



Hubungan Beban Kerja Dengan Burnout Perawat RSU Diponegoro Dua Satu Klaten

Yosi Murtiwi^{1*}, Ratna², Yeni Rusyani³

^{*1,2,3} Program Studi Keperawatan, Universitas Safin pati

*Correspondent Author: Yosi Murtiwi, Email: yosimurtiwi@gmail.com

ABSTRACT

Nurses providing nursing services can experience workloads that cause stress, which can lead to burnout syndrome. The purpose of this study was to determine the relationship between workload and burnout among nurses at Diponegoro Dua Satu Klaten General Hospital. This study used a cross-sectional approach with proportional random sampling as the sampling technique. The instruments used were a workload questionnaire and a burnout questionnaire, and the analysis method employed was Kendall's tau B. The study found that 42 nurses (75%) had high workload and 36 nurses (64.3%) had low burnout. The statistical test yielded a P-value of 0.001, where $P\text{-value} < \alpha\text{-value} (0.05)$. The workload experienced by nurses is classified as high, while the burnout level is low; however, the burnout level falls within the low category. It is recommended that respondents establish work hour limits, take breaks when tired, and make optimal efforts in their work.

Keywords: *Workload, Burnout, Nurses*

ABSTRAK

Perawat dalam memberikan pelayanan keperawatan dapat menimbulkan beban kerja dan mengakibatkan stress kepada perawat yang dapat mengakibatkan burnout syndrome. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan beban kerja dengan burnout perawat RSU Diponegoro Dua Satu Klaten. Penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional* dengan menggunakan teknik sampling yaitu *proportional random sampling*, instrumen yang digunakan adalah kuesioner beban kerja dan kuesioner burnout, serta analisis yang digunakan yaitu Kendal tau B. Penelitian ini didapatkan 42 beban kerja tinggi (75%) dan 36 burnout rendah (64,3%). Hasil Uji statistik diperoleh nilai P value = 0.001 maka p value < nilai α (0.05). Beban kerja yang dialami perawat berada pada beban kerja tinggi dan tingkat



Barongko

Jurnal Ilmu Kesehatan

burnout rendah namun untuk tingkat burnout berada dalam kategori rendah. Diharapkan kepada responden agar menetapkan batasan jam bekerja, istirahat jika lelah, dan melakukan usaha yang optimal dalam pekerjaannya.

Kata Kunci : *Beban Kerja, Burnout, Perawat*

I. PENDAHULUAN

Burnout merupakan sindrom psikologis yang terdiri dari kelelahan emosional, depersonalisasi, dan penurunan pencapaian pribadi. Beberapa peneliti berpendapat bahwa burnout sebenarnya merupakan salah satu bentuk depresi. Kelelahan atau disebut juga dengan burnout syndrome adalah respon kelelahan fisik dan mental yang disebabkan oleh peningkatan beban kerja dan situasi pekerjaan yang menuntut secara emosional. Hal ini menimbulkan banyak biaya bagi organisasi dan karyawan itu sendiri. Sindrom burnout adalah fenomena pekerjaan yang muncul dari tantangan dalam mengelola stres emosional kronis, yang merupakan isu yang berkembang di industri perawatan kesehatan, khususnya keperawatan. Sindrom ini ditandai dengan kombinasi tiga dimensi: kelelahan emosional, depersonalisasi, dan rendahnya pencapaian profesional (Alves *et al.*, 2021; Erwan *et al.*, 2020; Zamora *et al.*, 2022).

Beban kerja perawat yang tinggi dapat mengakibatkan kelelahan. Kelelahan perawat terjadi ketika perawat bekerja lebih dari 80% dari waktu yang ditentukan. Dapat dikatakan, waktu produktif perawat adalah sekitar 80%, jika melebihi angka tersebut, beban kerja perawat dianggap tinggi atau tidak proporsional, sehingga perlu dipertimbangkan penambahan jumlah perawat di ruang perawatan tersebut (Ulfah *et al.*, 2020).

Diketahui pada bulan Februari 2025 terdapat 2 perawat ruang Instalasi Bedah Sentral yang memutuskan untuk *resign* dari RSUD Diponegoro Dua Satu Klaten dikarenakan beberapa faktor yang salah satunya karena beban kerja yg dirasa berat dan merasa lelah dengan kondisi ini. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan dengan perawat di RSUD Diponegoro Dua Satu Klaten menunjukkan bahwa enam perawat dari berbagai ruang rawat inap mengungkapkan bahwa beban kerja mereka, terutama pada hari Sabtu, sangat berat.

Perawat menghadapi tantangan dalam menyiapkan pasien pra-operasi yang baru datang, melaporkan hasil pemeriksaan yang sering kali belum selesai, serta menyiapkan pasien yang akan pulang dengan menyelesaikan administrasi yang



Barongko

Jurnal Ilmu Kesehatan

banyak, serta tuntutan untuk menyelesaikan tugas tepat waktu. Kondisi fisik yang lemah dan pusing, namun tetap diwajibkan untuk menyelesaikan pekerjaan yang mendesak, mengakibatkan kelelahan mental. Sehingga peneliti tertarik meneliti mengenai ada hubungan antara beban kerja dengan burnout syndrome pada perawat RSUD Diponegoro Dua Satu Klaten.

II. METODE PENELITIAN

1. Jenis penelitian

Dalam penelitian ini, penulis menerapkan metode pendekatan kuantitatif. Metode kuantitatif merupakan pendekatan penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk menganalisis populasi atau sampel tertentu, mengumpulkan data melalui instrumen penelitian, dan melakukan analisis data secara kuantitatif dengan tujuan menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Nadirah et al., 2022).

2. Desain Penelitian

Penelitian ini adalah studi observasional analitik dengan desain potong lintang. Penelitian observasional analitik adalah penelitian yang menganalisis hubungan antara dua atau lebih variabel, di mana peneliti hanya mengamati tanpa melakukan intervensi pada subjek penelitian.

Penelitian ini mengadopsi pendekatan potong lintang (*cross sectional*), yang berarti pengumpulan data dilakukan secara simultan dengan pengukuran variabel-variabel yang dilakukan hanya satu kali pada satu waktu (Swarjana, 2023). Penelitian dilakukan untuk mengetahui hubungan beban kerja dengan burnout perawat RSUD Diponegoro Dua Satu Klaten.

3. Waktu Dan Tempat Penelitian

a. Tempat penelitian

Tempat penelitian ini dilaksanakan di Rumah Sakit Umum Diponegoro Dua Satu Klaten.

b. Waktu penelitian

Waktu penelitian ini dilaksanakan pada bulan 24 Juli hingga 30 Juli 2025.

4. Populasi Penelitian

Populasi adalah sekumpulan elemen yang memiliki karakteristik tertentu dan memiliki kesempatan yang sama untuk dipilih menjadi anggota sampel. Populasi dalam penelitian merupakan sejumlah subjek besar yang memiliki karakteristik subjek sesuai dengan ranah dan tujuan penelitian (Swarjana, 2023).



Barongko

Jurnal Ilmu Kesehatan

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini yaitu semua perawat yang berjumlah 129 di RSUD Diponegoro Dua Satu Klaten.

5. Sampel Dan Teknik Sampling

Berdasarkan hasil perhitungan tersebut didapatkan hasil 56,33 maka jika dibulatkan total sampel yang harus diambil adalah 56 responden. Jumlah anggota sampel setiap ruangan akan dihitung dengan cara pengambilan sampel secara *proportional random sampling*

Kriteria inklusi dan kriteria eksklusi penelitian ini sebagai berikut :

a. Kriteria Inklusi

- 1) Perawat Yang Bekerja Di Rsu Diponegoro 21 Klaten
- 2) Memiliki Pengalaman Kerja Minimal 1 Tahun
- 3) Bekerja Langsung Dengan Pasien
- 4) Bersedia Menjadi Responden

b. Kriteria Eksklusi

- 1) Perawat Yang Sedang Menjalani Pendidikan Atau Pelatihan
- 2) Perawat Yang Memiliki Kondisi Kesehatan Yang Buruk
- 3) Perawat Yang Tidak Bersedia Menjadi Responden
- 4) Perawat Yang Baru Bekerja Kurang Dari 1 Tahun.

III. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

1. Hasil Penelitian

a. Analisa Data

- 1) Analisis Univariat
 - a) Karakteristik Responden

Tabel 3.1 Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Frekuensi (n= 56)	Persentase
Usia		
12-25 tahun	1	1,8
26-45 tahun	51	91,1
>46 tahun	4	7,1
Jenis Kelamin		
Laki-laki	6	10,6
Perempuan	50	89,3
Pendidikan Terakhir		
Diploma (D3)	33	58,9
Sarjana (S1)	23	41,1

Status Pernikahan		
Menikah	38	67,9
Belum Menikah	18	32,1
Masa Kerja		
≥ 5 tahun	41	73,2
< 5 tahun	15	26,8
Unit Kerja		
Instalasi Gawat Darurat (IGD)	6	10,7
Rawat Inap	19	33,9
Rawat Jalan	9	16,1
Unit Hemodialisa	7	12,5
Instalasi Bedah Sentral (IBS)	9	16,1
ICU/PICU/NICU/HCU	5	8,9
Manajemen	1	1,8

Pada tabel 3.1 menunjukkan karakteristik responden meliputi usia, jenis kelamin, status pernikahan, pendidikan terakhir, lama kerja dan unit kerja. Pada karakteristik responden sebagian besar berusia 46-45 tahun sebanyak 91%, berjenis kelamin perempuan sebanyak 50 responden (89,3%), pendidikan terakhir terbanyak diploma (D3) sebanyak 33 responden (58,9%), status pernikahan menikah sebanyak 38 responden (67,9%), masa kerja sebanyak ≥ 5 tahun sebanyak 41 responden (73,2%), serta unit kerja pada rawat inap sebanyak 19 responden (33,9%).

b) Tingkat Beban Kerja

Tabel 3.2 Tingkat Beban Kerja

Tingkat Beban Kerja	Frekuensi (n=56)	Persentase (%)
Tinggi	42	75
Sedang	10	17,9
Rendah	4	7,1

Berdasarkan tabel 3.2 didapatkan hasil sebagian besar responden memiliki tingkat beban kerja tinggi sebanyak 42 responden (75%), sedang sebanyak 10 responden (17,9%) dan rendah sebanyak 4 responden (7,1%).

c) Tingkat Burnout

Tabel 3.3 Tingkat Burnout

Tingkat Burnout	Frekuensi (n=56)	Persentase (%)
Tinggi	20	35,7
Rendah	36	64,3

Berdasarkan tabel 3.3 didapatkan hasil sebagian besar responden memiliki tingkat burnout rendah sebanyak 20 responden (35,7%) dan pada tingkat burnout rendah sebanyak 36 responden (64,3%).

b. Analisis Bivariat

Tabel 4.4 Analisis Kendal Tau B

Beban Kerja	Burnout				P- value	r hitung Kendall's Tau b
	Rendah		Tinggi			
	f	%	f	%		
Tinggi	32	57,1	10	17,9	0,001	0,422
Sedang	4	7,1	6	10,7		
Rendah	0	0	4	7,1		
Total	36	64,3	20	35,7		

Berdasarkan tabel 4.4 dapat diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat beban kerja tinggi dengan burnout rendah sebanyak 32 responden (57,1%), dan tingkat burnout tinggi sebanyak 10 responden (17,9%). Sedangkan responden memiliki tingkat beban kerja sedang dengan burnout rendah sebanyak 4 responden (7,1%) dan burnout tinggi sebanyak 6 responden (10,7%). Pada tingkat beban kerja rendah dengan burnout tinggi sebanyak 4 responden (7,1%).

Berdasarkan hasil uji korelasi diketahui bahwa nilai $p < \alpha$ yaitu dengan nilai $0,001 < 0,05$ dan nilai r hitung 0,422 sehingga H_0 ditolak yang berarti terdapat hubungan secara signifikan antara hubungan antara beban kerja dengan burnout perawat. Nilai r yang positif menunjukkan arah hubungan yang positif, yang menunjukkan bahwa jumlah beban kerja memiliki dampak yang lebih besar pada kelelahan seiring meningkatnya tingkat kelelahan, dan nilai r yang dihitung dalam kisaran 0,422 menunjukkan hubungan yang cukup kuat.



2. Pembahasan

a. Karakteristik Responden

1) Umur

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan sebagian besar responden berusia 26 hingga 45 tahun. Sejalan dengan Indiawati et al., (2022) sebagian besar responden berusia 31-40 tahun sebanyak 44%. Umur mempengaruhi *burnout syndrome* sebagian pada perawat. Harapan yang realistis umum terjadi di kalangan dewasa muda, tetapi seiring bertambahnya usia, mereka biasanya menjadi lebih aman, tangguh, dan dewasa, yang pada gilirannya membuat mereka melihat segala sesuatu dengan lebih jernih. Pekerja yang lebih muda lebih mungkin mengalami sindrom burnout jika mereka tidak siap untuk pekerjaan, kesulitan beradaptasi dengan lingkungan, merasa tidak aman di tempat kerja, atau merasa peran tidak jelas (Puspita & Kusumaputri, 2021).

Menurut asumsi peneliti, dimana usia sangat erat kaitannya dengan pengalaman dalam bekerja dan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi burnout. Perawat yang berada di usia tidak lagi muda akan sulit memainkan peran sebagai perawat kesehatan jiwa dari pada manajemen perasaannya. Selain itu, seiring bertambahnya usia, akan semakin tinggi stressor yang dimiliki.

2) Jenis Kelamin

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan sebagian besar berjenis kelamin perempuan. Penelitian ini sejalan dengan Sya'ban et al., (2024) mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 53 responden (68,8%). Jenis kelamin berhubungan dengan kejadian burnout pada perawat. Burnout lebih umum terjadi pada perempuan daripada laki-laki. Hal ini dikarenakan perawat perempuan yang sudah menikah merawat pasien secara profesional dan mengurus keluarga bisa menjadi tantangan tersendiri bagi perempuan. Akibat tanggung jawab profesional, perawat perempuan terkadang mengabaikan anggota keluarga yang sakit. Burnout jauh lebih rendah pada laki-laki karena lebih cenderung cuek sehingga *burnout* yang dirasakan jauh lebih rendah (Anita & Kizito, 2020).

Menurut asumsi peneliti, kecenderungan burnout juga dapat dialami oleh siapa saja yang bekerja, sehingga laki-laki maupun perempuan memiliki potensi yang sama mengalami burnout dengan reaksi yang berbeda-beda.



Barongko

Jurnal Ilmu Kesehatan

3) Status Pernikahan

Berdasarkan hasil penelitian sebagian besar responden memiliki status pernikahan sudah menikah. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Indiawati et al., (2022) mayoritas responden sudah menikah sebanyak 55 responden (85%). Orang yang telah menikah lebih rentang mengalami *burnout* dibandingkan yang masih *single* atau duda/janda. Hal ini diduga terkait peran ganda yang dimiliki orang yang telah menikah dikarenakan orang yang menikah memiliki peran untuk bertanggung jawab atas keluarga dan pekerjaan, berbeda dengan orang lajang karena pada seseorang yang belum menikah tidak ada keterlibatan dengan keluarga dan anak dalam mempersiapkan mental seseorang dalam menghadapi masalah pribadi dan konflik emosional. (Zamora et al., (2022); Fuady et al., (2022)).

Menurut asumsi peneliti, perawat yang belum menikah, menikah dan bercerai bisa saja mengalami *burnout*. Meskipun individu yang telah menikah memiliki pasangan, apabila dukungan sosial tidak didapatkan akan sulit menghindari *burnout*. Selain itu, tersedianya sumber dukungan sehingga perawat memiliki rasa percaya diri karena yakin ada orang lain yang dapat membantunya saat mengalami kesulitan

4) Status Pendidikan Terakhir

Berdasarkan hasil penelitian pada pendidikan terakhir terbanyak yaitu Diploma (D3). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Permatasari et al., (2023) didapatkan hasil sebagian besar responden memiliki pendidikan terakhir diploma (D3) sebanyak 19 responden 76%. Selain itu sejalan dengan Utami et al., (2023) mayoritas responden memiliki pendidikan terakhir diploma. Menurut Maslach perawat yang berlatar belakang pendidikan tinggi cenderung rentan terhadap *burnout* dibandingkan yang tidak berpendidikan tinggi. Perawat yang berpendidikan tinggi memiliki harapan atau aspirasi yang ideal sehingga ketika dihadapkan pada realitas bahwa terdapat kesenjangan antara aspirasi dan kenyataan, maka munculah kegelisahan dan kekecewaan yang dapat menimbulkan *burnout* (Marques et al., 2018). Perawat yang memiliki status pendidikan D3 Keperawatan memiliki beban kerja yang lebih tinggi dibandingkan dengan S1 keperawatan atau Ners, serta ilmu pengetahuan yang didapatkan perawat S1 Keperawatan atau Ners cenderung lebih banyak, sehingga dalam melakukan pekerjaan lebih



Barongko

Jurnal Ilmu Kesehatan

mudah dibandingkan dengan perawat dengan status pendidikan Diploma (Widodo et al., 2023).

Menurut asumsi peneliti, perawat dengan tingkat pendidikan tinggi akan mengalami burnout karena memiliki kecenderungan tingkat stres yang tinggi yang disebabkan oleh tekanan dan tuntutan perawat sebagai role model. Sementara tingkat pendidikan rendah juga mengalami burnout karena rendahnya pendidikan individu tidak dapat berfikir luas, kurang berinisiatif dan kreatif, kurang memiliki banyak ide sehingga cenderung mengalami burnout.

5) Masa Kerja

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil pada masa kerja mayoritas ≥ 5 tahun. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Alya et al., (2024) didapatkan mayoritas responden memiliki masa kerja < 5 tahun sebanyak 43 responden. Masa kerja berhubungan dengan tingkat kelelahan yang dirasakan, semakin lama masa kerja akan meningkatkan kelelahan dan kejenuhan saat bekerja terutama pada saat menangani pasien. Meskipun pengalaman kerja yang didapatkan lebih banyak tetap akan merasakan kejenuhan dalam bekerja yang cenderung monoton. Burnout dapat berdampak pada kinerja seseorang serta kemampuan mereka untuk maju dalam karir. Kinerja dan kejenuhan sangat erat kaitannya, dengan kinerja yang lebih rendah diasosiasikan dengan tingkat kejenuhan yang lebih tinggi (Utami et al., 2023).

Menurut asumsi peneliti, perawat yang sudah lama bekerja juga memiliki kecendrungan terhadap burnout, begitu juga perawat yang baru bekerja juga dapat mengalami burnout. Burnout dapat saja terjadi karena mereka bekerja dengan orang-orang yang tidak berkompeten. Perawat yang tidak berkompeten sangat rentan terhadap kesalahan dalam pengambilan keputusan klinis. Sehingga, apabila bekerja dengan yang tidak berkompeten akan memiliki kecendrungan terhadap burnout.

6) Unit Kerja

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil sebagian besar pada unit kerja pada rawat inap. Penelitian ini sejalan dengan Budiawan et al., (2023) didapatkan hasil sebagian besar responden bekerja di unit rawat inap sebanyak 88 responden (75%). Unit rawat inap atau instalasi rawat inap merujuk pada proses perawatan pasien oleh tenaga kesehatan profesional akibat penyakit tertentu, di mana pasien menginap di suatu ruangan di rumah sakit, mencakup pelayanan kesehatan individu yang



Barongko

Jurnal Ilmu Kesehatan

meliputi observasi, diagnosis, pengobatan, keperawatan, dan rehabilitasi (Zuniawati et al., 2022). Menurut *American Thoracic Society* dalam Saleh (2020), perawat menghadapi faktor risiko sindrom burnout dalam penyediaan layanan kesehatan dimana seseorang mengalami stres yang signifikan terkait dengan pekerjaannya, serta dapat diklasifikasikan menjadi dua kategori yaitu faktor internal, yang meliputi usia, jenis kelamin, dan lama masa kerja, serta faktor eksternal, seperti beban kerja yang berat, konflik dengan rekan kerja, sumber daya yang tidak memadai, dan tugas yang monoton (Utami et al., 2023).

Menurut asumsi peneliti bahwa burnout pada perawat rawat inap terjadi akibat ketidakseimbangan antara beban kerja dan jumlah tenaga perawat, serta lama kerja yang mempengaruhi kelelahan emosional sebagai bagian dari burnout. Beban kerja perawat rawat inap sering melebihi waktu produktif yang optimal, yakni melebihi 80% dari total jam kerja, sehingga menyebabkan kelelahan fisik dan mental pada perawat.

b. Gambaran Beban Kerja Perawat RSUD Diponegoro Dua Satu Klaten

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil sebagian besar responden memiliki tingkat beban kerja tinggi. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kaani et al., (2023) didapatkan hasil sebagian besar responden memiliki tingkat beban kerja tinggi sebanyak 42 responden (85,7%). Selain itu sejalan dengan Zuniawati et al., (2022) didapatkan hasil tingkat beban kerja mayoritas tinggi. Beban kerja diukur berdasarkan aktivitas yang memengaruhi beban fisik, temporal, dan psikologis, sehingga beban kerja yang dialami perawat dapat menyebabkan stres. Jika stres tersebut berlangsung terus-menerus, perawat harus mengatasi stresor tersebut sendiri, karena dapat berdampak jangka panjang (Kaani et al., 2023).

Menurut asumsi peneliti dari hasil penelitian ini bahwa beban kerja akan berpengaruh terhadap kinerja petugas. Semakin tidak sesuai beban kerja maka akan semakin berat beban kerjanya, hal ini akan berdampak buruk pada hasil kerja yang dilakukan sehingga menghasilkan kinerja yang kurang baik. Sebaliknya jika beban kerja sesuai maka akan semakin baik hasil kerjanya. Artinya hasil kerja yang baik menunjukkan kinerja yang baik dan memuaskan pada yang menerima layanan.

c. Gambaran Burnout Pada Perawat RSUD Diponegoro Dua Satu Klaten

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan sebagian besar responden memiliki tingkat burnout rendah. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan



Barongko

Jurnal Ilmu Kesehatan

oleh Sya'ban et al., (2024) didapatkan hasil sebagian besar responden memiliki tingkat burnout syndrome. *Burnout syndrome* adalah kondisi psikologis yang dialami individu akibat ketidakmampuan mengelola stres kerja, dengan mengakibatkan stres berkepanjangan akibat faktor pribadi dan lingkungan kerja. Situasi ini akan memengaruhi kualitas hubungan dengan pasien dan rekan kerja, yang pada gilirannya akan mengakibatkan pelayanan berkualitas rendah bagi pelanggan, serta menurunnya keterlibatan kerja dan hubungan individu dengan organisasi (Putri & Kanda, 2024).

Peneliti berasumsi bahwa burnout muncul karena perawat yang mengalami beban kerja tinggi dan stres berkepanjangan menunjukkan gejala seperti kelelahan fisik dan mental, mudah marah, sakit kepala, gangguan pencernaan, dan menurunnya motivasi.

d. Hubungan Antara Beban Kerja dengan Burnout Pada Perawat RSUD Diponegoro Dua Satu Klaten

Didapatkan hasil penelitian ini terdapat hubungan antara beban kerja dengan burnout pada perawat RSUD Diponegoro Dua Satu Klaten. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Irna Tafsia (2023) yang menunjukkan bahwa sebagian besar perawat di ruang rawat inap RS Hermina Pasteur mengalami beban kerja berat dengan burnout syndrome ringan. Sesuai dengan hasil penelitiannya bahwa beban kerja berat dengan burnout syndrome rendah. Temuan penelitian ini didukung oleh penelitian Rocha et al., (2019) yang mengidentifikasi adanya hubungan signifikan antara beban kerja dan sindrom burnout pada perawat. Semakin ringan beban kerja yang dirasakan, semakin sedikit kelelahan kerja yang dialami perawat, dan sebaliknya.

Menurut asumsi peneliti beban kerja ini, akan mempengaruhi tingkat burnout pada perawat di RSUD Diponegoro Dua Satu Klaten selama menjalankan tugas mereka. Situasi ini disebabkan oleh kekurangan tenaga perawat, di mana jumlah perawat tidak sebanding dengan jumlah pasien yang harus ditangani, terutama pada shift malam, serta ketidakseimbangan dalam pengetahuan dan keterampilan, dan banyaknya jenis pekerjaan yang dilakukan secara simultan, termasuk tindakan langsung dan tidak langsung. Intervensi langsung mencakup administrasi obat, pelayanan kepada pasien, evaluasi kondisi pasien, asistensi dalam pemindahan ruangan, pelaksanaan asuhan keperawatan, dan lain-lain. Tindakan tidak langsung dapat mencakup analisis data, perumusan diagnosis pasien, dan evaluasi ulang, yang dapat



Barongko

Jurnal Ilmu Kesehatan

mengakibatkan timbulnya rasa jenuh dalam bekerja. Responden dengan beban kerja moderat juga mengalami gejala ringan sindrom burnout.

IV. KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan

- a. Karakteristik responden sebagian besar berusia 26-45 tahun sebanyak 91,1%, jenis kelamin perempuan sebanyak 89,3%, pendidikan terakhir 58,9%, status pernikahan menikah 67,9%, masa kerja ≥ 5 tahun 73,2%, serta unit kerja pada rawat inap 33,9%.
- b. Beban kerja perawat di RSUD Diponegoro Dua Satu Klaten hampir seluruh responden kategori tinggisebanyak 75%
- c. Kejadian burnout pada perawat RSUD Diponegoro Dua Satu Klaten sebagian besar dari responden kategori rendah 64,3%
- d. Ada hubungan antara beban kerja dengan keadian burnout pada perawat RSUD Diponegoro Dua Satu Klaten dengan hasil p value $0,001 < 0,005$.

2. Saran

- a. Bagi Rumah Sakit
Diharapkan rumah sakit melakukan refreshing bagi semua perawat dengan bergantian seperti melakukan jalan-jalan atau traveling. Mengatur ulang beban kerja yang diberikan kepada perawat agar tidak membebani perawat sehingga mencegah terjadinya burnout.
- b. Bagi Institusi Pendidikan
Hasil penelitian ini diharapkan menjadi referensi untuk profesi kesehatan terutama penting untuk menyadari hubungan antara beban kerja perawat dengan burnout, serta pentingnya mempelajari bagaimana belajar mengatur beban kerja yang sesuai.
- c. Bagi Responden
Diharapkan bagi perawat yang merasakan tanda-tanda burnout sebaiknya mengadukan hal tersebut kepada atasan agar mendapatkan solusi yang baik untuk kelanjutan dalam upaya mencegah ataupun menghilangkan burnout yang sudah terlanjur dirasakan oleh perawat.
- d. Bagi Peneliti
Peneliti dapat mengembangkan ilmu dari hasil penelitian ini mengenai hubungan beban kerja dengan burnout perawat untuk mendapatkan informasi melalui media massa, elektronik dan tenaga kesehatan.



Barongko

Jurnal Ilmu Kesehatan

- e. Bagi Peneliti Selanjutnya
Diharapkan penelitian selanjutnya dapat menggunakan model penelitian yang berbeda seperti menggunakan metode observasi terhadap responden agar data primer yang diperoleh bersifat objektif. Dan sebaiknya butir pertanyaan tidak terlalu banyak sehingga perawat dapat mengisi dengan baik. Serta banyak faktor yang mempengaruhi terjadinya burnout, bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk meneliti faktor lain agar dapat diketahui faktor mana yang lebih dominan mempengaruhi terjadinya burnout.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, E. H. (2023). *Konsep Metodologi Riset Kesehatan*. Rizmedia.
- Aiken, L. H., Cimiotti, J. P., Sloane, D. M., Smith, H. L., Flynn, L., & Neff, D. F. (2021). The Effects of Nurse Staffing and Nurse Education on Patient Deaths in Hospitals With Different Nurse Work Environments. *National Institutes Of Health*, 49(12), 1047–1053. <https://doi.org/10.1097/MLR.0b013e3182330b6e>.The
- Alawiyah, R., & Susilawati. (2023). Hubungan Antara Beban Kerja dengan Stres Kerja Pada Perawat Rumah Sakit Di Indonesia. *Journal Of Health And Medical Reseach*, 3(4), 428–435.
- Aulia, A., & Rita, N. (2021). Hubungan Jenis Kelamin, Masa Kerja, Komitmen Organisasi, Gaya Kepemimpinan dan Kejadian Burnout pada Perawat di Rumah Sakit. *Jurnal Kesehatan Lentera 'Aisyiyah*, 4(2), 492–501. <http://jurnal.politasumbar.ac.id/index.php/jl/article/view/106>
- Bogar, R., Sambul, S. A. P., & Rumawas, W. (2021). Pengaruh Beban Kerja dan Komitmen Organisasional terhadap Turnover Intention pada PT. Batavia Prosperindo Finance Tbk-Manado. *Productivity*, 2(4), 2021.
- Budiawan, L. N., Rachman, L., & Anisa, R. (2023). Dampak Beban Kerja Terhadap Stabilitas Emosi Dan Burnout Pada Perawat Instalasi Gawat Darurat (IGD), Intensive Care Unit (ICU), Dan Rawat Inap. *Journal of Community Medicine*, 11(1), 1–9.



Barongko

Jurnal Ilmu Kesehatan

- Clinton, M., Bou-Karroum, K., Doumit, M. A., Richa, N., & Alameddine, M. (2022). Determining levels of nurse burnout during the COVID-19 pandemic and Lebanon's political and financial collapse. *BMC Nursing*, 21(1), 1–11. <https://doi.org/10.1186/s12912-021-00789-8>
- Dahri, A. T., & Weldianto, A. (2023). Analisa Beban Kerja Mental Dengan Metode Nasa-TLX Pada Operator Terminal Tractor Di PT . Pelindo Terminal Peti Kemas Makassar New Port. *Journal Of Social Science Research*, 3(4), 2450–2463.
- Dall'Ora, C. (2021). Burnout in nursing: what have we learnt and what do we still need to know? *Nursing Times (Online)*, 117(2), 43–44.
- Dall'Ora, C., Ball, J., Reinius, M., & Griffiths, P. (2020). Burnout in nursing: A theoretical review. *Human Resources for Health*, 18(1), 1–17. <https://doi.org/10.1186/s12960-020-00469-9>
- Erwan, F., Iqbal, M., Hasanuddin, I., Zuhri, S., & Maydini, C. M. (2020). Burnout Syndrome analysis among hospital nurses using Maslach Burnout Inventory - Human Service Survey (MBI-HSS): A case study. *IOP Conference Series: Materials Science and Engineering*, 931(1). <https://doi.org/10.1088/1757-899X/931/1/012025>
- Fuady, S., Dewi, P., & Susanti, I. H. (2022). Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Burnout Pada Perawat: Studi Literature. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 2(4), 1313–1320.
- Gutiérrez, K. P. M., Ramos, F. R. S., & Dalmolin, G. de L. (2020). Burnout syndrome in nursing professionals in punta arenas, chile. *Texto e Contexto Enfermagem*, 29(special issue), 1–12. <https://doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-2019-0273>
- Hidayat, R., & Sureskiarti, E. (2020). Hubungan beban kerja terhadap kejenuhan (burnout) kerja pada Perawat di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Umum Daerah Inche Abdoel Moeis Samarinda 2019. *Borneo Student Research*, 1(3), 2168–2173. <https://journals.umkt.ac.id/index.php/bsr/article/view/895>
- I Made Sudarma Adiputra, N. W. T., Ni Putu Wiwik Oktaviani, S. A. M., Victor Trismanjaya Hulu, Indah Budiastutik, A. F., Radeny Ramdany, Rosmauli Jerimia Fitriani, P. O. A. T., Baiq Fitria Rahmiati, S. A. L., & Andi Susilawaty, Efendi Sianturi, S. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yayasan Kita



Barongko

Jurnal Ilmu Kesehatan

Menulis.

- Jeikawati, Sari, D. P., Suprihatini, FAradila, & Arifin, S. (2022). Gambaran Burnout Syndrome Pada Tenaga Kesehatan Di RSUD Kota Palangka Raya. *Borneo Journal Of Medical Laboratory Technology*, 5(2), 351–357.
- Kaani, J. N., Larira, D. M., & Toar, J. M. (2023). Hubungan Beban Kerja dengan Burnout Syndrome pada Perawat di Ruang Rawat Inap Dewasa Rumah Sakit Bhayangkara Tingkat III Manado. *Mapalus Nursing Science Journal*, 1(2), 53–58.
- Lasa, A. A., Susanti, I. H., & Wirakhmi, I. N. (2024). Hubungan Beban Kerja dan Burnout Terhadap Perilaku Caring Perawat di RSUD Hidayah Purwokerto. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 10(7), 245–260.
- Mariana, E. R., Ramie, A., & Sidik, M. I. (2021). Analisis Hubungan Beban Kerja dengan Stres Kerja Perawat: Literature Review. *JKM : Jurnal Keperawatan Merdeka*, 1(2), 158–168. <https://doi.org/10.36086/jkm.v1i2.997>
- Mudallal, R. H., Othman, W. M., & Al Hassan, N. F. (2017). Nurses' burnout: The influence of leader empowering behaviors, work conditions, and demographic traits. *Inquiry (United States)*, 54. <https://doi.org/10.1177/0046958017724944>
- Nadirah, Pranama, A. D. R., & Zari, N. (2022). *Metodologi Penelitian Kualitatif, Kuantitatif, Mix Method*. Azka Pustaka.
- Nurbadriyah, W. D., Nursalam, N., Widyawati, I. Y., & Kurniawan, A. W. (2023). Factors associated with quality of life among patients undergoing hemodialysis in Indonesia. *Jurnal Ners*, 18(3), 252–256. <https://doi.org/10.20473/jn.v18i3.46280>
- Ondriová, I. (2017). The incidence of burnout in nursing practice. *Pielegniarstwo XXI Wieku / Nursing in the 21st Century*, 16(1), 15–19. <https://doi.org/10.1515/pielxxiw-2017-0002>
- Permatasari, L., Safitri, W., & Suryandari, D. (2023). Hubungan Beban Kerja Mental dengan Burnout Perawat Di Ruang IGD Rumah Sakit UNS. *Avicenna : Journal of Health Research*, 6(1), 81–92.
- Permenkes RI. (2019). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 26 Tahun 2019 Keperawatan. Kemenkes RI [Internet]. 2019;(912):1–159. *Permenkes RI No 26 Tahun 2019, 912, 1–159.*



Barongko

Jurnal Ilmu Kesehatan

- Raharjo, A. (2025). *Hubungan Beban Kerja Dengan Tingkat Stres Perawat Instalasi Bedah Sentral*. Universitas Sahid Surakarta.
- Retnaningsih, D., & Fatmawati, D. F. (2021). Beban Kerja Perawat terhadap Implementasi Patient safety di Ruang Rawat Inap. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 11(1), 44. <https://doi.org/10.20884/1.jks.2016.11.1.637>
- Swarjana, I. K. (2023). *Metodologi Penelitian Kesehatan* (Lidya Mayasari (ed.)). Andi Offset.
- Sya'ban, M., Wahyuni, L., Maulidya, R., & Yusnaini, R. (2024). Hubungan Beban Kerja Dengan Burnout Syndrome Pada Perawat Di Kota Lhokseumawe. *Jurnal Assyifa Ilmu Keperawatan Islami*, 9(1), 39–45. <https://doi.org/10.54460/jifa.v9i1.88>
- Ulfah, A., Ezdha, A., & Hamid, A. (2020). Analisa Hubungan Burnout dan Beban Kerja Perawat di Rumah Sakit Pekanbaru Medical Center. *Jurnal Kesehatan Saelmakers*, 3(2), 301–308.
- Utami, P., Rajab, M., & Munsir, N. (2023). Pengaruh Kepuasan Kerja dan Burnout Terhadap Kinerja Perawat di Instalasi Rawat Inap Rumah Sakit Umum Bahteramas Provinsi Sulawesi Tenggara Tahun 2023. *Jurnal Pelita Sains Kesehatan*, 3(1), 15–19.
- Widyawati. (2020). Buku Ajar Pendidikan Dan Promosi Kesehatan (Berdasarkan Kurikulum AIPNI 2021). In *Laboratorium Penelitian dan Pengembangan FARMAKA TROPIS Fakultas Farmasi Universitas Muallawarman, Samarinda, Kalimantan Timur* (Vol. 27, Issue 3).
- Xiangyu Kong, Kailian Zheng, Min Tang, Fanyang Kong, Jiahuan Zhou, Le Diao, Shouxin Wu, Piqi Jiao, Tong Su, Y. D. (2020). Prevalence and Factors Associated with Depression and Anxiety of Hospitalized Patients with COVID-19 Xiangyu. *File:///C:/Users/VERA/Downloads/ASKEP_AGREGAT_ANAK_and_REMAJ A_PRINT.Docx*, 21(1), 1–9.
- Zamora, R. J., Badano, S., Aufiero, M., Martinez, P., & Marconi, A. (2022). Burnout analysis in healthcare workers. A one center cross sectional comparison between physicians, nurses, administrative positions and technicians. *Revista Colombiana de Salud Ocupacional*, 12(1). <https://doi.org/10.18041/2322-634x/rcso.1.2022.7597>



e-ISSN: 2964-0849
Vol.4 No.3 Juli 2026

Barongko

Jurnal Ilmu Kesehatan

Zuniawati, D., Pringgotomo, G., Studi, P., Keperawatan, I., Indah, K., & Tulungagung, K. (2022). Pengaruh beban kerja terhadap faktor burnout syndrome pada perawat unit rawat inap rumah sakit islam orpeha tulungagung. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia*, 10(3), 571–578. <https://doi.org/10.26714/jkj.10.3.2022.571-578>