

Learning Burnout Sebagai Dampak Paparan E-Learning Selama Pandemi

Oktarina^{1)*}, Dede Renovaldi¹⁾, Aulia Adilah²⁾

¹⁾Fakultas Kedokteran dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Jakarta

²⁾Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Jakarta

ABSTRAK

Latar Belakang : E-learning merupakan bentuk pembelajaran elektronik atau alat pembelajaran yang mengubah metode pembelajaran menjadi berbasis *online*. Kendala dalam e-learning antara lain kurangnya konsentrasi, pemahaman, masifnya materi pembelajaran, terbatasnya interaksi, serta perasaan terisolasi. *Learning burnout* (LBO) merupakan kombinasi antara kelelahan emosional, sinisme, dan ketidakefektifan akademik yang dipicu oleh faktor seperti aktivitas yang masif dan tingginya tuntutan belajar. Penelitian ini bertujuan untuk mengelaborasi hubungan antara durasi paparan e-learning dengan terjadinya LBO pada mahasiswa kedokteran.

Subjek dan Metode : Studi observasional analitik ini menggunakan desain *cross sectional*. Penelitian dilakukan di Fakultas Kedokteran dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jakarta (FKK UMJ) pada Maret-Juni 2021. Subyek adalah mahasiswa aktif kedokteran tahap preklinik, dan 345 orang dilibatkan melalui teknik *convenience sampling*. Kuesioner yang diadaptasi dari Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS) digunakan untuk mengukur LBO, kemudian skor dikategorikan berdasarkan median menjadi kelompok rendah dan sedang. Kuesioner paparan e-learning dikembangkan oleh peneliti untuk mengidentifikasi jumlah jam/minggu penggunaan e-learning. Nilai Chronbach alpha dari kuesioner ini adalah 0,84.

Hasil: Regresi logistik digunakan untuk menganalisis hubungan durasi paparan e-learning dengan LBO. Nilai *p* adalah 0,046 (Sig.) dengan CI 1-1,04, dengan nilai Exp(B) 1,02.

Kesimpulan: Berdasarkan hasil Exp(B), mahasiswa yang mengalami paparan durasi e-learning perhari lebih tinggi berisiko mengalami LBO 1,02 kali lebih besar daripada yang terpapar e-learning rendah. Kegiatan pembelajaran perlu dirancang secara proporsional dengan mempertimbangkan kegiatan belajar mandiri yang dilakukan oleh mahasiswa. Dengan demikian, paparan e-learning berlebihan dapat dihindari, dan mahasiswa memiliki cukup waktu untuk kegiatan rekreasi lainnya.

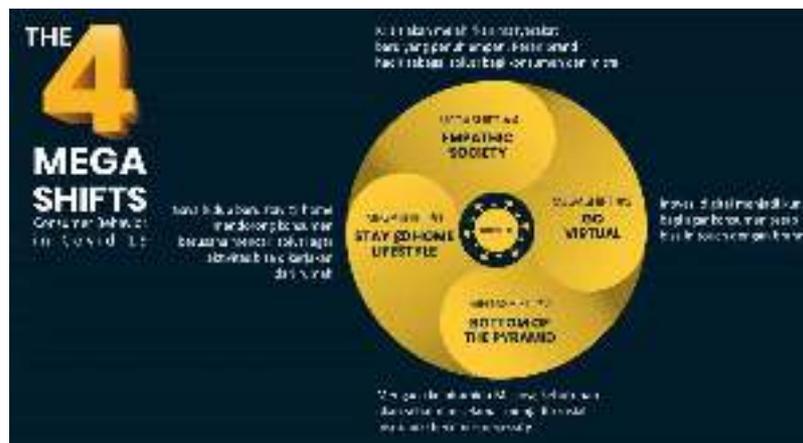
Kata Kunci : Learning burnout, elearning, distance learning, online learning, pendidikan dokter

Korespondensi:

Oktarina. Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. K.H. Ahmad Dahlan, Cireundeu, Kec. Ciputat Tim., Kota Tangerang Selatan, Banten 15419. Email: Oktarina@umj.ac.id. No. hp : 081381348458

LATAR BELAKANG

E-learning merupakan bentuk pembelajaran elektronik atau alat pembelajaran yang mengubah metode pembelajaran menjadi berbasis *online*. Pengalaman saat pandemi membuat institusi pendidikan kedokteran Penggunaan e-learning atau digital learning sebenarnya bukan merupakan hal baru dalam dunia pendidikan. Sejak lebih dari 1 dekade, media pembelajaran ini sudah dikaji penggunaannya dalam pendidikan dokter meski implementasinya di Indonesia masih belum adekuat. Era pandemic Covid-19 telah menyebabkan pergeseran pola konsumsi secara global yaitu Stay At Home Lifestyle, Bottom of the Pyramid, Go Virtual, dan Empathic Society (Lihat Gambar 1). Mega Shifts Consumer Behavior in Covid 2019(Wulandari, 2020). Pergeseran besar ini dilatarbelakangi oleh berbagai ketakutan yang beredar di masyarakat. Go virtual adalah pola konsumsi yang bergeser menjadi pemanfaatan teknologi digital dan virtual karena adanya ketakutan akan terinfeksi virus terutama dalam pandemik Covid-19. Go virtual tidak hanya terjadi dalam dunia ekonomi-bisnis, tetapi juga dalam bidang pendidikan dan pembelajaran. Sehingga pada era pandemik ini mendorong implementasi e-learning, digital learning, dan virtual learning menjadi lebih kuat.



Gambar 1 Mega Shifts Consumer Behavior in Covid 2019

Selain pergeseran akibat perilaku sosial, pergeseran ini juga terjadi akibat adanya regulasi yang mengutamakan kesehatan daripada kebutuhan lainnya. Hal tersebut memicu institusi pendidikan untuk melakukan program antisipasi dengan melakukan perubahan besar dalam pelaksanaan pembelajaran ke arah pembelajaran elektronik (Samsudeen & Mohamed, 2019). Electronic learning (E-learning) berhubungan dengan segala bentuk pembelajaran elektronik (Schneider & Binder, 2019). E-learning merupakan alat pembelajaran yang mengubah metode pembelajaran tradisional menjadi pembelajaran yang berbasis online dengan memperkuat kapasitas pengajaran dan pembelajaran melalui penyediaan sarana untuk lembaga pendidikan, pengajaran dan pembelajaran di antara individu, serta penyampaian pengetahuan yang efisien. E-learning didefinisikan sebagai penyampaian materi dan metode pembelajaran secara online dengan menggunakan teknologi informasi untuk belajar, mengajar atau memperoleh pengetahuan dengan fleksibilitas yang tinggi (S. Lockman & R. Schirmer, 2020). Dalam dunia pendidikan tinggi, e-learning membantu untuk memberikan kuliah kepada banyak peserta didik dengan kesempatan untuk terlibat dan berinteraksi dengan banyak ahli/pakar dan

memungkinkan tenaga pendidik untuk menilai kemajuan peserta didik pada saat yang bersamaan (Jose Sá et al., 2020).

Sebagai respon terhadap kedaruratan global akibat covid-19, social distancing menjadi strategi preventif yang paling efektif dalam menghadapi situasi pandemik. Strategi ini juga diterapkan pada bidang pendidikan dan pengajaran melalui e-learning. Saat ini sebagian besar pendidikan kedokteran mengalihkan seluruh kurikulum preclerkship kedalam format yang berbasis online. Format small-group dibentuk dalam bentuk tim virtual, dan sesi keterampilan klinis beberapa dapat dilakukan secara live online atau video, dan beberapa yang lain dapat ditunda. Berbagai jenis pemeriksaan/examination juga telah beralih ke dalam pengaturan online (Rose, 2020). Dalam situasi ini, format online dan aktivitas virtual dalam pendidikan kedokteran dan pendidikan tenaga kesehatan dinilai lebih fungsional dalam mempertahankan proses belajar mengajar, namun hasil dari perubahan ini memerlukan evaluasi lebih lanjut.

E-learning menyediakan fleksibilitas dan kemutakhiran teknologi dalam menyampaikan informasi pembelajaran, serta telah banyak studi yang menunjukkan efektivitas e-learning sebagai sistem pembelajaran dalam pendidikan kedokteran. Namun, disisi lain juga terdapat beberapa kendala yang mempengaruhi individu dalam penggunaan e-learning. Menurut Daroedono et al. (2020), beberapa aspek yang menjadi penghambat kegiatan e-learning diantaranya adalah penggunaan biaya untuk data seluler yang cukup tinggi, kurangnya konsentrasi dan pemahaman, bahan pelajaran yang menumpuk, dan interaksi yang dinilai masih kurang. Beberapa hal tersebut juga merupakan penyebab suatu *Learning burnout* (LBO) yang merupakan kombinasi antara kelelahan emosional, sinisme, dan ketidakefektifan akademik (Pokhrel et al., 2020). Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menginvestigasi dampak e-learning terhadap timbulnya LBO.

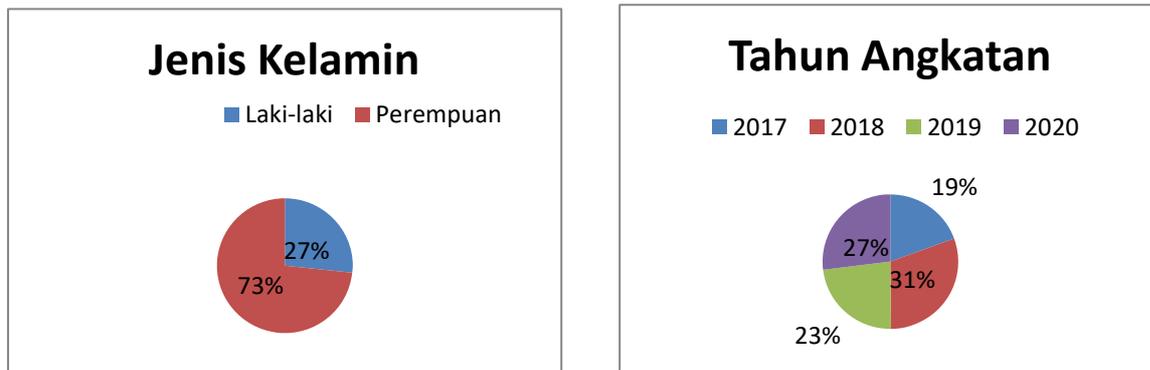
SUBJEK DAN METODE

Studi observasional analitik ini menggunakan desain *cross sectional*. Penelitian dilakukan di Fakultas Kedokteran dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jakarta (FKK UMJ) pada Maret-Juni 2021 melalui media dalam jaringan (daring). Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan etik dengan nomor 043/PE/KE?FKK-UMJ/II/2021. Subyek adalah mahasiswa aktif program studi kedokteran tahap preklinik. Melalui teknik *convenience sampling*, diperoleh 345 orang sampel yang terlibat dalam penelitian ini. Variabel yang diteliti adalah derajat LBO sebagai variabel dependen yang diukur dengan kuesioner yang diadaptasi dari Maslach Burnout Inventory-Student Survey (MBI-SS) dan telah diterjemahkan dalam bahasa Indonesia (Agustin et al., 2020). Data yang diperoleh berupa skor yang dikategorikan berdasarkan median menjadi kelompok rendah dan sedang. Sedangkan durasi paparan e-learning sebagai variabel independen. Kuesioner paparan e-learning dikembangkan oleh peneliti untuk mengidentifikasi jumlah jam/minggu penggunaan e-learning. Nilai *alpha cronbach* dari kuesioner ini adalah 0,84. Kedua instrumen di atas disebarikan dalam bentuk formulir daring *google form* yang diisi secara mandiri oleh responden. Uji hipotesis terhadap kedua variabel tersebut dilakukan menggunakan regresi logistik.

HASIL

Responden yang terlibat dalam penelitian ini sebagian besar adalah perempuan (73%). Tahun angkatan mahasiswa tersebar dari angkatan 2017 hingga 2020 dengan sebaran antara 19-31% Gambar 2. Gambaran durasi paparan e-learning minimal adalah 2 jam/minggu dan tertinggi sebesar 42 jam/ minggu dengan median 12 jam/minggu.

Gambar 2 Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin dan tahun angkatan



LBO ringan terjadi pada sebagian besar responden (58,3%). Hal ini juga serupa jika derajat LBO ditinjau dari jenis kelamin, dimana LBO Ringan terjadi sekitar 58% baik pada perempuan maupun laki-laki. Sedangkan berdasarkan tahun angkatan, proporsi tertinggi LBO Sedang terjadi pada angkatan 2019 sebesar 46,25%. Sebaliknya, proporsi terendah kategori LBO Sedang dialami oleh angkatan 2017.

Tabel 1 LBO berdasarkan karakteristik responden

Karakter Responden	LBO	
	Ringan	Sedang
Jenis Kelamin		
Perempuan	147 (58,1%)	106 (41,9%)
Laki-laki	54 (58,7%)	38 (41,3%)
Tahun angkatan		
2017	42 (62,7%)	25 (37,3%)
2018	61 (58,1%)	44 (41,9%)
2019	43 (53,75%)	37 (46,25%)
2020	55 (59,1%)	38 (40,9%)

Regresi logistik digunakan untuk menganalisis hubungan durasi paparan e-learning dengan LBO. Dari uji hipotesis tersebut diperoleh nilai p 0,046 (Sig.) dengan CI 1-1,04, dengan nilai $\text{Exp}(B)$ 1,02.

DISKUSI

Proporsi kategori LBO berdasarkan jenis kelamin tidak menunjukkan perbedaan bermakna. Hal ini tidak sejalan dengan penelitian Pokhrel et al. (2020) mahasiswa yang mengalami LBO dimana terdapat hubungan bermakna antara jenis kelamin dengan kejadian LBO. Kemungkinan bias terjadi akibat keterbatasan penelitian ini yang menggunakan formulir daring dimana validitas identitas

responden pengisi kuesioner tidak dapat dibuktikan dengan baik. Variasi proporsi kategori LBO yang terjadi berdasarkan tahun angkatan tidak menunjukkan kecenderungan tertentu. Keadaan ini dapat disebabkan bervariasinya aktifitas pembelajaran dan tuntutan akademik namun masih relatif homogen pada tahap prelinik (Al Ubaidi et al., 2018; Zis et al., 2021).

Berdasarkan hasil Exp(B), mahasiswa yang mengalami paparan durasi e-learning perhari lebih tinggi berisiko mengalami LBO 1,02 kali lebih besar daripada yang terpapar e-learning rendah. Hal ini sejalan dengan artikel Febriani et al., (2021) yang menyatakan bahwa virtual learning memiliki dampak negatif pada kondisi psikologis mahasiswa. Kondisi ini terjadi karena adanya kesulitan dalam memahami materi yang diberikan secara daring, ditambah adanya tuntutan yang tinggi serta sulitnya berinteraksi secara langsung dengan teman dan dosen. Kejenuhan belajar akibat kegiatan pembelajaran yang tidak interaktif, lingkungan dan media belajar yang monoton, masifnya penugasan menyebabkan kelelahan, demotivasi, hilangnya minat, dan berakhir pada tidak tercapainya hasil yang diharapkan (Agustin et al., 2020).

Adanya peningkatan risiko mengalami LBO dengan derajat lebih tinggi apabila mahasiswa terpapar durasi e-learning yang lebih panjang. Oleh karena itu, kegiatan pembelajaran perlu dirancang secara proporsional antara kegiatan tatap muka, *hands on*, dan e-learning dengan mempertimbangkan kegiatan belajar mandiri yang dilakukan oleh mahasiswa yang juga mungkin menggunakan e-learning. Hal ini dilakukan agar paparan e-learning berlebihan dapat dihindari, dan mahasiswa memiliki cukup waktu untuk kegiatan rekreasi lainnya.

REFERENCE

- Agustin, M., Setiyadi, R., & Puspita, R. D. (2020). Burnout Profile of Elementary School Teacher Education Students (Estes): Factors and Implication of Guidance and Counseling Services. *PrimaryEdu - Journal of Primary Education*, 4(1), 38. <https://doi.org/10.22460/pej.v4i1.1640>
- Al Ubaidi, B. A., Jassim, G., & Salem, A. (2018). Burnout Syndrome in Medical Students in the Kingdom of Bahrain. *Global Journal of Health Science*, 10(11), 86. <https://doi.org/10.5539/gjhs.v10n11p86>
- Daroedono, E., Siagian, F. E., Alfarabi, M., Cing, J. M., Arodes, E. S., Sirait, R. H., Suryowati, T., Sunarti, L. S., Ahmad, L. N., Wiyanto, M., Kurniaty, L., & Hutabarat, R. S. O. (2020). The impact of COVID-19 on medical education: our students perception on the practice of long distance learning. *International Journal Of Community Medicine And Public Health*, 7(7), 2790. <https://doi.org/10.18203/2394-6040.ijcmph20202545>
- Febriani, R. D., Hariko, R., Yuca, V., & Magistarina, E. (2021). Factors Affecting Student's Burnout In Online Learning. *Jurnal Neo Konseling*, 3(3), 32–38. <https://doi.org/10.24036/00567kons2021>
- Jose Sá, M., Miguel Ferreira, C., & Serpa, S. (2020). Scholar's Online Organizational Engagement and its Consequences for Higher Education Sustainability. *Journal of Education and E-Learning Research*, 7(2), 153–158. <https://doi.org/10.20448/journal.509.2020.72.153.158>
- Pokhrel, N. B., Khadayat, R., & Tulachan, P. (2020). Depression, anxiety, and burnout among medical students and residents of a medical school in Nepal: A cross-sectional study. *BMC Psychiatry*, 20(1), 1–18. <https://doi.org/10.1186/s12888-020-02645-6>
- Rose, S. (2020). Medical Student Education in the Time of COVID-19. *JAMA - Journal of the American Medical Association*, 323(21), 2131–2132.

<https://doi.org/10.1001/jama.2020.5227>

- S. Lockman, A., & R. Schirmer, B. (2020). Online Instruction in Higher Education: Promising, Research-based, and Evidence-based Practices. *Journal of Education and E-Learning Research*, 7(2), 130–152. <https://doi.org/10.20448/journal.509.2020.72.130.152>
- Samsudeen, S. N., & Mohamed, R. (2019). University students' intention to use e-learning systems: A study of higher educational institutions in Sri Lanka. *Interactive Technology and Smart Education*, 16(3), 219–238. <https://doi.org/10.1108/ITSE-11-2018-0092>
- Schneider, M., & Binder, T. (2019). E-Learning in medicine: Current status and future developments. *Hamdan Medical Journal*, 12(4), 147. https://doi.org/10.4103/hmj.hmj_74_19
- Widiyanto, A., Murti, B., & Soemanto, R. B. (2018). Multilevel analysis on the Socio-Cultural, lifestyle factors, and school environment on the risk of overweight in adolescents, Karanganyar district, central Java. *Journal of Epidemiology and Public Health*, 3(1), 94-104
- Wulandari, D. (2020). *Hadapi Empat Mega Shifts Consumer Behavior, Sun Life Hadirkan Sun Connect*. <https://mix.co.id/marcomm/brand-insight/marketing-strategy/hadapi-empat-mega-shifts-consumer-behavior-sun-life-hadirkan-sun-connect/>
- Zis, P., Artemiadis, A., Bargiotas, P., Nteveros, A., & Hadjigeorgiou, G. M. (2021). Medical studies during the COVID-19 pandemic: The impact of digital learning on medical students' Burnout and mental health. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(1), 1–9. <https://doi.org/10.3390/ijerph18010349>