

Relationship between academic stress and academic burnout in the first semester of 2022 students at the Faculty of Medicine, University of Pattimura Ambon

Hubungan stres akademik dengan *academic burnout* pada mahasiswa semester pertama tahun 2022 di Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura Ambon

Melani Christy Rabuka, Grace Latuheru, Yuniasih Taihuttu

Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura
Jln. Ir. M. Putuhena, Poka – Ambon 97117

ARTICLE INFO:

Received: 2023-09-18
Revised: 2023-10-30
Accepted: 2023-11-02

Keywords:

Stress, academic burnout, medical students, Pattimura University

Kata Kunci:

Stres, akademik burnout, mahasiswa kedokteran, Universitas Pattimura

ABSTRACT

Background: First-year students need to adapt to a novel learning environment and teaching methods that differ from high school, shifting from teacher-centered to student-centered approaches. Students who struggle to adapt may experience stress, and high levels of stress can lead to academic burnout, characterized by a lack of motivation for learning. **Objective:** This study aims to investigate the correlation between academic stress and academic burnout among first-year students in 2022 at the Faculty of Medicine, Pattimura University Ambon. **Methodology:** The research employed a cross-sectional approach using a simple random sampling method, involving 108 students as respondents. This study used a questionnaire with an academic stress scale adapted from the Depression, Anxiety, and Stress Scales-42 (DASS-42) and an academic burnout scale using the Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS) which has been tested for reliability and validity. **Results:** The study's results reveal a positive correlation between academic stress and academic burnout, with a p-value of 0.002. **Conclusion:** In conclusion, it can be inferred that as the level of stress increases, so does the level of academic burnout among first-year students in 2022 at the Faculty of Medicine, Pattimura University.

ABSTRACT

Latar Belakang: Mahasiswa semester pertama harus mampu beradaptasi dengan lingkungan baru dan metode pembelajaran yang berbeda dari SMA yaitu *teacher-centered* ke metode pembelajaran yang berbasis *student-centered*. Mahasiswa yang tidak dapat beradaptasi dengan baik dapat mengakibatkan stres. Tingkat stres yang tinggi dapat mengakibatkan mahasiswa mengalami *academic burnout* yaitu kurang memiliki motivasi dalam melakukan pembelajaran. **Tujuan :** Untuk mengetahui hubungan stres akademik dengan *academic burnout* pada mahasiswa semester pertama tahun 2022 di Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura Ambon. **Metode :** Penelitian berikut menerapkan pendekatan *cross sectional* menggunakan metode *simple random sampling* kemudian terdapat 108 mahasiswa yang menjadi responden. Penelitian ini menggunakan kuesioner dengan skala stres akademik yang diadaptasi dari *Depression, Anxiety, and Stress Scales-42 (DASS-42)* dan skala *academic burnout* menggunakan *Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS)* yang telah teruji reliabilitas dan validitasnya. **Hasil :** Hasil penelitian berikut memperlihatkan bahwasanya ada hubungan yang positif antara stres akademik dengan *academic burnout* dengan nilai *p value = 0,002*. **Kesimpulan :** Dapat disimpulkan bahwasanya makin tingginya tingkat stres menjadikan makin tinggi juga tingkat *academic burnout* pada mahasiswa semester pertama tahun 2022 di Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura.

©2023 Jurnal Psikologi Tabularasa
This is an open access article distributed under the CC BY-SA 4.0 license
(<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>)

How to cite: Rabuka. M. C., Latuheru. G., & Taihuttu. Y. (2023). Hubungan stres akademik dengan *academic burnout* pada mahasiswa semester pertama tahun 2022 di Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura Ambon. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 18(2), 150-158. doi: <https://doi.org/10.26905/jpt.v18i2.11115>

✉ Corresponding Author: Melani Christy Rabuka | E-mail: melanichristy239@gmail.com

1. PENDAHULUAN

Mahasiswa adalah individu yang menempuh pendidikan pada jenjang pendidikan tinggi. Selama proses pembelajaran, mahasiswa memiliki tuntutan dalam hal pembelajaran, pengetahuan, dan kritis terhadap permasalahan yang ada (Nugroho, 2020). Tuntutan kepada mahasiswa yang tinggi terutama mahasiswa semester pertama dapat mengakibatkan permasalahan akademik. Mahasiswa semester pertama di salah satu fakultas di Provinsi Maluku memiliki kendala yang dapat mengakibatkan mahasiswa terhambat dan menurunkan indeks prestasi (Ellis R, 2021)

Pada semester pertama, mahasiswa kemungkinan besar akan mengalami kendala belajar, terutama stres. Hal ini dikarenakan mereka menjalani masa transisi dari sekolah menengah ke universitas yang harus dilalui siswa pada semester pertama sangatlah sulit. Mereka harus mampu melakukan adaptasi bersama lingkungan baru yang amatlah memiliki perbedaan seperti apa yang dialaminya pada masa lampau (Handayani dkk, 2021)

Adanya beban berlebihan melebihi kemampuan yang dimilikinya ketika proses pembelajaran disertai berbagai tuntutan akademik membuat mahasiswa mengalami *academic burnout*. Tuntutan akademik yang tinggi dapat membuat mahasiswa kurang memiliki motivasi, kurang memiliki minat dan rasa ingin tahu dalam pembelajaran (Rahayu dkk, 2020)

Mahasiswa yang berhasil melakukan adaptasi akan memiliki kondisi psikologis yang baik serta menunjukkan hasil maupun prestasi akademik yang memuaskan (Wijanarko, 2019). Prestasi akademik yang me-

muaskan dapat dicapai oleh mahasiswa ketika telah menemukan cara belajar yang cocok serta cara belajar yang dilakukan oleh dosen. Pembelajaran yang menerapkan *adult learning* dapat membuat mahasiswa menjadi antusias dan mengerti terhadap bahan ajar yang disampaikan, karena mengharuskan mencari sumber informasi lain sehingga tercipta pembelajaran mandiri (Budiwan, 2018)

Selain metode *adult learning*, metode yang sering digunakan oleh dosen yaitu *student centered learning* (SCL). Penerapan metode SCL membuat proses pembelajaran lebih mandiri karena mahasiswa menjadi subjek pembelajaran yang dapat belajar aktif, mandiri dan menerapkan materi sesuai kemampuan (Mahliatussikah dkk, 2022).

Bagi sebagian siswa yang belum beradaptasi dengan lingkungan baru, akan kesulitan untuk mengikuti metode pembelajaran yang baru diterapkan. Mahasiswa yang tidak dapat beradaptasi dengan lingkungan baru dan metode pembelajaran baru akan sulit mengatur waktu, sulit mengatur kemampuan dan kemauan untuk belajar, mengalami *homesickness*, sulit dalam bersosialisasi atau berkenalan dengan orang baru, mengalami stres dan mengakibatkan penurunan prestasi akademik yang dicapai mahasiswa. (Mahliatussikah dkk, 2022).

Setiap tuntutan yang harus dicapai mahasiswa mengakibatkan stres. Stres pada mahasiswa erat kaitannya dengan akademik yang ditempuh. Tugas yang diberikan terlalu banyak, sulit dalam memahami pelajaran, dan tuntutan memperoleh nilai yang tinggi dari dosen dapat memicu stres yang berlebihan (Yusriyyah S, 2020)

Fakultas Kedokteran memiliki materi pembelajaran yang sulit dan praktikum yang banyak menguras tenaga mengakibatkan mahasiswa mengalami stres akademik. Tuntutan yang diperoleh mahasiswa semakin meningkat dan dapat mengakibatkan stres akademik yang tinggi (Yusriyyah S, 2020)

Mahasiswa kedokteran Universitas Andalas dengan jumlah 252 mahasiswa menunjukkan adanya stres akademik yang tinggi sebesar 51,6%. (Rahmayani, 2019). Mahasiswa baru Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara merasakan stress ekstrim dan depresi yang membutuhkan perhatian khusus karena berpengaruh buruk terhadap proses pembelajaran. (Maulina B, 2018). Tingkat stres mahasiswa baru angkatan 2021 pada Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara ketika pandemi *corona virus* termasuk dalam tingkat stres sedang sebesar 54,22%, stres ringan 18,07%, stres berat 26,51%, kemudian stres sangat berat sebesar 1,20% (Imami, 2021). Mahasiswa tahun pertama pada Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang mengalami stress sedang sebesar 51,3% (Sekh HH dkk, 2020)

Tingkat stres yang tinggi dapat mengakibatkan mahasiswa mengalami *burnout*. *Academic burnout* merupakan kondisi kelelahan, kecemasan, dan emosional yang dialami mahasiswa karena tingginya tuntutan akademik yang harus dicapai (Dinda dkk, 2023).

Temuan penelitian yang dilaksanakan Nugroho menunjukkan bahwasanya tingkat stres akademik yang tinggi dapat berpengaruh terhadap *academic burnout* yang dialami mahasiswa (Nugroho, 2020)

Yusriyyah menambahkan bahwa stres akademik berpengaruh positif signifikan terhadap *academic burnout* mahasiswa Program Studi Keperawatan Universitas Bhakti Kencana (Yusriyyah S, 2020)

Metode Pembelajaran di Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura berbasis kompetensi dengan pendekatan *Student-centered, Problem-based, Integrated, Community-based, Electives, Systematic* atau disingkat seperti yang telah dikenalkan oleh Konsil Kedokteran Indonesia (Konsil kedokteran indonesia, 2012). Mahasiswa harus berpartisipasi aktif dan bertanggung jawab atas pendidikan di bawah pendekatan ini. Untuk memastikan pembelajaran berjalan lancar, kegiatan ini memakan banyak waktu. Akibatnya, manajemen waktu yang efektif dan adaptasi terhadap lingkungan diperlukan (Malmia dkk, 2019)

Berdasar dari penjabaran di atas, peneliti kemudian melaksanakan penelitian mengenai "Hubungan Stres Akademik Dengan *Academic Burnout* Pada Mahasiswa Semester Pertama Tahun 2022 di Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura Ambon".

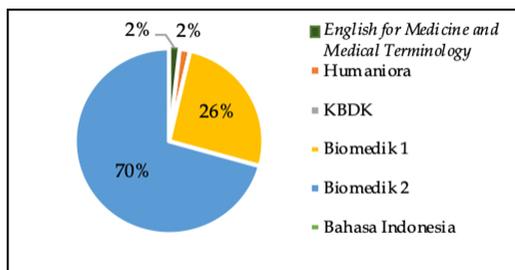
2. METODE

Desain yang dipakai pada penelitian berikut yakni desain analitik menggunakan metode *cross-sectional* dengan memakai data primer guna tahu akan hubungan stress akademik dengan *Academic Burnout* pada mahasiswa semester pertama tahun 2022 pada Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura Ambon. Teknik pengambilan sampel menerapkan *simple random sampling* menggunakan jumlah 108 responden. Pene-

litian ini menggunakan kuesioner dengan skala stres akademik yang diadaptasi dari *Depression, Anxiety, and Stress Scales-42 (DASS-42)* dan skala *academic burnout* menggunakan *Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS)* yang telah teruji reliabilitas dan validitasnya.

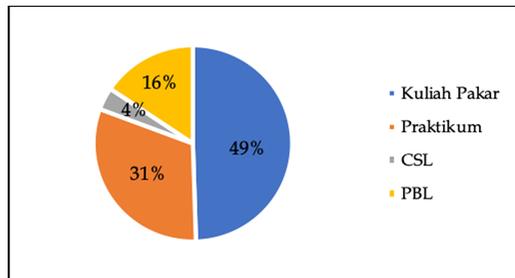
3. HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL



Gambar 1

Persentase jawaban mahasiswa untuk blok semester satu dengan kesulitan tertinggi



Gambar 2

Persentase jawaban mahasiswa untuk bentuk pembelajaran semester satu dengan kesulitan tertinggi

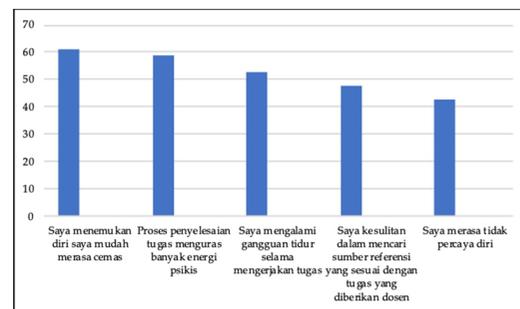
Berdasarkan gambar 1 dan 2, didapatkan bahwa blok semester satu dengan kesulitan tertinggi adalah Blok Biomedik 2 (70%) dan bentuk pembelajaran semester satu dengan kesulitan tertinggi adalah kuliah pakar (49%).

Tabel 3

Kategori stres akademik responden

Kategori	Jumlah (n)	Pesentase (%)
Rendah	36	33,3
Sedang	72	66,7
Total	108	100

Pada 108 responden, didapatkan bahwa sebanyak 72 responden memiliki stres akademik tingkat sedang (66,7%), dan 36 responden memiliki stres akademik tingkat rendah (33,3%).



Gambar 3

Grafik stressor stres akademik

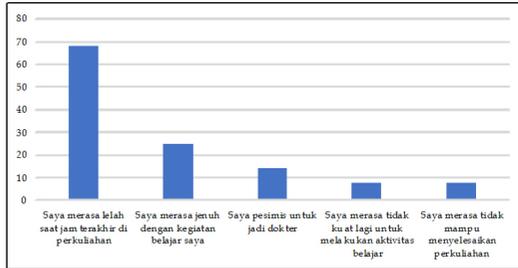
Dari grafik di atas, diketahui bahwa stressor stres akademik yang paling tinggi adalah “saya menemukan diri saya mudah merasa cemas” sebanyak 61 responden dan “proses penyelesaian tugas mengurus banyak energi psikis” sebanyak 59 responden.

Tabel 4

Kategori *academic burnout*

Kategori	Jumlah (n)	Pesentase (%)
Rendah	26	24,1
Sedang	82	75,9
Total	108	100

Pada 108 responden juga terdapat 82 responden memiliki *academic burnout* tingkat sedang (75,9%) dan 26 responden memiliki *academic burnout* tingkat rendah (24,1%).



Gambar 4
Grafik stressor *academic burnout*

Dari grafik di atas, maka diketahui bahwa stressor *academic burnout* yang paling tinggi adalah “saya merasa lelah saat jam terakhir di perkuliahan” sebanyak 68 responden dan “saya merasa jenuh dengan kegiatan belajar saya” sebanyak 25 responden.

Tabel 5
Hubungan stres akademik dengan *academic burnout*

Kategori Stres Akademik	Kategori <i>Academic burnout</i>					Total	p Value
	Rendah		Sedang				
	n	%	n	%	n	%	
Rendah	15	14	21	19	36	33	0,002
Sedang	11	10	61	56	72	67	
Total	26	24	82	76	108	100	

Berdasar dari tabel tersebut kemudian diketahui bahwasanya responden yang memiliki tingkat stres akademik sedang sering mengalami kelelahan akademik tingkat sedang, yaitu sebesar 56%. Hasil Uji Chi-Square Hubungan Stres Akademik dengan *Academic Burnout* Pada Mahasiswa

Semester I Tahun 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura Ambon diperoleh p value = 0,002 yang maknanya ada hubungan yang signifikan antara Stres Akademik dengan *Academic Burnout* pada Mahasiswa semester pertama tahun 2022 Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura Ambon.

PEMBAHASAN

Mengacu pada tingkatan stres akademik yang dialami oleh responden pada studi berikut, sebagian besar responden mempunyai tingkat stres akademik sedang dengan jumlah 72 responden dari 108 jumlah responden. Dari 26 pertanyaan dalam kuisioner penelitian ini, ditemukan bahwa pemicu munculnya stres akademik adalah “menemukan diri mudah merasa cemas” dan “proses penyelesaian tugas menguras banyak energi psikis”.

Sejalan dengan penelitian yang dilaksanakan oleh Sekh dkk., (2020) bahwa mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang mengalami stres tingkat sedang akibat tekanan ujian, banyaknya mata kuliah yang diikuti dan waktu perkuliahan yang padat. Dua hal ini yang menjadi faktor yang paling membuat stres dalam belajar adalah tidak punya waktu untuk mengulang mata pelajaran. Temuan studi berikut tidak sama seperti studi oleh Rahmayani dkk., (2019) yang menunjukkan bahwasanya sebagian besar mahasiswa kedokteran tahun pertama Universitas Andalas memiliki tingkat stress akademik sebesar 51,6%. Penyebab stres terbesar adalah nilai buruk dan merasa khawatir.

Perbedaan tingkat stres yang dialami disebabkan oleh perbedaan cara individu mengelola stres. Stres bukan hanya sekedar stimulus atau respons, melainkan suatu proses dimana individu berperan aktif dengan mempengaruhi dampak pemicu stres melalui strategi kognitif, perilaku, dan emosinya. Hal inilah yang menyebabkan setiap individu bereaksi tidak sama pada stressor yang sama, sebab hal tersebut diberikan pengaruhnya oleh perbedaan yang berbeda baik secara biologis, mental, spiritual bahkan sosial (Bart, 1994).

Kemampuan individu untuk beradaptasi dengan keadaan yang menyebabkan stres disebut koping stres. Menurut 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.

Berdasarkan analisis univariat terkait kategori *academic burnout* yang dimiliki oleh responden dalam studi berikut, diketahui bahwasanya mayoritas responden mempunyai *academic burnout* dengan tingkatan sedang berjumlah 82 responden. Dari 15 pertanyaan dalam kuesioner penelitian ini, didapati bahwa indikator yang paling tinggi menyebabkan *academic burnout* adalah kelelahan akibat tuntutan studi yang membuat mahasiswa “merasa jenuh dengan kegiatan belajar” dan “merasa sangat lelah

saat jam terakhir di perkuliahan”.

Penelitian ini sejalan dengan Matthew dan Widjaja tahun 2022, bahwa mayoritas mahasiswa mengalami *academic burnout* dengan tingkat sedang diakibatkan oleh jadwal kuliah yang padat, tenggat waktu pengiriman tugas yang singkat, dan materi pembelajaran yang banyak. *Burnout* sedang menggambarkan kondisi seseorang yang merasakan kelelahan secara fisik, mental, bahkan emosional karena tuntutan lingkungan yang meningkat, tetapi masih mampu untuk melaksanakan aktivitas perkuliahan dengan efektif. Temuan dari studi berikut bertolak belakang pada studi oleh Kajjimu *et al.*, tahun 2021 yang menemukan hasil *academic burnout* tingkat tinggi dengan faktor yang mempengaruhi adalah ekspektasi keluarga yang tinggi terhadap mahasiswa, rutinitas belajar yang padat sehingga kurang memiliki waktu istirahat, serta mengalami tekanan akademik.

Adanya perbedaan tingkat *academic burnout* ini dipengaruhi oleh kemampuan resiliensi akademik yang dimiliki oleh individu mahasiswa (Muhlisa N, 2021). Pernyataan berikut seiring pada studi oleh Redityani & Susilawati²¹, bahwasanya individu yang karakteristik kepribadiannya kuat cenderung dapat mengontrol diri saat mengalami permasalahan serta meminimalkan pengaruh dari keadaan tekanan yang dirasakan.²¹ Mahasiswa yang sedang mengalami tekanan berpeluang untuk mengalami stres dan berakhir *burnout* atau mengalami kejenuhan, tetapi dengan adanya resiliensi yang baik mahasiswa bisa menggunakan tekanan tersebut sebagai peluang untuk berkembang dan

mampu untuk bersikap positif walaupun sedang menghadapi stressor yang tinggi (Redityani, 2021)

Sesuai dengan Sistem Informasi Akademik (SISMIK) Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura, mahasiswa semester pertama memiliki 6 mata kuliah dengan jumlah 20 SKS yang salah satunya terdapat mata kuliah biomedik. Didalam blok biomedik terdapat 4 mata kuliah yang belajar mengenai konsep dasar dari sistem organ tubuh manusia yaitu anatomi, histologi, fisiologi dan biokimia yang dibagi perminggu 1 mata kuliah. Proses pembelajarannya dilakukan dalam bentuk kuliah pakar yang diberikan oleh dosen tamu, praktikum, skills lab, diskusi tutorial (PBL), serta belajar mandiri dan diakhir minggu blok yang berjalan akan dilakukan ujian integrasi. Dengan sistem pembelajaran yang padat seperti ini dapat menjadi stressor bagi mahasiswa.

Berdasarkan hasil data awal yang peneliti dapat dari kuesioner yang dibagikan secara *online*, mahasiswa semester pertama tahun 2022 paling banyak beranggapan bahwa blok biomedik 2 adalah blok semester satu dengan kesulitan tertinggi serta bentuk pembelajaran semester satu dengan kesulitan tertinggi adalah kuliah pakar.

Hasil dari data awal berikut seiring pada studi oleh Dinda *et al.*, tahun 2023 bahwasanya stres akademik dipengaruhi oleh adanya tekanan seperti materi dan tugas perkuliahan yang banyak, perkuliahan yang padat, serta persiapan untuk menghadapi ujian-ujian menyebabkan mahasiswa kurang waktu untuk beristirahat. Penelitian yang dilakukan oleh Matthew dan Midjaja (2022) juga mengatakan bahwa mayoritas *burnout* tingkat sedang yang dialami mahasiswa diakibatkan oleh jadwal kuliah yang padat,

batas pengumpulan tugas yang singkat, serta banyaknya materi yang harus dipelajari.

Temuan dari studi berikut memperlihatkan bahwasanya didapatkan hasil ada hubungan yang positif antara stres akademik dengan *academic burnout* pada mahasiswa semester pertama tahun 2022 pada Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura Ambon dengan nilai $p\text{ value} = 0,002$.

Jika dilihat dari demografinya, stres akademik dan *academic burnout* tingkat sedang juga dapat dipengaruhi oleh faktor usia (Redityani, 2021). Subjek pada studi berikut mempunyai rentang usia antara 17-19 tahun yang dimana sesuai pada penelitian yang dilakukan oleh Wistarini dan Marheni²⁴ yang mengatakan bahwa pada rentang usia tersebut masuk kedalam kategori remaja yang mengalami periode *storm and stress* yang adalah masa ketegangan emosi yang disebabkan oleh perubahan fisik dan hormon (Wistarini dkk, 2018)

Temuan penelitian ini konsisten dengan penelitian Yusriyyah⁸ pada tahun 2020, yang menemukan nilai $p < 0,001$ yang menunjukkan bahwa mahasiswa sarjana keperawatan di Universitas Bhakti Kencaana secara signifikan memiliki hubungan antara stres akademik dan *academic burnout* (Yusriyyah S, 2020). Penelitian oleh Nugroho tahun 2020 juga mendapatkan hubungan positif yang kritis antara tekanan akademik serta kelelahan akademik dengan nilai $p = 0,000$.¹ Studi Winata tahun 2022 menemukan korelasi kuat antara stres akademik dan kelelahan, dengan nilai p kurang dari 0,001.

Variabel stres mempengaruhi variabel *burnout*. Menurut penelitian Khatami tahun 2018, bahwa *burnout* dapat terjadi ketika ada kekurangan waktu serta sumber daya yang

memadai, serta stres yang dirasa terlalu tinggi baik secara kualitas ataupun kuantitas. Dengan demikian, tingkat kejenuhan mengikuti tingkat stres yang dialami orang tersebut.

4. KESIMPULAN

Sejumlah persoalan yang menjadi simpulan pada studi berikut adalah; mayo-

ritas responden stres akademik memiliki tingkat stres sedang berjumlah 72 (66,7%), mayoritas responden *academic burnout* memiliki tingkat sedang berjumlah 82 responden (75,9%), serta ada hubungan yang signifikan antara stres akademik dengan *academic burnout* pada mahasiswa semester pertama tahun 2022 di Fakultas Kedokteran Universitas Pattimura Ambon dengan *p value* 0,002.

DAFTAR PUSTAKA

- Bart, S. (1994). *Psikologi Kesehatan*. PT. Gramedia Widiasarna Indonesia.
- Budiwan, J. (2018). Pendidikan Orang Dewasa (Andragogy). *Qalamuna-Jurnal Pendidikan, Sosial, Dan Agama*, 10(02). <https://doi.org/10.5281/zenodo.3559265>
- Dinda, R. F., Yulianti, A. B., & Lantika, U. A. (2023). Hubungan Tingkat Stress dan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Tahap Akademik Universitas Islam Bandung. *Bandung Conference Series: Medical Science*, 3(1).
- Ellis, R. (2021). Gambaran Stres Akademik Mahasiswa Jurusan Ilmu Pendidikan Fkip Universitas Pattimura. *Pedagogika: Jurnal Pedagogik Dan Dinamika Pendidikan*, 9(2). <https://doi.org/10.30598/pedagogikavol9issue2page60-67>
- Handayani, N., Latuconsina, S. H., & Sakinah, N. (2020). Tindak tutur imperatif dosen dan mahasiswa IAIN Ambon. *Jurnal Lingue Bahasa, Budaya, Dan Sastra*, 2(1).
- Indonesia, K. K. (2012). *Standar pendidikan profesi dokter indonesia*.
- Kajjimu, J., Kaggwa, M. M., & Bongomin, F. (2021). Burnout and Associated Factors Among Medical Students in a Public University in Uganda: A Cross-Sectional Study. *Advances in Medical Education and Practice*. <http://doi.org/10.2147/AMEP.S287928>
- Khatami, R. A. (2018). *Hubungan Stres Terhadap Burnout Pada Mahasiswa Preklinik Fakultas Kedokteran UIN Syarif Hidayatullah Jakarta Tahun Ajaran 2018/2019* [Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta]. https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/53739/1/RISA_AZZAHRA_KHATAMI_-_FK.pdf
- Lubis, H., Ramadhani, A., & Rasyid, M. (2021). Stres Akademik Mahasiswa dalam Melaksanakan Kuliah Daring Selama Masa Pandemi Covid 19. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 10(1). <http://dx.doi.org/10.30872/psikostudia.v10i1.5454>
- Mahliatussikah, H., Silvia, E. E., Putri, A. Y., & Pratiwi, A. E. (2022). Penerapan metode pembelajaran Student Centered Learning (SCL) dalam pembelajaran di SDN Kedungpeluk 2 Sidoarjo. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 9(2).
- Malmia, W., Makatita, S. H., Lisaholit, S., Azwan, A., Magfirah, I., Tinggapi, H., Chairul, M., & Umanailo, B. (2019). Problem-Based Learning As An Effort To Improve

- Student Learning Outcomes. *Problem-Based Learning As An Effort To Improve Student Learning Outcomes*, 8(9).
- Matthew, C. K., & Widjaja, Y. (2022). Hubungan Antara Burnout dengan Academic Procrastination pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Tahap Akademik. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(6).
<https://doi.org/10.31004/jpdk.v4i6.9515>
- Maulina, B., & Sari, R. D. (2018). Derajat Stres Mahasiswa Baru Fakultas Kedokteran Ditinjau Dari Tingkat Penyesuaian Diri Terhadap Tuntutan Akademik. *Jurnal Psikologi Pendidikan Dan Konseling*, 4(1). <https://doi.org/10.26858/jpkk.v4i1.4753>
- Muhlisa, N., & Nur'aeni. (2021). Hubungan Antara Strategi Coping Dengan Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran. *Psimphoni*, 1(2).
- Noviyanti, W. D. (2021). Strategi Coping Stress Pada Mahasiswa Baru Fakultas Kedokteran Dalam Pembelajaran Daring di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Medika Hutama*, 3(1). <https://jurnalmedikahutama.com/index.php/JMH/article/view/341>
- Nugroho, R. A. (2020). *Hubungan Stres dengan Burnout Mahasiswa yang Sedang Mehadapi Tugas Skripsi Online Pada Mahasiswa di Universitas Islam Riau Pekanbaru*. Universitas Islam Riau Pekanbaru.
- Rahayu, M. N. M., & Arianti, R. (2020). Penyesuaian Mahasiswa Tahun Pertama Di Perguruan Tinggi: Studi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Uksw. *Jurnal Psikologi Sains & Profesi*, 4(2). <https://doi.org/10.24198/jpsp.v4i2.26681>
- Rahmayani, R. D., Liza, R. G., & Syah, N. A. (2019). Gambaran Tingkat Stres Berdasarkan Stressor pada Mahasiswa Kedokteran Tahun Pertama Program Studi Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Angkatan 2017. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 8(1). <https://doi.org/10.25077/jka.v8i1.977>
- Redityani, N. L. P. A., & Susilawati, L. K. P. A. (2021). Peran resiliensi dan dukungan sosial terhadap burnout pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Jurnal Psikologi Udayana*, 8(1). <https://doi.org/10.24843/JPU.2021.v08.i01.p09>
- Sekh, H. H., Novitasari, A., & Romadhoni. (2022). *Gambaran Stres Pada Mahasiswa Tahun Pertama Di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang*. Universitas Muhammadiyah Semarang.
- Wijanarko, E., & Syafiq, M. (2013). Studi Fenomenologi Pengalaman Penyesuaian Diri Mahasiswa Papua Di Surabaya. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 3(2).
<https://doi.org/10.26740/jptt.v3n2.p79-92>
- Winata, B. (2022). *Hubungan stres akademik dengan kejenuhan akademik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan selama pandemic covid-19*.
- Wistarini, N. N. I. P., & Marheni, A. (2018). Peran dukungan sosial keluarga dan efikasi diri terhadap stres akademik mahasiswa baru Fakultas Kedokteran Universitas Udayana angkatan 2018. *Jurnal Harian Regional*.
- Yusriyyah, S. (2020). *Hubungan Stres Akademik Dengan Academic Burnout Pada Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Bhakti Kencana*. Bhakti Kencana University.
-