

## HUBUNGAN TINGKAT STRES KERJA DENGAN KEJADIAN *BURNOUT* PADA PERAWAT RUANG RAWAT INAP DI RUMAH SAKIT KANKER DHARMAIS JAKARTA

Cholisa Resmi Sari<sup>1\*</sup>, Zahrah Maulidya Septimar<sup>2</sup>, Inna Mukhaira<sup>3</sup>  
<sup>1,2,3</sup>Fakultas Keperawatan, Universitas Yatsi Madani, Indonesia

Email: [crsicha518@gmail.com](mailto:crsicha518@gmail.com)

### ABSTRAK

**Pendahuluan:** *Burnout* adalah sebuah kondisi yang disebabkan oleh stres yang terjadi berulang terjadi di tempat kerja. *Burnout* terjadi salah satunya ditimbulkan oleh terdapatnya beban kerja yang sangat besar serta berdampak pada perawat hingga mengalami stres kerja. **Tujuan:** Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan tingkat stres kerja dengan kejadian *burnout* pada perawat Ruang Rawat Inap di Rumah Sakit Kanker Dharmais Jakarta. **Metode:** Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan analisis korelasi. Sampel sebanyak 231 responden. Variabel pada penelitian ini adalah tingkat stres kerja dan kejadian *burnout* pada perawat. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner stress kerja dan kuesioner *Maslach Burnout Inventory*. Analisis data menggunakan uji Chi-Square. **Hasil:** Analisis data menunjukkan variabel tingkat stres kerja tidak berhubungan ( $P > 0.05$ ) dengan variabel tingkat *burnout* perawat. **Kesimpulan:** Hasil analisis hubungan menunjukkan stres kerja yang dialami tidak berhubungan dengan tingkat *burnout* perawat. **Saran:** Sebaiknya dibuat agenda atau kegiatan yang bersifat hiburan seperti *gathering* atau *outbond* secara berkala untuk perawat agar perawat tidak jemu dan mengalami stress akibat pekerjaannya.

**kata kunci:** *burnout*, perawat, stress kerja

### ABSTRACT

**Introduction:** Burnout is a condition caused by stress that occurs repeatedly in the workplace. One of the reasons for burnout is that there is a very large workload and this has an impact on nurses, causing them to experience work stress. **Objective:** This research was conducted to determine the relationship between work stress levels and the incidence of burnout among inpatient nurses at the Dharmais Cancer Hospital, Jakarta. **Method:** This research is quantitative research with correlation analysis. The sample was 231 respondents. The variables in this study are the level of work stress and the incidence of burnout in nurses. The instruments used were the work stress questionnaire and the Maslach Burnout Inventory questionnaire. Data analysis used the Chi-Square test. **Results:** Data analysis showed that the work stress level variable was not related ( $P > 0.05$ ) to the nurse burnout level variable. **Conclusion:** The results of the relationship analysis show that the work stress experienced is not related to the level of nurse burnout. **Suggestion:** It is best to create an entertainment agenda or activities such as regular gatherings or outbound activities for nurses so that nurses do not get bored and experience stress due to their work.

**Keywords:** *burnout*, job stress, nurse

**Cite this as :** Sari, C, R, Septimar, Z, M, Mukhaira, I. (2023). Hubungan tingkat stress kerja dengan kejadian *burnout* pada Perawat Ruang Rawat Inap di Rumah Sakit Kanker Dharmais Jakarta. *Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat*, 11 (2) 35-38.

### PENDAHULUAN

*Burnout* adalah keadaan psikis yang ditandai dengan tanda-tanda kelelahan emosional, tindakan sinisme serta ketidakmampuan diri dalam menuntaskan profesi (Nelma, 2019). *Burnout* dapat memberikan dampak negatif terhadap kesehatan mental, seperti membenci suatu pekerjaan, merasa tidak ada yang membantu, kelalaian dalam pekerjaan dan *burnout* membuat seseorang merasa jadi tidak berdaya dan merasakan adanya tekanan (Kemenkes RI, 2022).

Berdasarkan Riskesdas, kejadian *burnout* di Indonesia sebanyak 45% (Kemenkes RI, 2018). PPNI tahun 2017 menyatakan bahwa Sebesar 50,9% perawat Indonesia dari empat provinsi mengalami stres kerja yang menimbulkan *burnout syndrome* dikarenakan overload beban kerja, banyak menghabiskan waktu dan pendapatan yang minim. Survei PPNI pada 2018 mengungkapkan sekitar 50,9% perawat di Indonesia mengalami stres kerja (Kristanto, 2022). Studi yang dilakukan Uziel, dkk menunjukkan terjadinya *burnout*

pada perawat di poli gigi. Nugroho & Susiana menyatakan *Burnout* merupakan respon jangka panjang yang berkaitan dengan stress yang terus menerus terjadi di area kerja (Fanani dkk, 2020).

Robbins menyampaikan, stres kerja merupakan suatu keadaan dimana seseorang dihadapkan dengan keterbatasan dengan tuntutan yang tidak sesuai dengan harapan (Priyantika, 2018). *Fenomena burnout ditemukan hampir disemua profesi kesehatan. Perawat merupakan komponen penting pelayanan kesehatan rumah sakit dan tenaga kesehatan yang berhubungan paling lama dengan pasien. Faktor yang menyebabkan terjadinya stress di lingkungan kerja adalah faktor dari dalam pekerjaan yaitu tuntutan fisik dan tuga yang overload, peran individu dalam berorganisasi, hubungan dengan teman sejawat, karakteristik individu* (Mahendra, 2021).

*Overload* beban kerja akan mengakibatkan kelelahan baik dari segi jasmani maupun rohani. Beban kerja juga mempengaruhi penting kepada *Burnout Syndrome* pada perawat rawat inap. Berdasarkan pengalaman peneliti yang bekerja selama 15 tahun di Rumah Sakit Kanker Dharmais didapatkan peneliti dengan hasil observasi yang dilakukan dengan cara wawancara pada tanggal 10 Desember 2022 terhadap 10 perawat rawat inap ataupun pengalaman pribadi peneliti sendiri, diketahui bahwa perawat mengalami *overload* beban kerja dimana ini berhubungan dengan terapi modalitas program pengobatan kanker seperti bedah onkologi, radioterapi dan kemoterapi, serta kondisi pasien kanker dengan rata – rata tingkat ketergantungan sedang hingga berat (*total care*) di Rawat Inap. Sebanyak 3 orang (30%) mengatakan perawat rawat inap harus memberikan asuhan dan dokumentasi keperawatan dalam waktu yang bersamaan. Sebanyak dua orang (20%) perawat mengatakan perlu mengurus administrasi pasien yang akan dilakukan tindakan seperti menyiapkan berkas – berkas dan membuat serah terima pemeriksaan tindakan, menurunkan pasien untuk tindakan operasi, pemeriksaan radiologi dan radiasi untuk pasien pengawasan sehingga perlu pendampingan perawat. Sebanyak 5 orang perawat (50%) mengatakan bekerja di tempat resiko penularan infeksi dan radiasi terhadap kemoterapi yang sangat tinggi serta kondisi pasien di Rumah Sakit Kanker Dharmais yang sangat kompleks sehingga perawat mengalami kelelahan fisik. Kondisi tersebut diatas dapat memicu terjadinya stres kerja sehingga perawat berpotensi untuk terjadinya kondisi *burnout*. Berdasarkan data yang diperoleh, maka peneliti tertarik melakukan penelitian tentang “Hubungan Tingkat Stres Kerja dengan Kejadian *Burnout* pada Perawat Ruang Rawat Inap di Rumah Sakit Kanker Dharmais Jakarta”.

## BAHAN DAN METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif yang menggunakan desain analisis korelasi

(hubungan) dengan pendekatan *Cross-Sectional*. Tempat penelitian ini dilakukan di ruang rawat inap Rumah Sakit Kanker Dharmais. Waktu penelitian dilaksanakan pada Januari 2023. Populasi penelitian ini adalah seluruh perawat ruang rawat inap Rumah Sakit kanker Dharmais sebanyak 512 perawat. Jumlah sampel 231 responden yang diperoleh jumlahnya menggunakan rumus Slovin dan diambil menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Variabel bebas pada penelitian ini adalah tingkat stres kerja dan variabel terikat pada penelitian ini adalah kejadian *burnout* pada perawat. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner stress kerja dari Nursalam dan kuesioner *Maslach Burnout Inventory*. Analisis data univariat dibuat dengan *Chi-Square* karena membandingkan skala ordinal (X) dan ordinal (Y). Penelitian ini telah lolos uji etik.

## HASIL

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Stres Kerja Perawat**

Stres Kerja	n	%
Stres Ringan	195	84.4
Stres Sedang	36	15.6
Stres berat	0	0
<b>Total</b>	<b>231</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 1 diatas dapat diketahui bahwa perawat yang mengalami stres ringan sebanyak 195 orang (84.4%) sedangkan yang mengalami stres sedang sebanyak 36 orang (15.6%).

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi *Burnout* Perawat**

Kategori	n	%
<i>Burnout</i> rendah	93	40.3
<i>Burnout</i> sedang	138	59.7
<i>Burnout</i> tinggi	0	0
<b>Total</b>	<b>231</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 2 diatas dapat diketahui bahwa perawat yang mengalami *burnout* rendah sebanyak 93 orang (40.3%) sedangkan yang mengalami *burnout* sedang sebanyak 138 orang (59.7%).

**Tabel 3. Tabulasi Silang Tingkat Stres Kerja Dengan Kejadian *Burnout* Pada Perawat Rawat Inap di Rumah Sakit Kanker Dharmais Jakarta**

Stres kerja	<i>Burnout</i>		Total	P Value
	Rendah	Sedang		
Ringan	80	115	195	
Sedang	13	23	36	0.581
Berat	0	0	0	
<b>Total</b>	<b>93</b>	<b>138</b>	<b>231</b>	

Berdasarkan tabel 3 diatas menunjukkan bahwa sebanyak 80 responden merasakan stres kerja ringan dengan tingkat *burnout* rendah. Sedangkan 115 responden mengalami stres kerja ringan dengan tingkat *burnout* sedang. Untuk stres kerja sedang, sebanyak 13

Cholisa Resmi S, Zahrah Maulidia S, Inna Mukhaira. Hubungan tingkat stress kerja dengan kejadian *burnout* .... responden dengan tingkat *burnout* rendah dan 23 responden mengalami stres kerja sedang dengan tingkat *burnout* sedang. Berdasarkan tabel 3 diatas dapat menunjukkan bahwa nilai  $p > 0.05$  ( $p = 0.581$ ) sehingga dapat disimpulkan antara stres kerja dan kejadian *burnout* tidak memiliki korelasi atau hubungan.

## DISKUSI PEMBAHASAN

Hasil penelitian diperoleh bahwa mayoritas perawat yang bekerja di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Kanker Dharmais mengalami stres ringan dengan mayoritas tingkat stres sedang. Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara stres kerja dengan kejadian *burnout* pada perawat. Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya, yaitu penelitian yang dilakukan oleh Agatha (2022) yang berjudul hubungan stres kerja dengan kejadian *burnout* pada perawat di Instalansi Rawat Inap RSUD Cileungsi Kabupaten Bogor. Hasil penelitian Agatha (2022) diperoleh bahwa terdapat hubungan antara stres kerja dengan kejadian *burnout* pada perawat. Hal tersebut disebabkan bahwa banyaknya peran yang harus dikerjakan oleh seorang perawat. Penelitian yang dilakukan oleh Retmadinata (2022), konflik peran ganda berhubungan dengan adanya *burnout* pada tenaga kesehatan. Konflik peran yang dialami oleh seseorang disebabkan karena adanya tekanan dari pekerjaan dan dari rumah tangganya (Retmadinata, 2022).

Konflik peran ganda akan mengakibatkan peningkatan stres dan cenderung mengalami kelelahan. Mekanisme coping masing-masing individu terhadap stresor berbeda-beda, dimana mekanisme coping stress akan mempengaruhi tinggi rendahnya stress yang merujuk pada terjadinya *burnout*. Selain konflik peran ganda, tipe kepribadian juga bisa menyebabkan *burnout*. Hal ini di dukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Khamndiniyati (2019), dimana penelitian ini menunjukkan antara tipe kepribadian dan *burnout* nilai  $P = 0,000$  dimana dapat disimpulkan ada hubungan positif antara tipe kepribadian dan *burnout*. Karakteristik kepribadian merupakan fondasi dasar kepribadian individu yang melandasi pemikiran, perasaan dan perilaku seseorang dalam menghadapi kehidupan (Khamndiniyati, 2019).

Dukungan sosial juga sangat mempengaruhi dengan adanya kejadian *burnout*. Semakin tinggi dukungan sosial dari keluarga dan orang terdekat, maka akan semakin rendah angka kejadian *burnout*. Individu membutuhkan dukungan sosial baik yang berasal dari atasan dan teman kerja. Bentuk dukungan sosial yang terpenting adalah dukungan emosional, dukungan informatif, penghargaan dan dukungan instrumental. Hal ini didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Pasaribu (2019) tentang hubungan dukungan sosial dengan *Burnout Syndrome* Pada Perawat RSUD Dr.Pirngadi Kota Medan dimana nilai  $P = 0,000$  artinya

<http://jurnalstikesintanmartapura.com/index.php/jikis>

terdapat hubungan negatif dan signifikan antara dukungan sosial dengan *burnout syndrome* pada perawat rawat inap, yang menunjukkan bahwa semakin rendah dukungan sosial yang didapat maka *burnout syndrome* semakin tinggi (Pasaribu, 2019).

Hasil studi yang dilakukan oleh Fanani, Martiana dan Qomaruddin (2020) menunjukkan hasil bahwa stres kerja tidak berhubungan dengan *burnout* pada perawat ( $P > 0.05$ ) dimana dibutuhkan penelitian yang lebih mendalam lagi untuk mengesplor faktor-faktor lain yang mempengaruhi tingkat *burnout* pada perawat. Penelitian yang dilakukan oleh Wardah dan Tampubolon (2020) di Rumah Sakit Santa Maria Pekanbaru menunjukkan hasil bahwa tidak terdapat korelasi antara stres kerja ( $p=0,378$ ) dengan kejadian *burnout* (Wardah & Tampubolon, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian ini maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa tidak adanya korelasi antara tingkat stress kerja dengan kejadian *burnout* perawat dapat terjadi karena berbagai macam faktor diantaranya beban kerja, lingkungan kerja, dukungan keluarga, dan bisa saja terjadi karena kurangnya sampel penelitian dan masih banyak yang lainnya. Selain itu, mekanisme coping masing-masing perawat juga bisa mempengaruhi perawat dalam menghadapi stress atau tekanan saat bekerja. Jika mekanisme coping baik, seberat apapun tekanan atau stress kerja yang terjadi, perawat bisa mengatasinya sehingga tidak terjadi *burnout*. Dukungan sosial dan keluarga yang baik juga bisa mempengaruhi perawat dalam menghadapi stress dalam bekerja sehingga angka kejadian *burnout* pun berkurang atau bahkan tidak terjadi.

## KESIMPULAN

Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara stres kerja dengan kejadian *burnout* pada perawat di ruang rawat inap Rumah Sakit Kanker Dharmais Jakarta.

## SARAN

Saran bagi Manajemen Rumah Sakit sebaiknya dibuat agenda atau kegiatan yang bersifat hiburan seperti *gathering* atau *outbond* secara berkala untuk perawat agar perawat tidak jemu dan mengalami stress akibat pekerjaannya. Peneliti selanjutnya, diharapkan untuk lebih mengeksplor lagi penyebab lainnya yang bisa membuat *burnout* seperti faktor individu dan lingkungan kerja. Sebagai pembanding dapat menggunakan desain penelitian dengan metode kualitatif atau bisa juga ditambahkan jumlah sample agar lebih akurat hasil penelitian yang dilakukan.

## DAFTAR PUSTAKA

Agatha, S. 2022. Hubungan Stres Kerja dengan Kejadian *Burnout* pada Perawat di Instalansi Rawat Inap RSUD Cileungsi Kabupaten Bogor. Skripsi.

Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta. Jakarta.

Ashari, F. 2021. Gambaran Kejadian *Burnout* Perawat di Rumah Sakit UNHAS Pada Masa Pandemi Covid 19. Universitas Hasanuddin Makassar.

Fanani, Erianto, Martiana, T, dan Qomarudin, B. 2020. Hubungan Stres Kerja dengan *Burnout* Perawat Rumah Sakit. The Indonesian Journal of Public Health, 5(2), 86-9.

Kemenkes RI. 2018. Hasil Utama RISKESDAS 2018. Retrieved December 12, 2022, from [http://www.kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir\\_519d41d8cd98f00/files/Hasil-riskesdas-2018\\_1274.pdf](http://www.kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-riskesdas-2018_1274.pdf)

Khamndiniyati, N. 2019. Hubungan Konflik Peran Ganda dan Tipe Kepribadian DISC Terhadap Sindrom Kelelahan (*Burnout*). Psikoborneo, (1),47–56.

Kristanto, S. 2022. Hubungan Beban Kerja dengan Stres Kerja pada Wanita Peran Ganda yang Berprofesi Sebagai Perawat. Journal of Social and Industrial Psychology, 11(2), 79-85.

Mahendra, SI. 2021. Faktor yang Berhubungan dengan Stress Kerja Perawat Di Ruang Rawat Inap RUMKIT TK II Putri Hijau Kesdam Medan. Pesquisa Veterinaria Brasileira, 26(2), 173-180.

Nelma, H. 2019. Gambaran *Burnout* pada Profesional Kesehatan Mental. JP3SDM, 8(1), 12-27.

Pasaribu, JV. 2019. Hubungan Dukungan Sosial dengan Burnout Syndrome Pada Perawat RSUD Dr. Pirngadi Kota Medan. Universitas Medan Area.

Priyantika, DF. 2018. Pengaruh Stres Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Departemen Teknik PT. Pelindo Marine Service Surabaya Melalui Burnout Sebagai Variabel Intervening. Jurnal Ilmu Manajemen, 6(3), 296-305.

Retmadinata, A. 2022. Hubungan Antara Beban Kerja dan Konflik Peran Ganda dengan Burnout Pada Bidan. Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Wardah dan Tampubolon, K. 2020. Faktor-Faktor yang berhubungan dengan Kejadian Burnout Perawat di Rumah Sakit Santa Maria Pekanbaru. Jurnal Kesehatan Medika Santika, 11(1), 74–84.

Yankes Kemenkes RI. 2022. Burnout Syndrome. Retrieved December 12, 2022, from [https://yankes.kemkes.go.id/view\\_artikel/115/burnout-syndrome-kelelahan-kerja](https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/115/burnout-syndrome-kelelahan-kerja)