



**PENGARUH *SELF-DIRECTED LEARNING READINESS* (SDLR) TERHADAP  
KEJADIAN *BURNOUT* AKADEMIK PADA MAHASISWA PSKPS  
DI FAKULTAS KEDOKTERAN UPNVJ TAHUN 2025**

**SKRIPSI**

**TIARA AMANDA BUDIMAN**

**NRP 2210211195**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA**

**FAKULTAS KEDOKTERAN**

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN PROGRAM SARJANA**

**2025**



**PENGARUH *SELF-DIRECTED LEARNING READINESS* (SDLR) TERHADAP  
KEJADIAN *BURNOUT* AKADEMIK PADA MAHASISWA PSKPS  
DI FAKULTAS KEDOKTERAN UPNVJ TAHUN 2025**

**SKRIPSI**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana Kedokteran**

**TIARA AMANDA BUDIMAN  
2210211195**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA FAKULTAS  
KEDOKTERAN  
PROGRAM STUDI KEDOKTERAN PROGRAM SARJANA 2025**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar

Nama : Tiara Amanda Budiman

NRP : 2210211195

Tanggal : 12 Januari 2026

Bilamana Kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 12 Januari 2026

Yang Menyatakan,



Tiara Amanda Budiman

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

---

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Tiara Amanda Budiman  
NRP : 2210211195  
Fakultas : Kedokteran  
Program Studi : Kedokteran Umum

Demi pengembangan ilmu pengetahuan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul : **“Pengaruh *Self-Directed Learning Readiness (SDLR)* Terhadap Kejadian *Burnout* Akademik Pada Mahasiswa PSKPS Di Fakultas Kedokteran UPNVJ Tahun 2025 ”**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 12 Januari 2026

Yang menyatakan,



Tiara Amanda Budiman

## LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi Diajukan Oleh :

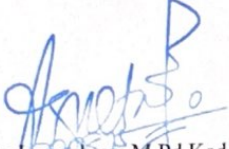
Nama : Tiara Amanda Budiman

NIM : 2210211195

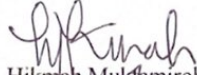
Program Studi : Kedokteran Program Sarjana

Judul Skripsi : Pengaruh *Self-Directed Learning Readiness (SDLR)* Terhadap Kejadian *Burnout* Akademik Pada Mahasiswa PSKPS Di Fakultas Kedokteran UPNVJ Tahun 2025

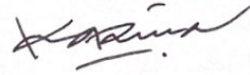
Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran pada Program Studi Kedokteran Program Sarjana, Fakultas Kedokteran, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.

  
dr. Agneta Irmarahayu, M.Pd.Ked.  
Sp. KKL, Subsp. FOMC  
NIP. 197508222021212007

**Penguji**

  
dr. Hikmah Muklamiroh, M.Med.Ed  
Sp. KKL, Subsp. COPC.  
NIP. 196809282021212003.

**Pembimbing 1**

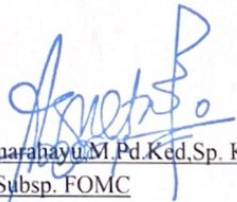
  
Dr. dr. Karina, Sp.BP-RE  
Subsp. EL (K)  
NIP. 2010901123

**Pembimbing 2**



Dr. dr. Taufiq Fredrik Pasiak, M.Kes., M.Pd.I  
NIP. 19700129200031001

**Dekan Fakultas Kedokteran**

  
dr. Agneta Irmarahayu, M.Pd.Ked, Sp. KKL  
Subsp. FOMC  
NIP. 197508222021212007

**Ketua Program Studi Kedokteran  
Program Sarjana**

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 4 Desember 2025

# **PENGARUH *SELF-DIRECTED LEARNING READINESS* TERHADAP KEJADIAN *BURNOUT* AKADEMIK PADA MAHASISWA PSKPS FAKULTAS KEDOKTERAN UPNVJ TAHUN 2025**

**Tiara Amanda Budiman**

## **Abstrak**

*Burnout* pada mahasiswa kedokteran merupakan permasalahan global yang dapat memengaruhi fungsi kognitif, kesejahteraan emosional, serta sikap profesional mahasiswa, bahkan meningkatkan risiko putus studi. *Burnout* dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik internal maupun eksternal. Salah satu faktor internal yang berkaitan dengan proses pembelajaran adalah kesiapan belajar mandiri (*self-directed learning readiness*/SDLR), yang mencerminkan kemampuan mahasiswa dalam mengelola dan mengarahkan proses belajar secara mandiri. Perbedaan hasil penelitian sebelumnya mengenai hubungan SDLR dengan *burnout*, serta tingginya tuntutan akademik dalam pendidikan kedokteran, melatarbelakangi dilakukannya penelitian ini. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara SDLR dengan *burnout* pada mahasiswa kedokteran. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif analitik observasional dengan pendekatan potong lintang. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik *stratified random sampling* terhadap 106 mahasiswa Program Studi Kedokteran Program Sarjana Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta angkatan 2022–2025. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner *Self-Directed Learning Readiness Scale* (SDLRS) dan *Maslach Burnout Inventory–Student Survey* (MBI-SS). Analisis data dilakukan menggunakan uji korelasi Spearman. Hasil penelitian menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara SDLR dan *burnout* ( $p=0,983$ ) dengan arah korelasi negatif yang sangat lemah. Hasil ini menunjukkan bahwa SDLR bukan merupakan faktor utama yang memengaruhi *burnout* pada mahasiswa kedokteran, sehingga faktor lain seperti karakteristik individu, beban akademik, dan dukungan sosial memiliki peran yang lebih besar terhadap terjadinya *burnout*.

**Kata kunci : *Burnout*, Kesiapan belajar mandiri, Mahasiswa Kedokteran.**

# THE CORRELATION BETWEEN SELF-DIRECTED LEARNING READINESS AND ACADEMIC BURNOUT AMONG UPNVJ PRE-CLINICAL STUDENTS IN 2025

**Tiara Amanda Budiman**

## *Abstract*

*Burnout among medical students is a global concern that can adversely affect cognitive function, emotional well-being, professional attitudes, and increase the risk of academic attrition. Burnout is influenced by various internal and external factors. One internal factor related to the learning process is self-directed learning readiness (SDLR), which reflects students' ability to manage and direct their own learning independently. Inconsistencies in previous research findings regarding the relationship between SDLR and burnout, along with the high academic demands in medical education, underlie the importance of this study. This study aimed to analyze the relationship between SDLR and burnout among medical students. This study employed an observational analytic descriptive design with a cross-sectional approach. The sample was selected using stratified random sampling involving 106 undergraduate medical students from the Faculty of Medicine, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, cohorts 2022–2025. Data were collected using the Self-Directed Learning Readiness Scale (SDLRS) and the Maslach Burnout Inventory–Student Survey (MBI-SS). Data analysis was performed using the Spearman correlation test. The results showed no significant relationship between SDLR and burnout ( $p = 0.983$ ), with a very weak negative correlation. These findings indicate that SDLR is not a primary factor influencing burnout among medical students, suggesting that other factors such as individual characteristics, academic workload, and social support may play a more substantial role in the occurrence of burnout.*

**Keyword : Burnout, Preclinical Stage, Self-Directed Learning Readiness.**

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulisan skripsi yang berjudul “Pengaruh *Self-Directed Learning Readiness (SDLR)* Terhadap Kejadian *Burnout* Akademik Pada Mahasiswa PSKPS FK UPNVJ Tahun 2025” dapat diselesaikan.

Penulisan penelitian ini sebagai salah satu syarat untuk mahasiswa tingkat akhir mendapatkan gelar Sarjana Kedokteran pada program S1 Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.

Penelitian ini dapat disusun dan diselesaikan tidak terlepas dari bantuan, banyak pihak, oleh karena itu penulis ingin berterima kasih kepada:

1. Dr. dr. H. Taufiq Fredrik Pasiak, M.Kes, M.Pd.I selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.
2. dr. Agneta Irmarahayu, M.Pd.Ked, Sp. KKLP Subsp. FOMC selaku Ketua Program Studi Kedokteran Program Sarjana Fakultas Kedokteran UPN “Veteran” Jakarta sekaligus penguji skripsi saya yang senantiasa telah meluangkan waktu untuk membimbing dan memberikan banyak saran dalam penyusunan skripsi.
3. dr. Hikmah Muktamiroh, M.Med.Ed, Sp. KKLP Subsp. COPC selaku dosen pembimbing 1 saya yang telah bersedia membimbing, meluangkan waktu, tenaga, serta memberikan dukungan kepada penulis selama penyusunan skripsi.

4. Dr.dr Karina, Sp.BP-RE, Subsp. EL (K) selaku dosen pembimbing 2 saya yang juga telah bersedia membimbing, meluangkan waktu, tenaga, serta memberikan dukungan kepada penulis selama penyusunan skripsi.
5. Seluruh dosen pengajar dan staf di FK UPN “Veteran” Jakarta yang telah memberikan ilmu dan dukungannya kepada penulis dalam penyusunan skripsi agar dapat bermanfaat bagi penulis dan pembaca.
6. Kedua orang tua saya yang tercinta Irfan Budiman dan Ratna Kustiah, serta kakak saya Anisa Novita B, yang selalu memberikan cinta, doa, dukungan moral maupun material yang tidak pernah terhenti.
7. Teman–teman seperjuangan serta semua pihak yang telah membantu secara langsung ataupun tidak langsung dalam penyelesaian penelitian ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu

Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini terdapat keterbatasan sehingga penelitian ini masih jauh dari kesempurnaan. Semoga penelitian ini dapat bermanfaat.

Jakarta,

Penulis

Tiara Amanda Budiman

## DAFTAR ISI

PERNYATAAN ORISINALITAS .....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	iii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iv
Abstrak .....	v
<i>Abstract</i> .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI .....	ix
DAFTAR TABEL .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiii
DAFTAR SINGKATAN .....	xiv
DAFTAR BAGAN .....	xv
BAB 1 .....	1
PENDAHULUAN .....	1
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	3
1.3 Tujuan Penelitian .....	3
1.3.1 Tujuan Umum .....	3
1.3.2 Tujuan Khusus .....	3
1.4 Manfaat Penelitian .....	4
1.4.1 Manfaat Teoritis .....	4
1.4.2 Manfaat Praktis .....	4
1.5 Ruang Lingkup Penelitian .....	6
BAB 2 .....	8
TINJAUAN PUSTAKA .....	8
2.1 <i>Self-Directed Learning Readiness (SDLR)</i> .....	8
2.1.1 Pengertian <i>Self-Directed Learning Readiness (SDLR)</i> .....	8
2.1.2 Prinsip <i>Self-Directed Learning Readiness (SDLR)</i> .....	9
2.1.3 Dimensi <i>Self-Directed Learning Readiness (SDLR)</i> .....	9
2.1.4 Manfaat <i>Self-Directed Learning Readiness (SDLR)</i> .....	10
2.1.5 Faktor-Faktor Yang Memengaruhi <i>SDLR</i> .....	11
2.1.6 <i>SDLR</i> Pada Mahasiswa Kedokteran .....	11
2.2 <i>Burnout</i> Akademik .....	12

2.2.1 Pengertian <i>Burnout</i> Akademik.....	12
2.2.2 Epidemiologi <i>Burnout</i> .....	14
2.2.3 Dimensi <i>Burnout</i> Akademik .....	16
2.2.4 Gejala Klinis <i>Burnout</i> .....	17
2.2.5 Fase <i>Burnout</i> Akademik .....	17
2.2.6 Faktor-Faktor Penyebab <i>Burnout</i> Akademik.....	19
2.2.7 <i>Burnout</i> Akademik Pada Mahasiswa Kedokteran .....	20
2.3 Hubungan SDLR Terhadap <i>Burnout</i> Akademik Pada Mahasiswa Kedokteran .....	22
2.4 Penelitian Terkait.....	24
2.5 Kerangka Teori .....	25
2.6 Kerangka Konsep.....	26
2.7 Hipotesis .....	26
BAB 3 .....	27
METODE PENELITIAN.....	27
3.1 Jenis Penelitian.....	27
3.2 Waktu dan Tempat Penelitian.....	27
3.3 Subjek Penelitian .....	28
3.3.1 Populasi.....	28
3.3.2 Sampel.....	28
3.3.3 Kriteria Sampel .....	28
3.4 Sampel Penelitian.....	29
3.4.1 Perhitungan Besar Sampel .....	29
3.4.2 Teknik Sampling.....	30
3.5 Identifikasi Variabel Penelitian.....	32
3.5.1 Variabel Independen .....	32
3.5.2 Variabel Dependen.....	33
3.6 Definisi Operasional .....	34
3.7 Instrumen Penelitian .....	35
3.7.1 Formulir Persetujuan Responden.....	36
3.7.2 Kuesioner Biodata Responden.....	36
3.7.3 Alat Pengumpulan Data .....	36
3.8 Protokol Penelitian.....	39
3.9 Analisis Data.....	41
3.9.1 Analisis Univariat .....	41
3.9.2 Analisis Bivariat.....	42
BAB 4 .....	43
HASIL DAN PEMBAHASAN .....	43
4.1 Hasil Penelitian .....	43

4.1.1 Karakteristik Responden .....	43
4.1.2 Analisis Univariat .....	45
4.1.3 Analisis Bivariat.....	51
4.2 Pembahasan.....	53
4.2.1 <i>Self-Directed Learning Readiness (SDLR)</i> .....	53
4.2.2 <i>Burnout</i> .....	56
4.2.2 Korelasi Self-Directed Learning Readiness dengan Burnout .....	59
4.3 Keterbatasan Penelitian.....	63
BAB 5 .....	65
PENUTUP .....	65
5.1 Kesimpulan .....	65
5.2 Saran .....	66
DAFTAR PUSTAKA .....	70
LAMPIRAN.....	80

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Penelitian Terkait.....	24
Tabel 2. Jumlah Mahasiswa FK UPNVJ .....	31
Tabel 3. Perhitungan Sampel .....	32
Tabel 4. Definisi Operasional .....	34
Tabel 5. Skala Kuesioner MBI-SS.....	37
Tabel 6. Skala Kuesioner SDLRS.....	38
Tabel 7. Jumlah Responden Berdasarkan Angkatan.....	43
Tabel 8. Jumlah Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....	44
Tabel 9. Prevalensi SDLR Responden.....	45
Tabel 10. Gambaran Tingkat <i>Self-Directed Learning Readiness</i> .....	47
Tabel 11. Prevalensi Burnout Akademik Responden .....	48
Tabel 12. Gambaran Tingkat <i>Burnout</i> Akademik.....	50
Tabel 13. Uji Normalitas.....	52
Tabel 14. Hubungan Antara <i>Burnout</i> Akademik dengan SDLR .....	52
Tabel 15. Uji Korelasi SDLR dengan <i>Burnout</i> .....	53

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Riwayat Hidup Penulis
- Lampiran 2 Surat Persetujuan Etik Penelitian
- Lampiran 3 Penjelasan Sebelum Penelitian
- Lampiran 4 Persetujuan Setelah Penjelasan
- Lampiran 5 Kuesioner *Burnout*
- Lampiran 6 Kuesioner *Self-Directed Learning Readiness*
- Lampiran 7 Hasil Data Uji Univariat
- Lampiran 8 Hasil Uji Normalitas Data
- Lampiran 9 Hasil Data Uji Bivariat
- Lampiran 10 Hasil Uji Turnitin
- Lampiran 11 Surat Keterangan Lulus Uji Plagiasi

## DAFTAR SINGKATAN

- SDLR : *Self-Directed Learning Readiness*
- SDLRS : *Self-Directed Learning Readiness Scale*
- MBI-SS : *Maslach Burnout Inventory-Student Survey*
- OLBI : *Oldenburg Burnout Inventory*

## DAFTAR BAGAN

Bagan 1. Kerangka Teori Penelitian .....	25
Bagan 2. Kerangka Konsep Penelitian.....	26
Bagan 3. Protokol Penelitian.....	39