

SURVEI *BURNOUT* PADA MAHASISWA KEPERAWATAN YANG MENJALANI SISTEM PEMBELAJARAN BLOK DI FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS UDAYANA

Ida Ayu Mas Prabhasuari¹, Indah Mei Rahajeng², I Gusti Ayu Pramitaresthi²

¹Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan dan Profesi Ners Fakultas Kedokteran Universitas Udayana,

²Dosen Program Studi Sarjana Keperawatan dan Profesi Ners Fakultas Kedokteran Universitas Udayana

Alamat korespondensi: idaayumasps@gmail.com

ABSTRAK

Burnout didefinisikan sebagai kondisi psikologis yang diakibatkan oleh kelelahan fisik, emosi, mental yang menyebabkan terjadinya stres berkepanjangan. Ketidakseimbangan kemampuan mahasiswa terhadap tuntutan studi yang kompleks dan rutinitas kampus yang padat, dapat memicu *burnout*. Tujuan penelitian adalah untuk memberikan gambaran nilai rata-rata *burnout* pada mahasiswa keperawatan yang menjalani sistem pembelajaran blok di Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. Studi ini merupakan jenis studi deskriptif kuantitatif melalui pendekatan potong lintang. Rancangan penelitian menggunakan teknik *non-probability sampling* dengan *total sampling*. Responden sebanyak 245 orang mahasiswa. Hasil penelitian menggambarkan bahwa mayoritas mahasiswa berjenis kelamin perempuan (89,4%), berkuliah sesuai minat (72,7%), angkatan 2019 dengan jumlah responden terbanyak (70 orang). Nilai rata-rata *burnout* berdasarkan dimensi *burnout* yaitu 1) Kelelahan emosional (16.09), 2) *Disbelief* (7.30), 3) *Professional effectiveness* (19.12). Mayoritas mahasiswa dengan nilai rata-rata *burnout* lebih tinggi adalah pada mahasiswa laki-laki (44,2), mahasiswa yang berkuliah tidak sesuai minat (47,3), mahasiswa angkatan 2017 (44,6). Mayoritas mahasiswa yang memiliki rata-rata *burnout* tertinggi adalah laki-laki, mahasiswa yang berkuliah tidak sesuai minat dan mahasiswa tingkat tiga.

Kata kunci : *Burnout*, Mahasiswa Keperawatan, Sistem Pembelajaran Blok

ABSTRACT

Burnout is a psychological condition caused by physical, emotional, mental exhaustion that causes prolonged stress. Burnout can be experienced by students who are struggling to catch up with their study activities and their academic demand. This study aims to examine burnout in nursing students undergoing a block learning system at Medical School Udayana University. This research is a descriptive quantitative study with a cross-sectional approach. This study used a non-probability sampling technique using total sampling. Samples were 245 respondents. The conclusion appears that the most of students were female (89.4%), enrolled according to their interests (72.7%), class of 2019 with the highest number of respondents (70 people). The average value of burnout based on the dimensions of burnout are 1) emotional exhaustion (16.09), 2) Disbelief (7.30), 3) Professional effectiveness (19.12). The majority of students with a higher average burnout score were male students (44.2), in a group of students who were not interested in the nursing subjects (47.3), class of 2017 (44.6). The majority of students who have the highest average in burnout are male, in a group of students who were not passionate in nursing major, and third-year students.

Keywords: Burnout, Nursing Students, Block System Lecture

PENDAHULUAN

Pendidikan tinggi sarjana keperawatan dan profesi ners merupakan pendidikan yang harus ditempuh seorang perawat profesional dengan kurikulum dan metode pembelajaran yang sesuai (Asosiasi Institusi Pendidikan Ners Indonesia, 2015). Kurikulum Inti Pendidikan Ners Indonesia meliputi kurikulum akademik (Sarjana Keperawatan) dan kurikulum tahap profesi (Ners). Penyusunan kurikulum tersebut menyesuaikan Kerangka Kualifikasi Nasional Indonesia (KKNI) yang dimuat dalam Perpres Republik Indonesia nomor 8 tahun 2012 dan Peraturan Menteri Pendidikan Republik Indonesia No 73 tahun 2013 mengenai Penerapan KKNI Bidang Pendidikan Tinggi (AIPNI, 2015).

Program Studi Sarjana Keperawatan dan Profesi Ners Fakultas Kedokteran Universitas Udayana (PSSKPN FK UNUD) merupakan satu-satunya universitas negeri di Bali yang menerapkan kurikulum pembelajaran berbasis kompetensi dengan sistem blok yang mengacu pada kurikulum Asosiasi Institusi Penyelenggara Pendidikan Ners Indonesia (AIPNI) yang berfokus pada *student* (Program Studi Sarjana Keperawatan dan Profesi Ners, 2017). Sistem blok merupakan salah satu bagian dari kurikulum pembelajaran berbasis kompetensi (Simarmata et al., 2015).

Kurikulum pembelajaran berbasis kompetensi dengan sistem blok, dapat diterapkan dengan berbagai metode (Pusat Pengembangan Pendidikan Universitas Gadjah Mada, 2010). Sistem pembelajaran yang kompleks dan rutinitas kampus yang padat serta ketidakseimbangan kemampuan mahasiswa dengan tuntutan studi, dapat

memicu perasaan tertekan secara psikologis, sehingga mahasiswa berisiko mengalami *burnout* (Musabiq & Karimah, 2018).

Hasil studi pendahuluan dengan metode wawancara pada 30 orang mahasiswa, 26 diantaranya menyebutkan bahwa perkuliahan di PSSKPN FK UNUD sangat padat. Padatnya rutinitas yang dijalani mahasiswa, memicu terjadinya kelelahan fisik, emosi dan mental.

METODE PENELITIAN

Studi ini merupakan jenis studi deskriptif kuantitatif dengan pendekatan potong lintang. Pengambilan sampel menggunakan *total sampling* sebanyak 245 mahasiswa. Responden yang terlibat dalam penelitian ini adalah yang berstatus aktif sebagai mahasiswa PSSKPN FK Unud angkatan 2016-2019 serta sanggup menjadi responden dengan menyetujui lembar persetujuan menjadi responden.

Kriteria responden yang tidak terlibat pada penelitian ini adalah mahasiswa yang menjadi koordinator tingkat angkatan 2017, 2018 dan 2019. Kriteria *drop out* yaitu mahasiswa PSSKPN yang tidak kooperatif dan mahasiswa yang cuti atau sakit dalam jangka waktu lama saat pengambilan data.

Alat yang digunakan untuk mengukur *burnout* yaitu kuesioner *Maslach Burnout Inventory - Student Survey* (MBI-SS) yang sudah diuji validitas (0.21-0.71) dan reliabilitasnya (0.781). Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan *google form*.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 1. Karakteristik Responden

Variabel	Kategori	(n)	(%)
Jenis Kelamin	Laki-laki	26	10.6 %
	Perempuan	219	89.4 %
Jurusan Berdasarkan Minat	Sesuai Minat	178	72.7 %
	Tidak Sesuai Minat	67	27.3 %
Periode Angkatan	2016	56	22.9 %
	2017	59	24.1%
	2018	60	24.5 %
	2019	70	28.6%

Mayoritas mahasiswa PSSKPN FK Unud berjenis kelamin perempuan (89.4%), berkuliah sesuai dengan minatnya (72.7%).

Dari 245 mahasiswa, angkatan 2019 memiliki jumlah mahasiswa paling banyak (28.6%).

Tabel 2. Nilai Rata-Rata *Burnout* Berdasarkan Dimensi *Burnout*

	EE	D	PE	Skor total
Mean	16.09	7.30	19.12	42.51
Median	16.00	7.00	19.00	43.00
Modus	14	4	16	46
Minimum	3	0	5	18
Maksimum	28	24	30	71

Tabel 2 menunjukkan bahwa nilai rata-rata *burnout* sebesar 42.51. Berdasarkan dimensi *burnout*, *emotional exhaustion* memiliki nilai rata-rata sebesar 16.09 (57.46%). Dimensi *disbelief* memiliki nilai

rata-rata sebesar 7.30 (30.41%). Selanjutnya dimensi *professional effectiveness* memperoleh nilai rata-rata sebesar 19.12 (63.73%).

Tabel 3. Nilai Rata-Rata *Burnout* Berdasarkan Karakteristik Responden

Variabel	Kategori	\bar{x}
Jenis Kelamin	Laki-laki	44.2
	Perempuan	42.3
Jurusan Berdasarkan Minat	Sesuai Minat	40.9
	Tidak Sesuai Minat	47.3
Periode Angkatan	2016	40.9
	2017	44.6
	2018	42.3
	2019	42.1

Tabel 3 menunjukkan bahwa nilai rata-rata *burnout* pada mahasiswa laki-laki (44.2), mahasiswa yang berkuliah tidak sesuai minat (47.3) dan angkatan 2017 (44.6).

PEMBAHASAN

Pada penelitian ini mayoritas mahasiswa adalah perempuan dengan persentase sebesar 89,4%. Hal tersebut disebabkan oleh keperawatan lebih dikenal

dengan “*mother instinct*” artinya ditemukan disimilaritas antara pria dan wanita bukan hanya secara fisik dan psikis, namun secara emosi dan kepekaan, yang secara kodrat lebih besar dimiliki oleh perempuan (Asmadi, 2005). Penelitian lain menyebutkan bahwa mayoritas mahasiswa keperawatan berjenis kelamin perempuan (Afifah & Wardani, 2019; Hafifah et al., 2017).

Mayoritas mahasiswa berkuliah sesuai minatnya dari angkatan 2016-2019 memiliki persentase sebesar 72,7%. Tingginya persentase mahasiswa berkuliah sesuai minat di PSSKPN FK Unud, menurut asumsi peneliti kemungkinan disebabkan karena PSSKPN FK Unud merupakan satu-satunya program studi keperawatan di perguruan tinggi negeri di Bali.

Ketertarikan mahasiswa terhadap bidang keperawatan cenderung tinggi. Hal tersebut mungkin disebabkan oleh profesi perawat memiliki lapangan pekerjaan yang luas serta dapat merintis karir di negeri lain selain Indonesia, salah satunya Jepang. (Aminah et al., 2018).

Jumlah mahasiswa semakin meningkat setiap tahunnya, namun perbedaannya tidak terlalu mencolok dari tahun ke tahun. Tiap tahun jumlah mahasiswa bervariasi tergantung keputusan pihak universitas. Dalam satu periode, mahasiswa PSSKPN FK Unud terdiri atas empat angkatan sarjana dan satu angkatan profesi.

Dimensi kelelahan emosional memiliki nilai rata-rata sebesar 16.09 (57.46%) dari nilai maksimum 28. Kelelahan emosional yang terjadi pada mahasiswa kemungkinan disebabkan salah satunya oleh stresor di lingkungan perkuliahan. Kholidah, (2012) mengatakan bahwa stresor pada mahasiswa disebabkan karena beban akademik, lingkungan serta adaptasi.

Dimensi *disbelief* pada mahasiswa PSSKPN UNUD memiliki nilai rata-rata sebesar 7,30 (30.41%) dari nilai maksimum

24. *Disbelief* atau depersonalisasi merupakan perasaan yang aneh atau tidak biasa yang dirasakan oleh individu yang mengalaminya (Sunaryo, 2004). Depersonalisasi yang dirasakan pada mahasiswa kemungkinan dampak dari kelelahan emosional yang berkelanjutan yang ditandai dengan perasaan skeptik terhadap potensi yang dimiliki. Rosyid, (1996) menjelaskan bahwa gejala selanjutnya setelah kelelahan emosional adalah perasaan sinisme dan bersikap negatif kepada kerabat dan mengarah pada sikap merugikan diri sendiri, aktivitas dan kehidupannya.

Dimensi *professional effectiveness* pada mahasiswa PSSKPN FK UNUD memiliki nilai rata-rata terbesar dibandingkan dimensi lainnya yaitu mencapai 19,12 (63.73%) dari nilai maksimal yaitu 30. Hal tersebut kemungkinan disebabkan karena mahasiswa mempunyai nilai yang tinggi terhadap dirinya dan merasa efektif dalam perkuliahan. Menurut Sahlan (2018), semakin tinggi nilai seseorang, maka potensi kesuksesannya semakin baik.

Maslach dan Leiter (2016) dalam (Saleh, 2018) menyebutkan bahwa *work overload* merupakan beban kerja berlebih sebagai faktor pencetus terjadinya *burnout*. Beban kerja berlebih dapat melewati batas kemampuan individu dalam menghadapinya. Dalam hal ini mahasiswa mengalami *work overload* pada lingkungan kampusnya. Kehidupan kampus yang mewajibkan mahasiswa berkuliah mulai hari Senin hingga Jumat dari pagi hingga sore serta beban tugas yang tidak sedikit dan tambahan kegiatan diluar akademis dapat memicu terjadinya *burnout*.

Metode kurikulum yang digunakan pada PSSKPN FK Unud mengacu pada kurikulum AIPNI, yaitu berbasis kompetensi (Udayana, 2016). Kurikulum berbasis kompetensi memfokuskan pembelajaran kepada mahasiswa. Satu blok pelajaran akan

diselesaikan dalam kurun waktu yang cukup singkat, sehingga perkuliahan terasa padat.

Mahasiswa yang menjalani sistem pembelajaran blok di purwokerto mengalami *burnout* tingkat sedang yaitu 56,4% (Alimah & Swasti, 2016). Penelitian lain menyebutkan bahwa mahasiswa yang menjalani sistem pembelajaran blok, mengalami gejala stres dengan gejala yang paling sering muncul yaitu sulit berkonsentrasi (Simbolon, 2015).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa skor rata-rata *burnout* lebih besar pada mahasiswa laki-laki. Penelitian tentang perbedaan *burnout* berdasarkan jenis kelamin pada siswa sekolah menengah pertama mengatakan mayoritas siswa yang mengalami *burnout* adalah laki-laki (Jatmiko, 2016). Penelitian yang juga dilakukan pada perawat pelaksana di rumah sakit jiwa provinsi Kalimantan Barat menyebutkan bahwa prevalensi *burnout* pada pria lebih besar dibandingkan wanita. (Eliyana, 2016).

Stres pada seseorang baik pria maupun wanita dapat mempengaruhi kerja hormon (Syarifuddin, 2003). Hormon stres yaitu kortisol dapat menekan sistem imun tubuh individu, dengan mencegah pelepasan senyawa-senyawa kimia yang meningkatkan sistem imun. Laki-laki lebih mampu melepaskan diri dari pengaruh kortisol saat mengalami stres dibandingkan wanita. Sehingga, pria lebih cepat menata dirinya dan bersemangat kembali serta melupakan stres yang dialaminya (Roizen, 2009).

Nilai rata-rata *burnout* mahasiswa yang berkuliah tidak sesuai minat lebih besar dibanding mahasiswa yang berkuliah sesuai minat. Hal tersebut dapat terjadi karena jika individu melakukan sesuatu tidak berdasarkan minatnya, dapat menyebabkan adanya keterpaksaan, yang menimbulkan stresor karena mengerjakan sesuatu dibawah tekanan. Dampaknya, individu menjadi tidak nyaman berada di situasi atau tempat

tersebut. Ismaulina & Muhayatsyah (2020), mengatakan minat berhubungan erat dengan emosi, artinya jika seseorang sukses dalam suatu aktivitas, lalu menimbulkan perasaan bahagia sehingga menguatkan kecenderungan terhadap aktivitas tersebut begitu juga sebaliknya.

Lingkungan tempat kerja dan lingkungan sosial memberikan pengaruh terhadap minat. Lingkungan yang tidak baik dalam hal ini lingkungan kampus, akan memberikan pengaruh negatif bagi kehidupan seseorang (Ismaulina & Muhayatsyah, 2020.).

Nilai rata-rata *burnout* tertinggi adalah pada mahasiswa tingkat tiga. Hal ini kemungkinan disebabkan karena saat melakukan pendataan, pada mahasiswa tingkat tiga berlangsung perkuliahan blok Metodologi Penelitian dan Keperawatan Komunitas II dimana mahasiswa menjalani perkuliahan yang padat dan penugasan yang tidak sedikit.

SIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan yang dapat ditarik yaitu mayoritas mahasiswa yang memiliki rata-rata *burnout* tertinggi adalah laki-laki, mahasiswa yang berkuliah tidak sesuai minat dan mahasiswa tingkat tiga.

Peneliti selanjutnya diharapkan melakukan penelitian dengan menghubungkan faktor-faktor penyebab *burnout* dengan kejadian *burnout*. Selain itu, peneliti selanjutnya diharapkan mampu meneliti *burnout* dengan metode kualitatif, serta mampu meneliti intervensi yang relevan dalam mengatasi maupun mencegah terjadinya *burnout* di lingkungan kampus.

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, A., & Wardani, I. Y. (2019). Stress Akademik dan Gejala Gastrointestinal Pada Mahasiswa Keperawatan. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 6(2), 121.

- <https://doi.org/10.26714/jkj.6.2.2018.121-127>
- Alimah, S., & Swasti, K. G. (2016). Gambaran *Burnout* pada Mahasiswa Keperawatan di Purwokerto. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 11(2), 130. <https://doi.org/10.20884/1.jks.2016.11.2.709>
- Aminah, S., Wardoyo, S., & Pangastoeti, S. (2018). Pengiriman tenaga perawat dan careworker Indonesia ke Jepang dalam kerangka Indonesia-Japan
- Asmadi. (2005). *Konsep Dasar Keperawatan*. Jakarta: EGC.
- Asosiasi Institusi Pendidikan Ners Indonesia. (2015). *Kurikulum Inti Pendidikan Ners Indonesia*.
- Eliyana. (2016). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan *Burnout* Perawat Pelaksana di Ruang Rawat Inap RSJ Provinsi Kalimantan Barat Tahun 2015. *Jurnal ARSI*, 2(3).
- Hafifah, N., Widiani, E., & Rahayu, W. (2017). Perbedaan Stres Akademik Pada Mahasiswa Program Studiz Ilmu Keperawatan Berdasarkan Jenis Kelamin Di Fakultas Kesehatan Universitas Tribhuwana Tunggaladewi Malang. *Nursing News*, 2(3).
- Ismaulina, & Muhayatsyah, A. (2020). *Keputusan Mahasiswa dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhiz Memilih Jurusan Baru*. Penerbit CV. AA. RIZKY.
- Jatmiko, R. B. (2016). Perbedaan Tigkat *Burnout* Belajar Siswa Laki-Laki dan Perempuan Kelas VIII di SMP Negeri 3 PEDAN. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*, 5(2), Article 2. <http://journal.student.uny.ac.id/ojs/index.php/fipbk/article/view/879>
- Kholidah, E. N. (2012). Berpikir positif untuk menurunkan stres psikologis. *Jurnal Psikologi*, 39(1), 67–75.
- Musabiq, S., & Karimah, I. (2018). Gambaran Stress dan Dampaknya Pada Mahasiswa. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 20(2), 74. <https://doi.org/10.26486/psikologi.v20i2.240>
- Program Studi Sarjana Keperawatan dan Profesi Ners Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. (2017). *Buku Kurikulum Program Studi Sarjana Keperawatan dan Profesi Ners Universitas Udayana*. Pusat Pengembangan Pendidikan Universitas Gadjah Mada. (2010). *Buku Panduan Pelaksanaan Student Centered Learning (Scl) Dan Student Teacher Aesthetic Role-Sharing (STAR)—PDF Free Download*. <https://docplayer.info/45925028-Buku-panduan-pelaksanaan-student-centered-learning-scl-dan-student-teacher-aesthetic-role-sharing-star.html>
- Roizen, M. C. O., Michael F. (2009). *Staying Young*. Bandung: PT Mizan Publika.
- Rosyid, H. R. (1996). *Burnout: Penghambat produktivitas yang perlu dicermati*. Buletin Psikologi.
- Saleh, L. M. (2018). *Man Behind The Scene Aviation Safety*. Yogyakarta: Deepublish.
- Simarmata, G. E., Lestari, D. R., & Setiawan, H. (2015). *Mekanisme Koping Dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Sistem Pembelajaran Blok Angkatan 2013*. 12.
- Simbolon, I. (2015). Reaksi Stres Akademis Mahasiswa Keperawatan Dengan Sistem Belajar Blok Di Fakultas Keperawatan X Bandung. *Jurnal Skolastik Keperawatan*, 1(01), 130175.
- Sunaryo. (2004). *Psikologi Untuk Keperawatan*. Jakarta: EGC.
- Syarifuddin, A. (2003). *Puasa Menuju Sehat Fisik—Psikis*. Jakarta: Gema Insani.
- Udayana, U. S. D. I. U. (2016). *UNUD | Universitas Udayana*. <https://www.unud.ac.id/in/prodi9-Ilmu%20Keperawatan.html>