *academic burnout* (Arrafi & Laksmiwati, 2024; Amalia et al., 2022).

Berdasarkan fenomena yang terjadi, peneliti tertarik untuk melihat pengaruh *academic self-efficacy* terhadap *academic burnout* pada mahasiswa

pendidikan dokter tahun keempat di Universitas Andalas. Terdapat urgensi untuk melakukan penelitian ini, yaitu karena mahasiswa pendidikan dokter tahun keempat merupakan kelompok yang rentan mengalami *academic burnout* akibat *stressor* yang tinggi dan berkelanjutan. Selain itu, mengingat adanya perbedaan besaran pengaruh *academic self-efficacy* terhadap *academic burnout*, peneliti ingin melihat seberapa besar pengaruh tersebut jika ditinjau pada subjek mahasiswa pendidikan dokter tahun keempat. Diharapkan dari hasil penelitian ini dapat memberikan gambaran seperti apa *academic self-efficacy* mempengaruhi *academic burnout* pada mahasiswa pendidikan dokter tahun keempat. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan data empiris yang dapat digunakan untuk merancang solusi dalam mencegah *academic burnout* dengan menggunakan *academic self-efficacy*.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijabarkan, didapatkan rumusan masalah penelitian yaitu “Apakah terdapat pengaruh signifikan *academic self-efficacy* terhadap *academic burnout* pada mahasiswa pendidikan dokter tahun keempat di Universitas Andalas?”.

## 1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat pengaruh *academic self-efficacy* terhadap *academic burnout* pada mahasiswa pendidikan dokter tahun keempat di Universitas Andalas.

## 1.4 Manfaat Penelitian

### 1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam ilmu pengetahuan terkhususnya pada bidang psikologi pendidikan mengenai bagaimana *academic self-efficacy* mempengaruhi *academic burnout* pada mahasiswa pendidikan dokter tahun keempat di Universitas Andalas.

### 1.4.2 Manfaat Praktis

Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam menjadi landasan dan acuan bagi peneliti atau ilmuwan psikologi yang ingin mengkaji lebih dalam topik serupa. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi landasan empiris untuk membuat upaya preventif dan kuratif untuk menurunkan *academic burnout* pada mahasiswa dengan meningkatkan *academic self-efficacy*.

