

Hubungan Stres Kerja dengan *Burnout* Perawat Rumah Sakit

Erianto Fanani¹, Tri Martiana², and Bagus Qomarudin³

Fakultas Kesehatan Masyarakat/ Universitas Airlangga^{1,2,3}

Jalan Mulyosari Surabaya; Telp. : 031 - 5920948; Fax : 031 - 5924618.

e-mail: erianto23fanani@gmail.com

Received: date; published date

Abstract

Latar belakang: *Burnout* adalah bentuk respon individu terhadap faktor penyebab stres yang terjadi di tempat kerja. Perawat merupakan profesi yang berisiko sangat tinggi terhadap stres. Selama proses pemberian pelayanan kesehatan, perawat berhadapan dengan situasi yang kompleks dan sarat beban emosional. Tanggung jawab dan tuntutan pekerjaan yang banyak dapat berpotensi menjadi stresor bagi perawat. Stresor yang terjadi secara terus menerus dan tidak mampu diadaptasi oleh individu dapat menimbulkan kondisi *burnout*. **Tujuan:** Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui tingkat stres kerja dan tingkat *burnout* perawat, serta untuk menganalisis hubungan antara stres kerja dengan *burnout* yang dialami perawat di rumah sakit. **Metode:** Penelitian kuantitatif dengan rancang bangun *cross-sectional* dan bersifat deskriptif analitik. Responden di rumah sakit Islam Malang dipilih menggunakan *simple random sampling*. Instrumen yang digunakan yaitu kuesioner *Job Stress Survey* dan *Maslach Burnout Inventory*. Analisis hubungan menggunakan *cqi-square method*. **Hasil:** 82,52% responden memiliki tingkat stres kerja sedang dan 17,48% responden memiliki tingkat stres kerja rendah. 30,1% responden memiliki tingkat *burnout* tinggi dan 69,9% responden memiliki tingkat *burnout* sedang. Analisis data menunjukkan variabel tingkat stres kerja tidak berhubungan ($p > 0.05$) dengan variabel tingkat *burnout* perawat. **Kesimpulan:** Perawat di rumah sakit mayoritas memiliki tingkat stres kerja sedang dan tingkat *burnout* sedang. Namun, hasil analisis hubungan menunjukkan stres kerja yang dialami perawat tidak berhubungan dengan *burnout*-nya. Dibutuhkan penelitian terhadap faktor penyebab *burnout* lainnya, seperti faktor individu dan lingkungan sosial di tempat kerja.

Keywords: Stres kerja, *burnout*, perawat

1. Pendahuluan

Burnout merupakan kondisi emosional saat seseorang merasa lelah dan jenuh secara mental maupun fisik, sebagai akibat dari tuntutan pekerjaan yang meningkat. *Burnout* didefinisikan sebagai bentuk kelelahan fisik, mental dan emosional, meskipun intensitas, durasi, frekuensi serta konsekuensinya beragam.¹ *Burnout* merupakan istilah yang menunjuk pada sindroma yang merupakan kumpulan respon individu terhadap stres. *Burnout* merupakan respon yang berkepanjangan terkait faktor penyebab stres yang terus-menerus terjadi di tempat kerja.²

Burnout mencerminkan keadaan emosional pada pekerja dibidang pelayanan kemanusiaan (*human services*) yang bekerja di masyarakat seperti guru, anggota polisi, dan perawat di rumah sakit. Selama proses pemberian pelayanan, pekerja mengalami situasi yang kompleks dan sarat beban emosional, seperti menangani klien yang tidak kooperatif dan berhubungan dengan penderitaan pasien. Kondisi seperti ini dapat membuat perawat menjadi rentan mengalami *burnout*.³ Dalam keadaan *burnout*, perawat tidak dapat bekerja dengan baik dan hal ini dapat mempengaruhi kualitas pelayanannya. Dampak bagi pasien sebagai penerima pelayanan ialah menurunnya kualitas pelayanan yang diberikan dan meningkatnya perilaku negatif terhadap penerima pelayanan.⁴ Penelitian yang dilakukan oleh Moreira et al, pada perawat yang bekerja pada rumah sakit besar di Brasil Selatan menunjukkan bahwa prevalensi perawat yang mengalami *burnout* sebanyak 35,7% dari 151 responden.⁵

Pelayanan kesehatan di rumah sakit, tidak dapat dilepaskan dari peran perawat. Perawat melakukan kontak dengan pasien lebih lama dari pada dokter, petugas laboran, maupun yang lainnya. Sehingga tidak hanya kondisi fisik, namun juga kondisi psikologis perawat dituntut untuk

selalu dalam kondisi prima saat bekerja.⁶ Saat beban kerja yang dirasakan melebihi kemampuannya, seorang perawat berisiko untuk mengalami stres kerja. *National Institute for Occupational Safety and Health* menetapkan perawat sebagai profesi yang berisiko sangat tinggi terhadap stres.⁷

Tanggung jawab dan tuntutan pekerjaan yang banyak dapat berpotensi menjadi stresor bagi perawat. Stresor yang terjadi secara terus menerus dan tidak mampu diadaptasi oleh individu akan menimbulkan kondisi *burnout*.⁸ Penelitian yang dilakukan di RS Perkebunan menyatakan bahwa beban kerja berpengaruh terhadap *burnout*, dibuktikan dengan beban kerja yang tinggi meningkatkan risiko terjadinya *burnout*.⁹ Hal ini mendukung penelitian yang dilakukan di RSUD Kardinah Kota Tegal, bahwa beban kerja yang tinggi dan kondisi lingkungan kerja yang tidak nyaman dapat menyebabkan *burnout*.¹⁰

Atas dasar data dan kondisi diatas, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui tingkat stres kerja dan tingkat *burnout* perawat, serta untuk menganalisis hubungan antara stres kerja dengan *burnout* yang dialami perawat di rumah sakit.

2. Metode

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dan menggunakan rancang bangun *cross-sectional*. Bersifat deskriptif analitik dengan melakukan analisis uji hubungan antara variabel bebas (stres kerja) dan variabel tergantung (*burnout*).

Penelitian dilakukan di salah satu rumah sakit Islam di Kota Malang, pada bulan februari – maret 2020. Pemilihan responden yang dilakukan dengan menggunakan *simple random sampling* didapatkan 103 perawat yang terbagi atas 7 unit kerja. Instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat stres kerja yaitu kuesioner *Job Stress Survey* dan *Maslach Burnout Inventory* untuk mengukur tingkat *burnout*-nya. Data dianalisis hubungannya menggunakan *chi square method*, *uji spearmans rank* dan *regresi linier*.

3. Hasil dan Diskusi

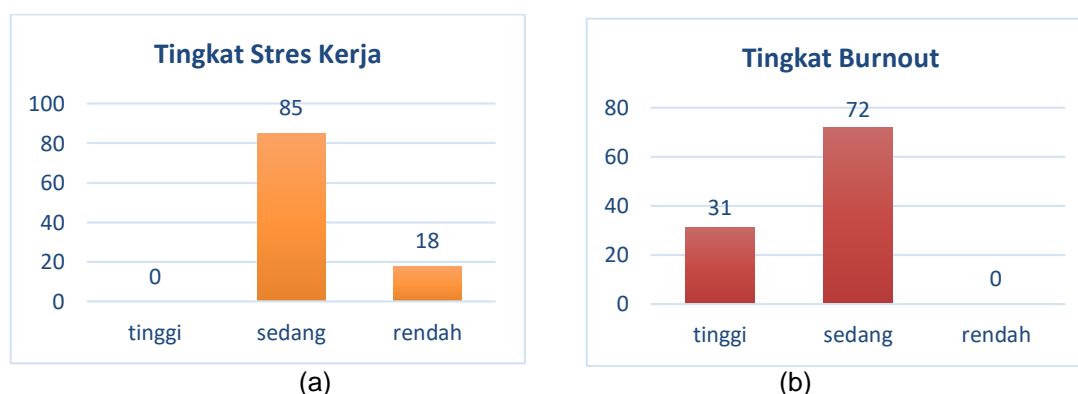
Hasil

1. Tingkat Stres Kerja

Dari total 103 responden, didapatkan sebaran data berdasarkan tingkat stres kerja perawat (responden) sebagai berikut. 85 responden (82,52%) memiliki tingkat stres kerja sedang dan 18 responden (17,48%) memiliki tingkat stres kerja rendah.

2. Tingkat *Burnout*

Dari total 103 responden, didapatkan sebaran data berdasarkan tingkat *burnout* perawat (responden) sebagai berikut. 31 responden (30,1%) memiliki tingkat *burnout* tinggi dan 72 responden (69,9%) memiliki tingkat *burnout* sedang. Grafik jumlah responden dengan masing-masing tingkat strrs kerja dan tingkat *burnout* dapat dilihat pada grafik 1 berikut.



Grafik (a) Jumlah responden dengan kelompok tingkat stres kerja, dan (b) responden dengan kelompok tingkat *burnout*.

3. Hubungan antara stres kerja dan *burnout*

Dari data diatas, dilakukan analisis hubungan antara variabel tingkat stres kerja terhadap variabel *burnout* menggunakan metode *chi square*, yang hasilnya ditampilkan pada tabel berikut.

Tabel. Hasil Analisis *chi square* antara Stres Kerja dengan *Burnout*

Variabel		Tingkat <i>Burnout</i>			<i>Chi square</i>		
		Sedang	Tinggi	Total	value	d	p
Tingkat Stres Kerja	Rendah	14	4	18	0,643	1	0,423
	Sedang	58	27	85			
Total		72	31	103			

Sumber : data primer (2020)

Dari tabel diatas didapatkan hasil signifikansi (p) lebih dari 0.05, sehingga dapat disimpulkan bahwa analisis data dengan menggunakan *chi square method*, variabel tingkat stres kerja tidak berhubungan dengan variabel *burnout* yang dialami perawat di rumah sakit.

Diskusi

Pada penelitian ini didapatkan hasil berupa tidak adanya pengaruh dari tingkat stres kerja terhadap tingkat *burnout* perawat. Tingkat stres dari 82,52% perawat yang berada pada tingkat sedang, ternyata tidak berpengaruh terhadap tingkat *burnout* perawat, baik yang berada pada tingkat sedang (69,9%) maupun tinggi (30,1%). Hasil ini mendukung penelitian yang menyimpulkan bahwa beban kerja dan *safety climate* tidak berpengaruh terhadap stres kerja dan tidak berdampak pada kejadian *burnout syndrome* pada perawat pelaksana di 2 rumah sakit di wilayah Surabaya.¹¹

Hasil penelitian yang dilakukan di RSUD wilayah Madura menunjukkan bahwa hampir seluruh perawat mengalami beban kerja berat (47,3%), stres kerja tinggi (43,6%) dan *burnout syndrome* tinggi (40%). Hasil tabulasi silang didapatkan perawat yang mengalami beban kerja ringan, memiliki stres kerja dan *burnout syndrome* yang sebagian besar rendah. Perawat yang mengalami beban kerja mengalami stres kerja dan *burnout syndrome* perawat tingkat sedang, dan perawat yang mengalami beban kerja berat mengalami stres kerja dan *burnout syndrome* yang tinggi¹². Hasil penelitian di Rumah Sakit Umum Universitas Muhammadiyah Cirebon, menunjukkan 55,2% responden memiliki *self efficacy* sedang, 70,7% responden mengalami stres kerja ringan, dan 81% responden mengalami *burnout* sedang. Hasil uji statistik menunjukkan tidak ada hubungan yang kuat antara *self-efficacy* dan stres kerja dengan *burnout*.¹³

Tidak adanya pengaruh dari tingkat stress kerja terhadap *burnout* perawat dapat terjadi karena berbagai macam faktor, selain faktor individu dan stress kerja. Penelitian pada perawat di RS PKU Muhammadiyah Surakarta mendapatkan hasil berupa persepsi beban kerja memiliki pengaruh terhadap *burnout syndrome* dengan nilai sebesar 36,6%. Faktor-faktor lain sebesar 63,4% yang mempengaruhi *burnout syndrome* berasal dari faktor persepsi beban kerja. Faktor lain yang mempengaruhi diantaranya adalah faktor internal yaitu usia, jenis kelamin, kepribadian, pendidikan dan status pernikahan Selanjutnya, yaitu untuk eksternal sendiri adalah lingkungan, konflik peran, ambiguitas peran dan dukungan¹⁴. Penelitian di salah satu rumah sakit swasta di Purwodadi, menemukan bahwa variabel persepsi beban kerja memberikan sumbangan efektif sebesar 42.4% terhadap variabel *burnout* dan sisanya (57.6%) dipengaruhi oleh faktor-faktor lainnya seperti ambiguitas, konflik peran, dan dukungan dari keluarga atau rekan kerja¹⁵.

Konflik peran dan ambiguitas peran merupakan dua faktor dalam lingkup pekerjaan yang memberi kontribusi terhadap stres, ketegangan dan sikap emosional yang dihubungkan dengan *burnout*. Peran yang berlebihan ikut memberi kontribusi dengan bertambahnya stres dan *burnout*, karena itu akan berpengaruh kuat pada koping. Adanya konflik peran merupakan faktor yang potensial terhadap timbulnya *burnout*. Konflik peran ini muncul karena adanya tuntutan yang tidak sejalan atau bertentangan. Faktor-faktor seperti gaya kepemimpinan, iklim dan struktur organisasi dapat mempengaruhi tingkat *burnout* pada karyawan. Dukungan dari supervisor dan teman sebaya memberi kontribusi terhadap kelelahan emosi¹⁶.

Penggunaan instrument penelitian yang tidak sesuai, juga tidak dapat disingkirkan dari salah satu factor tercapainya hasil penelitian ini. Diperlukan studi lanjutan terhadap instrument penelitian yang digunakan untuk mengukur variable-variabel seperti dalam penelitian ini.

4. Kesimpulan

Berdasarkan data dan hasil diatas, dapat diambil kesimpulan bahwa 82,52% perawat di rumah sakit Islam Malang memiliki tingkat stres kerja sedang dan 17,48% responden memiliki tingkat stres kerja rendah. Serta 30,1% responden memiliki tingkat *burnout* tinggi dan 69,9%

responden memiliki tingkat *burnout* sedang. Hasil analisis hubungan menunjukkan tingkat stres kerja yang dialami perawat di rumah sakit Islam Malang tidak berhubungan dengan tingkat *burnout*nya.

Dibutuhkan penelitian dan analisis terhadap faktor penyebab *burnout* lainnya, seperti faktor individu dan lingkungan tempat kerja. Sebagai pembanding, dapat dilakukan penelitian serupa di bagi pekerja di bidang yang berbeda, baik menggunakan instrumen penelitian yang sama maupun berbeda.

Referensi

1. Ulfa ,M.S, Friedda N.R.H, Putra, NA. Correlation Between Self- Efficacy To Job Stress Of Sales Operation Employee's PT. Nasmoco Group Semarang. *Laporan Penelitian*. 2007. Penerbit Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang
2. Nugroho, Anastasia Susiana, dkk. Studi Deskriptif Burnout dan Coping Stres pada Perawat di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Jiwa Menur Surabaya. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*. 2012. Vol.1 No.1.
3. Khotimah, Kusnul. (2010). *Hubungan antara Persepsi terhadap Lingkungan Kerja Psikologis dengan burn out pada Perawat RSUD Budi Rahayu Pekalongan*. 2010. Semarang: FPUNDIP
4. Prestiana, Novita Dian Iva & Purbandini, Dewanti. Hubungan Antara Efikasi Diri (Self Efficacy) dan Stres Kerja Dengan Kejenuhan Kerja (Burnout) Pada Perawat IGD dan ICU RSUD Kota Bekasi. *Jurnal. Jurnal Soul*, Vol. 5, No.2, September 2012
5. Moreira, et al. Prevalence of Burnout Syndrome in Nursing Staff In A Large Hospital in South of Brazil. *Medline Journal*, 2009. 25(7):1559-68.
6. Widyasari, J.K. Hubungan Antara Kelelahan Kerja dengan Stres Kerja Perawat Rumah Sakit Islam Surakarta. *Tesis*. 2010. Fakultas Kedokteran Universitas Negeri Sebelas Maret Surakarta.
7. NIOSH. *Stress at Work*. Columbia : National Institute for Occupational Safety and Health. 1999
8. Pangastiti, N.K. Analisis Pengaruh Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Burnout Pada Perawat Kesehatan Di Rumah Sakit Jiwa. *Tesis*. 2011. Fakultas Ekonomi Universitas Diponegoro, Semarang
9. Kusumaningrum IY, Sunardi S, Saleh C. Pengaruh Beban Kerja dan Karakteristik Individu Terhadap Kinerja Perawat Melalui Burnout Pada PT. Nusantara Medika Utama Rumah Sakit Perkebunan BISMA: *Jurnal Bisnis dan Manajemen*. 2016 Sep 5;10(3):329-42.
10. Pradana BA, Kristanto RS, Hidayat DS. Pengaruh Lingkungan Kerja dan Beban Kerja Terhadap Burnout Pada Perawat RSUD Kardinah Kota Tegal. *Magisma: Jurnal Ilmiah Ekonomi dan Bisnis*. 2017;5(2):61-9.
11. Purnawati, Yulia. Analisa Beban Kerja, Safety Climate dan Stres Kerja terhadap Burnout Syndrome pada Perawat Pelaksana di Instalasi Rawat Inap (*Studi kasus di RSUD Haji dan RSI Jemursari Surabaya*) 2019. Doctoral dissertation, Universitas Airlangga.
12. Safi'i, S. I. Hubungan Beban Kerja dengan Stres Kerja dan *Burnout Syndrome* pada Perawat (Studi di Ruang Instalasi Gawat Darurat RSUD Wilayah Madura). *Doctoral dissertation*. 2019. STIKES Ngudia Husada Madura. Retrieved from
13. Faridah, I., Pranatha, A., & Puspanegara, A. Hubungan Antara *Self efficacy* dan Stres Kerja dengan *Burnout* pada Perawat di Rumah Sakit Umum Universitas Muhammadiyah Cirebon. *National Nursing Conference*, 1(1), 4. 2020
14. Vasthy Dwi Ardianti, R., & Dwityanto, A. 2017. *Hubungan Antara Persepsi Terhadap Beban Kerja Dengan Burnout Syndrome Pada Perawat* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta). 2017.
15. Arrahman, Dhamar Ridha. 2020. *Hubungan Antara Persepsi Beban Kerja Dengan Burnout Pada Perawat Rumah Sakit Permata Bunda Di Purwodadi*. Naskah Publikasi Program Studi Psikologi.. 2020. Universitas Mercu Buana Yogyakarta.
16. Cooper, C. L., Schabracq, M.J. & Winnubst, J. A. M. *The Handbook of Work and Health Psychology*. Second Edition. 2003. United States : John & Wiley Ltd