

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Burnout adalah sindrom psikologis yang menggambarkan kelelahan emosional, depersonalisasi, dan gangguan pencapaian pribadi yang disebabkan oleh faktor stress/*stressor* di tempat kerja yang berulang.¹ Populasi mahasiswa kedokteran umumnya memiliki prevalensi tinggi akan *burnout* yang terkait dengan faktor akademis^{2,3} Prevalensi burn out pada mahasiswa kedokteran di Inggris dilaporkan mendekati 23,3 - 33% pada 2 Universitas yang berbeda, yaitu *Manchester dan St. Andrews University*.⁴ Prevalensi *burnout* pada mahasiswa kedokteran di China dilaporkan lebih tinggi mencapai 25,2% - 71,1%.⁵ Secara nasional, terdapat penelitian tahun 2018 pada 300 mahasiswa kedokteran di Universitas Sriwijaya, Palembang dan prevalensi burn out mencapai 16,3%.⁶ Penelitian lain di Universitas Lampung tahun 2019 pada 230 mahasiswa kedokteran melaporkan prevalensi *burnout* mencapai 40%.⁷

Penyebab *burnout* pada mahasiswa kedokteran dapat berupa stress terhadap proses belajar kuliah kedokteran ataupun pengaruh dari kehidupan mahasiswa secara personal.⁸ Hal – hal terkait dengan proses pendidikan seperti ujian, beban belajar yang berlebihan, tekanan untuk mendapat nilai yang tinggi, dan faktor lainnya seperti dukungan sosial yang buruk, gangguan kesehatan, kurangnya aktivitas fisik, konflik, dan keadaan ekonomi yang buruk terbukti menaikkan terhadap persentase *Burnout*.^{8,9} *Burnout* sendiri dapat berdampak buruk bagi mahasiswa, karena dapat menimbulkan keinginan untuk berhenti kuliah pada mahasiswa, perasaan akan kehilangan makna hidup, dan berbagai gangguan psikiatri.¹⁰

Definisi dukungan sosial (*Social Support*) menurut *American Psychological Association* adalah ketersediaan pendampingan atau penghiburan kepada orang lain, secara khusus bertujuan untuk membantu mengatasi stres biologis, psikologis, dan sosial.¹¹ Dukungan sosial dapat diberikan melalui 5 bentuk, secara emosional, fisik, informasional, apresiasi/penghargaan, dan komunitas. Secara emosional dukungan sosial diartikan sebagai rasa empati, simpati, ataupun kepedulian orang lain, sedangkan secara fisik dukungan sosial dapat berupa barang konkrit atau objek seperti dana. Sedangkan secara informasional bentuk dukungan sosial berupa saran, bimbingan, dan masukkan pada orang lain, dan dukungan sosial komunitas memiliki makna adanya pendampingan dari orang lain dengan kondisi yang sama.¹² Di Indonesia, sudah ada penelitian deskriptif terhadap 1024 mahasiswa dari berbagai jurusan, dan perguruan tinggi di Indonesia, yang memberikan hasil bahwa sekitar 14,4%

mahasiswa memiliki dukungan sosial rendah, walaupun sebagian besar mahasiswa memiliki dukungan sosial sedang.¹³ Dukungan sosial yang rendah pada mahasiswa kedokteran dapat memiliki berbagai dampak buruk seperti penurunan performa akademis, kepercayaan diri menurun, tingginya tingkat stress maupun depresi, dan penurunan kualitas hidup.^{14,15}

Beberapa penelitian sebelumnya membuktikan bahwa adanya dukungan sosial rendah dapat menyebabkan kenaikan kejadian *burnout* pada mahasiswa kedokteran secara signifikan.^{2,5,16,17} Di Indonesia, penelitian tentang *burnout* kebanyakan dilakukan pada populasi non-mahasiswa kedokteran, seperti perawat dan tenaga kerja di bidang lainnya.¹⁸⁻²⁰ Sementara itu, penelitian yang menganalisis tentang *burnout* dan faktor – faktornya di populasi mahasiswa kedokteran diketahui belum banyak sehingga masih membutuhkan studi lebih lanjut.²¹⁻²³

Periode pelaksanaan penelitian yang dilakukan selama pandemi Covid 19 juga memunculkan ketertarikan peneliti untuk mencari tahu dampak dari pandemi terhadap gejala *burnout* khususnya mahasiswa fakultas kedokteran. Seperti yang diketahui, pandemi Covid 19 telah menyebabkan banyak perubahan dalam cara kehidupan sehari – hari populasi secara umum. Akibat nyata dari pandemi, seperti kegiatan belajar yang dilaksanakan secara virtual, harus beradaptasi dengan sistem pembelajaran yang baru, terbatasnya kontak fisik, mobilitas yang terhambat, dan lainnya terbukti dapat menyebabkan berbagai kesulitan dalam perkuliahan sehingga tingkat stress yang dialami menjadi lebih tinggi.^{24,25}

Perilaku *social distancing* yang berkepanjangan menyebabkan kurangnya interaksi dengan teman sebaya dapat menambah kemungkinan terjadinya *burnout*.²⁶ Munculnya berbagai masalah penyerta karena pandemi Covid 19 seperti kondisi ekonomi terganggu, khawatir akan kondisi kesehatan dirinya maupun orang terdekat, dan tidak yakin akan kelangsungan perkuliahan di masa depan merupakan contoh faktor *stress* lainnya yang mungkin menaikkan kejadian *burnout*.^{27,28} Penelitian sebelumnya terhadap 189 mahasiswa kedokteran di Medical School of University of Cyprus, Kepulauan Mediterania membuktikan adanya penurunan kesehatan mental dan kenaikan kejadian prevalensi *burnout* secara signifikan pada mahasiswa kedokteran setelah pandemi Covid 19.²⁹

1.2 Perumusan Masalah

Pada beberapa penelitian sebelumnya sudah ada studi yang menganalisis prevalensi burn out dengan dukungan sosial pada mahasiswa kedokteran. Hasil studi menunjukkan bahwa ada kenaikan prevalensi kejadian burn out pada mahasiswa kedokteran dengan dukungan sosial yang lebih rendah.^{9,28,30} Penelitian lain juga menyebutkan bahwa cara yang paling umum

dilakukan mahasiswa saat mengatasi gejala *burnout* adalah mencari dukungan sosial pada teman, keluarga, dan sesama mahasiswa.^{30,31}

Beberapa penelitian terdahulu mengatakan tidak ada korelasi antara tingkat dukungan sosial dengan kejadian *burnout* pada populasi mahasiswa kedokteran.^{32,33} Di Indonesia belum banyak penelitian yang dapat memaparkan prevalensi *burnout* pada mahasiswa kedokteran dan secara khusus membahas hubungannya dengan dukungan sosial.

Pandemi Covid 19 yang sedang terjadi di berbagai belahan dunia juga menarik perhatian berbagai kalangan karena merubah kehidupan manusia di berbagai bidang. Studi di luar negeri membuktikan adanya dampak negatif dari pandemi terhadap kesehatan mental melalui meningkatnya depresi dan anxietas, dan menurunnya kualitas tidur.³⁴ Banyak penelitian lain membuktikan Covid 19 dan kewajiban karantina meningkatkan tingkat stress, depresi, dan anxietas secara signifikan pada mahasiswa.³⁵⁻³⁷ Secara umum penelitian setuju bahwa gejala tersebut dicurigai berkembang menjadi *burnout* di kemudian hari.³⁸⁻⁴²

Dengan adanya kontradiksi pada hasil studi sebelumnya, penelitian yang membahas tentang topik ini di Indonesia masih kurang, dan adanya kemungkinan pengaruh dari pandemi Covid 19 terhadap studi ini, peneliti memutuskan melakukan analisis yang lebih mendalam tentang hubungan dukungan sosial dengan kejadian *burnout* pada mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan pada masa Covid 19.

1.3 Pertanyaan Penelitian

1.3.1 Bagaimana rata – rata kualitas dukungan sosial pada populasi mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan pada masa pandemi Covid 19?

1.3.2 Bagaimana rata – rata prevalensi kejadian *burnout* pada populasi mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan pada masa pandemi Covid 19?

1.3.3 Bagaimana pengaruh kualitas dukungan sosial terhadap gejala *burnout* pada populasi mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan pada masa pandemi Covid 19?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara kejadian *burnout* dengan tingkat dukungan sosial pada mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan pada masa pandemi Covid 19.

1.4.2 Tujuan Khusus

1.4.2.1 Mengetahui prevalensi kejadian *burnout* pada mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan pada masa pandemi Covid 19.

1.4.2.2 Mengetahui seberapa besar dampak dukungan sosial terhadap kejadian *burnout* pada mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan pada masa pandemi Covid 19.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Akademis

Mengetahui kepentingan untuk melakukan intervensi pada tingkat stress dan memberikan dukungan sosial bagi mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan pada masa pandemi Covid 19.

1.5.2 Manfaat Praktis

1.5.2.1 Memberikan kesadaran untuk memberi dukungan sosial pada mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan pada masa pandemi Covid 19.

1.5.2.2 Memberikan kesadaran untuk menghindari stress berlebihan pada mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan pada masa pandemic Covid 19.