

## Beban Kerja Dapat Mempengaruhi *Burnout Syndrome* pada Perawat di Ruang Rawat Inap RS X Jakarta

Dewi Nurmawati<sup>1</sup>, Jumari<sup>2</sup>, Weslei Daeli<sup>3</sup>

Departement: Jl. Harapan 50 Gd. HZ Lenteng Agung

(STIKes Indonesia Maju, Departemen Keperawatan, Indonesia)

Email: dewinurmawati07@gmail.com

### Artikel Info

Ciptaan disebarluaskan di bawah Lisensi [Creative Commons Atribusi Berbagi Serupa 4.0 Internasional](#).

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

### Abstrak

**Latar Belakang:** Tenaga kesehatan harus meningkatkan pelayanan kesehatan yang berdampak tingginya kelelahan (*Burnout*) yang terjadi pada tenaga kesehatan khususnya perawat. Pandemi dapat memiliki dampak psikologis yang signifikan pada perawat, mereka sangat penting dalam melaksanakan perawatan kesehatan.

**Tujuan:** Penelitian ini mengetahui hubungan beban kerja dengan *burnout syndrome* pada perawat di ruang rawat inap Rumah Sakit X Jakarta tahun 2021.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan penelitian analitik korelasi dengan pendekatan *cross-sectional* dengan jumlah responden sebanyak 71 orang yang bekerja di RS X Jakarta dengan uji statistik yang digunakan uji *Chi-Square*.

**Hasil:** Beban kerja perawat sebagian besar mengalami beban kerja sedang sebanyak 30 (42,3%), dan perawat yang mengalami *burnout syndrome* tinggi sebanyak 51 responden (71,8%). Didapatkan *p-value* = 0,024 < 0,05 menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara beban kerja dengan *burnout syndrome*.

**Kesimpulan:** Usia responden terbanyak berusia 21-30 tahun, jenis kelamin sebagian besar perempuan, status pernikahan responden sebagian besar menikah, pendidikan responden sebagian besar D3, lama bekerja terbanyak yaitu lebih dari 3 tahun. Beban kerja dengan *burnout syndrome* memiliki hubungan yang signifikan.

## Pendahuluan

Kesejahteraan penyedia layanan kesehatan dan pengaruh penyedia layanan kesehatan mental dan kesejahteraan pada keselamatan pasien telah mengumpulkan minat dan perhatian nasional, meskipun konsep *burnout* di kalangan profesional kesehatan bukanlah hal baru. Layanan kesehatan, sebagai sebuah industri, menempatkan banyak tekanan pada penyedia layanan kesehatan, termasuk tantangan pekerjaan klinis, kendala waktu, tuntutan persaingan, kurangnya kontrol atas proses dan penjadwalan kerja, dan peran dan hubungan yang saling bertentangan dengan kepemimpinan. Sindrom *burnout* semakin dikenal di kalangan profesional kesehatan, dengan *Agency for Healthcare*. Penelitian dan Kualitas memperkirakan bahwa kelelahan dapat mempengaruhi 10-70% perawat dan 30-50% dokter, praktisi perawat, dan asisten dokter.<sup>1</sup>

Sindrom *burnout* adalah fenomena global, internasional dan sekelompok gejala yang dibahas dan diteliti dalam literatur Hungaria. Globalisasi, privatisasi dan liberalisasi telah menyebabkan perubahan cepat dalam lingkungan kerja modern. Banyak keterampilan baru yang perlu diperoleh, dan harapan kinerja yang tinggi harus dipenuhi dengan meningkatnya tekanan waktu. Semua ini mempersulit sistem perawatan kesehatan pekerja yang terkena stres emosional konstan dari kontak yang kuat dengan pasien dan kerabat mereka. untuk

mempertahankan hubungan emosional.<sup>2</sup>

Menurut Christina Maslach, mengklaim bahwa kelelahan adalah penyebab kelelahan emosional, sekelompok gejala yang dapat digambarkan bersama dengan penurunan efektivitas pribadi. *Burnout* mempengaruhi seluruh kepribadian, fisik orang yang terkena (misalnya kelelahan kronis, gangguan tidur, nyeri), emosional (misalnya kelelahan emosional, perasaan putus asa, harga diri negatif, kecemasan kronis, depresi), perilaku (misalnya lekas marah, sinisme, kafein, nikotin, alkohol, kecanduan obat dan obat, gangguan makan) dan gejala mental (misalnya defisit perhatian, penurunan kinerja, kelangkaan, profesional merasa tidak kompeten).<sup>3</sup>

Menurut Howard Catton (Kepala Eksekutif ICN) perawat mengalami trauma massal seperti kelelahan fisik hingga mental. Secara global perawat diprediksi akan berkurang sekitar 13 juta orang karena berhenti akibat kelelahan. Di Indonesia berdasarkan penelitian dari Departemen Ilmu Kedokteran Fakultas kedokteran Universitas Indonesia 83% perawat mengalami kelelahan fisik dan mental akibat pandemi. Pandemi dapat memiliki dampak psikologis yang signifikan pada perawat, mereka sangat penting dalam melaksanakan perawatan kesehatan.<sup>4</sup> Penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa pandemi memperburuk stres yang dirasakan oleh perawat, karena mereka mengatasi tuntutan emosional, fisik, dan kognitif yang intens.<sup>5</sup>

Perawat sebagai salah satu tenaga kesehatan yang berada di garis depan mengalami ancaman penularan dan kematian serta dilema etika yang signifikan. Selain itu, jumlah perawat yang terbatas, membuat pekerjaan sehari-hari perawat sulit dan membuat mereka menghadapi risiko yang tidak perlu karena kurangnya alat pelindung diri dan peningkatan beban kerja.<sup>6</sup> Selain itu, kurangnya kontrol terhadap aliran pasien, manajemen yang buruk, dan tidak adanya perencanaan juga dapat menimbulkan *burnout* di kalangan perawat. Leither dan Maslach mendefinisikan *burnout* sebagai *syndrome* kelelahan emosional, personalisasi dan rasa penurunan personal, prestasi yang dapat terjadi pada individu yang bekerja dengan orang-orang dalam kapasitas yang sama.<sup>7</sup> Sedangkan menurut Demerouti dan Bakker mengemukakan *burnout* sebagai *syndrome* psikologis yang muncul saat karyawan berada pada lingkungan kerja penuh stress dengan tuntutan pekerjaan yang tinggi dan sumber daya yang rendah.<sup>8</sup>

Maslach menjelaskan *burnout* merupakan ekspresi lelah dari situasi kurangnya motivasi yang menimbulkan frustrasi serta perubahan perilaku, kepribadian dan sikap seseorang dalam menanggapi tuntutan karena hal ini dianggap dirinya tidak dihargai dalam pekerjaan. Beban kerja dimasa pandemi menuntut perawat bekerja ekstra hati-hati. Hancock dan Meshkati mengartikan beban kerja sebagai suatu perbedaan antara kapasitas atau kemampuan pekerja dengan tuntutan pekerjaan yang dihadapi. Menurut Gibson dan Ivancevich beban kerja merupakan tekanan sebagai tanggapan yang tidak dapat menyesuaikan diri yang dipengaruhi oleh perbedaan individual atau proses psikologis yakni suatu konsekuensi dari setiap tindakan ekstern.<sup>8</sup>

Rumah Sakit X merupakan salah satu Rumah Sakit Umum yang melayani pasien umum. Berdasarkan studi pendahuluan dari 10 perawat yang merawat pasien, 70% (7 orang) perawat mengatakan sudah bosan dan lelah dalam merawat pasien dan 30% (3 orang) orang merasa tidak bosan dan tidak lelah. Perawat sebagai tenaga kesehatan yang secara berkesinambungan merawat pasien perlu dipahami oleh semua profesi.

## Metode

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan metode *cross-sectional*. Desain penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan antara beban kerja (*variable independent*) dengan *burnout syndrome* (*variable dependen*) melalui cara pengumpulan data dilakukan dalam rentang waktu yang sama. Sampel dalam penelitian ini adalah perawat yang bekerja di ruang rawat inap RS X Jakarta berjumlah 71 sampel dengan Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Pengumpulan data menggunakan instrumen kuesioner. Analisis untuk mengetahui hubungan antara pengaruh beban kerja dan *burnout syndrome* dilakukan menggunakan uji *Chi-Square* melalui bantuan SPSS. Uji *Chi-Square* dilakukan pada tingkat kemaknaan  $p\text{-value} < 0,05$ .

## Hasil

Hasil penelitian yang dilakukan di RS X Jakarta. Sajian data dalam penelitian ini dilakukan secara univariat dan bivariat.

### Karakteristik Responden

**Tabel 1.** Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden (n=71)

| No | Karakteristik            | Frekuensi | %    |
|----|--------------------------|-----------|------|
| 1. | <b>Usia</b>              |           |      |
|    | 21-30 Tahun              | 50        | 70,4 |
|    | 31-40 Tahun              | 21        | 29,6 |
| 2. | <b>Jenis Kelamin</b>     |           |      |
|    | Laki-laki                | 8         | 11,3 |
|    | Perempuan                | 63        | 88,7 |
| 3. | <b>Status Pernikahan</b> |           |      |
|    | Belum Menikah            | 34        | 47,9 |
|    | Menikah                  | 37        | 52,1 |
| 4. | <b>Pendidikan</b>        |           |      |
|    | D3                       | 59        | 83,1 |
|    | S1                       | 12        | 16,9 |
| 5. | <b>Lama Kerja</b>        |           |      |
|    | 0-1 tahun                | 14        | 19,7 |
|    | 2-3 tahun                | 17        | 23,9 |
|    | >3 tahun                 | 40        | 56,3 |

Berdasarkan data yang didapat bahwa usia responden terbanyak berusia 21-30 tahun sebanyak 50 responden (70,4%), jumlah usia 31-40 tahun sebanyak 21 responden (29,6). Jenis kelamin sebagian besar perempuan sebanyak 63 responden (88,7%) dan laki-laki sebesar 8 responden (11,3%). Status pernikahan responden sebagian menikah sebanyak 37 responden (52,1%) dan responden belum menikah sebanyak 34 responden (47,9). Pendidikan responden sebagian besar D3 sebanyak 59 responden (83,1%) dan pendidikan S1 12 responden (16,9%). Lama bekerja responden terbanyak yaitu lebih dari 3 tahun sebanyak 40 responden (56,3%), dan lama bekerja 2-3 tahun sebanyak 17 responden (23,9%), sedangkan masa kerja 0-1 tahun sebanyak 14 responden (19,7%).

## Beban Kerja

**Tabel 2.** Distribusi Frekuensi Beban Kerja (n=71)

| No | Beban Kerja | Frekuensi | %    |
|----|-------------|-----------|------|
| 1  | Rendah      | 26        | 36,6 |
| 2  | Sedang      | 30        | 42,3 |
| 3  | Tinggi      | 15        | 21,1 |
|    | Jumlah      | 71        | 100  |

Berdasarkan data yang didapat menunjukkan bahwa beban kerja sedang sebanyak 30 responden (42,3%), dan beban kerja rendah sebanyak 26 responden (36,6%) dan beban kerja tinggi 15 responden (21,1%).

## Burnout Syndrome

**Tabel 3.** Distribusi Frekuensi *Burnout Syndrome* (n=71)

| No | <i>Burnout Syndrome</i> | Frekuensi | %    |
|----|-------------------------|-----------|------|
| 1  | Rendah                  | 20        | 28,2 |
| 2  | Tinggi                  | 51        | 71,8 |
|    | Jumlah                  | 71        | 100  |

Berdasarkan data yang didapat menunjukkan bahwa *burnout* tinggi sebanyak 51 responden (71,8%), dan *burnout* rendah sebanyak 20 responden (28,2%).

## Pengaruh Beban Kerja terhadap *Burnout Syndrome*

**Tabel 4.** Beban Kerja dengan *Burnout Syndrome* (n=71)

| No | Beban Kerja | <i>Burnout Syndrome</i> |      |        |      | Total | %    | <i>p-value</i> |
|----|-------------|-------------------------|------|--------|------|-------|------|----------------|
|    |             | Rendah                  | %    | Tinggi | %    |       |      |                |
| 1  | Rendah      | 12                      | 16,9 | 14     | 19,7 | 26    | 36,6 | 0,024          |
| 2  | Sedang      | 4                       | 5,6  | 26     | 36,6 | 30    | 42,2 |                |
| 3  | Tinggi      | 4                       | 5,6  | 11     | 15,6 | 15    | 21,2 |                |
|    | Total       | 20                      | 28,1 | 51     | 71,9 | 71    | 100  |                |

Berdasarkan tabel 4 di atas didapatkan  $p\text{-value} = 0,024 < 0,05$  menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara beban kerja dengan *burnout syndrome* dengan nilai  $p\text{-value} = 0,024$ .

## Pembahasan

### Karakteristik Responden

Usia penelitian ini didapatkan responden terbanyak berusia 21-30 tahun sebanyak 50 responden (70,4%), hal ini sejalan, dengan penelitian Garcia dan Calvo (2021), bahwa responden sebagian merasa berusia 25-30 tahun dan usia responden berpengaruh dengan *burnout* akibat pandemi.<sup>9</sup> Penelitian yang dilakukan oleh Andarini (2018) bahwa usia 21-30 tahun merupakan usia terbanyak sebesar 56%.<sup>10</sup> Penelitian yang dilakukan oleh Galanis, Petros *et. al.* (2021), bahwa rata-rata usia responden usia 31 tahun, usia perawat berpengaruh terhadap kelelahan atau *burnout*.<sup>11</sup> Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Hamed, *et. al.* (2020), bahwa usia rata-rata responden yaitu usia 32 tahun, namun berpengaruh secara signifikan terhadap *burnout* dengan  $p\text{-value} = 0,001$ .<sup>12</sup> Merujuk kepada dimensi *burnout syndrome* menurut Maslach dimensi kelelahan emosi merupakan dimensi yang sangat

dipengaruhi oleh usia dimana usia dewasa muda secara emosi belum matang sehingga dengan adanya beban kerja yang tinggi menyebabkan kelelahan emosi.

Asumsi penelitian bahwa usia muda lebih mudah mengalami kelelahan. Jenis kelamin pada penelitian ini sebagian besar perempuan sebanyak 63 responden (88,7%), hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Garcia dan Calvo (2021), bahwa jenis kelamin responden sebagian besar perempuan (90%).<sup>8</sup> Hamed, *et. al.*, (2020) responden 96,6%.<sup>12</sup> Begitu juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Andarini (2018), bahwa sebagian besar responden perempuan sebanyak 59%.<sup>10</sup> Hal tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar profesi perawat berjenis kelamin perempuan yang berlandaskan kepada perempuan memiliki jiwa yang lebih sabar dan lemah lembut dalam merawat pasien.

Penelitian ini menunjukkan bahwa status pernikahan responden sebagian besar menikah sebanyak 37 responden (52,1%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Andarini (2018) mayoritas sudah menikah (72,1%),<sup>10</sup> penelitian lain yang dilakukan Hamed, *et. al.*, (2020) responden 47% sudah menikah sedangkan Garcia dan Calvo, (2021) 79,12% sudah menikah.<sup>12,8</sup> Wanita yang sudah menikah dan bekerja memiliki peran ganda, membagi pikiran dan tenaga pada pekerjaan kantor dan rumah tangga. Asumsi peneliti hal tersebut membuat beban yang cukup berat dibandingkan laki-laki.

Pendidikan responden pada penelitian ini sebagian besar D3 sebanyak 83,1% responden menunjukkan bahwa pendidikan mayoritas di RS X D3 keperawatan, Hal ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan Andarini (2018) bahwa mayoritas responden dalam penelitiannya adalah Ners.<sup>10</sup> Sedangkan penelitian lainnya Hamed, *et. al.*, (2020), Garcia dan Calvo, (2021) status pendidikan terbanyak Ners.<sup>8</sup> Hal ini berbeda dengan penelitian ini karena standar pendidikan perawat di Indonesia masih mengakui D3 keperawatan sementara di negara Eropa dan Amerika standar pendidikan minimal keperawatan Ners. Jika dilihat dari faktor yang mempengaruhi *burnout sindrom* dimensi rendahnya capaian diri atau perasaan terhadap pekerjaannya terasa sulit maka tingkat pendidikan sangat mempengaruhi karena semakin tingginya pendidikan kemampuan penyelesaian masalah akan lebih mudah jika dibandingkan dengan pendidikan yang lebih rendah. Asumsi peneliti bahwa pendidikan seseorang yang lebih tinggi meningkatkan kemampuan persepsi beban kerja.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa lama bekerja responden terbanyak yaitu lebih dari 3 tahun sebanyak 56,3%, Hal ini sejalan dengan Andarini (2018), bahwa pengalaman bekerja antara 3-5 tahun sebanyak 54,8%.<sup>10</sup> Penelitian yang dilakukan Hamed, *et. al.*, (2020), Pengalaman bekerja melebihi 10 tahun namun pengalaman bekerja memiliki hubungan signifikan terhadap *burnout* dengan nilai *p-value* 0,001.<sup>12</sup> Asumsi peneliti pengalaman bekerja yang lama dengan beban kerja yang tinggi memudahkan rasa kelelahan yang besar atau *burnout syndrome* yang tinggi.

### **Beban Kerja**

Hasil penelitian ini menunjukkan beban kerja sedang sebanyak 30 responden (42,3%), dan beban kerja rendah sebanyak 26 responden (36,6%) dan beban kerja tinggi 71 responden (21,1%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Badri (2020), bahwa perawat memiliki beban kerja yang tinggi dimasa pandemi sebanyak 55,2%.<sup>13</sup> Hal ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Hakman, Suhadi dan Yunair (2021), mengenai beban kerja terhadap motivasi kerja perawat mayoritas memiliki beban kerja yang rendah (68,8%).<sup>14</sup> Penelitian yang dilakukan oleh Arrahman, (2020) terhadap Hakman, Suhadi dan Yunair (2021), perawat didapatkan sebagian besar memiliki persepsi beban kerja yang berat.<sup>15</sup>

Beban kerja diartikan sebagai kemampuan tubuh pekerja dalam menerima pekerjaan, beban kerja yang diterima seseorang harus sesuai dan seimbang terhadap kemampuan fisik maupun psikologisnya dalam menerima pekerjaan. Beban kerja yang tinggi dalam pelayanan berpengaruh terhadap stres perawat. Dapat diasumsikan bahwa beban kerja perawat di RS X Jakarta tergolong memiliki beban kerja tinggi karena layanan yang diberikan dituntut lebih tinggi terutama dimasa pandemi.

### **Burnout Syndrome**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perawat yang mengalami *burnout syndrome* tinggi sebanyak 51 responden (71,8%). Hal ini sejalan dengan penelitian Czeglédi dan Kovács (2019) bahwa sebagian besar perawat di masa pandemi ini mengalami *burnout syndrome* mencakup kelelahan emosional, depersonalisasi, dan penurunan capaian diri.<sup>3</sup> Penelitian yang sejalan dilakukan oleh Andarini (2018), didapatkan sebagian besar perawat mengalami burnout dengan kategori sedang.<sup>10</sup> Penelitian Garcia dan Calvo, (2021) menunjukkan bahwa persepsi ancaman Covid-19 memperkuat hubungan negatif antara dukungan sosial di tempat kerja dan burnout.<sup>8</sup>

*Burnout* dimasa pandemi pada perawat merupakan bentuk kelelahan yang dirasakan secara emosional hal tersebut dapat menyebabkan penurunan kualitas pelayanan asuhan perawatan.<sup>11</sup> Dalam sistem perawatan kesehatan, perawat menghadapi banyak bahaya dari aspek pengembangan sindrom kelelahan (kelelahan emosional, depersonalisasi, dan penurunan pencapaian pribadi). *Burnout* memiliki dampak negatif pada kesehatan dan status ekonomi individu. Selain itu, *burnout* mengurangi kepatuhan, mengurangi kualitas perawatan, dan mempengaruhi prevalensi malpraktik dan komplikasi medis. Oleh karena itu identifikasi, pencegahan dan pengobatan *burnout* merupakan hal yang penting.

### **Analisis Hubungan Beban Kerja terhadap Burnout Syndrome**

Hasil penelitian didapatkan  $p\text{-value} = 0,024 < 0,05$  menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara beban kerja dengan *burnout syndrome* dengan nilai  $p\text{-value} = 0,024$ . Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Arrahman, (2020) berdasarkan hasil analisis, diperoleh nilai korelasi sebesar  $-0.651$  ( $p < 0.000$ ) artinya terdapat hubungan antara variabel persepsi beban kerja dengan *burnout*.<sup>15</sup> Hal tersebut menunjukkan bahwa variabel persepsi beban kerja memberikan sumbangan efektif sebesar 42.4% terhadap variabel *burnout* dan sisanya 57.6% dipengaruhi oleh faktor-faktor lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini seperti ambiguitas, konflik peran, dan dukungan dari keluarga atau rekan kerja. Penelitian lain yang sejalan dilakukan Badri (2020), antara beban kerja dengan stres kerja didapatkan  $p\text{-value}$  sebesar 0,006 yang berarti beban kerja memiliki hubungan yang signifikan terhadap stres kerja.<sup>13</sup>

Beban kerja adalah sejumlah target pekerjaan atau hasil yang harus dicapai dalam satuan waktu. Berdasarkan dimensinya beban kerja sebagai beban kerja yang tinggi baik secara beban waktu, mental, psikologis sangat mempengaruhi kondisi seseorang yang melakukan pekerjaan hal ini terjadi bila secara terus menerus akan menimbulkan kelelahan atau *burnout syndrome*. Berdasarkan aspeknya Nursalam membagi menjadi beberapa aspek yang terdiri dari aspek fisik beban kerja ditentukan berdasarkan jumlah pasien yang harus dirawat dan banyaknya tugas suatu unit atau ruangan.<sup>16</sup> Tingkat ketergantungan pasien suatu ruangan atau unit menjadi tolak ukur penghitungan aspek fisik seperti ketergantungan minimal, parsial, total. Aspek psikologis berdasarkan hubungan antar individu antar perawat serta dengan kepala ruangan, selain itu hubungan perawat dengan pasien yang dapat

memberikan pengaruh pada kinerja dan tingkat produktif perawat. Aspek waktu kerja produktif yaitu banyaknya jam kerja yang digunakan pegawai untuk melaksanakan tugas pokok dan fungsinya.<sup>16</sup> Hasil penelitian ini menitik beratkan kepada aspek beban kerja fisik karena kondisi pandemi menjadi bagian beban kerja yang tinggi karena kewaspadaan yang tinggi karena penyakit yang mudah menular, jumlah pasien yang banyak dan tingkat ketergantungan pasien.

Menurut Maslach (1981), berdasarkan faktor yang mempengaruhinya *burnout syndrome* terbagi menjadi dua faktor, yang pertama sumber daya seperti keterampilan, otonomi, dukungan, sosial, pengawasan, dan keterlibatan dalam pengambilan keputusan, sedangkan faktor kedua yaitu: permintaan dalam pekerjaan seperti beban kerja yang terlalu tinggi dan adanya konflik pribadi. Hal tersebut sangat memungkinkan bahwa faktor beban kerja yang tinggi sangat berperan dalam penyebab kelelahan bekerja.<sup>17</sup>

*Burnout Syndrome* menurut teori ini sebagai proses yang berkembang dari waktu ke waktu. Terjadinya *burnout syndrome* merupakan suatu proses terjadinya perubahan perilaku negatif sebagai respon terhadap tekanan dan stres pekerjaan dalam waktu berkepanjangan. Tanda dari *burnout syndrome* diantaranya kehilangan semangat atau putus asa, pesimis, melakukan pekerjaan, apatis, mudah marah kepada pasien atau rekan kerja, tidak mampu menerima perubahan dan kehilangan kreativitas.<sup>13</sup> Stres yang berkepanjangan berpotensi menjadi *burnout syndrome*. *Burnout syndrome* telah menjadi fenomena psikologis yang cenderung bekerja menurunkan kinerja seseorang, efektifitas sebuah organisasi.<sup>10</sup>

Peneliti mengasumsikan bahwa *burnout syndrome* yang terjadi sebagai bagian dari adanya beban kerja yang tinggi sehingga seseorang yang tidak berhasil mengatasi stres kerja menyebabkan stres berkepanjangan dan mengakibatkan kelelahan fisik, kelelahan mental, dan rendahnya penghargaan terhadap diri sendiri. selain itu beban kerja yang berat atau sedikit akan mengakibatkan perawat mengalami masalah akibat kerja hal tersebut terlihat dengan beban kerja yang rendah pun banyak yang mengalami *burnout* yang tinggi. Menurut peneliti beban kerja yang rendah atau terlalu ringan itu tidak baik apalagi dengan kondisi di ruangan yang terdapat banyak pasien, sehingga beban kerja yang ringan akan mempengaruhi kinerja perawat yang berakibat rendahnya persepsi beban kerja. Hal tersebut akan menurunkan kemampuan bekerja sehingga kondisi pandemi ini menjadikan perawat berpersepsi yang terlalu tinggi sehingga banyak perawat berpersepsi bahwa beban kerja rendah namun mengalami kelelahan akibat kerja.

## Kesimpulan

Berdasarkan hasil yang didapatkan sebagian besar responden berusia 21-30 tahun, bejenis kelamin perempuan, status pernikahan sudah menikah dan lama bekerja lebih dari 3 tahun. Beban kerja diperoleh sebagian besar mengalami beban kerja sedang sebanyak 30 responden (42,3%), dan beban kerja rendah sebanyak 26 responden (36,6%). Perawat yang mengalami *burnout* tinggi sebanyak 71,8%. Terdapat hubungan signifikan antara beban kerja perawat dengan *burnout syndrome* pada perawat di Rumah Sakit X Jakarta tahun 2021.

## Deklarasi Konflik Kepentingan

Peneliti menyatakan bahwa penelitian ini independen dari konflik kepentingan individu dan organisasi.

## Ucapan Terimakasih

Terimakasih kepada semua pihak yang membantu dan salah satunya RS X Jakarta yang telah membantu proses penelitian ini.

## Pendanaan

Sumber dana dalam penelitian ini bersumber dari peneliti.

## Referensi

1. Fessell D, Cherniss C. Coronavirus disease 2019 (COVID-19) and beyond: micropractices for burnout prevention and emotional wellness. *J Am Coll Radiol*. 2020;17(6):746–8.
2. West CP, Dyrbye LN, Shanafelt TD. Physician burnout: contributors, consequences and solutions. *J Intern Med*. 2018;283(6):516–29.
3. Czeglédi E, Tandari-Kovács M. A kiégés előfordulása és megelőzési lehetőségei ápolók körében. *Orv Hetil*. 2019;160(1):12–9.
4. Fernández O, Kang S, Laily Noor Ikhsanto jurusan teknik mesin, Aceh kue tradisional khas. Pendidikan Kesehatan Pencegahan Virus Covid-19 Di Area Pertambangan Desa Tulabolo Timur. 2020;2017(1):1–9.
5. Inchausti F, Garcia-Poveda N V, Prado-Abril J, Sanchez-Reales S. Clinical psychology before the pandemic COVID-19 in Spain. Vol. 31, *Clínica y Salud*. Colegio Oficial Psicólogos Madrid C/Cuesta San Vicente, No 4, 6 Planta ...; 2020. p. 105–7.
6. Lam SKK, Kwong EWY, Hung MSY, Chien WT. Emergency nurses' perceptions regarding the risks appraisal of the threat of the emerging infectious disease situation in emergency departments. *Int J Qual Stud Health Well-being*. 2020;15(1):1718468.
7. Halbesleben JRB, Demerouti E. The construct validity of an alternative measure of burnout: Investigating the English translation of the Oldenburg Burnout Inventory. *Work Stress*. 2005;19(3):208–20.
8. Manzano García G, Ayala Calvo JC. The threat of COVID-19 and its influence on nursing staff burnout. *J Adv Nurs*. 2021;77(2):832–44.
9. Hoseinabadi TS, Kakhki S, Teimori G, Nayyeri S. Burnout and its influencing factors between frontline nurses and nurses from other wards during the outbreak of Coronavirus Disease-COVID-19-in Iran. *Investig y Educ en Enferm*. 2020;38(2).
10. ANDARINI E. Analisis Faktor Penyebab Burnout Syndrome dan Job Satisfaction Perawat di Rumah Sakit Petrokimia Gresik. Universitas Airlangga; 2018.
11. Galanis P, Vraka I, Fragkou D, Bilali A, Kaitelidou D. Seroprevalence of SARS-CoV-2 antibodies and associated factors in healthcare workers: a systematic review and meta-analysis. *J Hosp Infect*. 2021;108:120–34.
12. Lebano A, Hamed S, Bradby H, Gil-Salmerón A, Durá-Ferrandis E, Garcés-Ferrer J, et al. Migrants' and refugees' health status and healthcare in Europe: a scoping literature review. *BMC Public Health*. 2020;20(1):1–22.
13. Badri IA. Hubungan beban kerja dan lingkungan kerja dengan stres kerja perawat ruangan icu dan Igd. *Hum Care J*. 2020;5(1):379–90.
14. Hakman H, Suhadi S, Yuniar N. Pengaruh Beban Kerja, Stres Kerja, Motivasi Kerja Terhadap Kinerja Perawat Pasien Covid-19. *Nurs Care Heal Technol J*. 2021;1(2):47–54.
15. Arrahman DR. Hubungan Antara Persepsi Beban Kerja Dengan Burnout Pada Perawat Rumah Sakit Permata Bunda Di Purwodadi. Naskah Publ Progr Stud Psikol. 2020;
16. Nursalam II. Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis.
17. Schaufeli WB, Leiter MP, Maslach C. Burnout: 35 years of research and practice. *Career Dev Int*. 2009;