

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Depresi didefinisikan sebagai gangguan medis umum dan serius yang memengaruhi cara melihat sesuatu, merasakan sesuatu dan memikirkan hal-hal dengan cara yang pesimis. Depresi bisa menyebabkan kematian jika tidak diobati, sementara *burnout* adalah fenomena bukan jenis depresi. *Burnout* secara medis didefinisikan sebagai *Burnout* fisik, emosi dan mental juga hidup berdampingan dengan motivasi rendah, orang-orang yang mengalami *burnout* tidak mampu mengatasi tetapi tidak kecenderungan bunuh diri.¹ Perdebatan mengenai depresi dan *burnout* yang tumpang tindih ini banyak dibahas sejak munculnya istilah *burnout* pada tahun 1970-an.

Sebuah penelitian menyatakan bahwa depresi mempengaruhi 1/3 dari populasi mahasiswa kedokteran, dan depresi memiliki tingkat perawatan yang rendah. Dari tahun ke tahun, tingkat depresi mahasiswa kedokteran telah banyak berubah. Menurut sebuah penelitian, perempuan tahun pertama pasca sarjana di negara Timur Tengah memiliki tingkat depresi sebanyak 33,5% dibandingkan laki-laki, dan tingkat depresi tersebut menurun secara drastis menjadi 20,5% pada tahun-tahun terakhir. 5,8% memiliki kecenderungan bunuh diri dan 12,9% yang menjalani pengobatan akibat depresi.

Menurut penelitian lain Vietnam kasus, prevalensi depresi yang dilaporkan di antara mahasiswa kedokteran adalah 15,2% dengan kecenderungan bunuh diri sebanyak 7,7%, dan kecenderungan bunuh diri disebabkan oleh beban status keuangan mahasiswa kedokteran. Jika dibandingkan dengan penelitian sebelumnya di timur tengah, tingkat depresi yang dialami lebih tinggi dan kecenderungan bunuh diri di Vietnam 1,9% lebih tinggi daripada di negara Timur Tengah.²

Sebuah artikel menyatakan bahwa depresi paling banyak ditemukan pada mahasiswa kedokteran Malaysia sebesar 53%, diikuti oleh mahasiswa kedokteran Cina dengan 36,01%, dan mahasiswa kedokteran India dengan 6,8%.³

Di Indonesia, prevalensi nasional depresi di kalangan orang dewasa muda diperkirakan 29,3% untuk depresi sedang dan 8,0% untuk depresi berat. Laki-laki memiliki tingkat depresi yang lebih besar (29,0%) dibandingkan perempuan (25,5%). Usia juga menjadi salah satu faktor depresi. Berhubungan dengan usia, masa remaja dan dewasa muda (berusia 15 hingga 24 tahun) adalah tahap penting dalam siklus kehidupan manusia. Selama masa-masa tersebut, individu harus berurusan dengan harapan keluarga dan komunitas mereka. Jika individu gagal mencapai harapan ini, individu menjadi rentan terhadap berbagai masalah seperti kesehatan mental yang buruk dan kebiasaan yang mengancam nyawa.⁴

Berdasarkan penelitian di Arab Saudi, prevalensinya adalah 13,4% karena data dianalisis berdasarkan jenis kelamin dengan perempuan 46% dan laki-laki dengan 54% tetapi rekor tertinggi adalah perempuan dengan 75,7% sindrom *burnout* dan laki-laki dengan 41,4%.⁵

Dari survei yang dilakukan di enam wilayah Indonesia, dilaporkan bahwa pelepasan, kelelahan, dan gejala kejiwaan 'minor' terjadi sebesar 93%, 95% dan 74%. Penyebab *burnout* menunjukkan pola yang jelas di seluruh wilayah. Mahasiswa kedokteran umumnya melaporkan *burnout* dari studi (71%), hubungan (46%), keuangan (29%) atau kekhawatiran akomodasi (7%). Untuk mengatasi hal tersebut, individu perlu mencari cara untuk mengatasinya dan perlu mencapai sebuah keseimbangan antara kepuasan dan harapan yang tinggi, tetapi hal tersebut masih sangat sulit dicapai. Selain itu, beberapa individu tidak dapat membangun manajemen stres dan langkah-langkah pencegahan kelelahan dari *burnout* akibat kurangnya bantuan kesehatan mental dari masing-masing sekolah.⁶

Berbagai penelitian juga menyatakan bahwa *burnout* mengarah pada kecenderungan bunuh diri yang memiliki prevalensi 11,1% dari 43 negara.

Dari 23 negara, penelitian juga membuktikan *burnout* memiliki prevalensi yang berbeda pada jenis kelamin dengan prevalensi 19% pada pria dan 22% pada wanita, dan penelitian ini diambil dari mahasiswa pre-klinis dan klinis.⁷

Gejala kelelahan dan depresi umumnya digunakan untuk menggambarkan keadaan emosional. Gejala depresi, di sisi lain, mungkin muncul di berbagai bidang kehidupan. Menurut variabel yang mendasarinya, depresi memanifestasikan dirinya dalam berbagai pola gejala. *Burnout* dapat digunakan sebagai kehidupan kerja yang setara dengan gejala depresi berdasarkan temuan saat ini.

Dalam kasus gangguan depresi, gejalanya harus berlangsung setidaknya dua minggu, dan gangguan tersebut sudah perlu dianggap serius jika sudah mulai merusak kemampuan dan kualitas hidup individu yang fungsional. Akan tetapi, istilah "depresi" mungkin terbatas pada penggunaan klinis. Di satu sisi, kelelahan atau gejala depresi, dan depresi di sisi lain, dapat mengindikasikan berbagai tahap dalam siklus stres. Fenotipik yang sama dari konstruksi berkaitan dengan presentasi kelelahan dan depresi dengan gejala yang serupa dan terkait (misalnya, energi yang buruk dan harga diri). Namun, analisis komponen konfirmasi dalam berbagai penelitian telah mengungkapkan bahwa kelelahan dan gejala depresi tidak secara psikometrik berkelompok.⁸

1.2. Rumusan Masalah

Mahasiswa kedokteran lebih rentan terhadap *burnout* daripada populasi umum dan mahasiswa dari fakultas lain karena waktu dan materi yang perlu dipelajari sangat banyak dan sangat menuntut. Selain itu, ilmu kedokteran adalah ilmu yang tergolong cukup lama dan sulit. *Burnout* memiliki dampak negatif pada kemampuan akademik dan kehidupan pribadi siswa, yang dapat berlangsung hingga ke dalam kehidupan profesional apabila tidak ditangani segera.

1.3 Pertanyaan Penelitian

Apakah ada hubungan antara burnout dengan depresi pada mahasiswa fakultas kedokteran angkatan 2019-2021?

1.4. Tujuan Penelitian

1.4.1. Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya hubungan antara burnout dengan depresi pada mahasiswa fakultas kedokteran angkatan 2019-2021.

1.4.2. Tujuan Khusus

1. Mengetahui prevalensi *burnout* pada mahasiswa
2. Mengetahui prevalensi terjadi depresi pada mahasiswa
3. Mengetahui hubungan antara *burnout* dan depresi pada mahasiswa

1.5. Manfaat Penelitian

1.5.1. Akademik

Memberi data tambahan untuk Penelitian sebagai landasan mengenai hubungan antara *burnout* dan depresi.

1.5.2. Manfaat Praktis

1. Membantu memberikan gambaran yang lebih jelas tentang munculnya burnout akibat depresi, gejalanya dan cara meminimalkannya dalam kehidupan mahasiswa kedokteran.
2. Memberikan ilmu agar mencegah burnout dan depresi pada mahasiswa.