

## GAMBARAN *BURNOUT* PADA MAHASISWA JURUSAN KEPERAWATAN

Yantris Suha<sup>1</sup>, Fathra Annis Nauli\*<sup>1</sup>, Darwin Karim<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Jurusan Ilmu Keperawatan, Fakultas Keperawatan, Universitas Riau

\*korespondensi penulis, email: fathranauli@yahoo.com

### ABSTRAK

Mahasiswa jurusan keperawatan berisiko mengalami *burnout* yaitu kondisi kelelahan fisik, emosional, dan mental yang disebabkan oleh situasi penuh tuntutan dalam kurun waktu yang panjang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *burnout* pada mahasiswa jurusan keperawatan di Fakultas Keperawatan Universitas Riau. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *stratified random sampling*. Besar sampel yaitu 243 responden yang memenuhi kriteria inklusi. Analisa data yang digunakan adalah analisis univariat menggunakan distribusi frekuensi dan persentase. Mayoritas responden berjenis kelamin perempuan (93,8%), kuliah sesuai dengan minatnya (73,6%). Jumlah responden angkatan 2017 sebanyak 66 orang (27,2%), 2018 sebanyak 59 orang (24,2%), 2019 sebanyak 58 orang (23,8%), dan 2020 sebanyak 60 orang (24,6%). Mayoritas mahasiswa mengalami *burnout* tingkat sedang (66,7%). Berdasarkan dimensi *burnout*, mayoritas mahasiswa mengalami *burnout* tingkat sedang pada dimensi kelelahan emosi (74,5%) dan penurunan pencapaian prestasi (62,1%) dan *burnout* tingkat ringan pada dimensi depersonalisasi (58,4%). Mayoritas mahasiswa mengalami *burnout* tingkat sedang.

**Kata kunci:** *burnout*, kelelahan, mahasiswa keperawatan

### ABSTRACT

Students majoring in nursing have a risk of experiencing burnout which a condition of physical, emotional, and mental exhaustion caused by demanding situations over a long period of time. This study aims to determine the description of burnout in nursing students at the Faculty of Nursing, Riau University. This study used a quantitative descriptive method. The sampling used stratified random sampling technique. The sample size is 243 respondents who suits the inclusion criteria. Analysis of the data used is univariate analysis using frequency distribution and percentage. The majority of respondents are female (93,8%), study based on their interests (73,6%). Number of respondents from the 2017 class was 66 people (27,2%), 2018 was 59 people (24,2%), 2019 was 58 people (23,8%), and 2020 was 60 people (24,6%). The majority of students experienced moderate level of burnout (66,7%). Based on the burnout dimension, the majority of students experienced moderate burnout on the emotional exhaustion dimension (74,5%) and decreased performance achievement (62,1%) and mild burnout on the depersonalization dimension (58,4%). The majority of students experienced moderate level of burnout.

**Keywords:** burnout, exhaustion, nursing students

## PENDAHULUAN

Mahasiswa jurusan keperawatan merupakan seorang yang dipersiapkan untuk menjadi perawat handal di masa mendatang, dimana mahasiswa mempunyai tanggung jawab serta berkewajiban untuk menuntaskan studinya dengan baik dalam perihal akademis maupun organisasi (Oharella, 2011). Realitasnya, sepanjang menempuh perkuliahan mahasiswa mengalami banyak stresor serta tekanan seperti tuntutan akademik, sulit menyesuaikan diri dengan area klinik, percaya diri rendah, merasa tidak kompeten, serta khawatir melaksanakan kesalahan saat melaksanakan tindakan keperawatan. Banyaknya metode serta beratnya tuntutan akademik yang dialami mahasiswa menyebabkan mahasiswa jurusan keperawatan mengalami kelelahan baik raga, mental, serta emosi yang merujuk ke *burnout*.

*Burnout* ialah keadaan kelelahan fisik, emosional, serta mental yang dirasakan akibat dari keadaan penuh tekanan dalam kurun waktu yang panjang (Hardiyanti, 2013). *Burnout* ialah keadaan psikologis dimana munculnya perasaan negatif secara terus-menerus diiringi dengan berkurangnya motivasi dalam konteks belajar yang kerap dirasakan oleh siswa (Ling, Qin, & Shen, 2014). *Burnout* pada awal mulanya biasa digunakan dalam konteks pekerjaan layanan jasa Tetapi, seiring berjalannya waktu *burnout* tidak hanya dialami pekerja profesi layanan saja, melainkan pekerja profesi yang lain dalam bidang organisasi ataupun industri, bahkan pelajar serta mahasiswa bisa mengalami *burnout* (Maslach, Leiter, & Jackson, 2012). Sekolah ialah tempat pelajar bekerja serta mempunyai konteks seperti tempat kerja. Walaupun pelajar tidak berada dalam sesuatu pekerjaan, tetapi dilihat dari perspektif psikologisnya, kegiatan yang dilakukan pelajar dapat dikatakan sebagai sesuatu pekerjaan (Aro *et al.*, 2009).

Berdasarkan fenomena di lapangan, *burnout* menjadi hambatan yang banyak dirasakan mahasiswa kala menempuh pembelajaran. Dyrbye dan Shanafelt (2016)

menerangkan aspek pemicu *burnout* pada mahasiswa kesehatan ialah tingginya stres akademik akibat dari tuntutan perkuliahan, area pembelajaran kompetitif, serta ambisius, kurikulum pembelajaran yang diterapkan, umur, minimnya waktu tidur, serta karakter mahasiswa tersebut. Survei yang dilakukan oleh Soong (2011) terhadap 2.133 pelajar di Taiwan didapatkan kalau 61,9% siswa hadir serta belajar hanya untuk memenuhi tuntutan akademik. 35,9% siswa merasa kerap kelelahan sehabis bersekolah seharian, 21,9% dari siswa berkomentar kalau sekolah merupakan beban berat yang dialami, serta 19,4% siswa terbebani baik secara fisik maupun mental.

Riset lain oleh Lee *et al* (2010) yang dilakukan pada siswa remaja di Korea, 25% mengalami kelelahan emosional serta sinisme di tingkatan paling tinggi serta keberhasilan akademik pada tingkatan sangat dasar. Meta-analisis dari 19 studi yang relevan, dengan 95.434 peserta oleh Kim *et al* (2018) menyelidiki hubungan antara berbagai jenis dukungan sosial dan 3 dimensi kelelahan siswa. Hasil keseluruhan menunjukkan bahwa jenis sekolah (sekolah menengah dan sekolah menengah atas) mempengaruhi hubungan antara dukungan sosial secara keseluruhan dengan kejenuhan siswa. Penelitian Da Silva *et al* (2014) terhadap mahasiswa keperawatan dari 3 universitas berbeda di Brazil memperlihatkan 570 mahasiswa mengalami *burnout*, 64% mengalami kelelahan berat, 37,79% mengalami sinisme berat, serta 87,72% mengalami penurunan pencapaian prestasi akademik. Penelitian lain terhadap 399 mahasiswa sekolah medis terkenal di Brazil mengungkapkan 12% dari *burnout* dimana tingkat *burnout* yang lebih tinggi pada periode kelima yaitu 27,1% dan memiliki frekuensi yang lebih rendah pada periode ketujuh yaitu 2,1%. Mahasiswa menunjukkan skor tinggi pada dimensi kelelahan emosional, yaitu 63,2% (Barbosa, *et al.*, 2018).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada 30 mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Riau didapatkan

informasi 26 orang (86,7%) merasa keletihan dalam menuntaskan tugas, 24 orang (80%) merasa beban pelajaran sangat berat, 16 orang (53,3%) merasa mengalami keluhan fisik (ketegangan otot, bahu, punggung, sakit kepala), 5 orang (16,7%) mengaku kurang tertarik serta tidak bersemangat menghadapi perkuliahan, dan 7 orang (23,1%) malas mengerjakan tugas yang diberikan. Banyaknya rutinitas serta setiap hari dari pagi sampai sore dipadati dengan agenda kuliah, kewajiban

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini memakai metode deskriptif kuantitatif. Penelitian ini dilakukan di Fakultas Keperawatan Universitas Riau serta pengambilan data dilakukan pada bulan Juni 2021. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh mahasiswa aktif Fakultas Keperawatan Program A sebanyak 616 mahasiswa dari angkatan 2017, 2018, 2019, serta 2020. Metode pengambilan sampel dengan metode *stratified random sampling* yang sesuai dengan kriteria inklusi sebanyak 243 mahasiswa. Kriteria inklusi penelitian ini yaitu mahasiswa aktif Fakultas Keperawatan Program A, dan kooperatif serta bersedia menjadi responden.

Pemilihan mahasiswa yang menjadi responden dalam penelitian ini diperoleh dengan menjaga etika penelitian seperti adanya lembar persetujuan menjadi responden (*informed consent*), menjaga kerahasiaan semua informasi yang diberikan oleh responden dan tidak menuliskan nama responden melainkan menuliskan kode dan hanya menggunakan data serta hasil riset untuk kepentingan penelitian (Hidayat, 2011). Peneliti juga telah memiliki surat izin etik penelitian dengan nomor surat 199/UN.19.5.1.8/KEPK.FKp/2021.

Alat ukur yang digunakan untuk melihat tingkatan *burnout* ialah *Maslach Burnout Inventory-Survey* yang diadopsi dari Laili (2014) serta sudah dilakukan uji validitas serta reliabilitas sebelumnya dengan tingkatan reliabilitas 0,895. Terdapat tujuh item pilihan dengan model *rating scale*. Perhitungan

mendatangi kelas, mengerjakan tugas, persiapan ujian, praktek laboratorium, serta praktek lapangan ditambah aktivitas di luar perkuliahan, seperti kegiatan organisasi menyebabkan mahasiswa merasa keletihan tidak hanya fisik melainkan juga keletihan mental serta emosi. Berdasarkan pada pemaparan di atas, peneliti tertarik untuk melihat gambaran *burnout* pada mahasiswa Jurusan Keperawatan Universitas Riau.

dimensi *burnout* berdasarkan skor total *burnout* adalah 0 - 144 yang dikelompokkan menjadi 0 = tidak *burnout*, 1-48 = *burnout* ringan, 49-96 = *burnout* sedang, dan 97-144 = *burnout* berat. Sedangkan skor berdasarkan dimensi *burnout* adalah 0-48 yang dikategorikan menjadi 0 = tidak *burnout*, 1-16 = ringan, 17-32 = sedang, dan 33-48 = berat. Semakin rendah skor yang didapat menunjukkan semakin ringan tingkat *burnout* yang dialami mahasiswa, begitu juga sebaliknya.

Kuesioner disebar dalam bentuk kuesioner *online* dikarenakan kondisi pandemi COVID-19 yang tidak memungkinkan untuk bertemu langsung. Kuesioner *online* disebar langsung kepada responden yang sebelumnya telah diminta kesediaannya untuk mengisi lembar *informed consent* sebagai tanda bersedia menjadi responden penelitian.

Analisa data yang digunakan adalah analisa univariat dengan bantuan program komputer. Analisis univariat dilakukan terhadap karakteristik responden yang meliputi angkatan, jenis kelamin, dan pilihan jurusan keperawatan sesuai minat dengan gambaran *burnout* yang dikelompokkan menjadi tidak *burnout*, *burnout* ringan, *burnout* sedang, *burnout* berat pada mahasiswa Jurusan Keperawatan di Universitas Riau. Hasil penelitian dipaparkan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi serta persentase.

**HASIL PENELITIAN****Tabel 1.** Karakteristik Responden (N=243)

Variabel	Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Jenis Kelamin	Laki-laki	15	6,2
	Perempuan	228	93,8
Angkatan / Kelas	A 2017	66	27,2
	A 2018	59	24,2
	A 2019	58	23,8
	A 2020	60	24,6
Pilihan Jurusan Berdasarkan Minat	Sesuai Minat	179	73,6
	Tidak Sesuai Minat	64	26,4
<b>Total</b>		<b>243</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa mayoritas mahasiswa Jurusan Keperawatan di Fakultas Keperawatan Universitas Riau berjenis kelamin perempuan (93,8%). Jumlah responden tiap angkatan nyaris seimbang, masing-masing yaitu angkatan 2017 sebanyak 66 orang

(27,2%), angkatan 2018 sebanyak 59 orang (24,2%), angkatan 2019 sebanyak 58 orang (23,8%) serta angkatan 2020 sebanyak 60 orang (24,6%). Mayoritas responden yang kuliah di Fakultas Keperawatan Universitas Riau sesuai dengan minatnya (73,6%).

**Tabel 2.** Distribusi Frekuensi dan Persentase Skor Total *Burnout* (N=243)

Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Tidak <i>Burnout</i>	0	0
<i>Burnout</i> Ringan	74	30,5
<i>Burnout</i> Sedang	162	66,7
<i>Burnout</i> Berat	7	2,9
<b>Total</b>	<b>243</b>	<b>100</b>

Tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Riau dari angkatan 2017, 2018,

2019, serta 2020 mengalami *burnout* sedang sebesar 66,7%.

**Tabel 3.** Distribusi Frekuensi dan Persentase Dimensi *Burnout* (N=243)

Dimensi <i>Burnout</i>	Frekuensi (n)	Persentase (%)
<b>Kelelahan</b>		
Tidak	1	0,4
Ringan	37	15,2
Sedang	181	74,5
Berat	24	9,9
<b>Depersonalisasi / Sinisme</b>		
Tidak	3	1,2
Ringan	142	58,4
Sedang	91	37,4
Berat	7	2,9
<b>Penurunan Pencapaian Prestasi Akademik</b>		
Tidak	2	0,8
Ringan	81	33,3
Sedang	151	62,1
Berat	9	3,7
<b>Total</b>	<b>243</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan tabel 3 didapatkan data bahwa mayoritas mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Riau angkatan 2017, 2018, 2019, dan 2020 mengalami *burnout* tingkat sedang pada dimensi

kelelahan (74,5%) dan menurunnya pencapaian prestasi akademik (62,1%). Sedangkan pada dimensi depersonalisasi mayoritas mahasiswa mengalami *burnout* pada tingkat ringan (58,4%).

**Tabel 4.** Gambaran *Burnout* Berdasarkan Karakteristik Responden (N=243)

Karakteristik Responden	Kategori	Tingkat <i>Burnout</i>					
		Ringan		Sedang		Berat	
		n	%	n	%	n	%
Jenis Kelamin	Laki-laki	6	2,5	9	3,7	0	0
	Perempuan	68	28	153	63	7	2,9
Angkatan	2017	23	9,5	40	16,5	3	1,2
	2018	12	4,9	43	17,7	4	1,6
	2019	20	8,2	38	15,6	0	0
	2020	19	7,8	41	16,8	0	0
Pilihan Jurusan	Sesuai Minat	69	28,4	109	44,9	1	0,4
	Tidak Sesuai Minat	5	2,1	53	21,8	6	2,5

Berdasarkan tabel 4 didapatkan bahwa persentase mahasiswa perempuan yang mengalami *burnout* lebih tinggi dibanding laki-laki yaitu 28% *burnout* ringan, 63% *burnout* sedang, dan 2,9% *burnout* berat berdasarkan jenis kelamin. Berdasarkan angkatan, mahasiswa angkatan 2017, 2018, 2019 dan 2020 di

Fakultas Keperawatan Universitas Riau mayoritas mengalami *burnout* tingkat sedang. Berdasarkan pilihan jurusan dan kesesuaian minat, mahasiswa yang kuliah tidak sesuai dengan minatnya lebih banyak mengalami *burnout* berat dibanding mahasiswa yang kuliah sesuai dengan minatnya yaitu sebesar 2,5%.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian didapatkan mayoritas mahasiswa yang kuliah di Fakultas Keperawatan Universitas Riau dari angkatan 2017, 2018, 2019, dan 2020 berjenis kelamin perempuan. Liu & Li (2017) menyebutkan bahwa mahasiswa perawat didominasi oleh perempuan dikarenakan perempuan lebih mudah menyerap ilmu pengetahuan yang diberikan dosen maupun dari lapangan klinik. Selain itu, perempuan lebih banyak tertarik untuk menjadi perawat sehingga perawat identik dengan perempuan. Penelitian lain menemukan bahwa perempuan lebih baik dalam menunjukkan empati, menyadari emosi mereka, dan lebih baik dalam hubungan sosial daripada laki-laki (Winahyu & Wiryosutomo, 2020).

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan menunjukkan jumlah responden yang hampir seimbang dari masing-masing angkatan yaitu 2017, 2018, 2019, 2020. Hal ini disebabkan kuota mahasiswa yang diterima jurusan keperawatan di Fakultas Keperawatan Universitas Riau memiliki jumlah yang cenderung hampir sama bahkan tetap dalam setiap penerimaan mahasiswa dari tahun ke tahun, dengan total kurang lebih 180 mahasiswa (Nindy, 2019), ditambah lagi dengan banyaknya

mahasiswa yang memilih mundur dalam proses pembelajaran semester awal sehingga mengurangi jumlah mahasiswa aktif yang kuliah di Fakultas Keperawatan Universitas Riau.

Sebagian besar responden dalam penelitian ini, kuliah sesuai dengan minatnya, yaitu sebesar 73,7%. Minat merupakan salah satu faktor agar seseorang dapat belajar dengan baik, yang merupakan sumber motivasi yang akan memberikan arahan kepada seseorang pada apa yang akan dilakukan (Hurlock, 2000). Maslach & Leiter (2017) menyatakan seseorang dengan hubungan yang baik dengan lingkungan pekerjaan cenderung melakukan pekerjaannya secara maksimal karena merasa nyaman dan bahagia dengan pekerjaannya.

Berdasarkan data statistik peminat jurusan keperawatan tahun 2021 untuk jalur SBMPTN mencapai 667 orang dengan kuota penerimaan kurang lebih delapan puluh orang untuk kuota SBMPTN (FMIPA UNRI, 2021). Hal ini disebabkan akreditasi dari Fakultas Keperawatan Universitas Riau sudah A, sehingga menjadi salah satu primadona pilihan jurusan untuk mahasiswa yang ingin menjadi perawat dan telah tercantum berdasarkan Surat

Keterangan 0058/LAMPTKes/Akr/Sar/II/2020 (Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi, 2021). Selain itu, prospek kerja di bidang kesehatan selalu menjanjikan, suatu pekerjaan yang mulia dan terus dibutuhkan oleh masyarakat. Hal ini menyebabkan meningkatnya minat untuk memilih jurusan keperawatan.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, didapatkan bahwa mayoritas mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Riau mengalami *burnout* pada tingkat sedang berdasarkan skor total. Hasil berdasarkan skor masing-masing dimensi *burnout* menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa mengalami *burnout* kategori sedang pada dimensi kelelahan dan penurunan pencapaian prestasi akademik. Sedangkan pada dimensi depersonalisasi mayoritas mahasiswa mengalami *burnout* tingkat ringan.

Kelelahan emosi yang dialami mahasiswa berdasarkan pernyataan kuesioner dapat disebabkan rutinitas perkuliahan yang padat, tugas yang diberikan menjadi beban, dan membuat mahasiswa kelelahan, sehingga tidak jarang mahasiswa merasa jenuh terhadap rutinitas yang monoton dan jenuh terhadap pelajaran. Mahasiswa harus menjalani perannya sebagai mahasiswa, bersosialisasi dan beradaptasi dengan teman sebaya dengan asal daerah serta karakteristik yang beragam, dan bekerja untuk menambah uang saku yang menyebabkan kelelahan yang menimbulkan stres pada mahasiswa, ditambah lagi adanya tuntutan akademik yang harus dihadapi, termasuk aktivitas di luar akademik seperti kegiatan organisasi dan kegiatan pengembangan bakat minat (Govaerst & Gregoire, 2008).

Menurunnya pencapaian prestasi akademik bisa disebabkan oleh adanya perasaan mahasiswa yang merasa tidak bisa memenuhi ekspektasi diri dan tidak percaya diri dalam mengerjakan tugas kuliah, merasa tidak bisa menyelesaikan dengan efektif, dan merasa kompetensi selama kuliah menurun dari sebelumnya. Menurut Goff (2011), kemampuan akademik akan menurun, jika jumlah stres yang dihadapi

semakin berat serta berdampak pada indeks prestasi yang ditunjukkan dengan menurunnya motivasi belajar, merasa tidak percaya diri ketika mengerjakan tugas, dan merasa tidak kompeten. Sedangkan depersonalisasi pada mahasiswa pada kategori ringan disebabkan sebagian besar mahasiswa Fakultas Keperawatan kuliah sesuai dengan minatnya yang dibuktikan dengan data kuesioner. Mahasiswa merasa mengerjakan tugas adalah hal yang bermakna, merasa setiap tugas yang diberikan memberikan hikmah dan pembelajaran bermakna, menemukan banyak pembelajaran menarik selama menjalani perkuliahan, dan bangga sebagai mahasiswa jurusan keperawatan.

Berbeda dengan penelitian oleh Da Silva *et al* (2014) menunjukkan bahwa *burnout* yang dialami mahasiswa keperawatan terjadi pada semua dimensi, yaitu kelelahan (64%), depersonalisasi (35,79%), dan penurunan pencapaian prestasi akademik (87,72%). Hal ini disebabkan tuntutan akademik dan proses perkuliahan yang menimbulkan stres pada mahasiswa, namun strategi koping yang digunakan mahasiswa tidak dapat mengurangi stres yang dialami yang berakhir *burnout* jika tidak ditangani. Observasi yang dilakukan oleh Da Silva *et al* (2014) menyebutkan jika kelelahan emosi dapat menjadi faktor pencetus utama dari *burnout*. *Burnout* lebih rentan dialami oleh mahasiswa keperawatan yang berhubungan dengan rutinitas pembelajaran dan suasana akademik yang berbeda dengan jurusan lain pada umumnya. Dalam penelitian tersebut disebutkan bahwa *burnout* juga disebabkan oleh praktik klinik yang dihadapi mahasiswa dimana mahasiswa berinteraksi langsung dengan pasien yang membuat mahasiswa tidak percaya diri dan merasa terbebani oleh tanggungjawabnya yang dirasa lebih berat. Penelitian menunjukkan jika dibandingkan dengan mahasiswa kesehatan lain seperti fisioterapi, farmasi, kedokteran dan kedokteran gigi, mahasiswa keperawatan memiliki lebih tinggi tingkat stres eksternal

dan stres akademik yang harus dihadapi (Labrague *et al.*, 2018).

Penelitian oleh Alimah (2016) menunjukkan mahasiswa yang kuliah tidak sesuai dengan minatnya lebih berisiko mengalami *burnout*. Hal ini dikarenakan rendahnya ketertarikan pada program pendidikan tinggi yang dipilih menyebabkan individu tersebut memiliki rasa *belongingness* yang rendah terhadap perkuliahannya. Faktor *rewarded for work* juga dapat menimbulkan *burnout* dimana mahasiswa merasa kurangnya apresiasi dan penghargaan dari lingkungan perkuliahan. Faktor lainnya yaitu *work overload* yang terjadi akibat terlalu banyak pekerjaan yang dilakukan individu dalam waktu singkat. *Work overload* pada mahasiswa dapat disebabkan jadwal kuliah jurusan keperawatan yang padat dari Senin hingga Jumat yang dilakukan dari pagi hingga sore hari. Selain jadwal kuliah, mahasiswa juga memiliki tugas yang harus segera dikerjakan karena waktu pengumpulan tugas yang singkat ditambah jadwal ujian dan *skill lab* yang mengharuskan mahasiswa memahami materi sebelum *skill lab* dimulai. Banyaknya metode dan rutinitas yang harus dihadapi mahasiswa setiap harinya membuat mahasiswa jurusan keperawatan rentan mengalami *burnout*.

Hasil penelitian menunjukkan perempuan yang mengalami *burnout* sedang lebih banyak dibanding laki-laki berdasarkan jenis kelamin. Mahasiswa perempuan lebih mudah mengalami lelah dan stres dibanding laki-laki. Selain itu disebabkan karena adanya perbedaan jumlah yang signifikan antara mahasiswa laki-laki dan perempuan yang menempuh perkuliahan di Fakultas Keperawatan Universitas Riau. Penelitian oleh Barbosa *et al* (2018) menunjukkan wanita memiliki tingkat *burnout* yang lebih tinggi (8,0%) dibandingkan pria (4,0%). Castilo *et al* (2015) dan Goff (2011) mengatakan bahwa laki-laki memiliki tingkat stres yang lebih rendah dibanding perempuan dimana laki-laki cenderung menggunakan mekanisme koping yang mengarah kepada ego dan lebih santai terkait kehidupan akademik

sehingga lebih mampu menghadapi stresor, sedangkan perempuan lebih mudah mengalami stres dikarenakan perempuan cenderung menggunakan mekanisme koping yang mengarah pada tugas.

Berbanding terbalik dengan Mizmir (2011) yang menunjukkan stres dan *burnout* lebih mudah dialami laki-laki dikarenakan perempuan lebih dapat mengatasi kondisi tersebut dibandingkan laki-laki. Hal ini dapat disebabkan oleh minat dan rendahnya tingkat percaya diri responden laki-laki terhadap profesi keperawatan (Anggreini, 2012). Khatami (2018) menjelaskan tidak ada hubungan antara kejadian *burnout* dengan jenis kelamin. Siapapun berisiko mengalami *burnout*, baik laki-laki maupun perempuan yang disebabkan oleh tekanan yang dihadapi dan tergantung pada beratnya tekanan yang dihadapi. Penelitian Hafifah dkk (2017) menunjukkan nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0,093 pada responden laki-laki dan 0,092 pada responden perempuan.  $H_0$  diterima yang artinya tidak terdapat perbedaan stres akademik antara mahasiswa keperawatan laki-laki dan perempuan di FIKES Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang disebabkan karena adanya kesamaan stresor ataupun tekanan akademik yang diterima antara mahasiswa keperawatan perempuan dan laki-laki selama kuliah.

Responden angkatan 2017 memiliki persentase *burnout* ringan lebih tinggi dibandingkan angkatan 2018, 2019, dan 2020 dan terdapat 1,2% yang mengalami *burnout* berat yang disebabkan oleh pengambilan data yang dilakukan saat angkatan 2017 telah menyelesaikan mata kuliah manajemen keperawatan dan fokus menyusun skripsi sehingga mahasiswa tidak dibebankan kuliah yang padat dan tugas kuliah, namun tekanan dan *deadline* skripsi yang kemungkinan menjadi penyebab tingginya persentase *burnout* sedang dan berat pada responden angkatan 2017. Berbeda dengan angkatan 2018, pengambilan data dilakukan ketika responden berada dalam minggu UAS dan juga KKN dimana angkatan 2018 sedang

menjalani perkuliahan yang cukup padat, tugas kuliah, dan persiapan ujian *lab* serta UAS. Hal ini menimbulkan banyak tekanan pada responden angkatan 2018 yang ditunjukkan dengan tingginya persentase *burnout* sedang dan berat pada responden.

Responden angkatan 2019 mengalami *burnout* ringan dan sedang masing-masing 20% dan 15,6%. Persentase hasil penelitian menunjukkan responden angkatan 2019 sebagai kelompok yang paling sedikit mengalami *burnout* sedang dari semua kelompok angkatan. Hal ini bisa disebabkan karena mahasiswa telah mampu beradaptasi dengan pembelajaran dan lingkungan perkuliahan.

Selain itu, ketika pengambilan data, responden angkatan 2019 telah menyelesaikan seluruh mata kuliah sehingga jadwal kuliah tidak padat dan responden tidak mengalami banyak tekanan karena perkuliahan. Persentase *burnout* sedang juga banyak dialami responden angkatan 2020 dimana mahasiswa baru menyelesaikan tahun pertama sebagai mahasiswa keperawatan. Pada masa ini, mahasiswa baru mulai mengenal lingkungan perkuliahan dan baru memiliki pengalaman sebagai mahasiswa, sedang dalam tahap adaptasi, serta jumlah dan jenis mata kuliah yang diambil masih banyak karena mempelajari dasar-dasar ilmu keperawatan. Selain itu, semakin tinggi usia

seseorang, maka potensi stres akademik dapat menjadi semakin rendah (Purwati, 2012).

## SIMPULAN

Mayoritas mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Riau berjenis kelamin perempuan, jumlah responden angkatan 2017, 2018, 2019, dan 2020 hampir seimbang, dan mayoritas mahasiswa kuliah di Fakultas Keperawatan Universitas Riau sesuai dengan minatnya. Gambaran *burnout* pada mahasiswa Fakultas Keperawatan: mayoritas mengalami *burnout* tingkat sedang baik berdasarkan skor total maupun dimensi *burnout*. Berdasarkan dimensi *burnout*, mayoritas mahasiswa mengalami *burnout* sedang pada dimensi kelelahan dan penurunan pencapaian prestasi akademik, dan *burnout* ringan pada dimensi depersonalisasi. Gambaran *burnout* berdasarkan karakteristik responden yaitu persentase *burnout* sedang lebih banyak dialami oleh perempuan dibandingkan laki-laki. Berdasarkan periode angkatan, mahasiswa angkatan 2018 lebih banyak mengalami *burnout* sedang dibandingkan angkatan lainnya. Berdasarkan pilihan jurusan, mahasiswa yang kuliah tidak berdasarkan minatnya menunjukkan tingginya persentase mengalami *burnout* berat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alimah, S. (2016). *Gambaran Burnout pada Mahasiswa Jurusan Keperawatan Fikes Universitas Jendral Soedirman*. Keperawatan Soedirman
- Anggreini, T (2012). *Hubungan Antara Kecemasan Dalam Menghadapi Mata Pelajaran Matematika Dengan Prestasi Akademik Matematika Pada Remaja* (Skripsi)
- Aro, K. S., Noona K, Minna P, & Jukka J. (2008). *Does School Matter? The Role of School Context in Adolescents' School-Related Burnout*. *Jurnal European Psychologist* 2008; Volume 13, No. 1
- Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi. (2021). [https://www.banpt.or.id/direktori/prodi/pencarian\\_prodi.php](https://www.banpt.or.id/direktori/prodi/pencarian_prodi.php) diakses 15 Juli 2021 pukul 16.00 WIB
- Barbosa, M. L., Ferreira, B. L. R., Vargas, T. N., da Silva, G. M. N., Nardi, A. E., Machado, S., & Caixeta, L. (2018). Burnout prevalence and associated factors among Brazilian medical students. *Clinical practice and epidemiology in mental health: CP & EMH*, 14, 188
- Castillo, L. G., Navarro, R. L., Walker, J. E. O., Schwartz, S. J., Zamboanga, B. L., Whitbourne, S. K., ... & Caraway, S. J. (2015). Gender matters: The influence of acculturation and acculturative stress on Latino college student depressive symptomatology. *Journal of Latina/o psychology*, 3(1), 40
- Da Silva, R. M., Goulart, C. T., Lopes, L. F. D., Serrano, P. M., Costa, A. L. S., & de Azevedo Guido, L. (2014). *Hardy personality and burnout syndrome among nursing students in three Brazilian universities—an analytic study*. *BMC nursing*
- Dyrbye, L., & Shanafelt, T. (2016). A narrative review on burnout experienced by medical



- students and residents. *Medical education*, 50(1), 132-149
- Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Riau. <https://fmipa.unri.ac.id/info/daya-tampung-dan-jadwal-pelaksanaan-sbmptn-2021-di-universitas-riau/> diakses pada 15 Juli 2021 pukul 15.30 WIB
- Goff, A.M (2011). *Stressor, academic performance and learned resourcefulness in baccalaureate nursing students*. *International Journal of Nursing Education Scholarship*, 8, 923 ± 1548
- Govaerts, S., & Grégoire, J. (2008). Development and construct validation of an academic emotions scale. *International Journal of Testing*, 8(1), 34-54
- Haffifah, N., Widiani, E., & Rahayu, W. (2017). Perbedaan Stres Akademik Pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Berdasarkan Jenis Kelamin Di Fakultas Kesehatan Universitas Tribhuwana Tunggaladewi Malang. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 2(3)
- Hardiyanti, R. (2013). *Burnout ditinjau dari big five factors personality* pada karyawan Kantor Pos Pusat Malang. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 1(2), 343-360
- Hidayat, A. A. A. (2011). Metode penelitian keperawatan dan teknik analisis data
- Hurlock, E., 2000. *Perkembangan anak Edisi 6 Jilid II [Child development sixth edition]*, Jakarta: Erlangga
- Khatami, R. A. (2018). *Hubungan stres terhadap burnout pada Mahasiswa prelinik fakultas kedokteran UIN Syarif Hidayatullah Jakarta tahun ajaran 2018/2019* (Bachelor's thesis, Fakultas Kedokteran Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta)
- Kim, B., Jee, S., Lee, J., An, S., & Lee, S.M. (2018). Relationships between social support and student burnout: A meta-analytic approach. *Stress and Health*, 34(1), 127-134.
- Labrague, L. J., Mcenroe, D. M., Alexis, J., Santos, A. D. L., & Edet, O. B. (2018). *Nurse Education Today Examining stres perceptions and coping strategies among Saudi nursing students/: A systematic review*. *Nurse Education Today*, 65
- Laili, L. (2014). Pengaruh Kesejahteraan Spiritual Terhadap Burnout Pada Mahasiswa Pendidikan Dokter di Universitas Islam Indonesia Yogyakarta
- Lee, J., Puig, A., Kim, Y. B., Shin, H., Lee, J. H., & Lee, S. M. (2010). *Academic burnout profiles in Korean adolescents*. *Stress and Health*, 26(5), 404-416
- Ling, L., Qin, S., & Shen, L. (2014). *An Investigation about Learning Bumout in Medical College Students and Its Influencing Factors*. Elsevier: *International Journal of Nursing Sciences*
- Liu, H. Y., & Li, Y. L. (2017). Crossing the gender boundaries: The gender experiences of male nursing students in initial nursing clinical practice in Taiwan. *Nurse Education Today*, 58, 72-77.
- Maslach, C., & Leiter, M. P. (2017). Understanding burnout: New models
- Maslach, C., Leiter, M. P., & Jackson, S. E. (2012). Making a significant difference with burnout interventions: Researcher and practitioner collaboration. *Journal of Organizational Behavior*, 33(2), 296-300
- Mizmir. (2011). *Hubungan Burnout Dengan Kepuasan Kerja Pustakawan Di Pusat Jasa Perpustakaan Dan Informasi Perpustakaan Nasional Republik Indonesia*. (Skripsi)
- Nindy, A. J. (2019). Unri Terima 6.627 Mahasiswa dari 45.000 Pendaftar. GoRiau.com. <https://www.goriau.com/berita/baca/unri-terima-6627-mahasiswa-dari-45000-pendaftar-berikut-rinciannya.html> diakses pada 27 Juni 2021
- Oharella, N. (2011). *Pengaruh Kajian Islam Terhadap Tingkat Kecemasan Mahasiswa Keperawatan di Stikes Surya Global*. Skripsi strata satu, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
- Purwati, S. (2012). *Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Reguler Angkatan 2010 Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia*. Depok. Skripsi. Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia
- Soong, G. (2011, November 24). *Taiwan's students suffer from excess academic stress*. The China Post. Retrieved Maret 29, 2021 from Google database
- Winahyu, D. M. K., & Wiryosutomo, H. W. (2020). Hubungan Dukungan Sosial Dan Student Burnout Dengan Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas Xi Sma Negeri 3 Sidoarjo. *Jurnal BK Unesa*, 11