

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN *ACADEMIC
BURNOUT* PADA MAHASISWA PROFESI NERS
DI KOTA BANDUNG**

SKRIPSI



Oleh :

**NAJMA TAZKIYAH TSAKIB
NIM.302021006**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH BANDUNG
2025**

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN *ACADEMIC
BURNOUT* PADA MAHASISWA PROFESI NERS
DI KOTA BANDUNG**

SKRIPSI

*Diajukan untuk Menyelesaikan Pendidikan Program Studi Sarjana Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Bandung*



Oleh :

**NAJMA TAZKIYAH TSAKIB
NIM.302021006**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH BANDUNG
2025**

LEMBAR PERSETUJUAN


NAJMA TAZKIYAH TSAKIB
NIM. 302021006

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN *ACADEMIC*
***BURNOUT* PADA MAHASISWA PROFESI NERS**
DI KOTA BANDUNG

Skripsi Ini Telah Disetujui Untuk Dipertahankan
Pada Ujian Sidang Skripsi
Tanggal 10 Juli 2025

Oleh:

Pembimbing Utama



Sajodin, S.Kep.,M.Kes.,AIFO
NPP. 2014280373049

Pembimbing Pendamping



Endah Yuliany Rahmawati, S.Kep., Ners.,M.Kep
NPP. 2023110793141

LEMBAR PENGESAHAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa skripsi yang berjudul :

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN *ACADEMIC BURNOUT* PADA MAHASISWA PROFESI NERS DI KOTA BANDUNG

Disusun oleh:

Najma Tazkiyah Tsakib
302021006

Telah disetujui dan dipertahankan dihadapan Tim Penguji Sidang Skripsi
Program Studi Sarjana Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Bandung
dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Bandung, 08 Agustus 2025

Penguji I



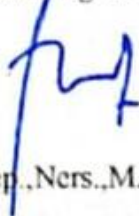
Dewi Mustikaningsih, S.Kep.,Ners,M.Kep

Penguji II



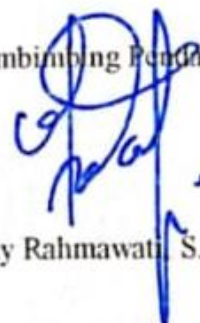
Ariani Fatmawati, S.Kep.,Ners,M.Kep, Sp.Kep Mat

Pembimbing Utama



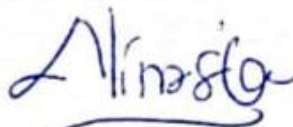
Sajodin, S.Kep.,Ners.,M.Kes., AIFO

Pembimbing Pendamping



Endah Yuliany Rahmawati, S.Kep.,Ners.,M.Kep

Diketahui oleh
Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan



Nina Gartika, S.Kp.,M.Kep

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Mahasiswa : Najma Tazkiyah Tsakib

NIM : 302021006

Program Studi : Sarjana Keperawatan

Dengan ini menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiarisme atau penjiplakan/pengambilan karangan, pendapat atau karya orang lain dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul:

“HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN *ACADEMIC BURNOUT* PADA MAHASISWA PROFESI NERS DI KOTA BANDUNG”

Apabila suatu saat nanti saya terbukti melakukan plagiarisme, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi ini.

Demikianlah surat pernyataan ini saya buat dengan kesadaran sendiri dan tidak atas tekanan ataupun paksaan dari pihak manapun demi menegakkan integritas akademik di institusi ini.

Bandung, 08 Agustus 2025

Yang membuat pernyataan,



Najma Tazkiyah Tsakib

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya”

(QS. Al-Baqarah : 286)

“Tidak semua hal berjalan sesuai harapan, tapi menerima takdir, menjalaninya, dan mensyukurinya adalah bentuk kekuatan”

“Bila esok nanti kau sudah lebih baik, jangan lupakan masa-masa sulitmu.
Ceritakan kembali pada dunia, caramu merubah peluh jadi senyuman”

(Andmesh Kamaleng)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini penulis persembahkan untuk :

1. Cinta pertama dan panutanku, Alm. Abi Dadan Wardana, serta Umi Yuni dan Ayah Hendra tercinta, yang dengan tulus memberikan cinta, doa, dan pengorbanan di setiap langkah hidup penulis. Terima kasih atas kasih sayang yang tak pernah surut dan keyakinan yang selalu kalian tanamkan, bahkan ketika penulis meragukan diri sendiri.
2. Mamah Euis dan Abah Endang, yang senantiasa memberikan doa, perhatian, dan semangat. Kehadiran kalian menjadi sumber ketenangan dan kekuatan dalam menyelesaikan perjalanan ini.
3. Adnin dan Dede Al, adik-adik tercinta yang selalu memberi semangat melalui canda tawa dan dukungan sederhana. Juga untuk Zahra, sepupu tersayang yang telah menjadi bagian penting dalam hidup penulis, terima kasih atas kebersamaan dan perhatian yang tulus.
4. Kia, Old Money Gengs, dan N2PS, sahabat-sahabat terbaik yang telah setia menemani dalam suka dan duka. Terima kasih telah menjadi tempat berbagi cerita, semangat, dan tawa, yang membuat langkah ini terasa lebih ringan dan bermakna.
5. Terakhir, untuk diriku sendiri. Terima kasih telah berjuang dan bertahan melewati setiap proses hingga tahap ini. Terima kasih sudah kuat meski sering lelah, sudah bangkit meski sempat terjatuh. I'm so proud of you!.

KATA PENGANTAR



Puji syukur marilah kita panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan berkat dan rahmatnya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Hubungan Aktivitas Fisik dengan *Academic burnout* Pada Mahasiswa Ners di Kota Bandung”. Tujuan penulisan skripsi ini adalah sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Pendidikan Program Studi Sarjana Keperawatan di Universitas ‘Aisyiyah Bandung. Penulis mengucapkan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada berbagai pihak yang telah memberikan dukungan, bimbingan, serta doa selama proses penyusunan skripsi ini. Penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Tia Setiawati, S.Kp.,M.Kep.,Sp.Kep.An, selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Bandung.
2. Prof. Dr. Sitti Syabariyah, S.Kp.,M.Biomed selaku Wakil Rektor I Universitas ‘Aisyiyah Bandung selaku pembimbing akademik
3. Nandang Jamiat Nugraha, S.Kp.,M.Kep.,Sp.Kep.Kom selaku Wakil Retor II Universitas ‘Aisyiyah Bandung
4. Dr. Ami Kamila, S.ST.,M.Kes, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan di Universitas ‘Aisyiyah Bandung.
5. Anggriyana Tri Widiyanti, S.Kep.,Ners.,M.Kep.,Sp.Kep.MB selaku Wakil Dekan I Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Bandung
6. Hendra Gunawan, S.Pd.,M.K.M selaku Wakil Dekan II Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Bandung
7. Nina Gartika, S.Kp.,M.Kep. selaku Ketua Program Studi Fakultas Ilmu Kesehatan di Universitas ‘Aisyiyah Bandung.
8. Eli Lusiani, S.Kep.,Ners.,M.Kep selaku Sekretaris Program Studi Sarjana Keperawatan dan Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Bandung

9. Sajodin, S.Kep.,Ners.,M.Kes., AIFO, selaku dosen pembimbing utama yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikirannya dalam membimbing serta memberikan masukan dan dukungan selama proses penyusunan skripsi ini.
10. Endah Yuliany Rahmawati, S.Kep.,Ners.,M.Kep, selaku dosen pembimbing pendamping yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikirannya dalam membimbing serta memberikan masukan dan dukungan selama proses penyusunan skripsi ini.
11. Reyni Purnama Raya, S.KM.,M.Epid.,Ph.D selaku koordinator skripsi
12. Seluruh staf dan dosen Universitas ‘Aisyiyah Bandung yang telah memberikan ilmu yang sangat bermanfaat selama masa studi.
13. Seluruh rekan seangkatan Prodi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Bandung yang telah menjadi bagian dari perjalanan ini dan terus berjuang hingga sekarang.

Semoga Allah SWT membalas segala kebaikan dan dukungan yang telah diberikan oleh semua pihak. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki kekurangan, sehingga saran dan kritik yang membangun sangat diharapkan agar dapat menjadi bahan perbaikan. Semoga masukan yang diberikan dapat menjadi motivasi bagi penulis untuk menyusun penelitian yang lebih baik ke depannya.

Bandung, 10 Juli 2025

Najma Tazkiyah Tsakib

ABSTRAK

Najma Tazkiyah Tsakib
302021006

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN *ACADEMIC BURNOUT* PADA MAHASISWA PROFESI NERS DI KOTA BANDUNG

V;2025 132 halaman; 6 tabel; 1 bagan; 11 lampiran

Burnout akademik tidak hanya terjadi pada tenaga kerja, tetapi juga sering dialami oleh mahasiswa profesi. Mahasiswa profesi Ners menjalani praktik klinik dengan tekanan fisik dan emosional yang tinggi, sehingga mereka rentan mengalami *academic burnout*. Kondisi ini dapat mengganggu kesehatan mental dan menurunkan kualitas pelayanan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara aktivitas fisik dengan *academic burnout* pada mahasiswa profesi Ners di Kota Bandung. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan metode pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *stratified random sampling*, dengan jumlah sampel sebanyak 201 responden. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner aktivitas fisik GPAQ dan kuesioner *burnout* MBI. Hasil analisis univariat menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki tingkat aktivitas fisik tinggi (43,3%) dan tingkat *burnout* akademik yang tinggi (75,1%). Pada dimensi *burnout*, sebagian besar responden mengalami kelelahan emosional tingkat tinggi (54,2%), depersonalisasi tinggi (45,4%), dan pencapaian prestasi diri tingkat tinggi (50,7%). Hasil analisis bivariat menggunakan uji *Kendall's Tau-b* menunjukkan nilai p value 0,017 dan arah hubungan negatif -0,157. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara aktivitas fisik dengan *academic burnout* pada mahasiswa profesi Ners di Kota Bandung. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi institusi pendidikan dalam pengembangan program promotif yang mendukung kesejahteraan mahasiswa serta sebagai dasar bagi penelitian selanjutnya.

Kata kunci : *Academic burnout*, Aktivitas Fisik, Mahasiswa Profesi Ners
Kepustakaan : 56 buah (2019-2025)

ABSTRACT

Najma Tazkiyah Tsakib
302021006

THE RELATIONSHIP BETWEEN PHYSICAL ACTIVITY AND ACADEMIC BURNOUT AMONG PROFESSIONAL NURSING STUDENTS IN BANDUNG CITY

V;2025 134 pages; 6 tables; 1 chart; 11 appendices

Academic burnout is not only experienced by workers but also commonly occurs among professional students. Nursing professional students, who undergo clinical practice under high physical and emotional stress, are particularly vulnerable to academic burnout. This condition can impact their mental health and reduce the quality of care they provide. This study aims to examine the relationship between physical activity and academic burnout among nursing professional students in Bandung City. This quantitative study used a cross-sectional approach, with a stratified random sampling technique involving 201 respondents. Data were collected using the GPAQ for physical activity and the MBI for academic burnout. Univariate analysis showed that most students had high levels of physical activity (43.3%) and high academic burnout (75.1%). In terms of burnout dimensions, 54.2% of respondents experienced high emotional exhaustion, 45.4% high depersonalization, and 50.7% high personal accomplishment. Bivariate analysis using Kendall's Tau-b showed a p-value of 0.017 and a negative correlation of -0.157. Therefore, it can be concluded that there is a significant negative relationship between physical activity and academic burnout. This study is expected to serve as a reference for educational institutions in developing promotive programs that support student well-being and to provide a basis for further research.

Keywords: *Academic burnout, Physical activity, Professional nursing students.*

References : *56 sources (2019-2025)*

**SURAT PERNYATAAN
KESEDIAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH**

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama : Najma Tazkiyah Tsakib

NIM : 302021006

Program Studi : Sarjana Keperawatan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, saya menyetujui untuk memberikan kepada Universitas 'Aisyiyah Bandung Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non- exclusive Royalty-Free Right) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

Hubungan Aktivitas Fisik Dengan *Academic Burnout* Mahasiswa Profesi Ners di Kota Bandung

Hak bebas Royalti Noneksklusif ini, Universitas 'Aisyiyah Bandung berhak menyimpan, mengalihkan dalam bentuk media lain, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/ pencipta.

Demikian pernyataan ini saya buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bandung, 08 Agustus 2025

Yang Menyatakan,



Najma Tazkiyah Tsakib

Mengetahui,

Tim Pembimbing

Nama

Tanda Tangan

1. Sajodin, S.Kep.,Ners.,M.Kes., AIFO



2. Endah Yuliany Rahmawati, S.Kep.,Ners.,M.Kep



DAFTAR ISI

| | |
|--|-------------------------------------|
| LEMBAR PERSETUJUAN | i |
| LEMBAR PENGESAHAN | ii |
| SURAT PERNYATAAN | iii |
| MOTTO DAN PERSEMBAHAN..... | iv |
| KATA PENGANTAR..... | v |
| ABSTRAK | vii |
| SURAT PERNYATAAN | ix |
| DAFTAR ISI..... | x |
| DAFTAR TABEL..... | xii |
| DAFTAR BAGAN..... | xiii |
| DAFTAR LAMPIRAN | xiv |
| BAB I PENDAHULUAN..... | Error! Bookmark not defined. |
| A. Latar Belakang | Error! Bookmark not defined. |
| B. Rumusan Masalah..... | Error! Bookmark not defined. |
| C. Tujuan Penelitian | Error! Bookmark not defined. |
| D. Manfaat Penelitian | Error! Bookmark not defined. |
| E. Sistematika Penulisan | Error! Bookmark not defined. |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA..... | Error! Bookmark not defined. |
| A. Landasan Teoritis..... | Error! Bookmark not defined. |
| B. Hasil Penelitian Yang Relevan | Error! Bookmark not defined. |
| C. Kerangka Pemikiran..... | Error! Bookmark not defined. |
| D. Hipotesis | Error! Bookmark not defined. |
| BAB III METODE PENELITIAN | Error! Bookmark not defined. |
| A. Metode Penelitian | Error! Bookmark not defined. |
| B. Variabel Penelitian..... | Error! Bookmark not defined. |
| C. Definisi Konseptual dan Operasional | Error! Bookmark not defined. |
| D. Tempat dan Waktu Penelitian | Error! Bookmark not defined. |
| E. Populasi dan Sampel..... | Error! Bookmark not defined. |
| F. Instrumen Penelitian | Error! Bookmark not defined. |
| G. Teknik Pengumpulan Data..... | Error! Bookmark not defined. |

| | | |
|---|---|-------------------------------------|
| H. | Teknik Pengolahan dan Analisis Data | Error! Bookmark not defined. |
| I. | Prosedur Penelitian | Error! Bookmark not defined. |
| J. | Etika Penelitian | Error! Bookmark not defined. |
| BAB IV HASIL PENELITIAN..... | | Error! Bookmark not defined. |
| A. | Gambaran Umum Lokasi Penelitian | Error! Bookmark not defined. |
| B. | Hasil Penelitian | Error! Bookmark not defined. |
| C. | Pembahasan..... | Error! Bookmark not defined. |
| D. | Keterbatasan Penelitian..... | Error! Bookmark not defined. |
| BAB V KESIMPULAN DAN SARAN | | Error! Bookmark not defined. |
| A. | Kesimpulan | Error! Bookmark not defined. |
| B. | Saran | Error! Bookmark not defined. |
| DAFTAR PUSTAKA | | 71 |
| LAMPIRAN..... | | Error! Bookmark not defined. |

DAFTAR TABEL

| | |
|--|-------------------------------------|
| Tabel 2. 1 Hasil Penelitian Relevan | Error! Bookmark not defined. |
| Tabel 3. 1 Definisi Operasional | Error! Bookmark not defined. |
| Tabel 4. 1 Karakteristik Responden | Error! Bookmark not defined. |
| Tabel 4. 2 Kategori Aktivitas Fisik | Error! Bookmark not defined. |
| Tabel 4. 3 Distribusi <i>Academic burnout</i> | Error! Bookmark not defined. |
| Tabel 4. 4 Analisis Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Total <i>Academic burnout</i> | Error! Bookmark not defined. |

DAFTAR BAGAN

Bagan 1 Kerangka Pemikiran.....**Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar Permohonan Menjadi Responden **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 2 Lembar Informasi Penelitian **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 3 Surat Izin Penelitian..... **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 4 Surat Balasan Penelitian **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 5 Persetujuan Etik Penelitian **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 6 Permohonan Izin Menggunakan Kuesioner **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 7 Kuesioner Penelitian..... **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 8 Lembar Bimbingan Proposal **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 9 Persetujuan Hasil Revisi Sidang Akhir **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 10 Persetujuan Pengumpulan Skripsi ... **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 11 Daftar Riwayat Hidup..... **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 12 Hasil Pengolahan Data SPSS..... **Error! Bookmark not defined.**
- Lampiran 13 Manuskrip **Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR PUSTAKA

- Adesty Hawary, S., & Yulistika Utami, R. (2024). Gambaran Burnout Pada Mahasiswa Pendidikan Profesi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. *Jurnal Implementa Husada*, 5. <https://jurnal.umsu.ac.id/index.php/JIH/article/view/20381>
- AIPNI. (2021). *Kurikulum Pendidikan Ners Indonesia Tahun 2021*. www.aipni-ainec.org
- Albajili, J. B., Putri, D. K., & Yovinna, V. (2020). Gambaran tipe Kepribadian Pada Mahasiswa Profesi Ners. *Jurnal Ilmu Keperawatan (Journal of Nursing Sciences)*, 9(2). <https://jurnal.stikes-alinsyirah.ac.id/index.php/keperawatan/>
- Alenezi, A., McAndrew, S., & Fallon, P. (2019). Burning out physical and emotional fatigue: Evaluating the effects of a programme aimed at reducing burnout among mental health nurses. *International Journal of Mental Health Nursing*, 28(5), 1042–1052. <https://doi.org/10.1111/inm.12608>
- Ali, A., Ranjha, A. N., & Bukhari, S. M. H. (2020). Relationship Between Physical Activity and Burnout Among University Faculty in Pakistan. *Journal of Business and Social Review in Emerging Economies*, 6(1), 1–8. <https://doi.org/10.26710/jbsee.v6i1.1021>
- Alkairin, M. R., Aji, A. S., & Afifah, E. (2022). Hubungan Aktifitas Fisik Dengan Status Gizi Mahasiswa Keperawatan Universitas Alma Ata Yogyakarta. *Pontianak Nutrition Journal*, 05(1). <http://ejournal.poltekkes-pontianak.ac.id/index.php/PNJ/index>
- Alnajid, M., Haskas, Y., & Fauziah, L. (2023). Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kepuasan Mahasiswa Profesi Ners Dalam Pelayanan Praktek Klinik. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, 3.
- Amana, D. R., Wilson, W., & Hermawati, E. (2021). Hubungan tingkat aktivitas fisik dengan tingkat depresi pada mahasiswa tahun kedua Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura. *Jurnal Cerebellum*, 6(4), 94. <https://doi.org/10.26418/jc.v6i4.47800>
- Amelia, N., & Slametiningsih. (2021). *Hubungan Tingkat Stres Terhadap Burnout Pada Mahasiswa Program Profesi Ners di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Jakarta tahun akademik 2021-2022*. <https://lib.fikumj.ac.id/index.php?p=fstream-pdf&fid=21040&bid=5779>
- Aqsa, A., & Paskarini, I. (2022). The Indonesian Journal of Health Promotion MPPKI Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia The Relationship Between Lifestyle with Burnout in In-patient Nurse of Mental Health Hospital. *MPPKI*, 5(9). <https://doi.org/10.31934/mppki.v2i3>

- Arlinkasari, F., & Akmal, S. Z. (2017). *Hubungan antara School Engagement, Academic Self-Efficacy dan Academic Burnout pada Mahasiswa*.
<https://doi.org/https://doi.org/10.28932/humanitas.v1i2.418>
- Arroisi, J., & Afifah, H. (2022). Sindrom Burnout Persfektif Herbert J. Freudenberger. *Cakrawala – Repositori IMWI*, 05(02).
<https://cakrawala.imwi.ac.id/index.php/cakrawala/article/view/114>
- Aryantara, A. R., Levani, Y., Prahasanti, K., & Yulinasari, N. (2023). *Hubungan Intensitas Aktivitas Fisik dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surabaya*. 5(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.26714/medart.5.2.2023.37-43>
- Aufar, F. N., Purwandari, R., & Kurniawan, D. E. (2021). Clinical Learning Environment in Hospitals: Assessment of Nursing Students. *Journal of Nursing Science Update (JNSU)*, 9(1), 46–54.
<https://doi.org/10.21776/ub.jik.2021.009.01.6>
- Berhe, S., & Gebretensaye, T. (2021). Nursing students challenges towards clinical learning environment at the school of nursing and Midwifery in Addis Ababa University. A qualitative study. *International Journal of Africa Nursing Sciences*, 15. <https://doi.org/10.1016/j.ijans.2021.100378>
- Cahyawati, C. I., & Lestari, B. S. (2023). Burnout pada mahasiswa praktikum alat tes psikologi: Bagaimana peranan strategi coping. *INNER: Journal of Psychological Research*, 3(3), 491–498.
<https://aksiologi.org/index.php/inner/article/view/1484>
- Cahyo, D. D., & Maksum, A. (2021). *Dampak Aktivitas Fisik Dalam Mengatasi Stress Siswa Saat Pandemi Covid-19*.
<https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/issue/archive483https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani>
- Carazas, R. R., Cabe, R. B. A., Ancco, V. N. V., Martinez, A. P. E., Casco, R. J. E., Aburto, L. L. G., Quiñones, A. M. V., Montoya, C. M. S., Velarde, M. I. D., & Tataje, F. A. O. (2024). Burnout and Physical Activity as Predictors of Job Satisfaction Among Peruvian Nurses: The Job Demands-Resources Theory. *Journal of Primary Care and Community Health*, 15.
<https://doi.org/10.1177/21501319241256265>
- Damayanti, R. D., Qowi, N. H., & Ubudiyah, M. (2023). *Hubungan Self Efficacy dengan Burnout Syndrome pada Mahasiswa Profesi Ners (The Relationship of Self Efficacy with Burnout Syndrome in Nursing Professional Students)* (Vol. 15, Issue 01). <https://doi.org/https://doi.org/10.>

- Farodisa, A., & Linggardini, K. (2020). *Gambaran Tingkat Stress Mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto Selama Menjalani Praktek Klinik Keperawatan Dasar*.
- Fathur, F. A., Tangkudung, A. W. A., Oktafiranda, N. D., Widyaningsih, H., & Yuliasih. (2024). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kualitas Tidur Warga Remaja di Perumahan Dukuh Pinggir Kelurahan Kebon Melati Kecamatan Tanah Abang. *Jurnal Segar*, *XII*(2), 121–130.
<https://doi.org/https://doi.org/10.21009/segar/1202.05>
- Firdaus, A., Yuliyansari, N., Djalillah, G. N., & Utama, M. R. (2021). Potensi Kejadian Burnout pada Mahasiswa Kedokteran di Masa Pandemi Covid-19. *Hang Tuah Medical Journal*, *18*(2), 114.
<https://doi.org/10.30649/htmj.v18i2.464>
- Firmansyah, D., & Dede. (2022). Teknik Pengambilan Sampel Umum dalam Metodologi Penelitian: Literature Review. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Holistik (JIPH)*, *1*(2), 85–114. <https://doi.org/10.55927>
- Firmawati, Damansyah, H., & Mile, N. (2023). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Stres Mahasiswa Profesi Ners Universitas Muhammadiyah Gorontalo Dalam Menjalani Praktik Profesi. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan Dan Kedokteran*, *1*(2).
<https://ejurnal.politeknipratama.ac.id/index.php/Termometer/article/download/1293/1266/3302>
- Galdino, M. J. Q., de Almeida, L. P. B. M., da Silva, L. F. R., Cremer, E., Scholze, A. R., Martins, J. T., & do Carmo Fernandez Lourenço Haddad, M. (2020). Burnout among nursing students: A mixed method study. *Investigacion y Educacion En Enfermeria*, *38*(1).
<https://doi.org/10.17533/UDEA.IEE.V38N1E07>
- Gómez-Urquiza, J. L., Velando-Soriano, A., Martos-Cabrera, M. B., Cañadas, G. R., Albendín-García, L., Cañadas-De la Fuente, G. A., & Aguayo-Estremera, R. (2023). Evolution and Treatment of Academic Burnout in Nursing Students: A Systematic Review. In *Healthcare (Switzerland)* (Vol. 11, Issue 8). MDPI. <https://doi.org/10.3390/healthcare11081081>
- Hidayati, S., Amalia, R., & Aiyub. (2022). Burnout Mahasiswa Keperawatan Dalam Mengikuti Program Profesi Ners Di Masa Pandemi Covid-19 The Overview Of Nursing Student Burnout In Taking The Nurse Profession Program In The Covid-19 Pandemic. In *JIM* (Issue 4).
<https://jim.usk.ac.id/FKep/article/viewFile/19914/9731>
- Howie, E. K., Cannady, N., Messias, E. L., McNatt, A., & Walter, C. S. (2022). Associations between physical activity, sleep, and self-reported health with

- burnout of medical students, faculty and staff in an academic health center. *Sport Sciences for Health*, 18(4), 1311–1319.
<https://doi.org/10.1007/s11332-022-00902-7>
- Khosravi, M. (2021). Burnout among Iranian medical students: Prevalence and its relationship to personality dimensions and physical activity. *European Journal of Translational Myology*, 31(1).
<https://doi.org/10.4081/ejtm.2021.9411>
- Lestari, D. A. K., & Purba, H. P. (2019). Pengaruh Work Life Balance Terhadap Burnout Pada Perawat Rumah Sakit. *Jurnal Psikologi Industri Dan Organisasi*, 8, 59–70. <http://url.unair.ac.id/cf758369>
- Melianasari, S., & Laksono, T. (2022). *Hubungan Aktivitas Fisik Terhadap Academic Burnout Mahasiswa Selama Pembelajaran Dalam Jaringan (Daring) Di Masa Pandemi Covid-19*.
https://digilib.unisayogya.ac.id/6539/1/NasPub_Salsabila%20Melianasari_1810301036_Fisioterapi%20-%20Salsabila%20Melianasari.pdf
- Mincarone, P., Bodini, A., Tumolo, M. R., Sabina, S., Colella, R., Mannini, L., Sabato, E., & Leo, C. G. (2024). Association Between Physical Activity and the Risk of Burnout in Health Care Workers: Systematic Review. In *JMIR Public Health and Surveillance* (Vol. 10). JMIR Publications Inc.
<https://doi.org/10.2196/49772>
- Nathania, A., Krisna Dinata, I. M., & Adiartha Griadhi, I. P. (2019). Hubungan stres terhadap kelelahan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Intisari Sains Medis*, 10(1). <https://doi.org/10.15562/ism.v10i1.400>
- Novianti, R. (2021). Academic Burnout pada Proses Pembelajaran Daring. *Jurnal Kesehatan Perintis*, 8, 128–133.
<https://jurnal.upertis.ac.id/index.php/JKP/article/view/656>
- Paritonang, J., Widiastuti, I. A. E., & Harahap, I. L. (2022). *Gambaran Tingkat Aktivitas Fisik Mahasiswa Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Mataram di Masa Pandemi COVID-19 Description of Physical Activity Level of Medical Students Faculty of Medicine, University Of Mataram In Covid-19 Pandemic*. 10(1).
<https://doi.org/10.23886/ejki.10.129.58>
- Patriany, R. E. H., Ningsih, S. R., Sulistyowati, E. C., Sunaryanti, B., Suyanto, Setyawati, D., Aseta, P., Trisnowati, T., Yulianti, T. S., Lestari, S., & Indriati, R. (2022). *Konsep Dasar Keperawatan*. Tahta Media.
- Purnama Sari, D., Arifin, S., Kota Palangka Raya, R., Raya, P., & Mas Amsyar, R. (2023). *Gambaran Burnout Syndrome Pada Tenaga Kesehatan Di RSUD Kota Palangka Raya*. <http://journal.umpalangkaraya.ac.id/index.php/bjmlt>

- Purnamasari, D., & Fitriana, S. (2024). Faktor Penyebab Akademik Burnout Pada Mahasiswa Tingkat Akhir. In *Jl. Sidodadi Timur No. 24 Semarang* (Vol. 1, Issue 3).
<https://journal2.upgris.ac.id/index.php/pedu/article/download/238/166/1299>
- Rasyidah, Q. A., Fitryasari, R., & Wahyudi, A. S. (2020). Hubungan Tingkat Stres Dan Burnout Syndrome Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswa Profesi Ners Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga (A Relationship Between Stress Level And Burnout Syndrome With Sleep Quality On Clinical Nursing Students In Faculty Of Nursing Universitas Airlangga). *Jurnal Keperawatan Jiwa*. <https://doi.org/10.20473/pnj.v1i1.19209>
- Resmi Sari, C., Maulidia Septimar, Z., Mukhaira, I., Keperawatan, F., & Yatsi Madani, U. (2023). Hubungan Tingkat Stres Kerja Dengan Kejadian Burnout Pada Perawat Ruang Rawat Inap Di Rumah Sakit Kanker Dharmais Jakarta. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*, 11(2), 2023.
<http://jurnalstikesintanmartapura.com/index.php/jikis>
- Romadhoni, W. N., Nasuka, N., Candra, A. R. D., & Priambodo, E. N. (2022). Aktivitas Fisik Mahasiswa Pendidikan Keperawatan Olahraga selama Pandemi COVID-19. *Gelombang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 5(2), 200–207.
<https://doi.org/10.31539/jpjo.v5i2.3470>
- Rosales-Ricardo, Y., & Ferreira, J. P. (2022). Effects of Physical Exercise on Burnout Syndrome in University Students. In *MEDICC Review* (Vol. 24, Issue 1). <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35157638/>
- Sagita, D. D., & Meilyawati, V. (2021). Tingkat Academic Burnout Mahasiswa di Masa Pandemi COVID-19. *Nusantara of Research : Jurnal Hasil-Hasil Penelitian Universitas Nusantara PGRI Kediri*, 8(2), 104–119.
<https://doi.org/10.29407/nor.v8i2.16048>
- Sahir, S. H. (2021). *Metodologi Penelitian*. KBM Indonesia.
- Sajodin, S., Anjani, U. S., & Yualita, P. (2022). Tingkat Burnout Mahasiswa dalam Pembelajaran Daring Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 6(1), 480–487. <https://doi.org/10.31539/jks.v6i1.4492>
- Saridi, M., Filippopoulou, T., Tzitzikos, G., Sarafis, P., Souliotis, K., & Karakatsani, D. (2019). Correlating physical activity and quality of life of healthcare workers. *BMC Research Notes*, 12(1).
<https://doi.org/10.1186/s13104-019-4240-1>
- Septiadi, F., & Alwi Nurudin, A. (2023a). *Global Physical Activity Questionnaire : Aktivitas Fisik Mahasiswa Universitas Muhammadiyah*

- Sukabumi Pasca Covid-19*. 9(4), 2160–2164.
<https://doi.org/10.31949/educatio.v9i4.5975>
- Septiadi, F., & Alwi Nurudin, A. (2023b). *Global Physical Activity Questionnaire : Aktivitas Fisik Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sukabumi Pasca Covid-19*. 9(4), 2160–2164.
<https://doi.org/10.31949/educatio.v9i4.5975>
- Setyorini, D., Zahra, H. A., Maulana, I., Yulianita, H., & Yosep, I. (2024). Gambaran Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Program Profesi Ners Selama Menjalani Praktik Klinik di Masa Adaptasi Kebiasaan Baru. *Malahayati Nursing Journal*, 6(4), 1611–1622.
<https://doi.org/10.33024/mnj.v6i4.13285>
- Souza, R. O. de, Ricardo Guilherme, F., Elias, R. G. M., dos Reis, L. L., Garbin de Souza, O. A., Robert Ferrer, M., dos Santos, S. L. C., & Osiecki, R. (2021). Associated Determinants Between Evidence of Burnout, Physical Activity, and Health Behaviors of University Students. *Frontiers in Sports and Active Living*, 3. <https://doi.org/10.3389/fspor.2021.733309>
- Suarjana, I. W. G., Manopo, J. E., Pongoh, L. L., & Supit, A. S. A. (2023). Perbedaan aktivitas fisik berdasarkan karakteristik individu pada masyarakat minahasa selatan. *Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 12(2), 414–426.
<https://doi.org/10.36706/altius.v12i2.22855>
- Subekti, N., Mulyadi, H. A., Mulyana, D., & Priana, A. (2021). Peningkatan Kesehatan Melalui Program Informal Sport Masa Pandemi Covid 19 Menuju New Normal Pada Masyarakat Dsn. Kalapanunggal Dan Dsn. Ancol Kec. Sindang Kasih Kab. Ciamis. *Jurnal Pengabdian Siliwangi*, 7(1).
<https://jurnal.unsil.ac.id/index.php/jps/article/view/2503>
- Suha, Y., Nauli, F. A., & Karim, D. (2022). Gambaran Burnout Pada Mahasiswa Jurusan Keperawatan. *Community of Publishing in Nursing (COPING)*, 10(3). <https://doi.org/10.24843/coping.2022.v10.i03.p07>
- Syafira, M., Khotimah, S., & Nugrahayu, E. Y. (2023). Hubungan Stres Dengan Burnout Pada Mahasiswa Program Studi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman. *Jurnal Kedokteran Mulawarman*, 10(1). <https://e-journals.unmul.ac.id/index.php/JKM/article/view/9086/5704>
- Trisnawati, I. G. A. N. P., Yudhawati, N. L. P. S., Muryani, N. M. S., & Artawan, I. K. (2022). Gambaran Tingkat Kelelahan (Burnout) Pada Mahasiswa DIII Keperawatan Semester 5 Dalam Pembelajaran Daring di Masa Pandemi COVID-19 di Denpasar. *Bali Health Published Journal*, 4(2), 78–87.
<https://doi.org/10.47859/bhpj.v4i2.23>

Vizoso, C., Arias-Gundín, O., & Rodríguez, C. (2019). Exploring coping and optimism as predictors of academic burnout and performance among university students. *Educational Psychology, 39*(6), 768–783.
<https://doi.org/10.1080/01443410.2018.1545996>

Yusriyyah, S., Nugraha, D., Jundiah, S., Studi, P., Keperawatan, S., Keperawatan, F., Kencana, U. B., & Soekarno, J. R. (2023). *Hubungan Stres Akademik Dengan Academic Burnout Pada Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Bhakti Kencana*.
<http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/IJNHS>