

BAB I

PENDAHULUAN

1.1.Latar Belakang

COVID-19 adalah penyakit mematikan yang disebabkan oleh virus *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus* (SARS-CoV-2). Selain mematikan, COVID-19 memiliki angka penularan yang sangat tinggi sehingga penyakit ini telah menyebar ke seluruh dunia. Pada tanggal 11 Maret 2020, WHO menyatakan COVID-19 sebagai pandemi^[1]. Pandemi COVID-19 telah membawa dampak yang sangat dahsyat dalam segala aspek kehidupan, terutama pada aspek pendidikan dan psikologis.

Pada aspek pendidikan, pemerintah telah menghimbau semua fasilitas pendidikan untuk menerapkan sistem pembelajaran jarak jauh secara daring untuk mengurangi angka penularan COVID-19. Penerapan sistem pembelajaran daring ini mengharuskan semua siswa atau mahasiswa untuk tetap mengikuti program pendidikannya di rumah masing-masing^[2,3]. Hal ini tentunya akan membawa dampak negatif pada siswa atau mahasiswa secara psikologis karena mereka terpaksa untuk belajar secara daring tanpa adanya interaksi sosial dan pembelajaran tatap muka secara langsung. Sebuah data dari *United Nations Educational, Scientific, and Cultural Organization* (UNESCO) menunjukkan bahwa 577 juta siswa dan 86 juta mahasiswa di seluruh dunia mulai merasa stres karena penerapan sistem pembelajaran jarak jauh serta kendala-kendala yang dialami selama proses pembelajaran jarak jauh^[4]. Sebagai akibatnya, siswa atau mahasiswa merasa tidak dapat belajar secara maksimal dan mulai merasa stres selama pandemi berlangsung. Stres yang dialami siswa atau mahasiswa dalam lingkungan akademik disebut sebagai stres akademik.

Stres akademik adalah suatu kondisi yang terjadi ketika seorang siswa atau mahasiswa mulai merasa tertekan untuk memenuhi pencapaian akademik. Stres akademik juga terjadi sebagai respons terhadap tuntutan akademik yang melebihi

kemampuan siswa atau mahasiswa, dan hal tersebut dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor individu (internal) dan lingkungan (eksternal) sehingga respons siswa atau mahasiswa terhadap stres akademik bisa berbeda-beda^[5]. Meskipun respons terhadap stres akademik bisa berbeda-beda, stres akademik masih dapat menyebabkan kejenuhan dan dampak negatif lain apabila tidak segera ditangani^[5,6]. Gangguan psikologis seperti depresi, kecemasan, gangguan perilaku, dan iritabilitas dapat ditemukan pada individu yang memiliki stres akademik. Selain itu, stres akademik dapat menimbulkan penurunan konsentrasi dan perilaku-perilaku berbahaya pada mahasiswa seperti merokok, minum alkohol, makan obat-obatan, seks bebas, dan gangguan makan dan tidur^[5,7].

Kejenuhan atau *burnout* adalah suatu kondisi psikologis pada individu sebagai akibat stres kronis di lingkungan kerja apabila tidak segera diatasi^[8]. Awalnya, kejenuhan masih belum bisa diidentifikasi sebagai gangguan psikologis karena definisi dan kriteria diagnostik dari kejenuhan itu sendiri masih belum jelas. Akan tetapi, ICD-11 telah mengidentifikasi kejenuhan sebagai sebuah sindrom psikologis dengan adanya tiga dimensi utama, yaitu kelelahan secara psikologis, sinisme, dan penurunan performa dalam lingkungan kerja^[8-10]. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa kejenuhan dapat terjadi pada siapa pun dalam lingkungan kerja apa pun, tetapi kejenuhan sering terjadi pada siswa atau mahasiswa terutama mahasiswa kedokteran^[11-18]. Di Indonesia, 1792 mahasiswa kedokteran mengalami tingkat kejenuhan yang tinggi dengan 93% mengalami *disengagement* dan 95% mengalami kelelahan^[19]. Kejenuhan yang dialami oleh siswa atau mahasiswa dalam bidang akademik disebut sebagai kejenuhan akademik atau *academic burnout*.

Ada beberapa penelitian dan teori yang membuktikan hubungan stres akademik dengan kejenuhan akademik. Penelitian yang dilakukan oleh Selma Yusriyyah pada mahasiswa keperawatan menunjukkan bahwa ada hubungan stres akademik dengan kejenuhan akademik, dan hasil penelitiannya menunjukkan 100% mahasiswanya mengalami stres akademik tingkat sedang dan 94.2% yang

mengalami kejenuhan akademik tingkat rendah^[20]. Dalam penelitiannya Eka Transiana dan kawan-kawan, stres akademik dibuktikan menjadi salah satu faktor terpenting dalam menentukan kejenuhan akademik. Penelitian Zakari dan kawan-kawan juga menunjukkan bahwa stres akademik mengakibatkan tingkat kejenuhan yang tinggi pada 252 (47.6%) siswa kelas menengah^[6].

Meskipun sudah ada beberapa penelitian yang meneliti dan membuktikan hubungan stres akademik dengan kejenuhan akademik, peneliti hendak meneliti lebih lanjut hubungan stres akademik dengan kejenuhan akademik pada mahasiswa kedokteran Universitas Pelita Harapan selama pandemi COVID-19.

1.2.Rumusan Masalah

Berbagai penelitian telah melaporkan dampak pandemi terhadap stres akademik dan kejenuhan akademik. Berbagai penelitian juga menunjukkan bahwa ada korelasi antara stres akademik dengan kejenuhan akademik baik pada siswa atau mahasiswa. Akan tetapi, masih sedikit penelitian yang meninjau hubungan stres akademik dengan kejenuhan akademik pada mahasiswa kedokteran di Indonesia selama pandemi COVID-19. Oleh karena itu, peneliti hendak meneliti lebih lanjut hubungan stres akademik terhadap kejenuhan akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan selama pandemi COVID-19.

Kemudian, alat ukur yang akan digunakan untuk penelitian ini adalah *Oldenburg Burnout Inventory* (OLBI) dan *Medical Student Stressor Questionnaire* (MSSQ). OLBI digunakan untuk mengukur tingkat kejenuhan, dan MSSQ digunakan untuk mengukur stresor dan tingkat stres pada mahasiswa kedokteran. Meskipun sudah ada banyak penelitian yang mengungkapkan penggunaan MSSQ dan OLBI sebelum dan selama pandemi, namun masih sedikit penelitian yang mengungkapkan penggunaan OLBI pada mahasiswa kedokteran di Indonesia selama pandemi COVID-19.

1.3.Pertanyaan Penelitian

Apakah ada hubungan antara stres akademik dengan kejenuhan akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan selama pandemi COVID-19?

1.4.Tujuan Penelitian

1.4.1. Tujuan Umum

- a. Untuk mengetahui stres akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan selama pandemi COVID-19.
- b. Untuk mengetahui kejenuhan akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan selama pandemi COVID-19.

1.4.2. Tujuan Khusus

Untuk mengetahui hubungan antara stres akademik dengan kejenuhan akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan dalam pembelajaran daring selama pandemi COVID-19.

1.5.Manfaat Penelitian

1.5.1. Manfaat Umum

- a. Dapat menambah wawasan untuk mahasiswa kedokteran Universitas Pelita Harapan tentang hubungan stres akademik dan kejenuhan akademik selama pandemi COVID-19.
- b. Dapat dijadikan referensi untuk penelitian-penelitian yang juga ingin meneliti hubungan stres akademik dengan kejenuhan akademik.

1.5.2. Manfaat Khusus

- a. Dapat meningkatkan wawasan peneliti tentang hubungan stres akademik dengan kejenuhan akademik pada mahasiswa kedokteran selama pandemi COVID-19.

- b. Dapat memberi wawasan dan kepedulian untuk menjaga kesehatan mental dan meningkatkan kompetensi mahasiswa kedokteran sebagai upaya pencegahan stres akademik dan kejenuhan akademik selama pandemi COVID-19.

