

**HUBUNGAN STRES AKADEMIK DENGAN KEJADIAN *BURNOUT* SINDROM PADA
MAHASISWA INSTITUT TORAJA RAYA INDONESIA
SEMESTER VI PRODI SI KEPERAWATAN
TAHUN 2024**

Hardi K¹, Lusiana Sampe², Jeniver Clara³

Institut Toraja Raya Indonesia^{1, 2, 3}

hardikalmi@gmail.com¹

Abstrak

Burnout merupakan *sindrom* patologis yang dapat menyebabkan kelelahan fisik dan emosi sehingga menimbulkan perilaku maladaptif pada penderitanya akibat stres berkepanjangan.

Tujuan penelitian ini untuk diketahuinya hubungan antara tingkat stres dan *burnout sindrom* pada mahasiswa Institut Toraja Raya Indonesia Semester VI Prodi S1 Keperawatan tahun 2024.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang mengalami stres yaitu 32 responden (50%) seimbang dengan responden yang tidak stres 32 responden (50%). Dan responden yang tidak mengalami *burnout* sebanyak 54 orang (84.4%) dan yang mengalami *burnout* 10 orang (15.6%).

Berdasarkan uji *Chi-Square* diperoleh nilai $p = 0.168$ dimana nilai $p > \alpha$ (0.05) yang berarti bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara stres akademik dengan kejadian *burnout sindrom* pada Mahasiswa Institut Toraja Raya Indonesia Semester VI Prodi S1 keperawatan tahun 2024.

Kata Kunci : *Burnout Sindrom, Stres Akademik*

Abstract

Burnout is a pathological syndrome that can cause physical and emotional exhaustion, resulting in maladaptive behavior in sufferers due to prolonged stress.

The purpose of this study was to determine the relationship between stress levels and burnout syndrome in students of the Toraja Raya Indonesia Institute, Semester VI, Nursing Study Program in 2024.

The results showed that respondents who experienced stress were 32 respondents (50%) balanced with respondents who were not stressed 32 respondents (50%). And respondents who did not experience burnout were 54 people (84.4%) and those who experienced burnout were 10 people (15.6%)

Based on the *Chi-Square* test, a p value of 0.168 was obtained where the p value $> \square$ (0.05) which means that there is no significant relationship between academic stress and the incidence of burnout syndrome in Students of the Toraja Raya Indonesia Institute, Semester VI, Nursing Study Program in 2024.

Keywords: *Burnout Syndrome, Academic Stres*

PENDAHULUAN

Burnout merupakan *sindrom* patologis yang dapat menyebabkan kelelahan fisik dan emosi sehingga menimbulkan perilaku maladaptif pada penderitanya akibat stres berkepanjangan, *burnout* memiliki 3 dimensi yaitu kelelahan emosional, *depersonalisasi*, dan penurunan pencapaian prestasi pribadi (Christy, 2020).

Burnout dalam bidang akademik atau biasa dikenal dengan istilah *academic burnout*, atau *student buarnout* adalah suatu kondisi dimana seorang mahasiswa merasakan kelelahan karena tuntutan akademik, munculnya sifat sinis, rasa pesimis dan berkurangnya minat pada pelajaran dan tugas serta merasa tidak kompeten sebagai pelajar, sisi akademik mengarah pada stres, beban atau gejala psikologis yang disebabkan proses belajar (Putri, 2022).

Academic Burnout digambarkan sebagai kelelahan kronis yang dialami mahasiswa disebabkan oleh terlalu banyak bekerja, pesimisme dan apatis terhadap pekerjaan akademik, perasaan tidak kopten, dan hilangnya keberhasilan akademik (Mudjahid, 2020).

Academic burnout adalah rasa kelelahan yang kronis secara fisik, emosional, serta mental dihadapkan oleh situasi yang penuh tuntutan, perasaan tidak kompeten dan hilangnya keberhasilan akademik. (Ismanto, 2023).

Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun (2020), menyatakan stres merupakan kondisi yang disebabkan oleh interaksi individu dengan lingkungan yang dapat menimbulkan persepsi jarak antara tuntutan yang berasal dari situasi dan bersumber pada sistem biologis, psikologi dan sosial dari diri seseorang. Stres dapat diartikan sebagai tekanan, ketegangan dan gangguan yang tidak menyenangkan yang dapat berasal dari luar diri seseorang.

Berdasarkan data di Indonesia pada tahun (2020) terhadap 200 mahasiswa, menunjukkan 77.1% mahasiswa mengalami *burnout* dan 10.44% mahasiswa mengalami *burnout* yang tinggi karena merasa kelelahan disebabkan tuntutan akademik yang tinggi (Christy, 2020).

Berdasarkan data Sulawesi Selatan pada tahun (2022) hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa lebih tinggi mengalami *burnout* tingkat sedang sebanyak 260 mahasiswa (60,7%) sedangkan, berdasarkan dimensi exhaustion dan penurunan prestasi diri paling tinggi terjadi *burnout* sedang (74,6% dan 61,7%) dan pada dimensi sinisme tertinggi mengalami *burnout* ringan (34,1%) (Pipit Mariani Muhtar , 2022)

Berdasarkan data Toraja pada tahun (2022) hasil penelitian menunjukan bahwa sampel penelitian sebanyak 303 siswa yang diambil menggunakan simple random sampling. Berdasarkan hasil analisis regresi sederhana diperoleh nilai koefisien regresi 0,072 dengan taraf signifikan sebesar $0,040 < 0,005$. Selain itu nilai t hitung sebesar $2,062 > t$ tabel sebesar 1,968 (Listriyanti Palangda, 2022)

Tanda dan gejala yang terlihat pada penderita *burnout* seperti kelelahan yang merupakan proses kehilangan energi disertai, merasa tidak tertarik lagi akan kegiatan yang dikerjakannya, bahkan timbul rasa bosan dan pesimis akan bidang pekerjaan tersebut, emosional, merasa tidak dihargai, curiga tanpa alasan yang jelas, depresi, *burnout* merupakan gejala-gejala yang biasanya mencakup sikap sinis dan negatif, kekuatan dalam berpikir yang sering mengarah pada pikiran buntu yang tertutup pada perubahan atau inovasi, *burnout* bisa dialami oleh setiap manusia dan tidak memandang usia jenis kelamin, pekerjaan, pendidikan dan semakin disadari sebagai sesuatu masalah yang serius yang dapat mempengaruhi kehidupan seseorang. Dari pendapat-pendapat tersebut diatas dapat disimpulkan bahwa *burnout* merupakan suatu kondisi emosional dimana seseorang akan merasa lelah secara fisik dan emosional, *burnout* juga mengacu

pada beban stres, faktor psikologis dan tuntutan-tuntutan dari tempat kerja/kuliah yang dimana akan menjadi hambatan bagi individu dalam menjalankan kesehariannya.

Faktor penyebab *burnout* seperti: waktu belajar yang terlalu lama, kurangnya jam istirahat, belajar secara rutin atau monoton tanpa variasi, lingkungan belajar yang buruk atau tidak mendukung, lingkungan yang baik suasana belajar juga akan baik sehingga kejenuhan dalam belajar akan berkurang begitupun sebaliknya, konflik yang terjadi dalam lingkungan belajar biasanya antara mahasiswa dan dosen. Tidak ada umpan balik positif terhadap hasil belajar (Syah & Muhibbin, 2020).

Faktor-faktor yang mempengaruhi *burnout sindrom* yaitu: *workload*(bebankerja),*control*(pengawasan),*community*(komunitas), *value* (Nilai) faktor lain yang memengaruhi terjadinya *academic burnout* salah satunya kurangnya efikasi diri, yang menjadi satu bagian yang penting dalam keyakinan diri dalam menghadapi permasalahan, faktor lainnya seperti kuota internet yang terbatas (Islam et al, 2022).

Studi sebelumnya melaporkan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara jenis kelamin perempuan dan laki-laki terhadap *academic burnout* (Ulfa Aprianti, 2022). Berbeda dengan studi lainnya yang melaporkan bahwa terdapat perbedaan jenis kelamin yang signifikan dalam tingkat kelelahan secara akademik, dimana perempuan menunjukkan tingkat yang lebih tinggi kelelahan, gangguan kognitif, dan gangguan emosional dibandingkan siswa laki-laki (Friorilli et al, 2022).

Berdasarkan survey awal pada mahasiswa Institut Toraja Raya Indonesia semester VI prodi S1 keperawatan pada tanggal 16 April 2024, ditemukan bahwa jumlah keseluruhan mahasiswa 64 orang. Hasil wawancara awal kepada 23 orang mahasiswa mereka menyatakan bahwa mereka mengalami stres dan merasa lelah jika diberikan tugas terlalu banyak oleh dosen, akibat dari stres ini mereka merasa kehilangan minat akan melakukan segala hal, keadaan ini mempengaruhi proses pembelajaran mahasiswa Institut Toraja Raya Indonesia dan faktor-faktor yang akan mempengaruhi stres.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis penelitian *deskriptif retrospektif*, yaitu metode yang dilakukan dengan tujuan utama membuat gambaran atau deskripsi tentang suatu keadaan secara objektif dengan melihat ke belakang. Desain ini dilakukan untuk mengetahui adanya hubungan stress akademik dengan kejadian *burnout sindrom* pada mahasiswa Institut Toraja Raya Indonesia semester VI prodi S1 keperawatan tahun 2024.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisa Univariat

Analisa univariat dalam penelitian ini bertujuan untuk melihat distribusi frekuensi dari karakteristik subjek penelitian yaitu variabel independen dan variabel dependen. Adapun hasil analisa univariat tersebut dilihat pada tabel berikut ini: Karakteristik

a. Demografi Responden

1. Distribusi frekuensi responden berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 5.1
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin
Pada Mahasiswa Institut Toraja Raya Indonesia
Semester VI Prodi SI Keperawatan
Tahun 2024

Jenis Kelamin	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Laki-laki	4	6.3
Perempuan	60	93.8
Total	64	100.0

(Sumber: Data Primer, 2024)

Berdasarkan tabel 5.1 di atas diketahui bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 60 responden (93.8%).

2. Distribusi frekuensi responden berdasarkan Stres Akademik

Tabel 5.2
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Stres Akademik
Mahasiswa Institut Toraja Raya Indonesia
Semester VI Prodi SI Keperawatan
Tahun 2024

Stres Akademik	Frekuensi	Presentas (%)
Stres	32	50.0
Tidak Stres	32	50.0
Total	64	100.0

(Sumber: Data Primer, 2024)

Berdasarkan tabel 5.2 menunjukkan bahwa responden yang merasa stres yaitu 32 responden (50.0%) seimbang dengan responden yang merasa tidak stres 32 responden (50.0%).

3. Distribusi frekuensi responden berdasarkan *Burnout Sindrom*

Tabel 5.3
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan *Burnout Sindrom*
Mahasiswa Semester VI Prodi SI Keperawatan
Tahun 2024

<i>Burnout Sindrom</i>	Frekuensi	Presentas (%)
<i>Burnout</i>	10	15.6
Tidak <i>Burnout</i>	54	84.4
Total	64	100.0

(Sumber: data primer, 2024)

Berdasarkan tabel 5.3 menunjukkan bahwa responden yang tidak *burnout* sebanyak 54 orang (84.4%) dan yang mengalami *burnout* 10 orang (15.6%).

2. Analisa Bivariat

Analisis bivariat menganalisa hubungan stres akademik dengan kejadian *burnout sindrom* pada mahasiswa Institut Toraja Raya Indonesia Semester VI prodi S1 Keperawatan tahun 2024. Hubungan antara variabel di uji *Chi-Square* program computer SPSS versi 25 yang disajikan dalam bentuk tabel berikut:

- a. Hubungan antara Stres Akademik dengan Kejadian *Burnout Sindrom* pada Mahasiswa Institut Toraja Raya Indonesia Semester VI Prodi S1 Keperawatan Tahun 2024.

Tabel 5.4
Hubungan Stres Akademik dengan Kejadian *Burnout Sindrom*
Mahasiswa Semester VI Prodi S1 Keperawatan
Institut Toraja Raya Indonesia
Tahun 2024

Tabel 2.2.1							
Stres Akademik	Burnout Sindrom						<i>p-value</i>
	Burnout		Tidak Burnout		Total		
	N	(%)	N	(%)	N	(%)	
Stres	3	4.7%	29	45.3%	32	50.0%	<i>p</i> =0.168
Tidak Stres	7	10.9%	25	39.1%	32	50.0%	
Total	10	15.6%	54	84.4%	64	100.0%	

(Sumber: Data primer, 2024)

Berdasarkan uji *Chi-Square* diperoleh nilai $p = 0.168$ dimana nilai $p > \alpha$ (0.05) yang berarti bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara Stres Akademik dengan kejadian *Burnout Sindrom* pada Mahasiswa Institut Toraja Raya Indonesia Semester VI Prodi S1 keperawatan tahun 2024 atau H_a ditolak dan H_o diterima.

PEMBAHASAN

1. Stres Akademik

Berdasarkan tabel 5.2 menunjukkan bahwa 64 responden terdapat 32 responden (50.0%) yang stres, hal ini terjadi karena responden mengalami stres, karena mereka merasa gelisah, cemas dan panik ketika menghadapi tuntutan akademik yang berat yang disebabkan oleh tuntutan akademik seperti ujian dan tugas berlebih, ketidakmampuan mengelola stres.

Hasil Penelitian ini sejalan dengan teori penelitian yang dikemukakan oleh Barseli et.al (2019) dimana stres akademik dapat menyebabkan dampak yang mempengaruhi emosi ditandai dengan perasaan gelisah, cemas, sedih atau depresi karena tuntutan akademik yang dihadapi serta merasa tidak mampu melaksanakan tuntutan akademik dan mengalami penurunan harga diri.

Penelitian lain yang sejalan adalah yang dilakukan oleh Selma Yusriyyah (2020) tentang “Hubungan Stres Akademik Dengan *Academic Burnout* Pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Bhakti Kencana” yang mengatakan bahwa dalam pendidikannya dituntut untuk melakukan proses perkuliahan, tingginya tuntutan akademik pada mahasiswa seringkali menyebabkan timbulnya stres karena tekanan untuk berprestasi dan pelajaran lebih padat.

Menurut Mulya dan Indrawati (2021) Stres Akademik merupakan perasaan cemas, tertekan, baik secara fisik maupun emosional, tegang dan khawatir yang dialami oleh mahasiswa karena ada tuntutan akademik dari dosen maupun orangtua untuk memperoleh nilai yang baik, menyelesaikan tugas dengan tepat waktu, dan tuntutan tugas pekerjaan rumah yang tidak jelas dan adanya lingkungan kelas yang kurang nyaman.

Berdasarkan tabel 5.2 menunjukkan dari 64 responden terdapat 32 responden (50%) yang tidak stres, hal ini terjadi karena mahasiswa selalu tenang walaupun mengalami banyak tekanan dan tuntutan akademik dan mampu mengatur emosinya agar selalu stabil walaupun mengalami banyak tekanan dan tuntutan akademik.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Noviyanti tahun (2021), mahasiswa yang mempunyai strategi koping yang baik dapat menangani stres secara baik serta tingkatan stres bisa berkurang bahkan menghilang, sedangkan mahasiswa yang mempunyai strategi koping yang kurang baik tidak dapat menangani stres

secara baik serta dapat berdampak negatif seperti penurunan konsentrasi, penurunan minat untuk mengerjakan sesuatu, bahkan penurunan prestasi.

2. **Burnout Sindrom**

Berdasarkan tabel 5.3 menunjukkan bahwa dari 64 responden terdapat 10 responden (16.6%) yang *burnout*, hal ini terjadi karena responden sering merasakan kelelahan jika diberikan tugas yang terlalu banyak oleh dosen dan sering melakukan kesalahan, menjadi jarang bertemu dengan teman dekat maupun anggota keluarga dan selalu menyendiri atau menghindari dari teman dekat.

Burnout academic menyiratkan perasaan lelah dengan tugas kampus dan apapun yang terkait dengan belajar, sikap yang buruk terhadap materi pelajaran di kelas yang pada akhirnya mengarah pada tidak adanya partisipasi dalam kegiatan kampus maupun pendidikan, serta menciptakan perasaan ketidakmampuan untuk mempelajari materi pelajaran (Maharani, 2020).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Risa Azzahra Khatami (2020) tentang “Hubungan Stres Terhadap *Burnout* Pada Mahasiswa Preklinik Fakultas Kedokteran “yang mengatakan bahwa *burnout sindrom* ini diindikasikan dengan adanya kelelahan fisik mental maupun emosional, depersonalisasi dan penurunan prestasi diri.

Berdasarkan tabel 5.3 menunjukkan bahwa dari 64 responden di dapatkan 54 responden (84.4%) yang tidak mengalami *burnout*. Hal ini terjadi karena responden tidak mudah lelah dan lebih bersemangat, karena sering bertemu dengan teman dekat dan keluarga.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Alief Rizkania Illah (2022) yang mengatakan bahwa perbedaan tingkat *academic burnout* ini disebabkan oleh perbedaan kemampuan mahasiswa dalam melakukan pertahanan diri ketika stres datang akibat tuntutan akademik. Salah satu bentuk pertahanan tersebut adalah dengan mengalihkan perhatian dari tuntutan akademik ke kegiatan lain untuk mengurangi kecemasan diri.

3. **Hubungan Stres Akademik dengan Kejadian *Burnout Sindrom* pada mahasiswa**

Berdasarkan tabel 5.4 menunjukkan bahwa responden yang mengalami stres akademik berjumlah 32 responden (50.0%) dimana yang mengalami *burnout* sebanyak 3 responden (4.7%). Hal ini terjadi karena responden mengalami stres, merasa gelisah, cemas dan panik ketika menghadapi tuntutan akademik yang berat seperti ujian dan tugas berlebih, serta ketidakmampuan mengelola stres, Responden juga sering merasakan kelelahan jika diberikan tugas yang terlalu banyak oleh dosen dan sering melakukan kesalahan, menjadi jarang bertemu dengan teman dekat maupun anggota keluarga dan selalu menyendiri atau menghindari dari teman dekat.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mediva Syarif, Siti Khotimah dan Eka Yuni Nugrahyu (2023) tentang “Hubungan Stres dengan *Burnout* pada Mahasiswa Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman” pada penelitian ini, didapatkan responden paling banyak mengalami dimensi *burnout emotional exhaustion* tingkat tinggi yaitu sebanyak 141 mahasiswa (44,8%), dimensi *burnout depersonalization* tingkat tinggi yaitu sebanyak 166 mahasiswa (52,7%), dan dimensi *burnout personal accomplishment* tingkat rendah sebanyak 65 mahasiswa (20,6%), namun pada penelitian ini dimensi *burnout personal accomplishment* tingkat tinggi yang paling banyak ditemukan yaitu sebanyak 137 mahasiswa (43,5%) *burnout* memiliki 3 dimensi yaitu kelelahan emosional (*emotional exhaustion*), depersonalisasi/sinisme (*depersonalization/cynism*), dan berkurangnya prestasi pribadi (*reduced personal accomplishment*). Kelelahan emosional mengacu pada perasaan lelah secara emosional yang ditandai dengan berkurangnya sumber-sumber emosional dalam diri seperti rasa kasih dan empati, depersonalisasi mengacu pada perasaan/ tanggapan negatif, sinis, atau berlebihan terhadap orang lain, sedangkan berkurangnya prestasi

pribadi mengacu pada perasaan penurunan dalam kompetensi, produktivitas, dan keberhasilan individu.

Terdapat 29 responden (45.3%) mengalami tidak *burnout* hal ini terjadi karena masih mampu mengatur emosi dengan baik sehingga tidak mengalami kelelahan.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Risa Azzahra Khatami (2020) tentang “Hubungan Stres Terhadap *Burnout* Pada Mahasiswa Preklinik Fakultas Kedokteran” diketahui total sampel *burnout* dengan kategori kelelahan emosional yang rendah /menengah sebesar 168 orang (80.8%), dan sampel *burnout* dengan kategori kelelahan emosional yang tinggi sebesar 40 orang (19.2%). Hal ini menandakan bahwa mahasiswa lebih sedikit yang mengalami kelelahan emosional.

Sedangkan responden yang tidak mengalami stres akademik berjumlah 32 responden (50.0%) dimana yang mengalami *burnout* sebanyak 7 responden (10.9%) hal ini terjadi karena mahasiswa mampu mengatur emosi dengan baik tetapi masih mengalami kelelahan.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Riza Azzahra Khatami (2020) tentang “Hubungan Stres Terhadap *Burnout* Pada Mahasiswa Preklinik Fakultas Kedokteran” didapatkan sampel pada kategori tidak stres dan mengalami *burnout* yaitu sebanyak 116 responden (31.4%) dan sampel pada kategori stres dan mengalami *burnout* yaitu sebanyak 92 responden (25.0%). Hal ini menunjukkan bahwa faktor lain yang dapat menyebabkan *burnout* pada mahasiswa antara lain faktor organisasi, faktor interpersonal, dan faktor kepribadian.

Terdapat 25 responden (39.1%) mengalami tidak *burnout* hal ini terjadi karena mahasiswa mampu mengatur emosi, memiliki pola pikir yang baik dan memiliki keyakinan terhadap diri sendiri untuk menghadapi stres.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Orpina dan Prahara (2019) tentang “Hubungan *Self-Efficacy* dengan *Academic Burnout* pada Mahasiswa yang Melakukan Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ)” juga menunjukkan bahwa adanya hubungan negatif yang signifikan antara *self-efficacy* dengan *academic burnout*, individu yang memiliki *self-efficacy* yang tinggi mampu mengelola stress mengenai akademik yang dapat menimbulkan *burnout* dengan mengarahkan individu pada usaha penyelesaian masalah yang dimiliki, sebaliknya individu yang tidak memiliki *self-efficacy* biasanya akan menghindar dari masalah akademik.

Berdasarkan uji *Chi-Squared* diperoleh nilai $p = 0.168$ dimana nilai $p > \alpha$ (0.05) yang berarti bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara Stres Akademik dengan Kejadian *Burnout Sindrom* pada Mahasiswa Institut Toraja Raya Indonesia Semester VI Prodi S1 Keperawatan Tahun 2024.

Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Haidar Gibran (2020) yang menyatakan bahwa berdasarkan pengelompokkan responden yang menilai stres akademik adalah memiliki nilai signifikansi 0,074 artinya lebih dari 0,05 dengan kesimpulan bahwa hipotesis (H_a) diterima yang bermakna “Tidak ada hubungan yang simultan antara stres akademik dan *burnout* terhadap prestasi akademik peserta didik kelas VIII di SMP Negeri 1 Galis Pamekasan”

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lina pada tahun (2020) hasil penelitian menyebutkan bahwa penelitian tersebut tidak signifikan (nilai $p=0.102$), dengan nilai korelasi stres dan *burnout* sebesar 0.199. Angka tersebut menunjukkan hasil korelasi yang sangat lemah yang artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara stres dan *burnout*.

Total sampel *burnout* dengan kategori kelelahan emosional yang rendah sebesar 168 orang (80.8%), sampel *burnout* dengan kategori kelelahan emosional tinggi sebesar 40 orang (19.2%). Hal ini menandakan bahwa mahasiswa sedikit yang mengalami kelelahan emosional. Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurul Azizah (2020) Jumlah populasi seluruh pedagang di lantai basement New Makassar Mall sebanyak 268 pedagang. Untuk menghitung besar sampel menggunakan rumus Slovin sehingga jumlah sampel berjumlah 73 pedagang. Teknik pengambilan sampel yaitu purposive sampling. Instrumen yang digunakan

adalah kuesioner dan metode analisis data yang digunakan univariat dan bivariat dengan menggunakan chi-square pada tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0.05$). Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara umur dengan stres kerja dengan nilai $p=0.000$ nilai $p < 0.05$.

Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rinnaldo Adhitya Nugroho (2020) Penelitian ini untuk mengetahui hubungan stres dengan *burnout* mahasiswa yang sedang menghadapi skripsi online pada mahasiswa di Universitas Islam Riau Pekanbaru. Penelitian ini menggunakan Teknik Purposive sampling dengan analisis data yang digunakan adalah analisis statistik Spearman Rho dengan menggunakan 22 aitem skala stres dan 23 aitem skala untuk *burnout* yang disebarkan kepada sampel yang digunakan sebanyak 100 orang mahasiswa yang sedang menghadapi tugas skripsi online pada mahasiswa di Universitas Islam Riau Pekanbaru. Berdasarkan analisis data hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara stres dan *burnout*. Berdasarkan hasil analisis diperoleh harga koefisien korelasi (r) hubungan stres dengan *burnout* sebesar $r = 0,372$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$) mahasiswa yang sedang menghadapi skripsi online pada mahasiswa di Universitas Islam Riau Pekanbaru dengan hasil positif yang berarti semakin tinggi stres maka semakin tinggi pula *burnout*.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mediva Syafira (2020) Selama menjalankan pendidikan kedokteran, mahasiswa kedokteran mendapatkan berbagai tuntutan akademik dan psikososial yang terus meningkat sehingga dapat mengakibatkan stres dan *burnout*. Dalam proses belajar, stres yang diakibatkan oleh pelajaran, atau faktor-faktor tekanan psikologis lainnya dapat mengakibatkan kelelahan emosi, sinisme dan penurunan prestasi pribadi yang merupakan dimensi dari *burnout*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan stres dengan *burnout* pada mahasiswa Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman. Penelitian ini merupakan penelitian analitik observasional dengan pendekatan cross sectional yang dilaksanakan di Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman. Penelitian ini menggunakan data primer yang didapatkan dari hasil kuisiomer *Maslach Burnout Inventory-Student Survey* (MBI-SS) untuk mengetahui *burnout* dan kuisiomer *Perceived Stress Scale* (PSS) untuk mengetahui stres. Sebanyak 315 mahasiswa berpartisipasi menjadi responden penelitian. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat stres ringan (19,0%), stres sedang (69,2%), dan stres berat (11,7%). Sedangkan pada *burnout* yang paling banyak dialami pada setiap dimensi adalah tingkat tinggi yaitu *emotional exhaustion* (44,8%), *depersonalization* (52,7%), dan *personal accomplishment* (43,5%). Pada uji Spearman didapatkan nilai kemaknaan (p -value) sebesar 0,000. Dapat disimpulkan, terdapat hubungan stres dengan ketiga dimensi *burnout* pada mahasiswa Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Selma Yusriyyah (2020) Mahasiswa keperawatan dalam pendidikannya dituntut melakukan berbagai proses perkuliahan. Tingginya tuntutan akademik pada mahasiswa seringkali menyebabkan timbulnya stress. Stress yang dirasakan secara terus menerus dan bersifat kronis dapat menjadikan terjadinya *burnout*. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui hubungan stress akademik dengan *academic burnout* pada mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Bhakti Kencana. Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan metode korelasional dan design *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan reguler sebanyak 816 mahasiswa, dan sampel yang diambil sebanyak 86 mahasiswa dengan cara pengambilan sampel *Non-Probability Sampling* dengan teknik *Purposive Sampling*. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur stress adalah *Student-Life Stress Inventory* (SSI) dan untuk *academic burnout* menggunakan *Maslach Burnout Inventory-Student Survey* (MBI-SS). Uji korelasi yang digunakan adalah *pearson's product moment*. Hasil penelitian menunjukan seluruh mahasiswa (100%) berada pada tingkat stress akademik sedang, hampir seluruh mahasiswa

(94,2%) berada pada tingkat *academic burnout* rendah, dan ada hubungan positif dengan kekuatan korelasi sedang antara stress akademik dengan *academic burnout* pada mahasiswa program studi Sarjana Keperawatan Universitas Bhakti Kencana dengan nilai korelasi pearson 0,458 dan nilai $p = 0,000$. Berdasarkan hasil penelitian, diharapkan institusi dapat membuat program untuk manajemen stress pada mahasiswa dan pencegahan *academic burnout*.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang dilakukan di Institut Toraja Raya Indonesia Tahun 2024, maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Kejadian Stres akademik pada responden adalah seimbang antara terjadi stres dan tidak terjadi stres.
2. Mayoritas responden tidak terjadi *burnout* sebanyak 54 responden (84.4%)
3. Tidak ada hubungan antara stres akademik dengan kejadian *burnout sindrom* pada mahasiswa Institut Toraja Raya Indonesia semester VI prodi S1 keperawatan tahun 2024 dengan nilai $p\text{-value} = 0.168 > \alpha (0.05)$.

DAFTAR PUSTAKA

- Barseli. (2020). Konsep stres akademik .
- Christy. (2020). Kemampuan Mengontrol Diri Mahasiswa Kedokteran dalam belajar, pengertian tugas, dan penggunaan gawal.
- Friorilli et al. (2022). *Students' Burnout at University : The Role of Gender and Worker Status . International Journal of Environment Research and public Health*.
- Islam et al. (2022). *Kesulitan Belajar Siswa Pada Pembelajaran Daring*.
- Ismanto, M. (. (2023). *Analisis Kualitatif Tingkat Stres Akademik Mahasiswa. Di Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pgri Semarang*.
- Jackson Konczsne Szombathelyi. (2022). *Student Burnout in Higher*.
- Mudjahid (2019). Pengaruh karakter kerja keras terhadap Academic Burnout . Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
- Mulya; Indrawati;. (2021). *Hubungan Antara Motivasi Berprestasi Dengan Stres Akademik. Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang*.
- Oktafiah. (2019). Faktor-faktor yang mempengaruhi stres akademik. Universitas Ahmad Dahlan.
- Putri. (2022). *Kesulitan Belajar Siswa Pada Pembelajaran Daring*.
- Syah & Muhibbin. (2020). Psikologi Pendidikan dengan pendekatan baru. Bandung :PT.Remaja Rosdakarya.
- Yusuf, & Yusuf. (2020). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Stres Akademik .