

**HUBUNGAN BEBAN KERJA PERAWAT DENGAN *BURNOUT SYNDROME***  
**DI RUMAH SAKIT UMUM DAERAH KOTA KUPANG**

Novita Ivan Ton, Florentianus Tat, Maria Getrida Simon\*  
\*Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Citra Husada Mandiri Kupang  
[novyton@ymail.com](mailto:novyton@ymail.com)

**ABSTRAK**

Sebagian besar pekerja di rumah sakit adalah perawat. Beban kerja adalah banyaknya jenis pekerjaan yang harus diselesaikan oleh tenaga kesehatan professional seperti perawat. *Burnout syndrome* adalah penipisan sumber daya fisik dan mental secara total yang berhubungan dengan pekerjaan. Tujuan penelitian ini untuk mengidentifikasi hubungan beban kerja perawat dengan *burnout syndrome* di Rumah Sakit Umum Daerah Kota Kupang. Desain dalam penelitian ini adalah studi korelasional dengan pendekatan *cross sectional* dan sampling yang digunakan adalah *nonprobability sampling* dengan cara *quota sampling*. Jumlah responden dalam penelitian ini adalah 51 orang. Instrumen yang digunakan adalah kuisisioner. Hasil uji *chi-square* adalah  $p \text{ signifikan} = 0,831 > 0,05$ . Hasil  $X^2$  hitung  $(2,278) \leq X^2$  tabel  $(9,488)$  yang berarti  $H_0$  diterima artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara beban kerja perawat dengan *burnout syndrome*. Namun diharapkan kepada perawat di RSUD Kota Kupang agar lebih waspada terhadap gejala *burnout* agar gejala tersebut tidak berkembang menjadi kondisi *burnout* dengan cara membangun hubungan yang bermanfaat, menyenangkan dan kooperatif dengan teman sejawat, tidak mengambil pekerjaan lebih dari yang tidak dapat ditangani dan buatlah waktu untuk relaksasi setiap hari.

***Kata kunci : beban kerja perawat dan burnout syndrome***

**THE RELATIONSHIP BETWEEN NURSE WORK BURDEN AND**  
**BURNOUT SYNDROME IN PUBLIC HOSPITAL OF KUPANG CITY**

**ABSTRACT**

Big part of worker in hospital is nurse. Work burden is total kind of jobs that must be finished by health professional worker like nurse. Burnout syndrome is decrease of physic and mental power totally caused by job. The purpose of this research is to identify the relationship between nurse work burden and burnout syndrome in public hospital of Kupang city. Research design is correlation study by cross sectional approach and sampling used is nonprobability sampling by quota sampling way. Total respondents in this research were 51 men. Instrument used was questionnaire. Chi- square test result is  $p \text{ significant} = 0,831 > 0,05$ . Result of  $X^2$  count  $(2,278) \leq X^2$  table  $(9,488)$  it means that  $H_0$  received means that there is no significant between nurse work burden and burnout syndrome. But it suggested to nurse in public hospital of Kupang city to wary to burnout symptom so that symptom did not appear into

burnout condition by creating good relation, enjoyable situation and cooperative between work partner and do not take out the risk work that cannot handle and to arrange time to relax every day.

**Keywords: nurse work burden and burnout syndrome.**

#### **PENDAHULUAN**

Rumah sakit merupakan suatu organisasi yang kompleks menggunakan gabungan ilmiah khusus dan rumit dan difungsikan oleh berbagai kesatuan personel terlatih dan terdidik dalam menghadapi dan menangani masalah medik modern, yang semuanya terikat bersama-sama dalam maksud yang sama, untuk pemulihan dan pemeliharaan kesehatan yang baik. Pekerja kesehatan rumah sakit yang paling banyak adalah perawat yang berjumlah 60% dari tenaga kesehatan yang ada di rumah sakit<sup>(7)</sup>.

Menurut International Council of Nursing, perawat adalah seseorang yang telah menyelesaikan program pendidikan keperawatan, berwenang di negara bersangkutan untuk memberikan pelayanan dan bertanggung jawab dalam peningkatan kesehatan, pencegahan penyakit serta pelayanan terhadap pasien<sup>(1)</sup>.

*Burnout syndrome* adalah respon terhadap adanya stressor misalnya beban kerja yang ditempatkan pada karyawan. Penelitian telah menunjukkan bahwa perawat yang bekerja di rumah sakit berada pada risiko tertinggi tingkat kelelahan. Salah satu alasan menjadi poin utama dalam perkembangan *sindrom burnout* adalah beban kerja yang berat atau tekanan saat harus memberikan banyak perawatan bagi banyak pasien saat shift kerja<sup>(8)</sup>.

Beban kerja adalah kemampuan tubuh pekerja dalam menerima pekerjaan. Dari sudut pandang ergonomi, setiap beban kerja yang diterima seseorang harus sesuai dan seimbang terhadap kemampuan fisik maupun psikologis pekerja yang menerima beban kerja tersebut. Beban kerja dapat berupa beban kerja fisik dan beban kerja psikologis. Beban kerja fisik dapat berupa beratnya pekerjaan seperti mengangkat, merawat, mendorong. Sedangkan beban kerja psikologis dapat berupa sejauh mana tingkat keahlian dan prestasi kerja yang dimiliki individu dengan individu lainnya<sup>(5)</sup>.

Data yang diperoleh menunjukkan 6 orang (60%) dari 10 orang mengalami burnout sedang. Menurut Nursalam (2013), seseorang yang mengalami gejala *burnout* mengakibatkan seseorang acuh tak acuh terhadap orang lain yang dilayani. Di RSUD Kota Kupang 6 orang (60%) dari 10 responden mengatakan kadang-kadang tidak responsif dengan pasien.

Berkaitan dengan banyaknya beban kerja yang dilakukan oleh perawat yang dapat menimbulkan *burnout syndrome*, maka penulis perlu mengkaji hubungan beban kerja perawat dengan *burnout syndrome* terutama di Rumah Sakit Umum Daerah Kota Kupang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan beban kerja perawat dengan burnout syndrome di RSUD Kota Kupang.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan perawat di RSUD Kota Kupang tentang burnout syndrome.

**METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain yang digunakan adalah studi korelasional dengan pendekatan cross sectional dengan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat<sup>(9)</sup>. Dalam penelitian ini, variable independennya (variable bebas) adalah beban kerja perawat dan variable dependen (variable tergantung) adalah burnout syndrome.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Tabel 1. Analisis bivariat beban kerja perawat dengan burnout syndrome di RSUD Kota Kupang

Beban kerja	Burnout syndrome						Total	%	P value
	Berat		Sedang		Ringan				
	N	%	N	%	N	%			
<b>berat</b>	0	0	0	0	2	4	2	4	0,831
<b>sedang</b>	0	0	6	12	27	53	33	65	
<b>ringan</b>	0	0	2	4	14	27	16	31	
<b>total</b>	0	0	8	16	43	84	51	100	

Pada tabel 1. Disajikan hasil analisis bivariat dimana dari hasil uji statistik yang telah dilakukan dengan menggunakan uji chi square maka diperoleh hasil bahwa p signifikan  $0,831 > 0,05$  yang berarti bahwa tidak terdapat hubungan antara beban kerja perawat dengan burnout syndrome di Rumah Sakit Umum Daerah Kota Kupang.

Hal ini sama dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Maryanti & Citrawati (2011) di Rumah Sakit Anak dan Bunda Harapan Kita yang menyatakan bahwa

Populasi target dalam penelitian ini adalah 82 orang dan populasi terjangkau sebanyak 59 orang yang memenuhi criteria inklusi bekerja di ruang rawat inap dan bersedia menjadi responden. Berdasarkan penghitungan sampel menggunakan rumus:

$$n = \frac{N}{1 + N(d)^2}$$

diperoleh hasil 51 orang dengan cara pengambilan sampel menggunakan *nonprobability sampling* dengan cara *quota sampling*. Data dikumpulkan oleh peneliti sendiri dengan melakukan wawancara melalui kuesioner yang telah baku. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat dengan menggunakan program SPSS dengan uji korelasi *chi square*.

perawat di ruang rawat inap walaupun lebih sering bertemu pasien yang sama dengan penyakit yang berbeda-beda dalam jangka waktu yang relatif lama mereka kurang merasakan kelelahan dan kejenuhan karena mereka lebih ikhlas dalam menjalankan tugasnya sebagai seorang perawat karena mereka mengabaikan pasien yang marah-marah sehingga merasa nyaman dan tidak merasakan *burnout*<sup>(6)</sup>.

Beban kerja adalah kemampuan tubuh pekerja dalam menerima pekerjaan. Dari sudut pandang ergonomi, setiap beban kerja yang

diterima seseorang harus sesuai dan seimbang terhadap kemampuan fisik maupun psikologis pekerja yang menerima beban kerja tersebut<sup>(2)</sup>.

Beban kerja mengandung konsep penggunaan energi pokok dan energi cadangan yang tersedia. Tugas dipandang berat jika energi pokok telah habis dipakai dan masih harus menggunakan energi cadangan untuk menyelesaikan tugas tersebut. Sebaliknya suatu tugas dipandang ringan jika energi pokok masih melimpah setelah tugas diselesaikan<sup>(10)</sup>.

Faktor-faktor yang mempengaruhi beban kerja antara lain: faktor eksternal, yaitu beban yang berasal dari luar tubuh pekerja, seperti tugas-tugas yang bersifat fisik, seperti stasiun kerja, tata ruang, tempat kerja, alat dan sarana kerja, kondisi kerja, sikap kerja dan tugas-tugas yang bersifat psikologis, seperti kompleksitas pekerjaan, tingkat kesulitan, tanggung jawab pekerjaan, organisasi kerja, seperti lamanya waktu bekerja, waktu istirahat, shift kerja, kerja malam, sistem pengupahan, model struktur organisasi, pelimpahan tugas dan wewenang<sup>(5)</sup>.

Akibat negatif dari meningkatnya beban kerja adalah kemungkinan timbul emosi perawat yang tidak sesuai yang diharapkan pasien. Perawat yang merasakan bahwa jumlah perawat yang ada tidak sebanding dengan jumlah pekerjaan yang harus diselesaikan. Kondisi ini dapat memicu munculnya stress kerja karena semua pasien yang berkunjung secara tidak langsung menuntut mendapatkan pelayanan yang efektif dan efisien sehingga permasalahan

yang dihadapi pasien segera terselesaikan<sup>(4)</sup>.

*Burnout* adalah penipisan sumber daya fisik dan mental secara total yang disebabkan oleh perjuangan berlebihan untuk mencapai sasaran yang tidak realistis yang berhubungan dengan pekerjaan<sup>(3)</sup>.

Perawat yang bekerja di rumah sakit berada pada resiko tertinggi kelelahan. Faktor lain yang sangat terkait dengan pengembangan *burnout syndrome* adalah jenis kepribadian yang mencerminkan kapasitas individu untuk tetap bertahan pada pekerjaannya<sup>(8)</sup>.

Ketika individu yang cenderung memiliki kepribadian ekstrovert yang tinggi mendapatkan beban kerja yang berlebihan mereka cenderung untuk menceritakan permasalahannya dengan orang di sekitarnya sehingga mereka akan merasa beban mereka berkurang, sehingga kecenderungan mereka untuk mengalami *burnout* pun lebih rendah<sup>(2)</sup>.

Berdasarkan hasil uji statistik *chi square*, peneliti berasumsi bahwa teori yang ditulis oleh Nursalam (2013) yang mengatakan bahwa perawat yang bekerja di rumah sakit berada pada resiko tertinggi kelelahan yang disebabkan karena beban kerja yang berat tidak sesuai dengan kenyataan yang terjadi di RSUD Kota Kupang.

Artinya penyebab gejala *burnout* yang dialami responden kemungkinan disebabkan karena faktor lain seperti jenis tipe kepribadian dari responden itu sendiri untuk bagaimana mengambil keputusan dengan cara yang tepat dalam mengatasi masalah yang dihadapi berkaitan dengan pekerjaan yang dijalannya.

Faktor lain juga yang menjadi penyebab timbulnya gejala *burnout* yakni kurangnya rasa hormat dari pasien, ketidaksukaan dan dominasi dokter dalam sistem pelayanan kesehatan, kurangnya kejelasan peran, serta kurangnya dukungan dari lingkungan kerja.

#### **SIMPULAN**

Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara beban kerja perawat dengan burnout syndrome di RSUD Kota Kupang.

#### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Ucapan terimakasih penulis sampaikan kepada semua responden yang telah bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian ini, semua staf Rumah Sakit Umum Daerah Kota Kupang. Terima kasih juga disampaikan kepada rekan-rekan dan semua pihak yang telah membantu pelaksanaan penelitian ini.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

1. Ali, Zaqidan H.(2001). *Dasar-Dasar Keperawatan Profesional*. Jakarta:Widya Medika.
2. Arifianti, Ranti Putri.(2010). *Hubungan Antara Kecenderungan Kepribadian Ekstrovet Introvet dengan Burnout Pada Perawat*.
3. Dessler, Gary.(2009). *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Jakarta: Indeks.
4. Haryanti, dkk. (2013). *Hubungan antara Beban Kerja Perawat dengan Stress Kerja Perawat di Instalasi Gawat Darurat RSUD Kabupaten Semarang*. *Jurnal manajemen keperawatan Volume I no I*. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JMK/article/view/949>
5. Manuaba, A. (2000). *Ergonomi, Kesehatan dan Keselamatan Kerja*. [Http://Repository.Usu.Ac.Id/Bitstream/123456789/33834/4/Chapter%20ii.Pdf](http://Repository.Usu.Ac.Id/Bitstream/123456789/33834/4/Chapter%20ii.Pdf).
6. Maryanti & Citrawati.(2011). *Burnout pada perawat yang bertugas di ruang rawat inap dan rawat jalan RSAB Harapan Kita*.
7. Minarsih, Mike. (2011). *Hubungan Beban Kerja Perawat Dengan Produktivitas Kerja Perawat di IRNA Non Bedah (Penyakit Dalam) RSUP.DR.M.Djamil Padang Tahun 2011*. <http://repo.unand.ac.id/217/>
8. Nursalam. (2013) *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis Edisi 3*. Jakarta: Salemba Medika.
9. Notoatmodjo, Soekidjo. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan Edisi Revisi*. Jakarta: Rineka Cipta.
10. Suwatno dan Priansa. (2011). *Manajemen SDM dalam Organisasi Publik dan Bisnis*. Jakarta: Nuha Medika