

Hubungan Beban Kerja Dengan *Burnout Syndrome* Pada Perawat Di Kota Lhokseumawe

The Relationship Between Workload and Burnout Syndrome in Nursing in the City of Lhokseumawe

Muhaimin Sya'ban¹, Liza Wahyuni^{1*}, Rizki Maulidya¹, Rika Yusnaini²

¹ STIKes Muhammadiyah Lhokseumawe

² Departemen Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Malikussaleh

*Email: lizawahyuni2@gmail.com

ABSTRAK

Melayani pasien merupakan tuntutan dan beban kerja yang tinggi, seperti pekerjaan rutin, jadwal kerja yang ketat, tanggung jawab atas keselamatan dan kesehatan diri sendiri dan orang lain, hal ini menyebabkan terjadinya *burnout syndrome* pada perawat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan beban kerja dengan *burnout syndrome* pada perawat di ruang rawat inap Rumah Sakit TK IV IM 07.01 Lhokseumawe. Metode penelitian yang digunakan adalah analitik dengan rancangan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini 77 Perawat rawat inap, dengan menggunakan teknik total sampling. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis univariat dan bivariat, uji statistik yang digunakan adalah uji *chi-square*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner NASA-TLX dan kuesioner MBI-HSS. Penelitian ini telah dilaksanakan pada tanggal 10- 14 Juli 2023 di ruang rawat inap Rumah Sakit TK IV IM 07.01 Lhokseumawe. Hasil penelitian menunjukkan nilai *p-value* = 0.324, yang berarti tidak ada hubungan antara beban kerja dengan *burnout syndrome* pada perawat di ruang rawat inap Rumah Sakit TK IV IM Lhokseumawe. Diharapkan kepada responden agar menetapkan batasan jam bekerja, istirahat jika lelah, dan melakukan usaha yang optimal dalam pekerjaannya.

Kata kunci : Beban Kerja, *Burnout Syndrome*, Perawat, Rawat Inap

ABSTRACT

Serving patients is a high demand and workload, such as routine work, tight work schedules, and responsibility for the safety and health of oneself and others. This causes burnout syndrome in nurses. This research aims to determine the relationship between workload and burnout syndrome in nurses in the inpatient ward at TK IV IM 07.01 Lhokseumawe Hospital. The research method used is analytical with a cross-sectional design. The population in this study was 77 inpatient nurses, using total sampling techniques. Data analysis in this study used univariate and bivariate analysis; the statistical test used was the chi-square test.

Jurnal Assyifa' Ilmu Kesehatan, Vol 9 No.1 (2024) Januari-Juni 2024

Data collection used the NASA-TLX and MBI-HSS questionnaires. This research was carried out on July 10–14, 2023, in the inpatient room of TK IV IM 07.01 Lhokseumawe Hospital. The results of the study showed a p-value of 0.324 which means there is no relationship between workload and burnout syndrome in nurses in the inpatient room at TK IV IM 07.01 Lhokseumawe Hospital. It is hoped that respondents will set limits on working hours, take breaks when tired, and make optimal efforts at their work

Keywords : *Workload, Burnout Syndrome, Nurse, Hospitalization*

PENDAHULUAN

Perawat adalah salah satu sumber daya manusia di rumah sakit yang jumlahnya mendominasi tenaga kesehatan secara menyeluruh dan penjamin hubungan yang lama dengan pasien serta keluarganya. Perawat merupakan ujung tombak baik tidaknya pelayanan kesehatan yang diberikan kepada pasien. Hal ini disebabkan karena jumlahnya yang dominan (50-60% dari seluruh tenaga yang ada), bertugas merawat dan menjaga pasien selama 24 jam sehari (Desta & Awaliyah, 2019). Pekerjaan perawat yang menciptakan tuntutan kerja yang tinggi, seperti pekerjaan yang rutin, Jadwal kerja yang ketat, tanggung jawab atas keselamatan dan kesehatan diri sendiri dan orang lain, serta dituntut untuk mampu bekerja dalam tim. Tanggung jawab dan tuntutan pekerjaan yang banyak akan menjadi pemicu munculnya stres kerja. Stres kerja ini apabila berlangsung secara terus menerus dan tidak mampu diadaptasi oleh individu akan menimbulkan beberapa gejala yang disebut dengan *burnout syndrome* (Liana, 2020).

Burnout syndrome digambarkan sebagai akibat adanya stres kronis yang belum berhasil ditangani dengan baik di tempat kerja yang ditandai dengan tiga dimensi yaitu perasaan lelah, perasaan negatif atau sinisme dan kinerja yang buruk di tempat kerja. Secara khusus *burnout* cenderung pada peristiwa dalam konteks pekerjaan. *Burnout* adalah bentuk yang parah dari tekanan psikologis yang timbul dari pekerjaan terkait trauma fisik dan mental, yang bermanifestasi sebagai kehilangan energi yang parah yang tidak dapat dikembalikan (Wiwin Sujannah, 2021). Beban Kerja itu sendiri erat kaitannya dengan produktivitas tenaga kesehatan, studi yang dilakukan mendapatkan bahwa hanya 53% waktu yang benar-benar produktif yang digunakan untuk pelayanan kesehatan langsung dan sisanya 39,9% digunakan untuk kegiatan penunjang. Produktivitas tenaga kesehatan dipengaruhi oleh beban kerja yang berlebih, sementara beban kerja tersebut disebabkan oleh jumlah tenaga kesehatan yang belum memadai dan jumlah pasien yang terus meningkat (Henri, 2019).

Berdasarkan sebuah studi *systematic review* mengenai prevalensi *burnout* pada dokter yang melibatkan 182 studi dari 109.628 individu di 45 negara dari tahun 1991-2018, prevalensi *burnout* yang dilaporkan adalah 67.0% (WHO, 2019). Penelitian yang dilakukan oleh Sabarina (2022) pada perawat yang bekerja pada rumah sakit umum daerah (RSUD) dr. Zainoel Abidin Banda Aceh menunjukkan bahwa perawat yang mengalami *burnout syndrome* sebanyak 47 responden (59,5%), *personal burnout* sebanyak 45 responden (57,0%), *work-related burnout* sebanyak 47 responden (59,5%) dan mengalami *patient-related burnout* sebanyak 49 responden (62,0%). Diah Anggraini Putri (2021) juga melakukan penelitian terkait *burnout syndrome* pada perawat di ruang rawat inap

RSUD dr Pimgadi kota Medan. Hasil menunjukkan bahwa perawat mengalami beban kerja ringan sebanyak 28 orang (53,8%) dan beban kerja berat sebanyak 24 orang (46,2%). *Burnout syndrome* ringan sebanyak 35 orang (67.3%), *burnout syndrome* berat sebanyak 17 orang (32,7%).

Berdasarkan latar belakang di atas, belum ditemukan dengan pasti hubungan beban kerja dengan *burnout syndrome* pada perawat di Kota Lhokseumawe. Oleh karena itu peneliti ini ingin mengkaji hubungan beban kerja dengan *burnout syndrome* pada perawat.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan adalah *analitik* dengan rancangan *cross sectional*. Populasi adalah seluruh perawat yang bekerja di ruang rawat inap Rumah Sakit TK IV IM 07.01 yang berjumlah 77 orang dengan teknik pengambilan sampel total sampling yang berjumlah 77 orang. Analisis penelitian menggunakan *Chi-Square* dengan menggunakan derajat kepercayaan 95% dengan alpha 0,05. Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner NASA-TLX untuk mengukur beban kerja dengan jumlah 6 dimensi pertanyaan dalam bentuk rating dan 15 pasang bobot indikator, kuesioner NASA-TLX sudah di terjemahkan ke dalam bahasa Indonesia dengan nilai validitas 0,857 dan nilai reabilitas 0,921. Kuesioner Maslach Burnout Inventory-Human services survey (MBI-HSS) untuk mengukur *burnout syndrome* dengan 22 pertanyaan, instrumen yang diadaptasi dalam bahasa Indonesia dengan nilai validitas 9,10 dan nilai reabilitas 0,9.

HASIL PENELITIAN

Dari 77 responden didapatkan mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 53 orang (68,8%). Sebagian besar berusia < 30 Tahun sebanyak 51 orang (66.2%). Memiliki riwayat pendidikan terakhir dengan jenjang perawat D3 (Diploma Tiga) sebanyak 60 orang (77.9%). Dan masa kerja perawat < 10 Tahun 58 orang (75.3%), mayoritas memiliki beban kerja rendah 40,3% dan *burnout syndrome* yang rendah 81%. Untuk lebih jelas dapat dilihat pada Tabel 1. Hasil dari uji statistik *chi-square* didapatkan nilai *P-Value*= 0.324, yang artinya tidak ada hubungan antara beban kerja dengan *burnout syndrome* pada perawat di ruang rawat inap Rumah Sakit TK IV IM Lhokseumawe.

Tabel 1. Karakteristik Responden, Beban Kerja dan *Burnout Syndrome*

No.	Karakteristik	Responden	Presentase (%)
1	Jenis Kelamin		
	a. Laki-laki	24	31.2
	b. Perempuan	53	68.8
2	Usia		
	a. ≥ 30 Tahun	26	33.8
	b. < 30 Tahun	51	66.2
3	Pendidikan		
	a. Ners	17	22.1
	b. D III	60	77.9
4.	Masa Kerja		
	a. ≥ 10 Tahun	19	24.7

b. < 10 Tahun	58	75,3
5. Beban Kerja		
a. Rendah	31	40,3%
b. Sedang	30	39,0%
c. Tinggi	16	20,8%
6. <i>Burnout Syndrome</i>		
a. Rendah	63	81,8%
b. Tinggi	14	18,2%
Total	77	100%

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan hubungan antara variabel tidak ditemukan beban kerja berhubungan dengan *burnout syndrome* (P -Value 0,324), dimana responden yang memiliki beban kerja sedang mengalami *burnout syndrome* rendah.

Penelitian ini sejalan dengan Anggraeni (2021), diketahui bahwa beban kerja berat yang dialami oleh perawat RIK RSUD Kota Bandung tidak berhubungan dengan terjadinya *burnout* karena tidak ada satupun (0.00%) perawat yang mengalami *burnout* berat. Peneliti mengasumsikan tidak terdapatnya korelasi diantara kedua variabel tersebut karena coping yang dimiliki oleh perawat mampu beradaptasi dengan stresor di tempat bekerja. Sehingga meskipun beban kerja yang dirasakan berat, sebagian besar perawat (67.7%) hanya mengalami *burnout* kategori ringan.

Hasil penelitian yang dilakukan Liana (2020) menunjukkan tidak ada hubungan dalam penelitian bahwa secara keseluruhan perawat atau responden dalam penelitiannya memiliki kategori *burnout* ringan meskipun beban kerja yang dirasakan tinggi. Hal tersebut terjadi karena meskipun terdapat beberapa perawat yang merasa lelah terhadap pekerjaannya, mereka tetap bertanggung jawab dan tidak mudah menyerah terhadap pekerjaannya.

Peneliti menemukan tidak terdapatnya hubungan diantara kedua variabel tersebut jika melihat dari data demografi jenis kelamin dan tingkat pendidikan. dari jumlah jenis kelamin wanita lebih dominan yaitu 53 responden (68.8%) dan tingkat pendidikan terakhir lebih dominan D3 yaitu 60 responden (77.9%).

Hasil penelitian terdapat beban kerja rendah memiliki *burnout syndrome* yang tinggi. Peneliti menemukan bahwa ada beberapa responden merasakan kejenuhan dengan kondisi kerja yang monoton dan responden dihadapkan dengan tanggung jawab, seseorang yang telah menikah tentu berbeda dengan yang belum menikah baik secara finansial maupun sosial. Selain kelelahan pekerjaan, seseorang yang sudah menikah juga memiliki tanggung jawab untuk menghidupi keluarga dan harus mampu untuk menjalankan fungsi sosial di masyarakat.

Hasil penelitian ini terdapat beban kerja sedang memiliki *burnout syndrome* yang rendah, peneliti berpendapat jika melihat hasil dari kuesioner beban kerja, meskipun beberapa responden merasakan beban kerja sedang dengan melakukan usaha yang optimal dalam pekerjaannya menghasilkan tingkat keberhasilan yang membuat mereka puas akan pekerjaannya dan menurunkan tingkat frustrasi dalam bekerja.

Menurut Farber, 1991 (dalam Okte dkk, 2022) menemukan bahwa pria lebih rentan terhadap stres dan *burnout* jika dibandingkan dengan wanita. Orang berkesimpulan bahwa wanita lebih lentur jika dibandingkan dengan pria, karena dipersiapkan dengan lebih baik atau secara emosional lebih mampu menangani tekanan yang besar.

Menurut Maslach, 1982 (dalam Okte dkk, 2022) bahwa profesional yang latar belakang pendidikan tinggi cenderung rentan terhadap *burnout* jika dibandingkan dengan mereka yang tidak berpendidikan tinggi. Profesional yang berpendidikan tinggi memiliki harapan atau aspirasi yang ideal sehingga ketika dihadapkan pada realitas bahwa terdapat kesenjangan antara aspirasi dan kenyataan, maka muncullah *burnout syndrome*.

Menurut teori Manuaba, 2000 (dalam Diah, 2021), menyebutkan beban kerja yang maksimal harus dicapai jika ingin mendapatkan produktivitas yang tinggi, tetapi sebaliknya jika beban kerja terlalu rendah atau tinggi sehingga menyebabkan produktivitas yang rendah pula. Beban kerja berlebih membuat timbulnya kelelahan fisik dan mental, reaksi emosional seperti pusing, gangguan pencernaan, dan mudah marah. Sedangkan pekerjaan yang terlalu sedikit dimana pekerjaan yang terjadi karena gerakan berulang yang dapat menimbulkan kebosanan dan rasa monoton.

Peneliti juga berpendapat tidak ada hubungan beban kerja dengan *burnout syndrome* adalah dari pihak manajemen rumah sakit selalu memberikan arahan dan motivasi. Hal ini dapat meningkatkan semangat kerja sehingga membuat perawat berkerja lebih baik, membangkitkan rasa percaya diri, penghargaan diri, rasa yakin akan kemampuan diri, dan rasa berguna serta yakin kehadirannya diperlukan. Sistem *reward* dan *punishment* merupakan cara untuk memotivasi tenaga kerja perawat, reward yang berupa piagam penghargaan, insentif uang, dan promosi jabatan. Punishment berupa surat peringatan, pemotongan gaji, dan sampai pemutusan hubungan kerja. Kegiatan rutin pertahun yang dilakukan oleh pihak manajemen rumah sakit yaitu diadakanya *family gathering* untuk seluruh karyawan sebagai kegiatan untuk mengurangi tingkat kejenuhan, mengembalikan rasa keharmonisan, dan mempererat hubungan antar karyawan rumah sakit.

SIMPULAN

Peneliti berkesimpulan tingginya beban kerja tidak mempengaruhi terjadinya *burnout syndrome* pada perawat di Kota Lhokseumawe.

SARAN

Perawat dapat menetapkan batasan jam bekerja, beristirahat jika lelah, dan melakukan usaha yang optimal dalam pekerjaannya. Pengambil kebijakan rumah sakit agar meninjau dan mengevaluasi kembali kebutuhan SDM dengan kesesuaian beban kerja. Penelitian ini hanya melihat hubungan beban kerja dengan *burnout syndrome*, untuk peneliti lebih lanjut untuk meneliti variabel lain terkait dengan *burnout syndrome*.

DAFTAR PUSTAKA

Adiputra. I. M. S., dkk. (2021). Metode Penelitian Kesehatan. Medan: Yayasan Kita Menulis.

- Anggraeni, (2021). *Hubungan Beban Kerja Dengan Burnout Pada Perawat Ruang Isolasi Khusus (RIK) Rsud Kota Bandung Di Masa Pandemi Covid-2019*. Jurnal Volume 9, Nomor 2, September 2021. Di akses 20 Juli 2023.
- Budiono, (2019). Konsep Dasar Keperawatan, Catatan Pertama, Modul Bahan Ajar Keperawatan. Jakarta.
- Desta & Awaliyah, (2019). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Burnout Pada Perawat Diruang Rawat Inap Rumah Sakit Pekanbaru Medical Center*. Jurnal Volume 2, No. 3 Desember, 2019. Di akses 20 Mei 2023.
- Diah Anggraini Putri, (2021). *Hubungan beban kerja terhadap burnout syndrome pada perawat di ruang rawat inap RSUD dr Pirngadi kota Medan. Fakultas kesehatan masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Sumatera Utara*. Di akses 20 Mei 2023.
- Henri, (2019). *Hubungan Beban Kerja Dan Lingkungan Kerja Dengan Kejadian Burnout Perawat Dalam Menangani Pasien BPJS DI Rumah Sakit Marinir Cilandak*. Jurnal Ilmiah Kesehatan, Vol. 16 No. 3 Tahun 2019. Di akses 20 Mei 2023.
- Ika Naila, (2019). *Hubungan beban kerja Mental dengan Kualitas hidup Petani Di Desa Serut Kecamatan Panti Kabupaten Jember*. Di akses 28 Juni 2023.
- Liana, (2020). *Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Burnout (Kejenuhan Kerja) Pada Perawat Di Rumah Sakit Bhayangkara Palembang*. Seminar Nasional Keperawatan tahun, 2020. Di akses 20 Mei 2023.
- Masturoh, I. and Anggita T, N. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan*. 2018. Di akses 20 Mei 2023.
- Nabila, (2022). *Pengaruh Beban Kerja terhadap Burnout pada Perawat Covid-19 di RSAU Dr. M. Salamun*. Di akses 20 Mei 2023.
- Nursalam, (2017). Konsep Dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Perawatan. Pendekatan Praktis Edisi 4. Jakarta :Salemba Medika.
- Notoatmodjo, S. (2018) Metodologi Penelitian Kesehatan. Cetakan Ke. Jakarta: Rineka Cipta.
- Okte Citra, Hidayatus, Dhian, (2022). *Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Burnout Syndrome Perawat Di RS Darmo Surabaya*. Jurnal Volume 11, Nomor 1, Maret 2022. Di akses 20 Agustus 2023.
- Purwanto. (2018). Teknik Penyusunan Instrumen Uji Validitas Dan Reliabilitas Penelitian. Magelang: Staia Press

Jurnal Assyifa' Ilmu Kesehatan, Vol 9 No.1 (2024) Januari-Juni 2024

Sabarina, (2022). *Burnout syndrome pada perawat yang bekerja di ruang covid-19 rumah sakit provinsi Aceh*. Journal ISSN : 2087-2879, e-ISSN : 2580 – 2445 Vol. XIII No. 3 2022. Di akses 20 Mei 2023.

Sugiyono, (2018). Metode penelitian kuantitatif dan kualitatif, penelitian dan pengembangan. Bandung : Alfabeta.

Sunarto, (2018). Modul Sederhana cara Penyusunan Proposal Penelitian bagi Dosen Pemula. Ponorogo : Forum Ilmiah Kesehatan

Riya Fatmawati, (2020). *Pengukuran Tingkat Burnout Pada Pustakawan*, Di akses 20 Mei 2023.

Roslina, (2022). Kelelahan Kerja (Burnout) Teori, Perilaku Organisasi, Psikologi, Aplikasi dan Penelitian, Cetakan Pertama, Penerbit Kampus. Jogjakarta

Undang-Undang Republik Indonesia No. 38 tahun 2014 tentang Keperawatan.

Undang-Undang Republik Indonesia No. 36 tahun 2009 tentang Kesehatan.

WHO, (2019). *Burn-out an “occupational phenomenon”*: *International Classification of Diseases*. Di akses 20 Mei 2023.

Wiwin Sujannah, (2021). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Burnout Syndrome Pada Perawat Di Rsud Bahteramas Sulawesi Tenggara*. Jurnal Volume 9, Nomor 5, September 2021. Di akses 20 Mei 2023.