

BURNOUT DAN KUALITAS HIDUP DOKTER UMUM YANG BEKERJA SEBAGAI ASISTEN DOSEN

BURNOUT AND QUALITY OF LIFE AMONG GENERAL PRACTITIONER WORKING AS ASSISTANT LECTURER

Irfan Helmi Nugroho¹, Riana Marsella²

Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan,

Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

email: helminu@gmail.com

Abstrak

Dokter umum memiliki pilihan karir yang cukup luas, salah satunya dapat menjadi tenaga pengajar yaitu asisten dosen. *Burnout* didefinisikan sebagai kelelahan kronik yang memiliki tiga dimensi berupa kelelahan emosional, depersonalisasi dan berkurangnya kepuasan terhadap pencapaian pribadi. Dokter umum yang bekerja sebagai asisten dosen memiliki risiko tinggi mengalami kejadian *burnout* akibat beban kerja yang ditanggung. Kebaruan dalam penelitian ini yaitu meneliti tentang *burnout* dan kualitas hidup dokter umum yang bekerja sebagai asisten dosen. Penelitian ini bertujuan mengetahui angka kejadian *burnout* dan gambaran kualitas hidup dokter umum yang bekerja sebagai asisten dosen. Metode Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dan diberlakukan pada dokter umum yang bekerja sebagai asisten dosen pada fakultas kedokteran dengan total sampel sebanyak 25 orang. *Burnout* pada penelitian ini diukur menggunakan instrumen *Maslach Burnout Inventory (MBI)* dan kualitas hidup pada penelitian ini diukur menggunakan instrumen *The World Health Organization Quality of Life –BREF (WHOQOL-BREF)*. Hasil Penelitian didapatkan angka kejadian *burnout* pada dokter umum yang bekerja sebagai asisten dosen sebesar 56% mengalami tingkat kejadian *burnout* rendah dan 44% mengalami tingkat kejadian *burnout* sedang. Kualitas hidup dokter umum yang bekerja sebagai asisten dosen didapatkan 84% memiliki kualitas hidup yang tinggi, 12% memiliki kualitas hidup yang sangat tinggi dan 4% memiliki kualitas hidup yang rendah. Kesimpulan penelitian yaitu sebagian besar dokter umum yang bekerja sebagai asisten dosen memiliki tingkat *burnout* rendah dan kualitas hidup tinggi.

Kata kunci: Asisten dosen; *Burnout*; Dokter umum; Kualitas hidup.

Abstract

General practitioners have vast career choices, one of which can be teaching staff, namely teaching assistants. Burnout is defined as chronic fatigue, which has three dimensions: emotional exhaustion, depersonalization, and reduced satisfaction with personal achievements. General practitioners who work as teaching assistants have a high risk of experiencing burnout due to the workload they bear. The novelty of this research is that it examines burnout and the quality of life of general practitioners who work as teaching assistants. This study aims to determine the incidence of burnout and describe the quality of life of general practitioners who work as teaching assistants. This research method is a descriptive study of general practitioners who worked as teaching assistants at the medical faculty, with a sample of 25 people. Burnout in this study was measured using the Maslach Burnout Inventory (MBI) instrument, and quality of life was calculated using the World Health Organization Quality of Life – BREF (WHOQOL-BREF) instrument. The research showed that the incidence of burnout among general practitioners working as teaching assistants was 56%, experiencing a low level of burnout and 44% experiencing a moderate level of burnout. It was found that 84% of general practitioners who worked as teaching assistants had a high quality of life, 12% had a very high quality of life, and 4% had a low quality of life. The research conclusion is that most general practitioners who work as teaching assistants have a low level of burnout and a high quality of life.

Keywords: Lecturer assistant; *Burnout*; General practitioners; Quality of life.

Received: March 3th, 2024; 1st Revised April 19th, 2024; 2nd Revised April 30th, 2024;

Accepted for Publication : October 28th, 2024

© 2024 Irfan Helmi Nugroho, Riana Marsella
Under the license CC BY-SA 4.0

1. PENDAHULUAN

Burnout atau perasaan kelelahan merupakan sebuah kondisi patologis yang disebabkan oleh paparan stresor secara terus-menerus di lingkungan kerja. *Burnout* terdiri dari tiga dimensi utama yakni kelelahan emosional, depersonalisasi dan penurunan pencapaian diri (1). Kejadian *burnout* ditemukan dapat terjadi pada semua profesi namun insidensi *burnout* ditemukan cukup tinggi pada dokter (2). Kejadian *burnout* pada dokter di Indonesia diketahui dari beberapa penelitian seperti pada penelitian yang dilakukan pada dokter residen, dimana didapatkan 31.4% mengalami kelelahan emosional, 25.6% mengalami depersonalisasi dan 46,5% mengalami penurunan pencapaian diri (3). Penelitian lain terhadap dokter umum di Indonesia menemukan 12 dari 31 dokter umum yang bekerja di fasilitas kesehatan tersier mengalami kejadian *burnout* (4). Faktor yang mempengaruhi *burnout* pada dokter diketahui adalah beban kerja yang berlebihan, proses kerja yang tidak efisien, beban administrasi, konflik pekerjaan dan keluarga, kurangnya masukan atau kendali bagi dokter terkait dengan masalah yang mempengaruhi kehidupan kerja mereka, struktur pendukung organisasi, budaya kepemimpinan dan faktor personal seperti usia dan jenis kelamin (5).

Kualitas hidup menurut *World Health Organization (WHO)* didefinisikan sebagai persepsi seseorang terhadap posisi diri mereka

dalam konteks budaya kehidupan dan sistem nilai dimana mereka tinggal dan hubungannya dengan tujuan, harapan, standar, dan keinginan mereka (6). Beberapa studi terdahulu menemukan bahwa kejadian *burnout* yang dialami seseorang akan berpengaruh terhadap kualitas hidupnya (3).

Dokter umum memiliki pilihan karier yang cukup luas tidak hanya terbatas pada bidang klinis atau menangani penyakit pasien seperti dokter umum atau dokter spesialis, namun dokter umum juga memiliki pilihan karir pada bidang non klinis seperti peneliti, akademisi, industri farmasi, politisi, pengusaha dan lain-lainnya (7). Penelitian mengenai *burnout* dan kualitas hidup dari dokter yang bekerja sebagai klinisi sudah banyak ditemukan namun penelitian mengenai kejadian *burnout* maupun kualitas hidup dari dokter umum yang bekerja bukan pada bidang klinis terutama bekerja dibidang pendidikan kedokteran sebagai asisten dosen masih jarang ditemukan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran kejadian *burnout* dan kualitas hidup dari dokter umum yang bekerja sebagai asisten dosen.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif menggunakan pendekatan potong lintang. Pengambilan data menggunakan metode *convenience sampling* dan dilakukan pada semua dokter umum yang bekerja sebagai asisten dosen di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta atau sebanyak 25

orang. Kriteria inklusi meliputi: dokter umum, aktif sebagai asisten dosen dalam 6 bulan terakhir dan bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian. Kriteria eksklusi meliputi tidak bersedia berpartisipasi dalam penelitian. Instrumen pada penelitian ini dikumpulkan menggunakan media *google form* dan disebarluaskan secara daring melalui aplikasi Whatsapp. Instrumen penelitian yang digunakan untuk mengukur tingkat *burnout* adalah instrument *World Health Organization of Quality of Life-Bref (WHOQOL-BREF)* yang merupakan skala kualitas hidup yang dikembangkan oleh WHO (*World Health Organization*) yang sudah diadaptasi dalam bahasa Indonesia. *Burnout* pada penelitian ini diukur menggunakan instrumen *Maslach Burnout Inventory (MBI)*. Data yang didapatkan pada penelitian dianalisis menggunakan teknik statistik deskriptif

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Karakteristik responden

Variabel	N=25
Usia Rerata	31.08 tahun
Jenis Kelamin	
Laki-Laki	44% (N=11)
Perempuan	56% (N=14)
Praktek Sebagai Klinisi	
Ya	88% (N=22)
Tidak	12% (N=3)

Sumber: *Data primer, 2023*

Dokter umum yang bekerja sebagai asisten dosen pada penelitian ini memiliki angka kejadian *burnout* yang rendah. Apabila dibandingkan dengan dokter yang bekerja sebagai klinisi di Indonesia, kejadian *burnout* ditemukan pada 12 dari total 31 dokter umum yang bekerja pada fasilitas kesehatan tersier (4),

Total sebanyak 25 dokter umum yang bekerja menjadi asisten dosen mengikuti penelitian ini. Pada penelitian ini ditemukan rerata usia responden adalah 31.08 tahun, jenis kelamin ditemukan lebih banyak perempuan dan selain bekerja sebagai asisten dosen juga bekerja sebagai klinisi di fasilitas kesehatan tingkat satu maupun rumah sakit (Tabel 1).

Pada penelitian ini mendapatkan tingkat kejadian *burnout* rendah pada dokter umum yang bekerja sebagai asisten dosen sebesar 56% dan 44% lainnya mengalami tingkat kejadian *burnout* sedang. Pada dimensi kelelahan emosi kejadian *burnout* didominasi oleh tingkat kejadian *burnout* sedang sebesar 52%, pada dimensi depersonalisasi didominasi tingkat kejadian *burnout* rendah sebesar 64% dan dimensi berkurangnya pencapaian pribadi pada tingkat rendah sebesar 60% (Tabel 2).

burnout juga ditemukan sebanyak 44% pada dokter residen anestesi dan 36,8% pada dokter residen (8,9). Kejadian *burnout* pada dokter yang bekerja sebagai akademisi juga ditemukan pada penelitian yang dilakukan pada dokter anak yang menjadi pengajar mahasiswa kedokteran di Amerika Serikat dan Kanada yang menunjukkan

23,3% responden mengalami *burnout* dimana kejadian *burnout* diketahui lebih rendah bila dibandingkan dengan dokter anak secara umum (10). Hal serupa juga ditemukan pada penelitian yang dilakukan pada dokter spesialis jiwa yang bekerja sebagai pemimpin rotasi klinis mahasiswa kedokteran, dimana diketahui mengalami kejadian *burnout* yang lebih rendah dibandingkan dengan dokter spesialis jiwa secara umum (11). Berbeda dengan penelitian lain yang justru menemukan angka kejadian *burnout* yang

tinggi pada 69,6% staf pengajar dokter residen THT yang memimpin rotasi klinis mahasiswa kedokteran (12). Rendahnya kejadian *burnout* yang ditemukan sebagai dokter yang bekerja sebagai akademisi dikarenakan peran sebagai pengajar dan bertemu oleh mahasiswa sendiri dirasa memberikan efek positif bagi dokter namun juga memiliki tantangan bagi dokter dalam hal mengatur jadwal mengajar dan jadwal sebagai klinisi (10).

Tabel 2. Kejadian *Burnout* Dokter Umum Yang Bekerja Sebagai Asisten Dosen

Dimensi	Rendah	Sedang	Tinggi	Sangat Tinggi
Kelelahan Emosi	44% (N=11)	52% (N=13)	4% (N=1)	0% (N=0)
Depersonalisasi	64% (N=16)	36% (N=9)	0% (N=0)	0% (N=0)
Berkurangnya Pencapaian Pribadi	60% (N=15)	40% (N=10)	0% (N=0)	0% (N=0)
Total <i>Burnout</i>	56% (N=14)	44% (N=11)	0% (N=0)	0% (N=0)

Sumber: *Data primer, 2023*

Kejadian *burnout* pada dokter yang bekerja sebagai akademisi dapat memberikan efek negatif berupa dapat mempengaruhi kejadian *burnout* pada mahasiswa kedokteran yang diajarnya (13). Kejadian *burnout* yang dialami seseorang juga ditemukan dapat mempengaruhi kualitas hidupnya (3,14,15). Sebuah penelitian *mixed methods* pada staf pengajar sebuah fakultas kedokteran menemukan mekanisme koping dalam mengurangi kejadian *burnout* dapat dilakukan dengan melakukan pertemuan kelompok, fasilitas rekreasi atau piknik luar ruangan maupun dalam ruangan dan pemberian waktu istirahat yang cukup (16). Satu penelitian lain menemukan mendengarkan musik adalah mekanisme koping yang dilakukan dosen,

civitas akademika dan mahasiswa untuk upaya mengurangi kejadian *burnout* (17).

Kualitas hidup dokter umum yang bekerja sebagai asisten dosen pada penelitian ini didapatkan 84% memiliki kualitas hidup yang tinggi, 12% memiliki kualitas hidup yang sangat tinggi dan 4% memiliki kualitas hidup yang rendah. Kualitas hidup pada penelitian ini diukur dengan instrumen *WHOQOL-BREF* yang terdiri dari 4 domain, dimana diketahui domain 1 adalah domain kesehatan fisik, domain 2 adalah domain psikologis, domain 3 adalah domain hubungan sosial dan domain 4 adalah domain lingkungan. Kualitas hidup pada domain 1, domain 2, domain 3 dan domain 4 didominasi berada pada tingkat tinggi yakni sebesar 56%, 88%, 52% dan 64% secara berurutan (Tabel 3).

Tabel 3. Kualitas Hidup Dokter Umum Yang Bekerja Sebagai Asisten Dosen

Domain	Rendah	Sedang	Tinggi	Sangat Tinggi
Domain 1	4% (N=1)	40% (N=10)	56% (N=14)	0% (N=0)
Domain 2	4% (N=1)	8% (N=2)	88% (N=22)	0% (N=0)
Domain 3	4% (N=1)	20 (N=5)	52% (N=13)	24% (N=6)
Domain 4	4% (N=1)	0% (N=0)	64% (N=16)	32% (N=8)
Kualitas Hidup	4% (N=1)	0% (N=0)	84% (N=21)	12% (N=3)

Sumber: *Data primer, 2023*

Dokter umum yang bekerja sebagai asisten dosen pada penelitian ini diketahui sebanyak 84% memiliki kualitas hidup yang tinggi. Apabila dibandingkan dengan dokter yang bekerja sebagai klinisi, kualitas hidup yang rendah ditemukan pada dokter yang berkerja di rumah sakit umum di China (18), kualitas hidup yang buruk juga ditemukan pada mayoritas dokter gigi di Kota Padang pasca COVID-19 (19) dan pada dokter usia muda yang bekerja di Polandia (20). Penelitian lain yang dilakukan pada pengajar sebuah fakultas kedokteran ditemukan angka kualitas hidup domain kesehatan mental lebih rendah apabila dibandingkan domain kesehatan fisik (21).

Kualitas hidup diketahui dipengaruhi oleh beberapa faktor. Pada sebuah penelitian yang dilakukan terhadap tenaga pengajar pada sebuah universitas didapatkan kualitas hidup dipengaruhi oleh hasil jenis kelamin dimana responden laki-laki memiliki skor kualitas hidup yang lebih tinggi dibandingkan responden perempuan pada domain kesehatan mental, kondisi psikologis dan hubungan sosial (22). Kualitas hidup dokter residen pada salah satu universitas di Indonesia diketahui dipengaruhi oleh kejadian *burnout*, status pernikahan, tingkat pendidikan, jenis kelamin, usia, jenis residensi, jadwal shift jaga malam, kasus sulit yang

ditemukan, jam kerja dan jumlah kasus gawat darurat (3).

Kekurangan penelitian ini adalah keterbatasan jumlah responden penelitian dan penelitian ini hanya menyajikan gambaran kejadian namun tidak mencari hubungan atau faktor yang dapat mempengaruhi kejadian *burnout* maupun tingkat kualitas hidup dari responden penelitian.

4. KESIMPULAN

Kesimpulan dalam penelitian ini bahwa sebagian besar dokter umum yang bekerja sebagai asisten dosen ditemukan memiliki tingkat *burnout* yang rendah dan memiliki kualitas hidup yang tinggi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih untuk segala pihak yang terlibat dalam penulisan artikel penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Edú-Valsania S, Laguía A, Moriano JA. Burnout: A Review of Theory and Measurement. *Int J Environ Res Public Health*. 2022 Feb 4;19(3):1780.
2. De Hert S. Burnout in Healthcare Workers: Prevalence, Impact and Preventative Strategies. *Local Reg Anesth*. 2020 Oct 28;13:171–83.

3. Nurikhwan PW, Felaza E, Soemantri D. Burnout and quality of life of medical residents: a mixed-method study. *Korean J Med Educ.* 2022 Mar;34(1):27–39.
4. Syarif AH, Ichwan HN, Meisita A, Aisyi M, Dewantari R. Burnout Syndrome among General Practitioners in A Tertiary Referral Center. 2020;8(2).
5. West CP, Dyrbye LN, Shanafelt TD. Physician burnout: contributors, consequences and solutions. *J Intern Med.* 2018 Jun;283(6):516–29.
6. WHO WHO. WHOQOL - Measuring Quality of Life| The World Health Organization [Internet]. 2022 [cited 2023 Jun 28]. Available from: <https://www.who.int/tools/whoqol>
7. Nurhayati E, Respati T. Pilihan Karier Lulusan Program Pendidikan Profesi Dokter Universitas Islam Bandung Tahun 2015. 2016;4(2).
8. Pahlevi MFP. Gambaran Academic Burnout saat Masa Pandemi Covid-19 pada Peserta Program Dokter Spesialis (PPDS) Anak Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara [Internet] [Thesis]. Universitas Sumatera Utara; 2022 [cited 2023 Jul 1]. Available from: <https://repositori.usu.ac.id/handle/123456789/78771>
9. Sutoyo D, Kadarsah RK, Fuadi I. Sindrom Burnout pada Peserta Program Pendidikan Dokter Spesialis Anestesiologi dan Terapi Intensif Fakultas Kedokteran Universitas Padjadjaran. *J Anestesi Perioper.* 2018 Dec 29;6(3):153–61.
10. Fealy JL, Punnett A, Burrows HL, Fenick AM. Educational roles impact burnout in paediatric undergraduate medical educators. *Clin Teach.* 2023 Feb;20(1):e13549.
11. Rakofsky JJ, Dallaghan GB, Balon R. Measuring Burnout Among Psychiatry Clerkship Directors. *Acad Psychiatry J Am Assoc Dir Psychiatr Resid Train Assoc Acad Psychiatry.* 2018 Feb;42(1):68–72.
12. Kavanagh KR, Spiro J. Faculty Wellness: Educator Burnout among Otolaryngology Graduate Medical Educators. *Otolaryngol Neck Surg.* 2018 Jun;158(6):991–4.
13. Dyrbye LN, Shanafelt TD, Thomas MR, Durning SJ. Brief observation: a national study of burnout among internal medicine clerkship directors. *Am J Med.* 2009 Mar;122(3):310–2.
14. Khatatbeh H, Pakai A, Al-Dwaikat T, Onchonga D, Amer F, Prémusz V, et al. Nurses' burnout and quality of life: A systematic review and critical analysis of measures used. *Nurs Open.* 2021 May 15;9(3):1564–74.
15. López-Frutos P, Pérez-Rojo G, Noriega C, Velasco C, Carretero I, Martínez-Huertas JÁ, et al. Burnout and Quality of Life in Professionals Working in Nursing Homes: The Moderating Effect of Stereotypes. *Front Psychol* [Internet]. 2022 [cited 2023 Jun 28];13. Available from:

- <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2022.772896>
16. Akram Z, Sethi A, Khan AM, Zaidi FZ. Assessment of burnout and associated factors among medical educators. *Pak J Med Sci.* 2021;37(3):827–32.
 17. Mashuri YA, Primaningtyas W, Hastuti H, Aryoseto L, Qothrunnada N, Febrinasari RP, et al. Burnout Dan Kualitas Hidup Civitas Akademika Pada Masa Pandemi Covid-19: Studi Di Universitas Sebelas Maret. *Biomedika.* 2022 Mar 14;14(1):10–9.
 18. Tang C, Guan C, Liu C. Quality of working life of medical doctors and associated risk factors: a cross-sectional survey in public hospitals in China. *BMJ Open.* 2022 Nov 1;12(11):e063320.
 19. Anggita KN. Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Hidup Dokter Gigi Post COVID-19 Di Kota Padang [Internet]. 2022 [cited 2023 Jul 31]. Available from: <http://scholar.unand.ac.id/108601/>
 20. Storman M, Storman D, Maciąg J. Quality of work-life among young medical doctors in Poland. *Int J Occup Saf Ergon.* 2022 Jul 3;28(3):1611–7.
 21. Magzumova R, Bozheyeva I, Mustafayev Z, Utepova D, Turzhanova D. Quality of Life of Medical University Teachers. *Syst Rev Pharm.* 2020;11(12).
 22. Alves PC, Oliveira A de F, Paro HBM da S. Quality of life and burnout among faculty members: How much does the field of knowledge matter? *PLoS One.* 2019 Mar 22;14(3):e0214217.