

**HUBUNGAN *BURNOUT* DENGAN PRESTASI AKADEMIK
PADA MAHASISWA ANGKATAN 2022 FAKULTAS
KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
SUMATERA UTARA**

SKRIPSI



UMSU
Unggul | Cerdas | Terpercaya

Oleh :

HELDI NABYLA SYA'BANIAH

2208260089

**FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA**

MEDAN

2025

**HUBUNGAN *BURNOUT* DENGAN PRESTASI AKADEMIK
PADA MAHASISWA ANGKATAN 2022 FAKULTAS
KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
SUMATERA UTARA**

**Skripsi ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh
kelulusan sarjana kedokteran**



UMSU
Unggul | Cerdas | Terpercaya

Oleh :

HELDI NABYLA SYA'BANIAH

2208260089

**FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
MEDAN
2025**

HALAMAN ORISINALITAS

Saya yang bertandatangan dibawah ini menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Heldi Nabyla Sya'baniah
NPM : 2208260089
Prodi/Bagian : Pendidikan Dokter
Judul Skripsi : HUBUNGAN *BURNOUT* DENGAN PRESTASI AKADEMIK
PADA MAHASISWA ANGKATAN 2022 FAKULTAS
KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
SUMATERA UTARA

Demikian pernyataan ini saya buat, untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Medan, 05 Desember 2025



(Heldi Nabyla Sya'baniah)



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI PENELITIAN & PENGEMBANGAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEDOKTERAN

Biro Administrasi : Jalan Gedung Arca No. 53 Medan 20217 Telp. 061-7350163 Ext. 11 Fax. 061-7363488 E-mail : fk.umsu@yahoo.com

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh

Nama : HELDI NABYLA SYA'BANIAH
NPM : 2208260089
Judul : HUBUNGAN *BURNOUT* DENGAN PRESTASI AKADEMIK PADA
MAHASISWA ANGKATAN 2022 FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

DEWAN PENGUJI

Pembimbing,

(dr. Rahmi, M.Biomed)

Penguji 1

(dr. Desi Isnayanti, M.Pd.Ked)

Penguji 2

(dr. Nurhasanah, Sp.KJ)

Mengetahui,



Dekan FKIK UMSU
(dr. Siti Mashiana Siregar, Sp. THT-KL(K)
NIDN : 0106098201

Ketua Program Studi
Pendidikan Dokter
FKIK UMSU

(dr. Desi Isnayanti, M.Pd.Ked)
NIDN : 0112098605

Ditetapkan di : Medan
Tanggal : 05 Desember 2025

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah Subhanahu Wa Ta'ala, yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, atas limpahan rahmat, hidayah, kekuatan, serta kemudahannya sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“HUBUNGAN BURNOUT DENGAN PRESTASI AKADEMIK PADA MAHASISWA ANGKATAN 2022 FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA”** ini dengan baik hingga mencapai tahap akhir.

Segala proses yang telah dilalui baik tantangan, pelajaran, maupun pengalaman berharga tidak terlepas dari pertolongan Allah Subhanahu Wa Ta'ala yang senantiasa menghadirkan jalan di setiap kesulitan, ketenangan di setiap kegelisahan, serta harapan di setiap keraguan. Saya menyadari sepenuhnya bahwa tanpa izin dan ridho-Nya setiap langkah dalam penyusunan skripsi ini tidak akan mampu terselesaikan sebagaimana mestinya. Oleh karena itu, pada kesempatan ini saya ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada berbagai pihak yang telah memberikan dukungan, doa, bimbingan, dan semangat dalam proses penelitian dan penyusunan skripsi ini:

1. Diri saya sendiri. Terimakasih banyak atas keteguhan, usaha, dan kesabaran dalam menghadapi setiap tantangan, rasa lelah, serta tekanan selama proses penelitian dan penulisan berlangsung.
2. Ayah (Indra Budi) dan bunda (Helpita, S.pd) tercinta. Kepada ayah, terima kasih telah mengajarkan arti sebuah perjuangan dan pengorbanan, ayah selalu menghadirkan keyakinan bahwa tidak ada hal yang mustahil selama disertai usaha dan doa. Kepada bunda, terima kasih karena selalu menjadi tempat penulis berkeluh kesah, tempat pulang yang penuh kehangatan serta menjadi sumber ketenangan ketika dunia terasa berat. Doa serta dukungan yang ayah dan bunda berikan tanpa henti menjadi kekuatan terbesar sehingga saya dapat berada di titik ini. Semoga pencapaian ini dapat menjadi ladang pahala bagi kedua orangtua saya, sekaligus menjadi jejak yang mampu membalas sebagian kecil dari kasih sayang, pengorbanan, dan ketulusan yang telah diberikan

sepanjang hidup saya. Saya berharap langkah ini dapat menjadi kebanggaan dan sedikit bukti bahwa setiap doa ayah dan bunda tidak pernah sia-sia.

3. Adik-adik tersayang. Terima kasih atas tawa, semangat, dan perhatian yang diberikan selama saya menjalani masa-masa sulit perkuliahan. Kalian adalah penguat bagi keluarga sekaligus menjadi sumber semangat dalam menjalani setiap proses.
4. Nenek, om, tante, serta seluruh keluarga besar, terima kasih atas setiap doa dan dukungan yang telah diberikan. Secara khusus, saya menyampaikan terima kasih yang sedalam-dalamnya untuk Almarhum om Wawan, yang sejak awal pendaftaran kuliah selalu membantu, mendukung, dan mendoakan saya. Bahkan hingga akhir hayatnya, beliau tidak pernah berhenti mengkhawatirkan serta menginginkan yang terbaik bagi saya. Semoga segala kebaikan beliau menjadi amal jariyah dan mendapatkan tempat terbaik di sisi Allah Subhanahu Wa Ta'ala.
5. dr. Siti Masliana Siregar, Sp.THT-KL (K) selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
6. dr. Desi Isnayanti, M.Pd.Ked selaku Ketua Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara serta sebagai dosen penguji 1 dalam penelitian ini, yang telah memberikan banyak masukan dan arahan hingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
7. dr. Rahmi, M. Biomed selaku dosen pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran dalam mengarahkan dan memberikan bimbingan dengan sebaik-baiknya selama penyusunan skripsi ini.
8. dr. Nurhasanah, Sp.KJ selaku dosen penguji 2 yang telah memberikan banyak masukan dan arahan hingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
9. Dr. Isra Thristy, M. Biomed selaku dosen pembimbing akademik. Terima kasih atas setiap waktu, ilmu, dan nasihat yang telah diberikan kepada saya.
10. Sahabat-sahabat terbaik: Yofi, Dhea, Viki, dan Tata. Terima kasih atas kebersamaan yang telah terjalin sejak masa SMA hingga kini menapaki tahap akhir pendidikan dokter bersama. Terima kasih atas setiap pengalaman,

dukungan, dan semangat yang diberikan dalam setiap proses yang dilalui bersama.

11. Keluarga besar FK UMSU Angkatan 2022 atas kebersamaannya selama ini. Terutama teman-teman baik saya selama masa perkuliahan yang telah membantu dalam penelitian ini (Febi, Tama, Tika, Farah, Diva, dan Nadila). Terima kasih atas bantuan, kerja sama, dan kebersamaan yang telah mengurangi tekanan selama penyusunan skripsi. Dukungan emosional maupun akademik dari kalian sangat berarti dalam menyelesaikan penelitian ini.
12. Semua pihak lainnya yang tidak dapat disebutkan satu persatu, terima kasih atas bantuan, dukungan, dan doa yang turut mengiringi proses ini.

Saya berharap segala kebaikan dari semua pihak dibalas oleh Allah Subhanahu Wa Ta'ala dengan keberkahan, kesehatan, dan kebahagiaan yang berlimpah. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat dan menjadi langkah awal menuju pengembangan ilmu yang lebih baik.

Medan, 05 Desember 2025

Penulis



(Heldi Nabyla Sya'baniah)

HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademika Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara,
saya yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama : Heldi Nabyla Sya'baniah

NPM : 2208260089

Fakultas : Pendidikan Dokter

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk memberikan kepada Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas skripsi saya yang berjudul: **“Hubungan *Burnout* dengan Prestasi Akademik pada Mahasiswa Angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara**“ beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara berhak menyimpan, mengalih media/formatkan mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*) merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Medan

Pada tanggal : 05 Desember 2025

Yang menyatakan



Heldi Nabyla Sya'baniah

ABSTRAK

Pendahuluan: *Burnout* merupakan kondisi kelelahan emosional, fisik, dan kognitif akibat stres berkepanjangan yang sering dialami mahasiswa kedokteran karena tingginya beban akademik, tuntutan psikologis, dan lingkungan belajar yang kompetitif. Prevalensi *burnout* pada penelitian sebelumnya dilaporkan tinggi pada mahasiswa kedokteran, yaitu 33-88%, dan kondisi ini dapat berdampak pada penurunan konsentrasi, motivasi, serta prestasi akademik mahasiswa. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain analitik dengan pendekatan *cross-sectional* dan pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *consecutive sampling* pada 100 mahasiswa angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Tingkat *burnout* diukur menggunakan *Maslach Burnout Inventory–Student Survey* (MBI-SS), sedangkan prestasi akademik dinilai melalui Indeks Prestasi Kumulatif (IPK). Data dianalisis menggunakan uji statistik yaitu uji korelasi *Spearman rho*. **Hasil:** Penelitian ini memiliki 7% responden yang mengalami *burnout*, sedangkan 93% tidak mengalami *burnout*. Pada dimensi *burnout*, 38% responden memiliki *emotional exhaustion* kategori tinggi dan 62% dalam kategori rendah, 8% memiliki *cynicism* tinggi dengan 92% *cynicism* rendah, dan 39% memiliki *reduced academic efficacy* tinggi dengan 61% responden memiliki *reduced academic efficacy* yang rendah. Nilai IPK rata-rata responden dalam penelitian ini adalah 3,25 yang termasuk kategori baik. Hasil uji korelasi *Spearman's rho* antara *burnout* dengan prestasi akademik menunjukkan nilai $p=0.444$ ($p>0.05$). **Kesimpulan:** Penelitian ini menyimpulkan bahwa *burnout* tidak memiliki hubungan signifikan dengan prestasi akademik pada mahasiswa angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Kata kunci: *Burnout*, IPK, mahasiswa kedokteran, MBI-SS, prestasi akademik

ABSTRACT

Introduction: Burnout is a condition characterized by emotional, physical, and cognitive exhaustion resulting from prolonged stress, and is commonly experienced by medical students due to high academic demands, psychological pressure, and a competitive learning environment. Previous studies have reported a high prevalence of burnout among medical students, ranging from 33% to 88%, and this condition may negatively impact concentration, motivation, and academic performance. **Methods:** This study employed an analytical design with a cross-sectional approach. Sampling was conducted using the consecutive sampling technique involving 100 students from the 2022 cohort of the Faculty of Medicine, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Burnout levels were measured using the Maslach Burnout Inventory–Student Survey (MBI-SS), while academic performance was assessed through Grade Point Average (GPA). Data were analyzed using the Spearman’s rho correlation test. **Results:** A total of 7% of respondents experienced burnout, while 93% did not. For the burnout dimensions, 38% of respondents had high emotional exhaustion and 62% had low emotional exhaustion; 8% had high cynicism and 92% had low cynicism; and 39% had high reduced academic efficacy with 61% categorized as low. The average GPA of respondents was 3.25, categorized as good. The Spearman’s rho test showed no significant relationship between burnout and academic performance $p = 0.444$ ($p > 0.05$). **Conclusion:** This study concludes that burnout is not significantly associated with academic performance among the 2022 cohort of medical students at the Faculty of Medicine, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Keywords: Academic performance, Burnout, GPA, MBI-SS, Medical students

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN ORISINALITAS	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN.....	Error! Bookmark not defined.
KATA PENGANTAR.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1. Latar belakang	1
1.2. Rumusan masalah.....	3
1.3. Tujuan umum	4
1.4. Tujuan khusus	4
1.5. Manfaat penelitian.....	4
1.5.1. Manfaat teori	4
1.5.2. Manfaat praktis.....	4
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	5
2.1. <i>Burnout</i>	5
2.1.1. Definisi <i>burnout</i>	5
2.1.2. Komponen <i>burnout</i>	5
2.1.3. Faktor penyebab <i>burnout</i>	6
2.1.4. Dampak <i>burnout</i>	7
2.1.5. Patofisiologi <i>burnout</i>	8
2.1.6. Alat ukur <i>burnout</i>	9

2.2. Prestasi akademik.....	9
2.2.1. Pengertian prestasi akademik.....	9
2.2.2. Faktor yang memengaruhi prestasi akademik.....	10
2.2.3. Alat ukur prestasi akademik.....	10
2.3. Hubungan <i>burnout</i> dengan prestasi akademik	11
2.4. Kerangka teori	13
2.5. Kerangka konsep.....	14
2.6. Hipotesa	14
BAB 3 METODE PENELITIAN.....	15
3.1. Definisi operasional	15
3.2. Jenis penelitian.....	16
3.3. Waktu dan tempat penelitian.....	16
3.3.1. Waktu penelitian	16
3.3.2. Tempat penelitian.....	17
3.4. Populasi dan sampel penelitian	17
3.4.1. Populasi.....	17
3.4.2. Sampel.....	17
3.4.2.1. Kriteria inklusi	17
3.4.2.2. Kriteria eksklusi	17
3.4.3. Besar sampel	17
3.5. Teknik pengumpulan data.....	18
3.5.1. Instrumen penelitian.....	18
3.6. Pengolahan dan analisis data.....	19
3.6.1. Pengolahan data	19
3.6.2. Analisis data	20
3.7. Alur penelitian.....	21
BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN.....	22
4.1. Hasil penelitian.....	22
4.1.1. Analisis univariat	22
4.1.1.1. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin.....	22
4.1.1.2. Distribusi dan <i>cut-off</i> skor <i>burnout</i>	23

4.1.1.3. Distribusi frekuensi responden berdasarkan kondisi <i>burnout</i>	23
4.1.1.4. Distribusi frekuensi responden berdasarkan dimensi <i>burnout</i>	24
4.1.1.5. Distribusi prestasi akademik (IPK).....	24
4.1.2. Analisis bivariat	24
4.1.2.1. Hubungan <i>burnout</i> dengan prestasi akademik	24
4.2. Pembahasan.....	25
BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN.....	30
5.1. Kesimpulan	30
5.2. Saran.....	30
DAFTAR PUSTAKA	32
LAMPIRAN.....	36

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Patokan Acuan Penilaian (PAP)	11
Tabel 3. 1 Definisi operasional	15
Tabel 4. 1 Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin.....	22
Tabel 4. 2 Distribusi dan <i>cut-off</i> skor <i>burnout</i>	23
Tabel 4. 3 Distribusi frekuensi responden berdasarkan kondisi <i>burnout</i>	23
Tabel 4. 4 Distribusi frekuensi responden berdasarkan dimensi <i>burnout</i>	24
Tabel 4. 5 Distribusi prestasi akademik (IPK)	24
Tabel 4. 6 Hubungan <i>burnout</i> dengan prestasi akademik	24

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka teori	13
Gambar 2. 2 Kerangka konsep	14
Gambar 3. 1 Alur penelitian.....	21

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Penjelasan Kepada Responden.....	36
Lampiran 2 Lembar Persetujuan Menjadi Responden	37
Lampiran 3 Penilaian Prestasi Akademik dan Kuesioner <i>Burnout</i>	38
Lampiran 4 <i>Blue Print</i> Kuesioner MBI-SS	40
Lampiran 5 <i>Ethical Clearance</i>	41
Lampiran 6 Surat Izin Penelitian.....	42
Lampiran 7 Surat Selesai Penelitian	43
Lampiran 8 Master Data.....	44
Lampiran 9 Data Statistik SPSS.....	49
Lampiran 10 Rumus Perhitungan Batas Kritis Dimensi <i>Burnout</i> (MBI-SS).....	55
Lampiran 11 Dokumentasi	56
Lampiran 12 Daftar Riwayat Hidup.....	57
Lampiran 13 Artikel Ilmiah	58

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar belakang

Burnout merupakan suatu kondisi gangguan psikologis yang ditandai dengan kelelahan secara emosional, fisik, dan kognitif, sebagai akibat dari paparan stres yang berlangsung lama dan tidak terselesaikan. Adapun penyebab kondisi ini bersifat multifaktorial yang melibatkan aspek internal (seperti kesehatan fisik dan mental) dan eksternal (seperti lingkungan belajar, beban akademik, masalah keluarga, dll.) dari individu tersebut.¹

Burnout juga termasuk kondisi yang umumnya terjadi pada individu dengan tekanan kerja tinggi, terutama pada individu yang ambisius, kompetitif, berorientasi pada pencapaian, serta memiliki rasa urgensi dan kontrol yang kuat terhadap waktu. Selain itu, individu dengan sifat neurotisisme, seperti mudah cemas, rentan secara emosional, dan memiliki kesadaran diri yang tinggi juga lebih berisiko mengalami *burnout*.¹

Burnout sangat relevan dalam konteks pendidikan kedokteran, yang dikenal memiliki beban akademik dan psikologis yang kompleks. Mahasiswa kedokteran harus menghadapi jadwal padat yang terdiri dari kuliah, ujian, dan praktik klinis, sekaligus terlibat secara langsung dengan penderitaan, penyakit, dan kematian seseorang. Hal ini menuntut tidak hanya dalam kompetensi teknis, tetapi juga ketahanan mental dan emosional.²

Mahasiswa kedokteran umumnya juga menunjukkan kepribadian yang kompetitif, perfeksionis, serta memiliki ketakutan yang lebih tinggi terhadap suatu kegagalan. Kombinasi dari kepribadian tersebut menyebabkan tingginya tingkat kelelahan emosional dan depersonalisasi atau sinisme pada suatu individu, sehingga nantinya keadaan ini akan dapat meningkatkan risiko terjadinya *burnout* dan gangguan mental lainnya.³

Tingginya risiko *burnout* pada mahasiswa kedokteran dibandingkan mahasiswa program studi lainnya dibuktikan dengan prevalensi *burnout* pada mahasiswa kedokteran yang cukup mengkhawatirkan. Dalam sebuah meta analisis pada tahun 2022 menunjukkan prevalensi keseluruhan *burnout* dari 42 studi yang

dipilih secara acak dan melibatkan 26.824 yang mengevaluasi prevalensi *burnout* pada mahasiswa kedokteran yaitu mencapai 37,23%.⁴ Sedangkan beberapa jurnal menyatakan bahwa tingkat *burnout* pada mahasiswa kedokteran 33,4% sampai 55%, bahkan dalam beberapa penelitian lain menunjukkan tingkat prevalensi *burnout* dapat mencapai hingga 88%.^{2,5}

Salah satu aspek yang paling terdampak akibat *burnout* adalah capaian prestasi akademik mahasiswa kedokteran. Kelelahan berat, baik secara fisik, emosional, maupun mental, dapat mengganggu konsentrasi, daya ingat, dan kemampuan berpikir kritis pada mahasiswa kedokteran. Hal ini berdampak secara langsung pada kesulitan dalam memahami materi perkuliahan, menurunnya motivasi dalam belajar, serta berkurangnya efisiensi dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik. Akumulasi dari semua ini sering kali menyebabkan penurunan nilai akademik, pengulangan mata kuliah, keterlambatan masa studi, bahkan peningkatan risiko putus kuliah.³

Penelitian sebelumnya mengungkapkan bahwa mahasiswa kedokteran yang mengalami *burnout* cenderung memiliki nilai akademik lebih rendah dibandingkan mahasiswa tanpa *burnout* begitu pula sebaliknya.⁶ Namun hal ini berbanding terbalik dengan beberapa penelitian yang menyatakan *burnout* dan prestasi akademik tidak memiliki hubungan.⁷

Beberapa faktor yang dapat menjelaskan ketidaksignifikanan hubungan tersebut adalah adanya pengaruh dari faktor internal dan eksternal yang kompleks terhadap pencapaian belajar. Faktor internal seperti kondisi psikis, motivasi, kesehatan, dan keyakinan diri dalam belajar dapat berperan penting. Mahasiswa yang memiliki motivasi belajar tinggi cenderung lebih tangguh dalam menghadapi tekanan akademik dan mampu mempertahankan prestasi meskipun mengalami *burnout*. Mereka juga lebih mampu menyesuaikan diri dengan proses pembelajaran serta mengantisipasi terjadinya *burnout* akademik. Selain itu, faktor eksternal seperti metode pembelajaran, kurikulum, dan suasana lingkungan belajar juga dapat memengaruhi pencapaian akademik secara independen tanpa bergantung langsung pada tingkat *burnout* yang dialami mahasiswa.⁸ Penelitian lain menyebutkan bahwa perkembangan *burnout* juga dapat dipengaruhi oleh interaksi antara mahasiswa

dengan dosen dan tingkat dukungan sosial yang mereka terima, semakin sedikit interaksi dan dukungan yang mahasiswa terima maka semakin besar pula risiko terjadinya *burnout*.⁷

Oleh karena itu, penulis tertarik untuk meneliti hubungan *burnout* dan prestasi akademik. Alasan penulis melakukan penelitian ini disebabkan belum ditemukannya penelitian terkait hubungan *burnout* dan prestasi akademik di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara serta adanya perbedaan hasil dari penelitian-penelitian sebelumnya. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Penulis memilih populasi tersebut karena mereka berada pada tingkat akhir masa studi preklinik yang memiliki beban akademik cenderung lebih berat dan kompleks. Mahasiswa pada angkatan ini telah melewati berbagai tahap ujian dan evaluasi, serta menghadapi tekanan akademik yang berlangsung dalam jangka waktu panjang. Selain memiliki jadwal kuliah padat, mengikuti *Small Group Discussion* (SGD), membuat logbook, dan menyelesaikan ujian-ujian blok serta ujian *Objective Structured Clinical Examination* (OSCE), mereka juga dihadapkan pada sejumlah tuntutan lain secara bersamaan, seperti menyusun dan mempresentasikan proposal skripsi, memperbaiki nilai mata kuliah yang masih rendah, Kuliah Kerja Nyata (KKN), hingga mempersiapkan diri untuk transisi ke tahap profesi. Berbagai beban dan *deadline* ini menyebabkan tingkat *burnout* yang dialami oleh mahasiswa angkatan 2022 cenderung memiliki risiko lebih tinggi sehingga angkatan ini dipandang relevan dan representatif untuk diteliti dalam mengkaji hubungan antara *burnout* dengan prestasi akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

1.2. Rumusan masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah:

Apakah terdapat hubungan antara *burnout* dengan prestasi akademik pada mahasiswa angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara?

1.3. Tujuan umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *burnout* dengan prestasi akademik pada mahasiswa angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

1.4. Tujuan khusus

Tujuan khusus pada penelitian ini adalah:

1. Menilai *burnout* pada mahasiswa angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
2. Mengidentifikasi capaian prestasi akademik pada mahasiswa angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

1.5. Manfaat penelitian

1.5.1. Manfaat teori

Penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber referensi tentang hubungan *burnout* dengan prestasi akademik pada mahasiswa. Serta diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu kedokteran nantinya.

1.5.2. Manfaat praktis

- 1) Bagi institusi pendidikan

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan evaluasi dalam merancang intervensi atau program pendamping untuk kesehatan mental bagi mahasiswa Fakultas Kedokteran.

- 2) Bagi mahasiswa

Penelitian ini dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya menjaga kesehatan mental sebagai bagian dari strategi mencapai keberhasilan akademik.

- 3) Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi rujukan dalam pengembangan studi lanjutan terkait hubungan *burnout* dengan prestasi akademik di lingkungan pendidikan kedokteran.

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1. *Burnout*

2.1.1. Definisi *burnout*

Burnout merupakan suatu kondisi psikologis negatif yang pertama kali dikemukakan oleh Freudenburg, yang ditandai dengan penurunan energi fisik, emosional, dan mental secara bertahap akibat tekanan pekerjaan berlebihan. Selanjutnya, Maslach mengembangkan konsep *burnout* sebagai sindrom multidimensional yang meliputi kelelahan emosional, depersonalisasi, serta menurunnya pencapaian dan komitmen pribadi.⁹

Menurut *World Health Organization* (WHO), *burnout* merupakan sindrom yang timbul akibat stres kronis di tempat kerja dan tidak berhasil dikelola dengan baik.¹⁰ Secara umum, *burnout* adalah respon individu terhadap stres kronis yang berkembang secara progresif dan pada akhirnya menjadi kondisi yang berdampak terhadap kesehatan mental.¹¹

2.1.2. Komponen *burnout*

Burnout terdiri dari tiga komponen utama yaitu:

1. Kelelahan emosional (*Emotional exhaustion*)

Kondisi ini menggambarkan stres mendasar pada individu akibat tuntutan kerja berlebihan, ditandai dengan hilangnya energi secara bertahap dan diwujudkan melalui rasa lelah baik secara fisik, psikologis, atau keduanya.¹²

2. Depersonalisasi (*Cynicism*)

Aspek sinisme yang mencerminkan berkurangnya motivasi serta meningkatnya jarak emosional terhadap pekerjaan, yang ditandai melalui respon negatif, tidak berperasaan, atau rasa keterpisahan terhadap berbagai aspek pekerjaan.^{12,13}

3. Penurunan pencapaian pribadi (*Reduced academic efficacy*)

Perasaan terbatas dalam kemampuan serta ketidakpuasan terhadap hasil pekerjaan yang dilakukan.¹³

Dalam penelitian mengenai *burnout* dipaparkan bahwa kondisi ini dapat dinilai melalui dua pendekatan yaitu model dua dimensi dan model tiga dimensi. Model dua dimensi terdiri dari 2 komponen yaitu mencakup kelelahan emosional (*Emotional Exhaustion*) dan sikap depersonalisasi atau sinisme (*Cynicism*), sedangkan model tiga dimensi terdiri dari tiga komponen dengan menambahkan komponen penurunan pencapaian pribadi (*Reduced academic Efficacy*) sebagai bagian dari penilaian.¹⁴

2.1.3. Faktor penyebab *burnout*

Beberapa faktor yang dapat menyebabkan *burnout* diantaranya adalah:

a. Beban akademik berlebih

Tingginya beban akademik, baik dari segi kuantitas (jumlah tugas, ujian, laporan praktikum) maupun kualitas (tingkat kesulitan materi), dapat menimbulkan kelelahan fisik dan mental. Kondisi ini dapat menyebabkan *burnout* dan membuat mahasiswa menjauh secara emosional dari perkuliahan sebagai bentuk mekanisme pertahanan diri.¹¹

b. Tuntutan emosional

Mahasiswa kedokteran sering dituntut untuk menekan atau menyembunyikan emosi pribadi, misalnya saat menghadapi pasien demi menunjukkan sikap profesional. Pengendalian emosi yang terus-menerus ini dapat meningkatkan beban psikologis dan berkontribusi pada *burnout*.^{11,15}

c. Supervisi yang buruk dan ketidakadilan

Persepsi pengawasan dari dosen atau pembimbing yang tidak memadai seperti terlalu otoriter, tidak memberikan apresiasi, atau perlakuan yang dirasa tidak adil dapat menurunkan motivasi dan meningkatkan risiko *burnout*. Sebaliknya, dukungan dan perlakuan adil dapat memperbaiki kondisi psikologis pada mahasiswa.¹¹

d. Kurangnya dukungan sosial

Dukungan sosial berperan penting sebagai pelindung terhadap stres dan kelelahan akademik sehingga dukungan yang rendah dari teman atau dosen juga dapat menjadi pemicu *burnout*.¹¹

e. Jam belajar yang padat

Mahasiswa kedokteran sering menghadapi jadwal belajar yang padat serta tugas laporan yang menumpuk. Kondisi ini dapat mengganggu waktu istirahat, menurunkan konsentrasi serta meningkatkan stres dan menjadi pemicu terjadinya *burnout*.¹¹

f. Faktor individu

Karakter individu seperti mudah cemas, perfeksionis atau sulit mengelola stres dapat meningkatkan risiko *burnout* pada mahasiswa kedokteran. Sebaliknya mahasiswa yang stabil secara emosional, terbuka terhadap tantangan, dan merasa mampu mengendalikan situasi cenderung lebih tahan terhadap tekanan akademik.¹¹

2.1.4. Dampak *burnout*

a. Dampak psikologis

Burnout dapat menyebabkan gangguan kognitif dan emosional, seperti kesulitan berkonsentrasi, kecemasan, depresi, insomnia, serta peningkatan konsumsi alkohol dan tembakau. Dalam beberapa kasus, *burnout* juga dikaitkan dengan risiko bunuh diri.¹¹

b. Dampak perilaku dan akademik

Burnout sering dikaitkan dengan penurunan motivasi belajar, ketidakhadiran kuliah dan lebih banyak absen, penurunan kinerja atau prestasi akademik, bahkan niat untuk berhenti studi atau *drop-out*. Selain itu, dapat muncul perilaku tidak adaptif seperti penyalahgunaan zat atau narkoba dan menarik diri dari lingkungan sosial.¹⁶

c. Dampak kesehatan

Individu yang mengalami *burnout* lebih rentan terhadap gangguan fisik seperti nyeri otot, gangguan lambung, penyakit jantung, sakit kepala, nyeri punggung, penurunan imunitas, serta kelelahan kronis.¹⁶

d. Dampak institusional

Secara institusional, *burnout* pada mahasiswa dapat menciptakan lingkungan belajar yang tidak kondusif, menurunkan efektivitas proses pendidikan, serta berpotensi menambah beban pada sistem pendidikan kedokteran.¹¹

2.1.5. Patofisiologi *burnout*

Secara fisiologis, ketika seseorang terpapar stres psikososial, jalur saraf glutamatergik akan menstimulasi korteks prefrontal medial dan korteks cingulate anterior. Kedua area ini kemudian mengirim sinyal penghambat ke amigdala melalui jalur ke saraf GABAergik yang berfungsi untuk mengontrol reaksi emosional terhadap stres. Mekanisme ini merupakan bagian penting dalam regulasi persepsi terhadap stres, terutama yang berkaitan dengan tekanan pekerjaan.¹

Pada kondisi stres yang berlangsung lama, seperti yang terjadi pada *burnout*, terjadi peningkatan pelepasan glutamat dan glukokortikoid di area korteks prefrontal. Kelebihan aktivitas ini dapat menyebabkan kerusakan saraf dan melemahkan kemampuan korteks prefrontal untuk menghambat aktivitas amigdala. Akibatnya amigdala menjadi hiperaktif dan menyebabkan peningkatan aktivitas *Hipotalamic Pituitary Adrenal* (HPA) serta kortisol dan katekolamin, sehingga hal ini menimbulkan stimuli introseptif yang menyebabkan respon emosional yang tidak proporsional terhadap stres psikososial atau tekanan kerja dan adanya persepsi kelelahan dan penurunan motivasi pada seseorang.¹⁶

Selain itu, kondisi ini juga dapat menyebabkan perubahan morfologis pada amigdala, seperti peningkatan volume, percabangan dendrit, dan kepadatan spine neuron, yang berhubungan dengan tingginya tingkat stres. Aktivitas otak dalam kondisi ini turut memengaruhi integrasi antara fungsi kognitif, emosional, dan otonom.¹

Stres berkepanjangan yang bersifat neurotoksik tersebut berkontribusi pada munculnya berbagai gejala *burnout* seperti gangguan fungsi eksekutif, kesulitan mengendalikan perhatian, gangguan memori kerja, kelelahan emosional, serta peningkatan iritabilitas, kecemasan, dan kelelahan fisik. Individu yang mengalami *burnout* memerlukan lebih banyak upaya mental dalam menyelesaikan tugas-tugas kognitif, yang pada akhirnya menyebabkan kelelahan mental. Waktu pemulihan mental juga menjadi lebih lama setelah aktivitas kognitif selesai. Meskipun demikian, masih belum sepenuhnya dipahami sejauh mana defisit fungsi eksekutif dan perubahan struktur serta fungsi otak ini berdampak pada proses kognitif tingkat tinggi, seperti pengambilan keputusan dan penilaian.¹

2.1.6. Alat ukur *burnout*

Maslach Burnout Inventory (MBI) adalah alat ukur utama yang digunakan dalam menilai risiko *burnout* serta sudah tervalidasi, bahkan MBI sudah digunakan sejak tahun 1980-an dan 90% pada makalah empiris menggunakan pengukuran ini.^{11,15,17}

Beberapa jenis instrument yang dikembangkan untuk mengukur *burnout* sesuai dengan karakteristik respondennya adalah Versi *Human Service Survey* (MBI-HSS) digunakan untuk menilai *burnout* pada tenaga kesehatan dan profesi di bidang pelayanan. Versi *Educators Survey* (MBI-ES) digunakan untuk kalangan pendidik seperti guru dan dosen. Sementara itu, *General Survey* (MBI-GS) diterapkan pada populasi umum atau sampel tenaga kerja dari berbagai bidang profesi non-pelayanan. Sedangkan, khusus untuk mahasiswa, digunakan versi *Student Survey* (MBI-SS) yang berasal dari adaptasi *General Survey* (MBI-GS).^{11,17}

2.2. Prestasi akademik

2.2.1. Pengertian prestasi akademik

Prestasi akademik merupakan hasil dari proses pembelajaran yang dijalani mahasiswa selama menempuh pendidikan tinggi, yang tercermin dari peningkatan pengetahuan kemampuan menyelesaikan masalah secara analitik, serta penguasaan keterampilan dan kompetensi sesuai bidang studi. Bagi mahasiswa kedokteran, prestasi akademik tidak hanya menunjukkan keberhasilan dalam memahami materi kedokteran, tetapi juga kemampuan dalam menerapkan ilmu tersebut secara klinis. Secara umum, prestasi akademik juga dapat diukur melalui Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) melalui evaluasi formal seperti ujian serta pencapaian kompetensi klinik.¹⁸

Dengan demikian prestasi akademik mahasiswa kedokteran dapat dimaknai sebagai hasil akhir dari proses belajar yang mencerminkan tingkat penguasaan ilmu, keterampilan, serta kesiapan fisik dan mental sebagai calon tenaga medis profesional sesuai standar kompetensi kedokteran.¹⁸

2.2.2. Faktor yang memengaruhi prestasi akademik

Secara garis besar faktor-faktor yang berpengaruh terhadap prestasi belajar dapat diklasifikasikan dalam tiga kelompok, yaitu:

1. Faktor internal, yaitu faktor yang berasal dari dalam diri individu dan memengaruhi proses serta hasil belajar seperti kondisi fisiologis seseorang berupa kesehatan tubuh berperan penting dalam menjaga stamina dan konsentrasi selama belajar. Sementara itu, secara psikologis, faktor seperti motivasi belajar, minat terhadap mata kuliah, rasa percaya diri, tingkat kecemasan dan kemampuan mengelola stress sangat berpengaruh terhadap semangat dan ketekunan mahasiswa dalam melaksanakan perkuliahan.^{19,20,21,22}
2. Faktor eksternal, yaitu faktor yang terdiri dari berbagai aspek lingkungan yang berada di luar diri seseorang. Faktor sosial meliputi dukungan orang tua, keluarga, teman, dan dosen dapat memberikan pengaruh positif maupun negatif terhadap semangat belajar. Selain itu, lingkungan belajar seperti suasana rumah, ruang belajar, dan fasilitas kampus juga turut menentukan efektivitas belajar seseorang.^{19,20}
3. Faktor pendekatan belajar, yaitu cara atau strategi belajar yang digunakan, termasuk metode yang dipakai untuk menjalankan kegiatan belajar. Pendekatan belajar mencakup strategi yang dipilih mahasiswa dalam menghadapi proses pembelajaran, hal ini dapat berupa cara mencatat, teknik membaca, diskusi kelompok, praktik langsung, maupun pemanfaatan media digital.^{19,23}

2.2.3. Alat ukur prestasi akademik

Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) merupakan salah satu parameter yang lazim digunakan untuk mengukur tingkat keberhasilan akademik mahasiswa. IPK adalah rata-rata nilai yang didapatkan dari seluruh semester yang berjalan. Adapun rumus untuk menghitung IPK yaitu:

$$\text{IPK} = \frac{\sum (\text{SKS matakuliah} \times \text{bobot nilai})}{\sum \text{SKS mata kuliah yang sudah diambil}}$$

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan IPK sebagai alat ukur prestasi akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, dan Patokan Acuan Penilaian (PAP) yang berlaku di lingkungan universitas tersebut adalah sebagai berikut.²⁴

Tabel 2. 1 Patokan Acuan Penilaian (PAP)

Nilai	Skor	Grade	Pujian
A	80 - 100	4	Istimewa
A-	76 – 79,99	3,67	Sangat baik
B+	73 – 75, 99	3,33	Lebih baik
B	70 – 72,99	3,00	Baik
B-	65 – 69,99	2,67	Cukup baik
C+	60 – 64,99	2,33	Lebih dari cukup
C	55 – 59,99	2,00	Cukup
D	50 – 54,99	1,00	kurang
E	< 50	0	Gagal

2.3. Hubungan *burnout* dengan prestasi akademik

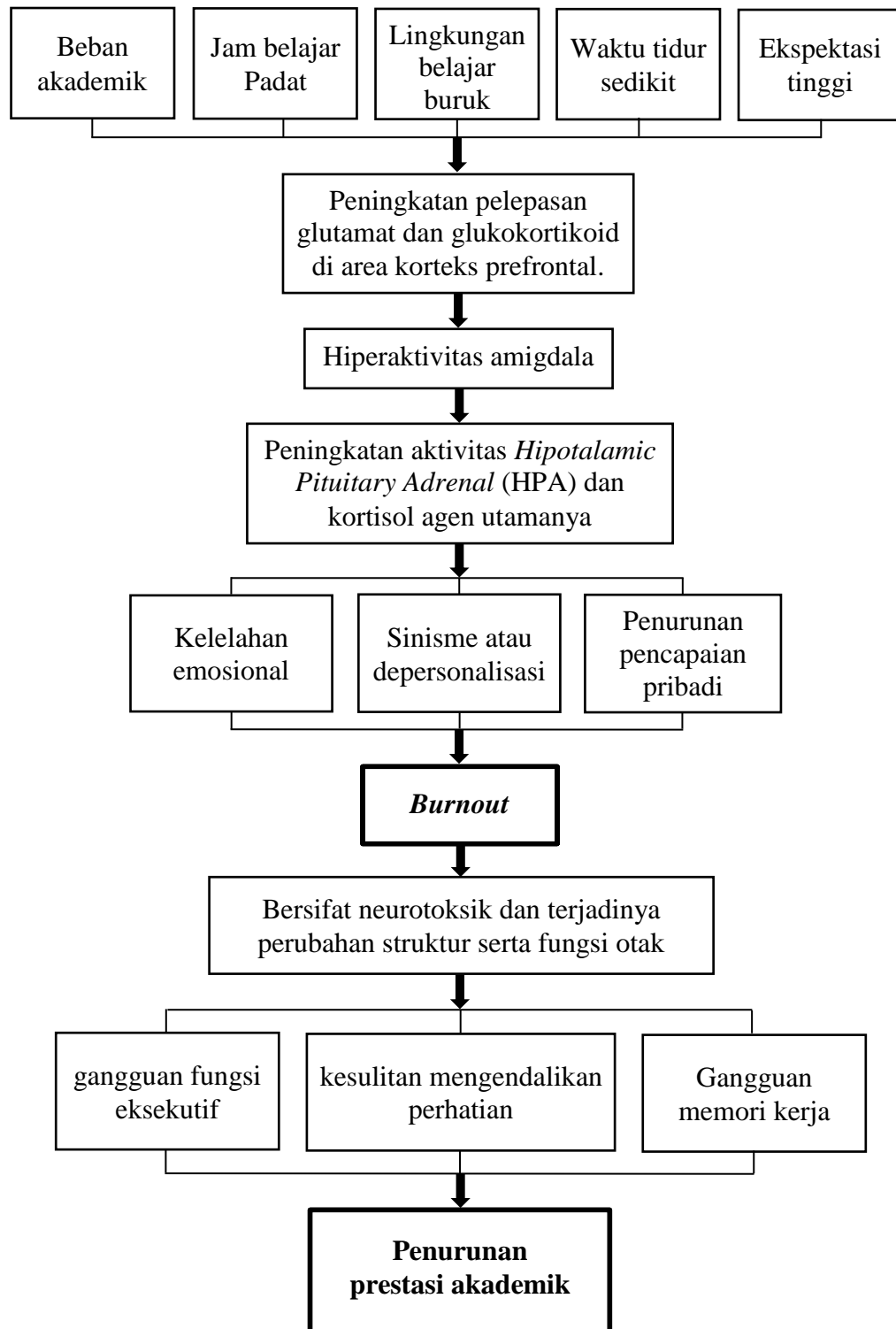
Meta analisis terbaru mengungkapkan bahwa sebagian besar mahasiswa kedokteran di negara maju mengalami salah satu dari gejala *burnout* selama masa pendidikan. Beberapa penelitian juga telah mengkaji hubungan antara *burnout* dengan prestasi akademik. Penelitian tersebut menemukan bahwa *burnout* memiliki hubungan negatif dengan prestasi akademik. Artinya semakin tinggi tingkat *burnout* yang dialami oleh mahasiswa maka semakin rendah prestasi akademik yang dicapai.^{6,25}

Uraian sebelumnya diperkuat oleh beberapa hasil penelitian yang menemukan bahwa *burnout* secara signifikan berdampak negatif terhadap pencapaian akademik dan kesejahteraan siswa.²⁵ Dalam penelitian lain yang dilakukan pada mahasiswa kedokteran *University of Illinois College of Medicine* menunjukkan bahwa mahasiswa yang mengalami *burnout* memiliki skor *Emotional Exhaustion* (EE) dan *Cynicism* (CY) yang lebih tinggi serta *Academic Efficacy*

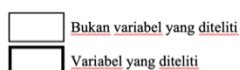
(AE) yang lebih rendah dibandingkan mahasiswa yang tidak mengalami *burnout*. Hal ini mengindikasikan bahwa *burnout* dapat berdampak pada performa dan prestasi akademik mahasiswa.^{14,26}

Sebaliknya, penelitian yang dilakukan pada mahasiswa kedokteran tahun kedua di Universitas Trisakti mendapatkan hasil bahwa tidak ditemukannya hubungan yang signifikan antara *burnout* dengan indeks prestasi akademik pada mahasiswa.⁸ Penelitian ini dilakukan untuk mengukur *burnout* serta Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) pada mahasiswa, namun hasilnya menunjukkan bahwa faktor-faktor seperti usia, jenis kelamin, dan IPK tidak berhubungan dengan *burnout*.⁸

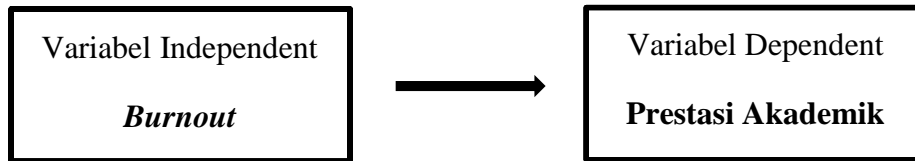
2.4. Kerangka teori



Gambar 2. 1 Kerangka teori



2.5. Kerangka konsep



Gambar 2. 2 Kerangka konsep

2.6. Hipotesa

Ha : Terdapat hubungan antara *burnout* dengan prestasi akademik pada mahasiswa angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

H0 : Tidak terdapat hubungan antara *burnout* dengan prestasi akademik pada mahasiswa angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

BAB 3
METODE PENELITIAN

3.1. Definisi operasional

Tabel 3. 1 Definisi operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Hasil	Skala Ukur
<i>Burnout</i>	Sindrom multidimensional yang meliputi kelelahan emosional, sinisme atau depersonalisasi, dan menurunnya pencapaian pribadi.	Kuesioner <i>Maslach Burnout Inventory-Student Survey</i> (MBI-SS). Terdiri dari 15 item dengan 3 komponen: a. <i>Emotional Exhaustion</i> (EE) = 5 item pertanyaan b. <i>Cynicism</i> (CY) = 4 item pertanyaan c. <i>Academic Efficacy</i> (AE) = 6 item pertanyaan Kuesioner ini menggunakan skala Likert (0-6)	a) <i>Burnout</i> , apabila terdapat skor tinggi minimal pada kedua dimensi (<i>Emotional Exhaustion</i> (EE) dan <i>Cynicism</i> (CY)). ²⁷ b) Tidak <i>burnout</i> , apabila terdapat skor rendah pada salah satu atau dua dimensi (<i>Emotional Exhaustion</i>	Nominal

			(EE) dan <i>Cynicism</i> (CY)). ²⁷	
Prestasi Akademik	hasil dari proses pembelajaran yang dijalani mahasiswa selama menempuh pendidikan tinggi, tercermin dari peningkatan pengetahuan, kemampuan menyelesaikan masalah secara analitik, serta penguasaan keterampilan dan kompetensi sesuai bidang studi.	Isian mandiri nilai Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) pada kuesioner oleh responden	Nilai IPK dalam bentuk angka	Rasio

3.2. Jenis penelitian

Penelitian ini merupakan jenis penelitian dengan desain analitik observasional dengan metode *cross-sectional*, yaitu pengumpulan data dalam penelitian dilakukan hanya satu waktu. Tujuan penelitian ini dilakukan adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan *burnout* dengan prestasi akademik pada mahasiswa angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

3.3. Waktu dan tempat penelitian

3.3.1. Waktu penelitian

Penelitian ini telah dilaksanakan pada bulan Agustus 2025 – November 2025.

3.3.2. Tempat penelitian

Penelitian dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara yaitu di Jl. Gedung Arca No.53, Teladan Baru, Kec. Medan Kota, Kota Medan, Sumatera Utara 20217.

3.4. Populasi dan sampel penelitian

3.4.1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa preklinik angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Adapun jumlah populasi mahasiswa angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara adalah 253 orang.

3.4.2. Sampel

Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan teknik *consecutive sampling*, yaitu berdasarkan ketersediaan mahasiswa angkatan 2022 di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi.

3.4.2.1. Kriteria inklusi

Kriteria inklusi yang harus dimiliki responden pada penelitian ini adalah:

1. Mahasiswa aktif angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.
2. Bersedia menjadi responden dan menandatangani lembar persetujuan (*informed consent*).

3.4.2.2. Kriteria eksklusi

Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mahasiswa yang pernah didiagnosis mengalami gangguan mental serta sedang atau pernah mengonsumsi obat psikotropika yang diresepkan oleh tenaga medis, khususnya dari poli kejiwaan.

3.4.3. Besar sampel

Jumlah sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus perhitungan berdasarkan uji korelasi (Cohen, 1988). Maka, rumus yang digunakan sebagai berikut:

$$n = \left[\frac{(Z\alpha + Z\beta)}{0.5 \ln \left[\frac{1+r}{1-r} \right]} \right]^2 + 3$$

Keterangan :

$Z\alpha$ = deviat baku alfa, yaitu $\alpha = 5\%$, maka $Z\alpha = 1,96$ (ketetapan)

$Z\beta$ = deviat baku beta, yaitu $\beta = 10\%$, maka $Z\beta = 1,28$ (ketetapan)

r = koefisien korelasi yang ditentukan = $0,3$.²⁸

$$n = \left[\frac{(Z\alpha + Z\beta)}{0.5 \ln \left[\frac{1+r}{1-r} \right]} \right]^2 + 3$$

$$n = \left[\frac{(1,96 + 1,28)}{0.5 \ln \left[\frac{1+0,3}{1-0,3} \right]} \right]^2 + 3$$

$$n = 92 \text{ sampel}$$

Dengan demikian, jumlah minimal sampel adalah 92 responden, namun pada penelitian ini digunakan sebanyak 100 responden.

3.5. Teknik pengumpulan data

Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data berupa kuesioner cetak (*hardcopy*) yang dibagikan secara langsung (luring) kepada mahasiswa kedokteran angkatan 2022 yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi di Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

3.5.1. Instrumen penelitian

1. Kuisisioner *burnout*

Penilaian *burnout* dilakukan menggunakan kuesioner *Maslach Burnout Inventory-Student Survey* (MBI-SS) yang sudah reliabel dan valid dengan nilai Cronbach's Alpha $\geq 0,05$.¹⁴ Kuesioner ini terdiri dari tiga dimensi yaitu *Emotional Exhaustion* (EE) yang terdiri dari 5 item pertanyaan, *Cynicism* (CY) dengan 4 item, dan *Academic Efficacy* (AE) memiliki 6 item, sehingga total pertanyaan dalam MBI-SS ini adalah 15 item pertanyaan yang sudah diterjemahkan.²⁹ Pada *Academic Efficacy* (AE) menggunakan *reverse scoring* yaitu skor yang tinggi menunjukkan

efikasi akademik yang rendah (*reduced academic efficacy*) sehingga risiko *burnout* dapat lebih tinggi. Ketiga komponen ini diukur menggunakan skala Likert yang terdiri dari 7 poin (Likert 0 = tidak pernah, sampai 6 = selalu).^{14,26}

Mengingat *cut-off point* resmi untuk MBI-SS telah dihapus pada edisi revisi tahun 2016 karena dianggap tidak memiliki validitas diagnostik yang memadai, maka dalam penelitian ini tidak digunakan *cut-off point* resmi.³⁰

Oleh karena itu, untuk menentukan seorang responden mengalami *burnout* digunakan pendekatan *cut-off* berbasis *Z-score*. Pendekatan ini didasarkan pada nilai rata-rata (*mean*) dan Standar Deviasi (SD) dari masing-masing dimensi, yang kemudian dikonversi menggunakan nilai *Z* sebagai dasar penetapan klasifikasi tingkat *burnout*. Nilai *Z* untuk *Emotional Exhaustion* (EE) yaitu $mean + (SD \times 0,5)$, sedangkan untuk *Cynicism* (CY) adalah $mean + (SD \times 1,25)$. Sementara itu, dimensi *Academic Efficacy* (AE) menggunakan $mean + (SD \times 0,10)$. Penelitian ini menggunakan metode dua dimensi dengan responden dikategorikan mengalami *burnout* apabila memiliki skor tinggi pada *Emotional Exhaustion* (EE) dan *Cynicism* (CY). Sebaliknya, responden dikategorikan tidak mengalami *burnout* apabila memiliki skor rendah minimal pada dua dimensi *Emotional Exhaustion* (EE) dan *Cynicism* (CY).^{14,27}

2. Prestasi akademik

Prestasi akademik diukur menggunakan nilai IPK yang diperoleh melalui *self-report* dan ditulis langsung oleh responden di dalam lembar kuesioner.

3.6. Pengolahan dan analisis data

3.6.1. Pengolahan data

Data yang sudah terkumpul dari penelitian ini akan diolah dan dilakukan pemeriksaan kelengkapan sebagai berikut :

1. Editing

Seluruh kuesioner yang telah diisi oleh responden dikumpulkan dan ditinjau kembali untuk memastikan kelengkapan data yang diperoleh. Data yang tidak lengkap akan dicatat untuk dikeluarkan dari analisis.

2. Scoring

Data yang dikumpulkan akan diberi skor sesuai dengan skala Likert yang digunakan dalam instrument MBI-SS.

3. Coding

Data yang telah diberi skor kemudian diklasifikasikan dan dikodekan dalam bentuk numerik agar dapat diolah menggunakan perangkat lunak statistik.

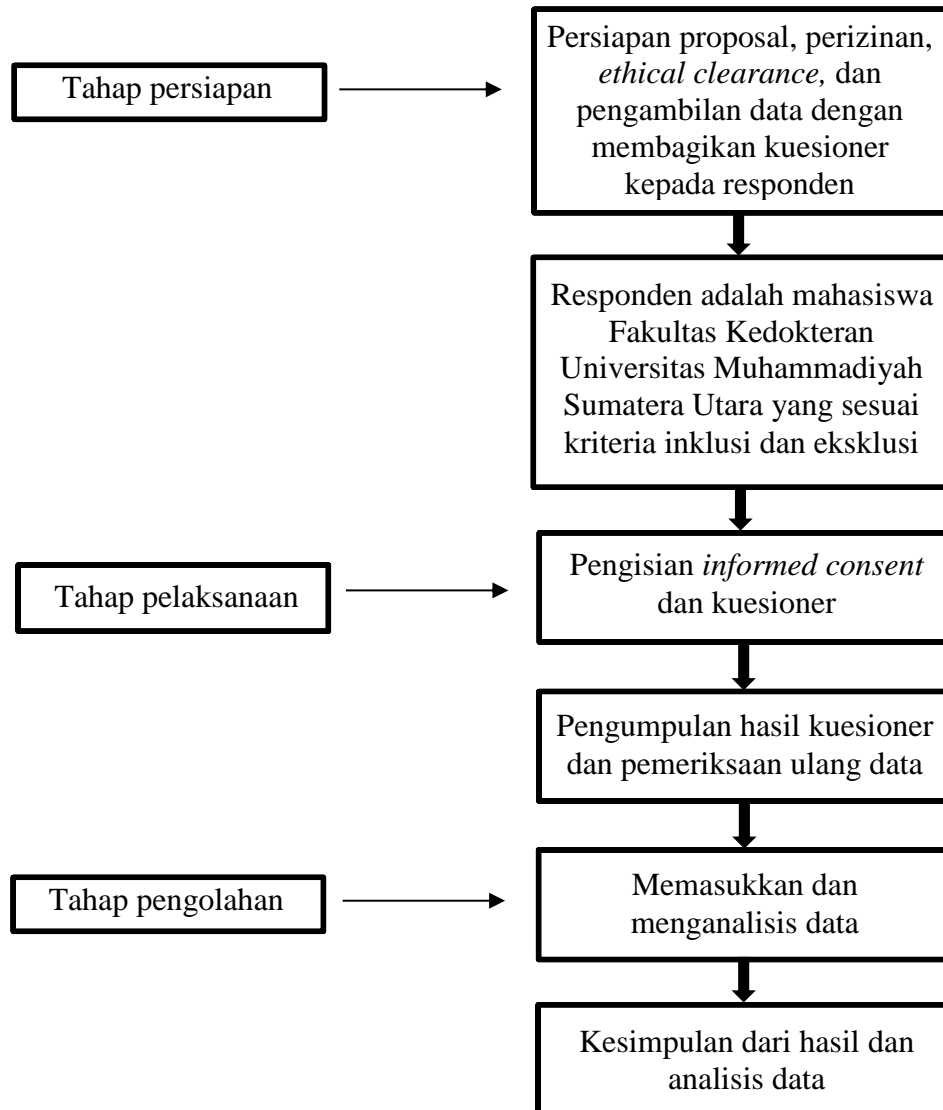
4. Tabulating

Melakukan analisis terhadap data yang telah diolah dengan menggunakan program statistik.

3.6.2. Analisis data

Data akan dianalisis melalui dua tahap, yaitu analisis univariat dan analisis bivariat sebagai bagian dari pengujian hipotesis. Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan karakteristik masing-masing variabel. Sementara itu, analisis bivariat bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara *burnout* dengan prestasi akademik pada mahasiswa angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Hubungan kedua variabel diuji menggunakan korelasi *Spearman's rho*. Analisis ini juga dilakukan dengan bantuan dari program SPSS versi terbaru. Hasil dianggap signifikan secara statistik jika nilai $p < 0,05$.

3.7. Alur penelitian



Gambar 3. 1 Alur penelitian

BAB 4

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1. Hasil penelitian

Penelitian ini dilaksanakan selama bulan Agustus hingga November tahun 2025 di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, di jalan Gedung Arca No.53, Teladan Barat, Kecamatan Medan Kota, Kota Medan, Sumatera Utara. Sebelum penelitian dilakukan, peneliti telah memperoleh izin dan persetujuan dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Hal ini dibuktikan dengan adanya surat persetujuan etik bernomor 1621KEPK/FKUMSU/2025.

Responden dalam penelitian ini adalah mahasiswa angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara yang berjumlah 100 orang dan telah memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan sebelumnya. Sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *consecutive sampling*. Seluruh data dalam penelitian ini merupakan data primer yang diperoleh langsung melalui pengisian kuesioner oleh responden. Selanjutnya, data akan dianalisis secara univariat untuk melihat karakteristik dari variabel penelitian dan analisis bivariat untuk mengidentifikasi hubungan antar variabel. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan program SPSS dengan uji korelasi *Spearman's rho*.

4.1.1. Analisis univariat

4.1.1.1. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin

Tabel 4. 1 Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase (%)
Perempuan	78	78%
Laki-laki	22	22%
Total	100	100%

Berdasarkan tabel 4.1, diketahui bahwa total responden dalam penelitian ini adalah 100 orang dan sebagian besar merupakan mahasiswa berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 78 responden (78%), sedangkan yang berjenis kelamin laki-laki terdiri dari 22 responden (22%).

4.1.1.2. Distribusi dan *cut-off* skor *burnout*

Tabel 4. 2 Distribusi dan *cut-off* skor *burnout*

Dimensi <i>burnout</i>	Mean	Standar deviasi	<i>Cut-off</i>
<i>Emotional exhaustion</i>	13,84	6,234	16,96
<i>Cynicism</i>	3,54	3,864	8,37
<i>Reduced academic efficacy</i>	8,58	4,814	9,6

Berdasarkan tabel 4.2 diketahui bahwa apabila skor *emotional exhaustion* dan *cynicism* lebih tinggi dari *cut-off* yang ditentukan, maka responden tersebut dikategorikan *burnout*. Sebaliknya, responden tidak dikatakan *burnout* jika terdapat skor rendah dari salah satu atau kedua dimensi tersebut.

4.1.1.3. Distribusi frekuensi responden berdasarkan kondisi *burnout*

Tabel 4. 3 Distribusi frekuensi responden berdasarkan kondisi *burnout*

Kondisi <i>burnout</i>	Frekuensi	Presentase (%)
<i>Burnout</i>	7	7%
Tidak <i>burnout</i>	93	93%
Total	100	100%

Berdasarkan tabel 4.3, dijumpai bahwa responden yang mengalami *burnout* pada penelitian ini adalah 7 responden (7%). Sedangkan responden yang tidak mengalami *burnout* sebanyak 93 responden (93%). Dengan demikian, sebagian besar mahasiswa angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara yang terlibat dalam penelitian ini tidak mengalami *burnout*.

4.1.1.4. Distribusi frekuensi responden berdasarkan dimensi *burnout*

Tabel 4. 4 Distribusi frekuensi responden berdasarkan dimensi *burnout*

Dimensi <i>burnout</i>	Kategori	Frekuensi	Presentase (%)
<i>Emotional exhaustion</i>	High	38	38%
	Low	62	62%
<i>Cynicism</i>	High	8	8%
	Low	92	92%
<i>Reduced academic efficacy</i>	High	39	39%
	Low	61	61%

Berdasarkan tabel 4.4, dapat diketahui bahwa responden yang mengalami tingkat *emotional exhaustion tinggi* sebanyak 38 orang (38%) dan kategori rendah 62 orang (62%). Adapun tingkat *cynicism tinggi* adalah 8 orang (8%) dan *cynicism rendah* berjumlah 92 orang (92%). Sedangkan pada *reduced academic efficacy*, kategori tinggi terdapat sebanyak 39 orang (39%) dan kategori rendah 61 orang (61%).

4.1.1.5. Distribusi prestasi akademik (IPK)

Tabel 4. 5 Distribusi prestasi akademik (IPK)

Prestasi akademik	Mean \pm SD
IPK	3,25 \pm 0,326

Berdasarkan tabel 4.5, maka dapat diketahui bahwa nilai rata-rata IPK responden adalah 3,25 dan standar deviasinya adalah 0,326.

4.1.2. Analisis bivariat

4.1.2.1. Hubungan *burnout* dengan prestasi akademik

Tabel 4. 6 Hubungan *burnout* dengan prestasi akademik

Variabel	r_s	<i>P-value</i>
<i>Burnout</i> – Prestasi akademik (IPK)	0.077	0.444

Berdasarkan tabel 4.6, diperoleh nilai koefisien korelasi *Spearman* (r_s) sebesar 0.077 yang menunjukkan bahwa arah hubungan antara *burnout* dengan

prestasi akademik adalah positif dengan kekuatan hubungan sangat lemah. Sedangkan, nilai signifikansi (*p-value*) sebesar 0.444 ($p > 0.05$). Melalui analisis tersebut, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara *burnout* dengan prestasi akademik pada mahasiswa angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

4.2. Pembahasan

Penelitian ini menggunakan responden berupa mahasiswa angkatan 2022 yang berasal dari Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara dengan 78% berjenis kelamin perempuan dan 22% adalah laki-laki. Distribusi kondisi *burnout* secara keseluruhan juga memperlihatkan bahwa hanya 7 responden (7%) yang mengalami *burnout*, sedangkan 93 responden (93%) tidak mengalami *burnout*. Rendahnya angka kejadian *burnout* pada penelitian ini didukung oleh penelitian terdahulu pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Trisakti angkatan 2021, yang melaporkan bahwa tingkat *burnout* akademik dalam penelitian tersebut lebih rendah dibandingkan dengan penelitian pada 375 mahasiswa kedokteran di India. Penelitian tersebut juga mengungkapkan bahwa masa pendidikan yang semakin lama akan mampu menurunkan angka *burnout* akademik.⁸

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi rendahnya *burnout* antara lain adalah kemampuan adaptasi mahasiswa yang semakin baik, motivasi internal, semakin bertambahnya usia, serta manajemen waktu yang lebih teratur dan dukungan sosial dari lingkungan akademik, baik itu dari dosen, sesama mahasiswa, ataupun fasilitas kampus yang mendukung kesehatan mental pada mahasiswanya.^{8,31,32} Peran *academic resilience* (kemampuan mengatasi kesulitan dalam lingkungan perkuliahan) dan meningkatnya *self-efficacy* (keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk mengatasi kesulitan dan menyelesaikan tugasnya dengan baik) seiring bertambahnya pengalaman belajar juga berperan dalam mencegah timbulnya *burnout* yang signifikan.^{33,34} Selain itu, rendahnya *burnout* pada penelitian ini juga dapat disebabkan adanya perbedaan metode skoring dan penentuan *cut-off* yang digunakan dengan penelitian sebelumnya.³⁵ Penelitian terdahulu masih menggunakan metode *cut-off* lama dengan nilai batas

yang lebih rendah, sehingga lebih banyak responden yang dikategorikan mengalami *burnout*. Sementara itu, penelitian ini menggunakan metode scoring dan *cut-off* terbaru yang telah direvisi, di mana nilai batas ditetapkan lebih tinggi terutama pada *emotional exhaustion* sehingga jumlah responden yang mengalami *burnout* menjadi lebih sedikit.³⁵

Berdasarkan distribusi frekuensi tiap dimensi *burnout*, diketahui bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki tingkat *emotional exhaustion* yang rendah yaitu sebesar 62% dan hanya 38% dengan tingkat tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa belum merasakan kehabisan seluruh energi atau kelelahan emosional yang berat serta masih memiliki antusiasme terhadap perkuliahan yang dijalani.³³

Pada dimensi depersonalisasi atau *cynicism*, sebagian besar mahasiswa juga menunjukkan kategori yang rendah sebesar 92% dan kategori tinggi 8%. Artinya, Sebagian besar mahasiswa belum menunjukkan sikap sinis terhadap kegiatan perkuliahan dan masih memiliki pandangan positif terhadap proses pembelajaran di fakultas kedokteran.³⁶

Reduced academic efficacy juga menunjukkan kategori cenderung rendah yaitu sebesar 61% dan kategori tinggi 39%. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa yakin terhadap kemampuan akademiknya dan menggambarkan adanya perasaan kompeten dalam dirinya untuk menyelesaikan tuntutan perkuliahan di fakultas kedokteran.³⁷ Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya, yang mengungkapkan bahwa *academic efficacy* adalah faktor penting yang dapat mempengaruhi *burnout* pada mahasiswa. Penelitian ini juga mengungkapkan bahwa semakin baik efikasi akademik maka semakin rendah risiko *burnout* yang dialami mahasiswa.³⁸

Temuan dalam penelitian ini sebanding dengan penelitian sebelumnya yang mengungkapkan bahwa mahasiswa kedokteran di Universitas Muhammadiyah Surabaya memiliki tingkat *burnout* yang rendah terutama pada *emotional exhaustion* dan *cynicism*. Penelitian tersebut mengindikasikan bahwa rendahnya *burnout* pada mahasiswa bukan fenomena yang berdiri sendiri, melainkan bersifat

multifaktorial. Beberapa komponen *burnout* seperti *cynicism* dan *self-efficacy* juga terbukti berpengaruh terhadap performa akademik pada mahasiswa.³⁶

Berdasarkan ketiga dimensi *burnout* yang telah disebutkan sebelumnya, kemampuan adaptasi memiliki peran yang sangat penting dalam menentukan tingkat *burnout* yang dialami oleh mahasiswa. Apabila kemampuan adaptasi mahasiswa tergolong baik, maka mereka akan mampu merespon perubahan yang tidak pasti serta tuntutan akademik secara lebih efektif.³² Mahasiswa akan mampu mengatur dan memonitor aspek kognitif, perilaku serta respon emosionalnya terhadap tekanan perkuliahan dengan lebih optimal.³² Sebaliknya, mahasiswa yang gagal menyesuaikan diri dengan lingkungan akademik dapat mengalami tekanan emosional, stres akademik dan risiko *burnout* yang lebih tinggi serta dapat menurunkan motivasi belajar.³¹ Kondisi ini berpotensi memicu perilaku prokrastinasi akademik, meningkatnya rasa kelelahan, serta menurunnya produktivitas dalam menjalani perkuliahan.³¹

Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh nilai rata-rata prestasi akademik pada mahasiswa angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara adalah sebesar $3,25 \pm 0,33$. Hasil ini menunjukkan bahwa secara umum prestasi akademik mahasiswa berada pada kategori baik karena rata-rata IPK yang diperoleh berada di atas 3,00.²⁴ Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa angkatan 2022 masih mampu mempertahankan prestasi akademik meskipun menghadapi berbagai tuntutan akademik di tahap akhir perkuliahan. Penelitian ini didukung oleh penelitian sebelumnya pada mahasiswa angkatan 2023 Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanegara, yang melaporkan bahwa mayoritas responden memiliki prestasi belajar yang baik pula yaitu dengan $IPK \geq 3$.³⁹ Prestasi akademik yang baik tidak hanya dipengaruhi oleh kemampuan pada diri mahasiswa, namun juga didukung oleh berbagai faktor seperti manajemen waktu yang baik, kompetensi tenaga pendidik, kondisi fisik dan mental mahasiswa, kualitas tidur, ketersediaan sarana dan prasarana, serta motivasi mahasiswa dalam belajar.^{8,35,40}

Berdasarkan analisis uji korelasi *Spearman's rho* pada penelitian ini, diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0.077 dengan *p-value* adalah 0.444 atau

>0.05. Hasil dari analisis ini mengungkapkan bahwa kekuatan hubungan kedua variabel sangat lemah dan menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *burnout* dengan prestasi akademik pada mahasiswa angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Hal ini mengindikasikan bahwa *burnout* yang dialami mahasiswa tidak berpengaruh terhadap capaian prestasi akademik mereka. Hasil ini didukung oleh penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa tidak ada korelasi yang signifikan antara *burnout* dengan pencapaian akademik.³⁶ Hal ini juga sejalan dengan temuan sebelumnya yang menyatakan bahwa kinerja akademik tidak dipengaruhi oleh adanya *burnout* ataupun gangguan psikologis sehingga tidak dapat dijadikan indikator ketidaknyamanan mahasiswa. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa gejala depresi tertentu yang dapat mempengaruhi kinerja akademik, terutama pada mahasiswa perempuan.⁴¹ Namun, hasil penelitian ini berbeda dengan beberapa penelitian sebelumnya yang melaporkan adanya hubungan negatif antara *burnout* dengan prestasi akademik.^{42,43} Ketidakkonsistenan hasil penelitian ini dengan penelitian sebelumnya dapat disebabkan oleh adanya perbedaan budaya, karakteristik responden, serta instrumen pengukuran yang digunakan.⁴⁴

Beberapa keterbatasan penelitian ini antara lain penelitian ini tidak menganalisis faktor-faktor eksternal yang berpotensi mempengaruhi *burnout* maupun prestasi akademik mahasiswa, seperti lingkungan belajar, kondisi psikologis serta dukungan sosial. Penelitian ini juga belum mempertimbangkan karakteristik responden secara lebih rinci, seperti perbedaan jenis kelamin ataupun usia sehingga memungkinkan adanya perbedaan atau bias hasil terkait tingkat *burnout* maupun prestasi akademik pada penelitian ini. Selain itu, penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional*. Desain ini hanya mengukur variabel *burnout* dan prestasi akademik pada satu waktu tertentu, sehingga tidak dapat menentukan urutan kejadian ataupun memastikan hubungan sebab-akibat antara kedua variabel tersebut. Dengan demikian, penelitian ini tidak dapat memastikan apakah *burnout* mempengaruhi prestasi akademik atau sebaliknya, prestasi akademik yang rendah justru memicu *burnout*. Penelitian ini juga hanya melibatkan 100 responden dari satu angkatan yaitu angkatan 2022, sehingga hasilnya belum dapat

digeneralisasikan untuk seluruh mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara dari berbagai angkatan

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan *burnout* dengan prestasi akademik pada mahasiswa angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, dapat disimpulkan bahwa:

1. Sebagian besar mahasiswa tidak mengalami *burnout*, yaitu sebesar 93%. Sedangkan yang mengalami *burnout* hanya 7% dari 100 responden penelitian.
2. Rata-rata prestasi akademik (IPK) mahasiswa angkatan 2022 adalah $3,25 \pm 0,33$, yang menandakan bahwa secara umum prestasi akademik mahasiswa angkatan 2022 dalam kategori baik.
3. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *burnout* dengan prestasi akademik pada mahasiswa angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

5.2. Saran

Melalui hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan *burnout* dengan prestasi akademik pada mahasiswa angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, maka peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi mahasiswa, diharapkan mahasiswa mampu mempertahankan kondisi psikologis yang stabil serta dapat mengelola stres akademik melalui manajemen waktu, istirahat cukup, dan dukungan sosial agar tidak mengalami peningkatan tingkat *burnout* di masa mendatang.
2. Bagi pihak fakultas, diharapkan dapat terus menciptakan lingkungan belajar yang mendukung kesehatan mental mahasiswa melalui kegiatan pembinaan serta layanan konseling bagi mahasiswa yang mengalami stres akademik.

3. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk melibatkan jumlah sampel yang lebih besar dan mencakup beberapa angkatan agar hasil penelitian dapat digeneralisasikan dengan luas.

DAFTAR PUSTAKA

1. Khammissa RAG, Nemutandani S, Feller G, Lemmer J, Feller L. Burnout phenomenon: neurophysiological factors, clinical features, and aspects of management. *J Int Med Res.* 2022;50(9). doi:10.1177/03000605221106428
2. Di Vincenzo M, Arsenio E, Della Rocca B, et al. Is There a Burnout Epidemic among Medical Students? Results from a Systematic Review. *Med.* 2024;60(4). doi:10.3390/medicina60040575
3. Cotobal Rodeles S, Martín Sánchez FJ, Martínez-Sellés M. Physician and Medical Student Burnout, a Narrative Literature Review: Challenges, Strategies, and a Call to Action. *J Clin Med.* 2025;14(7):1-18. doi:10.3390/jcm14072263
4. Almutairi H, Alsubaiel A, Abduljawad S, et al. Prevalence of Burnout in Medical Student: A Systemic Review and Meta Analisis. *Int J Soc Psychiatry.* 2021;(November 2021):1-14.
5. Kilic R, Nasello JA, Melchior V, Triffaux JM. Academic burnout among medical students: respective importance of risk and protective factors. *Public Health.* 2021;198:187-195. doi:10.1016/j.puhe.2021.07.025
6. Ilić IM, Ilić MD. The Relationship Between the Burnout Syndrome and Academic Success of Medical Students: A cross-sectional study. *Arh Hig Rada Toksikol.* 2023;74(2):134-141. doi:10.2478/aiht-2023-74-3719
7. Velando-Soriano A, Suleiman-Martos N, Pradas-Hernández L, et al. Factors Related to the Appearance and Development of Burnout in nursing students: a systematic review and meta-analysis. *Front Public Heal.* Published online 2023. doi:10.3389/fpubh.2023.1142576
8. Wahab R, Tjhin P, Istriana E. Jurnal Akta Trimedika (Hubungan Karakteristik Mahasiswa Dengan Burnout Akademik Pada Mahasiswa Kedokteran. The Relationship of Students Characteristics and Academic Burnout in Medical Students. *J Akta Trimedika.* 2024;1:30-41.
9. Lee M, Cha C. Interventions to reduce burnout among clinical nurses: systematic review and meta-analysis. *Sci Rep.* 2023;13(1):1-12. doi:10.1038/s41598-023-38169-8
10. Quesada-Puga C, Izquierdo-Espin FJ, Membrive-Jiménez MJ, et al. Job satisfaction and burnout syndrome among intensive-care unit nurses: A systematic review and meta-analysis. *Intensive Crit Care Nurs.* 2024;82(February):1-10. doi:10.1016/j.iccn.2024.103660
11. Edú-valsania S, Laguía A, Moriano JA. Burnout: A Review of Theory and Measurement. *Int J Environ Res Public Health.* 2022;19(3). doi:10.3390/ijerph19031780
12. Hodkinson A, Zhou, A, Johnson J, et al. Associations of physician burnout with career engagement and quality of patient care: systematic review and meta-analysis. *BMJ.* Published online 2022:1-15. doi:10.1136/bmj-2022-070442
13. Ramírez-Elvira S, Romero-Béjar JL, Suleiman-Martos N, et al. Prevalence, risk factors and burnout levels in intensive care unit nurses: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Environmental Research*

- and Public Health [revista en Internet] 2021 [acceso 27 de setiembre de 2023]; 18(1): 1-12. *Int J Environ Researgh Public Heal*. 2021;18(21):11432.
14. Obregon M, Luo J, Shelton J, Blevins T, MacDowell M. Assessment of burnout in medical students using the Maslach Burnout Inventory-Student Survey: a cross-sectional data analysis. *BMC Med Educ*. 2020;20(1):1-10. doi:10.1186/s12909-020-02274-3
 15. Bährer-Kohler S. Burnout for Experts: Prevention in the context of living and working. *Burn Expert Prev Context Living Work*. 2013;1-257.
 16. Syafira M, Khotimah S, Nugrahayu EY. Hubungan Stres dengan Burnout pada Mahasiswa Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman. *Jurnal Kedokteran Mulawarman*. 2023;10(1):14-15.
 17. Wang J, Liu C, Chen L, Liao Q, Liu G. Development of the social burnout scale for college students. *Front Psychol*. 2024;15(March):1-15. doi:10.3389/fpsyg.2024.1295755
 18. Risparyanto A, Fitriyanto RE. Pengaruh E-Resources Terhadap Prestasi Akademik Yang Dimediasi Oleh Perceived Usefulness. *Shaut Al-Maktabah J Perpustakaan, Arsip dan Dokumentasi*. 2023;15(1):103-117. doi:10.37108/shaut.v15i1.952
 19. Irvana Arofah, Besse Arnawisuda Ningsi LM. Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prestasi Akademik. 2020;1(5):4-10.
 20. Nurjannah Ramli, Pudji Muljono FMA. Faktor-Faktor yang Berpengaruh Terhadap Self Directed Learning Readiness dan Prestasi Akademik. 2018;(14):63-65. doi:10.15900/j.cnki.zylf1995.2018.02.001
 21. Havifa Nurhijatina A rosikh. Pengaruh Self-Efficacy dan Motivasi Belajar Terhadap Prestasi Belajar Siswa Kelas V MI NW Kawo. 2022;14(2):197-213.
 22. Janrino J.R Fanggidae, Ch.K. Ekowati, Juliana M.H. Nenohai PAU. Klasifikasi Faktor-Faktor yang Memengaruhi Prestasi Akademik Mahasiswa Pendidikan Matematika FKIP UNDANA Dengan Metode Chaid. 2021;2(1):23-33.
 23. Angelita M, Irene, Elvin C. Angmalingsang HISW. Hubungan antara Pendekatan Belajar dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Angkatan 2020. 2024;12(3):369-375.
 24. Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Panduan Akademik 2024-2025. Published online 2024.
 25. Özhan MB, Yuksel G. The Effect of School Burnout on Academic Achievement and Well-Being in High School Students: A Holistic Model Proposal. *Int J Contemp Educ Res*. 2022;8(1):145-162. doi:10.33200/ijcer.824488
 26. Amarsa, R. R, Ramdhani, R. N., Taufiq, A., & Saripah I. Kecenderungan Academic Burnout pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Indonesia. 2023;7(2):395-405.
 27. Leiter MP, Maslach C. The Problem with Cut-Off Scores for the Maslach Burnout Inventory. *MindgardenCom*. 2018;(May):1-2.

- <https://www.mindgarden.com/documents/MBI-Cutoff-Caveat.pdf>
28. Moosavian Hiaq SS, Tabrizi FJ, Parvan K, Sarbakhsh P, Dickens G. Relationship between burnout and occupational fatigue exhaustion and recovery among orthopaedic nurses in Tabriz, Iran: a cross-sectional survey. *BMJ Open*. 2024;14(8):1-8. doi:10.1136/bmjopen-2024-084522
 29. Istiqomah N, Hamdani. Survey Tingkat Kejenuhan Akademik Mahasiswa Jurusan Pendidikan Olahraga Selama Pandemi Covid-19. *J Pendidik Olahraga dan Kesehatan*. 2021;09(03):229-234.
 30. Widhianingtanti LT, van Luijelaar G. The Maslach-Trisni Burnout Inventory: Adaptation for Indonesia. *J Pengukuran Psikol dan Pendidik Indones*. 2022;11(1):1-21. doi:10.15408/jp3i.v11i1.24400
 31. Sari IP. Gambaran Proses Adaptasi Mahasiswa dalam Menghadapi Stres Akademik. 2022;1(02):86-93.
 32. Nabila W, Nanik I, Partini P. Stres akademik mahasiswa ditinjau dari motivasi berprestasi, kemampuan adaptasi dan dukungan sosial pada pembelajaran daring di masa pandemi Covid-19. 2022;3(1).
 33. Dung T, Thi P, Duong NT. Investigating learning burnout and academic performance among management students : a longitudinal study in English courses. Published online 2024:1-15.
 34. Romano L, Consiglio P, Angelini G, Fiorilli C. Between Academic Resilience and Burnout : The Moderating Role of Satisfaction on School Context Relationships. Published online 2021:770-780.
 35. Wati HM, A IDF, Susanti L. Hubungan dimensi burnout terhadap Performa akademik mahasiswa kedokteran. 2025;7(1):8-17.
 36. Yuliyanasari N, Nur S, Akil H, Subagyo R. Burnout Among Undergraduate Medical Students and its Effect on the Academic Performance. 8(1).
 37. Arlinkasari F, Akmal Z. Hubungan antara School Engagement , Academic Self-Efficacy dan Academic Burnout pada Mahasiswa. :81-102.
 38. Wasito Ayua, Yoenanto NH. Pengaruh Academic Self-efficacy terhadap Academic Burnout Pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi. 1(1):112-119.
 39. Hasan M, Malik R. Hubungan motivasi belajar dan prestasi akademik pada mahasiswa kedokteran Universitas Tarumanagara angkatan 2023. 2025;7(1):120-126.
 40. Triabdi J, Alexandra FD, Jelita H, et al. Hubungan seleksi jalur masuk penerimaan mahasiswa baru dengan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Palangka Raya. 2021;IX(2):1372-1377.
 41. Badii IC, Altarriba C, Company AC, et al. Psychological distress , burnout , and academic performance in first year college students. Published online 2022.
 42. Hosseini SM, Pourafzali SM, Shahraki HR. Investigation of academic motivation in medical student and its association with clinical education quality academic achievement and academic burnout. Published online 2022:1-9. doi:10.4103/jehp.jehp
 43. Qin Z, Yang G, Lin Z, Ning Y. The impact of academic burnout on academic

- achievement : a moderated chain mediation effect from the perspective.
44. Gradiski IP, Borovecki A, Curkovic M, García-Gómez E, Bolton RCD, Vivanco L. Factors influencing burnout in croatian medical students: the roles of lifelong learning and loneliness. *Perspect Med Educ.* 2025;14(1):274-285. doi:10.5334/pme.1468

LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Penjelasan Kepada Responden

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Perkenalkan, saya Helda Nabyla Sya'baniah (NPM: 2208260089), saat ini saya sedang melakukan penelitian dengan judul: "**Hubungan *burnout* dengan prestasi akademik pada mahasiswa angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.**" Tujuan penelitian ini adalah mengetahui apakah terdapat hubungan antara *burnout* dengan prestasi akademik pada mahasiswa angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Sebagai responden, saudara/i akan diminta untuk mengisi data diri pada lembar persetujuan dan selanjutnya akan mengisi kuesioner yang telah disediakan sesuai dengan keadaan sebenarnya. Kuesioner yang telah diisi akan dikumpulkan dan diolah lebih lanjut untuk memperoleh hasil penelitian.

Partisipasi saudara/i bersifat sukarela dan tanpa adanya paksaan. Setiap data yang ada dalam penelitian ini akan dirahasiakan dan digunakan untuk kepentingan penelitian. penelitian ini tidak akan membebankan biaya apapun kepada saudara/i.

Apabila saudara/i membutuhkan penjelasan lebih lanjut, maka dapat menghubungi saya melalui:

Nama : Helda Nabyla Sya'baniah

Alamat : Jalan Ar. Hakim, Gg. Pertama No.9, Medan Area,
Kota Medan

No.HP : 08170510030 / 082282543017

Saya mengucapkan terima kasih atas kesediaan saudara/i dalam berpartisipasi di penelitian ini. Keikutsertaan saudara/i akan memberikan manfaat penting dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya terkait hubungan *burnout* dengan prestasi akademik pada mahasiswa kedokteran.

Setelah memahami penjelasan ini, diharapkan saudara/i dapat mengisi lembar persetujuan yang telah disediakan.

Lampiran 2 Lembar Persetujuan Menjadi Responden

LEMBAR PERSETUJUAN DAN DATA DIRI RESPONDEN

Nama :
 Jenis Kelamin : L / P
 No. HP/WA :
 Kelas :
 Angkatan : 2022

Dengan ini menyatakan bersedia menjadi responden dalam penelitian yang dilakukan oleh:

Nama : Haldi Nabyla Sya'baniah
 NPM : 2208260089

Dengan judul penelitian: "Hubungan *Burnout* dengan Prestasi Akademik pada Mahasiswa Angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara."

Sebelumnya saya telah diberikan penjelasan terkait tujuan, prosedur, dan manfaat penelitian ini serta saya telah diberikan kesempatan untuk bertanya untuk hal-hal yang belum dipahami dan telah mendapatkan jawaban dari pertanyaan yang sudah saya berikan. Saya mengerti bahwa prosedur pengumpulan data adalah dalam bentuk pengisian kuesioner dan tidak menyebabkan efek samping apapun. Oleh karena itu, saya bersedia secara sukarela menjadi responden penelitian dengan penuh kesadaran serta tanpa paksaan dari siapapun, sehingga saya bisa menolak ikut atau mengundurkan diri dari penelitian ini. Saya telah mengerti bahwa peneliti akan merahasiakan identitas, maupun informasi yang saya berikan.

Dengan ini saya menyatakan bersedia berpartisipasi sebagai responden dalam penelitian tersebut.

Medan,

(.....)

Lampiran 3 Penilaian Prestasi Akademik dan *Kuesioner Burnout*

A. Penilaian Prestasi Akademik

Nilai IPK terakhir :

B. Pertanyaan *Screening*

Silahkan Jawab pertanyaan berikut dengan jujur. Jika anda tidak memenuhi salah satu dari syarat tersebut, maka anda tidak dapat melanjutkan pengisian kuesioner.

1. Apakah anda memiliki riwayat penyakit psikiatri atau sedang dalam pengobatan?
 Ya
 Tidak
2. Apakah anda sedang mengalami kondisi medis yang mengganggu aktivitas belajar secara signifikan?
 Ya
 Tidak

C. Kuesioner MBI-SS

MASLACH BURNOUT INVENTORY-STUDENT SURVEY (MBI-SS)

Berikut adalah sejumlah pernyataan yang harus anda isi. Anda diminta untuk memikirkan apakah keadaan tersebut sesuai dengan apa yang anda rasakan dan alami. Kemudian pilihlah jawaban yang paling tepat dengan jujur. Terdapat 7 jawaban alternatif yang menunjukkan seberapa sering anda mengalami keadaan tersebut. Berikut adalah arti dari masing-masing jawaban:


- 0: tidak pernah
- 1: jarang sekali, paling tidak satu tahun sekali
- 2: jarang, paling tidak satu kali dalam 6 bulan
- 3: kadang-kadang, paling tidak satu kali dalam sebulan
- 4: paling tidak satu kali dalam seminggu
- 5: sering, paling tidak hampir setiap hari
- 6: selalu, paling tidak setiap hari

No	Pertanyaan	0	1	2	3	4	5	6
1	Saya merasa tertekan secara emosional oleh perkuliahan yang saya jalani.							
2	Saya menjadi kurang tertarik dengan perkuliahan saya sejak terdaftar di universitas.							
3	Saya dapat mengatasi masalah perkuliahan dengan baik.							
4	Belajar atau masuk kelas benar-benar sebuah tekanan bagi saya.							
5	Saya menjadi kurang antusias dengan perkuliahan saya.							
6	Saya percaya bahwa saya adalah mahasiswa yang terlibat aktif di dalam kelas.							
7	Saya merasa sangat kelelahan pada akhir perkuliahan.							
8	Saya semakin tidak yakin dengan manfaat dari perkuliahan saya.							
9	Menurut saya, saya adalah mahasiswa yang baik.							
10	Saya merasa lelah ketika bangun di pagi hari dan harus menjalani hari di kampus.							
11	Saya meragukan pentingnya perkuliahan yang saya jalani.							
12	Saya merasa bersemangat ketika saya meraih tujuan perkuliahan saya.							
13	Saya merasa sangat kelelahan akibat perkuliahan yang saya jalani							
14	Saya belajar banyak hal menarik dalam perkuliahan yang saya jalani.							
15	Saya merasa yakin mampu menyelesaikan aktivitas kuliah dengan efektif di dalam kelas.							

Lampiran 4 *Blue Print* Kuesioner MBI-SS

No	Aspek	Nomor Favorable	Nomor unfavorable	Total
1	<i>Emotional exhaustion</i> Kelelahan akibat tuntutan studi.	1, 4, 7, 10, 13		5
2	<i>Cynicism</i> Sikap sinis/ berjarak terhadap studi.	2, 5, 8, 11		4
3	<i>Academic efficacy</i> Menurunnya keyakinan akademik.		3, 6, 9, 12, 14, 15	6

Lampiran 5 *Ethical Clearance*



UMSU
Berprestasi (Kardani) Berprestasi

KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
 HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE
 FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
 FACULTY OF MEDICINE UNIVERSITY OF MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA

KETERANGAN LOLOS KAJI ETIK
 DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL
 "ETHICAL APPROVAL"
 No : 1621KEPK/FKUMSU/2025

Protokol penelitian yang diusulkan oleh :
The Research protocol proposed by

Peneliti Utama : **Heldi Nabyla Sya'banlah**
Principal in investigator

Nama Institusi : **Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara**
Name of the Institution Faculty of Medicine University of Muhammadiyah of Sumatera Utara

Dengan Judul
Title


**"HUBUNGAN BURNOUT DENGAN PRESTASI AKADEMIK PADA MAHASISWA ANGGKATAN 2022 FAKULTAS
 KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA"**

**"THE RELATIONSHIP BETWEEN BURNOUT AND ACADEMIC ACHIEVEMENT AMONG 2022 COHORT MEDICAL STUDENTS
 AT THE FACULTY OF MEDICINE MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF NORTH SUMATRA"**

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah
 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Resiko, 5) Bujukan / Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan
 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator
 setiap standar.

*Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable
 Assesment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion / Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016
 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicator of each standard*

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 03 September 2025 sampai dengan tanggal 03 September 2026
The declaration of ethics applies during the periode September 03, 2025 until September 03, 2026



Medan, 03 September 2025
Ketua

Assoc. Prof. Dr. dr. Nurfadly, MKT

Lampiran 6 Surat Izin Penelitian



UMSU
Unggul | Cerdas | Terpercaya

Bila membaca surat ini agar dibacakan nomor dan lengkapnya

MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI PENELITIAN & PENGEMBANGAN PIMPINAN PUSAT MUHAMMADIYAH

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA

FAKULTAS KEDOKTERAN

UMSU Terakreditasi Unggul Berdasarkan Keputusan Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi No. 174/SK/BAN-PT/Ak.Ppi/PT/II/2024
Jl. Gedung Arca No. 53 Medan, 20217 Telp. (061) - 7350163, 7333162, Fax. (061) - 7363488

<https://fk.umsu.ac.id> fk@umsu.ac.id [umsu](#) [umsu](#) [umsu](#) [umsu](#)

Nomor : 1476/II.3.AU/UMSU-08/F/2025

Lampiran : -

Perihal : **Izin Penelitian**

Medan, 16 Rabi'ul Awwal 1447 H
09 September 2025 M

Kepada. Saudari. **Heldi Nabyla Sya'baniah**
di
Tempat

Assalamu 'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Sehubungan dengan surat Saudari berkenaan permohonan izin untuk melakukan penelitian di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, yaitu :

Nama : Heldi Nabyla Sya'baniah
NPM : 2208260089
Judul Skripsi : Hubungan Burnout Dengan Prestasi Akademik Pada Mahasiswa Angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

maka kami memberikan izin kepada saudari, untuk melaksanakan penelitian di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, selama proses penelitian agar mengikuti peraturan yang berlaku di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian Saudari kami ucapkan terima kasih.

Wassalamu 'alaikum warahmatullahi wabarakatuh





dr. Siti Masliana Siregar, Sp.THTBKL., Subsp.Rino(K)
NIDN : 0106098201

Tembusan Yth :

1. Wakil Dekan I, III FK UMSU
2. Ketua Program Studi Pendidikan Kedokteran FK UMSU
3. Ketua Bagian Skripsi FK UMSU
4. Pertinggal





Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

Lampiran 7 Surat Selesai Penelitian



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI PENELITIAN & PENGEMBANGAN PIMPINAN PUSAT MUHAMMADIYAH
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
 UMSU Terakreditasi Unggul Berdasarkan Keputusan Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi No. 174/SK/BAN-PT/Ak.Pp/PT/III/2024
 Jl. Gedung Arca No. 53 Medan, 20217 Telp. (061) - 7350163, 7333162, Fax. (061) - 7363488
<https://fk.umsu.ac.id> fk@umsu.ac.id [umsumedan](#) [umsumedan](#) [umsumedan](#) [umsumedan](#)

SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN FKIK UMSU

Nama : HELDI NABYLA SYA'BANIAH
 NPM : 2208260089
 Program Studi : Pendidikan Dokter
 Judul Proposal : Hubungan Burnout Dengan Prestasi Akademik Pada Mahasiswa Angkatan 2022
 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

Menyatakan bahwa Mahasiswa/i yang bersangkutan telah selesai penelitian di FKIK UMSU.

Medan, 10 November 2025
 Ketua Prodi Pendidikan Dokter



dr. Desi Isnayanti, M.Pd.Ked



Lampiran 8 Master Data

Nama	Jenis Kelamin	IPK	Total Emotional Exhaustion	Total Cynicism	Total Academic Efficacy	Kondisi Burnout
NA	P	3,43	18	8	13	Tidak Burnout
TSAM	P	2,58	12	0	3	Tidak burnout
LS	P	3,28	16	7	6	Tidak burnout
SF	P	3,34	12	0	3	Tidak burnout
AKT	P	3,37	12	0	4	Tidak burnout
ARJS	P	3,68	9	0	3	Tidak burnout
NSS	P	3,10	7	0	5	Tidak burnout
DHR	P	3,29	18	8	11	Tidak Burnout
NM	P	3,4	13	9	19	Tidak burnout
AF	P	3,4	2	0	2	Tidak burnout
Y	P	3,08	3	1	9	Tidak burnout
SAR	LK	3,07	3	0	5	Tidak burnout
BS	LK	3,78	9	1	9	Tidak burnout
HIWM	LK	3,08	10	3	16	Tidak burnout
DRR	LK	3,02	19	12	17	Burnout
DR	LK	3,24	6	0	6	Tidak burnout
DD	P	3,58	4	0	3	Tidak burnout
IF	LK	2,76	16	7	7	Tidak burnout
SYA	P	3,52	21	6	10	Tidak burnout
AKS	P	3,25	8	3	7	Tidak burnout


IRH	LK	3,63	7	0	10	Tidak <i>burnout</i>
WWN	P	2,49	7	0	4	Tidak <i>burnout</i>
TMS	P	3,11	5	2	6	Tidak <i>burnout</i>
NA	P	2,76	13	3	10	Tidak <i>burnout</i>
AH	LK	3,0	11	3	18	Tidak <i>burnout</i>
SAN	P	3,67	25	8	20	Tidak <i>Burnout</i>
TPN	P	3,84	11	3	9	Tidak <i>burnout</i>
AEP	P	3,00	10	0	12	Tidak <i>burnout</i>
RT	P	2,9	22	6	3	Tidak <i>burnout</i>
MHS	P	3,4	26	18	14	Burnout
POS	P	3,29	6	2	2	Tidak <i>burnout</i>
FAP	P	3,19	9	4	7	Tidak <i>burnout</i>
DF	P	3,11	11	2	2	Tidak <i>burnout</i>
NA	P	3,24	17	4	13	Tidak <i>burnout</i>
MS	P	2,87	21	17	15	Burnout
KAN	P	3,21	13	4	6	Tidak <i>burnout</i>
ZDM	P	3,28	7	1	2	Tidak <i>burnout</i>
DR	P	3,69	10	2	11	Tidak <i>burnout</i>
YV	P	3,27	15	1	11	Tidak <i>burnout</i>
SS	P	3,20	17	1	6	Tidak <i>burnout</i>
MO	P	3,33	10	1	8	Tidak <i>burnout</i>
SNWN	P	3,23	22	6	1	Tidak <i>burnout</i>
CPP	P	3,00	21	3	12	Tidak <i>burnout</i>
FAS	P	3,64	27	17	19	Burnout


IQ	LK	3,34	10	4	11	Tidak <i>burnout</i>
PLE	P	3,81	14	0	4	Tidak <i>burnout</i>
HA	LK	3,00	22	9	14	Burnout
VOR	P	3,31	18	7	3	Tidak <i>burnout</i>
ANA	P	3,00	25	8	18	Tidak <i>Burnout</i>
MHDR	LK	3,38	11	2	7	Tidak <i>burnout</i>
SAM	P	2,3	7	1	5	Tidak <i>burnout</i>
RA	LK	3,73	12	4	9	Tidak <i>burnout</i>
SAM	LK	2,5	17	6	18	Tidak <i>burnout</i>
NNA	P	3,35	17	0	10	Tidak <i>burnout</i>
KFR	P	3,26	22	0	5	Tidak <i>burnout</i>
SCF	P	3,4	4	0	8	Tidak <i>burnout</i>
YTW	P	3,00	10	0	6	Tidak <i>burnout</i>
AS	LK	2,75	19	6	6	Tidak <i>burnout</i>
TPS	P	3,70	11	2	11	Tidak <i>burnout</i>
EG	LK	2,59	19	12	14	Burnout
LAB	P	3,33	11	0	1	Tidak <i>burnout</i>
TV	P	3,10	20	3	5	Tidak <i>burnout</i>
NR	P	2,75	13	3	15	Tidak <i>burnout</i>
AZH	P	3,00	7	4	15	Tidak <i>burnout</i>
YAFCS	P	3,20	17	2	7	Tidak <i>burnout</i>
MISH	LK	3,10	19	2	9	Tidak <i>burnout</i>
MNAL	LK	2,90	11	5	10	Tidak <i>burnout</i>

DL	LK	2,61	5	0	5	Tidak <i>burnout</i>
SJH	P	3,44	23	6	13	Tidak <i>burnout</i>
HN	P	3,00	11	1	6	Tidak <i>burnout</i>
AYF	P	3,75	19	6	10	Tidak <i>burnout</i>
RHS	LK	3,2	16	4	10	Tidak <i>burnout</i>
RJP	P	3,56	17	1	8	Tidak <i>burnout</i>
KRB	P	3,4	11	1	8	Tidak <i>burnout</i>
IPS	P	3,32	24	5	4	Tidak <i>burnout</i>
SS	P	3,15	22	7	14	Tidak <i>burnout</i>
ASR	P	3,15	5	2	2	Tidak <i>burnout</i>
K	P	3,25	10	3	14	Tidak <i>burnout</i>
AL	P	3,46	6	0	2	Tidak <i>burnout</i>
PYM	P	3,26	16	5	17	Tidak <i>burnout</i>
DA	P	3,44	15	4	10	Tidak <i>burnout</i>
YNS	P	3,37	10	4	16	Tidak <i>burnout</i>
SM	P	3,21	7	6	6	Tidak <i>burnout</i>
MK	LK	2,87	12	4	9	Tidak <i>burnout</i>
ANA	P	3,43	7	0	5	Tidak <i>burnout</i>
DSM	P	3,62	22	6	8	Tidak <i>burnout</i>
DNP	P	3,07	22	1	11	Tidak <i>burnout</i>
RZ	P	3,09	19	0	9	Tidak <i>burnout</i>
SAK	P	3,52	23	9	9	Burnout
RABT	P	3,36	23	8	6	Tidak <i>Burnout</i>

IF	P	3,43	23	8	6	Tidak <i>Burnout</i>
SZP	P	3,45	21	5	8	Tidak <i>burnout</i>
DT	P	3,75	11	2	0	Tidak <i>burnout</i>
SZL	P	3,45	16	1	8	Tidak <i>burnout</i>
ASST	LK	3,53	17	1	1	Tidak <i>burnout</i>
PZA	P	2,81	10	0	8	Tidak <i>burnout</i>
MA	LK	3,46	19	0	15	Tidak <i>burnout</i>
HNS	P	3,70	7	0	5	Tidak <i>burnout</i>
VKP	P	3,88	8	1	5	Tidak <i>burnout</i>
YIS	P	3,68	10	0	10	Tidak <i>burnout</i>

 : Nilai IPK $\geq 3,25$

 : Dimensi *burnout* yang memiliki skor tinggi

 : Responden yang mengalami *Burnout*

Lampiran 9 Data Statistik SPSS

Jenis Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Perempuan	78	78.0	78.0	78.0
	Laki-Laki	22	22.0	22.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Merasa tertekan dengan perkuliahan yang dijalani

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Pernah	4	4.0	4.0	4.0
	Jarang Sekali	23	23.0	23.0	27.0
	Jarang	19	19.0	19.0	46.0
	Kadang-kadang	33	33.0	33.0	79.0
	Satu Kali Seminggu	14	14.0	14.0	93.0
	Sering	6	6.0	6.0	99.0
	Selalu	1	1.0	1.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Belajar/masuk kelas adalah tekanan bagi saya

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Pernah	25	25.0	25.0	25.0
	Jarang Sekali	26	26.0	26.0	51.0
	Jarang	13	13.0	13.0	64.0
	Kadang-kadang	20	20.0	20.0	84.0
	Satu kali seminggu	14	14.0	14.0	98.0
	Sering	1	1.0	1.0	99.0
	Selalu	1	1.0	1.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Sangat lelah diakhir perkuliahan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak pernah	1	1.0	1.0	1.0
	Jarang Sekali	18	18.0	18.0	19.0
	Jarang	13	13.0	13.0	32.0
	Kadang-Kadang	18	18.0	18.0	50.0
	Satu Kali Seminggu	17	17.0	17.0	67.0
	Sering	20	20.0	20.0	87.0
	Selalu	12	12.0	12.0	99.0
	7.00	1	1.0	1.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Lelah saat bangun pagi dan menjalani hari dikampus

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak pernah	7	7.0	7.0	7.0
	Jarang sekali	15	15.0	15.0	22.0
	Jarang	13	13.0	13.0	35.0
	Kadang-kadang	26	26.0	26.0	61.0
	Sekali Seminggu	15	15.0	15.0	76.0
	Sering	12	12.0	12.0	88.0
	Selalu	12	12.0	12.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Sangat lelah akibat perkuliahan yang dijalani

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak Pernah	9	9.0	9.0	9.0
	Jarang sekali	15	15.0	15.0	24.0
	Jarang	16	16.0	16.0	40.0
	Kadang-kadang	20	20.0	20.0	60.0
	Sekali seminggu	17	17.0	17.0	77.0
	Sering	16	16.0	16.0	93.0
	Selalu	7	7.0	7.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Kurang tertarik dengan perkuliahan sejak terdaftar di universitas

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak pernah	48	48.0	48.0	48.0
	Jarang sekali	19	19.0	19.0	67.0
	Jarang	22	22.0	22.0	89.0
	Kadang-kadang	8	8.0	8.0	97.0
	Sekali seminggu	3	3.0	3.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Kurang Antusias dengan perkuliahan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak pernah	38	38.0	38.0	38.0
	Jarang Sekali	22	22.0	22.0	60.0
	Jarang	16	16.0	16.0	76.0
	Kadang-kadang	15	15.0	15.0	91.0
	Sekali seminggu	5	5.0	5.0	96.0
	Sering	3	3.0	3.0	99.0
	Selalu	1	1.0	1.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Tidak yakin dengan manfaat perkuliahan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak pernah	69	69.0	69.0	69.0
	Jarang sekali	17	17.0	17.0	86.0
	Jarang	8	8.0	8.0	94.0
	Kadang-kadang	2	2.0	2.0	96.0
	Sekali seminggu	2	2.0	2.0	98.0
	Selalu	2	2.0	2.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Ragu terhadap perkuliahan yang dijalani

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak pernah	70	70.0	70.0	70.0
	Jarang sekali	18	18.0	18.0	88.0
	Jarang	5	5.0	5.0	93.0
	Kadang-kadang	3	3.0	3.0	96.0
	Sekali seminggu	2	2.0	2.0	98.0
	Sering	1	1.0	1.0	99.0
	Selalu	1	1.0	1.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Dapat mengatasi masalah perkuliahan dengan baik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Jarang	5	5.0	5.0	5.0
	Kadang-kadang	12	12.0	12.0	17.0
	Sekali seminggu	17	17.0	17.0	34.0
	Sering	41	41.0	41.0	75.0
	Selalu	25	25.0	25.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Saya adalah mahasiswa yang baik

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Jarang sekali	2	2.0	2.0	2.0
	Jarang	3	3.0	3.0	5.0
	Kadang-kadang	10	10.0	10.0	15.0
	Sekali seminggu	14	14.0	14.0	29.0
	Sering	29	29.0	29.0	58.0
	Selalu	42	42.0	42.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Saya merasa semangat saat meraih tujuan perkuliahan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak pernah	1	1.0	1.0	1.0
	Jarang	3	3.0	3.0	4.0
	Kadang-kadang	17	17.0	17.0	21.0
	Sekali seminggu	11	11.0	11.0	32.0
	Sering	20	20.0	20.0	52.0
	Selalu	48	48.0	48.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Saya Belajar banyak hal menarik dalam perkuliahan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak pernah	3	3.0	3.0	3.0
	Jarang sekali	9	9.0	9.0	12.0
	Jarang	4	4.0	4.0	16.0
	Kadang-kadang	14	14.0	14.0	30.0
	Sekali seminggu	13	13.0	13.0	43.0
	Sering	29	29.0	29.0	72.0
	Selalu	28	28.0	28.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Saya Belajar banyak hal menarik dalam perkuliahan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak pernah	3	3.0	3.0	3.0
	Jarang sekali	9	9.0	9.0	12.0
	Jarang	4	4.0	4.0	16.0
	Kadang-kadang	14	14.0	14.0	30.0
	Sekali seminggu	13	13.0	13.0	43.0
	Sering	29	29.0	29.0	72.0
	Selalu	28	28.0	28.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Saya yakin mampu menyelesaikan perkuliahan dengan efektif

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tidak pernah	2	2.0	2.0	2.0
	Jarang sekali	1	1.0	1.0	3.0
	Jarang	3	3.0	3.0	6.0
	Kadang-kadang	7	7.0	7.0	13.0
	Sekali seminggu	26	26.0	26.0	39.0
	Sering	33	33.0	33.0	72.0
	Selalu	28	28.0	28.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Statistics

		Emotional Exhaustion	Academic Efficacy	Cynicisme
N	Valid	100	100	100
	Missing	0	0	0
Mean		13.8400	8.5800	3.5400
Std. Deviation		6.23402	4.81408	3.86494

Burnout

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Burnout	7	7.0	7.0	7.0
	Tidak Burout	93	93.0	93.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Emotional Exhaustion

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi	38	38.0	38.0	38.0
	Rendah	62	62.0	62.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Cynicism

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi	8	8.0	8.0	8.0
	Rendah	92	92.0	92.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Academic Efficacy

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tinggi	39	39.0	39.0	39.0
	Rendah	61	61.0	61.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Indeks Prestasi Kumulatif

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	≥ 3.25	55	55.0	55.0	55.0
	< 3.24	45	45.0	45.0	100.0
	Total	100	100.0	100.0	

Tests of Normality

	Burnout	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Indeks Prestasi Kumulatif	Burnout	.204	7	.200 [*]	.946	7	.693
	Tidak Burout	.073	93	.200 [*]	.976	93	.091

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Correlations

		Indeks Prestasi Kumulatif		Burnout
Spearman's rho	Indeks Prestasi Kumulatif	Correlation Coefficient	1.000	.077
		Sig. (2-tailed)	.	.444
		N	100	100
	Burnout	Correlation Coefficient	.077	1.000
		Sig. (2-tailed)	.444	.
		N	100	100

Statistics**Indeks Prestasi Kumulatif**

N	Valid	100
	Missing	0
Mean		3.2507
Std. Deviation		.32606
Minimum		2.30
Maximum		3.88

Lampiran 10 Rumus Perhitungan Batas Kritis Dimensi *Burnout* (MBI-SS)1. *Emotional exhaustion*

Rumus:

$$\text{High exhaustion} = \text{Mean} + (\text{SD} \times 0,5)$$

Perhitungan:

$$\text{High exhaustion} = 13,84 + (6,23402 \times 0,5)$$

$$\text{High exhaustion} = 13,84 + 3,11701$$

$$\text{High exhaustion} = 16,96$$

Dengan demikian, nilai $\geq 16,96$ ditetapkan sebagai *cut-off* untuk kategori *high emotional exhaustion* pada penelitian ini.

2. *Cynicism*

Rumus:

$$\text{High cynicism} = \text{Mean} + (\text{SD} \times 1,25)$$

Perhitungan:

$$\text{High cynicism} = 3,54 + (3,86494 \times 1,25)$$

$$\text{High cynicism} = 3,54 + 4,831175$$

$$\text{High cynicism} = 8,37$$

Dengan demikian, nilai $\geq 8,37$ ditetapkan sebagai *cut-off* untuk kategori *High cynicism* pada penelitian ini.

3. *Reduced academic efficacy* (*Academic efficacy-reverse scoring*)

Rumus:

$$\text{High reduced academic efficacy} = \text{Mean} + (\text{SD} \times 0,10)$$

Perhitungan:

$$\text{High reduced academic efficacy} = 8,58 + (4,81408 \times 0,10)$$

$$\text{High reduced academic efficacy} = 8,58 + 0,481408$$

$$\text{High reduced academic efficacy} = 9,06$$

Dengan demikian, nilai $\geq 9,06$ ditetapkan sebagai *cut-off* untuk kategori *High reduced academic efficacy* pada penelitian ini.

Lampiran 13 Artikel Ilmiah

HUBUNGAN *BURNOUT* DENGAN PRESTASI AKADEMIK PADA MAHASISWA ANGKATAN 2022 FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUMATERA UTARA

Heldi Nabyla Sya'baniah¹, Rahmi², Desi Isnayanti³, Nurhasanah⁴

¹Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

²Departemen Fisiologi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

³Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

⁴Departemen Psikiatri, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

Email: heldinabylas@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: *Burnout* merupakan kondisi kelelahan emosional, fisik, dan kognitif akibat stres berkepanjangan yang sering dialami mahasiswa kedokteran karena tingginya beban akademik, tuntutan psikologis, dan lingkungan belajar yang kompetitif. Prevalensi *burnout* pada penelitian sebelumnya dilaporkan tinggi pada mahasiswa kedokteran, yaitu 33-88%, dan kondisi ini dapat berdampak pada penurunan konsentrasi, motivasi, serta prestasi akademik mahasiswa. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain analitik dengan pendekatan *cross-sectional* dan pengambilan sampel menggunakan teknik *consecutive sampling* pada 100 mahasiswa angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Tingkat *burnout* diukur menggunakan *Maslach Burnout Inventory–Student Survey* (MBI-SS), sedangkan prestasi akademik dinilai melalui Indeks Prestasi Kumulatif (IPK). Data dianalisis menggunakan uji statistik yaitu uji korelasi *Spearman rho*. **Hasil:** Penelitian ini memiliki 7% responden yang mengalami *burnout*, sedangkan 93% tidak mengalami *burnout*. Pada dimensi *burnout*, 38% responden memiliki *emotional exhaustion* kategori tinggi dan 62% dalam kategori rendah, 8% memiliki *cynicism* tinggi dengan 92% *cynicism* rendah, dan 39% memiliki *reduced academic efficacy* tinggi dengan 61% responden memiliki *reduced academic efficacy* yang rendah. Nilai IPK rata-rata responden dalam penelitian ini adalah 3,25 yang termasuk kategori baik. Hasil uji korelasi *Spearman's rho* antara *burnout* dengan prestasi akademik menunjukkan nilai $p=0.444$ ($p>0.05$). **Kesimpulan:** Penelitian ini menyimpulkan bahwa *burnout* tidak memiliki hubungan signifikan dengan prestasi akademik pada mahasiswa angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

Kata kunci: *Burnout*, IPK, mahasiswa kedokteran, MBI-SS, prestasi akademik

ABSTRACT

Introduction: *Burnout is a condition characterized by emotional, physical, and cognitive exhaustion resulting from prolonged stress, and is commonly experienced by medical students due to high academic demands, psychological pressure, and a competitive learning environment. Previous studies have reported a high prevalence of burnout among medical students, ranging from 33% to 88%, and this condition may negatively impact concentration, motivation, and academic performance.* **Methods:** *This study employed an analytical design with a cross-sectional approach. Sampling was conducted using the consecutive sampling technique involving 100 students from the 2022 cohort of the Faculty of Medicine, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Burnout levels were measured using the Maslach Burnout Inventory–Student Survey (MBI-SS), while academic performance was assessed through Grade Point Average (GPA). Data were analyzed using the Spearman’s rho correlation test.* **Results:** *A total of 7% of respondents experienced burnout, while 93% did not. For the burnout dimensions, 38% of respondents had high emotional exhaustion and 62% had low emotional exhaustion; 8% had high cynicism and 92% had low cynicism; and 39% had high reduced academic efficacy with 61% categorized as low. The average GPA of respondents was 3.25, categorized as good. The Spearman’s rho test showed no significant relationship between burnout and academic performance ($p = 0.444$; $p > 0.05$).* **Conclusion:** *This study concludes that burnout is not significantly associated with academic performance among the 2022 cohort of medical students at the Faculty of Medicine, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.*

Keywords: *Academic performance, Burnout, GPA, MBI-SS, Medical students*

PENDAHULUAN

Burnout merupakan suatu kondisi gangguan psikologis yang ditandai dengan kelelahan secara emosional, fisik, dan kognitif, sebagai akibat dari paparan stres yang berlangsung lama dan tidak terselesaikan. Adapun penyebab kondisi ini bersifat multifaktorial yang melibatkan aspek internal seperti kesehatan fisik dan mental dan eksternal (seperti lingkungan belajar, beban akademik, masalah keluarga, dll.) dari individu tersebut.¹

Burnout juga termasuk kondisi yang umumnya terjadi pada individu dengan tekanan kerja tinggi, terutama pada individu yang ambisius, kompetitif, berorientasi pada pencapaian, serta memiliki rasa urgensi

dan kontrol yang kuat terhadap waktu. Selain itu, individu dengan sifat neurotisisme, seperti mudah cemas, rentan secara emosional, dan memiliki kesadaran diri yang tinggi juga lebih berisiko mengalami *burnout*.¹

Burnout sangat relevan dalam konteks pendidikan kedokteran, yang dikenal memiliki beban akademik dan psikologis yang kompleks. Mahasiswa kedokteran harus menghadapi jadwal padat yang terdiri dari kuliah, ujian, dan praktik klinis, sekaligus terlibat secara langsung dengan penderitaan, penyakit, dan kematian seseorang. Hal ini menuntut tidak hanya dalam kompetensi teknis, tetapi juga ketahanan mental dan emosional.²

Mahasiswa kedokteran umumnya juga menunjukkan kepribadian yang kompetitif, perfeksionis, serta memiliki ketakutan yang lebih tinggi terhadap suatu kegagalan. Kombinasi dari kepribadian tersebut menyebabkan tingginya tingkat kelelahan emosional dan depersonalisasi atau sinisme pada suatu individu, sehingga nantinya keadaan ini akan dapat meningkatkan risiko terjadinya *burnout* dan gangguan mental lainnya.³

Prevalensi risiko *burnout* pada mahasiswa kedokteran menunjukkan angka yang cukup mengkhawatirkan. Dalam sebuah meta analisis pada tahun 2022 prevalensi keseluruhan *burnout* dari 42 studi yang dipilih secara acak dan melibatkan 26.824 yang mengevaluasi prevalensi *burnout* pada mahasiswa kedokteran yaitu mencapai 37,23%.⁴ Sedangkan beberapa jurnal melaporkan bahwa tingkat *burnout* pada mahasiswa kedokteran berada pada kisaran 33,4% sampai 55%, bahkan dalam beberapa penelitian lain menunjukkan tingkat prevalensi *burnout* yang lebih tinggi yang dapat mencapai hingga 88%.^{2,5}

Salah satu aspek yang paling terdampak akibat *burnout* adalah capaian prestasi akademik mahasiswa kedokteran. Kelelahan berat, baik secara fisik, emosional, maupun mental, dapat mengganggu konsentrasi, daya ingat, dan kemampuan berpikir kritis pada mahasiswa kedokteran. Hal ini berdampak secara langsung pada kesulitan dalam memahami materi perkuliahan, menurunnya motivasi dalam belajar, serta berkurangnya efisiensi dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik. Akumulasi dari semua ini sering kali menyebabkan penurunan nilai akademik, pengulangan mata kuliah, keterlambatan masa studi,

bahkan peningkatan risiko putus kuliah.³

Penelitian sebelumnya mengungkapkan bahwa mahasiswa kedokteran yang mengalami *burnout* cenderung memiliki nilai akademik lebih rendah dibandingkan mahasiswa tanpa *burnout* begitu pula sebaliknya.⁶ Namun hal ini berbanding terbalik dengan beberapa penelitian yang menyatakan *burnout* dan prestasi akademik tidak memiliki hubungan.⁷ Perbedaan temuan ini diduga dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal yang kompleks terhadap pencapaian belajar. Faktor internal meliputi kondisi psikis, motivasi, kesehatan, dan keyakinan diri dalam belajar. Mahasiswa yang memiliki motivasi belajar tinggi cenderung lebih tangguh dalam menghadapi tekanan akademik dan mampu mempertahankan prestasi meskipun mengalami *burnout*. Selain itu, faktor eksternal seperti metode pembelajaran, kurikulum, suasana lingkungan belajar, interaksi dengan dosen serta dukungan sosial juga berperan dalam memengaruhi pencapaian akademik secara independen tanpa bergantung langsung pada tingkat *burnout* yang dialami mahasiswa.^{7,8}

Oleh karena itu, penulis tertarik meneliti hubungan antara *burnout* dan prestasi akademik. Penelitian ini dilakukan karena belum terdapat studi serupa di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara serta adanya perbedaan hasil pada penelitian sebelumnya. Populasi penelitian adalah mahasiswa angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara yang berada pada akhir tahap preklinik dengan beban akademik yang lebih berat dan kompleks. sehingga angkatan

ini dinilai relevan dan representatif untuk mengkaji hubungan antara *burnout* dengan prestasi akademik.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian analitik observasional dengan desain *cross-sectional* yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *burnout* dengan prestasi akademik pada mahasiswa angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Penelitian dilaksanakan pada bulan Agustus hingga November 2025 di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, Medan. Populasi penelitian adalah mahasiswa preklinik angkatan 2022 yang berjumlah 253 orang. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik *consecutive sampling* hingga jumlah sampel terpenuhi, dengan total responden sebanyak 100 mahasiswa yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi meliputi mahasiswa aktif angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara yang bersedia menjadi responden, sedangkan kriteria eksklusi adalah mahasiswa yang pernah didiagnosis mengalami gangguan mental dan sedang atau pernah mengonsumsi obat psikotropika yang diresepkan oleh tenaga medis.

Pengumpulan data dilakukan secara luring menggunakan kuesioner cetak. *Burnout* sebagai variable independent diukur menggunakan kuesioner *Maslach Burnout Inventory–Student Survey* (MBI-SS) yang terdiri dari 15 item mencakup tiga dimensi, yaitu *Emotional Exhaustion* (5 item), *Cynicism* (4 item), dan *Academic Efficacy* (6 item), dengan skala *Likert 7*

point (0 = tidak pernah hingga 6 = selalu). Dimensi *Academic Efficacy* menggunakan *reverse scoring*. Skor setiap dimensi dihitung dengan menjumlahkan skor item masing-masing dimensi. Klasifikasi *burnout* ditentukan menggunakan pendekatan *cut-off* berbasis *Z-score* dikarenakan *cut-off point* resmi MBI-SS sudah dihapus pada edisi revisi tahun 2016. Setiap dimensi *burnout* dilakukan perhitungan nilai *mean* dan standar deviasi, kemudian ditetapkan nilai *cut-off* dengan rumus $mean + (SD \times koefisien Z)$, dengan koefisien *Z* sebesar 0,5 untuk *Emotional Exhaustion*, 1,25 untuk *Cynicism*, dan 0,10 untuk *Academic Efficacy*. Responden dikategorikan memiliki skor tinggi apabila skor dimensi melebihi nilai *cut-off*. *Burnout* ditentukan menggunakan pendekatan dua dimensi, yaitu responden dinyatakan mengalami *burnout* apabila memiliki skor tinggi pada *Emotional Exhaustion* dan *Cynicism*.^{14,27}

Prestasi akademik sebagai variabel dependen diukur menggunakan kuesioner yang sama melalui *self-report* dan ditulis langsung oleh responden di dalam lembar yang sudah disediakan. Pengisian mandiri nilai Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) oleh responden dalam bentuk angka, sehingga seluruh data yang digunakan dalam penelitian ini merupakan data primer.

Data yang telah terkumpul kemudian melalui tahap editing, scoring, coding, dan tabulasi sebelum dianalisis menggunakan perangkat lunak statistik. Analisis data dilakukan menggunakan program SPSS versi terbaru. Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan karakteristik responden dan variabel penelitian, sedangkan analisis bivariat dilakukan

untuk mengetahui hubungan antara *burnout* dengan prestasi akademik menggunakan uji korelasi *Spearman's rho*. Hasil analisis dinyatakan signifikan secara statistik apabila nilai $p < 0,05$.

HASIL

Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin

Tabel 1 Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase (%)
Perempuan	78	78%
Laki-laki	22	22%
Total	100	100%

Pada tabel 1 dapat dilihat bahwa total responden dalam penelitian ini adalah 100 orang dan sebagian besar merupakan mahasiswa berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 78 responden (78%), sedangkan yang berjenis kelamin laki-laki terdiri dari 22 responden (22%).

Distribusi dan *cut-off* skor *burnout*

Tabel 2 Distribusi dan *cut-off* skor *burnout*

Dimensi <i>burnout</i>	Mean	Standar deviasi	<i>Cut-off</i>
<i>Emotional exhaustion</i>	13,84	6,234	16,96
<i>Cynicism</i>	3,54	3,864	8,37
<i>Reduced academic efficacy</i>	8,58	4,814	9,6

Berdasarkan tabel 2, diketahui bahwa apabila skor *emotional exhaustion* dan *cynicism* lebih tinggi dari *cut-off* yang ditentukan, maka responden tersebut dikategorikan *burnout*. Sebaliknya, responden tidak dikatakan *burnout* jika terdapat skor rendah dari salah satu atau kedua dimensi tersebut.

Distribusi frekuensi responden berdasarkan kondisi *burnout*

Tabel 3 Distribusi frekuensi responden berdasarkan kondisi *burnout*

Kondisi <i>burnout</i>	Frekuensi	Presentase (%)
<i>Burnout</i>	7	7%
Tidak <i>burnout</i>	93	93%
Total	100	100%

Berdasarkan tabel 3, dijumpai bahwa responden yang mengalami *burnout* pada penelitian ini adalah 7 responden (7%). Sedangkan responden yang tidak mengalami *burnout* sebanyak 93 responden (93%). Dengan demikian, sebagian besar mahasiswa angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara yang terlibat dalam penelitian ini tidak mengalami *burnout*.

Distribusi frekuensi responden berdasarkan dimensi *burnout*

Tabel 4 Distribusi frekuensi responden berdasarkan dimensi *burnout*

Dimensi <i>burnout</i>	Kategori	Frekuensi	Presentase (%)
<i>Emotional exhaustion</i>	High	38	38%
	Low	62	62%
<i>Cynicism</i>	High	8	8%
	Low	92	92%
<i>Reduced academic efficacy</i>	High	39	39%
	Low	61	61%

Berdasarkan tabel 4, dapat diketahui bahwa responden yang mengalami tingkat *emotional exhaustion* tinggi sebanyak 38 orang (38%) dan kategori rendah 62 orang (62%). Adapun tingkat *cynicism* tinggi adalah 8 orang (8%) dan *cynicism* rendah berjumlah 92 orang (92%). Sedangkan pada *reduced academic efficacy*, kategori tinggi terdapat

sebanyak 39 orang (39%) dan kategori rendah 61 orang (61%).

Distribusi prestasi akademik

Tabel 5 Distribusi prestasi akademik

Prestasi akademik	Mean±SD
IPK	3,25 ± 0,326

Berdasarkan tabel 5, maka dapat diketahui bahwa nilai rata-rata IPK responden adalah 3,25 dan standar deviasinya adalah 0,326.

Distribusi hubungan *burnout* dengan prestasi akademik

Tabel 6 Distribusi hubungan *burnout* dengan prestasi akademik

Variabel	r_s	<i>P-value</i>
<i>Burnout</i> – Prestasi akademik (IPK)	0.077	0.444

Berdasarkan tabel 6, diperoleh nilai koefisien korelasi *Spearman* (r_s) sebesar 0.077 yang menunjukkan bahwa arah hubungan antara *burnout* dengan prestasi akademik adalah positif dengan kekuatan hubungan sangat lemah. Sedangkan, nilai signifikansi (*p-value*) sebesar 0.444 ($p > 0.05$). Melalui analisis tersebut, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara *burnout* dengan prestasi akademik pada mahasiswa angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

PEMBAHASAN

Penelitian ini menggunakan responden berupa mahasiswa angkatan 2022 yang berasal dari Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara dengan 78% berjenis kelamin perempuan dan 22% adalah laki-laki. Distribusi kondisi *burnout* secara

keseluruhan juga memperlihatkan bahwa hanya 7 responden (7%) yang mengalami *burnout*, sedangkan 93 responden (93%) tidak mengalami *burnout*. Rendahnya angka kejadian *burnout* pada penelitian ini didukung oleh penelitian terdahulu pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Trisakti angkatan 2021, yang melaporkan bahwa tingkat *burnout* akademik dalam penelitian tersebut lebih rendah dibandingkan dengan penelitian pada 375 mahasiswa kedokteran di India. Penelitian tersebut juga mengungkapkan bahwa masa pendidikan yang semakin lama akan mampu menurunkan angka *burnout* akademik.⁸

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi rendahnya *burnout* antara lain adalah kemampuan adaptasi mahasiswa yang semakin baik, motivasi internal, semakin bertambahnya usia, serta manajemen waktu yang lebih teratur dan dukungan sosial dari lingkungan akademik, baik itu dari dosen, sesama mahasiswa, ataupun fasilitas kampus yang mendukung kesehatan mental pada mahasiswanya.^{8,31,32} Peran *academic resilience* (kemampuan mengatasi kesulitan dalam lingkungan perkuliahan) dan meningkatnya *self-efficacy* (keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk mengatasi kesulitan dan menyelesaikan tugasnya dengan baik) seiring bertambahnya pengalaman belajar juga berperan dalam mencegah timbulnya *burnout* yang signifikan.^{33,34} Selain itu, rendahnya *burnout* pada penelitian ini juga dapat disebabkan adanya perbedaan metode skoring dan penentuan *cut-off* yang digunakan dengan penelitian sebelumnya.³⁵ Penelitian terdahulu masih

menggunakan metode *cut-off* lama dengan nilai batas yang lebih rendah, sehingga lebih banyak responden yang dikategorikan mengalami *burnout*. Sementara itu, penelitian ini menggunakan metode scoring dan *cut-off* terbaru yang telah direvisi, di mana nilai batas ditetapkan lebih tinggi terutama pada *emotional exhaustion* sehingga jumlah responden yang mengalami *burnout* menjadi lebih sedikit.³⁵

Berdasarkan distribusi frekuensi tiap dimensi *burnout*, diketahui bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki tingkat *emotional exhaustion* yang rendah yaitu sebesar 62% dan hanya 38% dengan tingkat tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa belum merasakan kehabisan seluruh energi atau kelelahan emosional yang berat serta masih memiliki antusiasme terhadap perkuliahan yang dijalani.³³

Pada dimensi depersonalisasi atau *cynicism*, sebagian besar mahasiswa juga menunjukkan kategori yang rendah sebesar 92% dan kategori tinggi 8%. Artinya, Sebagian besar mahasiswa belum menunjukkan sikap sinis terhadap kegiatan perkuliahan dan masih memiliki pandangan positif terhadap proses pembelajaran di fakultas kedokteran.³⁶

Reduced academic efficacy juga menunjukkan kategori cenderung rendah yaitu sebesar 61% dan kategori tinggi 39%. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa yakin terhadap kemampuan akademiknya dan menggambarkan adanya perasaan kompeten dalam dirinya untuk menyelesaikan tuntutan perkuliahan di fakultas kedokteran.³⁷ Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya, yang mengungkapkan bahwa *academic*

efficacy adalah faktor penting yang dapat mempengaruhi *burnout* pada mahasiswa. Penelitian ini juga mengungkapkan bahwa semakin baik efikasi akademik maka semakin rendah risiko *burnout* yang dialami mahasiswa.³⁸

Temuan dalam penelitian ini sebanding dengan penelitian sebelumnya yang mengungkapkan bahwa mahasiswa kedokteran di Universitas Muhammadiyah Surabaya memiliki tingkat *burnout* yang rendah terutama pada *emotional exhaustion* dan *cynicism*. Penelitian tersebut mengindikasikan bahwa rendahnya *burnout* pada mahasiswa bukan fenomena yang berdiri sendiri, melainkan bersifat multifaktorial. Beberapa komponen *burnout* seperti *cynicism* dan *self-efficacy* juga terbukti berpengaruh terhadap performa akademik pada mahasiswa.³⁶

Berdasarkan ketiga dimensi *burnout* yang telah disebutkan sebelumnya, kemampuan adaptasi memiliki peran yang sangat penting dalam menentukan tingkat *burnout* yang dialami oleh mahasiswa. Apabila kemampuan adaptasi mahasiswa tergolong baik, maka mereka akan mampu merespon perubahan yang tidak pasti serta tuntutan akademik secara lebih efektif.³² Mahasiswa akan mampu mengatur dan memonitor aspek kognitif, perilaku serta respon emosionalnya terhadap tekanan perkuliahan dengan lebih optimal.³² Sebaliknya, mahasiswa yang gagal menyesuaikan diri dengan lingkungan akademik dapat mengalami tekanan emosional, stres akademik dan risiko *burnout* yang lebih tinggi serta dapat menurunkan motivasi belajar.³¹ Kondisi ini berpotensi memicu perilaku prokrastinasi akademik, meningkatnya

rasa kelelahan, serta menurunnya produktivitas dalam menjalani perkuliahan.³¹

Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh nilai rata-rata prestasi akademik pada mahasiswa angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara adalah sebesar $3,25 \pm 0,33$. Hasil ini menunjukkan bahwa secara umum prestasi akademik mahasiswa berada pada kategori baik karena rata-rata IPK yang diperoleh berada di atas 3,00.²⁴ Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa angkatan 2022 masih mampu mempertahankan prestasi akademik meskipun menghadapi berbagai tuntutan akademik di tahap akhir perkuliahan. Penelitian ini didukung oleh penelitian sebelumnya pada mahasiswa angkatan 2023 Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanegara, yang melaporkan bahwa mayoritas responden memiliki prestasi belajar yang baik pula yaitu dengan IPK ≥ 3 .³⁹ Prestasi akademik yang baik tidak hanya dipengaruhi oleh kemampuan pada diri mahasiswa, namun juga didukung oleh berbagai faktor seperti manajemen waktu yang baik, kompetensi tenaga pendidik, kondisi fisik dan mental mahasiswa, kualitas tidur, ketersediaan sarana dan prasarana, serta motivasi mahasiswa dalam belajar.^{8,35,40}

Berdasarkan analisis uji korelasi *Spearman's rho* pada penelitian ini, diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0.077 dengan *p-value* adalah 0.444 atau >0.05 . Hasil dari analisis ini mengungkapkan bahwa kekuatan hubungan kedua variabel sangat lemah dan menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *burnout* dengan prestasi akademik pada mahasiswa angkatan 2022 Fakultas

Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Hal ini mengindikasikan bahwa *burnout* yang dialami mahasiswa tidak berpengaruh terhadap capaian prestasi akademik mereka. Hasil ini didukung oleh penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa tidak ada korelasi yang signifikan antara *burnout* dengan pencapaian akademik.³⁶ Hal ini juga sejalan dengan temuan sebelumnya yang menyatakan bahwa kinerja akademik tidak dipengaruhi oleh adanya *burnout* ataupun gangguan psikologis sehingga tidak dapat dijadikan indikator ketidaknyamanan mahasiswa. Penelitian tersebut menjelaskan bahwa gejala depresi tertentu yang dapat mempengaruhi kinerja akademik, terutama pada mahasiswa perempuan.⁴¹ Namun, hasil penelitian ini berbeda dengan beberapa penelitian sebelumnya yang melaporkan adanya hubungan negatif antara *burnout* dengan prestasi akademik.^{42,43} Ketidakkonsistenan hasil penelitian ini dengan penelitian sebelumnya dapat disebabkan oleh adanya perbedaan budaya, karakteristik responden, serta instrumen pengukuran yang digunakan.⁴⁴

Beberapa keterbatasan penelitian ini antara lain penelitian ini tidak menganalisis faktor-faktor eksternal yang berpotensi mempengaruhi *burnout* maupun prestasi akademik mahasiswa, seperti lingkungan belajar, kondisi psikologis serta dukungan sosial. Penelitian ini juga belum mempertimbangkan karakteristik responden secara lebih rinci, seperti perbedaan jenis kelamin ataupun usia sehingga memungkinkan adanya perbedaan atau bias hasil terkait tingkat *burnout* maupun prestasi akademik pada penelitian ini. Selain itu, penelitian

ini menggunakan desain *cross-sectional*. Desain ini hanya mengukur variabel *burnout* dan prestasi akademik pada satu waktu tertentu, sehingga tidak dapat menentukan urutan kejadian ataupun memastikan hubungan sebab-akibat antara kedua variabel tersebut. Dengan demikian, penelitian ini tidak dapat memastikan apakah *burnout* mempengaruhi prestasi akademik atau sebaliknya, prestasi akademik yang rendah justru memicu *burnout*. Penelitian ini juga hanya melibatkan 100 responden dari satu angkatan yaitu angkatan 2022, sehingga hasilnya belum dapat digeneralisasikan untuk seluruh mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara dari berbagai angkatan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan *burnout* dengan prestasi akademik pada mahasiswa angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara, dapat disimpulkan bahwa:

1. Sebagian besar mahasiswa tidak mengalami *burnout*, yaitu sebesar 93%. Sedangkan yang mengalami *burnout* hanya 7% dari 100 responden penelitian.
2. Rata-rata prestasi akademik (IPK) mahasiswa angkatan 2022 adalah $3,25 \pm 0,33$, yang menandakan bahwa secara umum prestasi akademik mahasiswa angkatan 2022 dalam kategori baik.
3. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *burnout* dengan prestasi akademik pada mahasiswa angkatan 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara.

DAFTAR PUSTAKA

1. Khammissa RAG, Nemutandani S, Feller G, Lemmer J, Feller L. Burnout phenomenon: neurophysiological factors, clinical features, and aspects of management. *J Int Med Res.* 2022;50(9). doi:10.1177/03000605221106428
2. Di Vincenzo M, Arsenio E, Della Rocca B, et al. Is There a Burnout Epidemic among Medical Students? Results from a Systematic Review. *Medical.* 2024;60(4). doi:10.3390/medicina60040575
3. Cotobal Rodeles S, Martín Sánchez FJ, Martínez-Sellés M. Physician and Medical Student Burnout, a Narrative Literature Review: Challenges, Strategies, and a Call to Action. *J Clin Med.* 2025;14(7):1-18. doi:10.3390/jcm14072263
4. Almutairi H, Alsubaiel A, Abduljawad S, et al. Prevalence of Burnout in Medical Student: A Systemic Review and Meta Analisis. *Int J Soc Psychiatry.* 2021;(November 2021):1-14.
5. Kilic R, Nasello JA, Melchior V, Triffaux JM. Academic burnout among medical students: respective importance of risk and protective factors. *Public Health.* 2021;198:187-195. doi:10.1016/j.puhe.2021.07.025
6. Ilić IM, Ilić MD. The Relationship Between the Burnout Syndrome and Academic Success of Medical Students: A cross-sectional study. *Arh Hig Rada Toksikol.* 2023;74(2):134-141. doi:10.2478/aiht-2023-74-3719

7. Velando-Soriano A, Suleiman-Martos N, Pradas-Hernández L, et al. Factors Related to the Appearance and Development of Burnout in nursing students: a systematic review and meta-analysis. *Front Public Heal.* Published online 2023. doi:10.3389/fpubh.2023.1142576
8. Wahab R, Tjhin P, Istriana E. Jurnal Akta Trimedika (Hubungan Karakteristik Mahasiswa Dengan Burnout Akademik Pada Mahasiswa Kedokteran. The Relationship of Students Characteristics and Academic Burnout in Medical Students. *J Akta Trimedika.* 2024;1:30-4
9. Lee M, Cha C. Interventions to reduce burnout among clinical nurses: systematic review and meta-analysis. *Sci Rep.* 2023;13(1):1-12. doi:10.1038/s41598-023-38169-8
10. Quesada-Puga C, Izquierdo-Espin FJ, Membrive-Jiménez MJ, et al. Job satisfaction and burnout syndrome among intensive-care unit nurses: A systematic review and meta-analysis. *Intensive Crit Care Nurs.* 2024;82(February):1-10. doi:10.1016/j.iccn.2024.103660
11. Edú-valsania S, Laguía A, Moriano JA. Burnout: A Review of Theory and Measurement. *Int J Environ Res Public Health.* 2022;19(3). doi:10.3390/ijerph19031780
12. Hodkinson A, Zhou, A, Johnson J, et al. Associations of physician burnout with career engagement and quality of patient care: systematic review and meta-analysis. *BMJ.* Published online 2022:1-15. doi:10.1136/bmj-2022-070442
13. Ramírez-Elvira S, Romero-Béjar JL, Suleiman-Martos N, et al. Prevalence, risk factors and burnout levels in intensive care unit nurses: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health* [revista en Internet] 2021 [acceso 27 de setiembre de 2023]; 18(1): 1-12. *Int J Environ Res Public Heal.* 2021;18(21):11432.
14. Obregon M, Luo J, Shelton J, Blevins T, MacDowell M. Assessment of burnout in medical students using the Maslach Burnout Inventory-Student Survey: a cross-sectional data analysis. *BMC Med Educ.* 2020;20(1):1-10. doi:10.1186/s12909-020-02274-3
15. Bährer-Köhler S. Burnout for Experts: Prevention in the context of living and working. *Burn Expert Prev Context Living Work.* 2013;1-257.
16. Syafira M, Khotimah S, Nugraha EY. Hubungan Stres dengan Burnout pada Mahasiswa Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman. *Jurnal Kedokteran Mulawarman.* 2023;10(1):14-15.
17. Wang J, Liu C, Chen L, Liao Q, Liu G. Development of the social burnout scale for college students. *Front Psychol.* 2024;15(March):1-15. doi:10.3389/fpsyg.2024.1295755
18. Risparyanto A, Fitriyanto RE.

- Pengaruh E-Resources Terhadap Prestasi Akademik Yang Dimediasi Oleh Perceived Usefulness. *Shaut Al-Maktabah J Perpustakaan, Arsip dan Dokumentasi*. 2023;15(1):103-117.
doi:10.37108/shaut.v15i1.952
19. Irvana Arofah, Besse Arnawisuda Ningsi LM. Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Prestasi Akademik. 2020;1(5):4-10.
 20. Nurjannah Ramli, Pudji Muljono FMA. Faktor-Faktor yang Berpengaruh Terhadap Self Directed Learning Readiness dan Prestasi Akademik. 2018;(14):63-65.
doi:10.15900/j.cnki.zylf1995.2018.02.001
 21. Havifa Nurhijatina A rosikh. Pengaruh Self-Efficacy dan Motivasi Belajar Terhadap Prestasi Belajar Siswa Kelas V MI NW Kawo. 2022;14(2):197-213.
 22. Janrino J.R Fanggidae, Ch.K. Ekowati, Juliana M.H. Nenohai PAU. Klasifikasi Faktor-Faktor yang Memengaruhi Prestasi Akademik Mahasiswa Pendidikan Matematika FKIP UNDANA Dengan Metode Chaid. 2021;2(1):23-33.
 23. Angelita M, Irene, Elvin C. Angmalingsang HISW. Hubungan antara Pendekatan Belajar dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Angkatan 2020. 2024;12(3):369-375.
 24. Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Panduan Akademik 2024-2025. Published online 2024.
 25. Özhan MB, Yuksel G. The Effect of School Burnout on Academic Achievement and Well-Being in High School Students: A Holistic Model Proposal. *Int J Contemp Educ Res*. 2022;8(1):145-162.
doi:10.33200/ijcer.824488
 26. Amarsa, R. R, Ramdhani, R. N., Taufiq, A., & Saripah I. Kecenderungan Academic Burnout pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Pendidikan Indonesia. 2023;7(2):395-405.
 27. Leiter MP, Maslach C. The Problem with Cut-Off Scores for the Maslach Burnout Inventory. *MindgardenCom*. 2018;(May):1-2.
<https://www.mindgarden.com/documents/MBI-Cutoff-Caveat.pdf>
 28. Moosavian Hiaq SS, Tabrizi FJ, Parvan K, Sarbakhsh P, Dickens G. Relationship between burnout and occupational fatigue exhaustion and recovery among orthopaedic nurses in Tabriz, Iran: a cross-sectional survey. *BMJ Open*. 2024;14(8):1-8.
doi:10.1136/bmjopen-2024-084522
 29. Istiqomah N, Hamdani. Survey Tingkat Kejenuhan Akademik Mahasiswa Jurusan Pendidikan Olahraga Selama Pandemi Covid-19. *J Pendidik Olahraga dan Kesehatan*. 2021;09(03):229-234.
 30. Widhianingtanti LT, van Lujtelaar G. The Maslach-Trisni Burnout Inventory: Adaptation for Indonesia. *J Pengukuran Psikol dan Pendidik Indones*. 2022;11(1):1-21.

- doi:10.15408/jp3i.v11i1.24400
31. Sari IP. Gambaran Proses Adaptasi Mahasiswa dalam Menghadapi Stres Akademik. 2022;1(02):86-93.
 32. Nabila W, Nanik I, Partini P. Stres akademik mahasiswa ditinjau dari motivasi berprestasi, kemampuan adaptasi dan dukungan sosial pada pembelajaran daring di masa pandemi Covid-19. 2022;3(1).
 33. Dung T, Thi P, Duong NT. Investigating learning burnout and academic performance among management students: a longitudinal study in English courses. Published online 2024;1-15.
 34. Romano L, Consiglio P, Angelini G, Fiorilli C. Between Academic Resilience and Burnout: The Moderating Role of Satisfaction on School Context Relationships. Published online 2021:770-780.
 35. Wati HM, A IDF, Susanti L. Hubungan dimensi burnout terhadap Performa akademik mahasiswa kedokteran. 2025;7(1):8-17.
 36. Yuliyanasari N, Nur S, Akil H, Subagyo R. Burnout Among Undergraduate Medical Students and its Effect on the Academic Performance. 8(1).
 37. Arlinkasari F, Akmal Z. Hubungan antara School Engagement , Academic Self-Efficacy dan Academic Burnout pada Mahasiswa. :81-102.
 38. Wasito Ayua, Yoenanto NH. Pengaruh Academic Self-efficacy terhadap Academic Burnout Pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi. 1(1):112-119.
 39. Hasan M, Malik R. Hubungan motivasi belajar dan prestasi akademik pada mahasiswa kedokteran Universitas Tarumanagara angkatan 2023. 2025;7(1):120-126.
 40. Triabdi J, Alexandra FD, Jelita H, et al. Hubungan seleksi jalur masuk penerimaan mahasiswa baru dengan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Palangka Raya. 2021;IX(2):1372-1377.
 41. Badii IC, Altarriba C, Company AC, et al. Psychological distress , burnout , and academic performance in first year college students. Published online 2022.
 42. Hosseini SM, Pourafzali SM, Shahraki HR. Investigation of academic motivation in medical student and its association with clinical education quality academic achievement and academic burnout. Published online 2022:1-9. doi:10.4103/jehp.jehp
 43. Qin Z, Yang G, Lin Z, Ning Y. The impact of academic burnout on academic achievement: a moderated chain mediation effect from the perspective.
 44. Gradiski IP, Borovecki A, Curkovic M, García-Gómez E, Bolton RCD, Vivanco L. Factors influencing burnout in croatian medical students: the roles of lifelong learning and loneliness. *Perspect Medical Education*. 2025;14(1):274-285. doi:10.5334/pme.1468