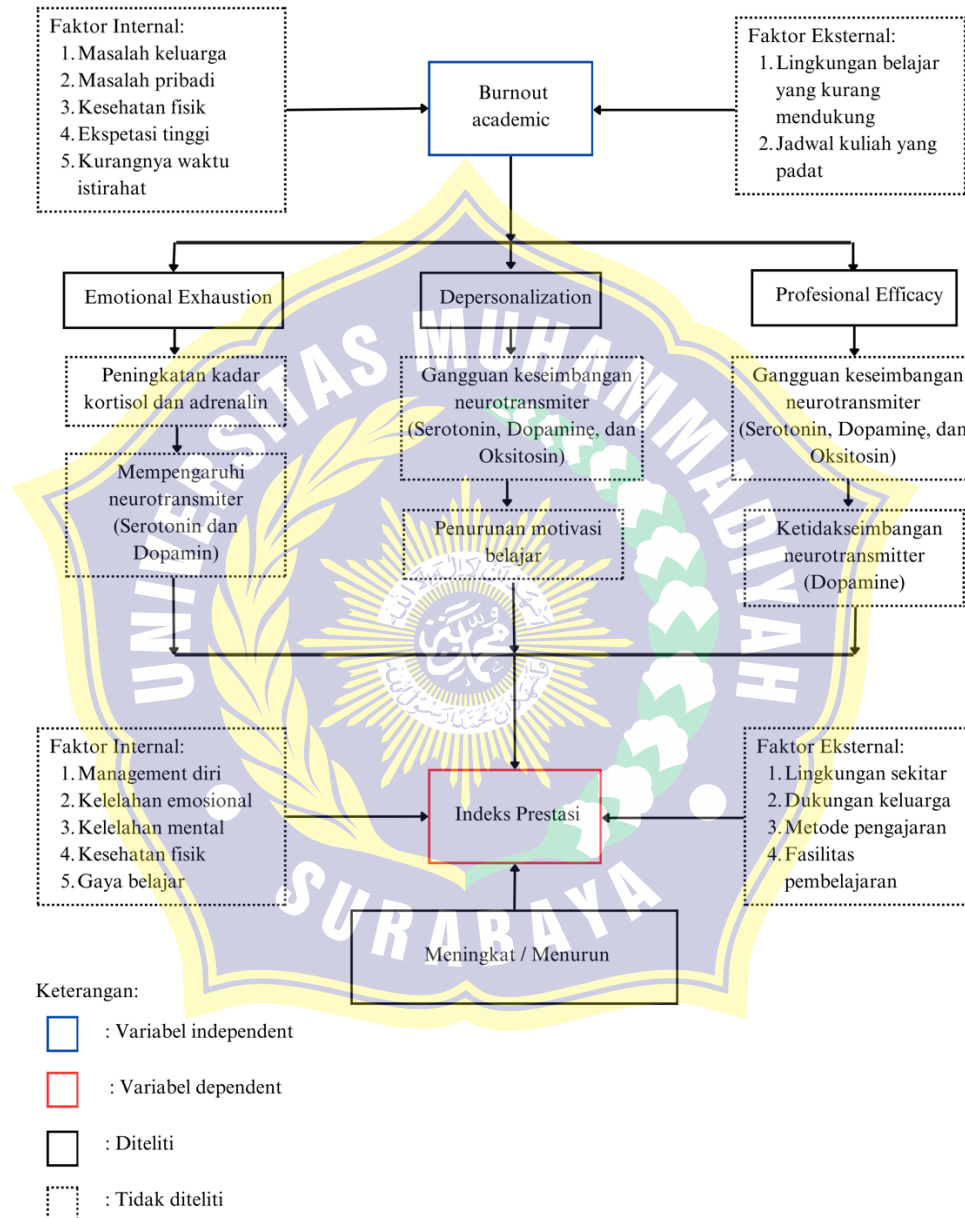


BAB III

KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN

3.1 Kerangka Konseptual



Gambar 3. 1 Kerangka Konseptual

3.2 Penjelasan Kerangka Konseptual

Burnout adalah kondisi kelelahan fisik dan emosional akibat beban stres, faktor psikologis, dan tuntutan dari tempat kerja atau kuliah, yang menghambat aktivitas sehari-hari (Khairani et al., 2015). Kondisi ini disebabkan oleh stres berkepanjangan yang menuntut keterlibatan emosional tinggi, mengakibatkan kelelahan fisik, mental, dan emosional (Biremanoe, 2021). Terdapat tiga penyebab burnout, pertama yaitu *Emocional Exhaustion*. Kelelahan emosional merupakan komponen utama dari *burnout* yang ditandai dengan perasaan kelelahan secara fisik dan emosional akibat tekanan kerja yang berkelanjutan. Patofisiologi dari kelelahan emosional melibatkan aktivasi kronis dari sumbu hipotalamus pituitari adrenal (HPA), yang meningkatkan produksi kortisol, yaitu hormon stres utama. Peningkatan kadar kortisol yang berkepanjangan dapat menyebabkan gangguan fungsi kognitif, gangguan tidur, dan berbagai masalah kesehatan lainnya seperti gangguan sistem imun dan peningkatan risiko penyakit kardiovaskular. Selain itu, stres kronis juga mempengaruhi neurotransmiter seperti serotonin dan dopamin, yang berperan dalam pengaturan suasana hati dan energi. Ketidakseimbangan ini dapat memperburuk perasaan kelelahan dan menurunkan motivasi, yang pada akhirnya mengurangi kemampuan individu untuk mengatasi beban kerja sehari-hari. Yang kedua yaitu *Depersonalization*, Depersonalisasi dalam konteks *burnout* ditandai dengan sikap sinis dan ketidakpedulian terhadap pekerjaan dan orang-orang disekitar, yang sering dianggap sebagai mekanisme pertahanan untuk mengatasi stres emosional yang berlebihan. Secara patofisiologis, depersonalisasi terkait dengan perubahan dalam fungsi dan struktur otak, terutama di area yang mengatur empati dan hubungan sosial seperti amigdala dan korteks prefrontal. Stres

kronis mengganggu keseimbangan neurotransmitter seperti serotonin, dopamin, dan oksitosin, yang berperan penting dalam interaksi sosial dan perasaan keterikatan. Ketidakseimbangan ini dapat menyebabkan individu merasa terpisah atau tidak terlibat secara emosional dengan lingkungan kerja mereka. Selain itu, respons psikologis terhadap stres yang berkepanjangan dapat menyebabkan individu mengembangkan sikap apatis sebagai cara untuk melindungi diri dari kelelahan emosional lebih lanjut. Yang ketiga yaitu *professional Efficacy*, Penurunan efikasi profesional dalam *burnout* ditandai dengan perasaan tidak kompeten dan rendahnya pencapaian pribadi dalam konteks pekerjaan. Patofisiologinya melibatkan gangguan fungsi kognitif yang disebabkan oleh stres kronis dan kelelahan emosional. Aktivasi sumbu HPA yang berkelanjutan meningkatkan kadar kortisol, yang berdampak negatif pada area otak yang penting untuk fungsi eksekutif, seperti korteks prefrontal. Hal ini mengakibatkan penurunan kemampuan untuk mengambil keputusan, mengingat informasi, dan memecahkan masalah. Selain itu, ketidakseimbangan neurotransmitter seperti dopamin mengurangi motivasi dan perasaan pencapaian. Individu yang mengalami penurunan efikasi profesional sering merasa usaha mereka tidak membuahkan hasil yang memadai, yang memperburuk perasaan tidak berdaya dan menurunkan kepercayaan diri mereka dalam menjalankan tugas-tugas pekerjaan.

3.3 Hipotesis Penelitian

H0: Tidak terdapat hubungan antara *burnout* kegiatan akademik dengan Indeks Prestasi pada mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya.

H1: Terdapat hubungan antara *burnout* kegiatan akademik dengan Indeks Prestasi pada mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya.

