



JURNAL SURYA

Jurnal Media Komunikasi Ilmu Kesehatan

Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Lamongan
Halaman link: <http://jurnal.umla.ac.id>



Hubungan *Self Efficacy* dengan *Burnout Syndrome* pada Mahasiswa Profesi Ners (*The Relationship of Self Efficacy with Burnout Syndrome in Nursing Professional Students*)

Riska Dwi Damayanti, Nurul Hikmatul Qowi, Masunatul Ubudiyah

¹ Program Studi Profesi Ners, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Lamongan

ARTIKEL INFO

Proses Artikel

Diterima : 10 Februari 2023
Direvisi : 24 Maret 2023
Dipublikasikan: 15 April 2023

Koresponden penulis

Masunatul Ubudiyah
masunatul.ubudiyah@umla.ac.id
Program Studi Profesi Ners
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah
Lamongan

Cara mensitasi

Damayanti, R. D., Qowi, N., H., & Ubudiyah, M. (2023). The Relationship Of *Self Efficacy* With *Burnout Syndrome* In Nursing Professional Students. *J. Media Komunikasi Ilmu Kesehatan*, 15(1), 22-29.
<https://doi.org/https://doi.org/10.38040/js.v15i1.678>

ABSTRAK

Pendahuluan: *Burnout* menjadi masalah utama pada mahasiswa karena mereka menghadapi berbagai tantangan akademis, sosial, dan personal. *Burnout* dapat menimbulkan perilaku negatif pada mahasiswa seperti ketidak sungguhan dalam mengerjakan tugas kuliah, berekspresi negatif, tidak mengikuti perkuliahan, motivasi rendah, drop out dan sebagainya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *Self Efficacy* dengan *Burnout* pada mahasiswa profesi ners

Metode: Penelitian ini menggunakan desain analitik korelasional dengan pendekatan cross sectional dengan menggunakan Teknik Simple Random Sampling (SRS) didapatkan 89 responden. Data penelitian diambil menggunakan kuesioner General *Self Efficacy Scale*. untuk mengukur *Self Efficacy* dan kuesioner Maslach *Burnout Inventory* untuk mengukur *Burnout*. Analisis data menggunakan Spearman rho

Hasil: Mahasiswa 82% memiliki *Self Efficacy* sedang dan 73% memiliki *Burnout* sedang. Uji spearmans rho menunjukkan nilai $p=0,609$ dg $RS=-0,055$, yang artinya tidak terdapat hubungan signifikan antara *Self Efficacy* dengan *Burnout* pada mahasiswa profesi ners

Kesimpulan: Hasil penelitian menunjukkan bahwa tinggi rendahnya *Self Efficacy* mahasiswa profesi tidak akan mempengaruhi tingkat *Burnout* mahasiswa

Kata Kunci: *Burnout*; mahasiswa ners; self-efficacy

ABSTRACT

Introduction: Burnout is a major problem for students as they face a variety of academic, social, and personal challenges. Burnout can cause negative behavior in students such as unreal in doing coursework, negative expression, not attending lectures, low motivation, dropping out and so on. The purpose of this study was to determine the relationship between self-efficacy and Burnout in professional students

Methods: This study used a correlational analytical design with a cross sectional approach using the Simple Random Sampling (SRS) Technique, 89 respondents were obtained. The study data were taken using the General Self Efficacy Scale questionnaire. to measure self-efficacy and the Maslach Burnout Inventory questionnaire to measure Burnout. Data analysis using Spearman rho

Results: 82% of students had moderate self-efficacy and 73% had moderate burnout. The spearman's rho test showed indigo $p = 0.609$ with $RS = -0.055$, which means that there was no significant relationship between self-efficacy and Burnout in ners professional students

Conclusion: The results showed that the high and low Self Efficacy of professional students will not affect the level of student burnout

Keywords: self-efficacy; burnout; nursing students

PENDAHULUAN

Burnout merupakan masalah utama pada mahasiswa karena mereka menghadapi berbagai tantangan akademis, sosial, dan personal. *Burnout* akademik yang berlebihan dapat berkontribusi pada depresi, penyakit fisik, dan performansi akademik mahasiswa (Kapu, 2020). *Burnout* dapat menimbulkan perilaku negatif pada mahasiswa, diantaranya adalah keengganan untuk mengerjakan tugas kuliah, bereksprei negatif, tidak mengikuti perkuliahan, menurunkan motivasi, drop out dan sebagainya (Rad et al., 2017). Efek buruk dari *Burnout* akademik sudah diketahui dengan baik, secara individu *Burnout* akademik mengganggu kesehatan fisik, kesehatan psikologis, prestasi akademik dan hubungan sosial (Rosales-Ricardo & Ferreira, 2022).

Burnout pada mahasiswa profesi keperawatan tidak hanya terjadi di Indonesia, tetapi dialami juga di berbagai negara. Studi tahun 2014 di Swedia ditemukan tingkat kelelahan di tahun pertama mahasiswa keperawatan sebesar 29,7% dan untuk mahasiswa tahun kedua itu 36,9% (Gustafsson, 2017). Berdasarkan penelitian pada mahasiswa perawat di Universitas Syiah Kuala Banda Aceh bahwa mahasiswa yang berumur 22-24 tahun mayoritas (43,06%)

mengalami *Burnout* sedang. Sedangkan mahasiswa yang berumur 25-27 tahun juga mengalami *Burnout* sedang yaitu (50%). sedangkan mahasiswa suku lainnya (Jawa, Batak dan Papua) yaitu sekitar 40% mengalami *Burnout* tinggi (Hidayati et al., 2022). Hasil penelitian Gerber, et al menyatakan bahwa mahasiswa yang mengalami *Burnout* yaitu memiliki gejala depresi, penurunan skor kepuasan hidup, dan kualitas tidur berkurang. Berdasarkan hasil penelitian diketahui dampak *Burnout* tingkat sedang sebesar 56,4% (Gerber & Anaki, 2021).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti kepada 19 mahasiswa profesi ners pada tanggal 26 - 28 Desember 2022 dapat diperoleh hasil mahasiswa mengalami *Burnout* tinggi sebesar 56%, dan *Burnout* sedang sebesar 34%. Mahasiswa profesi ners mengalami *Burnout* ditunjukkan dari sikap mahasiswa yang merasa lelah baik secara fisik dan emosional dengan tugas dan tanggungjawab, serta merasa lelah karena dituntut untuk teliti dalam memberikan asuhan keperawatan kepada pasien yang mengalami gagal organ atau kegagalan fungsi vital (Sari, 2015). Kelelahan emosional yang terjadi pada mahasiswa akan menyebabkan mahasiswa kehilangan rasa semangat dan kurangnya

motivasi serta menurunnya self-efficacy (Hidayati et al., 2022). Self-efficacy termasuk dalam karakteristik kepribadian yang mengacu pada kepercayaan individu akan kemampuan untuk sukses dalam melakukan pekerjaannya. Penelitian serupa oleh Prestiana & Purbandini (2012) juga menjelaskan bahwa variabel yang dapat mempengaruhi *Burnout* adalah self-efficacy.

Salah satu upaya yang dapat digunakan untuk mengatasi *Burnout* pada mahasiswa ners adalah dengan meningkatkan strategi koping pada mahasiswa ners itu sendiri. Strategi koping merupakan perilaku atau proses untuk adaptasi dalam menghadapi tekanan atau ancaman. Peningkatan strategi koping yang dilakukan bisa dengan berbagai cara salah satunya adalah dengan manajemen stress yang tepat yakni membekali pengetahuan dan keterampilan bagi individu agar menjadi lebih sadar terhadap faktor – faktor penyebab stres dan mengembangkan metode – metode mengelola stres yang efektif (Andriyani, 2019). Selain dengan strategi koping, maka untuk mengatasi *Burnout* pada mahasiswa ners juga dapat dilakukan oleh pihak institusi pendidikan dengan melakukan intervensi psikologis, seperti intervensi mindfulness yang dapat secara efektif meningkatkan tingkat kesadaran dan mengurangi kelelahan kerja (Xie et al., 2020).

Self-efficacy mampu memprediksi *Burnout* pada mahasiswa ners. Ini dapat terjadi karena tinggi atau rendahnya self-efficacy dapat berpengaruh terhadap perilaku dan outcome mahasiswa ners. Self-efficacy dapat memengaruhi pilihan mahasiswa dalam menghadapi tuntutan akademik seperti, tujuan, reaksi emosional, usaha, penyesuaian dan penolakan. Mahasiswa ners dengan self-efficacy yang tinggi dapat menghadapi dan mengatasi tuntutan akademik dengan sikap yang tenang dan begitu pula sebaliknya. Namun apabila mahasiswa ners dengan self-efficacy yang rendah akan memiliki keyakinan bahwa dirinya tidak akan mampu menghadapi dan mengatasi berbagai tuntutan akademik

yang dihadapinya (Yu et al., 2016). Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan efikasi diri dan *Burnout* pada mahasiswa profesi Ners.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif menggunakan rancangan penelitian korelasi analitik dengan pendekatan cross sectional untuk mengetahui hubungan self-efficacy dengan *Burnout* pada mahasiswa profesi ners. Pada penelitian ini populasinya adalah seluruh mahasiswa reguler profesi ners dengan jumlah 115 mahasiswa.

Sampel dalam penelitian ini dihitung menggunakan rumus slovin dan diperoleh ukuran sampel sebesar 89,32 yang dibulatkan menjadi 89, sehingga dalam penelitian ini kuisioner akan disebarakan kepada 89 orang mahasiswa profesi ners. Teknik sampling yang digunakan peneliti yaitu teknik Simple Random Sampling (SRS).

Kuesioner *Self Efficacy* diadopsi dari General Self-Efficacy scale yang telah digunakan dalam penelitian (Amini, 2020) yang terdiri dari 20 pernyataan dengan rincian yang ada di Tabel 3.1. Pernyataan positif diberi skor (4: Sangat Sesuai, 3: Sesuai, 2: Tidak Sesuai, 1: Sangat Tidak Sesuai), sedangkan pernyataan negatif diberi skor (4: Sangat Tidak Sesuai, 3: Tidak Sesuai, 2: Sesuai, 1: Sangat Sesuai). Indikator yang digunakan untuk mengukur variabel self-efficacy yakni Magnitude, Strength dan Generality. Adapun Kategori variabel self-efficacy yakni Efikasi Diri Rendah jika skor 25 – 40; Efikasi Diri Sedang jika skor >40 - 55; Efikasi Diri Tinggi jika skor >55 – 80.

Variabel dependen dalam penelitian ini adalah *Burnout*. Kuesioner *Burnout* di adopsi Maslach *Burnout Inventory*. Maslach *Burnout Syndrome* (MBI). MBI menilai tiga komponen yaitu kelelahan, depersonalisasi dan penurunan prestasi diri. Jumlah item pernyataan untuk variabel *Burnout* terdiri dari 16 pernyataan

dengan rincian yang ada di Tabel 3.2. Pernyataan positif yang diberi skor, (4: Selalu, 3: Sedang, 2: Kadang-Kadang, 1: Tidak Pernah), sedangkan pernyataan negatif diberi skor (4: Tidak Pernah, 3: Kadang-Kadang, 2: Sedang, 1: Selalu). Adapun Kategori variable *Burnout* antara lain: *Burnout* Ringan jika skor > 52 ; *Burnout* Sedang jika skor $36 - 52$; dan *Burnout* berat jika skor < 36 . Analisis data yang digunakan adalah Uji Spearman rho.

HASIL PENELITIAN

Data Karakteristik responden meliputi jenis kelamin dan umur dijelaskan pada tabel 1. Hasil menunjukkan bahwa dari 89 mahasiswa ners didapatkan sebagian besar berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 74 mahasiswa ners (83,1%), dan mahasiswa yang berjenis kelamin laki - laki yaitu sebanyak 15 orang mahasiswa ners (16,9%). Selanjutnya data juga menunjukkan dari 89 mahasiswa ners yang berumur 23 tahun sebanyak 62 mahasiswa ners (69,7%), dan yang berumur 25 tahun sebanyak 2 mahasiswa ners (2,2%).

Berdasarkan data pada Tabel 2, dijelaskan bahwa dari 89 mahasiswa ners terdapat masing-masing 8 orang mahasiswa (9,0%) yang memiliki tingkat *Self Efficacy* tinggi dan rendah, sedangkan sebanyak 73 orang mahasiswa ners (82,0%) memiliki tingkat *Self Efficacy* sedang. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa ners cukup mampu menangani masalah yang dihadapi, cukup percaya pada kemampuan yang dimiliki, cukup yakin terhadap kesuksesan dalam menghadapi masalah, dan cukup gigih dalam usaha untuk menyelesaikan masalah.

Berdasarkan data pada Tabel 3, menunjukkan distribusi mahasiswa ners yang mengalami *Burnout* saat menjalani profesi ners. Data memberikan informasi bahwa sebanyak 10 mahasiswa ners (11,2%) mengalami *Burnout* ringan, kemudian sebanyak 65 mahasiswa ners (73,0%) mengalami *Burnout* dan yang mengalami *Burnout* berat sebanyak 14 orang mahasiswa

(15,7%). Hasil ini menunjukkan bahwa mayoritas Mahasiswa ners selama periode Februari-April Tahun 2023 mengalami *Burnout* sedang, yang berarti bahwa sebagian besar mahasiswa ners cukup mampu menangani masalah kelelahan fisik dan tekanan mental yang disebabkan oleh tuntutan tugas profesi ners.

Berdasarkan tabel 4 tabulasi silang menunjukkan bahwa jumlah mahasiswa ners yang tingkat *Self Efficacy* rendah dengan *Burnout* ringan sebanyak 1 orang (1,1%), selanjutnya mahasiswa ners yang memiliki tingkat *Self Efficacy* rendah dengan *Burnout* sedang sebanyak 5 orang (5,6%), lalu mahasiswa ners yang memiliki tingkat *Self Efficacy* rendah dengan *Burnout* berat sebanyak 2 orang (2,2%), dan jumlah semua mahasiswa ners dengan *Self Efficacy* rendah sebanyak 8 (9,0%).

Apabila ditinjau dari tingkat *Self Efficacy* sedang, maka data menunjukkan bahwa mahasiswa ners yang memiliki tingkat *Self Efficacy* sedang dengan *Burnout* ringan sebanyak 9 orang (10,1%). Mahasiswa ners yang memiliki tingkat *Self Efficacy* sedang dengan *Burnout* sedang sebanyak 52 orang (58,4%), lalu mahasiswa ners yang memiliki tingkat *Self Efficacy* sedang dengan *Burnout* berat sebanyak 12 orang (13,5%), dan jumlah semua mahasiswa ners dengan tingkat *Self Efficacy* sedang sebanyak 73 orang (8,0%). Selanjutnya data menunjukkan bahwa tidak ada mahasiswa ners yang memiliki tingkat *Self Efficacy* tinggi dengan *Burnout* ringan dan berat, namun ada sebanyak 8 orang (9,0%) yang memiliki tingkat *Self Efficacy* tinggi dengan *Burnout* sedang, sehingga jumlah semua mahasiswa ners yang mengalami *Self Efficacy* tinggi sebanyak 8 orang (9,0%).

Berdasarkan hasil perhitungan dengan menggunakan uji spearman rank (rho) dan analisa menggunakan SPSS 26.0 didapatkan nilai $p = 0,609$ dan $rs = -0,055$ yang artinya tidak ada hubungan *Self Efficacy* dengan *Burnout* pada mahasiswa profesi ners.

Tabel 1. Distribusi karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin dan umur (n=89).

Karakteristik	Kategori	F	(%)
Jenis Kelamin	Laki-laki	15	16,9
	Perempuan	74	83,1
Umur	22 tahun	20	22,5
	23 tahun	62	69,7
	24 tahun	5	5,6
	25 tahun	2	2,2
	Total	89	100

Tabel 2. Distribusi frekuensi tingkat *Self Efficacy* mahasiswa ners (n=89)

Tingkat <i>Self Efficacy</i>	F	(%)
Rendah	8	9.0
Sedang	73	82.0
Tinggi	8	9.0
Total	89	100

Tabel 3. Distribusi frekuensi *Burnout* pada mahasiswa profesi ners (n=89)

<i>Burnout</i>	F	(%)
Ringan	10	11.2
Sedang	65	73.0
Berat	14	15.7
Total	89	100

Tabel 4. Hubungan *Self Efficacy* dengan *Burnout* pada mahasiswa profesi ners (n=89)

<i>Self Efficacy</i>	<i>Burnout</i>						Total
	Ringan		Sedang		Berat		
	N	%	N	%	N	%	
Rendah	1	1,1	5	5,6	2	2,2	9,0
Sedang	9	10,1	52	58,4	12	13,5	82,0
Berat	0	0	8	9,0	0	0	9,0
Total	10	11,2	65	73,0	14	15,7	100

PEMBAHASAN

Self Efficacy mahasiswa Profesi Ners berada pada kategori sedang (terlihat pada tabel 4.2). hal ini menunjukkan bahwa mereka memiliki keyakinan pada kemampuan diri sendiri untuk bisa menyelesaikan suatu tugas atau kewajiban yang menjadi tanggung jawabnya.

Hasil penelitian ini selaras dengan hasil penelitian yang telah dilaksanakan oleh Hatta et al., (2021) yang memperoleh bahwa tingkat *Self Efficacy* siswa berada pada kategori sedang, yakni siswa dapat menyelesaikan tugas dengan mendapatkan motivasi diri

sendiri, siswa berusaha dengan keras dan cukup yakin akan mampu menghadapi masalah dan kesulitan dalam tugas. Hasil ini juga mendukung hasil penelitian Putri et al., (2022) yang menyatakan bahwa rata-rata skor *self-efficacy* mahasiswa ners berada pada kategori *self-efficacy* sedang. Hal ini menunjukkan sikap yang cukup mampu mengontrol stres yang dialami, sehingga memiliki keyakinan terhadap kemampuan individu yang efektif akan cukup mampu mengatasi berbagai tantangan.

Teori *Self Efficacy* menjelaskan bahwa keadaan yang menekan bagi mahasiswa dapat

mempengaruhi keyakinan akan kemampuan dirinya dalam menghadapi tugas. Seperti lelah, kurang sehat, cemas, atau tertekan, akan mengurangi tingkat *Self-Efficacy* seseorang. Sebaliknya, jika seseorang dalam kondisi prima akan berkontribusi positif bagi perkembangan *Self-Efficacy* (Subaidi, 2016).

Mahasiswa dengan *Self Efficacy* tinggi akan mampu menyelesaikan setiap rintangan dengan baik. Namun, mahasiswa yang memiliki kemampuan diri yang rendah ketika dihadapkan dengan tugas yang merepotkan akan memiliki pemikiran negatif dan menganggap tugas sebagai bahaya atau ancaman (Dini et al., 2020).

Mahasiswa menunjukan bahwa *Burnout* pada berada kategori sedang. Hal ini di dapatkan dari hasil kuesioner yang menunjukan bahwa sebagian besar mahasiswa ners cukup mampu menangani masalah kelelahan fisik dan tekanan mental yang di sebabkan oleh tuntutan tugas profesi ners. Mahasiswa ners mayoritas memiliki tingkat *Burnout* yang sedang, yakni tidak merasa kelelahan yang berlebihan. Kondisi ini menyebabkan mahasiswa ners yang memiliki *Self Efficacy* sedang cenderung mampu menghadapi setiap kesulitan, mampu mengatasi kelelahan yang meliputi kelelahan baik fisik dan mental, sehingga dapat membantu mereka dalam mengatasi tantangan selama praktek dan pembelajarannya, dalam mampu beradaptasi.

Selanjutnya secara teori *Burnout syndrome* memiliki konsekuensi yang sangat negatif. *Burnout* dapat mempengaruhi kesehatan fisik atau mental seseorang, sehingga menimbulkan gangguan psikosomatik seperti perubahan mukosa, kelainan kardiorespirasi, sakit kepala, dan lainnya. Gangguan psikopatologis seperti kecemasan, perilaku obsesif kompulsif, depresi, dan kecanduan (Salama et al., 2022).

Hasil penelitian (Indiawati et al., 2022) juga mendapatkan hasil bahwa perawat RS Darmo Surabaya sebagian besar mengalami *Burnout syndrome*. Hasil ini juga sesuai dengan penelitian (Mashuri et al., 2022) yang

menyatakan bahwa seluruh responden mahasiswa menunjukkan tingkat *Burnout* sedang. Hal ini dapat dikaitkan dengan adanya beban kerja yang berlebih selama pandemi. Kegiatan yang dilakukan oleh seseorang dalam waktu singkat diluar batas kemampuannya.

Hasil uji spearman's rho menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat *Self Efficacy* dengan *Burnout* yang artinya tinggi rendahnya percaya diri mahasiswa profesi ners tidak akan mempengaruhi tingkat *Burnout* mahasiswa. Diperkuat dari penelitian (Putri et al., 2022) yang dalam penelitiannya menemukan bahwa ada korelasi negatif tidak signifikan antara *Self Efficacy* dengan *Burnout*, yang berarti apabila perawat memiliki self-efficacy rendah akan mengakibatkan reaksi negatif ketika dihadapkan dengan situasi yang penuh tantangan dan tekanan, sehingga seseorang dengan self-efficacy rendah sangat rentan mengalami kejadian *Burnout*. Self-efficacy yang rendah mengindikasikan individu mudah putus asa ketika mengalami kesulitan dalam hidupnya. Sebaliknya, self-efficacy yang tinggi akan meningkatkan kepercayaan individu ketika menghadapi kesulitan.

Hasil ini mendukung pernyataan dari (Salim, 2016) yang menemukan bahwa Perilaku yang didasari oleh *Self Efficacy* tinggi akan mampu mengurangi *Burnout*, dimana Self-efficacy dapat ditingkatkan melalui berbagai pengalaman, salah satu adalah dengan keikutsertaan dalam berorganisasi karena didalam organisasi, mahasiswa dapat melatih kepemimpinan, mengelola stress, mengatur waktu, mampu menyelesaikan konflik dan mengasah kemampuan sosial.

Berdasarkan analisis yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa hasil uji hubungan mengenai *Self Efficacy* dengan *Burnout* pada mahasiswa ners, memang menunjukkan tidak adanya dampak yang signifikan. Tidak adanya dampak signifikan antara *Self Efficacy* dengan *Burnout* disebabkan karena mayoritas mahasiswa ners mampu mengelola tingkat stres dan emosionalnya dengan baik, selain itu

mahasiswa ners telah mendapatkan dukungan dari pihak universitas Dengan demikian universitas sudah berusaha menekan *Burnout* mahasiswa dengan meningkatkan rasa kepercayaan diri atau *Self Efficacy* pada mahasiswa.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan sebagian besar mahasiswa memiliki *Self Efficacy* sedang dan *Burnout* yang sedang. Analisis statistik menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara *Self Efficacy* dan *Burnout* syndrom pada mahasiswa profesi ners. Tidak adanya dampak signifikan antara *Self Efficacy* dengan *Burnout* disebabkan karena mayoritas mahasiswa ners mampu mengelola tingkat stres dan emosionalnya dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriyani, J. (2019). Strategi Coping Stres Dalam Mengatasi Problema Psikologis. *At-Taujih: Bimbingan Dan Konseling Islam*, 2(2), 37–55. <https://doi.org/10.22373/taujih.v2i2.6527>
- Biremanoe, M. E. (2021). *Burnout* Akademik Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal KoPeN: Konferensi Pendidikan Nasional*, 3(2), 165–172. https://ejournal.mercubuana-yogya.ac.id/index.php/Prosiding_KoPeN/article/view/2809/0
- Dini, M. P., Fitriyarsari, R., & Asmoro, C. P. (2020). Akademik Dengan Stres Mahasiswa Profesi Ners: Studi (the Relationship Between *Self Efficacy* and Academic Workloads With Stress of. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 2(2), 78–92.
- Gerber, Z., & Anaki, D. (2021). The Role of Self-compassion, Concern for Others, and Basic Psychological Needs in the Reduction of Caregiving *Burnout*. *Mindfulness*, 12(3), 741–750. <https://doi.org/10.1007/s12671-020-01540-1>
- Gustafsson, H. (2017). *Burnout* in competitive and elite athletes. *Örebro Studies in Sport Sciences*, 1(1), 13–134. <http://www.oru.se/>
- Hatta, N., Supriatna, E., & Septian, M. R. (2021). Gambaran *Self Efficacy* Siswa Di Mts Nurul Hidayah. *FOKUS (Kajian Bimbingan & Konseling Dalam Pendidikan)*, 4(5), 356. <https://doi.org/10.22460/fokus.v4i5.7866>
- Hidayati, S., Amalia, R., & Aiyub. (2022). *Burnout* Mahasiswa Keperawatan dalam Mengikuti Program Profesi Ners di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal JIM FKep*, 5(4), 9–15.
- Indiawati, O. C., Sya'diyah, H., Rachmawati, D. S., & Suhardiningsih, A. V. S. (2022). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian *Burnout* Syndrome Perawat Di Rs Darmo Surabaya. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat*, 11(1), 25–42.
- Kapu, D. A. R. T. (2020). Hubungan Efikasi Diri Dengan Burn Out Pada Perawat DI Ruang Instalasi Gawat Darurat (IGD) dan Intensive Care Unit (ICU) RSUD S.K. Lerik Kota Kupang. Naskah Publikasi Program Studi Ners Tahap Akademik Universitas Citra Bangsa, 1(1), 1–267.
- Mashuri, Y. A., Primaningtyas, W., Hastuti, H., Aryoseto, L., Qothrunnada, N., Febrinasari, R. P., Widyaningsih, V., & Probandari, A. N. (2022). *Burnout* Dan Kualitas Hidup Civitas Akademika Pada Masa Pandemi Covid-19: Studi Di Universitas Sebelas Maret. *Biomedika*, 14(1), 10–19. <https://doi.org/10.23917/biomedika.v14i1.13280>
- Prestiana, N. D. I., & Purbandini, D. (2012). Hubungan Antara Efikasi Diri (*Self Efficacy*) dan Stress Kerja dengan Kerja (*Burnout*) pada Peraa IGD dan ICU RSUD Kota Bekasi. *Jurnal Soul*, 5(2), 1–14.
- Putri, N. K. K. D., Krisnawati, K. M. S., & Utami, K. C. (2022). Tingkat Self-Efficacy Berhubungan Dengan *Burnout* Pada Perawat Selama Pandemi Corona Virus Disease 2019. *Journal Coping: Community of Publishing in Nursing*, 10(5), 489. <https://doi.org/10.24843/coping.2022.v10.i05.p04>

- Rad, M., Shomoossi, N., Rakhshani, M. H., & Sabzevari, M. T. (2017). Psychological Capital and Academic *Burnout* in Students of Clinical Majors in Iran. *Acta Facultatis Medicae Naissensis*, 34(4), 311–319. <https://doi.org/10.1515/afmnai-2017-0035>
- Rosales-Ricardo, Y., & Ferreira, J. P. (2022). Effects of Physical Exercise on *Burnout* Syndrome in University Students. *MEDICC Review*, 24(1), 36–39. <https://doi.org/10.37757/MR2022.V24.N1.7>
- Rumapea, R. L. R., & Rahayu, M. N. M. (2022). Hubungan Antara Self-Efficacy dengan Academic *Burnout* pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Talenta*, 8(1), 27–36. <https://doi.org/10.26858/talenta.v7i1.33971>
- Salama, W., Abdou, A. H., Mohamed, S. A. K., & Shehata, H. S. (2022). Impact of Work Stress and Job *Burnout* on Turnover Intentions among Hotel Employees. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(15). <https://doi.org/10.3390/ijerph19159724>
- Salim, A. (2016). Perbedaan *Self Efficacy* Ditinjau Dari Keikutsertaan Mahasiswa Dalam Berorganisasi. Skripsi Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.
- Sari, N. L. P. D. Y. (2015). Hubungan Beban Kerja, Faktor Demografi, Locus of Control Dan Harga Diri Terhadap *Burnout* Syndrome IRD RSUP Sanglah. *COPING Ners Journal*, 3(2), 51–60.
- Subaidi, A. (2016). Self-Efficacy Siswa Dalam Pemecahan Masalah Matematika. *Jurnal Zigma*, 1(2), 64–68.
- Xie, C., Zeng, Y., Lv, Y., Li, X., Xiao, J., & Hu, X. (2020). Educational intervention versus mindfulness-based intervention for ICU nurses with occupational *Burnout*: A parallel, controlled trial. *Complementary Therapies in Medicine*, 52(37). <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2020.102485>
- Yu, J. H., Chae, S. J., & Chang, K. H. (2016). The relationship among self-efficacy, perfectionism and academic *Burnout* in medical school students. *Korean Journal of Medical Education*, 28(1), 49–55. <https://doi.org/10.3946/kjme.2016.9>