

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Mahasiswa merupakan anggota bagian dari institusi pendidikan tinggi yang diharapkan mempunyai kemandirian dan tanggung jawab agar dapat melaksanakan penugasan akademik yang telah ditentukan. Hal tersebut bertujuan untuk mengembangkan kompetensi lulusan sesuai dengan standar yang ditetapkan oleh perguruan tinggi di tempat mereka menempuh pendidikan (Utami, Hardjono & Karyanta, 2014). Selain itu mahasiswa adalah individu yang memiliki inisiatif untuk mengembangkan potensi diri di lingkungan perguruan tinggi agar menjadi intelektual, ilmuwan praktisi, dan profesional pada bidangnya (Simanjuntak & Pangaribuan, 2022). Kemudian, mahasiswa menghadapi berbagai tantangan dalam perjalanan akademiknya yang berbeda-beda sesuai dengan tuntutan program studi yang mereka jalani (Puspita & Kumalasari, 2022).

Salah satu program studi yang diketahui memiliki tantangan akademik yang berat adalah program studi kedokteran (Puspita & Kumalasari, 2022). Pendidikan dokter adalah pendidikan kedokteran yang diselenggarakan pada tingkat Perguruan Tinggi dengan program pendidikan yang dirancang untuk menghasilkan dokter yang memiliki kompetensi agar dapat memberikan pelayanan kesehatan primer (KKI, 2012). Fakultas Kedokteran sering memberikan dampak negatif pada kinerja akademik, kesehatan psikis, dan kesejahteraan psikologis mahasiswa karena dikenal mempunyai lingkungan dengan penuh tekanan dan beban akademik yang tinggi (Yadav dkk., 2016).

Beban dan tekanan akademik tersebut muncul akibat banyaknya kompetensi yang harus dipenuhi, seperti harus menjalani perkuliahan dengan proses pembelajaran yang intensif dan durasi studi yang lebih lama untuk menjadi dokter dibandingkan dengan mahasiswa yang lain (Martasari & Ediati, 2018). Adanya beban dan tekanan akademik yang tinggi pada Fakultas Kedokteran menyebabkan mahasiswa merasa kelelahan dan bosan (Budiman dkk., 2024). Hal tersebut didukung oleh hasil sebuah studi meta-analisis yang mengkaji 24 penelitian dengan

melibatkan 17.431 mahasiswa kedokteran, ditemukan bahwa sebanyak 8.060 mahasiswa kedokteran mengalami *burnout* atau *exhausted* dengan prevalensi sebesar 78%.

Salah satu penyebab beban dan tekanan akademik yang dialami mahasiswa kedokteran adalah mempunyai sistem kurikulum yang berbeda dengan program studi lainnya. Konsil Kedokteran Indonesia (KKI) menetapkan kurikulum pendidikan yang mengacu pada metode atau strategi pembelajaran *SPICES*, yaitu *Student Centered, Problem-based, Integrated, Community-based Elective/Early Clinical Exposure, Systematic*, yang mana kurikulum tersebut harus diterapkan pada Fakultas Kedokteran berdasarkan dengan ketentuan capaian pembelajaran dan materi kuliah dalam bentuk blok-blok dan mata kuliah yang disetarakan dengan satuan kredit semester (KKI, 2019).

Mahasiswa kedokteran harus bisa melewati materi yang disusun dalam blok-blok yang telah ditentukan, dan dari pembelajaran tersebut akan dievaluasi dengan diadakannya ujian blok di setiap akhir blok. Materi yang akan diujikan terdiri dari materi kuliah pakar, materi tutorial, materi praktikum, dan materi praktikum *skills lab*, sehingga mahasiswa kedokteran harus dapat menguasai semua materi yang sudah diberikan selama blok berlangsung. Hasil nilai dari ujian blok akan dijadikan sebagai standar penilaian untuk melanjutkan studi, karena bobot nilai akhir pada ujian blok merupakan persentase penilaian yang paling besar (Demak dkk., 2019). Kemudian, mahasiswa kedokteran juga mempunyai berbagai kegiatan perkuliahan, seperti pengantar rangkaian kegiatan praktikum yang terdiri dari *pre-test*, pelaksanaan praktikum, *post-test*, penyusunan laporan, dan responsi. Kemudian, terdapat kegiatan *skills laboratorium, small group discussion*, perkuliahan teori tutorial atau *Problem Based Learning (PBL)*, ujian blok, *Objective Structured Clinical Examination (OSCE)*, dan ujian akhir semester mata kuliah (Puspita & Kumalasari, 2022).

Mahasiswa kedokteran cenderung memiliki beban tugas yang lebih banyak jika dibandingkan dengan program studi yang lain, seperti laporan praktikum dan tugas-tugas lain yang harus diselesaikan dalam jangka waktu yang ditentukan (Prabamurti, 2019). Berdasarkan penelitian Wing dkk. (2018) menyatakan bahwa *burnout* pada mahasiswa kedokteran lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa

program studi lain, prevalensi *burnout* pada mahasiswa kedokteran sebesar 27,3% dan non-kedokteran sebesar 20,1%. Mahasiswa kedokteran yang mengalami *burnout* merasakan bahwa tingginya beban dan tekanan akademik selama perkuliahan berhubungan dengan timbulnya *burnout* (Budiman dkk., 2024).

Banyaknya metode dan rutinitas pembelajaran yang dijalani selama di kampus dapat meningkatkan risiko mahasiswa mengalami *burnout* (Alimah dkk., 2016). *Burnout* dianggap sebagai kondisi yang dialami oleh individu di tempat kerja (Maslach, Schaufeli & Leiter, 2001). Menurut Gonzalez-Roma dkk. (2006) *burnout* adalah suatu reaksi terhadap stres kerja kronis yang ditandai dengan kelelahan emosional, sinisme, dan kurangnya keyakinan dalam mengerjakan pekerjaan dengan profesional. *Burnout* merupakan respon terhadap kelebihan beban kerja dan tekanan waktu yang dialami, hal tersebut berhubungan erat dan konsisten dengan dimensi *exhaustion* atau kelelahan pada *burnout* (Gonzalez-Roma dkk., 2006).

Meskipun pada awalnya *burnout* dianggap sebagai fenomena yang berhubungan dengan pekerjaan, *burnout* juga dapat terjadi pada mahasiswa yang bermanifestasi sebagai lelah karena tuntutan studi, memiliki sikap sinis dan tidak peduli terhadap studi, serta merasa tidak kompeten sebagai mahasiswa (Hu & Schaufeli, 2009). Selain itu, walaupun mahasiswa tidak bekerja atau tidak memiliki pekerjaan, namun dari perspektif psikologi kegiatan utama mereka dapat dianggap sebagai “bekerja”. Mereka menghadiri kelas dan membuat tugas-tugas sebagai bagian dari kegiatan yang terstruktur dan bersifat wajib diikuti karena bertujuan agar lulus ujian dan memperoleh gelar tertentu (Schaufeli & Taris, 2005). *Burnout* dalam kalangan mahasiswa mengacu pada perasaan lelah karena tuntutan belajar, bersikap sinis dan tidak peduli terhadap pelajaran, serta merasa tidak kompeten sebagai seorang mahasiswa (Schaufeli dkk., 2002).

Penelitian A'yunin dkk. (2023) pada mahasiswa kedokteran Universitas Airlangga angkatan tahun 2021 menunjukkan kategori *academic burnout* sangat rendah sebanyak 8 mahasiswa (8,6 %), kategori *academic burnout* rendah sebanyak 30 mahasiswa (32,3%), kategori *academic burnout* sedang sebanyak 28 mahasiswa (23,7%), dan kategori *academic burnout* sangat tinggi sebesar 5 mahasiswa (5,4%). Hasil perbedaan persentase penelitian tersebut menunjukkan bahwa setiap mahasiswa memiliki kondisi *burnout* yang berbeda. Hal tersebut mengindikasikan

adanya perbedaan pada kemampuan mahasiswa dalam mengelola berbagai tuntutan tersebut, sehingga dapat menghindari *burnout* meskipun menghadapi tuntutan akademik maupun non-akademik yang sama. Perbedaan tersebut kemungkinan dipengaruhi oleh berbagai faktor yang berperan dalam memengaruhi kondisi *burnout* yang dialami oleh mahasiswa (Redityani & Susilawati, 2021).

Mahasiswa yang menempuh pendidikan di program studi kedokteran umumnya memiliki latar belakang yang beragam dalam menentukan pilihan studinya. Sebagian mahasiswa memiliki keinginan dari dalam diri sendiri, seperti minat dan keinginan pribadi. Sementara itu, sebagian mahasiswa lainnya memiliki pengaruh eksternal, seperti tuntutan dari orang tua atau keinginan untuk memperoleh status sosial dan prestise. Landasan pemilihan studi tersebut dianggap penting dalam berbagai aspek proses akademik yang dijalani mahasiswa, seperti kemampuan adaptasi mahasiswa dalam lingkungan perkuliahan, seberapa besar usaha yang dilakukan dalam studinya, capaian akademik yang diraih, serta kecenderungan dalam menentukan arah spesialisasi di masa depan (Kusurkar dkk., 2013).

Hasil penelitian Jannah dkk. (2020) menunjukkan bahwa keinginan sendiri dalam menentukan pilihan studi memiliki peran penting dalam keberlangsungan proses akademik mahasiswa. Sebaliknya, jika keputusan untuk mengambil suatu program studi tidak didasarkan pada keinginan pribadi akan menimbulkan dampak negatif terhadap kesejahteraan psikologis, serta menurunkan performa akademik selama perkuliahan.

Banyak tuntutan dan sumber daya di tempat kerja juga terjadi di ranah akademik. Oleh karena itu, teori *Job Demands-Resources (JD-R)* telah diterapkan pada *demands* (tuntutan) dan *resources* (sumber daya) dalam konteks pendidikan yang memengaruhi perkembangan akademik mahasiswa. Dalam kerangka kerja *Academic Demands-Resources (AD-R)*, *academic demands* (tuntutan akademik) merujuk pada faktor-faktor pembelajaran atau lingkungan belajar yang membutuhkan tenaga fisik dan psikologis, misalnya instruksi yang berkualitas buruk, sumber daya yang tidak memadai, dan beban belajar yang berat. Sementara itu, *academic resources* (sumber daya akademik) adalah faktor-faktor pembelajaran atau lingkungan belajar yang membantu mahasiswa mencapai tujuan dan

pertumbuhan, baik secara akademik maupun pribadi (Martin, Sudimantara & Dewi, 2025).

Selain pengaruh utama dari *demands* (tuntutan) dan *resources* (sumber daya), teori ini juga mengacu pada efek “*buffering*” dan “*boosting*”. Artinya, terdapat beberapa faktor yang dapat mengurangi atau menyangga efek negatif dari *demands* (tuntutan) atau meningkatkan efek adaptif dari *resources* (sumber daya) (Martin, Sudimantara & Dewi, 2025).

Dalam penelitian Jagodics & Szabo (2023) menyatakan *demand-resource theory* merupakan suatu model yang tepat untuk memprediksi *burnout* di Perguruan Tinggi, dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa *burnout* berkontribusi positif dengan *demands* dan negatif dengan *resources*. Selain itu, *resources* dapat didefinisikan sebagai *personal resources*, seperti *self-esteem* dan *optimism*. Menurut Kalimo dkk. (2003) *self-esteem* merupakan *personal resources* yang memiliki hubungan dengan *burnout*. Kemudian, dalam penelitian Molero, Perez- Fuentes & Gazquez (2018) menunjukkan bahwa *self-esteem* dapat mengurangi efek negatif dari tuntutan beban kerja terhadap *burnout*.

Kemudian, Maslach, Schaufeli & Leiter (2001) menjelaskan bahwa *burnout* dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor situasional dan faktor individual. Faktor situasional mencakup karakteristik pekerjaan, karakteristik jabatan, dan karakteristik organisasi. Sementara faktor individual mencakup demografis, kepribadian, dan sikap kerja. Menurut Lin & Yang (2021) kepribadian dan *self-esteem* merupakan faktor utama untuk memprediksi *academic burnout*. Rendahnya tingkat *self-esteem* secara signifikan berkaitan dengan tingginya tingkat *exhaustion* dan *disengagement* yang merupakan faktor *academic burnout*. Berdasarkan faktor-faktor dari hasil penelitian terdahulu, maka penelitian ini akan berfokus dengan *self-esteem* sebagai salah satu faktor yang dapat memengaruhi *academic burnout*.

Menurut Rosenberg (1965) *self-esteem* mengacu pada sikap positif atau negatif individu terhadap dirinya sendiri. Kemudian, menurut Mruk (2006) *self-esteem* adalah gambaran diri yang diinginkan individu, yaitu diri ideal, dan persepsi individu terhadap dirinya saat ini, yaitu diri nyata atau dirasakan. Semakin dekat kedua persepsi tersebut, maka akan semakin tinggi *self-esteem* pada individu, dan semakin jauh kesenjangan pada kedua persepsi tersebut, maka akan semakin rendah

self-esteem pada individu. *Self-esteem* bukan hanya berfokus pada sikap yang dimiliki saja, namun *self-esteem* juga berfokus pada respon psikologis individu terhadap dirinya sendiri. Hal tersebut digambarkan sebagai respon berdasarkan perasaan atau afektif, seperti positif atau negatif dan menerima atau menolak.

Selain itu, Rosenberg (1965) menjelaskan mengenai *self-esteem* adalah individu yang memiliki perasaan berharga dan menghormati diri sendiri dengan adanya, tetapi tidak merasa kagum dengan dirinya sendiri dan juga tidak mengharapkan orang lain untuk merasa kagum kepada dirinya, serta individu tidak menganggap dirinya lebih unggul dari orang lain. Individu dengan *self-esteem* tinggi akan menunjukkan bahwa individu yang menghargai dirinya sendiri dan menganggap dirinya pantas, serta tidak selalu menganggap dirinya lebih rendah, kemudian tidak menganggap dirinya yang paling sempurna dan menyadari keterbatasannya untuk berusaha agar terus berkembang. Individu dengan *self-esteem* rendah akan menunjukkan penolakan diri, ketidakpuasan diri, dan penghinaan diri, serta individu yang tidak memiliki rasa hormat terhadap diri sendiri dan memiliki gambaran diri yang tidak menyenangkan.

Individu dengan *self-esteem* tinggi umumnya memiliki pandangan positif terhadap diri sendiri, mampu mengelola emosi dengan baik, dan lebih tahan terhadap tekanan lingkungan, termasuk dalam konteks akademik (Orth & Robins, 2014). Individu dengan *self-esteem* yang tinggi memiliki kecenderungan lebih rendah untuk mengalami *academic burnout*. Hal tersebut dikarenakan *self-esteem* yang positif memungkinkan mahasiswa untuk memandang tantangan sebagai peluang belajar dan tidak sebagai ancaman, sehingga tidak mudah mengalami *academic burnout* (Lin & Yang, 2021).

Dalam penelitian Andi, Sunaryo & Anwarudin (2020) menunjukkan bahwa *self-esteem* memiliki pengaruh positif terhadap *burnout* pada mahasiswa. Artinya, tingkat *self-esteem* yang dimiliki oleh mahasiswa berkontribusi terhadap peningkatan *burnout*. Hal tersebut ditunjukkan dari pernyataan negatif pada indikator *competence* dan *worthiness*, yang menunjukkan bahwa keyakinan dan rasa berharga mahasiswa masih rendah saat menghadapi tuntutan akademik yang mengakibatkan memicu kenaikan tingkat *burnout* pada mahasiswa. Kemudian pada penelitian Lutfi, Mardani & Athia (2022) mengindikasikan bahwa *self-esteem*

memiliki pengaruh positif yang signifikan terhadap tingkat *burnout* pada mahasiswa Universitas Islam Malang. Selain itu, dalam penelitian Mauli & Andriani (2023) mengungkapkan bahwa terdapat pengaruh negatif pada variabel *self-esteem* terhadap variabel *academic burnout*. Artinya, jika semakin tinggi *self-esteem* yang dimiliki siswa, maka semakin rendah *academic burnout* yang dialami. Begitupun sebaliknya, jika *self-esteem* seorang siswa rendah, maka *academic burnout* yang dialami akan semakin tinggi.

Berdasarkan hasil penelitian Andi, Sunaryo & Anwarudin (2020) menunjukkan bahwa *self-esteem* memiliki pengaruh positif terhadap *burnout*. Kemudian, penelitian Lutfi, Mardani & Athia (2022) mengindikasikan bahwa *self-esteem* memiliki pengaruh positif yang signifikan terhadap tingkat *burnout*. Namun, berbeda dengan hasil penelitian Mauli & Andriani (2023) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang negatif pada variabel *self-esteem* terhadap variabel *academic burnout*. Berdasarkan perbedaan hasil penelitian sebelumnya, masih terdapat inkonsisten mengenai arah pengaruh *self-esteem* terhadap *academic burnout*. Oleh karena itu, diperlukan penelitian lebih lanjut untuk menentukan apakah *self-esteem* sebenarnya memberikan pengaruh positif atau negatif terhadap *academic burnout*. Selain itu, masih jarang ditemukan penelitian terdahulu yang meneliti pengaruh *self-esteem* terhadap *academic burnout* pada populasi mahasiswa kedokteran. Kemudian, menurut Dyrbye (2012) mengenai *burnout* dapat menimbulkan dampak serius bagi mahasiswa, seperti keinginan untuk keluar dari Fakultas Kedokteran hingga munculnya pemikiran untuk bunuh diri. Karena menimbulkan bahaya yang besar menyebabkan *burnout* menjadi kondisi yang penting untuk dikendalikan.

Peneliti melakukan survey awal atau *preliminary study* terhadap 16 mahasiswa kedokteran di Indonesia. Hasil survey ditemukan bahwa mereka mengalami tantangan akademik yang berat selama perkuliahan di Fakultas Kedokteran, yaitu pada saat menghadapi ujian blok, memahami materi yang sangat banyak, harus belajar ekstra, tugas yang menumpuk, jadwal perkuliahan yang padat, serta minimnya waktu untuk diri sendiri agar bisa beristirahat. Mahasiswa kedokteran merasakan adanya tekanan dan beban akademik yang tinggi, seperti adanya ujian, tugas klinik, atau *deadline* penelitian selama perkuliahan. Hal tersebut

dapat memberikan dampak negatif pada kinerja akademik, kesehatan psikis, atau kesejahteraan psikologis mereka, seperti merasakan kelelahan dan merasa kewalahan hingga kehilangan motivasi dalam menjalani perkuliahan.

Terdapat 15 dari 16 mahasiswa kedokteran menyatakan setuju bahwa Fakultas Kedokteran cenderung memiliki beban tugas yang lebih banyak dibandingkan dengan Fakultas lainnya. Kebanyakan dari mereka merasakan bahwa sistem kurikulum yang diterapkan pada Fakultas Kedokteran merupakan salah satu penyebab adanya beban dan tekanan akademik yang dirasakan. Mereka memiliki strategi tertentu untuk tetap bertahan dan menyelesaikan tugas meskipun sedang dalam situasi akademik yang sulit, serta mereka merasa memiliki sumber daya untuk mengatasi stress atau kelelahan akibat tekanan akademik yang dialami. Terdapat 13 dari 16 menyatakan setuju bahwa evaluasi positif atau negatif terhadap diri sendiri merupakan hal yang dibutuhkan saat mengalami kelelahan akademik.

Berdasarkan uraian fenomena yang telah dijelaskan, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai *academic burnout*. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai *academic burnout* khususnya pada mahasiswa kedokteran untuk menghindari pengaruh negatif dari *academic burnout*. Selain itu, uraian penelitian sebelumnya diketahui bahwa *self-esteem* merupakan salah satu faktor yang dapat mempertimbangkan dalam memengaruhi *academic burnout*. Dengan demikian, peneliti ingin melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh *Self-Esteem* terhadap *Academic Burnout* pada Mahasiswa Kedokteran”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti mengidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

- a. Mahasiswa kedokteran dikenal mempunyai lingkungan dengan penuh tekanan dan beban akademik yang tinggi.
- b. Banyaknya mahasiswa kedokteran mengalami *academic burnout*.
- c. Mahasiswa kedokteran mempunyai sistem kurikulum yang berbeda dengan program studi lainnya.

- d. Mahasiswa kedokteran mengalami *academic burnout* cenderung lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa program studi lain.
- e. Terdapat perbedaan tingkat *academic burnout* yang dialami oleh mahasiswa kedokteran.
- f. Perbedaan tingkat *academic burnout* yang dialami kemungkinan dipengaruhi oleh faktor *self-esteem*.
- g. *Academic burnout* menjadi permasalahan yang penting untuk diatasi karena banyak memberikan dampak yang negatif terhadap mahasiswa kedokteran.

1.3 Pembatasan Masalah

Agar penelitian yang dilakukan tidak meluas dan menyimpang, maka peneliti membatasi penelitian hanya pada:

- a. Analisis pengaruh *self-esteem* terhadap *academic burnout*.
- b. Analisis pengaruh *self-esteem* terhadap *academic burnout* pada populasi mahasiswa kedokteran.

1.4 Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang akan dikaji dalam penelitian ini adalah “apakah terdapat pengaruh antara *self-esteem* terhadap *academic burnout* pada mahasiswa kedokteran?”.

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *self-esteem* terhadap *academic burnout* pada mahasiswa kedokteran.

1.6 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat teoritis maupun manfaat praktis sebagai berikut:

1.6.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan perspektif baru mengenai kontribusi *self-esteem* dapat memengaruhi *academic burnout*, serta menjadi landasan dalam pembuatan program intervensi mengatasi *academic burnout* mahasiswa.

1.6.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Penulis

Penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan pengalaman riset mengenai tingkatan *academic burnout* yang dipengaruhi oleh *self-esteem* yang dimiliki oleh mahasiswa kedokteran.

b. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi pengetahuan bagi mahasiswa kedokteran untuk menjadikan *self-esteem* sebagai acuan untuk mengatasi *academic burnout* yang dialami.

c. Bagi Perguruan Tinggi

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber landasan yang digunakan Perguruan Tinggi untuk menciptakan program mengatasi *academic burnout* mahasiswa.