

TINGKAT KEJADIAN *BURNOUT* PADA MAHASISWA KEPERAWATAN DI MASA PANDEMI COVID-19

Ari Athiutama¹, Indra Febriani², Imelda Erman³, Lindesi Yanti⁴, Fermata Sari⁵

^{1,2,3}Poltekkes Kemenkes Palembang

^{4,5}Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Hesti Wira Sriwijaya

Email: ari@poltekkespalembang.ac.id

ABSTRAK

Burnout menjadi masalah yang mengakibatkan gangguan pada kognitif, emosional dan sikap dari mahasiswa keperawatan. Ditambah lagi pada masa pandemi covid-19 yang mengakibatkan perubahan metode pembelajaran sehingga beban belajar mahasiswa menjadi meningkat. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat gambaran kejadian *burnout* pada mahasiswa keperawatan. Penelitian ini termasuk dalam penelitian kuantitatif dengan metode deskriptif dan pendekatan *cross sectional*. Pengambilan sampel menggunakan teknik *accidental sampling* dan didapatkan sampel sebanyak 84 responden yang sesuai kriteria inklusi. Data dianalisis secara univariat dengan uji *descriptive statistics*. Mayoritas responden berjenis kelamin perempuan (91,7%), memiliki kesesuaian peminatan (83,3%) dan memiliki IPK dengan pujian (79,8%). Gambaran tingkat kejadian *burnout* didapatkan mayoritas pada tingkat sedang (71,4%).

Kata kunci: *burnout*, mahasiswa keperawatan, *covid-9*

ABSTRACT

Burnout is a problem that causes cognitive, emotional and behavioral disturbances of nursing students. In addition, during the covid-19 pandemic, which resulted in changes in learning methods so that the learning load for students increased. The purpose of this study was to see an overview of burnout events in nursing students. This research is included in the quantitative research with descriptive method and cross sectional approach. Sampling used accidental sampling technique and obtained a sample of 84 respondents who fit the inclusion criteria. Data were analyzed univariately with descriptive statistics test. The majority of respondents were female (91.7%), had a suitability of interest (83.3%) and had a GPA with honors (79.8%). The description of the burnout incident level was obtained by the majority at a moderate level (71.4%).

Keywords: *burnout*, nursing student, *covid-9*

PENDAHULUAN

Burnout merupakan respon individu terhadap stres saat melakukan aktivitas yang berkembang secara progresif dan akhirnya dapat menjadi kronis sehingga menyebabkan perubahan pada kesehatan. Dari segi psikologis, sindrom ini menyebabkan kerusakan pada tingkat kognitif, emosional dan sikap sehingga menjadi perilaku negatif terhadap aktivitas, teman sebaya, user dan profesionalisme (Edú-valsania, Laguía, & Moriano, 2022). Adapun gejalanya meliputi kelelahan, frustrasi, kemarahan, dan sikap negatif terhadap aktifitas sehari-hari (AL-Haddad, AL-Omar, AL-Khaleel, & AL-Khalaf, 2020). Mulai dari jam kerja yang lebih lama hingga tuntutan rumah yang meningkat, ditambah pandemi covid-19 sebagai pemicu stres baru hampir pada setiap bidang kehidupan. Saat dunia memasuki tahun ke-3 pandemi, pemicu stres ini menjadi terus-menerus dan tidak terbatas, meningkatkan risiko kejadian *burnout* setiap orang. Siapapun yang terpapar kondisi stres kronis dapat mengalami *burnout*, tetapi karyawan pada pelayananan, responden pengguna, dan layanan pendidikan memiliki risiko yang lebih tinggi, ini diakibatkan karena masyarakat terus menolak langkah-langkah pencegahan dari covid-19 (American Psychological Association (APA), 2022).

Data APA menunjukkan pada tahun 2020, pekerja Amerika secara keseluruhan mengalami peningkatan tingkat *burnout* pada tahun 2021. Hampir 3 dari 5 karyawan melaporkan dampak negatif dari stres terkait pekerjaan, termasuk kurangnya minat, motivasi, atau energi (26%) dan kurangnya usaha di tempat kerja (19%) (APA, 2022). *Burnout* terlihat sangat mempengaruhi pekerja dari berbagai

bidang, namun pekerja pada layanan kesehatan dan mahasiswa keperawatan khususnya, sangat berisiko mengalami *burnout* (Ghods, Ebadi, Sharif Nia, Allen, & Ali-Abadi, 2023). Kondisi pandemi covid-19 memberikan berbagai dampak negatif dalam dunia pendidikan, diantaranya perubahan metode pembelajaran dari luring menjadi sepenuhnya daring. Kondisi tersebut dapat meningkatkan *burnout* pada mahasiswa yang berpengaruh terhadap proses perkuliahan (Masitoh, Putri, & Fahdi, 2022). Selama ini, sedikit yang diketahui tentang stres dan kelelahan yang dialami mahasiswa keperawatan selama pandemi covid-19, kejenuhan akademik di kalangan mahasiswa keperawatan dapat berdampak pada kemampuan belajar, kesehatan, dan kesejahteraan mahasiswa serta pada kualitas perawatan dan niat untuk meninggalkan profesi pasca kelulusan (Sveinsdóttir et al., 2021).

Mahasiswa cenderung merasakan berbagai dampak dari fenomena covid-19 seperti perubahan metode pembelajaran, sehingga meningkatnya beban belajar mahasiswa dan akhirnya akan mengarah kepada stress hingga kejadian *burnout* (Putri, Masitoh, & Khalid, 2023). Hasil penelitian dari Gómez-Urquiza et al (2023) menunjukkan hasil bahwa kejadian *burnout* ini cenderung meningkat selama masa kuliah keperawatan, faktor terkait kejadian ini meliputi kepribadian, strategi koping, kepuasan hidup, dan lingkungan. Berdasarkan tingkatan, *burnout* paling banyak terjadi adalah pada tingkat sedang (56,4%) (Alimah, Swasti, & Ekowati, 2016). Begitu juga dengan penelitian Suha, Nauli, & Karim (2022) yang mengatakan mayoritas mahasiswa mengalami *burnout* pada tingkat sedang (66,7%). Berdasarkan uraian diatas, sangat perlu dilakukan

penelitian terkait dengan penilaian tingkat kejadian *burnout* mahasiswa keperawatan, sehingga dapat ditentukan langkah yang baik dan tepat untuk menurunkan tingkat kejadian *burnout* yang dialami mahasiswa keperawatan.

METODE

Penelitian ini termasuk dalam penelitian kuantitatif dengan metode deskriptif dan pendekatan *cross sectional*. Pengambilan sampel menggunakan teknik *accidental sampling* dengan kriteria inklusi yaitu mahasiswa yang sudah menjalankan pendidikan lebih dari satu tahun dan bersedia menjadi responden, kemudian kriteria eksklusinya mahasiswa yang sedang menjalani proses karya tulis ilmiah, sehingga didapatkan responden sebanyak 84 responden. Proses penelitian dilakukan di Jurusan Keperawatan. Alat pengumpulan data yang digunakan adalah kuisioner karakteristik untuk melihat karakteristik responden dan kuisioner *burnout inventory-student survey* (MBI-SS) yang peneliti adopsi dari Laili (2014) dengan nilai reliabilitas 0,936 untuk melihat tingkat kejadian *burnout* pada mahasiswa keperawatan. Data dianalisis secara univariat dengan uji *descriptive statistics*.

HASIL

Tabel 1
Karakteristik Responden (n=84)

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	7	8,3
Perempuan	77	91,7
Kesesuaian Peminatan		
Sesuai	70	83,3
Peminatan Tidak Sesuai	14	16,7

Peminatan		
IPK		
Dengan Pujian	67	79,8
Sangat Memuaskan	14	16,7
Memuaskan	3	3,6

Berdasarkan tabel 1 diatas sebagian besar mahasiswa berjenis kelamin perempuan (91,7%), memiliki kesesuaian peminatan (83,3%) dan memiliki IPK dengan pujian (79,8%).

Tabel 2
Gambaran Kejadian *Burnout* Mahasiswa Keperawatan Pada Masa Pandemi covid-19 (n=84)

<i>Burnout</i>	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak Mengalami <i>Burnout</i>	1	1,2
<i>Burnout</i> Rendah	22	26,2
<i>Burnout</i> Sedang	60	71,4
<i>Burnout</i> Tinggi	1	1,2
Total	84	100

Berdasarkan tabel 2 diatas sebagian besar mahasiswa berada pada tingkat *burnout* sedang sebanyak 60 mahasiswa (71,4%) dan sebagian kecil pada tingkat tinggi dan tidak mengalami *burnout* masing-masing sebanyak satu mahasiswa (1,2%)

PEMBAHASAN

Hasil penelitian yang didapat, mayoritas dari responden adalah perempuan sebanyak 77 orang (91,7%), Hasil penelitian ini sama dengan penelitian Relinda, Rumapea, Nugraheni, & Rahayu (2022) dengan hasil bahwa lebih banyak responden yang berjenis kelamin perempuan (80,6%) dibandingkan dengan laki-laki (19,4%). Begitu juga dengan penelitian Trisnawati,

Yudhawati, Muryani, & Artawan (2022) mayoritas responden adalah perempuan sebanyak 55,4%. Data Infodatin Perawat (2017) menunjukkan jumlah perawat yang terdaftar sampai bulan April 2017 sebanyak 359.339 yang terdiri dari perawat laki-laki (29%) dan perempuan (71%). Dilihat dari hasil studi kualitatif yang dilakukan Rahim & Irwansyah (2021), pendapat-pendapat di masyarakat dapat dikatakan bahwa pekerjaan perawat dikonstruksi sebagai pekerjaan perempuan, karena sifat wanita yang keibuan, pintar merawat dan menjaga orang lain serta lemah lembut dan sabar. Hal ini jelas menunjukkan bahwa peminat dari profesi perawat ini sebagian besar adalah perempuan.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan mayoritas mahasiswa kesesuaian peminatan sebanyak 70 mahasiswa (83,3%). Hasil penelitian ini sejalan dengan Alimah et al (2016) dimana paling banyak responden telah memilih sesuai dengan minatnya yaitu sebesar 67,9% dan juga penelitian Suha et al (2022) dengan jumlah responden yang sesuai minat yaitu 73,6%. Begitu juga dengan hasil penelitian terkait IPK, mayoritas responden dengan pujian sebanyak 67 mahasiswa (79,8%). Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian Aliftitah (2016) dimana sebagian besar memiliki IPK pada kategori sangat memuaskan yaitu 62,5%. Begitu juga dengan penelitian Alimah et al (2016) dimana lebih banyak memiliki IPK kategori sangat memuaskan dibanding dengan pujian yaitu 62,8%. Berdasarkan hasil analisis penelitian sebelumnya ditemukan bahwa motivasi mahasiswa memilih Program Studi Ilmu Keperawatan terdiri dari alasan mahasiswa dalam memilih jenis pendidikan yaitu terdiri dari faktor internal seperti minat dan bakat, cita-cita, keputusan diri sendiri, dan faktor

eksternal seperti dorongan orang tua, teman sebaya dan media massa (Sulastri & Risdayani, 2015). Faktor tersebut dapat menimbulkan minat bagi mahasiswa untuk memilih program studi keperawatan, sehingga mahasiswa akan menjalani pendidikan dengan penuh tanggung jawab yang akhirnya meningkatkan nilai akademik dibuktikan dengan baiknya nilai IPK mahasiswa predikat dengan pujian.

Hasil penelitian ini juga terlihat mayoritas responden memiliki tingkat *burnout* sedang sebanyak 60 mahasiswa (71%) dan paling sedikit pada tingkat tinggi dan tidak *burnout* masing-masing sebanyak satu mahasiswa (1,2%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian dari Sajodin, Anjani, & Yualita (2022) yang mengatakan bahwa tingkat kejadian *burnout* pada mahasiswa saat pembelajaran daring dimasa pandemi covid-19 paling banyak pada tingkat sedang yaitu 75,1%. Begitu juga penelitian dari Suha et al (2022) yang mengatakan bahwa mayoritas mahasiswa mengalami *burnout* tingkat sedang (66,7%). Terjadinya *burnout* di kalangan mahasiswa keperawatan berhubungan dengan aktivitas sehari-hari di kehidupan akademik (Scholze & Londrina, 2020). *Burnout* merupakan isu penting dalam kehidupan kerja maupun studi mahasiswa keperawatan dimana akan mengalami tingkat stres yang tinggi akibat beban kerja yang berat, kurikulum yang tidak fleksibel, atmosfer persaingan dan persiapan ujian kompetensi perawat, yang pasti berujung terjadinya *burnout* (Hwang & Kim, 2022). Proses selama menjadi mahasiswa memang selalu disibukkan dengan kegiatan kampus ataupun diluar kampus yang menuntut mahasiswa untuk bisa mengatur waktu sebaik mungkin. Tak sedikit mahasiswa mengalami lelah dan jenuh akibat kesibukkan tersebut. Ditambah lagi dalam kondisi covid-19 yang membuat

mahasiswa tidak dapat menghilangkan penatnya dengan refreshing dan jalan-jalan dikarenakan harus tetap berada didalam rumah.

SIMPULAN

Bersumber dari hasil yang didapatkan, peneliti mengambil kesimpulan bahwa mayoritas responden berjenis kelamin perempuan, memilih peminatan sesuai minat dan memiliki IPK berpredikat dengan pujian serta mayoritas gambaran *burnout* yang dialami mahasiswa yaitu *burnout* tingkat sedang.

REFERENSI

- AL-Haddad, A., AL-Omar, F., AL-Khaleel, A., & AL-Khalaf, A. (2020). Prevalence of burnout syndrome and its related risk factors among physicians working in primary health care centers of the Ministry of Health, Al Ahsa region, Saudi Arabia, 2018–2019. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 9(2), 571–579.
<https://doi.org/10.4103/jfmpc.jfmpc>
- Aliftitah, S. (2016). Pengaruh Solution Focused Brief Counselling (SFBC) dalam Mencegah Burnout Syndrome Pada Mahasiswa Keperawatan Semester Akhir. *Jurnal Kesehatan "Wiraraja Medika,"* 6(2), 68–77.
- Alimah, S., Swasti, K. G., & Ekowati, W. (2016). Gambaran Burnout pada Mahasiswa Keperawatan di Purwokerto. *Urnal Keperawatan Soedirman (The Soedirman Journal of Nursing)*, 11(2), 130–141.
- American Psychological Association. (2022). Burnout and stress are everywhere. Retrieved July 6, 2023, from <https://www.apa.org/monitor/2022/01/special-burnout-stress>
- 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).
<https://doi.org/10.3390/ijerph19031780>
- Ghods, A. A., Ebadi, A., Sharif Nia, H., Allen, K. A., & Ali-Abadi, T. (2023). Academic burnout in nursing students: An explanatory sequential design. *Nursing Open*, 10(2), 535–543.
<https://doi.org/10.1002/nop2.1319>
- Gómez-Urquiza, J. L., Velando-Soriano, A., Martos-Cabrera, M. B., Cañadas, G. R., Albendín-García, L., Cañadas-De la Fuente, G. A., & Aguayo-Estremera, R. (2023). Evolution and Treatment of Academic Burnout in Nursing Students: A Systematic Review. *Healthcare (Switzerland)*, 11(8), 1–10.
<https://doi.org/10.3390/healthcare11081081>
- Hwang, E., & Kim, J. (2022). Factors affecting academic burnout of nursing students according to clinical practice experience. *BMC Medical Education*, 22(1), 1–10.
<https://doi.org/10.1186/s12909-022-03422-7>
- Infodatin Perawat. (2017). *Situasi Tenaga Keperawatan Indonesia* (pp. 1–12). pp. 1–12. Retrieved from http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/infodatin_perawat_2017.pdf
- Laili, L. (2014). *Pengaruh Kesejahteraan Spiritual Terhadap Burnout pada Mahasiswa Pendidikan Dokter di Universitas Islam Indonesia Yogyakarta* (Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta). Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. Retrieved from

- [http://digilib.uin-suka.ac.id/13716/1/BAB I, V, DAFTAR PUSTAKA.pdf#](http://digilib.uin-suka.ac.id/13716/1/BAB_I_V_DAFTAR_PUSTAKA.pdf#)
- Masitoh, Z., Putri, T. H., & Fahdi, F. K. (2022). Hubungan Self-Efficacy dengan Academic Burnout saat Pandemi COVID-19 pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Tanjungpura Pontianak. *Malahayati Nursing Journal*, 4(12), 3243–3257. <https://doi.org/10.33024/mnj.v4i12.7469>
- Putri, T. H., Masitoh, Z., & Khalid, F. (2023). Faktor yang Mempengaruhi Academic Burnout pada Mahasiswa Keperawatan. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 11(2), 379–386.
- Rahim, H. A., & Irwansyah, I. (2021). Diferensiasi Peran Perawat Laki-Laki dan Perempuan di RSUD Haji Kota Makassar. *Sosiologi*, 1(1), 1–9.
- Relinda, L., Rumapea, R., Nugraheni, M., & Rahayu, M. (2022). Hubungan Antara Self-Efficacy dengan Academic Burnout pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Talenta*, 8(1), 27–36. Retrieved from <https://doi.org/10.26858/talenta.v7i1.33971>
- Sajodin, Anjani, U. S., & Yualita, P. (2022). Tingkat Burnout Mahasiswa Dalam Pembelajaran Daring Masa Pandemi COvid-19. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 6(1), 480–487. <https://doi.org/https://doi.org/10.31539/jks.v6i1.4492> TINGKAT
- Scholze, A. R., & Londrina, U. E. De. (2020). *nursing students: a mixed method study Burnout among Original article*. 38(March). <https://doi.org/10.17533/udea.iee.v38n1e07>.Maria
- Suha, Y., Nauli, F. A., & Karim, D. (2022). Gambaran Burnout Pada Mahasiswa Jurusan Keperawatan. *Coping: Community of Publishing in Nursing*, 10(3), 282. <https://doi.org/10.24843/coping.2022.v10.i03.p07>
- Sulastri, & Risdayati. (2015). Motivasi Mahasiswa Memilih Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Riau. *Jom FISIP*, 2(2), 1–15.
- Sveinsdóttir, H., Flygenring, B. G., Svavarsdóttir, M. H., Thorsteinsson, H. S., Kristófersson, G. K., Bernharðsdóttir, J., & Svavarsdóttir, E. K. (2021). Predictors of university nursing students burnout at the time of the COVID-19 pandemic: A cross-sectional study. *Nurse Education Today*, 106, 105070. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2021.105070>
- Trisnawati, I. G. A. N. P., Yudhawati, N. L. P. S., Muryani, N. M. S., & Artawan, I. K. (2022). Gambaran Tingkat Kelelahan (Burnout) Pada Mahasiswa DIII Keperawatan Semester 5 Dalam Pembelajaran Daring di Masa Pandemi COVID-19 di Denpasar. *Bali Health Published Journal*, 4(2), 78–87. <https://doi.org/10.47859/bhpj.v4i2.23>