

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Praktik profesi merupakan bagian yang sangat penting dalam pendidikan keperawatan karena memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk mengaplikasikan pengetahuan yang telah dipelajari selama perkuliahan ke dalam situasi nyata di lapangan. Melalui praktik ini, mahasiswa mengalami proses pembentukan diri untuk menjadi perawat profesional. Selain itu, praktik profesi juga membantu mahasiswa mengasah keterampilan keperawatan yang dibutuhkan serta meningkatkan rasa percaya diri dalam menjalankan peran sebagai perawat (UNAS, 2020).

Praktik profesi sering kali menjadi pemicu stres bagi mahasiswa keperawatan, terutama ketika mereka harus beradaptasi dengan lingkungan baru dan menghadapi tanggung jawab yang besar. Situasi yang asing dan pengalaman pertama di tempat praktik dapat menimbulkan rasa cemas, apalagi ketika mahasiswa dituntut untuk tidak melakukan kesalahan (Dini & Sari, 2020). Beberapa hal yang dapat menyebabkan stres antara lain kurangnya pemahaman terhadap tugas keperawatan, interaksi langsung dengan pasien, serta tuntutan untuk bertanggung jawab kepada perawat di ruangan. Dini dan Sari (2020) menjelaskan bahwa kondisi ini dapat memengaruhi tingkat kecemasan mahasiswa serta cara mereka mengatasi tekanan selama menjalani praktik klinik.

Stres yang dialami oleh mahasiswa profesi keperawatan dapat berdampak negatif terhadap proses pendidikan mereka dan bahkan menyebabkan perubahan perilaku yang cukup signifikan. Stres ini dapat menurunkan minat, semangat, dan energi dalam belajar, serta memengaruhi konsep diri mahasiswa, yang pada akhirnya dapat memicu pandangan negatif terhadap orang lain (Dini et al., 2020). Gejala emosional seperti marah, malu, kecewa, frustrasi, bingung, hingga putus asa juga dapat muncul, sehingga mengurangi rasa tanggung jawab mereka. Dalam pelaksanaan praktik klinik, mahasiswa profesi kerap mengalami kelelahan emosional, kehilangan empati terhadap pasien (depersonalisasi), dan penurunan prestasi akademik yang dikenal sebagai *burnout* (Dini et al., 2020). Oleh karena itu, penanganan stres dan pemahaman yang baik tentang *burnout* sangat penting untuk menunjang kesejahteraan dan keberhasilan akademik mahasiswa profesi.

Burnout ditandai oleh tiga gejala utama, yaitu kelelahan emosional, sikap tidak peduli atau menjauh dari orang lain (depersonalisasi), dan menurunnya rasa pencapaian pribadi. Kondisi ini umumnya dialami oleh orang-orang yang bekerja dalam lingkungan dengan interaksi sosial yang tinggi, seperti tenaga kesehatan. *Burnout* biasanya disebabkan oleh stres kerja yang berlangsung dalam waktu lama, di mana tekanan yang terus-menerus tanpa strategi penanganan stres yang baik dapat berdampak buruk terhadap kesehatan mental dan kinerja seseorang dalam bekerja (Maslach & Leiter, 2016; West et al., 2020).

Burnout semakin sering dialami oleh mahasiswa, terutama karena beban akademik yang berlebihan. Kondisi ini ditandai dengan kelelahan emosional akibat tekanan belajar yang tinggi, munculnya sikap acuh atau tidak peduli terhadap proses pembelajaran, serta perasaan tidak mampu menjalani peran sebagai mahasiswa. Menurut Kemenkes (2023), *burnout* terjadi karena tekanan yang berlangsung terus-menerus tanpa adanya keseimbangan antara tuntutan belajar dan kemampuan mahasiswa dalam mengelola stres. Akibatnya, kondisi ini dapat berdampak pada kesehatan mental dan menurunkan prestasi akademik mahasiswa (Kemenkes, 2023).

Burnout adalah kondisi kelelahan mental yang dialami mahasiswa akibat tekanan akademik yang berlebihan sehingga mengganggu proses belajar dan kesehatan psikologis mereka. Mahasiswa yang mengalami *burnout* biasanya merasakan kejenuhan, stres yang berkepanjangan, serta beban emosional yang berat (Putri, 2023). Kondisi ini juga sering diikuti oleh perubahan perilaku yang berdampak pada menurunnya prestasi akademik, hubungan yang kurang baik dengan dosen atau teman sejawat, serta hilangnya semangat dalam menjalani proses pendidikan (Maisyaroh, 2023). Penelitian terbaru mengungkapkan bahwa *burnout* dapat menyebabkan penurunan motivasi dan kinerja mahasiswa dalam jangka panjang jika tidak segera ditangani (Maisyaroh, 2023).

Mahasiswa yang menjalani praktik klinis cenderung mengalami tekanan emosional yang lebih besar karena harus berinteraksi langsung dengan pasien. Situasi ini dapat meningkatkan tingkat stres dan kelelahan emosional, yang pada akhirnya berkontribusi terhadap munculnya *burnout* akademik (Suha et al.,

2022). Penelitian juga menunjukkan bahwa *burnout* berdampak negatif pada kinerja akademik mahasiswa. Selama praktik di rumah sakit, interaksi dengan pasien tidak hanya dapat memicu *burnout*, tetapi juga berpotensi meningkatkan rasa tanggung jawab dan kemampuan profesional mahasiswa. Namun, jika mahasiswa merasa belum siap atau kurang percaya diri dalam menghadapi kasus-kasus klinis, hal ini justru dapat memperparah *burnout* karena munculnya perasaan tidak kompeten dan kelelahan emosional (Suha et al., 2022). Penelitian terbaru juga mengungkapkan bahwa pengalaman praktik klinis memiliki pengaruh terhadap munculnya *burnout*, sehingga penting untuk memahami perbedaan tersebut dalam menyusun strategi pencegahan *burnout* pada mahasiswa (Kania & Dewi, 2022).

Beberapa faktor yang menjadi pemicu utama *burnout* pada mahasiswa antara lain tekanan dari lingkungan akademik, beban tugas yang berat, jadwal perkuliahan yang padat, serta rasa cemas terhadap ujian dan ketidakpastian masa depan (Kusuma, 2022). Situasi ini semakin memburuk ketika mahasiswa dihadapkan pada tuntutan dan harapan tinggi dari dosen yang sulit untuk dipenuhi, sehingga dapat berdampak negatif pada kesehatan mental, menurunkan motivasi, dan mengganggu pencapaian akademik mereka (Wang et al., 2019). Dalam penelitian yang dilakukan oleh Kong (2023) terhadap 10.861 mahasiswa keperawatan, ditemukan bahwa 2.498 mahasiswa mengalami *burnout*. Dari jumlah tersebut, 47,1% mengalami kelelahan emosional, 32,3% mengalami depersonalisasi, dan 43,5% mengalami penurunan rasa pencapaian diri.

Burnout pada mahasiswa keperawatan telah menjadi isu yang mendapat perhatian di berbagai negara. Hasil penelitian Hwang & Kim (2022) di Tiongkok menunjukkan bahwa tingkat *burnout* mahasiswa keperawatan berada di kisaran sedang, dengan perilaku negatif sebagai gejala yang paling menonjol. Salah satu penyebab yang mungkin adalah ketidaknyamanan mahasiswa terhadap jurusan yang mereka pilih. Banyak dari mereka yang belum memahami secara menyeluruh kompetensi dan tuntutan dalam profesi keperawatan sebelum memasuki program studi ini. Hwang & Kim (2022) juga menemukan bahwa kurangnya motivasi belajar pada mahasiswa disebabkan oleh lemahnya kemampuan mengarahkan diri, banyaknya mata kuliah yang harus diikuti, tingginya tekanan akademik, banyaknya tugas, serta padatnya jadwal praktikum.

Burnout merupakan fenomena yang umum terjadi di kalangan perawat dan dapat berdampak buruk pada kualitas pelayanan kesehatan. *Burnout* pada perawat sering kali ditandai dengan gejala seperti kelelahan emosional, depersonalisasi, dan penurunan rasa pencapaian diri (Maslach & Leiter, 1993). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa prevalensi *burnout* pada perawat cukup tinggi di berbagai negara, menunjukkan kebutuhan yang mendesak akan intervensi untuk mengurangi dampak negatifnya terhadap individu dan institusi pelayanan kesehatan (World Health Organization, 2022).

Burnout tidak hanya dialami oleh perawat yang sudah bekerja atau mahasiswa keperawatan tingkat sarjana, tetapi juga oleh mahasiswa program profesi yang sedang menjalani praktik klinik di rumah sakit. *Burnout* pada

mahasiswa profesi keperawatan dapat menyebabkan dampak fisik dan psikologis yang mengganggu kinerja akademik serta memengaruhi kesiapan mereka untuk menjadi tenaga kesehatan (Hidayati et al., 2022). Praktik profesi, yang bertujuan untuk mempersiapkan mahasiswa menghadapi dunia kerja, sering kali dianggap sebagai pengalaman yang sangat melelahkan karena tuntutan yang intensif, jadwal yang padat, dan tanggung jawab dalam merawat pasien di bawah pengawasan perawat senior (Chang et al., 2021). Selain itu, mahasiswa juga diwajibkan untuk menyimpan catatan perawatan, secara rutin mendiskusikan rencana perawatan dengan pembimbing klinik, serta mengikuti diskusi kelompok mingguan, yang dapat meningkatkan tekanan mental dan emosional mereka (Amar et al., 2023). Penelitian global yang melibatkan data dari berbagai negara, termasuk Brasil, Spanyol, Tiongkok, Amerika Serikat, Inggris, Swedia, Indonesia, Turki, Kosta Rika, Australia, Portugal, Afrika Selatan, Kamerun, Slowakia, dan Kanada, melibatkan 10.607 mahasiswa keperawatan dari 34 studi yang ditinjau secara sistematis. Dari jumlah tersebut, 15 studi yang melibatkan 2.744 mahasiswa keperawatan digunakan dalam meta-analisis untuk menghitung prevalensi *burnout*. Hasilnya menunjukkan bahwa prevalensi *burnout* pada mahasiswa keperawatan secara keseluruhan adalah 19% (95% CI 11–28%). Untuk tiga dimensi *burnout*, kelelahan emosional memiliki prevalensi tertinggi, yaitu 41% (95% CI 23–61%), diikuti oleh depersonalisasi sebesar 25% (95% CI 15–36%), dan penurunan rasa pencapaian diri sebesar 27% (95% CI 9–49%) (Gómez-Urquiza et al., 2023).

Burnout di kalangan mahasiswa profesi keperawatan semakin menjadi perhatian karena mereka menghadapi berbagai tekanan akademis dan klinis yang cukup berat selama pendidikan mereka. Tingkat *burnout* yang berbeda-beda di berbagai negara juga tercatat di institusi pendidikan di Indonesia, yang menunjukkan adanya tantangan psikologis yang perlu ditangani dengan cara yang menyeluruh (Maslach & Leiter, 2016; Sari et al., 2023). Di Indonesia, sebuah penelitian di Fakultas Keperawatan Universitas Syiah Kuala menunjukkan bahwa tingkat *burnout* secara keseluruhan berada pada kategori sedang, dengan 34 mahasiswa, atau 43,56% (Alimah & Swasti, 2018). Penemuan ini sejalan dengan penelitian di Universitas Jenderal Soedirman, yang menemukan bahwa 56,4% mahasiswa keperawatan mengalami tingkat *burnout* sedang (Alimah & Swasti, 2018). Penelitian lain yang dilakukan oleh Putri et al., (2022) di Universitas Riau menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa profesi keperawatan berada pada kategori *burnout* sedang. Secara rinci, 209 mahasiswa (67,9%) mengalami kelelahan emosional, 221 mahasiswa (71,8%) mengalami depersonalisasi, dan 216 mahasiswa (70,1%) mengalami penurunan prestasi pribadi.

Beberapa faktor dapat memperburuk terjadinya *burnout* pada mahasiswa profesi keperawatan, dan salah satu penyebab utamanya adalah tekanan yang besar selama praktik klinis, yang seringkali menyebabkan kelelahan fisik dan emosional. Mahasiswa diharapkan dapat memenuhi tuntutan tinggi, baik dalam hal akademik maupun praktik klinis, yang menambah beban mental mereka. Selain itu, mahasiswa dengan konsep diri profesional yang lemah cenderung

lebih rentan terhadap *burnout* karena mereka merasa kurang percaya diri dan termotivasi (Maslach & Leiter, 2016; Lee & Kim, 2023). Dampak terburuk dari kondisi ini adalah penurunan motivasi dan rasa percaya diri, yang dapat memicu perasaan putus asa serta ketidakmampuan untuk memenuhi ekspektasi. Hal ini menciptakan masalah baru, di mana rendahnya konsep diri justru meningkatkan risiko *burnout* sekaligus menghambat keberhasilan akademik dan perkembangan karier mereka (Alghtany et al., 2024). Oleh karena itu, sangat penting untuk mengatasi faktor penyebab *burnout* dan memperkuat konsep diri profesional mahasiswa agar kesejahteraan mental mereka tetap terjaga.

Mahasiswa profesi keperawatan biasanya memiliki konsep diri profesional yang tinggi selama masa pendidikan mereka, yang mempengaruhi cara mereka memandang profesi keperawatan dan peran mereka di lingkungan klinis (Almeida et al., 2023). Namun, ketika mereka memasuki lingkungan praktik klinis, mereka sering kali menghadapi berbagai tantangan yang dapat menyebabkan *burnout* dan konflik, seperti penyesuaian dengan tuntutan klinis, interaksi dengan pasien dan tenaga kesehatan, serta dinamika kerja di fasilitas kesehatan (Almeida et al., 2023). Tantangan-tantangan ini tidak hanya mempengaruhi proses adaptasi mereka, tetapi juga dapat berdampak pada kesejahteraan mental mereka dan hubungan profesional di masa depan. Selain itu, tantangan ini juga dapat memengaruhi konsep diri profesional perawat, yang pada gilirannya dapat mempengaruhi kualitas perawatan yang mereka berikan (Chang et al., 2021).

Konsep diri profesional adalah cara perawat memandang dan merasakan posisi mereka dalam profesi keperawatan, yang terbentuk dan berkembang selama proses transisi dari pendidikan keperawatan menuju praktik klinis berlisensi (Siallagan et al., 2021). Mahasiswa profesi keperawatan yang memiliki konsep diri profesional yang positif cenderung merasa lebih puas dengan pekerjaan mereka dan lebih berkomitmen terhadap profesi tersebut, yang juga berpengaruh pada kualitas perawatan yang mereka berikan (Almeida et al., 2023). Memahami bagaimana konsep diri profesional terbentuk pada mahasiswa keperawatan sangat penting karena hal ini berpengaruh pada kesiapan mereka untuk memasuki dunia kerja dan berkontribusi pada retensi perawat di masa depan. Peningkatan konsep diri profesional pada mahasiswa keperawatan dapat membantu mereka lebih tahan terhadap burnout dan mendorong keberlanjutan dalam profesi ini, yang sangat dibutuhkan untuk mengatasi tantangan tenaga kerja di sektor kesehatan saat ini (Hidayati & Lestari, 2022).

Konsep diri profesional yang kuat sangat penting untuk kesejahteraan psikologis, terutama bagi mahasiswa profesi yang menghadapi tekanan berat selama praktik klinis. Dalam konteks pendidikan keperawatan, memiliki konsep diri profesional yang solid dapat menjadi kunci keberhasilan dalam praktik dan melindungi mahasiswa dari burnout (Lee & Kim, 2023). Beberapa faktor yang membentuk konsep diri profesional meliputi faktor internal, seperti kepribadian (karakter pribadi dan kecakapan emosional), pengetahuan dan keterampilan, motivasi dan minat pribadi, serta kesehatan mental dan fisik, termasuk kondisi

kesehatan dan kemampuan dalam mengelola stres. Sedangkan faktor eksternal dalam konsep diri profesional meliputi lingkungan akademik dan klinik, fasilitas pendidikan, dukungan sosial (termasuk dukungan keluarga, dosen, dan teman-teman), pengalaman praktikum (kualitas praktikum dan umpan balik), serta kondisi ekonomi dan sosial (Manurung, 2021).

Konsep diri profesional yang tinggi dikaitkan dengan penurunan ketegangan dan *burnout*, dimana jika menurunnya konsep diri profesional dapat dianggap sebagai salah satu kemungkinan penyebab timbulnya *burnout* pada mahasiswa keperawatan. Hasil penelitian ditemukan bahwa konsep diri profesional dapat membantu mengatasi penyebab terkait *burnout* pada mahasiswa keperawatan. Dengan kata lain, setelah meningkatkan konsep diri pada mahasiswa, diharapkan terjadi perubahan pada *burnout* yang mereka alami di lingkungan praktik klinis (Barry et al., 2019).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan kepada mahasiswa profesi ners periode 1 yang berjumlah 10 orang didapatkan analisis data yang diperoleh bahwa siklus di Rumah Sakit (RS) merupakan penyebab utama kelelahan dengan persentase setuju mencapai 60%. Responden menyatakan bahwa tuntutan akademik dan praktik lapangan yang tinggi, serta kurangnya waktu istirahat, menjadi faktor utama kelelahan yang dirasakan. Dalam konteks ini, siklus di RS dinilai paling menuntut dibandingkan dengan siklus di komunitas dan bencana, yang masing-masing memiliki persentase setuju sebesar 20% dan 50%. Faktor-faktor penyebab kelelahan yang diidentifikasi meliputi beban tugas yang berlebihan, tekanan untuk memenuhi deadline, dan

kebutuhan untuk menyelesaikan laporan serta tugas klinis dalam waktu yang terbatas. Sebanyak 80% responden merasa bahwa kurangnya waktu istirahat berkontribusi signifikan terhadap kelelahan yang mereka alami. Meskipun demikian, sebagian besar responden sebanyak 50%) masih merasa mampu menyelesaikan tugas akademik dengan baik meskipun menghadapi banyak tekanan dan 50% responden merasa kurangnya motivasi dan dukungan. Kemudian studi pendahuluan yang dilakukan kepada mahasiswa profesi ners periode 2 yang berjumlah 10 orang didapatkan analisis data yang diperoleh bahwa 72,22% responden setuju bahwa siklus profesi menyebabkan kelelahan tertinggi. Hal ini menunjukkan bahwa banyak mahasiswa merasakan dampak negatif dari tuntutan akademik dan praktik lapangan. Dari segi lokasi, kelelahan tertinggi dirasakan di rumah sakit (61,54%), dibandingkan dengan komunitas (38,46%). Responden mengidentifikasi bahwa kurangnya waktu istirahat akibat banyaknya tugas dan tuntutan di rumah sakit sebagai penyebab utama kelelahan. Selain itu, faktor-faktor yang paling dirasakan oleh responden sebagai penyebab kelelahan meliputi tuntutan akademik (38,46%), diikuti oleh banyaknya tugas (34,62%) dan kurangnya waktu istirahat (26,92%), serta 50% merasa terganggu dan kurang konsentrasi akibat kelelahan yang dirasakan.

Burnout yang dialami oleh mahasiswa profesi keperawatan, yang dipengaruhi oleh konsep diri profesional mereka, dapat menimbulkan dampak negatif yang cukup besar. Secara emosional, mahasiswa yang mengalami burnout sering merasa sangat lelah secara emosional, kehilangan motivasi, dan lebih rentan terhadap kecemasan serta depresi, yang semuanya dapat merusak

kesehatan mental mereka. *Burnout* juga dapat mengurangi kinerja, menyebabkan kesulitan dalam berkonsentrasi, dan menurunkan produktivitas, yang akhirnya berdampak pada prestasi akademik yang buruk. Selain itu, *burnout* dapat menurunkan rasa percaya diri mahasiswa terhadap kemampuan profesional mereka, serta menghambat perkembangan keterampilan yang dibutuhkan untuk praktik keperawatan. Dalam jangka panjang, mahasiswa yang mengalami *burnout* selama pendidikan mereka mungkin akan lebih mudah mengalami *burnout* dalam pekerjaan mereka nanti, yang pada gilirannya dapat mempengaruhi kualitas perawatan yang mereka berikan kepada pasien.

Meskipun penelitian sebelumnya telah memberikan pemahaman dan bukti tentang faktor-faktor yang mempengaruhi *burnout* pada mahasiswa keperawatan, masih sedikit penelitian yang secara menyeluruh mengeksplorasi hubungan antara konsep diri dan tingkat *burnout* pada mahasiswa profesi perawat. Sebagian besar penelitian hanya fokus pada perawat yang sudah bekerja, sementara pemahaman tentang bagaimana konsep diri profesional mempengaruhi *burnout* pada mahasiswa profesi perawat masih terbatas. Konsep diri profesional perlu dibentuk selama masa pendidikan mahasiswa, terutama saat mereka menjalani praktik klinis. Memahami bagaimana konsep diri berperan dalam mencegah *burnout* pada mahasiswa profesi perawat sangat penting, karena hal ini dapat membantu merancang cara-cara efektif untuk meningkatkan kesejahteraan mahasiswa dan mempersiapkan mereka menghadapi tantangan di lingkungan klinik, serta mempersiapkan mereka untuk dunia kerja (Wang et al., 2019).

Berdasarkan fenomena dan masalah diatas perlu dilakukan penelitian lebih lanjut untuk memberikan pemahaman yang komprehensif dan memperoleh manfaat serta pembuktian dari pengembangan konsep diri untuk mengurangi resiko *burnout* pada mahasiswa profesi keperawatan selama praktek profesi dan peneliti tertarik untuk meneliti hubungan antara konsep diri profesional dengan *burnout* selama masa studi pada mahasiswa profesi ners di Universitas Andalas.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan masalah penelitian ini yaitu bagaimana hubungan antara konsep diri profesional dengan *burnout* selama masa studi pada mahasiswa profesi ners di Universitas Andalas?

C. Tujuan Penelitian

a. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk menentukan hubungan antara konsep diri profesional dengan *burnout* selama masa studi pada mahasiswa profesi ners di Universitas Andalas.

b. Tujuan Khusus

- a. Diidentifikasi rerata skor kejadian *burnout* pada mahasiswa profesi ners Fakultas Keperawatan.
- b. Diidentifikasi rerata skor konsep diri profesional pada mahasiswa profesi ners Fakultas Keperawatan

- c. Menentukan hubungan, arah, dan kekuatan hubungan konsep diri profesional dengan *burnout* selama masa studi pada mahasiswa profesi ners Fakultas Keperawatan.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian yang dilakukan diharapkan dapat memberikan manfaat, penelitian ini yaitu :

1. Manfaat bagi mahasiswa profesi ners

Memberikan informasi dan kesadaran kepada mahasiswa profesi Ners mengenai adanya dampak *burnout* selama masa studi. Dengan demikian, diharapkan mahasiswa dapat lebih bijak dalam mengelola psikologis dan meningkatkan kesejahteraan mental selama menjalani praktik klinik.

2. Manfaat bagi peneliti

Menjadi sarana pembelajaran bagi peneliti dalam memahami hubungan antara konsep diri profesional dan *burnout*, serta memperluas wawasan peneliti dalam bidang keperawatan khususnya mengenai kesehatan mental mahasiswa profesi.

3. Manfaat bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Menjadi bahan masukan bagi institusi pendidikan dalam merancang intervensi atau program penguatan konsep diri profesional guna mencegah *burnout* pada mahasiswa selama menjalani pendidikan profesi.

4. Manfaat bagi Profesi Keperawatan

Menambah wawasan dan literatur ilmiah dalam bidang keperawatan mengenai pentingnya konsep diri profesional dalam menjaga ketahanan mental mahasiswa keperawatan yang sedang berada dalam masa transisi menuju dunia praktik klinik.

