

Pengaruh *Academic Self-Efficacy* terhadap *Academic Burnout* pada Mahasiswa Kedokteran

Kania Nurul Aida*, Dewi Rosiana

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

*kiananrl@gmail.com, dewirosiana@yahoo.com

Abstract. During the pandemic, an increase in burnout rates was found mostly in professional services such as health workers and hospital staff. However, it has now been found that burnout occurs in undergraduate medical students. This study aims to determine the level of academic self-efficacy and academic burnout, as well as to see how much influence academic self-efficacy has on academic burnout in medical students in Bandung City during the pandemic. The theory used is the concept of academic self-efficacy theory from Zajacova (2005) and Maslach's (2002) theory to explain the concept of academic burnout. This study uses a non-experimental quantitative approach with a causal research design to explain the influence of academic self-efficacy variables on academic burnout. The measuring instrument used is the Academic Self-Efficacy Scale compiled by Zajacova, et al (2005) and the Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS) compiled by Schaufeli, et al (2002) which has been adapted into Indonesian. Participants in this study were 294 medical students from 3 universities in the city of Bandung who filled out online questionnaires. The results of this study indicate that there is an influence of academic self-efficacy on academic burnout for medical students in Bandung City by 56.2%.

Keywords: *Academic Self-Efficacy, Academic Burnout, Medical Students.*

Abstrak. Selama pandemi, adanya peningkatan tingkat *burnout* yang sebagian besar ditemukan pada layanan profesi seperti tenaga kesehatan dan staf rumah sakit. Namun, kini telah ditemukan bahwa *burnout* terjadi sejak dini yaitu selama proses pendidikan kedokteran atau mahasiswa sarjana kedokteran. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat *academic self-efficacy* dan *academic burnout*, serta melihat seberapa besar pengaruh *academic self-efficacy* terhadap *academic burnout* pada mahasiswa kedokteran di Kota Bandung selama masa pandemi. Teori yang digunakan adalah konsep teori *academic self-efficacy* dari Zajacova (2005) dan teori Maslach (2002) untuk menjelaskan konsep *academic burnout*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif non eksperimental, dengan desain penelitian kausalitas untuk menjelaskan besar pengaruh variabel *academic self-efficacy* terhadap *academic burnout*. Alat ukur yang digunakan adalah *Academic Self-Efficacy Scale* yang disusun oleh Zajacova, et al (2005) dan *Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS)* disusun oleh Schaufeli, et al (2002) yang sudah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia. Partisipan dalam penelitian ini sebanyak 294 responden yang merupakan mahasiswa kedokteran dari 3 perguruan tinggi di Kota Bandung yang mengisi kuesioner secara *online*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh *academic self-efficacy* terhadap *academic burnout* pada mahasiswa kedokteran di Kota Bandung sebesar 56,2%.

Kata Kunci: *Academic Self-Efficacy, Academic Burnout, Mahasiswa Kedokteran.*

A. Pendahuluan

Pandemi COVID-19 memberikan efek pada bidang pendidikan, dimana adanya perubahan strategi pembelajaran yang semula dilakukan secara tatap muka langsung digantikan dengan sistem pembelajaran yang terintegrasi dengan jaringan internet (Herliandry et al, 2020). Tekanan psikologis yang besar telah ditempatkan pada petugas kesehatan sejak awal pandemi, dengan tekanan psikologis yang dialami staf rumah sakit, bersama dengan banyaknya laporan *burnout* pada penyedia layanan kesehatan. Sebagai populasi yang termasuk ke dalam profesi kesehatan, mahasiswa kedokteran juga berisiko lebih tinggi mengalami *burnout* dibanding dengan mahasiswa jurusan lain (Žuljević et al, 2021).

Pada awalnya istilah *burnout* itu digunakan sebagaimana besar dalam konteks yang berhubungan dengan layanan profesi seperti tenaga kesehatan dan staf rumah sakit. Namun, kini telah ditemukan bahwa *burnout* terjadi sejak dini yaitu selama proses pendidikan kedokteran atau mahasiswa sarjana kedokteran (Felaza et al, 2020). Kelelahan emosional ditemukan meningkat terutama pada mahasiswa tahun terakhir selama pandemi, yang berjuang dengan kurangnya pengalaman klinis sebelum mereka mulai bekerja sebagai dokter junior (Zis et al, 2021). *Burnout* dalam bidang akademik disebut sebagai *academic burnout*, Schaufeli, et al (2002) menyatakan bahwa *academic burnout* merupakan suatu perasaan lelah karena tuntutan studi, memiliki sikap sinis terhadap tugas-tugas perkuliahan, dan muncul perasaan tidak kompeten atau merasa tidak mampu sebagai mahasiswa.

Penelitian yang dilakukan Zis et al (2021) mengenai dampak pembelajaran digital akibat pandemi Covid-19 terhadap *burnout* dan kesehatan mental mahasiswa kedokteran secara keseluruhan. Hasil penelitian sejalan dengan penelitian yang dilakukan Žuljević et al (2021) yaitu tidak ada perbedaan tingkat *burnout* yang signifikan antara sebelum dan sesudah pandemi. Namun, kelelahan emosional menurun secara signifikan di tahun ke 4 dan meningkat di tahun ke 6, serta sinisme meningkat di semua tahun. Kelelahan emosional ditemukan meningkat terutama pada mahasiswa tahun terakhir, yang berjuang dengan kurangnya pengalaman klinis sebelum mereka mulai bekerja sebagai dokter junior (Zis et al, 2021).

Mahasiswa kedokteran mengalami hambatan dalam melakukan praktik laboratorium selama pembelajaran dalam jaringan karena praktik yang seharusnya dilakukan di laboratorium hanya dapat dilakukan di tempat tinggal masing-masing dengan alat yang kurang memadai (Firdaus et al, 2021). *Burnout* yang muncul dikalangan mahasiswa dapat disebabkan karena tugas yang banyak dari berbagai aktivitas sehingga mahasiswa merasakan kelelahan secara fisik dan psikologis, serta frustrasi dengan hasil akhir yang tidak maksimal. Selain itu, manajemen waktu yang buruk membuat mahasiswa sulit menyusun skala prioritas tugas yang harus diselesaikan terlebih dahulu (Novianti, 2021).

Academic self-efficacy mempengaruhi pencapaian dan hasil akademik secara keseluruhan dan berfungsi sebagai prediktor penting keberhasilan mahasiswa di bidang sains (Guo et al., 2019; Honicke & Broadbent, 2016; Zhang et al., 2018 dalam Han et al, 2021). Mahasiswa kedokteran merupakan salah satu mahasiswa yang mendalami bidang sains sehingga *academic self-efficacy* menjadi prediktor yang penting untuk proses pembelajaran. Namun, situasi stres yang tidak terduga dan berlangsung terus menerus karena pandemi dapat mengurangi tingkat *academic self-efficacy* di kalangan mahasiswa kesehatan (Alemany-Arrebola et al., 2020 dalam Han et al, 2021). *Self-efficacy* dalam bidang akademik disebut sebagai *academic self-efficacy*. *Academic self-efficacy* adalah keyakinan yang dimiliki individu bahwa individu tersebut dapat menyelesaikan tugas-tugas yang menjadi tuntutan akademiknya dengan baik (Pantu, 2021).

Penelitian yang dilakukan pada 1.036 mahasiswa kedokteran di salah satu perguruan tinggi negeri di Indonesia yang terkena *burnout* karena kewalahan oleh stres menunjukkan bahwa pentingnya mengatasi motivasi mahasiswa dalam mencegah *burnout*. Korelasi negatif antara jenis motivasi dan persepsi pencapaian pribadi dalam penelitian ini kemungkinan besar melibatkan konsep *self-efficacy* (Felaza et al, 2020). Penelitian sebelumnya mengenai *academic burnout* dan *academic self-efficacy* menunjukkan bahwa faktor jenis kelamin tidak menjadi prediktor yang kuat dalam memunculkan *academic burnout* (Arlinkasari et al, 2017). Namun, hasil penelitian yang dilakukan di Eropa menemukan bahwa faktor jenis kelamin memiliki

pengaruh dalam munculnya *academic burnout*, dimana hasil penelitian menunjukkan bahwa perempuan lebih rentan untuk mengalami *burnout* dibandingkan laki-laki (Žuljević et al, 2021).

Academic burnout yang tidak dapat diatasi oleh mahasiswa akan berdampak pada *drop out*. Perguruan tinggi di Indonesia menemukan beberapa kasus *drop out* yang kebanyakan disebabkan karena persoalan akademik (Arlinkasari et al, 2017). Hal ini dibuktikan oleh salah satu biro konseling di Kota Bandung yang menerima kasus *drop out* pada mahasiswa, dimana hal ini lebih sering terjadi karena permasalahan akademik seperti tuntutan akademik dan persaingan yang ketat dibandingkan dengan faktor lainnya (Khansa & Djamhoer, 2020).

Berdasarkan data yang diperoleh melalui wawancara dengan mahasiswa aktif fakultas kedokteran angkatan 2018 dan angkatan 2019 di Kota Bandung, menunjukkan bahwa perubahan metode pembelajaran yang semula bertatap muka menjadi metode pembelajaran daring cukup berdampak pada mahasiswa kedokteran seperti: (1) keterbatasan beraktivitas membuat mahasiswa kedokteran mengalami kesulitan saat kegiatan praktikum yang seharusnya dilakukan di laboratorium hanya dapat dilakukan dengan membuat video sendiri di tempat tinggal masing-masing menggunakan alat seadanya, (2) tuntutan akademik yang lebih berat seperti tuntutan masa studi lebih singkat yaitu 3.5 tahun, jadwal perkuliahan yang padat, waktu libur yang lebih sedikit, ujian yang dilakukan setiap 5-7 minggu sekali, (3) tuntutan untuk penguasaan pengetahuan di bidang sains yang mendalam serta menanamkan rasa tanggung jawab yang besar akan kesehatan dan keselamatan manusia.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka perumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagaimana *academic self-efficacy* pada mahasiswa fakultas kedokteran di Kota Bandung?
2. Bagaimana *academic burnout* pada mahasiswa fakultas kedokteran di Kota Bandung?
3. Apakah terdapat pengaruh *academic self-efficacy* terhadap *academic burnout* pada mahasiswa fakultas kedokteran di Kota Bandung?

Selanjutnya, tujuan dalam penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran mengenai data *academic self-efficacy* dan *academic burnout* pada mahasiswa kedokteran, serta memperoleh gambaran mengenai pengaruh *academic self-efficacy* terhadap *academic burnout* pada mahasiswa fakultas kedokteran khususnya di Kota Bandung selama masa pandemi COVID-19.

B. Metodologi Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif non eksperimental, dengan desain penelitian kausalitas untuk menjelaskan besar pengaruh variabel *academic self-efficacy* terhadap *academic burnout*. Jumlah populasi pada penelitian ini sebanyak 1.896 mahasiswa kedokteran di Kota Bandung.

Teknik pengambilan sampel yaitu *quota sampling* diperoleh jumlah sampel penelitian sebanyak 294 mahasiswa kedokteran dari tiga perguruan tinggi swasta di Kota Bandung. Pengambilan data yang dilakukan secara *online* dengan menyebarkan angket atau kuesioner melalui sosial media dalam bentuk *google form*. Adapun teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknis analisis regresi linear sederhana.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Berikut adalah penelitian mengenai pengaruh *academic self-efficacy* terhadap *academic burnout* pada mahasiswa kedokteran, yang diuji menggunakan teknik analisis regresi linear. Hasil pengujian dijelaskan pada tabel 1.

Tabel 1. Pengaruh Academic Self-Efficacy (X) terhadap Academic Burnout (Y)

Variabel	t_{hitung}	T_{tabel}	Keputusan	Derajat Keeratan	Besaran Pengaruh	Koefisien Determinasi
X dan Y	34.921	-19.373	Ho ditolak	Moderat	-0.308	52.60%

Sumber: Data Penelitian yang Sudah Diolah, 2022.

Dari tabel di atas, dapat diketahui bahwa besarnya pengaruh *academic self-efficacy* terhadap *academic burnout* pada mahasiswa kedokteran adalah -0.308 yang artinya memiliki pengaruh negatif. Hasil pengujian dengan statistika didapat nilai t_{hitung} (34.921) > t_{tabel} (-19.373). hal tersebut menunjukkan bahwa H_0 ditolak sehingga terdapat pengaruh negatif dan signifikan *academic self-efficacy* terhadap *academic burnout* pada mahasiswa kedokteran. Artinya semakin tinggi tingkat *academic self-efficacy* maka tingkat *academic burnout* akan menurun atau rendah, begitu pula sebaliknya. Koefisien determinasi yang diperoleh dari hasil perhitungan adalah 52.6%. Hal ini menunjukkan bahwa pengaruh *academic self-efficacy* terhadap *academic burnout* sebesar 52.6% yang artinya sebesar presentasi tersebut *academic self-efficacy* berpengaruh pada tingkat *academic burnout*, sedangkan sisanya sebesar 43.8% dapat ditentukan oleh variabel lain yang tidak diukur dalam penelitian ini.

Hasil dari penelitian menggambarkan *academic self-efficacy* yang dimiliki mahasiswa kedokteran di Kota Bandung mayoritas memiliki tingkat *academic self-efficacy* yang tinggi. Namun, jika ditinjau dari empat dimensi yang memiliki rata-rata paling rendah adalah *managing work, family, and school*. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa kedokteran belum memiliki keyakinan dalam mengatur pekerjaan, keluarga, dan kuliah secara memadai. Hal ini mungkin dapat terjadi karena beban tugas yang diberikan selama masa pandemi cenderung lebih banyak, penelitian yang dilakukan oleh Novianti (2021) menyatakan bahwa tugas yang lebih banyak membuat mahasiswa kedokteran kurang memiliki manajemen waktu yang baik sehingga berakibat mengalami kesulitan mengatur aktivitas mana yang harus diprioritaskan terlebih dahulu. Sedangkan, ditinjau dari dimensi *academic burnout* menunjukkan bahwa dimensi *exhaustion* memiliki rata-rata sebesar 18.83 yang dimana dimensi ini memiliki nilai tertinggi diantara dimensi lainnya. Artinya, mahasiswa kedokteran di Kota Bandung mengalami kelelahan yang diakibatkan oleh keterlibatan emosional yang berlebihan melampaui batas dirinya sendiri dan merasa kewalahan atas tuntutan akademik yang diberikan. Hal ini ditunjukkan dengan perasaan lelah setelah perkuliahan berakhir, perasaan lelah saat bangun tidur dan memulai perkuliahan, dan lainnya.

Faktor-faktor yang dapat memunculkan *academic burnout* dibagi menjadi faktor situasional dan faktor individual. Salah satu faktor individual menurut Maslach, Schaufeli & Leiter (2001) yang dapat mempengaruhi *academic burnout* adalah *locus of control internal* yang merupakan keyakinan individu pada kemampuan dan usaha diri sendiri atau keyakinan individu dalam menyelesaikan tugas dengan kemampuannya. Keyakinan terhadap kemampuan dan usaha diri sendiri disebut sebagai *self-efficacy*, sedangkan dalam bidang akademik disebut sebagai *academic self-efficacy*. Hal ini dibuktikan dengan penelitian Guo et al., 2019; Honicke & Broadbent, 2016; Zhang et al., 2018 (dalam Han et al, 2021) bahwa *academic self-efficacy* mempengaruhi pencapaian dan hasil akademik secara keseluruhan dan berfungsi sebagai prediktor penting keberhasilan mahasiswa di bidang sains. Mahasiswa kedokteran merupakan salah satu mahasiswa yang mendalami bidang sains sehingga *academic self-efficacy* menjadi prediktor yang penting untuk proses pembelajaran. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengaruh *academic self-efficacy* terhadap *academic burnout* cukup besar pengaruhnya yaitu sebesar 52.6%.

Pada penelitian ini tidak terlihat perbedaan *academic self-efficacy* dan *academic burnout* yang signifikan berdasarkan jenis kelamin. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Arlinkasari et al (2017) yang menunjukkan bahwa jenis kelamin tidak menjadi prediktor yang kuat dalam memunculkan *academic self-efficacy* maupun *academic burnout* karena tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan. Dengan demikian, penelitian ini

menunjukkan bahwa mahasiswa kedokteran yang memiliki *academic self-efficacy* yang tinggi dapat digambarkan sebagai mahasiswa yang tidak rentan terhadap *academic burnout* atau memiliki tingkat *academic burnout* yang rendah. Selain itu, hasil penelitian menunjukkan bahwa salah satu dimensi dari variabel *academic burnout*, yaitu *depersonalization / cynicism* memiliki rata-rata paling rendah sebesar 9.04 dibandingkan dengan dimensi lainnya. Namun, tidak sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Zis et al (2021) yang meneliti mengenai pembelajaran daring dan *burnout* menunjukkan bahwa selama pandemi hasil dari dimensi *cynicism* meningkat dibandingkan dimensi lainnya.

Partisipan penelitian ini memiliki kategorisasi *academic self-efficacy* lebih banyak pada kategori tinggi dan *academic burnout* mayoritas berada pada kategori rendah. Mayoritas tingkat *academic burnout* yang rendah di kalangan mahasiswa kedokteran kemungkinan besar dapat terjadi karena mahasiswa kedokteran dianggap sudah sangat termotivasi sejak awal memasuki sekolah kedokteran (Apriana, 2020). Sehingga tuntutan perkuliahan yang lebih berat dibandingkan jurusan lain sudah dipertimbangkan terlebih dahulu oleh mahasiswa kedokteran sebelum memulai pendidikannya sebagai dokter.

D. Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan dalam penelitian ini, peneliti menyimpulkan beberapa hasil penelitian sebagai berikut:

1. Mahasiswa kedokteran di Kota Bandung sebanyak 239 atau sebesar 81.2% dari jumlah populasi memiliki tingkat *academic self-efficacy* yang tinggi selama masa pandemi.
2. Mahasiswa kedokteran di Kota Bandung sebanyak 191 atau sebesar 65% dari jumlah populasi memiliki tingkat *academic burnout* yang rendah selama masa pandemi.
3. Terdapat pengaruh yang negatif dan signifikan *academic self-efficacy* terhadap *academic burnout* pada mahasiswa kedokteran di Kota Bandung selama pandemi.

Daftar Pustaka

- [1] Apriana, Renatd. (2020). Faktor-Faktor yang Berpengaruh terhadap Motivasi Belajar Mahasiswa Kedokteran. *Jurnal Medika Utama*, 02 (01).
- [2] Arlinkasari, Fitri., Akmal, Sari Z. (2017). Hubungan antara School Engagement, Academic Self Efficacy dan Academic Burnout pada Mahasiswa. *Humanitas*, 1(2).
- [3] Cecil, J., McHale, C., Hart, J., & Laidlaw, A. (2014). Behavior and burnout in medical students. *Medical Education Online*, 19, 25209.
- [4] Christensen, L.B., Johnson, R.B., & Turner, L.A. (2015). *Research Methods, Design, and Analysis (12th ed)*. England: Pearson Education Limited.
- [5] Felaza, Estivana., Findyartini, Ardi., Setyorini, Daniar., & Mustika. (2020). How Motivation Correlates with Academic Burnout: Study Conducted in Undergraduate Medical Student. *Education in Medicine Journal*.
- [6] Firdaus, Ahmad., Yuliyanasari, Nurma., Djalillah, Gina., & Utama, Reza. (2021). Potensi Kejadian Burnout pada Mahasiswa Kedokteran di Masa Pandemi Covid-19. *Hang Tuah Medical Journal*, 18(2).
- [7] Han, Shinhi., Eum, Koun., Kang, Hee Sun., & Karsten, Kathleen. (2021). Factors Influencing Academic Self-Efficacy Among Nursing Students During COVID-19: A Path Analysis. *Journal of Transcultural Nursing*, 1-7.
- [8] Herliandry, L., Nurhasanah., Suban, M., & Kuswanto, H. (2020). Pembelajaran pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Teknologi Pendidikan*, 22(1).
- [9] Khansa, F., & Djamhoer, T.D. (2020). Hubungan Academic Self-Efficacy Dengan Academic Burnout Pada Mahasiswa Di Kota Bandung. *Prosiding Psikologi*, 6 (2).
- [10] Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001) Job Burnout. *Annual Review of Psychology*, 52,397- 422.
- [11] Novianti, Rima. (2021). Academic Burnout pada Proses Pembelajaran Daring. *Jurnal Kesehatan Perintis*, 8 (2), 128-133.
- [12] Pantu, Eka. (2021). Online Learning: The Role of Academic Self-Efficiency in Creating

- Academic Flow. *Psychological Research and Intervention*, 4(1).
- [13] PDDikti. (2020). Profil Program Studi. Tersedia di https://pddikti.kemdikbud.go.id/data_prodi/NzAxRUVFQ0UtMDY3Ny00QUMyLThERDItOUJBQzk1MTU0NDQ3/20211 , diakses pada 2 Januari 2022.
- [14] Peguero, Anthony A. (2015). *Academic Self-Efficacy, Dropping Out, and the Significance of Inequality*. *Sociological Spectrum*, 35: 46-64.
- [15] Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- [16] Zajacova, A., Scott M. L. & Thomas J. E. (2005). Self-Efficacy, Stress, And Academic Success In College. *Research In Higher Education*, 46(6).
- [17] Zis, P., Artemiadis, A., Bargiotas, P., Nteveros., A., & Hadjiqeorgiou, G. (2021). Medical Studies during the COVID-19 Pandemic: The Impact of Digital Learning on Medical Students' Burnout and Mental Health. *International Journal of Environmental Research and Public Health*.
- [18] Žuljević, Marija Franka., Jeličić, Karlo., Vidak, Marin., Đogaš, Varja., & Buljan, Ivan. (2021). Impact of the first COVID-19 lockdown on study satisfaction and burnout in medical student in Split, Croatia: a cross-sectional, presurvey and postsurvey. *BMJ Open*, 11.
- [19] Safira, Gita. (2021). Pengaruh *Academic Self Efficacy* terhadap Penyesuaian Akademik Mahasiswa pada Pembelajaran Jarak Jauh. *Jurnal Riset Psikologi*, 1(2), 109-118.