

## Kajian Mengenai Academic Burnout pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran

Della Amelia Juanda\*, Dewi Rosiana

Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung, Indonesia.

\*dellaameliajuanda@gmail.com, dewirosiana@yahoo.com

**Abstract.** Academic burnout is a condition of physical, mental, and emotional exhaustion experienced by students due to excessive academic pressure. This term is adapted from the concept of "job burnout," and although students are not workers, the structure of their tasks and exams reflects job-like characteristics that can lead to burnout. Signs of academic burnout include lack of interest, low motivation, and fatigue in completing educational tasks, resulting in demotivation and decreased academic performance. Factors causing academic burnout include workload, control, reward, community, value, and fairness. The main dimensions of academic burnout are emotional exhaustion, cynicism, and reduced professional efficacy. According to research by Syafira et al. (2021), medical students experience academic burnout with high levels of emotional exhaustion in 141 students (44.8%), high levels of depersonalization/cynicism in 166 students (52.7%), and high levels of personal accomplishment in 137 students (43.5%). Rabuka et al. (2023) also revealed that 75.9% of medical students experience academic burnout. Addressing and preventing academic burnout requires attention to proportional workload, emotional support, and a fair and supportive academic environment.

**Keywords:** *Academic Burnout, Medical Student.*

**Abstrak.** *Academic burnout* merupakan kondisi kelelahan fisik, mental, dan emosional yang dialami mahasiswa akibat tekanan akademik yang berlebihan. Istilah ini diadaptasi dari konsep "*job burnout*," dan meskipun mahasiswa bukan pekerja, struktur tugas dan ujian mereka mencerminkan karakteristik pekerjaan yang dapat menyebabkan *burnout*. Tanda-tanda *academic burnout* mencakup kurangnya minat, rendahnya motivasi, dan kelelahan dalam menyelesaikan tugas-tugas pendidikan, yang berujung pada demotivasi dan penurunan performa akademik. Faktor-faktor penyebab *academic burnout* meliputi *workload*, *control*, *reward*, *community*, *value* dan *fairness*. Dimensi utama dari *academic burnout* adalah *emotional exhaustion*, *cynicism*, dan *reduced professional efficacy*. Menurut penelitian Syafira et al. (2021), mahasiswa fakultas kedokteran mengalami *academic burnout* dengan distribusi dimensi *emotional exhaustion* tingkat tinggi pada 141 mahasiswa (44.8%), dimensi *depersonalization/cynicism* tingkat tinggi pada 166 mahasiswa (52.7%), dan dimensi *personal accomplishment* tingkat tinggi pada 137 mahasiswa (43.5%). Rabuka et al. (2023) juga mengungkapkan bahwa 75.9% mahasiswa fakultas kedokteran mengalami *academic burnout*. Penanganan dan pencegahan *academic burnout* memerlukan perhatian terhadap beban kerja yang proporsional, dukungan emosional, serta lingkungan akademik yang adil dan mendukung.

**Kata Kunci:** *Academic Burnout, Mahasiswa Fakultas Kedokteran.*

## A. Pendahuluan

Mahasiswa dalam proses menempuh pendidikan di perguruan tinggi mesti menghadapi berbagai tuntutan yang ditujukan untuk membantu mahasiswa dalam beradaptasi dengan lingkungan kerja yang sebenarnya (Arlinkasari & Akmal, 2017). Menurut Nugroho (2020), mahasiswa membutuhkan pemahaman kritis tentang masalah dan tuntutan pembelajaran selama proses pembelajaran. Apabila belum beradaptasi dengan lingkungan pembelajaran baru akan berpotensi untuk menghadapi kesulitan dalam mengatur waktu, mengatur kemampuan dan keinginan untuk belajar, mengalami *homesickness*, kesulitan bersosialisasi atau berkenalan dengan orang baru, stres, dan penurunan prestasi akademik.

Banyak tuntutan akademik atau beban yang berlebihan dapat menyebabkan *academic burnout*, stres dan berdampak pada kondisi mental dan prestasi akademik (Aguayo dkk., 2019; Christiana, 2020; Gungor, 2019). Arlinkasari & Akmal (2017) menyatakan bahwa ketidakmampuan mahasiswa dalam memenuhi tuntutan akademik dapat menyebabkan stres dan potensi *academic burnout*. *Academic stress*, yang merupakan penyebab stres utama bagi remaja (Ye et al., 2019; Nagamitsu et al., 2020), mungkin merupakan salah satu faktor yang memengaruhi *academic burnout*. Setelah mengalami *academic stress* mungkin bereaksi negatif terhadap stres tersebut jika mereka menganggapnya sebagai ancaman (Walburg, 2014), yang pada gilirannya dapat menyebabkan mereka kehilangan motivasi untuk belajar. *Academic burnout* telah menjadi faktor penting yang memengaruhi kesehatan mental mahasiswa (Liu et al., 2023).

Seseorang yang mengalami *academic burnout* mungkin menunjukkan gejala-gejala berikut: kurangnya minat terhadap masalah pendidikan, ketidakmampuan untuk selalu menghadiri kelas, apatis dengan aktivitas kelas, perasaan bahwa aktivitas pendidikan tidak memiliki arti, dan ketidakmampuan untuk mengatasi masalah pendidikan (Yang & Farn, 2005). Pesimis dan *cynicism* tentang masalah akademik dapat mengurangi motivasi untuk belajar (Deci et al. 1991) dan rasa gagal dapat dikaitkan dengan kurangnya *self-esteem* (Saunders et al. 2004).

Banyak peneliti yang telah berusaha untuk menemukan elemen penting yang berkontribusi pada *burnout* siswa. Faktor *environmental* telah dianggap sebagai tuntutan dan sumber, seperti *overload* akademik dan *social support*. Banyak penelitian juga yang menekankan bahwa sumber daya lingkungan dapat membantu siswa menyesuaikan diri dengan stres akademik dan mencegah *burnout syndrome* (Kim et al., 2017).

*Academic burnout* di kalangan mahasiswa ditandai dengan kelelahan akibat tuntutan belajar, sikap apatis terhadap pembelajaran, serta perasaan tidak kompeten sebagai mahasiswa (Schaufeli et al., 2002). Akibatnya, *academic burnout* dapat menurunkan motivasi belajar dan membuat mahasiswa merasa tidak mampu menyelesaikan proses akademik. Hal ini terlihat dari prokrastinasi dalam mengerjakan tugas, kualitas belajar yang tidak optimal, dan kurang fokus dalam mengerjakan tugas, yang pada akhirnya menurunkan prestasi akademik dan mempengaruhi waktu kelulusan (Fun et al., 2021). Arlinkasari & Akmal (2017) menyatakan dalam penelitiannya bahwa:

Kelelahan mental dikaitkan dengan kerusakan hubungan interpersonal dan pengembangan perilaku negatif yang dapat membahayakan orang yang mengalaminya (Cordes (dalam Law, 2007)) dan mahasiswa yang mengalami kelelahan akan melewatkan kelas (ketidakhadiran), mengerjakan tugas dengan buruk, dan mendapatkan hasil ujian yang buruk (Law, 2007). Di beberapa perguruan tinggi di Indonesia, efek *burnout*, yaitu mahasiswa keluar atau *drop out*, telah banyak terjadi.

Neuman (1990) menyatakan bahwa salah satu hal yang paling penting untuk dipelajari di universitas adalah tingkat *academic burnout* yang dialami oleh siswa. Ini karena beberapa alasan. Pertama, tingkat *academic burnout* dapat berperan sebagai penyebab utama dari berbagai tindakan siswa, seperti prestasi akademik mereka; kedua, itu dapat mempengaruhi hubungan antara siswa dan guru mereka; dan terakhir, itu dapat mempengaruhi keinginan siswa untuk belajar.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Liu et al. (2023), sebanyak 55.16% mahasiswa mengalami *burnout* ringan, 3.55% mahasiswa mengalami *burnout* serius, dan

1.28% mahasiswa mengalami *burnout* sangat serius. Jenis kelamin, kelas, tingkat pendidikan orang tua, biaya hidup per bulan, tekanan belajar dan kehidupan dalam dua bulan terakhir, merokok, dan minat terhadap pengetahuan profesional adalah beberapa faktor yang mempengaruhi *academic burnout* (Liu et al., 2023).

Mahasiswa kedokteran sering dilaporkan masalah kesehatan mental. Fakta menunjukkan bahwa baik mahasiswa kedokteran maupun dokter mengalami gejala tekanan psikologis, depresi, kecemasan, dan kelelahan yang lebih tinggi daripada populasi lain. Ini mungkin disebabkan oleh stres yang lebih besar yang mereka alami sebagai akibat dari pendidikan mereka yang lebih lama (Dahlin & Runeson, 2007).

## **B. Metodologi Penelitian**

Penelitian tentang *academic burnout* banyak dilakukan pada mahasiswa fakultas kedokteran dengan prevalensi 44.2%, yang meningkat dalam beberapa tahun terakhir (Firdaus et al., 2021). Hal ini disebabkan oleh tuntutan akademik yang tinggi seperti tugas kuliah yang berlebihan (Syafira et al., 2021), materi pembelajaran yang kompleks, dan banyaknya praktikum yang menguras tenaga (Yusriyyah, 2020). Mereka juga dituntut untuk mencapai prestasi akademik yang tinggi, sehingga berisiko mengalami *academic burnout* (Alqifari et al., 2021). Kompetisi akademik yang ketat dan meningkatnya tuntutan akademik seiring jenjang akademik juga membuat 80% mahasiswa fakultas kedokteran mengalami masalah psikologis (Lee et al., 2017).

## **C. Hasil Penelitian dan Pembahasan**

### **Academic Burnout**

Menurut Kim et al. (2017), istilah "academic burnout" berasal dari konsep "job burnout" di lingkungan kerja. Burnout adalah reaksi individu terhadap stres jangka panjang di tempat kerja yang berkembang secara bertahap dan dapat berkembang menjadi kronis, menyebabkan perubahan kesehatan. Dari sudut pandang psikologis, sindrom ini menyebabkan kerusakan pada kognitif, emosi, dan sikap, yang menyebabkan perilaku yang buruk terhadap tempat kerja, rekan kerja, pengguna, dan pekerjaan itu sendiri (Valsania et al., 2022). Selama bertahun-tahun, burnout telah diakui sebagai hal yang berbahaya bagi berbagai profesi yang berorientasi pada manusia, seperti layanan manusia, pendidikan, dan perawatan kesehatan (Maslach & Leiter, 2016).

Ye et al. (2021) menyatakan bahwa meskipun mahasiswa bukan pekerja, dari sudut pandang psikologi, studi sarjana melibatkan kegiatan terstruktur seperti tugas dan ujian yang dapat dianggap sebagai "pekerjaan." Rad et al. (2017) mendefinisikan *academic burnout* sebagai kurangnya minat, rendahnya motivasi, dan kelelahan dalam menyelesaikan tugas pendidikan, yang menyebabkan keengganan untuk menyelesaikannya. Schaufeli et al. (2002) menggambarkan *academic burnout* di kalangan mahasiswa sebagai kelelahan akibat tuntutan belajar, sikap apatis terhadap pembelajaran, serta perasaan tidak kompeten sebagai mahasiswa. Gold & Roth; Maslach (dalam Muflihah & Savira, 2021) menyatakan bahwa *academic burnout* adalah keadaan di mana individu merasa lelah secara mental, fisik, atau emosional, disertai dengan perasaan sinis, menarik diri dari lingkungan, serta menilai diri sendiri dengan rendah. Kondisi psikologis negatif yang terus-menerus terkait dengan pembelajaran yang terutama terjadi pada pelajar disebut *academic burnout* (Zhang et al., 2007). Kondisi ini terdiri dari tiga aspek: *emotional exhaustion*, *outside of study*, dan *reduced personal achievement* (Lin & Huang, 2014).

Lee et al. (2017) menyebutkan dalam penelitiannya bahwa Maslach dan Jackson dari Maslach Burnout Inventory menekankan bahwa sifat interpersonal, seperti sifat intrinsik, dan dukungan sosial, lebih penting daripada faktor fisik dan lingkungan. Jacobs dan Dodd juga menunjukkan bagaimana temperamen negatif berdampak pada kelelahan akademik siswa di perguruan tinggi. Dengan kata lain, beberapa orang mengalami gejala kelelahan, sementara yang lain menunjukkan ketahanan terhadap kondisi yang sangat stres. Oleh karena itu, untuk memprediksi burnout, variabel kepribadian harus diselidiki daripada lingkungan eksternal.

Leiter & Maslach (2000) mengidentifikasi beberapa faktor yang menyebabkan

academic burnout:

1. *Workload*: Beban tugas yang dirasakan individu.
2. *Control*: Kesulitan individu dalam mengendalikan diri terkait tugas perkuliahan yang dipengaruhi oleh teman, dosen, atau peraturan kampus.
3. *Reward*: Kurangnya apresiasi dari lingkungan sosial terhadap pencapaian akademik individu.
4. *Community*: Hubungan yang tidak baik atau ketidaknyamanan dengan lingkungan perkuliahan.
5. *Value*: Ketidaksesuaian antara nilai yang dianut oleh mahasiswa dengan tuntutan perkuliahan.
6. *Fairness*: Perasaan tidak adil yang dirasakan mahasiswa akibat perlakuan yang tidak merata dari pihak kampus.

Schaufeli et al. (2002) menyatakan bahwa academic burnout memiliki tiga dimensi:

1. *Exhaustion*: Kelelahan emosional yang berlebihan akibat kurangnya sumber daya emosional dan energi, yang membuat individu merasa kewalahan oleh tugas akademik (Leiter & Maslach, 2000). Dimensi ini memiliki bentuk seperti bentuk keletihan, kelelahan, dan melemahnya seseorang. Individu memanasifasikan perasaan dengan menunjukkan kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan akademik karena mereka tidak memiliki cukup energi emosional untuk menghadapi tugas-tugas pekerjaan.
2. *Cynicism*: Respons terhadap keterpisahan dan apatis terhadap tugas yang dilakukan dan/atau orang-orang yang menerimanya. Mengarah pada sikap dan perilaku negatif atau tidak pantas, mudah tersinggung, kehilangan idealisme, dan penghindaran interpersonal.
3. *Reduced Professional Efficacy*: Persepsi individu tentang ketidakmampuannya dan kurangnya kapabilitas dalam menyelesaikan tugas akademik, menganggap tugas terlalu berat, serta merasa tidak mampu dan tidak percaya diri dalam menyelesaikan tugas tersebut (Leiter & Maslach, 2000). Dimensi ini berdampak pada penurunan produktivitas dan kemampuan, moral yang rendah, serta keterampilan mengatasi masalah yang lebih rendah.

Faktor-faktor yang menyebabkan kelelahan akademik termasuk kekurangan dukungan sosial (kurangnya dukungan sosial), faktor demografis (faktor demografis), konsep diri (konsep diri), konflik peran dan ambiguitas peran (konflik peran dan ambiguitas peran), dan isolasi (Gold & Roth, 1993).

1. Kurangnya dukungan sosial berarti kurangnya dukungan sosial. Orang lain harus memiliki orang yang dapat memberikan dukungan sosial dan emosional agar mereka dapat terhindar dari kelelahan akademik (Christiana, 2020).
2. Faktor demografis. Studi menunjukkan bahwa laki-laki lebih rentan terhadap keterasingan dan kehilangan bantuan lingkungan karena lebih tertutup tentang perasaan mereka daripada perempuan (Christiana, 2020; Gold & Roth, 1993).
3. Keyakinan diri yang baik akan membantu orang melawan stres dan mempertahankan prestasi pembelajaran mereka meskipun tertekan (Orpina, 2019).

### **Academic Burnout pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran**

Apriana (2020) menyatakan bahwa kedokteran merupakan ilmu dasar yang berfungsi untuk menjaga dan meningkatkan kesehatan umum masyarakat. Selain itu, sekolah kedokteran sering mengadakan kurikulum intensif karena profesionalisme kedokteran menentukan pengetahuan dan keterampilan dokter masa depan. Ini dapat memengaruhi gaya hidup siswa dan menempatkan mereka di bawah tekanan mental (Abdulghani et al., 2011).

Program studi kedokteran adalah program studi yang bertujuan untuk menjadi dokter profesional. Program ini dibagi menjadi dua tahap: tahap akademik atau Program Pendidikan Sarjana Kedokteran (PPSK) dan tahap profesi. Tahap akademik membutuhkan 160 satuan kredit semester (SKS), waktu studi empat tahun yang dibagi menjadi delapan semester, dan lulusan mendapat gelar sarjana kedokteran. Pada tahap ini, di bawah supervisi dosen pembimbing klinik, mahasiswa akan memiliki kesempatan untuk berinteraksi secara langsung dengan pasien. Mahasiswa juga dapat menerapkan pengetahuan yang mereka pelajari di sekolah (Firdaus et al., 2021)

Masa tahun praklinis, mahasiswa tidak hanya menghadapi tekanan akademik tetapi juga tekanan karena ketergantungan pada orang tua, takut gagal, dan takut sendiri (Sedky, 2012). Mahasiswa kedokteran menghadapi banyak tantangan akademik dan psikososial selama kuliah. Ini termasuk banyak tugas yang terlalu banyak untuk dipelajari dalam waktu yang singkat, kurang tidur, kompetisi dengan teman sebaya, ketakutan akan gagal, masalah keuangan, dan kebutuhan untuk dilihat sebagai dokter yang kompeten (Syafira et al., 2021)

Dibandingkan dengan siswa dari bidang akademik lain, mahasiswa kedokteran mengalami lebih banyak masalah psikologis yang terkait dengan berbagai sumber stres. Lebih dari 80% masalah psikologis mahasiswa kedokteran dikaitkan dengan kompetisi akademik di sekolah kedokteran. Mahasiswa yang mengalami stres akademik dalam jangka waktu yang lama sering mengalami depresi, kecemasan, agresi, atau kemarahan. Kelelahan fisik dan psikologis juga menyebabkan frustrasi, kelelahan, keletihan, ketidakberdayaan, dan sikap sinis (Lee et al., 2017). Mahasiswa kedokteran yang mengalami *burnout* dilaporkan mengalami lebih banyak kegagalan kuliah, lebih banyak absen, dan lebih banyak drop out. Mereka juga dilaporkan mengalami konsekuensi serius lainnya, seperti depresi, penyalahgunaan narkoba, dan insomnia (Syafira et al., 2017)

Penelitian tentang *academic burnout* banyak dilakukan pada mahasiswa fakultas kedokteran dengan prevalensi 44.2%, yang meningkat dalam beberapa tahun terakhir (Firdaus et al., 2021). Hal ini disebabkan oleh tuntutan akademik yang tinggi seperti tugas kuliah yang berlebihan (Syafira et al., 2021), materi pembelajaran yang kompleks, dan banyaknya praktikum yang menguras tenaga (Yusriyyah, 2020). Mereka juga dituntut untuk mencapai prestasi akademik yang tinggi, sehingga berisiko mengalami *academic burnout* (Alqifari et al., 2021). Kompetisi akademik yang ketat dan meningkatnya tuntutan akademik seiring jenjang akademik juga membuat 80% mahasiswa fakultas kedokteran mengalami masalah psikologis (Lee et al., 2017).

Menurut penelitian Syafira et al. (2021), mahasiswa fakultas kedokteran mengalami *academic burnout* dengan distribusi dimensi *emotional exhaustion* tingkat tinggi pada 141 mahasiswa (44.8%), dimensi *depersonalization/cynicism* tingkat tinggi pada 166 mahasiswa (52.7%), dan dimensi *personal accomplishment* tingkat tinggi pada 137 mahasiswa (43.5%). Rabuka et al. (2023) juga mengungkapkan bahwa 75.9% mahasiswa fakultas kedokteran mengalami *academic burnout*.

#### **D. Kesimpulan**

Berdasarkan pembahasan dalam kajian ini, penulis menyimpulkan bahwa *academic burnout* merupakan kondisi di mana mahasiswa mengalami kelelahan fisik, mental, dan emosional akibat tekanan akademik yang berlebihan. Faktor-faktor *academic burnout* (Leiter & Maslach, 2000) yaitu workload, control, reward, community, value, dan fairness. Sementara aspek *academic burnout* (Schaufeli, 2002) yaitu exhaustion, cynicism, dan reduce of professional efficacy. Mahasiswa fakultas kedokteran berpotensi untuk mengalami *academic burnout* dengan prevalensi 44.2% yang meningkat dalam beberapa tahun terakhir (Firdaus et al., 2021). Sehingga penanganan dan pencegahan *academic burnout* pada mahasiswa fakultas kedokteran diperlukan.

#### **Acknowledge**

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang mendukung penulis dalam proses penyusunan.

#### **Daftar Pustaka**

- [1] Arlinkasari, F., & Akmal, S. Z. (2017). Hubungan antara School Engagement, Academic Self-Efficacy dan Academic Burnout pada Mahasiswa. *Humanitas*, 1(2), 81. <https://doi.org/10.28932/humanitas.v1i2.418>
- [2] Nugroho, R. A. (2020). Hubungan Stres dengan Burnout Mahasiswa yang Sedang Mehadapi Tugas Skripsi Online Pada Mahasiswa di Universitas Islam Riau Pekanbaru. Universitas Islam Riau Pekanbaru.

- [3] Mahliatussikah, H., Silvia, E. E., Putri, A. Y., & Pratiwi, A. E. (2022). Penerapan metode pembelajaran Student Centered Learning (SCL) dalam pembelajaran di SDN Kedungpeluk 2 Sidoarjo. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 9(2).
- [4] Aguayo, R., Canadas, G. R., Assbaa-Kaddouri, L., Fuente, G. A. C.-D. la, Ramirez-Baena, L., & Ortega-Campos, E. (2019). A risk profile of sociodemographic factors in the onset of academic burnout syndrome in a sample of university students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(5). <https://doi.org/https://doi.org/10.3390/ijerph16050707>
- [5] Christiana, E. (2020). Burnout akademik selama pandemi covid-19. Seminar Bimbingan dan Konseling Mengukuhkan Eksistensi Peran BK Pasca Pandemi Covid-19 di Berbagai Setting Pendidikan. <http://conference.um.ac.id/index.php/bk2/article/view/74>
- [6] Gungor, A. (2019). Investigating the relationship between social support and school burnout in Turkish middle school students: The mediating role of hope. *School Psychology International*. <https://doi.org/10.1177/20143034319866492>
- [7] Ye, Y., Huang, X., & Liu, Y. (2021). Social support and academic burnout among university students: a Moderated mediation model. *Psychology Research and Behavior Management, Volume 14*, 335–344. <https://doi.org/10.2147/prbm.s300797>
- [8] Nagamitsu, S., Mimaki, M., Koyanagi, K., Tokita, N., Kobayashi, Y., Hattori, R., et al. (2020). Prevalence and associated factors of suicidality in Japanese adolescents: results from a population-based questionnaire survey. *BMC Pediatr.* 20, 1–9. doi: 10.1186/s12887-020-02362-9
- [9] Walburg, V. (2014). Burnout among high school students: a literature review. *Child Youth Serv. Rev.* 42, 28–33. doi: 10.1016/j.chidyouth.2014.03.020
- [10] Liu, Z., Xie, Y., Sun, Z. *et al.* Factors associated with academic burnout and its prevalence among university students: a cross-sectional study. *BMC Med Educ* 23, 317 (2023). <https://doi.org/10.1186/s12909-023-04316-y>
- [11] Yang H, Farn CK (2005) An investigation of the factors MIS student burnout in technical- vocational college. *Comput Hum Behav* 21(2005):917–932
- [12] Deci EL, Vallerand RJ, Pelletier LG, Ryan RM (1991) Motivation and education: the self-determination perspective. *Educ Psychol* 26:325–346
- [13] Saunders J, Davis L, Williams T, Williams JH (2004) Gender differences in self-perceptions and academic outcomes. *J Youth Adolesc* 33:81–90
- [14] Kim, B., Jee, S., Lee, J., An, S., Lee, S. M. (2017). Relationships between social support and student burnout: a meta-analytic approach. *Stress Health*, 34(1):127–134. doi:10.1002/smi.2771
- [15] Edú-Valsania, S., Laguía, A., & Moriano, J. A. (2022). Burnout: A Review of Theory and Measurement. *International journal of environmental research and public health*, 19(3), 1780. <https://doi.org/10.3390/ijerph19031780>
- [16] Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). Understanding the burnout experience: recent research and its implications for psychiatry. *World psychiatry : official journal of the World Psychiatric Association (WPA)*, 15(2), 103–111. <https://doi.org/10.1002/wps.20311>
- [17] Schaufeli, W. B., Martínez, I. M., Pinto, A. M., Salanova, M., & Bakker, A. B. (2002). Burnout and Engagement in University Students: A Cross-National Study. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 33(5), 464–481. <https://doi.org/10.1177/0022022102033005003>
- [18] Gold, Y., & Roth, R. A. (1993). Teachers managing stress and preventing burnout: The professional health solution. RoutledgeFalmer. <https://books.google.co.id/books?id=jX4nAAAQBAJ&printsec=frontcover&dq=Teachers+managing+stress+and+preventing+burnout:+The+professional+health+solution&hl=en&sa=X&ved=2ahUKEwjhv4TqotLsAhWg63MBHZ30AmIQ6AEwAHoECAQQA>

- [19] Fun, L. F., Kartikawati, I. A. N., Imelia, L., & Silvia, F. (2021). Peran bentuk social support terhadap academic burnout pada mahasiswa Psikologi di Universitas “X” Bandung. *Mediapsi*, 7(1), 17–26. <https://doi.org/10.21776/ub.mps.2021.007.01.3>
- [20] Neuman Y (1990) Determinants and consequences of students’ burnout in universities. *J High Educ* 61(1):20–31
- [21] Dahlin M, Runeson B. Burnout and psychiatric morbidity among medical students entering clinical training: a three year prospective questionnaire and interview-based study. *BMC Med Educ*. 2007; 7(6):1-8.
- [22] Firdaus, A., Yuliyanasari, N., Djalilah, G., & Utama, M. R. (2021). Potensi Kejadian Burnout pada Mahasiswa Kedokteran di Masa Pandemi Covid-19. *Hang Tuah Medical Journal*. 18. 117-135. 10.30649/htmj.v18i2.117.
- [23] Syafira, M., Khotimah, S., & Nugrahayu, E. Y. (2021). Hubungan Stres dengan Burnout pada Mahasiswa Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman. *Jurnal Kedokteran Mulawarman*, 10(1).
- [24] Yusriyyah, S. (2020). Hubungan Stres Akademik Dengan Academic Burnout Pada Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Bhakti Kencana. Bhakti Kencana University
- [25] Alqifari, A., Alghidani, M., Almazyad, R., Alotaibi, A., Alharbi, W.A., Aljumail, E., AlQefari, G.B., Alkamees, A., & Alqifari, H. (2021). Burnout in medical undergraduate students in Qassim, Saudi Arabia. *Middle East Current Psychiatry*, 28. DOI:10.1186/s43045-021-00128-2
- [26] Lee, S. J., Choi, Y. J., & Chae, H. (2017). The effects of personality traits on Academic burnout in Korean medical students. *Integrative Medicine Research*, 6(2), 207–213. <https://doi.org/10.1016/j.imr.2017.03.005>
- [27] Rad, M., Shomoossi, N., Rakhshani, M. H., & Sabzevari, M. T. (2017). Psychological capital and academic burnout in students of clinical majors in Iran. *Acta Facultatis Medicae Naissensis*, 34(4), 311–319. <https://doi.org/10.1515/afmnai-2017-0035>
- [28] Muflihah, L., & Savira S.I. (2020). Pengaruh Persepsi Dukungan Sosial Terhadap Burnout Akademik Selama Pandemi. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 08(02), 201– 211. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/40975>
- [29] Zhang, Y., Gan, Y., and Cham, H. (2007). Perfectionism, academic burnout and engagement among Chinese college students: a structural equation modeling analysis. *Personal. Individ. Differ.* 43, 1529–1540. doi: 10.1016/j.paid.2007.04.010
- [30] Lin, S. H., and Huang, Y. C. (2014). Life stress and academic burnout. *Act. Learn. High. Educ.* 15, 77–90. doi: 10.1177/1469787413514651
- [31] Leiter, M. P., & Maslach, C. (2000). *Burnout and Health*. In A. Baum, T. Revenson, & J. Singer (Eds.) *Handbook of Health Psychology*. Hillsdale, NJ: Lawrence Earlbaum
- [32] Orpina, S. (2019). Self-efficacy dan burnout: Akademik [Universitas Mercu Buana Yogyakarta]. <https://ijec.ejournal.id/index.php/counseling/article/view/93>
- [33] Apriana, Renatd. (2020). Faktor-Faktor yang Berpengaruh terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa Kedokteran. *Jurnal Medika Utama*, 02 (01)
- [34] Abdulghani HM, AlKanhal AA, Mahmoud ES, Ponnampereuma GG, Alfaris EA. Stress and its effects on medical students: A cross-sectional study at a college of medicine in Saudi Arabia. *J Heal Popul Nutr*. 2011;
- [35] Sedky NA. Perceived Sources of Stress among Junior and Mid-Senior Egyptian Dental Students. *Int J Health Sci (Qassim)*. 2012;
- [36] Rabuka, M., Latuheru, G., & Taihuttu, Y. (2023). Hubungan stres akademik dengan academic burnout pada mahasiswa semester pertama tahun 2022 di Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura Ambon. *Jurnal Psikologi Tabularasa*. 18. 150-158. 10.26905/jpt.v18i2.11115.
- [37] Isnaini, H. F., & Mubarak, A. (2023). Studi Kontribusi Workplace Telepressure

- terhadap Burnout pada Dokter Residen. *Jurnal Riset Psikologi*, 23–30. <https://doi.org/10.29313/jrp.v3i1.1905>
- [38] Mariyani. (2022). Cognitive Behavior Therapy untuk Menurunkan Tingkat Gangguan Depresi Sedang (F32.1). *Jurnal Riset Psikologi*, 2(2), 123–130.
- [39] Salsabila Auliannisa, & Muhammad Ilmi Hatta. (2022). Hubungan Social Comparison dengan Gejala Depresi pada Mahasiswa Pengguna Instagram. *Jurnal Riset Psikologi*, 1(2), 147–153. <https://doi.org/10.29313/jrp.v1i2.561>