

PENGARUH BEBAN KERJA TERHADAP BURNOUT DAN STRES KERJA PADA MAHASISWA PENDIDIKAN PROFESI FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS ISLAM MALANG

Handy Arif Panhardyka, Amelia Aziz Daeng Matadjo, Dewi Martha Indria*
Fakultas Kedokteran Universitas Islam Malang, Malang, Indonesia

ABSTRAK

Pendahuluan: Mahasiswa kedokteran yang memasuki fase pendidikan profesi, selama rotasi klinis di stase mayor, seringkali mengalami tingkat stres dan *burnout* yang tinggi. Beban kerja yang berlebihan menjadi salah satu faktor utama penyebab terjadinya kondisi stres dan *burnout*. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji prevalensi stres dan *burnout*, mengidentifikasi jenis-jenis *stressor*, serta menganalisis hubungan antara beban kerja berlebih dengan tingkat stres dan *burnout* pada mahasiswa pendidikan profesi dokter Fakultas Kedokteran Universitas Islam Malang (PPD FK UNISMA).

Metode: Desain penelitian menggunakan observasi analisis dengan pendekatan *cross sectional*. Responden diperoleh melalui data *rolling* mahasiswa PPD (n=292). Metode *purposive sampling* digunakan untuk menentukan populasi target yaitu mahasiswa PPD yang pernah atau sedang menjalani stase mayor (Ilmu Bedah, Ilmu Penyakit Dalam, Ilmu Kesehatan Anak, Ilmu Kebidanan dan Kandungan) pada Januari hingga Juni 2024. Responden yang memenuhi kriteria inklusi adalah 130 mahasiswa. Instrumen menggunakan Kuesioner Beban Kerja Nursalam (*cornbach's alpha* = 0,753), Kuesioner Stres Kerja Nursalam (*cornbach's alpha* = 0,932), dan *Maslach Burnout Inventory* (*cornbach's alpha* = 0,923). Analisis hasil penelitian menggunakan uji *Kendall's Tau-B* dengan signifikansi *p* kurang dari 0,05.

Hasil : Responden laki-laki berjumlah 30 mahasiswa (25%) dan perempuan berjumlah 90 mahasiswa (75%). Analisis uji univariat didapati mayoritas mahasiswa memiliki beban kerja sedang (47,5%), stres kerja ringan (66,7%), dan *burnout* ringan (92,5%). Hasil uji bivariat menggunakan uji *Kendall's Tau-B* didapati bahwa beban kerja berpengaruh signifikan terhadap stres kerja (*p* <0,001) akan tetapi tidak berpengaruh signifikan terhadap *burnout* (*p* 0,715).

Simpulan: Beban kerja berpengaruh terhadap tingkat stres kerja, tetapi tidak mempengaruhi faktor resiko terjadinya *burnout* pada mahasiswa PPD. Penelitian selanjutnya diperlukan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan mahasiswa.

Kata Kunci: Beban kerja, Stres Kerja, *Burnout*, Mahasiswa Pendidikan Profesi Dokter

*Korespondensi :

dr. Dewi Martha Indria, M.Kes, IBCLC

Jl. MT. Haryono No. 193, Dinoyo, Kec. Lowokwaru, Kota Malang, Jawa Timur 65144

Email : dewimarthaandria@unisma.ac.id

THE EFFECT OF WORKLOAD ON BURNOUT AND WORK STRESS AMONG MEDICAL STUDENTS IN THE CLINICAL ROTATION PROGRAM, FACULTY OF MEDICINE, ISLAMIC UNIVERSITY OF MALANG

Handy Arif Panhardyka, Amelia Aziz Daeng Matadjo, Dewi Martha Indria*
Faculty of Medicine, University of Islam Malang, Malang, Indonesia

ABSTRACT

Background : Medical students in major clinical rotations often face high stress and burnout, with excessive workload as a key factor. This study examines the prevalence of stress and burnout, and analyzes the relationship between workload and stress/burnout among medical students at the Faculty of Medicine, Islamic University of Malang (PPD FK UNISMA).

Methods : This observational analytic study employed a cross-sectional approach. Respondents were selected from the PPD student database (n=292). A purposive sampling method was used to target students who had completed or were currently undergoing major rotations (Surgery, Internal Medicine, Pediatrics, Obstetrics and Gynecology) between January and July 2024. A total of 130 students met the inclusion criteria. The instruments used were the Nursalam Workload & Work Stress Questionnaire, and the Maslach Burnout Inventory, each with Cronbach's alpha values of 0.753, 0.932, and 0.923, respectively. The data were analyzed using Kendall's Tau-B test with a significance level of *p* < 0.05.

Results : Of the respondents, 30 were male (25%) and 90 were female (75%). Majority of students had a moderate workload (47.5%), mild work stress (66.7%), and mild burnout (92.5%). Bivariate analysis using Kendall's Tau-B test indicated that workload had a significant effect on work stress (*p* < 0.001), but no significant effect on burnout (*p* = 0.715).

Conclusion: Workload significantly influences the level of work stress but does not affect the risk of burnout among PPD students. Further research is needed to identify factors that impact student well-being.

Keyword: Workload, Work-Related Stress, Burnout, Clinical Rotation Students.

*Correspondence:

dr. Dewi Martha Indria, M.Kes, IBCLC

Jl. MT. Haryono No. 193, Dinoyo, Kec. Lowokwaru, Kota Malang, Jawa Timur 65144

Email : dewimarthaandria@unisma.ac.id

PENDAHULUAN

Stres akibat adanya tuntutan beban merupakan respon tidak spesifik tubuh (1). Stres dapat terjadi pada mahasiswa. Stres pada mahasiswa kedokteran dapat lebih tinggi daripada mahasiswa lainnya. Penelitian yang dilakukan di Singapura menunjukkan 57% mahasiswa kedokteran mengalami gangguan stres dibandingkan mahasiswa hukum dengan hanya 47,3% (2). Angka kejadian stres pada mahasiswa kedokteran di dunia tidak berbeda jauh dengan angka kejadian stres mahasiswa kedokteran di Indonesia. Studi yang dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Andalas mendapatkan hasil 48,4% mahasiswa kedokteran berada pada tingkat stres sedang (3).

Penelitian terdahulu telah menunjukkan bahwa peningkatan stres yang dialami mahasiswa kedokteran mengakibatkan gaya hidup yang penuh tekanan dan *stressor*, sehingga dapat menempatkannya pada kondisi terus-menerus tertekan hingga ke titik jenuh, sehingga mereka mengalami *burnout*. *Burnout* adalah suatu perasaan tak berdaya yang diakibatkan oleh stres jangka panjang yang mengakibatkan suatu kondisi mental, emosi dan fisik yang sangat drop (4).

Mahasiswa pendidikan profesi dapat menjadi lebih stres jika dibandingkan dengan mahasiswa preklinik. Hal ini dapat dilihat pada penelitian yang dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Malang bahwa angka kejadian mahasiswa pendidikan profesi dokter yang mengalami stres adalah 50,3% sedangkan angka kejadian mahasiswa preklinik adalah 39,7% (5). Stres pada mahasiswa pendidikan profesi dokter terjadi karena mahasiswa dituntut memiliki ilmu klinis dan dasar ilmu biomedis yang kuat. Mahasiswa pendidikan profesi dokter langsung menghadapi pasien dan mendapat kesempatan melakukan tindakan medis. Selama proses tersebut mahasiswa pendidikan profesi dokter akan kontak langsung dengan penyakit, penderitaan, rasa sakit, kecacatan dan kematian pasien (6).

Tiga contoh *stressor* pada mahasiswa kepaniteraan klinik yaitu *stressor* berupa proses pembelajaran selama tahap pendidikan profesi kedokteran, *stressor* perpindahan siklus, dan *stressor* beban kerja (7). Beban kerja berlebih sebagai *stressor* adalah mahasiswa pendidikan profesi dokter memiliki berbagai aktivitas dan jadwal yang menguras tenaga dengan waktu untuk beristirahat yang tergolong sedikit sehingga beban kerja yang mereka miliki terasa lebih tinggi (3).

Beban kerja berlebih dapat didefinisikan sebagai jumlah pekerjaan yang melebihi kapasitas individu untuk menyelesaikannya. Beban kerja berlebih pada mahasiswa kepaniteraan klinik dapat disebabkan oleh berbagai faktor seperti jumlah pasien yang terlalu banyak, ketersediaan sumber daya yang terbatas, dan tanggung jawab yang terlalu besar (8). Faktor ini juga relevan dalam lingkup tenaga kesehatan, dimana hanya 53% dari waktu mereka yang dihabiskan untuk

memberikan layanan kesehatan langsung, sedangkan sekitar 39,9% waktu digunakan untuk menangani beban kerja yang berlebihan (9).

Pada penelitian yang telah dilakukan terhadap mahasiswa pendidikan profesi dokter FK Unisma telah diketahui bahwa 82,19% mahasiswa setuju bahwa perbedaan yang besar dapat dirasakan antara beban kerja pre-klinik dibanding klinik/ *clerkship*/ koas. Hampir setengah mahasiswa yaitu 49,32% merasa bahwa jam kerjanya sangat panjang, dan hanya 35,62% mahasiswa yang tidak setuju bahwa beban kerja mereka tergolong berat (10). Berdasarkan hasil tersebut maka peneliti ingin melihat pengaruh *workload* yang dialami mahasiswa pendidikan profesi dokter FK Unisma terhadap kesejahteraan hidup mereka yang berkaitan dengan faktor fisik maupun psikologi.

Penelitian ini akan mengkaji hubungan antara stres kerja dan *burnout* terhadap beban kerja pada mahasiswa pendidikan profesi dokter fakultas kedokteran Unisma, dengan tujuan memahami dampaknya secara holistik dan mengidentifikasi upaya yang bisa dilakukan untuk meningkatkan kesejahteraan mahasiswa dan tenaga kesehatan di masa depan.

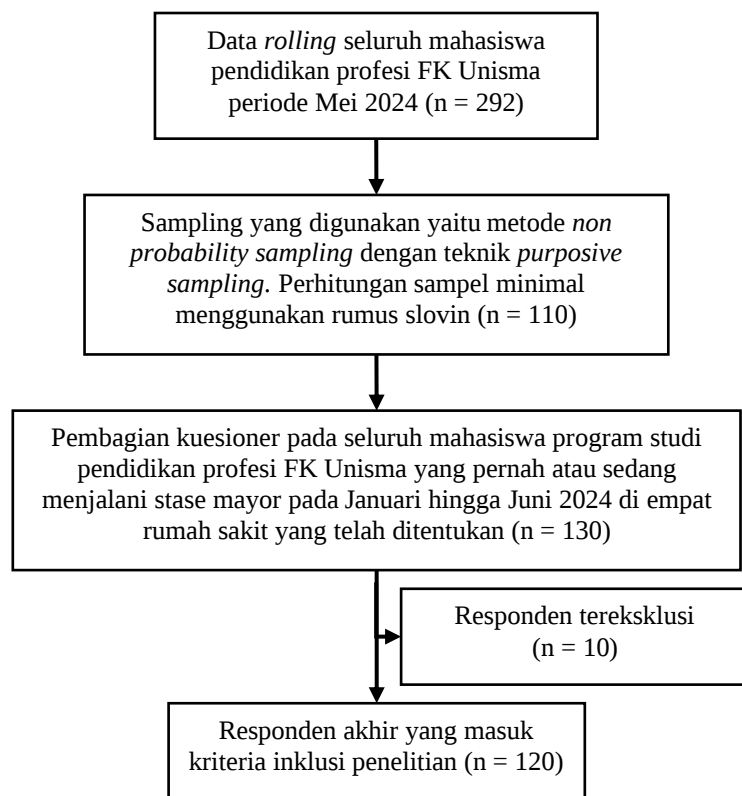
METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah observasi analitik dengan pendekatan *cross-sectional* yaitu penelitian yang dilakukan pada suatu waktu (11). Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengambilan data menggunakan instrumen kuesioner. Penelitian ini dilakukan terhadap 4 rumah sakit pendidikan yang bekerjasama dengan FK Unisma pada bulan Juni 2024 melalui kuesioner yang dibagikan dalam bentuk *g-form*. Komite Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Islam Malang telah menyatakan bahwa penelitian ini mendapatkan layak etik dengan nomor etik No.081/LE.003/II/02/2024.

Sampel Penelitian

Teknik sampling penelitian ini adalah *purposive sampling* dan didapatkan total sampel minimal menggunakan slovin dengan menghitung potensi terjadinya *drop out* yaitu sebanyak 110 responden. Kriteria inklusi meliputi mahasiswa pendidikan profesi dokter FK Unisma yang pernah atau sedang menjalani stase mayor (Ilmu Bedah, Ilmu Penyakit Dalam, Ilmu Kesehatan Anak, Ilmu Kebidanan dan Kandungan) pada Januari hingga Juni 2024. Kriteria eksklusi yaitu mahasiswa pendidikan profesi FK Unisma yang tidak bersedia menjadi responden dan belum mengumpulkan formulir pada waktu yang ditentukan.

Gambar 1. Diagram Alur Pengambilan Data Sampel



Instrumen Pengukuran Beban Kerja

Instrumen yang digunakan dalam beban kerja adalah kuesioner yang diambil dari buku Nursalam (12) dengan jumlah pertanyaan 13 butir. Uji validitas dan reliabilitas hasil pengujian *cornbach alpha* (0,753). 13 pertanyaan tersebut terdiri dari 6 pertanyaan yang mencakup aspek fisik dan 7 pertanyaan mencakup aspek psikologis. Kuesioner dijawab menggunakan skala *likert* dengan jawaban selalu (4), sering (3), kadang-kadang (2), tidak pernah (1). Cara pengukuran kuesioner yaitu dengan penilaian menurut jumlah skor yang didapatkan per-total nilai maksimal yang mungkin didapatkan (52). Interpretasi beban kerja berat apabila hasil penilaian adalah >85%, beban kerja sedang apabila 75-85%, dan beban kerja ringan apabila <75%.

Instrumen Pengukuran Stres Kerja

Instrumen yang digunakan dalam stres kerja adalah kuesioner yang diambil dari buku Nursalam (12) dengan jumlah pertanyaan 35 butir. Uji validitas dan reliabilitas hasil pengujian *cornbach alpha* (0,932). 35 pertanyaan tersebut terdiri dari 13 pertanyaan yang mencakup aspek biologis, 17 aspek psikologis, 5 aspek sosial. Kuesioner dijawab menggunakan skala *likert* dengan jawaban selalu (4), sering (3), kadang-kadang (2), tidak pernah (1). Cara pengukuran kuesioner yaitu dengan penilaian menurut jumlah skor dari skala *likert* yang didapatkan. Interpretasi stres berat apabila hasil penilaian adalah >105, stres sedang apabila 71-105, dan stres ringan apabila <71.

Instrumen MBI (*Maslach Burnout Inventory*)

Instrumen yang digunakan dalam *burnout* kerja adalah MBI (*Maslach Burnout Inventory*). Dengan jumlah pertanyaan 22 butir. Uji validitas dan reliabilitas hasil pengujian *cornbach alpha* (0,923). 22 pertanyaan tersebut terdiri dari 9 pertanyaan terkait aspek kelelahan emosional, 5 pertanyaan terkait depersonalisasi diri, 8 pertanyaan terkait rendahnya prestasi pribadi. Kuesioner dijawab menggunakan skala *likert* dengan jawaban (0) Tidak pernah, (1) Beberapa kali dalam setahun, (2) Satu kali dalam sebulan, (3) Beberapa kali dalam sebulan, (4) Satu kali dalam seminggu, (5) Beberapa kali dalam seminggu, dan (6) Setiap hari. Cara pengukuran kuesioner yaitu dengan penilaian menurut jumlah skor yang didapatkan. Responden dapat dikatakan mengalami *burnout* apabila nilai yang diperoleh dari kuisisioner MBI pada salah satu atau ketiga dimensinya berada pada kategori tinggi. Interpretasi tinggi apabila kelelahan emosional (total skor >27), depersonalisasi (total skor >13), penurunan prestasi diri (total skor >39).

Tahapan Penelitian

Pra-penelitian dilakukan setelah mendapatkan izin layak etik dan Kaprodi Pendidikan Profesi FK Unisma. Selanjutnya mengambil data terbaru berupa daftar mahasiswa pendidikan profesi FK Unisma yang aktif menjalani pendidikan. Penentuan responden berdasarkan data mahasiswa pendidikan profesi FK Unisma terakhir periode Mei 2024 dengan *purposive sampling* dan didapatkan 120 responden.

Pengambilan data dilaksanakan dengan menggunakan *google form* yang dibagikan kepada responden melalui grup *WhatsApp* masing-masing rumah sakit. Pengambilan data dilakukan terhadap responden yang terdapat pada empat rumah sakit yaitu RSUD Mardi Waluyo - Blitar, RSUD Kanjuruhan - Kepanjen, RSUD Syamrabu - Bangkalan, dan RSUD Blambangan - Banyuwangi. Sebelum melakukan pengisian kuesioner oleh responden, peneliti memberikan *informed consent* kepada responden guna meminta persetujuan dari responden.

Setelah tahap pengumpulan data selesai, data-data tersebut dikumpulkan dan disatukan ke dalam satu tabel utama. Data yang telah terkumpul kemudian diolah menggunakan program statistik SPSS. Analisis yang dilakukan mencakup uji statistik deskriptif (univariat) dan uji hubungan (bivariat) dengan menggunakan uji korelasi *Kendall's Tau-B*. Hasil dari analisis statistik ini kemudian disusun dalam bentuk tabel untuk memudahkan visualisasi dan interpretasi.

HASIL DAN ANALISA DATA

Karakteristik Responden

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Mahasiswa Pendidikan Profesi Kedokteran Universitas Islam Malang Terhadap Beban Kerja, Stres Kerja, dan *Burnout*.

Karakteristik Responden	Beban Kerja			Stres Kerja			Burnout			Total
	Ringan	Sedang	Berat	Ringan	Sedang	Berat	Ringan	Sedang	Berat	
	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	
Jenis Kelamin										
Pria	12 (10,0)	13 (10,8)	5 (4,2)	24 (20,0)	4 (3,3)	2 (1,7)	30 (25,0)	0 (0,0)	0 (0,0)	30 (25,0)
Wanita	21 (17,5)	44 (36,7)	25 (20,8)	56 (46,7)	27 (22,5)	7 (5,8)	81 (67,5)	9 (7,5)	0 (0,0)	90 (75,0)
Usia (Tahun)										
20-23	11 (9,2)	21 (17,5)	8 (6,7)	26 (21,7)	12 (10,0)	2 (1,7)	35 (29,2)	5 (4,2)	0 (0,0)	40 (33,3)
24-25	19 (15,8)	32 (26,7)	17 (14,2)	46 (38,3)	16 (13,3)	6 (5,0)	64 (53,3)	4 (3,3)	0 (0,0)	68 (56,7)
26-27	3 (2,5)	4 (3,3)	5 (4,2)	8 (6,7)	3 (2,5)	1 (0,8)	12 (10,0)	0 (0,0)	0 (0,0)	12 (10,0)
Waktu Menjalani Program Pendidikan Profesi										
1-6 Bulan	8 (6,7)	26 (21,7)	10 (8,3)	30 (25,0)	13 (10,8)	1 (0,8)	41 (34,2)	3 (2,5)	0 (0,0)	44 (36,7)
6-12 Bulan	11 (9,2)	21 (17,5)	8 (6,7)	24 (20,0)	12 (10,0)	4 (3,3)	36 (30,0)	4 (3,3)	0 (0,0)	40 (33,3)
12-18 Bulan	14 (11,7)	8 (6,7)	10 (8,3)	23 (19,2)	6 (5,0)	3 (2,5)	31 (25,8)	1 (0,8)	0 (0,0)	32 (26,7)
> 18 Bulan	0 (0,0)	2 (1,7)	2 (1,7)	3 (2,5)	0 (0,0)	1 (0,8)	3 (2,5)	1 (0,8)	0 (0,0)	4 (3,3)
Status Pernikahan										
Belum Menikah	30 (25,0)	52 (43,3)	30 (25,0)	73 (60,8)	30 (25,0)	9 (7,5)	103 (85,8)	9 (7,5)	0 (0,0)	112 (93,3)
Sudah Menikah	3 (2,5)	5 (4,2)	0 (0,0)	7 (5,8)	1 (0,8)	0 (0,0)	8 (6,7)	0 (0,0)	0 (0,0)	8 (6,7)
Waktu Yang Ditempuh dari Tempat Tinggal ke Rumah Sakit										
< 5 Menit	22 (18,3)	37 (30,8)	23 (19,2)	49 (40,8)	24 (20,0)	9 (7,5)	75 (62,5)	7 (5,8)	0 (0,0)	82 (68,3)
5-15 Menit	10 (8,3)	18 (15,0)	6 (5,0)	27 (22,5)	7 (5,8)	0 (0,0)	32 (26,7)	2 (1,7)	0 (0,0)	34 (28,3)
> 15 Menit	1 (0,8)	2 (1,7)	1 (0,8)	4 (3,3)	0 (0,0)	0 (0,0)	4 (3,3)	0 (0,0)	0 (0,0)	4 (3,3)
Kecukupan Biaya Hidup										
Cukup	24 (20,0)	42 (35,0)	24 (20,0)	66 (55,0)	18 (15,0)	6 (5,0)	85 (70,8)	5 (4,2)	0 (0,0)	90 (75,0)
Terkadang	7 (5,8)	14 (11,7)	5 (4,2)	13 (10,8)	10 (8,3)	3 (2,5)	22 (18,3)	4 (3,3)	0 (0,0)	26 (21,7)
Merasa Kurang	2 (1,7)	1 (0,8)	1 (0,8)	1 (0,8)	3 (2,5)	0 (0,0)	4 (3,3)	0 (0,0)	0 (0,0)	4 (3,3)
Merasa Memiliki Tuntutan Besar Akan Harapan Orang tua										
Iya	20 (16,7)	40 (33,3)	21 (17,5)	50 (41,7)	24 (20,0)	7 (5,8)	74 (61,7)	7 (5,8)	0 (0,0)	81 (67,5)
Tidak	13 (10,8)	17 (14,2)	9 (7,5)	30 (25,0)	7 (5,8)	2 (1,7)	37 (30,8)	2 (1,7)	0 (0,0)	39 (32,5)
Memiliki masalah di luar pendidikan profesi kedokteran										
Iya	3 (2,5)	8 (6,7)	2 (1,7)	6 (5,0)	7 (5,8)	0 (0,0)	11 (9,2)	2 (1,7)	0 (0,0)	13 (10,8)
Tidak	30 (25,0)	49 (40,8)	28 (23,3)	74 (61,7)	24 (20,0)	9 (7,5)	100 (83,3)	7 (5,8)	0 (0,0)	107 (89,2)
Kesulitan Berkomunikasi Dengan Perawat, Dokter, Maupun Karyawan Lainnya										
Tidak Pernah	16 (13,3)	33 (27,5)	20 (16,7)	51 (42,5)	9 (7,5)	9 (7,5)	66 (55,0)	3 (2,5)	0 (0,0)	69 (57,5)
Terkadang	16 (13,3)	24 (20,0)	10 (8,3)	28 (23,3)	22 (18,3)	0 (0,0)	44 (36,7)	6 (5,0)	0 (0,0)	50 (41,7)
Selalu	1 (0,8)	0 (0,0)	0 (0,0)	1 (0,8)	0 (0,0)	0 (0,0)	1 (0,8)	0 (0,0)	0 (0,0)	1 (0,8)
Kesulitan Berkomunikasi Dengan Pasien Maupun Keluarga Pasien										
Tidak Pernah	16 (13,3)	21 (17,3)	16 (13,3)	38 (31,7)	7 (5,8)	8 (6,7)	51 (42,5)	2 (1,7)	0 (0,0)	53 (44,2)
Terkadang	17 (14,2)	36 (30,0)	14 (11,7)	42 (35,0)	24 (20,0)	1 (0,8)	60 (50,0)	7 (5,8)	0 (0,0)	67 (55,8)

Responden dari penelitian ini diperoleh melalui data *rolling* mahasiswa pendidikan profesi FK Unisma edisi Februari 2024. Dari 130 responden yang telah diberikan kuesioner, peneliti hanya mendapatkan data dari 120 responden yang mengisi kuesioner. Jumlah tersebut terdiri dari 25 responden berasal dari RSUD

Kanjuruhan, 31 responden dari RSUD Syamrabu, 28 responden dari RSUD Mardi Waluyo, dan 36 responden dari RSUD Blambangan. Karakteristik responden didapatkan dari hasil pertanyaan tambahan pada awal kuesioner berupa data tambahan dari masing-masing mahasiswa pendidikan profesi FK Unisma. Pada

penelitian ini didapati 120 responden mahasiswa yang bersedia mengisi kuesioner dan memenuhi seluruh kriteria inklusi di empat RSUD Pendidikan FK Unisma.

Pada Tabel 1 dapat dilihat bahwa jumlah mahasiswa wanita tiga kali lipat lebih banyak daripada mahasiswa pria. Ketidakseimbangan ini telah terjadi sejak masa pendidikan pre-klinik dan berlanjut hingga fase klinik. Fenomena ini mencerminkan tren global, di mana pendidikan kedokteran semakin didominasi oleh wanita. Jumlah wanita yang memasuki profesi medis meningkat secara signifikan di banyak negara, sejalan dengan meningkatnya minat wanita untuk berkarier di bidang kesehatan. Ketidakseimbangan ini bisa jadi dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk minat wanita dalam profesi yang berfokus pada perawatan dan kesehatan (13).

Lebih dari setengah responden berusia antara 24 hingga 25 tahun, yang menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa profesi kedokteran berada pada usia dewasa awal. Usia ini merupakan periode transisi dari pendidikan formal ke profesionalisme, yang sering kali disertai dengan tuntutan yang semakin berat. Mahasiswa pendidikan profesi dokter pada usia ini cenderung menghadapi tantangan akademik yang lebih besar, termasuk beban klinik dan tuntutan menyelesaikan program studi dalam batas waktu yang ditentukan. Selain itu, pada usia ini, mahasiswa cenderung lebih fokus pada pencapaian akademik dan profesional daripada membentuk keluarga, seperti yang tercermin dari status responden yang mayoritas belum berkeluarga (14).

Data pada Tabel 1 juga menunjukkan bahwa rata-rata waktu tempuh ke rumah sakit bagi para responden tergolong singkat. Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti, banyak mahasiswa sengaja memilih tempat tinggal sementara di sekitar rumah sakit. Hal ini dilakukan untuk mengurangi waktu perjalanan dan meningkatkan efisiensi saat menjalani praktik klinik yang padat. Faktor geografis, termasuk jarak tempat tinggal ke tempat kerja atau studi, memainkan peran penting dalam menurunkan tingkat stres pada mahasiswa kedokteran yang menjalani pendidikan klinik. Beberapa mahasiswa bahkan memilih tinggal di akomodasi yang disediakan oleh rumah sakit, yang mempermudah akses mereka ke fasilitas pendidikan (15). Pilihan untuk tinggal di dekat rumah sakit juga memberikan manfaat tambahan bagi mahasiswa, seperti fleksibilitas waktu dan kemudahan dalam beradaptasi dengan tuntutan pendidikan profesi dokter. Beberapa mahasiswa yang tinggal di tempat yang disediakan oleh rumah sakit dapat memanfaatkan fasilitas tersebut untuk lebih fokus pada studi dan praktik klinik. Penelitian menunjukkan bahwa akses yang mudah ke fasilitas pendidikan dapat mengurangi kelelahan dan meningkatkan kualitas hidup mahasiswa (16). Dengan tinggal di dekat rumah sakit, mahasiswa dapat menghindari perjalanan panjang yang mungkin menambah stres dan mengurangi waktu istirahat mereka.

Pada penelitian ini ditemukan paling banyak yaitu 36,7% responden baru menjalani pendidikan profesi selama 1-6 bulan, dan mayoritas dari mereka merasa beban kerja yang didapatkan adalah beban kerja sedang (21,7%). Pada Tabel 1 juga dapat dilihat bahwa lama waktu menjalani program pendidikan profesi mempengaruhi tingkat beban kerja responden, dimana semakin lama responden menjalani pendidikan profesi maka cenderung semakin ringan beban kerja yang dialaminya. Pengalaman kerja yang lebih panjang juga terkait dengan peningkatan efisiensi dalam penanganan pasien, sehingga dapat mengurangi beban kerja secara keseluruhan. Pengalaman kerja yang memadai memungkinkan tenaga medis untuk mengembangkan strategi coping yang efektif dalam menghadapi situasi stres (17).

Penelitian ini juga menemukan bahwa hanya sedikit responden yang memiliki masalah di luar masalah akademik terkait dengan peran utama mereka sebagai mahasiswa pendidikan profesi kedokteran. Meski demikian, responden tetap menghadapi tekanan yang cukup besar dalam menjalani pendidikan mereka. Salah satu faktor utama yang menyebabkan tekanan ini adalah tuntutan yang dirasakan dari harapan orang tua. Sebagian besar responden, berdasarkan wawancara, mengungkapkan bahwa mereka merasa memiliki kewajiban besar untuk memenuhi harapan orang tua, terutama dalam hal keberhasilan akademik. Harapan keluarga sering kali menjadi salah satu sumber stres utama bagi mahasiswa kedokteran, yang dapat berdampak pada kesejahteraan mental mereka. Selain itu, studi ini menunjukkan bahwa mahasiswa sering kali mengaitkan kebahagiaan orang tua mereka dengan pencapaian akademik yang mereka raih (18). Seiring dengan tuntutan akademik yang berat, tekanan dari harapan keluarga dapat memperparah stres yang mereka alami selama menjalani pendidikan (19).

Masalah komunikasi memang terkadang masih menjadi gangguan bagi semua orang, hal tersebut juga dapat terlihat pada Tabel 1 tentang bagaimana para responden terkadang masih mengalami kesulitan untuk berkomunikasi dengan perawat, dokter, maupun karyawan lainnya. Lebih dari setengah responden juga mengalami masalah kesulitan berkomunikasi dengan pasien maupun keluarga dari pasien, dapat dilihat dari Tabel 1 responden yang mengalami masalah kesulitan berkomunikasi dengan pasien maupun keluarga pasien nampak merasakan beban kerja yang lebih jika dibandingkan responden yang tidak memiliki masalah tersebut. Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti hal tersebut dapat terjadi karena masalah bahasa, beberapa pasien terkadang tidak bisa menggunakan bahasa Indonesia sehingga responden mengalami kesulitan untuk memahami apa yang dimaksudkan oleh pasien. Komunikasi antara tenaga medis dan pasien memainkan peran penting dalam manajemen beban kerja di lingkungan medis. Komunikasi yang efektif dengan pasien dapat mengurangi kebingungan, mempercepat proses diagnosa, dan meningkatkan kepuasan pasien, yang

pada akhirnya mengurangi beban kerja tenaga medis (20).

Sebagian besar responden merasa bahwa beban kerja yang mereka dapatkan tergolong sedang akan tetapi mayoritas dari responden hanya mengalami stres kerja dan *burnout* yang ringan. Peneliti berasumsi berdasarkan wawancara yang telah dilakukan sebelumnya bahwa hal tersebut dikarenakan bahwa mayoritas responden masih memiliki kekuatan fisik yang cukup karena tergolong muda dan juga menganggap kegiatan pendidikan profesi kedokteran adalah suatu hal baru yang sangat menarik dan membuat responden termotivasi dalam menjalankannya. Bahkan ada beberapa responden yang menyatakan bahwa menjalani kegiatan mereka yang sekarang adalah mimpi mereka sedari kecil, sehingga mereka dapat menjalani kegiatan sehari-harinya dengan penuh motivasi. Tenaga medis yang memiliki motivasi intrinsik kuat seperti cita-cita yang kuat sejak kecil untuk membantu orang lain atau berkembang secara profesional, cenderung mengalami tingkat *burnout* yang lebih rendah. Dalam studi ini, ditemukan bahwa motivasi intrinsik dapat meningkatkan ketahanan emosional dan memberikan energi tambahan untuk menghadapi tantangan di tempat kerja, sehingga mengurangi risiko *burnout* (21). Tenaga medis yang lebih muda lebih mampu menyesuaikan diri dengan shift kerja yang tidak teratur dan tekanan kerja yang intens, yang merupakan sumber utama stres dalam profesi medis. Mereka mencatat bahwa kekuatan fisik yang cukup pada usia muda memberikan perlindungan terhadap kelelahan dan *burnout*, sehingga mengurangi stres kerja yang dirasakan (22).

Hasil Korelasi Antara Beban Kerja Dengan *Burnout* dan Stres Kerja

Penelitian ini bertujuan untuk memahami hubungan antara tingkat beban kerja yang dihadapi oleh mahasiswa pendidikan profesi kedokteran FK Unisma dan dampaknya terhadap tingkat stres serta risiko *burnout* yang mereka alami. Beban kerja yang tinggi dalam konteks pendidikan profesi kedokteran sering kali dikaitkan dengan peningkatan stres dan risiko *burnout*, yang dapat memengaruhi kinerja akademik dan kesejahteraan pribadi mahasiswa.

Gambaran pada Tabel 2 dapat dilihat bahwa analisis korelasi *Kendall's tau-b* menunjukkan hasil korelasi antara beban kerja terhadap stres kerja berkorelasi signifikan ($p = <0.001$). Nilai koefisien korelasi antara beban kerja terhadap stres kerja bernilai positif ($r = 0.32$), hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tingginya beban kerja, maka akan semakin tinggi juga stres kerja yang dialami maupun sebaliknya. Berapa pasien terkadang tidak bisa menggunakan bahasa Indonesia sehingga responden mengalami kesulitan untuk memahami apa yang dimaksudkan oleh pasien. Berdasarkan hasil koefisien korelasi antara beban kerja terhadap stres kerja ($r = 0.32$) dapat disimpulkan bahwa keduanya memiliki nilai hubungan cukup.

Tabel 2 Tabulasi Silang Korelasi Antara Beban Kerja dengan Stres Kerja dan *Burnout* pada Mahasiswa Pendidikan Profesi Kedokteran Universitas Islam Malang.

Variabel	Beban kerja				Nilai <i>p</i>	Nilai <i>r</i>
	Ringan	Sedang	Berat	Total		
	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)		
Stres kerja						
Ringan	28 (23.3%)	38 (31.7%)	14 (11.7%)	80 (66.7%)	<0.001*	0.320
Sedang	5 (4.2%)	19 (15.8%)	7 (5.8%)	31 (25.8%)		
Berat	0	0	9 (7.5%)	9 (7.5%)		
Burnout						
Ringan	30 (25.0%)	53 (44.2%)	28 (23.3%)	111 (92.5%)	0.715	- 0.032
Sedang	3 (2.5%)	4 (3.3%)	2 (1.7%)	9 (7.5)		
Total	33 (27.5%)	57 (47.5%)	30 (25%)	120 (100%)		

Analisis korelasi *Kendall's tau-b* pada hasil korelasi antara beban kerja terhadap *burnout* tidak berkorelasi signifikan ($p = 0.715$). Nilai koefisien korelasi antara beban kerja terhadap *burnout* bernilai negatif ($r = -0.032$), hal tersebut dapat diartikan bahwa semakin tinggi beban kerja, maka akan semakin ringan *burnout* yang dialami maupun sebaliknya. Akan tetapi dari data hasil deskriptif menunjukkan bahwa 92,5%

responden hanya mengalami *burnout* ringan. Hal tersebut dapat terjadi karena hasil koefisien korelasi negatif antara beban kerja terhadap stres kerja hanya memiliki nilai $r = -0,032$ dapat disimpulkan bahwa keduanya memiliki nilai hubungan sangat lemah.

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Penelitian ini menemukan jumlah mahasiswa wanita lebih banyak mengalami beban kerja berat dibandingkan dengan mahasiswa pria, yaitu 25 wanita dibandingkan 5 pria. Wanita cenderung lebih rentan terhadap beban kerja fisik karena secara fisiologis kekuatan otot mereka hanya 2/3 dari pria. Namun, dalam hal ketelitian dan kepekaan, wanita sering kali lebih unggul dibandingkan pria (23). Penelitian ini juga menemukan bahwa wanita lebih rentan mengalami stres berat akibat beban kerja, dengan 7 wanita mengalami stres berat dibandingkan dengan 2 pria. Faktor hormonal dan perbedaan *stressor* psikososial antara pria dan wanita berkontribusi terhadap kerentanan stres yang lebih tinggi pada wanita (14).

Pada penelitian ini didapatkan pria dan wanita yang mengalami *burnout* hanya selisih sedikit. Rata-rata *burnout* yang dialami mahasiswa laki-laki dan perempuan hampir setara dengan masing-masing sebesar 83,7 dan 82,56 (24). Hal tersebut disebabkan oleh kemampuan koping stres yang berbeda antara pria dan wanita. Wanita cenderung lebih fleksibel dan lentur dalam menghadapi tekanan, sehingga mampu menyesuaikan diri lebih baik di bawah stres yang tinggi. Sebaliknya, pria cenderung lebih kaku dan serius dalam menyikapi masalah (25).

Hasil pada penelitian ini menunjukkan angka tingkat stres kerja cenderung menurun seiring bertambahnya usia. Pada individu usia dewasa awal (18-40 tahun), stres sering kali dipicu oleh ketidakmampuan memahami dan menyelesaikan masalah dengan baik. Faktor internal, seperti perasaan tidak mampu dan rendahnya rasa percaya diri, berperan besar dalam meningkatkan stres pada usia ini. Di sisi lain, faktor eksternal seperti peningkatan beban akademis dan perolehan nilai yang tidak sesuai ekspektasi juga turut mempengaruhi stres. Dengan bertambahnya usia dan pengalaman, individu mulai mengembangkan mekanisme koping yang lebih efektif, sehingga tingkat stres berkurang (14).

Mayoritas mahasiswa pendidikan profesi kedokteran Unisma mengalami beban kerja sedang, dengan 57 mahasiswa berada pada tingkat ini. Beban kerja ringan dialami oleh 33 mahasiswa, sementara beban kerja berat hanya dialami oleh 30 mahasiswa. Data ini menandakan bahwa sebagian besar mahasiswa berada pada tingkatan beban kerja yang masih dapat ditangani dengan baik. Temuan ini sesuai dengan penelitian Maharja (2015), yang menemukan bahwa sebagian besar tenaga kesehatan menghadapi beban kerja sedang. Beban kerja yang sedang dianggap wajar dalam konteks pendidikan profesi dokter, namun tetap membutuhkan pengelolaan dengan baik sehingga tidak menyebabkan dampak buruk pada kesehatan mental mahasiswa (26).

Penelitian ini juga mengungkapkan bahwa mayoritas mahasiswa pendidikan profesi kedokteran Unisma mengalami stres kerja ringan, dengan 80

mahasiswa (66,7%) berada pada kondisi ini. Stres ringan dianggap sebagai hal yang lumrah dalam profesi kesehatan, terutama karena interaksi harian dengan pasien yang memiliki kondisi dan karakteristik yang beragam. Sebagai calon tenaga kesehatan, mahasiswa pendidikan profesi dokter dituntut untuk menyesuaikan dirinya terhadap lingkungan kerja yang penuh tekanan. Namun dapat diperhatikan jika stres ringan tidak dikelola dengan baik dapat meningkat dan berkembang menjadi masalah psikologis yang lebih serius. Oleh karena itu, penting bagi institusi pendidikan dan rumah sakit untuk memberikan dukungan dalam bentuk konseling dan program manajemen stres bagi mahasiswa (27).

Korelasi Antara Beban Kerja dengan *Burnout* dan Stres Kerja

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden mengalami beban kerja sedang dengan stres kerja ringan. Pada pengukuran uji statistik, didapatkan nilai $p = < 0,001 < \alpha = 0,05$ sehingga H_1 diterima atau H_0 ditolak artinya ada hubungan korelasi beban kerja dengan stres kerja pada mahasiswa pendidikan profesi FK Unisma. Nilai positif pada value yang berarti hubungan antara kedua variabel berkorelasi positif, hal ini menunjukkan semakin tingginya beban kerja mahasiswa pendidikan profesi dokter, maka semakin tinggi juga tingkat stres yang dapat terjadi. Koefisien korelasi sebesar $r = 0,32$ menunjukkan bahwa beban kerja dan stres kerja memiliki hubungan cukup.

Hasil penelitian ini diperkuat dengan data penelitian oleh Ardinata, et al. (2016) yang menggambarkan bahwa beban kerja yang tinggi di kalangan mahasiswa pendidikan profesi dokter berhubungan erat dengan peningkatan stres kerja. Dalam studi mereka, mereka menemukan bahwa koefisien yang menghadapi beban kerja yang intensif, seperti jadwal praktik yang padat dan tuntutan akademis yang tinggi, melaporkan tingkat stres yang lebih tinggi. Faktor-faktor seperti kekurangan waktu istirahat, tekanan untuk memenuhi ekspektasi klinis, dan tantangan dalam menyeimbangkan studi dan praktik klinis berkontribusi pada stres yang mereka rasakan (28). Temuan penelitian menunjukkan adanya korelasi substansial antara beban kerja dan stres terkait pekerjaan di kalangan mahasiswa pendidikan profesi FK Unisma, konsisten dengan studi oleh Budiawan et al. (2023) tentang pekerja kesehatan, yang mengungkapkan bahwa beban kerja yang meningkat berkorelasi positif dengan tingkat stres yang lebih tinggi, berdampak pada kinerja kerja dan kesejahteraan psikologis individu (41).

Beban kerja yang tinggi selama masa pendidikan profesi dokter dapat berdampak terhadap kesehatan mental dan kesejahteraan mahasiswa. Mereka mengidentifikasi bahwa mahasiswa pendidikan profesi dokter yang mengalami beban kerja yang berat lebih cenderung mengalami kelelahan, kecemasan, dan depresi, yang semuanya merupakan indikator stres kerja yang tinggi. Penelitian ini juga menyoroti pentingnya

dukungan sosial dan manajemen waktu sebagai faktor penurun stres (29).

Responden mayoritas mengalami beban kerja sedang dibarengi dengan stres kerja ringan yaitu 31,7%, hal ini memiliki banyak faktor pendukung yang dapat mengurangi stres kerja seperti rasa suka mahasiswa terhadap stase yang sedang dijalani, pengajar yang mengayomi dengan baik, dan sebagainya. Mahasiswa pendidikan profesi dokter dengan beban kerja sedang yang mencakup jadwal praktik yang teratur dan tanggung jawab akademis yang terkelola dengan baik cenderung mengalami tingkat stres kerja yang lebih rendah dibandingkan mereka dengan beban kerja tinggi. Studi ini menemukan bahwa dengan beban kerja sedang, mahasiswa pendidikan profesi dokter dapat mengatur waktu mereka dengan lebih baik, memiliki waktu istirahat yang cukup, dan memiliki dukungan sosial yang memadai, yang berkontribusi pada stres yang lebih ringan (30). Selain stres kerja ringan banyak juga yang merasakan stres kerja sedang hingga berat, hasil ini dapat diakibatkan karena penggunaan waktu kerja yang dilakukan responden satu maupun dengan responden yang lain tidak sama tergantung pengetahuan dan pengalaman yang ada dalam diri responden tersebut. Mahasiswa pendidikan profesi dokter dengan pengalaman klinis yang lebih sedikit cenderung memiliki tingkat stres yang lebih tinggi ketika mereka menghadapi beban kerja yang tidak terkelola dengan baik. Mahasiswa pendidikan profesi dokter yang kurang berpengalaman mungkin kurang efektif dalam mengatur waktu dan menangani tuntutan klinis, yang berkontribusi pada stres kerja yang lebih tinggi. Pengalaman klinis yang terbatas dapat menyebabkan ketidakmampuan dalam mengelola waktu secara efisien, meningkatkan risiko stres yang sedang hingga berat (31).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa berdasarkan persentase dari 120 responden yang paling banyak adalah mengalami beban kerja sedang dengan *burnout* ringan. Hasil uji statistik didapatkan nilai $p > 0.05$ sehingga tidak ada korelasi signifikan antara beban kerja dengan *burnout*. Meskipun beban kerja tinggi, pengaruhnya terhadap *burnout* pada mahasiswa pendidikan profesi dokter tidak selalu signifikan. Studi menemukan bahwa meskipun mahasiswa pendidikan profesi dokter menghadapi beban kerja yang berat, tingkat *burnout* yang mereka alami lebih dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti dukungan sosial, kepuasan kerja, dan kemampuan mereka dalam mengelola stres daripada oleh beban kerja itu sendiri (32).

Penelitian menunjukkan bahwa beban kerja yang berat secara signifikan berhubungan dengan peningkatan tingkat *burnout* pada mahasiswa pendidikan profesi dokter (33). Meskipun pada penelitian ini sebanyak 72,5% responden beranggapan bahwa mereka memiliki beban kerja sedang-berat, hanya 7,5% responden yang tergolong *burnout* sedang dan tidak ada sama sekali dari responden yang mengalami *burnout* berat, peneliti berasumsi

dikarenakan mayoritas responden masih memiliki kekuatan fisik yang cukup karena tergolong muda yaitu 90% usia responden adalah di bawah 25 tahun. Kemampuan fisik yang baik dapat berfungsi sebagai buffer terhadap *burnout*. Mahasiswa dengan kemampuan fisik yang lebih baik, terutama yang berada di usia muda, memiliki tingkat *burnout* yang lebih rendah, karena mereka lebih mampu menangani beban kerja dan stres secara lebih efektif (34).

Studi ini mengungkapkan tidak ada korelasi signifikan antara beban kerja dan kelelahan di antara mahasiswa pendidikan profesi di FK Unisma. Hasilnya memerlukan pemeriksaan lebih lanjut, karena Prajanti et al. (2021) menunjukkan bahwa mahasiswa kedokteran menggunakan berbagai mekanisme koping dalam menanggapi tekanan akademik. Beberapa menyesuaikan diri dengan baik, sementara yang lain mungkin menderita kelelahan mental. Ketidaksesuaian hasil ini kemungkinan disebabkan oleh adanya faktor-faktor protektif seperti mekanisme koping yang efektif, dukungan sosial, atau karakteristik individual yang mempengaruhi respon mahasiswa terhadap beban kerja yang tinggi. Perbedaan hasil terkait hubungan beban kerja dengan *burnout* ini juga dapat dijelaskan melalui temuan Prajanti, et al., (2021) yang menyebutkan bahwa kemampuan adaptasi dan strategi koping yang tepat dapat membantu mahasiswa kedokteran mengelola stres akademik dengan lebih baik dan mencegah terjadinya kelelahan mental berkepanjangan. Hal ini mengindikasikan bahwa meskipun beban kerja tinggi dapat memicu stres, tidak serta merta mengarah pada *burnout* jika mahasiswa memiliki mekanisme koping yang baik (42).

Rendahnya tingkat *burnout* yang dialami responden pada penelitian kali ini juga dapat dipengaruhi oleh dukungan finansial yang cukup dari keluarga, hal tersebut dapat dilihat dari hanya 3% mahasiswa yang merasa kurang untuk memenuhi kebutuhan hidupnya. Dukungan finansial yang memadai memiliki dampak signifikan terhadap pengurangan *burnout* di kalangan mahasiswa pendidikan profesi dokter. Mahasiswa yang menerima dukungan finansial yang cukup cenderung mengalami *burnout* ringan dibandingkan dengan mereka yang menghadapi tekanan finansial. Dukungan finansial membantu mengurangi kekhawatiran tentang beban biaya pendidikan dan kebutuhan hidup, sehingga mahasiswa dapat lebih fokus pada studi dan praktik klinis tanpa merasa tertekan secara ekonomi (35).

Untuk mengetahui faktor penyebab *burnout* ringan yang dialami oleh mayoritas responden, peneliti juga telah melakukan wawancara dan dapat diketahui bahwa sebagian besar responden menganggap kegiatan pendidikan profesi kedokteran adalah suatu hal baru yang sangat menarik dan membuat responden termotivasi dalam menjalankannya. Bahkan ada beberapa responden yang menyatakan bahwa menjalani kegiatan mereka yang sekarang adalah mimpi mereka sedari kecil, sehingga mereka menjalani kegiatan sehari-harinya dengan penuh motivasi. Motivasi yang tinggi

memiliki dampak signifikan dalam mengurangi *burnout* di kalangan mahasiswa pendidikan profesi dokter. Mahasiswa yang termotivasi oleh cita-cita dari kecil, seperti keinginan untuk menjadi dokter, cenderung mengalami *burnout* yang lebih rendah. Motivasi intrinsik ini memberikan dorongan tambahan untuk menghadapi tantangan dan beban kerja yang berat, serta membantu mereka untuk tetap fokus pada tujuan jangka panjang mereka (36). Motivasi yang tinggi pada responden penelitian ini dapat juga berasal dari adanya rasa tuntutan yang tinggi akan harapan orang tua (67,5%), sehingga mereka merasa memiliki rasa tanggung jawab yang tinggi. Mahasiswa pendidikan profesi dokter dengan rasa tanggung jawab yang tinggi terhadap harapan orang tua cenderung mengalami *burnout* ringan. Mahasiswa yang merasa harus memenuhi ekspektasi tinggi dari orang tua mengalami stres yang berhubungan dengan beban emosional dan tekanan untuk berhasil. Meskipun tingkat *burnout* yang dialami cenderung ringan, tekanan ini dapat mempengaruhi kesejahteraan mental mereka secara signifikan (37).

Burnout ringan yang mendominasi pada hasil penelitian ini juga dapat dipengaruhi oleh fakta bahwa mayoritas responden (89,2%) tidak memiliki masalah di luar kegiatan akademik pendidikan profesi kedokteran. Mayoritas responden juga belum berkeluarga (93,3%) sehingga responden tidak memiliki *stressor* berlebih dari faktor eksternal. Hal ini didukung oleh penelitian Huang dan Lin (2014), yang menemukan adanya korelasi antara *burnout* pada pelajar dengan stres kehidupan. Hasil penelitian ini menggambarkan bahwa semakin tinggi stres kehidupan yang dialami para pelajar, maka hal tersebut dapat berpengaruh terhadap semakin tingginya tingkat *burnout* mereka (38).

Penelitian menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa pendidikan profesi dokter mengalami beban kerja dalam kategori sedang. Mahasiswa berupaya untuk menyelesaikan tugas mereka dengan performa yang baik, yang pada akhirnya memberikan kepuasan terhadap pekerjaan yang dilakukan. Pengaturan jam kerja yang efektif juga turut berperan memberikan kesempatan pemulihan fisik dan mental, sehingga beban kerja yang dihadapi tidak menyebabkan *burnout*. Hasil ini sejalan dengan penelitian Ningsih dan Nilamsari (2018) yang menyatakan bahwa pengaturan jam kerja yang baik dapat mendukung istirahat yang cukup, sehingga kelelahan kerja dapat diminimalisir dan beban kerja tetap terkendali. (39).

Analisis Kelemahan Penelitian

Penelitian ini memiliki kelemahan terkait keberagaman sampel, karena hanya melibatkan mahasiswa pendidikan profesi dokter dari Universitas Islam Malang yang tersebar di empat rumah sakit pendidikan. Hal ini membatasi kemampuan untuk menggeneralisasikan hasil penelitian ke populasi yang lebih luas. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya sebaiknya melibatkan sampel yang lebih luas dari berbagai universitas dan rumah sakit untuk

mendapatkan gambaran yang lebih representatif tentang beban kerja dan stres di kalangan mahasiswa pendidikan profesi dokter.

Selain dari keberagaman sampel, penelitian ini cenderung kurang mengeksplorasi variabel lain yang mungkin mempengaruhi kesejahteraan mahasiswa, seperti dukungan sosial, strategi koping, dan *work life balance*. Faktor-faktor ini dapat memainkan peran penting dalam kesehatan mental mahasiswa dan memberikan dampak signifikan terhadap hasil penelitian. Penelitian selanjutnya sebaiknya mempertimbangkan faktor-faktor tambahan ini untuk menghasilkan pemahaman yang lebih detail mengenai pengalaman mahasiswa kedokteran dalam menghadapi stres kerja dan *burnout*.

Kelemahan lainnya adalah mengenai metode pengumpulan data pada penelitian ini, yang hanya mengandalkan kuesioner sehingga memungkinkan memiliki keterbatasan dalam hal akurasi dan kelengkapan informasi yang diperoleh. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa bias responden dan ketidakakuratan dalam pengisian kuesioner dapat mempengaruhi hasil (40). Oleh karena itu, disarankan untuk menggunakan metode triangulasi, seperti wawancara mendalam atau observasi, untuk melengkapi data kuesioner dan memberikan konteks yang lebih lengkap.

KESIMPULAN

Setelah melihat gambaran hasil penelitian yang sudah dilakukan pada mahasiswa pendidikan profesi dokter FK Unisma dapat diambil kesimpulan bahwa:

1. Prevalensi beban kerja pada mahasiswa pendidikan profesi kedokteran FK Unisma paling banyak mengalami beban kerja sedang sebanyak 57 mahasiswa. Stres kerja didominasi dengan stres kerja ringan sebanyak 80 mahasiswa. *Burnout* didominasi dengan *burnout* ringan sebanyak 111 mahasiswa.
2. Terdapat korelasi antara beban kerja dengan stres kerja pada mahasiswa pendidikan profesi dokter FK Unisma dengan nilai hubungan cukup.
3. Beban kerja tidak menunjukkan hasil korelasi yang signifikan terhadap *burnout* dengan nilai hubungan sangat lemah.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dan dengan keterbatasan penelitian, maka didapatkan beberapa saran yang mungkin dapat bermanfaat bagi penelitian selanjutnya. Saran untuk penelitian kedepannya, diharapkan agar peneliti dapat memperluas cakupan sampel dengan melibatkan mahasiswa dari berbagai universitas dan rumah sakit pendidikan. Penelitian yang melibatkan sampel yang lebih beragam dapat meningkatkan generalisasi temuan dan memberikan wawasan yang lebih representatif di kalangan mahasiswa pendidikan profesi secara umum.

Selain itu, untuk penelitian selanjutnya juga disarankan untuk mempertimbangkan berbagai faktor tambahan yang dapat mempengaruhi kesejahteraan mahasiswa, seperti dukungan sosial dan strategi koping, untuk memberikan gambaran yang lebih lengkap tentang apa yang dirasakan oleh responden. Penggunaan metode triangulasi, seperti kombinasi kuesioner dan wawancara mendalam ataupun observasi, juga dapat meningkatkan validitas data dengan mengurangi bias responden dan memberikan konteks yang lebih lengkap.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti menyampaikan ucapan terima kasih kepada rekan penelitian yang telah mendampingi selama proses penelitian ini. Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada Ikatan Orang Tua Mahasiswa (IOM) FK UNISMA atas dukungan berupa insentif dana penelitian yang telah diberikan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Prawirohardjo S. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka; 2014.
2. Chua E, Tan JM, Teng WL. Stress among medical students: A systematic review. *Medical Education*. 2016; 50(4): 389-401.
3. Sulistya E, Yeni I, Garsetiasih R, Suharti S, Gunawan H, Sawitri R, et al. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Stres pada Mahasiswa Kedokteran di Indonesia: Studi Kualitatif. *Jurnal Pendidikan Kedokteran Indonesia*. 2021; 20(1): 36-42.
4. Maslach C, Schaufeli WB, Leiter MP. Job Burnout in Human Service Work: A 30-Year Review. *Annual Review of Psychology*. 2001; 52(1): 397-422.
5. Wulandari W, Anggoro AB, Purwaningsih Y, Elisa N, Dinurrosifa RS. Stres dan Strategi Koping Mahasiswa Kedokteran di Indonesia. *Jurnal Pendidikan Kedokteran Indonesia*. 2019; 18(2): 75-83.
6. Lopian A, Utami S, Ginting J, Siregar Y, Hutahaean H. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Stres pada Mahasiswa Kepaniteraan Klinik di Rumah Sakit Umum Pusat Haji Adam Malik Medan. *Jurnal Pendidikan Kedokteran Indonesia*. 2022; 21(1): 36-43.
7. Fitria GN, Darasih R, Sabur M. Stres Kepaniteraan Klinik Mahasiswa Kedokteran di Indonesia. *Jurnal Pendidikan Kedokteran Indonesia*. 2018; 17(2): 62-69.
8. Riandini S. Hubungan Beban Kerja Kepaniteraan Klinik Bagian Ilmu Kesehatan Anak dengan Stres pada Mahasiswa Program Pendidikan Profesi Dokter di RSUD Abdul Moeloek Bandar Lampung. *Jurnal Agromedicine*. 2021; 18(2): 167-174.
9. Henry DL, Sinsky CA, DeCamp MC, Dyrbye LN, Novotny PJ, Sloan DA. Overworked and Underprepared: The Impact of Excessive Workload on Medical Students. *Journal of the American Medical Association*. 2017; 317(19): 2068-2076.
10. Firmansyah M. Persepsi Tingkat Kesiapan Dokter Muda di Rotasi Klinik RSI Unisma dan RS Mardi Waluyo. *JK Unila*. 2016; 1(2): 351-357.
11. Irmawartini, Nurhaedah. *Bahan Ajar Kesehatan Lingkungan : Metodologi Penelitian*. 1st ed. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2017.
12. Nursalam. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. 2nd ed. Jakarta: Salemba Medika; 2016.
13. Joseph MM, Ahasic AM, Clark J, Templeton K. State of Women in Medicine: History, Challenges, and the Benefits of a Diverse Workforce. *Pediatrics*. 2021; 148(Supplement 2): e2021051440C.
14. Ambarwati PD, Pinilih SS, Astuti RT. Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan*. 2017; 5(1): 40-47.
15. Saikal A, Pit SW, McCarthy L. Medical student well-being during rural clinical placement: A cross-sectional national survey. *Medical Education*. 2020; 54(6): 547-558.
16. Qoradi M. The Effect of Geographic Constraints on the Academic Achievement of Students at King Saud University Using GIS Techniques: A Case Study. *Journal of Arts & Social Sciences*. 2018; 9(3): 5-13.
17. Webber KL, Stich AE, Grandstaff M, Case C. Benefits of Work-Related Experiences and Their Impact on Students. *Journal for STEM Education Research*. 2024; 3(1): 1-24.
18. Ilyas A, Fatima DI, Yousaf K. Parental Expectations, Academic Stress, and Academic Satisfaction in Medical Students. *Al-Mahdi Research Journal (MRJ)*. 2023; 5(2): 325-345.
19. Wang LF, Heppner PP. Assessing the Impact of Parental Expectations and Psychological Distress on College Students. *Cephalalgia*. 2002; 30(4): 827-830.
20. Sharkiya SH. Quality communication can improve patient-centred health outcomes among older patients. *BMC Health Services Research*. 2023; 23(1): 886-904.
21. Felaza E, Findyartini A, Setyorini D, Mustika R. How motivation correlates with academic burnout: study conducted in undergraduate medical students. *Education in Medicine Journal*. 2020; 12(1): 43-52.
22. Olson SM, Odo NU, Duran AM, Pereira AG, Mandel JH. Burnout and Physical Activity in Minnesota Internal Medicine Resident Physicians.

- Journal of Graduate Medical Education*. 2014; 6(4): 669–674.
23. Santriyana N, ED, Listyandin R. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Pekerja Pembuat Bolu Talas Kujang. *Jurnal Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Universitas Ibn Khaldun Bogor, Indonesia*. 2023; 6(4): 370-377.
 24. Diaz R. Hubungan antara Burnout dengan Motivasi Berprestasi Akademis pada Mahasiswa yang Bekerja. *Gunadarma Psikologi*. 2007; 3(2): 24-37.
 25. Lutfia A, Riezky AK, Andriaty SN. Faktor Penyebab Terjadinya Burnout pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Abulyatama. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*. 2021; 8(2): 88-95.
 26. Maharja R. Analisis Tingkat Kelelahan Kerja Berdasarkan Beban Kerja Fisik Perawat di Instalasi Rawat Inap RSUD Haji Surabaya. *Indonesian Journal of Occupational Safety and Health*. 2015; 4(1): 93-102.
 27. Kristyaningsih Y, Wijaya A. Hubungan Beban Kerja Dengan Stres Kerja Perawat Berbasis Teori Burnout Syndrome di Ruang Dahlia RSUD Jombang. *Sentani Nursing Journal*. 2022; 2(2): 84-91.
 28. Ardinata D, Haykal TB, Palani R. Gambaran Faktor-Faktor Stressor pada Mahasiswa yang Melaksanakan Program Pendidikan Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara di Rumah Sakit Umum Pusat Haji Adam Malik Medan. *Jurnal Kedokteran*. 2016; 6(2): 45-53.
 29. Wistarini NNIP, Marheni A. Peran dukungan sosial keluarga dan efikasi diri terhadap stres akademik mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*. 2018; 5(2): 164-173.
 30. Ebrahimi S, Kargar Z. Occupational stress among medical residents in educational hospitals. *Annals of Occupational and Environmental Medicine*. 2018; 30(51): 235-241.
 31. Samdani HR, Jayanti LW, Sari DP. Hubungan Lama Studi Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Pendidikan Profesi Fkg Unimus. *Jurnal FKG Unimus*. 2021; 31(3): 165-175.
 32. Vinothkumar M, Arathi A, Joseph M, Nayana P, Jishma EJ, Sahana U. Coping, perceived stress, and job satisfaction among medical interns. *Industrial Psychiatry Journal*. 2016; 25(2): 195-201.
 33. Xiaoming Y, Ma BJ, Chang CL, Shieh CJ. Effects of Workload on Burnout and Turnover Intention of Medical Staff: A Study. *Ethno Med*. 2014; 8(3): 229-237.
 34. Isoard-Gautheur S, Ginoux C, Sarrazin P. The Stress–Burnout Relationship: Examining the Moderating Effect of Physical Activity and Intrinsic Motivation for Off-Job Physical Activity. *Workplace Health & Safety*. 2019; 67(7): 350-360.
 35. Dyrbye L, Shanafelt T. A narrative review on burnout experienced by medical students and residents. *Medical Education*. 2016; 50(1): 132-149.
 36. Vidhukumar K, Hamza M. Prevalence and Correlates of Burnout among Undergraduate Medical Students - A Cross-sectional Survey. *Indian Journal of Psychological Medicine*. 2020; 42(2): 122-127.
 37. Griffin B, Hu W. Parental career expectations: effect on medical students. *Medical Education*. 2019; 53(6): 584-592.
 38. Lin SH, Huang YC. Life stress and academic burnout. *Active Learning in Higher Education*. 2014; 15(1): 77-90.
 39. Ningsih SNP, Nilamsari N. Faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Pekerja Dipo Lokomotif PT. Kereta Api Indonesia (Persero). *Jurnal of Industrial Hygiene and Occupational Health*. 2018; 3(1): 69-82.
 40. Terhanian G, Bremer J, Olmsted J, Guo J. A Process for Developing an Optimal Model For Reducing Bias in Nonprobability Samples. *Journal of Advertising Research*. 2016; 56(1): 14-24.
 41. Budiawan, L. N., Rachman, L. & Anisa, R. Dampak Beban Kerja terhadap Stabilitas Emosi dan Burnout pada Perawat Instalasi Gawat Darurat (IGD), Intensive Care Unit (ICU), dan Rawat Inap. *Jurnal Kedokteran Komunitas*. 2023; 11(1).
 42. Prajanti, A. M., Yudiansyah, A. G. & Anisa, R. Korelasi Stres dan Mekanisme Koping selama Pembelajaran Daring dengan Performa Akademik Mahasiswa Pre-Klinik Fakultas Kedokteran Universitas Islam Malang. *Jurnal Kedokteran Komunitas*. 2021; 9(2).