

Instrumen *Screening Burnout* pada Mahasiswa Kedokteran: Sebuah Tinjauan Pustaka

Ade Indah Wahdini,^{1*} Binta Setya Febrina¹

¹Departemen Ilmu Kedokteran Jiwa, Fakultas Kedokteran Universitas Islam Indonesia, Yogyakarta, Indonesia

*Korespondensi Penulis:	Riwayat Artikel:	
127110506@uii.ac.id	Dikirim:	9 Januari 2026
	Diterima:	31 Januari 2026
	Terbit:	31 Januari 2026

Tinjauan Pustaka

Abstrak

Burnout merupakan sindrom psikologis akibat respons terhadap stres kronis yang sering dialami oleh mahasiswa kedokteran, dengan dampak negatif yang signifikan terhadap kesehatan fisik, mental, dan performa akademik. Identifikasi dini melalui penggunaan instrumen *screening* yang valid dan reliabel sangat penting untuk mencegah konsekuensi buruk tersebut, seperti keinginan bunuh diri dan penurunan kualitas pelayanan kesehatan di masa depan. Tinjauan ini bertujuan untuk mengidentifikasi dan membandingkan instrumen *screening* yang tepat untuk mendeteksi *burnout* pada populasi mahasiswa kedokteran. Berdasarkan penelusuran literatur, terdapat tiga instrumen utama yang sering digunakan dan diadaptasi untuk mahasiswa, yaitu *Maslach Burnout Inventory-Student Survey* (MBI-SS), *Copenhagen Burnout Inventory-Student Version* (CBI-S), dan *Oldenburg Burnout Inventory-Student Version* (OLBI-S). MBI-SS merupakan instrumen yang paling luas penggunaannya, mengukur tiga dimensi yaitu kelelahan (*exhaustion*), sinisme (*cynicism*), dan efikasi diri (*professional efficacy*). Sementara itu, CBI-S berfokus pada inti fenomena kelelahan fisik dan psikologis, dan OLBI-S menilai dimensi kelelahan serta pelepasan diri (*disengagement*) dari pekerjaan atau studi. Pemilihan instrumen yang tepat sangat krusial sebagai langkah identifikasi awal agar tatalaksana dan intervensi yang sesuai dapat segera diberikan.

Kata kunci: *Burnout*; Mahasiswa Kedokteran; *Screening*; Psikometrik; MBI-SS; CBI-S; OLBI-S.

Abstract

Burnout is a psychological syndrome resulting from chronic stress, frequently experienced by medical students, with significant negative impacts on physical health, mental well-being, and academic performance. Early identification utilizing valid and reliable screening instruments is paramount to mitigate adverse consequences, including suicidal ideation and the potential deterioration of future healthcare service quality. This review aims to identify and compare appropriate screening instruments to detect burnout in medical student populations. A literature review indicates three primary instruments are frequently utilized and adapted for the student population: the *Maslach Burnout Inventory-Student Survey* (MBI-SS), the *Copenhagen Burnout Inventory-Student Version* (CBI-S), and the *Oldenburg Burnout Inventory-Student Version* (OLBI-S). The MBI-SS constitutes the most widely employed instrument, assessing three dimensions: exhaustion, cynicism, and professional efficacy. Conversely, the CBI-S focuses on the core phenomenon of physical and psychological fatigue, while the OLBI-S evaluates the dimensions of exhaustion and disengagement from work or studies. The selection of an appropriate instrument is crucial for early identification, facilitating the prompt implementation of suitable management and intervention strategies.

Keywords: *Burnout*; Medical Students; *Screening*; Psychometrics; MBI-SS; CBI-S; OLBI-S.

PENDAHULUAN

Pendidikan kedokteran dikenal sebagai proses pendidikan yang panjang, intensif, dan penuh tekanan. Mahasiswa kedokteran sering kali dihadapkan pada beban akademik yang tinggi, kompetisi yang ketat, serta paparan dini terhadap penderitaan dan kematian pasien. Kondisi stres kronis yang tidak tertangani dengan baik dapat berujung pada sindrom burnout. Burnout bukan sekadar kelelahan biasa, melainkan suatu sindrom psikologis yang ditandai dengan kelelahan emosional, depersonalisasi atau sinisme terhadap lingkungan studi, serta penurunan pencapaian prestasi pribadi. Prevalensi burnout pada mahasiswa kedokteran di berbagai negara dilaporkan cukup tinggi, yang mengindikasikan bahwa fenomena ini adalah masalah global yang memerlukan perhatian serius.^{1,2}

Dampak burnout pada mahasiswa kedokteran sangat luas, mulai dari masalah kesehatan fisik, gangguan tidur, penyalahgunaan zat, hingga masalah kesehatan mental yang serius seperti depresi dan ide bunuh diri.^{3,4} Selain berdampak pada individu, burnout pada mahasiswa kedokteran juga berpotensi menurunkan kualitas pelayanan kesehatan di masa depan, karena mahasiswa yang mengalami burnout cenderung memiliki empati yang rendah dan profesionalisme yang menurun. Oleh karena itu, deteksi dini melalui screening menjadi langkah preventif yang krusial.⁵

Meskipun urgensi deteksi dini sudah dipahami, tantangan yang dihadapi institusi pendidikan—termasuk di Indonesia—adalah pemilihan instrumen screening yang tepat, efisien, dan legal. Terdapat berbagai instrumen pengukuran burnout, namun tidak semuanya valid atau reliabel untuk populasi mahasiswa kedokteran. Artikel ini bertujuan untuk meninjau secara komparatif instrumen screening burnout yang tersedia, khususnya *Maslach Burnout Inventory-Student Survey* (MBI-SS), *Copenhagen Burnout Inventory-Student Version* (CBI-S), dan *Oldenburg Burnout Inventory-Student Version* (OLBI-S), serta memberikan rekomendasi berbasis bukti untuk penggunaannya dalam konteks pendidikan kedokteran.

METODE

Penulisan artikel ini menggunakan metode tinjauan pustaka (narrative review). Penelusuran literatur dilakukan secara komprehensif melalui basis data elektronik PubMed, Google Scholar, dan ScienceDirect. Strategi pencarian menggunakan kombinasi kata kunci (MeSH terms dan free text): "Burnout", "Medical Students", "Psychometrics", "Screening Instruments", "MBI-SS", "CBI-S", dan "OLBI-S".

Kriteria inklusi untuk literatur yang dipilih adalah: (1) Artikel penelitian asli atau tinjauan sistematis; (2) Fokus pada populasi mahasiswa kedokteran atau profesi kesehatan; (3) Membahas validitas, reliabilitas, atau struktur faktor instrumen; dan (4) Diterbitkan dalam rentang waktu 2010–2024, dengan pengecualian untuk artikel seminal (teori dasar) yang diterbitkan sebelumnya. Artikel

yang tidak tersedia dalam teks lengkap (*full-text*) atau tidak ditulis dalam Bahasa Inggris/Indonesia dieksklusi. Berdasarkan kriteria tersebut, literatur yang relevan dianalisis untuk membandingkan karakteristik psikometrik dan praktis dari masing-masing instrumen.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Komparatif Instrumen Screening

Dalam konteks pendidikan kedokteran, tiga instrumen muncul sebagai alat ukur yang paling dominan: MBI-SS, CBI-S, dan OLBI-S. Perbandingan karakteristik utama ketiga instrumen tersebut disajikan dalam Tabel 1.

Tabel 1. Perbandingan Karakteristik Instrumen Screening Burnout pada Mahasiswa Kedokteran

Karakteristik	MBI-SS (Maslach Burnout Inventory)	CBI-S (Copenhagen Burnout Inventory)	OLBI-S (Oldenburg Burnout Inventory)
Penulis Asli	Schaufeli et al. (2002) ¹⁴	Kristensen et al. (2005) ¹⁰	Demerouti et al. (2003) ⁷
Dimensi	3 Dimensi: 1. Kelelahan (<i>Exhaustion</i>) 2. Sinisme (<i>Cynicism</i>) 3. Efikasi Diri (<i>Efficacy</i>)	3 Dimensi (Versi Mahasiswa): 1. Kelelahan Pribadi 2. Kelelahan Studi 3. Kelelahan Rekan/ Klien	2 Dimensi: 1. Kelelahan (<i>Exhaustion</i>) 2. Pelepasan (<i>Disengagement</i>)
Jumlah Item	15-16 item	Umumnya 25 item (dapat bervariasi)	16 item
Skala Penilaian	7-poin Likert (Frekuensi)	5-poin Likert (Frekuensi/Intensitas)	4-poin Likert (Persetujuan)
Biaya/Lisensi	Berbayar (Hak Cipta: Mind Garden)	Gratis (Open Access/Public Domain)	Gratis (Open Access)
Kelebihan Utama	Standar emas riset global; Validitas lintas budaya teruji luas.	Fokus pada gejala inti kelelahan; Mudah dipahami; Bebas biaya.	Menyeimbangkan butir positif & negatif; Mengurangi bias persetujuan.
Kelemahan Utama	Biaya mahal untuk skrining massal; Dimensi efikasi diri sering dikritik.	Kurang menangkap aspek sikap (sinisme); Fokus fisik dominan.	Validitas konstruk kadang bervariasi di beberapa populasi.

Sintesis Validitas Psikometrik: "Standar Emas" vs. Alternatif Modern

MBI-SS secara historis dianggap sebagai "standar emas" dalam penelitian burnout. Keunggulan utamanya terletak pada struktur tiga faktornya yang kokoh dan konsistensi internal yang tinggi (Cronbach's $\alpha > 0.80$ di berbagai studi).^{8,9} Namun, kritik utama terhadap MBI-SS adalah ketergantungan pada kata-kata (phrasing) item yang searah, yang rentan terhadap bias persetujuan. Selain itu, dimensi Professional Efficacy sering dianggap memiliki korelasi yang lemah dengan dua dimensi lainnya, sehingga beberapa peneliti menganggapnya sebagai konsekuensi burnout alih-alih komponen inti.¹

Sebagai respons terhadap keterbatasan MBI, CBI-S dan OLBI-S menawarkan pendekatan berbeda. CBI-S dikembangkan dengan premis bahwa kelelahan (*fatigue/exhaustion*) adalah fenomena inti burnout.¹⁰ Studi validasi di Portugal dan Brazil menunjukkan CBI-S memiliki reliabilitas yang sangat baik dan struktur faktor yang stabil pada mahasiswa.⁶ Sementara itu, OLBI-S unggul dalam metodologi penyusunan item yang seimbang (positif dan negatif), yang secara psikometrik lebih superior dalam meminimalkan bias respons mahasiswa yang mungkin menjawab "setuju" secara otomatis.¹¹

Implikasi Praktis: Biaya dan Feasibilitas di Institusi Pendidikan

Faktor penentu utama dalam pemilihan instrumen di negara berkembang seperti Indonesia sering kali adalah biaya. MBI-SS dilindungi hak cipta ketat oleh penerbit (Mind Garden), yang mengharuskan pembayaran lisensi per penggunaan. Hal ini menjadi hambatan signifikan untuk program screening massal rutin yang melibatkan ratusan mahasiswa setiap semester.

Sebaliknya, CBI-S dan OLBI-S tersedia di domain publik (*open access*). Hal ini menjadikan keduanya pilihan yang jauh lebih *feasible* (layak laksana) untuk institusi pendidikan dengan sumber daya terbatas namun ingin menerapkan pemantauan kesehatan mental berkelanjutan. Selain itu, CBI-S dengan bahasa yang lebih sederhana mengenai "kelelahan" sering kali lebih dapat diterima (*acceptable*) oleh mahasiswa yang mungkin merasa stigmatisasi dengan istilah psikologis yang berat.

KESIMPULAN

Burnout pada mahasiswa kedokteran memerlukan intervensi dini yang didasari oleh deteksi yang akurat. Meskipun MBI-SS tetap menjadi pilihan utama untuk penelitian yang memerlukan komparabilitas data internasional, kendala biaya membatasi penggunaannya untuk skrining rutin.

Rekomendasi: Untuk keperluan pemantauan berkala (*surveillance*) kesejahteraan mahasiswa di institusi pendidikan kedokteran di Indonesia, CBI-S dan OLBI-S direkomendasikan sebagai instrumen pilihan. Keduanya menawarkan keseimbangan optimal antara validitas psikometrik yang

memadai dan efisiensi biaya. Penggunaan instrumen ini harus diintegrasikan ke dalam sistem layanan dukungan kesehatan mental kampus yang komprehensif.

Deklarasi Konflik Kepentingan

Penulis menyatakan tidak terdapat konflik kepentingan finansial maupun non-finansial dalam penulisan tinjauan pustaka ini.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Departemen Ilmu Kedokteran Jiwa FK-KMK UGM atas dukungan literatur yang diberikan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Maslach C, Leiter MP. Understanding the burnout experience: recent research and its implications for psychiatry. *World Psychiatry*. 2016;15(2):103-111.
2. Frajeran A, Morvan Y, Krebs MO, Gorwood P, Chaumette B. Burnout in medical students before residency: A systematic review and meta-analysis. *Eur Psychiatry*. 2019;55:36-42.
3. Dyrbye LN, Thomas MR, Massie FS, Power DV, Eacker A, Harper W, et al. Burnout and suicidal ideation among U.S. medical students. *Ann Intern Med*. 2008;149(5):334-341.
4. Dyrbye LN, West CP, Satele D, Boone S, Tan L, Sloan J, et al. Burnout among U.S. medical students, residents, and early career physicians relative to the general U.S. population. *Acad Med*. 2014;89(3):443-451.
5. WHO. Screening programmes: a short guide. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe; 2020.
6. Campos JA, Carlotto MS, Marôco J. Copenhagen Burnout Inventory-Student Version: adaptation and transcultural validation for Portugal and Brazil. *Psicol Refleks Crit*. 2013;26(1):87-97.
7. Demerouti E, Bakker AB, Vardakou I, Kantas A. The convergent validity of two burnout instruments: A multitrait-multimethod analysis. *Eur J Psychol Assess*. 2003;19(1):12-23.
8. Wickramasinghe ND, Dissanayake DS, Abeywardena GS. Clinical validity and diagnostic accuracy of the Maslach Burnout Inventory-Student Survey in Sri Lanka. *Health Qual Life Outcomes*. 2018;16(1):1-9.
9. Shi Y, Gugiu PC, Crowe RP, Way DP. A Rasch Analysis Validation of the Maslach Burnout Inventory-Student Survey with Preclinical Medical Students. *Teach Learn Med*. 2019;31(2):154-169.
10. Kristensen TS, Borritz M, Villadsen E, Christensen KB. The Copenhagen Burnout Inventory: A validation study. *Work & Stress*. 2005;19(2):192-207.
11. Reis D, Xanthopoulou D, Tsaousis I. Validation of the Oldenburg Burnout Inventory in a representative sample of Greek employees. *Anxiety Stress Coping*. 2015;28(4):442-460.
12. Erschens R, Keifenheim KE, Herrmann-Werner A, Loda T, Schwille-Kiuntke J, Bugaj TJ, et al. Professional burnout among medical students: Systematic literature review and meta-analysis. *Med Teach*. 2019;41(2):172-183.

13. Rotenstein LS, Torre M, Ramos MA, Rosales RC, Guille C, Sen S, et al. Prevalence of Burnout Among Physicians: A Systematic Review. *JAMA*. 2018;320(11):1131–1150.
14. Schaufeli WB, Martinez IM, Pinto AM, Salanova M, Bakker AB. Burnout and engagement in university students: A cross-national study. *J Cross Cult Psychol*. 2002;33(5):464-481.
15. UU Republik Indonesia. Undang-Undang Republik Indonesia No 20 Tahun 2013 tentang Pendidikan Kedokteran. Lembaran Negara RI Tahun 2013, No 132. Jakarta: Sekretariat Negara; 2013.