

Gambaran Burnout Pada Mahasiswa Pendidikan Profesi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

Shabiha Adesty Hawary¹, Ratih Yulistika Utami²

Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera UtaraJln. Gedung arca No.53, Medan – Sumatera Utara,
20217Telp: (061)7350163

Email: a.adestasy.1st@gmail.com, ratihyulistika@umsu.ac.id

Abstrak

Latar Belakang: *Burnout* atau sindroma stres kronis hanya dikenal serta diamati di lingkungan pekerjaan dan pelayanan pada masyarakat saja, tetapi sekarang dapat terjadi pada mahasiswa karena memiliki tuntutan belajar yang tinggi, terdapat perasaan kurang mampu atau kurang kompeten pada bidangnya. Ini dapat dialami oleh mahasiswa kedokteran. Terdapat faktor yang mempengaruhi 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 menyebabkan kejadian *Burnout*. **Tujuan:** Mengetahui gambaran profil *burnout* pada mahasiswa pendidikan profesi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. **Metode:** Penelitian deskriptif dengan pendekatan cross-sectional pada 170 mahasiswa angkatan 2020 dan 2021, menggunakan teknik total sampling. Data diperoleh dari kuesioner Maslach Burnout Inventory General Survey for Student (MBI-GS(S)) dan dianalisis secara univariat. **Hasil:** Dari 170 responden didapatkan 26 responden (15,3%) mengalami *Burnout*. Dari 26 responden yang mengalami *Burnout* berdasarkan jenis kelamin didapatkan perempuan (61,5%) lebih banyak dibandingkan laki-laki (38,5%). Berdasarkan periode angkatan didapatkan angkatan 2020 (53,8%) lebih banyak dibandingkan angkatan 2021 (46,2%). Berdasarkan suku bangsa yang paling banyak mengalami *burnout* adalah suku batak (38,5%). **Kesimpulan:** Gambaran profil *burnout* pada mahasiswa pendidikan profesi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara terdapat *engaged* 64 responden (37,6%), *ineffective* 24 responden (14,1%), *overextended* 55 responden (32,4%), *disengaged* 1 responden (6%), dan *burnout* 26 responden (15,3%). Berdasarkan jenis kelamin yang paling banyak mengalami *burnout* adalah perempuan 16 responden (61,5%), dengan angkatan 2020 14 responden (53,8%) dan pada suku batak 10 responden (38,5%).

Kata Kunci : Sindroma Stres Kronis, Mahasiswa Pendidikan, Beban Akademik

PENDAHULUAN

Menurut WHO (World Health Organization) Burnout adalah sindrom yang dipersepsikan sebagai akibat dari stres kronis di tempat kerja yang belum berhasil dikelola.¹ Istilah Burn-out telah dicetuskan ditahun 1970-an oleh Herbert Freudenberger yaitu seorang psikologis Amerika. Istilah tersebut digunakan untuk menggambarkan akibat dari stres berat dan pada profesi yang berkeinginan tinggi untuk —membantu, misalnya dokter dan perawat, yang mengorbankan diri untuk orang lain, dan sering kali pekerjaan tersebut berakhir dengan burnout, kelelahan, lesu, dan tidak mampu mengatasinya.²

Pada awalnya burnout hanya dikenal serta diamati di lingkungan pekerjaan dan pelayanan pada masyarakat saja, tetapi sekarang burnout dapat terjadi pada mahasiswa karena memiliki tuntutan belajar yang tinggi, terdapat perasaan kurang mampu ataupun kurang kompeten pada bidangnya. Hal tersebut juga dialami oleh Mahasiswa kedokteran.³

Mahasiswa pendidikan profesi kedokteran merupakan seseorang yang telah selesai menjalani masa perkuliahan pre-klinik dan lulus dengan mendapatkan gelar sebagai lulusan sarjana kedokteran. Setelah menjalani periode pre-klinik, mahasiswa tersebut akan menjalani kepaniteraan klinik atau koas (Ko-Asisten) yaitu menerapkan pembelajaran yang sudah di dapat dari pre-klinik serta memiliki kewajiban profesional seperti seorang dokter, namun masih dibawah

pengawasan dan tanggung jawab oleh supervisi dokter pembimbingnya.⁴

Prevalensi Burnout pada mahasiswa kedokteran di Universitas Ceara Brazil didapatkan 376 mahasiswa dan diantaranya terdapat 56 mahasiswa yang terkena burnout syndrome dengan persentase sebesar 14,9%, yaitu pada jenis kelamin laki-laki sebanyak 23 orang (15,2%) dan pada jenis kelamin perempuan sebanyak 33 orang (15,3%).⁵ Berdasarkan penelitian yang ada di Universitas de Mogi das Cruzes di Brazil, sebanyak 265 mahasiswa kedokteran terdapat 119 mahasiswa kedokteran yang mengalami burnout ketika menjalani kuliah pre-klinik selama 4 tahun dengan persentasi sebesar 44,9%. Terdapat 82 orang (68,9%) pada perempuan dan 37 orang (31,1%) pada laki-laki. Pada tahun pertama terdapat 67 orang (59,3%), tahun kedua sebanyak 19 orang (33,9%), tahun ketiga sebanyak 15 orang (30,6%) dan tahun keempat sebanyak 18 orang (38,3%) yang mengalami burnout. Berikut ini adalah gambaran burnout syndrome pada mahasiswa kedokteran Universitas de Mogi das Cruzes di Brazil berdasarkan dimensinya. Pada dimensi emotional exhaustion terdapat 187 orang (70,6%) mengalami emotional exhaustion derajat berat, 55 orang (20,8%) mengalami emotional exhaustion derajat sedang berat, 23 orang (8,7%) mengalami emotional exhaustion derajat ringan. Pada dimensi cynicism terdapat 140 orang (52,8%) mengalami cynicism derajat berat, 102 orang (38,5%) mengalami cynicism derajat sedang berat, 23

orang (8,7%) mengalami cynicism derajat ringan. Pada dimensi academic efficacy terdapat 58 orang (21,9%) mengalami academic efficacy derajat berat, 78 orang (29,4%) mengalami academic efficacy pada derajat sedang berat, dan pada 129 orang (48,7%) mengalami academic efficacy derajat ringan. Berdasarkan etnis, pada orang kulit hitam terdapat 2 orang (0,7%), pada kulit putih terdapat 265 orang (95,6%), pada orang Asia terdapat 8 orang (2,8%) dan pada orang kulit coklat terdapat 2 orang (0,7%).⁶

Prevalensi mahasiswa kedokteran di Spanyol pada 42 fakultas kedokteran, terdapat 32 fakultas kedokteran yang mengalami burnout syndrome. Pada tahun pertama terdapat 167 orang, tahun kedua sebanyak 123 orang, tahun ketiga sebanyak 225 orang, tahun keempat sebanyak 200 orang, tahun kelima sebanyak 254 orang, dan tahun keenam sebanyak 104 orang.⁷ Prevalensi burnout pada mahasiswa kedokteran di Saudia Arabia didapatkan 336 mahasiswa yaitu pada jenis kelamin laki-laki sebanyak 146 orang (43,5%) dan pada jenis kelamin perempuan sebanyak 190 orang (56,5%). Pada mahasiswa preklinik terdapat 194 orang (57,7%) dan pada kepaniteraan klinik sebanyak 142 orang (42,3%).¹¹ Belum terdapat data demografi yang menjelaskan burnout syndrome berdasarkan suku bangsa.

Angka kejadian Burnout syndrome pada mahasiswa fakultas kedokteran di Universitas Tanumanegara sebesar 62,1% dari 174 orang mahasiswa kedokteran. Pada penelitian tersebut, baik mahasiswa dan mahasiswa sebagian besar mengalami burnout.

Pada perempuan sebanyak 80 orang (66,1%) dan pada laki-laki sebanyak 28 orang (52,8%).⁸ Penelitian yang dilakukan pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Sumatera Utara terhadap kejadian Burnout syndrome di masa pandemi COVID-19 sekarang ini didapatkan hasil mengalami burnout sebanyak 50 orang (56,8%) dan tidak mengalami burnout sebanyak 38 orang (43,2%), dengan burnout sedang sebanyak 22 orang (44,0%), burnout ringan sebanyak 19 orang (38,0%) dan lebih sedikit mengalami burnout berat sebanyak 9 orang (18,0%).⁹

Burnout pada Mahasiswa Kedokteran 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 dapat menyebabkan kejadian Burnout.¹⁰

Penelitian ini dilakukan karena belum terdapat banyak data yang menunjukkan gambaran burnout syndrome pada Mahasiswa Pendidikan Profesi Kedokteran Sumatera Utara. Berdasarkan hal tersebut, peneliti ingin meneliti Gambaran Burnout syndrome pada Mahasiswa Pendidikan Profesi di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Sehingga dapat dijadikan informasi dan edukasi pada mahasiswa yang mengalami Burnout syndrome.

METODE

Jenis penelitian ini menggunakan deskriptif dengan pendekatan cross sectional

yaitu pengambilan sampel hanya dilakukan satu kali di waktu tertentu (spesific time). Penelitian ini menilai bagaimana gambaran Burnout syndrome pada mahasiswa pendidikan profesi di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Mei hingga Juni 2022 dan dilaksanakan di Rumah Sakit Pendidikan Profesi Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Populasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswa Pendidikan Profesi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara angkatan 2020 dan 2021. Pengambilan sampel dilakukan dengan cara total sampling sebanyak 190 sampel. Sampel yang digunakan pada penelitian ini sebanyak 170 responden dengan persentase 89,4%. Terdapat 20 sampel dengan persentase 10,6% yang tidak menjadi sampel penelitian. Hal tersebut disebabkan oleh 3 responden (1,57%) sedang mengambil cuti pendidikan profesi, 1 responden (0,52%) tidak aktif mengikuti kegiatan pendidikan profesi, 1 responden (0,52%) mengalami scoring saat menjalani pendidikan profesi kedokteran dan 15 responden (7,99%) lainnya tidak mengembalikan kuesioner.

Kriteria sampel dalam peneliti ini adalah :

a. Kriteria Inklusi

- Mahasiswa Pendidikan Profesi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara yang terdaftar resmi di administrasi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

- Mahasiswa yang bersedia menjadi sampel penelitian
- b. Kriteria Eksklusi
 - Mahasiswa yang cuti akademik
 - Mahasiswa yang tidak mengembalikan goggle formulir

Data yang diperoleh adalah data primer yaitu data yang didapat langsung dari sampel penelitian. Meliputi data burnout syndrome dan data demografi (jenis kelamin, priode angkatan, suku bangsa).

Untuk melihat gambaran burnout pada Mahasiswa Pendidikan Profesi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara menggunakan kuesioner Maslach Burnout Inventory-General Survey for Students ((MBI-GS(S)) yang terdiri dari 16 pertanyaan untuk menilai dimensi yang ada pada burnout. Kuesioner tersebut disebar secara online melalui google formulir.

Data yang dihasilkan akan diolah menggunakan analisis Univariat. Analisa Univariat digunakan untuk melihat gambaran Burnout syndrome berdasarkan frekuensi dari setiap variabel yang diteliti.

HASIL PENELITIAN

A. Karakteristik Responden

Tabel. 1 Distribusi Frekuensi Sampel

Variabel	Frekuensi n=1/U	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	50	29,4
Perempuan	120	70,6
Angkatan		
2020	78	45,9
2021	92	54,1
Suku Bangsa		
Aceh	12	7,1

Batak	50	29,4
Minangkabau	22	12,9
Melayu	22	12,9
Jawa	50	29,4
Sunda	1	0,6
Dan lain-lain	13	7,6
Dimensi Burnout		
Exhaustion		
Low	87	51,2
High	83	48,8
Cynicism		
Low	139	81,8
High	31	18,2
Professional Efficacy		
Low	57	33,5
High	113	66,5

Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan mahasiswa berjenis kelamin perempuan lebih banyak dari laki-laki. Jumlah mahasiswa terbanyak berasal dari angkatan 2021. Mahasiswa dengan suku batak dan suku jawa memiliki persentase yang sama yaitu 29,4% dan merupakan suku dengan jumlah terbanyak. Berdasarkan dimensi burnout mahasiswa dengan exhaustion (kelelahan) rendah, cynicism (sinisme) rendah dan professional efficacy (kemanjuran profesionalitas) tinggi memiliki persentase lebih tinggi.

B. Karakteristik Responden Berdasarkan Profil Burnout syndrome

Tabel. 2 Distribusi Frekuensi Sampel Berdasarkan Profil Burnout Syndrome

Profil Burnout	Frekuensi n-	Persentase
	170	
<i>Engaged</i>	64	37,6
<i>Ineffective</i>	24	14,1
<i>Overextended</i>	55	32,4
<i>Disengaged</i>	1	6
<i>Burnout</i>	26	15,3

Engaged memiliki makna yang berbanding terbalik dengan burnout. *Ineffective* adalah Kurangnya profesionalitas dan percaya diri membuat individu ragu-ragu. *Overextended* Individu yang sangat berdedikasi sering mengalami kelelahan dan kebosanan karena beban kerja berat, jam kerja panjang, dan kurangnya waktu istirahat. *Disengaged* merupakan individu yang memiliki sinisme tinggi, tidak berkontribusi, merasa terasing, dan melindungi diri untuk menutupi kekurangan di tempatnya. Berdasarkan tabel 4.2 Didapatkan mahasiswa pendidikan profesi kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara yang mengalami burnout syndrome sebanyak 26 responden (15,3%).

C. Karakteristik Responden yang Mengalami Burnout Syndrome Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel. 3 Distribusi Frekuensi Burnout Syndrome Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi n =	Persentase (%)
	26	
Laki-laki	10	38,5
Perempuan	16	61,5
Total	26	100

Berdasarkan tabel 4.3 dari 26 responden yang mengalami burnout syndrome didapatkan responden yang berjenis kelamin perempuan (61,5%) lebih banyak dibandingkan dengan responden yang berjenis kelamin laki-laki (38,5%)

Tabel. 4 Distribusi Frekuensi Burnout Syndrome Berdasarkan Periode Angkatan

Angkatan	Frekuensi n=26	Persentase (%)
2020	14	53,8

2021	12	46,2
Total	26	100

Berdasarkan tabel 4.4 dari 26 responden yang mengalami burnout syndrome didapatkan angkatan 2020 (53,8%) lebih banyak yang mengalami burnout syndrome dibandingkan dengan angkatan 2021 (46,2%).

Tabel. 5 Distribusi Frekuensi Burnout Syndrome Berdasarkan Suku Bangsa

Suku	Frekuensi n=26	Persentase (%)
Aceh	2	7,7
Batak	10	38,5
Minangkabau	3	11,5
Melayu	3	11,5
Jawa	6	23,1
Dan lain-lain	2	7,7
Total	26	100

Berdasarkan tabel 4.4 dari 26 responden yang mengalami burnout syndrome didapatkan Angkatan 2020 (53,8%) lebih banyak yang mengalami burnout syndrome dibandingkan dengan angkatan 2021 (46,2%).

PEMBAHASAN

Hal ini memicu mereka sering mengungkapkan depresi, kegelisahan, agresi, atau kemarahan. Burnout dapat melemahkan pengembangan profesional mahasiswa kedokteran. Akibatnya berada dalam keadaan yang berisiko dan menghasilkan konsekuensi personal yang beragam, bahkan di antaranya pikiran untuk bunuh diri maupun penyalahgunaan zat. Selain itu, Burnout juga dapat mengakibatkan mahasiswa merasa tidak nyaman dengan proses pembelajaran sehingga hasil akademik masih di bawah standar yang ditetapkan,

bahkan berfikir untuk drop-out.¹¹

Bedasarkan hasil penelitian ini didapatkan bahwa jumlah perempuan yang mengalami burnout syndrome lebih banyak dibandingkan laki-laki. Pada penelitian sebelumnya didapatkan hasil yang tidak konsisten: beberapa penulis menyatakan tidak ada hubungan antara jenis kelamin dan burnout pada mahasiswa kedokteran, peneliti yang lain mengatakan adanya hubungan antara kedua hal tersebut. Maslach menganggap bahwa jenis kelamin bukanlah salah satu faktor utama terjadinya burnout pada karyawan dan perbedaan antara laki-laki dan perempuan sangat kecil atau tidak ada sama sekali. Pada penelitian Santen dan Galan tidak menemukan hubungan yang signifikan antara burnout dan jenis kelamin. Di sisi lain, penelitian di Lebanon, India, dan Pakistan menemukan bahwa jenis kelamin perempuan secara signifikan terkait dengan burnout pada mahasiswa kedokteran. Sebaliknya, di antara mahasiswa kedokteran di Inggris dan di Brasil, prevalensi burnout yang secara signifikan lebih tinggi diamati pada laki-laki daripada perempuan. Alasan rendahnya risiko burnout pada mahasiswi kedokteran dalam penelitian ini tidak jelas. Satu penjelasan yang mungkin adalah mayoritas peserta dalam penelitian ini merupakan responden mahasiswi kedokteran dengan persentase 70,6%. dan yang mungkin karena telah adanya pengurangan beberapa tekanan yang telah dialami perempuan dimana dekade-dekade sebelumnya untuk menyamakan diri dengan rekan rekan sebaya, dan untuk membuktikan eksistensi

diri di area yang di dominasi oleh laki-laki. Seperti, selama beberapa dekade sebelumnya, siswa perempuan menjadi minoritas dan harus lebih membuktikan diri dan berusaha lebih keras, seperti kehadiran yang lebih sering, keterampilan dan motivasi belajar yang lebih baik dibandingkan dengan siswa laki-laki. Beberapa penulis telah menunjukkan bahwa perempuan cenderung mengalami peristiwa yang menantang atau mengancam sebagai stres dibandingkan dengan laki-laki, sementara penelitian lain mencatat temuan yang berlawanan, serta penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa sering kali memiliki dukungan sosial yang lebih baik dan menunjukkan pilihan rasional dalam hal prioritas hidup. Studi lainnya menyelidiki karakteristik genetik dan hormonal serta dampak terhadap jenis kelamin pada. Penelitian lanjutan yang menyelidiki karakteristik genetik dan hormonal serta dampaknya terhadap pengaruh jenis kelamin pada risiko burnout syndrome dapat membantu untuk memahami hubungan ini. Selain itu, hasil ini juga dapat mencerminkan adanya perancu / asosiasi sekunder dari gender dengan beberapa karakteristik lainnya.¹²

Pada penelitian ini didapatkan bahwa jumlah responden periode angkatan 2020 lebih banyak mengalami burnout syndrome dari pada responden periode angkatan 2021 yaitu responden periode angkatan 2020 yaitu sebanyak 14 responden dengan persentase 53,8%. Sebuah penelitian di Lebanon menemukan bahwa siswa tahun pertama secara signifikan lebih mungkin mengalami

burnout syndrome. Mahasiswa koas memiliki tuntutan yang dapat menyebabkan konflik peran diri, dengan adanya memiliki peran ganda sebagai dokter maupun mahasiswa magang. Peran tersebut menghasilkan stres tambahan ketika seorang koas tidak mampu menjalani perannya dengan baik sehingga memperparah konflik peran diri, dan juga tuntutan koas harus melewati 14 stase kecil dan 4 stase besar yang dimana mahasiswa pendidikan profesi kedokteran pada tahun ke 2 lebih banyak menjalani beberapa bagian stase dibandingkan mahasiswa pendidikan profesi kedokteran pada tahun pertama.¹⁵ Pada penelitian ini, secara keseluruhan jumlah mahasiswa dari Angkatan 2021 lebih banyak dari pada Angkatan 2020. Beberapa penulis mengaitkan perbedaan tersebut dengan tingkatan dan adaptasi yang lebih baik oleh mahasiswa kedokteran tahun lama di lingkungan yang baru dimana menyebabkan kontribusi terhadap burnout rendah.¹²

Pada Suku bangsa responden yang mengalami burnout syndrome terbanyak adalah suku batak yaitu sebanyak 10 responden dengan persentase 38,5%. Responden pada penelitian ini yang banyak mengisi kuesioner dan mengalami burnout adalah suku batak. Berdasarkan data statistik yang didapatkan dari Badan Pusat Statistik pada tanggal 27 September 2021 bahwa sebanyak 44,75% etnis di Sumatera Utara adalah suku Batak.¹³

Jika dilihat dari keseluruhan responden, ditemukan bahwa 37,6% memiliki profil engaged. Profil ini berbanding terbalik

dengan burnout, yaitu terdiri dari exhaustion dan cynicism yang sangat sedikit atau rendah, sedangkan terdapat professional efficacy yang tinggi. Profil engaged memiliki pengalaman positif dalam bekerja, tidak terlihat tanda-tanda kelelahan, memiliki sifat positif, terdapat hubungan yang baik antara pikiran dan semangat, berdedikasi dan daya penyerapan yang baik, tingkat energi dan ketahanan mental yang tinggi saat bekerja, ketekunan dalam menghadapi kesulitan, dan terkonsentrasi penuh dalam pekerjaan, ketika menyelesaikan pekerjaan dengan cepat, maka seseorang tersebut kesulitan untuk meninggalkan pekerjaan.¹⁴

Berdasarkan dimensi burnout menurut Maslach hasil penelitian ini menunjukkan bahwa jumlah responden dimensi exhaustion derajat low lebih banyak dibandingkan derajat high, dengan persentase 52,9% pada derajat low dan 48,8% pada derajat high. Penelitian ini berbanding terbalik dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa lebih banyak mahasiswa yang mengalami exhaustion berat. Exhaustion (kelelahan) adalah suatu keadaan individu yang mengalami kelelahan fisik, mental dan emosi. Kelelahan fisik yang dialami dapat berupa sakit kepala, mual, muntah, pegal-pegal, gangguan tidur, flu dan lain-lain. Kelelahan mental digambarkan sebagai perasaan tidak dihargai dan merasa gagal, sedangkan kelelahan emosional dapat dilihat dari rasa bosan, tertekan dan sedih yang dialami penderita burnout.¹⁰ Kelelahan muncul karena adanya beban kerja yang berlebihan.¹⁵⁻¹⁷ Pada penelitian ini, kelelahan

ringan lebih banyak dialami oleh mahasiswa mungkin disebabkan karena beban belajar mahasiswa menurun pada pandemi COVID-19. Kegiatan belajar mahasiswa di rumah sakit dikurangi untuk mencegah penyebaran virus, namun kegiatan digantikan melalui pembelajaran daring. Faktor lain yang mungkin juga mempengaruhi seperti ketahanan mental atau resilience mahasiswa.¹⁸

Responden yang memiliki cynicism derajat low lebih banyak dibandingkan derajat high. Penelitian ini berbanding terbalik dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa 52,8% responden mengalami cynicism derajat berat, 38,5 % mengalami cynicism derajat sedang berat, 8,7% yang mengalami cynicism derajat ringan.⁹ Cynicism (sinisme), dimensi ini menggambarkan bahwa penderita burnout menarik diri dari lingkungannya, hal ini dilakukan untuk mengurangi perasaan kecewa terhadap pekerjaan atau pendidikan yang membuatnya terbebani dan biasanya disertai perasaan sinis terhadap orang lain yang membuat hubungannya dengan lingkungan semakin renggang.¹⁰ Cynicism muncul karena adanya beban kerja yang berlebihan.^{16,17} Pada cynicism yang low mahasiswa memiliki dedikasi pada masa pendidikannya dan dorongan yang kuat atas pencapaian pendidikan akademik, dengan adanya sifat positif, hubungan yang baik antar pikiran dan semangat daya penyerapan yang baik, tingkat energi dan ketahanan mental yang tinggi saat bekerja, ketekunan dalam menghadapi kesulitan, dan terkonsentrasi penuh dalam pekerjaan.¹⁹

Jumlah responden yang memiliki dimensi Professional Efficacy derajat high lebih banyak dibandingkan derajat low. Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian lain yang menggambarkan 21,9% mahasiswa mengalami academic efficacy derajat berat, 29,4% mengalami academic efficacy pada derajat sedang berat, dan 48,7% yang mengalami academic efficacy derajat ringan.⁹ Professional Efficacy (pencapaian prestasi pribadi), merupakan dimensi terakhir yang dialami penderita burnout yang menggambarkan kemampuan dalam mengantisipasi masalah serta manajemen waktu yang baik.¹⁵⁻¹⁷ Manajemen waktu merupakan disiplin diri, dimana seseorang menghabiskan waktunya sesuai yang ditargetkan. Manajemen waktu yang baik meningkatkan performa akademik yang baik dan mengurangi burnout.²⁰ Pengaturan waktu yang baik terhadap banyaknya tuntutan tugas akan mempengaruhi kualitas diri. Waktu luang yang digunakan dapat membantu mengelola manajemen waktu yang efektif dan dilakukan secara teratur. Cara memiliki waktu luang dapat mengikuti cara berikut ini yaitu mencatat jadwal, merencanakan kegiatan di jauh hari, memiliki agenda harian, memiliki langkah tujuan untuk mencapai target, dengan memiliki kebiasaan yang baik, dan memberikan penghargaan kepada diri sendiri terhadap apa yang telah dicapai Professional efficacy yang rendah menggambarkan penurunan pencapaian prestasi, yang diakibatkan oleh perasaan tidak mampu atau tidak kompeten yang dialami penderita burnout terhadap beban

yang dirasakan terus-menerus.¹⁰ Pada penelitian ini, exhaustion (kelelahan) pada mahasiswa rendah sehingga terdapat professional efficacy yang tinggi.

Exhaustion dan cynicism tampak berkaitan dengan beberapa faktor-faktor yaitu jenis kelamin laki-laki, niatan untuk putus sekolah, usia muda, mendaftar di beberapa disiplin ilmu yang lebih tinggi, kurangnya waktu luang, keidakpuasan pada mata kuliah, semester lanjutan, menghadiri kelas tambahan, dan kurangnya pengalaman akan profesional. Tingkat professional efficacy yang tinggi tampak berhubungan dengan niat untuk tetap mengikuti kelas, prestasi akademik, harapan untuk sukses, waktu luang yang cukup, pengalaman profesionalitas, dan kepuasan akan kelas yang diikuti.¹²

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif sehingga data yang ditampilkan hanya berupa distribusi dan frekuensi kejadian burnout saja. Oleh karena itu, perlu proses analisis untuk menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya burnout pada mahasiswa kedokteran khususnya di FK UMSU. Penelitian eksperimen terhadap mahasiswa dengan berbagai profile burnout juga merupakan peluang penelitian berikutnya agar menjadi pertimbangan dalam proses pembelajaran.

KESIMPULAN

Berdasarkan tujuan dan hasil penelitian yang telah dilakukan, diperoleh Kesimpulan sebagai berikut :

1. Profil burnout terbanyak adalah engaged 37,6% sedangkan burnout

- pada profil tersebut adalah 15,3 %
2. Perempuan lebih banyak mengalami burnout syndrome dibandingkan laki-laki.
 3. Angkatan 2020 lebih banyak mengalami burnout syndrome dari pada angkatan 2021
 4. Mahasiswa dengan suku batak mengalami burnout syndrome terbanyak.

REFERENSI

1. World Health Organization. Burnout an—occupational phenomenon: International Classification of Diseases. International Classification of Disease. <https://www.who.int/news/item/28-05-2019-burn-out-an-occupational-phenomenon-international-classification-of-diseases>. Published 2019.
2. NCBI. Depression_ What is burnout_-InformedHealth. NIH. National Library of Medicine. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK279286/>. Published 2021.
3. National Academy of Medicine. Taking Action Against Clinician Burnout A Systems Approach to Professional Well-Being National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine. 2019. Taking Action Against Clinician Burnout: A Systems Approach to Professional Well-Being. Washington, DC: In: The National Academies Press Washington, DC [www.Nap.Edu](http://www.nap.edu) National Academies of Sciences, Engineering, and Medicine. 2019. Taking Action Against Clinician Burnout: A Systems Approach to Professional Well-Being. Washington, DC: The National Academies Press. Washington (DC): Washington (DC): National Academies Press (US) ; 2019. doi: <https://doi.org/10.17226/25521>.
4. Abdalla ME, Shorbagi S. Challenges faced by medical students during their first clerkship training: A cross-sectional study from a medical school in the Middle East. *J Taibah Univ Med Sci.* 2018;13(4):390-394. doi:10.1016/j.jtumed.2018.03.008
5. Almeida G de C, Souza HR de, Almeida PC de, Almeida B de C, Almeida GH. The Prevalence of Burnout Syndrome In Medical Students. *Rev Psiquiatr Clin.* 2016;43(1):6-10. doi:10.1590/0101-60830000000072.
6. Dos Santos Boni RA, Paiva CE, De Oliveira MA, Lucchetti G, Fregnani JHTG, Paiva BSR. Burnout Among Medical Students During The First Years of Undergraduate School: Prevalence And Associated Factors. *PLoS One.* 2018;13(3):1-15. doi:10.1371/journal.pone.0191746
7. Gil-Calderón J, Alonso-Molero J, Dierssen-Sotos T, Gómez-Acebo I, Llorca J. Burnout Syndrome in Spanish Medical Students. *BMC Med Educ.* 2021;21(1):1-8. doi:10.1186/s12909-021-02661-4
8. Simatupang EPC, Yoanita Widjaja. Hubungan Persepsi Mahasiswa Tentang Lingkungan Pembelajaran

- Dengan Kejadian Burnout di Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Tahap Akademik. Tarumanagara Med J Vol 4, No 1, 72-84, Oktober 2021. 2021;4(1):72-84.[doi:http://dx.doi.org/10.24912/tmj.v4i1.13720](http://dx.doi.org/10.24912/tmj.v4i1.13720)
9. Tanjung A. Prevalensi Burnout Di Masa Pembelajaran Daring Pandemi COVID-19 Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara. USU. 2021;11-18. <https://repositori.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/46425/180100057.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
 10. Santi K. Pengaruh Big Five Personality dengan Kejadian Burnout pada Mahasiswa Pendidikan Kedokteran. JIMKI. 2020.
 11. Firdaus A, Yuliyanasari N, Djalillah GN. Potensi Kejadian Burnout pada Mahasiswa Kedokteran di Masa Pandemi Covid-19. Hang Tuah Med J.2021;18(2):114.[doi:10.30649/htmj.v18i2.464](https://doi.org/10.30649/htmj.v18i2.464)
 12. Ilic I, Macuzic IZ, Kocic S, Ilic M. High Risk of Burnout in Medical Students in Serbia, by Gender: A cross-sectional study. PLoS One. 2021 ; 16 (8 August) : 1 – 15. [doi:10.1371/journal.pone.0256446](https://doi.org/10.1371/journal.pone.0256446)
 13. Badan Pusat Statistik (BPS). Batak. 2021;(September):2021. <https://www.bps.go.id/>.
 14. Leiter MP, Maslach C. Latent Burnout Profiles: A New Approach to Understanding the Burnout Experience. Burn Res. 2016;3(4):89-100. [doi:10.1016/j.burn.2016.09.001](https://doi.org/10.1016/j.burn.2016.09.001)
 15. Santi K. Pengaruh Big Five Personality dengan Kejadian Burnout pada Mahasiswa Pendidikan Kedokteran. JIMKI. 2020.
 16. Stumpp E, Schubert P, Ehrhardt C. Job Burnout. Annu Rev Psychol. 1989;34:73-78. [doi:https://doi.org/10.1146/anurev.psych.52.1.397](https://doi.org/10.1146/anurev.psych.52.1.397)
 17. Bresó E, Salanova M, Schaufeli WB. In Search of The —Third Dimension of Burnout: Efficacy or Inefficacy? Appl Psychol. 2007;56(3):460-478. [doi:10.1111/j.14640597.2007.00290](https://doi.org/10.1111/j.14640597.2007.00290)
 18. Zis P, Artemiadis A, Bargiotas P, Nteveros A, Hadjigeorgiou GM. Medical Studies During the COVID-19 Pandemic: The Impact of Digital Learning on Medical Students' Burnout and Mental health. Int J Environ Res Public Health. 2021;18(1):1-9. [doi:10.3390/ijerph18010349](https://doi.org/10.3390/ijerph18010349)
 19. Lheureux F, Truchot D, Borteyrou X, Rasclé N. The Maslach Burnout Inventory-Human Services Survey (MBI-HSS): Factor Structure, Word-ing Effect and Psychometric Qualities of Known Problematic Items. Trav Hum. 2017;80(2):161-186. [doi:10.3917/th.802.0161](https://doi.org/10.3917/th.802.0161)
 20. Kordzanganeh Z, Bakhtiarpour S,

Hafezi F, Dashtbozorgi Z. The Relationship Between Time Management and Academic Burnout With The Mediating Role of Test Anxiety and Self-efficacy Beliefs Among University Students. *Brieflands*. 2021; (1). <https://Brieflands.com/artcles/jme112142.html>.