BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Selama menjalani masa kehidupan di kampus, mahasiswa akan dihadapkan dengan banyaknya tuntutan dan permasalahan dalam hidupnya. Permasalahan akademik yang dialami mahasiswa berasal dari tuntutan akademik yang dapat menekan mahasiswa tersebut, seperti tuntutan untuk mendapatkan nilai yang tinggi, persaingan di kelas, dan manajemen waktu (Ramachandiran & Dhanapal, 2018; Bulo & Sanchez, 2014). Permasalahan selanjutnya adalah permasalahan dalam hubungan interpersonal mereka, dimana salah satu permasalahannya adalah mahasiswa tersebut gagal dalam membangun hubungan dengan teman ataupun dosen di kampus (Sarita, 2015). Menurut Bulo & Sanchez (2014) permasalahan-permasalahan tersebut dapat menjadi sumber stress pada mahasiswa. Stress yang berkelanjutan ini apabila dialami dalam jangka panjang yang dapat menyebabkan *burnout* pada mahasiswa (Maslach & Leiter, 2016).

Burnout adalah suatu sindrom patologis yang diakibatkan dari proses bertahap dari ketidaksesuaian antara kebutuhan individu dan kebutuhan pekerjaan yang terus meningkat (Maslach & Leiter, 1997). *Burnout* merupakan salah satu isu masalah kesehatan umum dikarenakan berkaitan dengan mental, sosial, dan juga fisik pada individu di tempat kerja mereka, dan dengan secara

jelas memiliki efek terhadap kondisi hidup serta performa mereka (Batista dkk., 2010). *Burnout* juga merupakan akumulasi dari paparan stressor interpersonal dalam jangka panjang (Maslach & Leiter, 2016). Selain pada karyawan, *burnout* juga dapat terjadi pada mahasiswa, dimana istilah yang digunakan merujuk kepada *academic burnout*.

Academic burnout adalah kondisi dimana pelajar merasakan kelelahan akibat dari kebutuhan belajar, menunjukan sifat negatif terhadap pembelajaran dan merasa tidak kompeten sebagai pelajar (Maslach dkk., 2001). *Academic burnout* ini meliputi perasaan lelah secara emosional (*emotional exhaustion*) karena tuntutan studi yang dapat memicu sikap sinis dan menjauh terhadap studi pelajar (*cynisme*), hal tersebut merupakan bentuk koping terhadap kelelahan, sehingga mahasiswa akan merasa tidak kompeten sebagai pelajar (*reducing efficacy*) (Schaufeli dkk., 2002). *Academic burnout* menunjukan proses stress akibat dari ketidakseimbangan antara tuntutan emosional dan situasional dengan sumber daya yang tersedia (resiliensi, dukungan sosial, ekonomi, dll) dimana sumber daya ini digunakan untuk menangani tuntutan-tuntutan tersebut dan dengan seiring waktu membuat individu mengalami kondisi *academic burnout* ini (Jagodics & Szabó, 2022; Schaufeli dkk., 2002; Maslach dkk., 2001; Maslach & Goldberg, 1998; Lee & Ashforth, 1996).

Academic burnout di kalangan mahasiswa bisa dikatakan prevalensinya cukup tinggi, didapati bahwa kejadian *academic burnout* pada mahasiswa mencapai angka diatas 50% (Permatasari dkk., 2021; Lee dkk.,

2017; Rad dkk., 2012). Berdasarkan survei nasional yang dilakukan terhadap 9 Universitas di Finlandia menemukan jika sekitar 45% semua responden memiliki resiko peningkatan *academic burnout*. Dengan resiko akan terjadinya *academic burnout* pada mahasiswa, hal ini dapat menciptakan permasalahan-permasalahan baru yang akan dihadapi mahasiswa selama masa perkuliahan.

Kondisi *academic burnout* merupakan kondisi yang paling umum terjadi pada mahasiswa kedokteran. Pada beberapa penelitian menunjukan jika sekitar 50% mahasiswa kedokteran di wilayah Eropa mengalami *academic burnout* (Ishak, dkk., 2013; Santen dkk., 2010). Sedangkan untuk di wilayah Asia, menunjukan jika prevalensi kejadian *academic burnout* pada mahasiswa kedokteran sebesar 52,01% (Bera dkk, 2013). Kejadian *academic burnout* di wilayah Indonesia juga menunjukan hal yang serupa, pada penelitian Khatami (2018) frekuensi *academic burnout* pada mahasiswa kedokteran di UIN Syarif Hidayatullah Jakarta adalah sebesar 56,4%. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan Putri dkk., (2021) yang menemukan ketiga gejala *burnout* (berdasarkan dimensi *academic burnout*) pada mahasiswa kedokteran di Universitas Mataram, dengan presentase sebesar 45,9% mengalami kelelahan, 56,3% mengalami sinisme, dan 59,7% mengalami penurunan efikasi.

Kejadian *academic burnout* ini juga terjadi pada mahasiswa kedokteran di Universitas Andalas. Dimana hal ini dapat dilihat dari penelitian yang dilakukan oleh Fadhlurrahman (2023) yang menemukan jika angka kejadian *academic burnout* pada mahasiswa kedokteran di Universitas Andalas

mengalami *academic burnout* sedang (49,6%), diikuti dengan rendah (48,1%) dan tinggi (2,3%). Berdasarkan penelitian tersebut, hal itu menandakan bahwa mahasiswa Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas memiliki kecenderungan akan *academic burnout*, sehingga mahasiswa cenderung mengalami gejala kelelahan, sinisme, dan berkurangnya efikasi yang berkaitan dengan kegiatan perkuliahan mahasiswa tersebut.

Program studi kedokteran merupakan suatu program studi yang memiliki tujuan untuk menghasilkan dokter-dokter yang profesional. Dalam proses pendidikannya, umumnya pendidikan dokter melewati dua tahap yaitu tahap akademik (program pendidikan sarjana kedokteran) dan tahap profesi (untuk mendapatkan gelar dokter). Pada tahapan akademik, mahasiswa umumnya menjalani masa studi selama empat tahun (dengan total 8 semester) dan beban studi sebanyak 160 satuan kredit semester (SKS), dan apabila telah melewati tahapan ini maka mahasiswa akan mendapatkan gelar sarjana kedokteran (Sinamo dkk., 2009). Pada tahap akademik, mahasiswa kedokteran sudah memiliki beban tugas yang lebih banyak dibandingkan dengan rekan mereka di program studi lain (Prabamurti, 2019).

Mahasiswa kedokteran sangat rentan dengan *psychological distress* dan permasalahan mental dibandingkan dengan mahasiswa non-medis lainnya (Hope & Handerson, 2014). Hal ini disebabkan berasal dari banyaknya stressor yang dihadapi oleh mahasiswa kedokteran (Moir dkk, 2018). Variasi stressor tersebut meliputi kebutuhan akademis, tekanan waktu, adaptasi sosial, dan beban tugas yang lebih berat dibandingkan jurusan lain (Sreeramareddy dkk,

2007; Kua & Fones, 1999). Variasi dari stressor yang dihadapi oleh mahasiswa kedokteran tersebut dapat berakibat negatif untuk kesehatan mahasiswa terutama dalam segi kesehatan mental. Dari penelitian yang dilakukan oleh Dyrbye dkk. (2010) menemukan jika mahasiswa kedokteran rentan mengalami depresi yang dimana memiliki hubungan yang erat dengan kondisi *burnout*, dan *dropping out* dari kampus. Bahkan itu juga berhubungan dengan turunnya performa akademik pada mahasiswa kedokteran (Roh dkk., 2010).

Dampak negatif yang diakibatkan oleh *academic burnout* terhadap mahasiswa sangatlah beragam. Pada penelitian Tuominen-Soini & Salmela-Aro (2014) mengatakan jika mahasiswa yang mengalami *academic burnout* dapat mengarah kepada rendahnya keterlibatan di dalam kelas pada mahasiswa tersebut. Selain itu juga, *academic burnout* ini dapat menurunkan prestasi belajar yang dilihat dari nilai ujian, nilai mata pelajaran, dan indeks prestasi kumulatif (IPK) (Madigan & Curran, 2021). Selain itu, akibat negatif dari *academic burnout* ini berupa adanya intensi berhenti kuliah pada mahasiswa (Alves dkk., 2022). Akibat dari *burnout* pada mahasiswa kedokteran ini juga dapat menurunkan pengembangan profesionalitas mereka kedepannya (Firdaus, dkk., 2021)

Untuk mencegah adanya dampak negatif dari *academic burnout* ini, mahasiswa diharapkan memiliki kemampuan untuk mengatasi halangan dan rintangan yang muncul selama masa perkuliahan. Kemampuan untuk mengatasi masalah, tugas sehari-hari dan juga tantangan dalam konteks akademik disebut dengan *academic buoyancy*. Dalam penelitian yang

dilakukan Martin, dkk (2013) menemukan jika terdapat pengaruh antara *academic buoyancy* dengan *psychological risk* (kecemasan akademik, menghindari kegagalan, kontrol yang tidak diinginkan, ketidakstabilan emosi, dan *neuroticism*), sehingga apabila mahasiswa memiliki kemampuan ini diharapkan mahasiswa dapat mengurangi resiko-resiko psikologis yang dapat mempengaruhi kehidupan perkuliahan mahasiswa tersebut. Sehingga dari beberapa penelitian tersebut menunjukan jika mahasiswa perlu memiliki kemampuan *academic buoyancy* yang tinggi untuk mengurangi resiko terjadinya *academic burnout* pada mahasiswa.

Academic buoyancy adalah kemampuan mahasiswa untuk bisa menghadapi rintangan dan tantangan akademik selama masa perkuliahan (seperti nilai rendah, *deadline* tugas, tekanan saat ujian, dan tugas kuliah yang sulit) (Martin & Marsh, 2008b). *Academic buoyancy* merupakan salah satu dari keterampilan sosio-emosional, sehingga hal ini menjadikan *academic buoyancy* sebagai salah satu sumber daya yang dapat membantu mahasiswa menghadapi tantangan akademik mereka (Salmela & Upadyaya, 2014, 2020). Kemampuan *academic buoyancy* merupakan kemampuan yang perlu dimiliki oleh mahasiswa agar mereka dapat menghadapi rintangan dan tantangan akademik yang mereka alami (Yun, Hiver dan Al-Hoorie 2018a, 2018b). Dapat disimpulkan jika *academic buoyancy* adalah suatu kemampuan mahasiswa dalam menghadapi tantangan akademiknya yang dapat membantu mahasiswa terus bertahan meskipun mengalami suatu kemunduran akademik yang berulang.

Academic buoyancy merupakan suatu konsep yang dialami oleh mahasiswa saat ini, dimana tuntutan, tantangan dan kemunduran akademis merupakan bagian dari keseharian mahasiswa di perkuliahan (Martin., Collie., Frydenberg, 2017). Mahasiswa yang memiliki kemampuan *academic buoyancy* yang tinggi cenderung akan berfokus kepada sumber daya yang mahasiswa miliki dibandingkan fokus terhadap kelemahan mahasiswa tersebut, dan mahasiswa akan menangani suatu permasalahan secara proaktif (Martin & Marsh 2020). Selain itu juga menurut Bakker & Demerouti (2007) *academic buoyancy* dapat membantu mahasiswa dalam mengelola stres dan kesulitan belajar yang mereka alami. Berdasarkan penjelasan sebelumnya, *academic buoyancy* merupakan hal yang penting dimiliki oleh semua mahasiswa karena dengan tidak teratasinya rintangan akademik yang sifatnya sehari-hari, terbukti menjadi sumber penurunan motivasi dan engagement mahasiswa terhadap aktivitas belajarnya. Dengan adanya kemampuan ini, mahasiswa dapat menekan kejadian *academic burnout* pada diri mereka (Schaufeli dkk., 2002; Chang dkk., 2012).

Berdasarkan model teori *demands-resources* dalam konteks akademik, saat mahasiswa mengalami begitu banyak tuntutan (*demands*) selama proses perkuliahan, maka mereka akan semakin mengalami *academic burnout*, dan dalam hal ini "*resources*" seperti *academic buoyancy* memiliki pengaruh terhadap kondisi tersebut (Salmela-Aro & Upadyaya, 2014). Hal ini terjadi karena *academic burnout* terjadi karena ketidaksesuaian antara kemampuan *academic buoyancy* dan tuntutan yang dibebankan kepada mereka

UNIVERSITAS ANDALAS
UNTUK KEDJAJAAN BANGSA

(mahasiswa), yang menyebabkan mahasiswa mengalami terkurasnya energi tanpa mendapatkan imbalan yang sesuai (Jagodics & Szabó, 2022; Schaufeli dkk., 2002; Maslach dkk., 2001; Maslach & Goldberg, 1998; Lee & Ashforth, 1996). Dalam model teori *demands-resources* juga menjelaskan proses yang terjadi antara *academic burnout* dan *academic buoyancy* yaitu *motivational process*, *motivational process* ini merujuk kepada *resources* (dalam hal ini yaitu *academic buoyancy*) yang dapat meningkatkan *engagement* dan mengurangi kondisi *academic burnout* pada mahasiswa.

Academic buoyancy memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan *academic burnout* sehingga apabila *academic buoyancy* tinggi maka *academic burnout* mereka cenderung rendah (Fu, 2023; Ding & He, 2022). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rivai (2021) yang menemukan jika terdapat hubungan yang negatif yang signifikan antara *academic buoyancy* dan *academic burnout* pada mahasiswa. Dari beberapa penelitian sebelumnya dapat dilihat jika sudah ada penelitian yang meneliti terkait *academic buoyancy* dengan *academic burnout*. Namun dari beberapa penelitian tersebut menggunakan alat ukur *academic buoyancy* dengan item unidimensional yang dikembangkan oleh Martin & Marsh (2008b), dan penelitian yang menggunakan mahasiswa kedokteran sebagai sampel masih sedikit. Sehingga melihat dari teori yang telah dipaparkan diatas dan penelitian terdahulu yang telah dilakukan, peniliti tertarik untuk meneliti terkait hubungan *academic buoyancy* dan *academic burnout* pada mahasiswa Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas dengan

menggunakan alat ukur yang telah dikembangkan melalui faktor pembentuk *academic buoyancy* oleh Piosang (2016).

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan sebelumnya, permasalahan yang akan dibahas pada penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara *academic buoyancy* dan *academic burnout* pada Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas?

1.3. Tujuan Penelitian

Adapun penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar hubungan antara *academic buoyancy* dan *academic burnout* pada Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.

1.4. Manfaat Penelitian

1.5. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat teoritis sebagai berikut :

a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan literatur kajian mengenai hubungan *academic buoyancy* dengan *academic burnout* pada mahasiswa kedokteran.
b. Dapat menambah wawasan serta pengetahuan kepada masyarakat umum dan mahasiswa terutama mahasiswa psikologi mengenai *academic buoyancy* dan *academic burnout*.

c. Penelitian ini dapat menambah informasi mengenai kejadian *academic burnout* pada mahasiswa kedokteran untuk penelitian selanjutnya.

1.6. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat praktis sebagai berikut:

a. Diharapkan penelitian ini dapat memberikan pemahaman bagi keluarga, pendidik, dan masyarakat mengenai kejadian *academic burnout* yang terjadi pada mahasiswa kedokteran
b. Diharapkan dari hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi orang terdekat ataupun institusi terkait untuk lebih memperhatikan kondisi pada mahasiswa kedokteran.

1.5. Sistematika Penulisan

1. **BAB I: Pendahuluan**

Berisikan penjelasan mengenai latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan

2. **BAB II: Tinjauan Pustaka**

Bab ini berisikan landasan teori yang berkaitan dengan variabel yang diteliti, kerangka pemikiran, dan hipotesis.

3. BAB III: Metode Penelitian

Pada bab ini menjelaskan metode yang digunakan dalam penelitian mengenai identifikasi variabel penelitian, definisi konseptual dan operasional variabel penelitian, populasi, sampel, dan teknik pengambilan sampel, lokasi penelitian, instrumen penelitian, analisis item, prosedur pelaksanaan penelitian, dan metode analisis data yang digunakan

UNIVERSITAS ANDALAS
UNTUK KEDJAJAAN BANGSA

UNIVERSITAS ANDALAS
UNTUK
KEDJAJAAN
BANGSA