

## Burnout pada Perawat di Ruang Rawat Inap di Rumah Sakit: Studi Deskriptif

Fatma Siti Fatimah<sup>1\*</sup>, Anafrin Yugistyowati<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Program Studi S1 Administrasi Rumah Sakit, Universitas Alma Ata, Yogyakarta, Indonesia

<sup>2</sup> Program Studi Pendidikan Profesi Ners, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Alma Ata, Yogyakarta, Indonesia

\*Email: fatmasitifatimah@almaata.ac.id

---

### Abstrak

Perawat yang bekerja di rawat inap mempunyai tantangan serta tanggungjawab yang berkelanjutan sehingga dapat menyebabkan stres selama bekerja menyebabkan kelelahan secara emosional dan fisik atau burnout. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran burnout pada perawat di rawat inap. Desain penelitian ini deskriptif analitik dengan pendekatan cross sectional. Penelitian dilakukan di Teknik sampel yang digunakan yaitu nonprobability sampling dengan jenis total sampling. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 85 responden. Penelitian dilaksanakan di Rumah Sakit Dr. Soetarto Yogyakarta. Penelitian dilaksanakan pada bulan Juni tahun 2022. Alat ukur instrument yang digunakan yaitu kuesioner burnout. Uji statistik yang digunakan adalah univariat. Hasil penelitian menunjukkan Penelitian ini dapat disimpulkan burnout perawat di ruang rawat inap mayoritas dalam kategori sedang yaitu sebesar 57 (67.1%) perawat. Sehingga hal ini perlu perhatian khusus dari manajemen Rumah Sakit untuk mengatasi burnout sehingga kinerja perawat menjadi optimal.

**Kata Kunci:** Burnout; Kelelahan kerja; Perawat

### *Burnout in Nurses in Inpatient at Hospital: A Descriptive Study*

#### Abstract

*Nurses who work in inpatients have ongoing challenges and responsibilities that can cause stress during work causing emotional and physical exhaustion or burnout. This study aims to determine the description of burnout in inpatient nurses. The research design is descriptive analytic with a cross sectional approach. The research was conducted in the sample technique used, namely nonprobability sampling with total sampling. The sample in this study amounted to 85 respondents. The research was conducted at Dr. Hospital. Soetarto Yogyakarta. The research was conducted in June 2022. The measuring instrument used was the burnout questionnaire. The statistical test used was univariate. The results showed that this study concluded that the majority of nurse burnout in inpatient rooms was in the moderate category, namely 57 (67.1%) nurses, so this requires special attention from hospital management to overcome burnout so that nurse performance becomes optimal.*

**Keywords:** Burnout; work fatigue; Nurses

Received:30/082022; Pulished:01/09/2022

---

## PENDAHULUAN

Burnout menjadi suatu permasalahan yang global sampai saat ini (1). Menurut Khamisa et al pada tahun 2015 (2) dalam (3) dalam penelitiannya telah membandingkan tiga dimensi burnout di antara

perawat perawat dari 8 negara berbeda yaitu AS, Kanada, Inggris, Jerman, Selandia Baru, Jepang, Rusia, dan Armenia) dan perawat-perawat Afrika Selatan mengalami burnout lebih tinggi ketimbang perawat yang bekerja di negara-negara lain. Penelitian melaporkan perawat mengalami kelelahan

dalam bekerja, 42% perawat Inggris mengalami penderitaan akibat burnout dan 44% perawat Yunani melaporkan ketidaknyamanan dalam bekerja (4). Dari data di atas burnout dapat terjadi pada perawat dimana saja.

Burnout dapat didefinisikan sebagai stres kerja jangka panjang yang dihasilkan dari interaksi antara tekanan emosional konstan yang terkait dengan keterlibatan interpersonal yang intens untuk waktu yang lama dan karakteristik pribadi. Kami menyelidiki prevalensi atau kecenderungan sindrom Burnout pada perawat klinis, dan faktor-faktor yang terkait dengan sindrom Burnout- terkait seperti karakteristik sosio-demografis, beban kerja, kehidupan sosial dan keluarga, aktivitas waktu luang, aktivitas kerja ekstra, aktivitas fisik, dan masalah kesehatan terkait pekerjaan (5).

Burnout pada profesional kesehatan berkisar antara 3% hingga 66%. Tidak ada perbedaan besar dalam prevalensi yang ditemukan antara perawat dan dokter. Sepuluh penelitian melaporkan efek intervensi yang ditujukan untuk mencegah kelelahan. Pengurangan satu atau lebih gejala kelelahan setelah intervensi dilaporkan dalam enam studi yang ditujukan untuk belajar meditasi, meningkatkan keterampilan komunikasi, pembinaan berbasis sebaya dan terapi seni (6).

meta-analitik dari kelelahan dengan sampel 868 perawat yaitu 25% untuk kelelahan emosional yang tinggi, 15% untuk depersonalisasi dan 22% untuk pencapaian pribadi yang rendah. Perspektif pengembangan tenaga kerja dan keselamatan, penting bagi manajer untuk mengatasi kelelahan emosional dan aspek pencapaian pribadi yang rendah dari burnout yang dilaporkan di tempat kerja oleh perawat kesehatan mental (7).

Perawat yang bekerja di ruang rawat inap dan rawat jalan berpotensi mengalami stres karena tuntutan pekerjaan yang overload yang berhubungan dengan pelayanan kepada orang lain. Keadaan seperti itu apabila berlangsung terus menerus akan menyebabkan perawat mengalami kelelahan fisik, emosi dan mental yang disebut dengan gejala burnout (8). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gejala burnout pada perawat rawat inap

di Rumah Sakit Dr. Soetarto Yogyakarta.

## BAHAN DAN METODE

Metode penelitian ini merupakan penelitian analitik kuantitatif dengan rancangan penelitian yang digunakan adalah cross sectional. Penelitian analitik deskriptif, dilakukan di RS DKT Soetarto Yogyakarta pada bulan Juni pada tahun 2022. Penelitian ini menggunakan sampel total sampel sebanyak 85 responden dengan pengambilan sampel yang memenuhi kriteria inklusi penelitian antara lain: a) Perawat yang bekerja > 1 tahun; b) Perawat fungsional dan c) Perawat yang bersedia menjadi responden. Data diambil menggunakan instrument *Maslach Burnout Inventory-Human Service Survey* yang sudah tervalidasi sebelumnya (9) (10). dengan pengkategorian masing masing aspek sebagai berikut: kategori Rendah (<M-1SD) atau (<51), Sedang ((M-1SD) - ((M+1SD)) atau (51-81) dan Tinggi (>M+1SD) atau (>81). Analisa data dengan deskriptif kuantitatif dengan analisis univariat.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan diperoleh hasil sebagai berikut: sebanyak (n) 85 responden perawat. Kategori serta distribusi burnout disajikan dalam Tabel 1 berikut ini:

**Tabel 1. Dekripsi dan frekuensi Burnout Perawat**

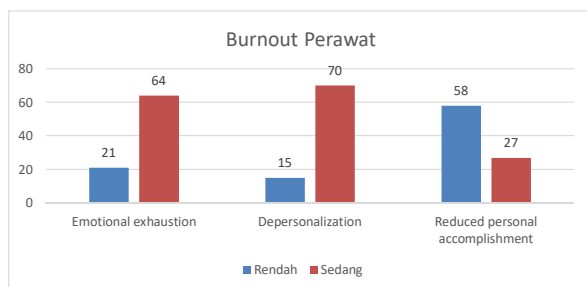
Kategori	f	%
Rendah	28	32.9
Sedang	57	67.1
Total	85	100.0

Tabel 1 menunjukkan hasil frekuensi burnout perawat di ruang rawat inap mayoritas dalam kategori sedang yaitu sebesar 57 (67.1%) perawat yang mengalami burnout. Kondisi burnout perlu ditangani untuk tidak mengarah pada kondisi yang membahayakan pada karyawan (11). Akibat perawat yang mengalami burnout atau kelelahan akan berakibat menurunkan imunitas atau daya tahan tubuh, hubungan negatif dengan teman sejawat (12).

**Tabel 2. Deskripsi Gambaran Aspek Burnout Perawat**

Aspek	f	%
Emotional exhaustion		
Rendah	21	24.7
Sedang	64	75.3
Depersonalization		
Rendah	15	17.6
Sedang	70	82.4
Reduced personal accomplishment		
Rendah	58	68.2
Sedang	27	31.8
Total	85	100.0

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dari Tabel 2 diperoleh hasil bahwa *burnout* pada perawat di rawat inap Rumah Sakit Dr. Soetarto Yogyakarta, bahwa *burnout* pada aspek *emotional exhaustion* mayoritas Sedang sebanyak 64 (75.3%) perawat diikuti oleh aspek *depersonalization* mayoritas kategori sedang sebanyak 70 (82.4%) sedangkan pada aspek *Reduced personal accomplishment* mayoritas dalam kategori rendah yaitu 58 (68.2%). Hasil penelitian juga tergambar dalam bentuk Grafik 1 berikut ini berikut ini:

**Grafik 1. Frekuensi burnout perawat rawat inap (n:85)**

Tabel 2 dan Grafik 1 menunjukkan gambaran rentang kategori burnout mayoritas pada aspek *emotional exhaustion* mayoritas dan aspek *depersonalization* pada kategori sedang. *Burnout* merupakan kondisi kelelahan yang merupakan manifestasi dari dampak stress kerja (13). *Burnout* juga berhubungan dengan kinerja perawat, stress kerja (14)(15). kondisi burnout juga dikarenakan beban kerja yang tinggi (16). *Burnout* diduga berhubungan dengan kejadian insiden keselamatan pasien (IKP) (17).

*Burnout* pada perawat perlu dikelola mengingat *burnout* dapat berpengaruh terhadap kinerja termasuk akan menyebabkan penurunan motivasi kerja dan prestasi kerja (18). Maka untuk mengatasi burnout perlu dukungan karyawan untuk meningkatkan motivasi kerja (19). Beberapa cara untuk mengatasi atau mengelola burnout antara lain: melalui dukungan sosial (20) *mindfulness* terapi (21) dan juga mengatur lingkungan tempat kerja mendukung peningkatan kesehatan (22).

Gambaran *burnout* pada perawat antara lain pada aspek *emotional exhaustion* yaitu merasa lelah secara emosional karena pekerjaan, merasa jenuh, merasa terbebani merasa kehilangan kesabaran saat bekerja kondisi perawat yang seperti ini akan sangat memprihatkan jika berlangsung dalam waktu lama selain akan merugikan diri sendiri juga akan menimbulkan kesalahan atau insiden di tempat kerja, seperti IKP(17) (23).

Gambaran *burnout* pada perawat aspek *depersonalization* seperti kurang memperhatikan perasaan orang lain, tidak terlalu peduli atas apa yang terjadi pada pasien kondisi ini akan membuat perawat bekerja menjadi merasa tidak maksimal memberikan pelayanan kepada pasien (24). Begitu juga dengan gambaran *burnout* pada perawat aspek *Reduced personal accomplishment* seperti mulai merasa mampu mengatasi masalah-masalah yang dihadapi oleh pasien secara efektif, berenergi dalam melakukan pekerjaan sebagai perawat.

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Penelitian ini dapat disimpulkan burnout perawat di ruang rawat inap mayoritas dalam kategori sedang yaitu sebesar 57 (67.1%) perawat. Aspek *emotional exhaustion* mayoritas Sedang sebanyak 64 (75.3%). Aspek *depersonalization* mayoritas kategori sedang sebanyak 70 (82.4%) sedangkan Aspek *Reduced personal accomplishment* mayoritas dalam kategori rendah.

### Saran

Berdasarkan hasil penelitian diharapkan manajemen Rumah Sakit dalam hal ini bidang Keperawatan dapat melaksanakan monitoring

evaluasi berkala *burnout* pada perawat untuk memonitor kesehatan psikis perawat. Untuk perawat rawat inap diharapkan dapat memodifikasi lingkungan kerja sehingga mampu menciptakan kondisi lingkungan yang dapat mendukung kesehatan sehingga mampu mengurangi *burnout*.

#### DAFTAR PUSTAKA

1. Santoso MDY. Faktor-faktor yang berhubungan dengan burnout pada tenaga kesehatan dalam situasi pandemi covid-19. *Jurnal Keperawatan Tropis Papua*, 4(1), 1-10. 2021;
2. Khamisa N, Peltzer K, Ilic D, Oldenburg B. Work related stress, burnout, job satisfaction and general health of nurses: A follow up study. *International journal of nursing practice*, 22(6), 538-545. 2016;
3. Tandilangi A, Ticoalu J. Hubungan Burnout Dengan Kualitas Hidup Pada Perawat Di Rsud Maria Walanda Maramis. *Klabat Journal of Nursing*, 4(1), 90-102. 2022;
4. Ribeiro VF, Valenti VE, Ferreira M, De Abreu LC, De Carvalho TD, Xavier V, et al. Prevalence of burnout syndrome in clinical nurses at a hospital of excellence. *International archives of medicine*, 7(1), 1-7. 2014;
5. Prada-Ospina R. Social psychological factors and their relation to work-related stress as generating effect of burnout. *Interdisciplinaria*, 36(2), 39-53. 2019;
6. Dijkhoorn AFQ, Brom L, van der Linden YM, Leget C, Raijmakers NJ. Prevalence of burnout in healthcare professionals providing palliative care and the effect of interventions to reduce symptoms: a systematic literature review. *Palliative Medicine*, 35(1), 6-26. 2021;
7. López López IM, Gómez Urquiza, J. L., Cañadas GR, De la Fuente, E. I., Albendín García L, Cañadas De la Fuente GA. Prevalence of burnout in mental health nurses and related factors: a systematic review and meta analysis. *International journal of mental health nursing*, 28(5), 1035-1044. 2019;
8. Mariyanti S, Citrawati A. Burnout pada perawat yang bertugas di ruang rawat inap dan rawat jalan RSAB Harapan Kita. *J Psikol Esa Unggul*. 2011;9(2):126201.
9. Gómez García R, Alonso Sangregorio M, Lucía Llamazares Sánchez M. Factorial validity of the Maslach Burnout Inventory-human services survey (MBI-HSS) in a sample of Spanish social workers. *J Soc Serv Res*. 2019;45(2):207–19.
10. Yulianto H. Maslach burnout inventory-human services survey (MBI-HSS) versi bahasa Indonesia: studi validasi konstruk pada anggota Polisi. *J Pengukuran Psikol dan Pendidik Indones*. 2020;9(1):19–29.
11. Aryankhesal, A., Mohammadibakhsh R, Hamidi Y, Alidoost S, Behzadifar M, Sohrabi R, et al. Interventions on reducing burnout in physicians and nurses: A systematic review. *Med J Islam Repub Iran*. 2019;33:77.
12. Dall’Ora C, Ball J, Reinius M, Griffiths P. Burnout in nursing: a theoretical review. *Hum Resour Health*. 2020;18(1–17).
13. Kusumawati PM, Dewi IGAM. Peran Stres Kerja Memediasi Pengaruh Beban Kerja terhadap Burnout Perawat Rumah Sakit Daerah Mangusada Badung. *E-Jurnal Manaj Univ Udayana*. 2021;10(3):209–28.
14. Rahayu S, Komariah M, Somantri I. Burnout Berhubungan dengan Kinerja Perawat. *J Ilmu Keperawatan Jiwa*. 2022;5(3):455–60.
15. Handoko W. Hubungan Kepemimpinan Kepala Ruang, Motivasi Dan Stres Kerja Terhadap Burnout Dan Dampaknya Terhadap Kinerja Perawat di RS Medika BSD. *Journals Ners Community*. 2022;13(2):220–40.
16. Liana Y. Analisis faktor yang berhubungan dengan burnout (kejenuhan kerja) pada perawat. *Proceeding Semin Nas Keperawatan*. 2020;6(1):108–15.
17. Syahar NY. Gambaran Determinan Insiden Keselamatan Pasien Di RSUD H. Andi Sulthan Daeng Radja Bulukumba. *Dr Diss Univ Hasanuddin*. 2019;
18. Wirati NPR, Wati NMN, Saraswati NLGI. Hubungan burnout dengan motivasi kerja perawat pelaksana. *J Kepemimp dan Manaj Keperawatan*. 2020;3(1):8–14.
19. Adnyaswari NA, Adnyani IGAD. Pengaruh dukungan sosial dan burnout terhadap kinerja

- perawat rawat inap RSUP Sanglah. Dr Diss Udayana Univ. 2017;
20. Velando Soriano A, Ortega Campos E, Gómez Urquiza, J. L., Ramírez Baena L, De La Fuente EI, Cañadas De La Fuente GA. Impact of social support in preventing burnout syndrome in nurses: A systematic review. *Japan J Nurs Sci.* 2020;17(1):e12269.
  21. Sari IF. Pengaruh Mindfulness Therapy Untuk Menurunkan Burnout pada Informal Caregiver Skizofrenia. Dr Diss Unknow. 2022;
  22. Friganović A, Kovačević I, Ilić B, Žulec M, Krikišić V, Grgas Bile C. Healthy settings in hospital—how to prevent burnout syndrome in nurses: literature review. *Acta Clin Croat.* 56(2):292–8.
  23. Wardhani V. Manajemen Keselamatan Pasien di Rumah Sakit. Universitas Brawijaya Press; 2017.
  24. Utami SP, Sumarsih SK, Kurniasih Y. Hubungan Burnout Dengan Caring Perawat Di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit: Literature Review. 2021;