

## GAMBARAN *BURNOUT* PADA PERAWAT DI RUMAH SAKIT

Raja Fitrina Lastari\* <sup>1)</sup>, Mohamed Saifulaman <sup>2)</sup>, Zamzaliza Abdul Mulud <sup>3)</sup> R.Zulhemni  
Amyrusdi<sup>4)</sup>, Rajunitrigo<sup>5)</sup>, Susi Erianti<sup>6)</sup>, Yecy Anggreny<sup>7)</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Kesehatan, Universitas Hang Tuah Pekanbaru, Mustafa Sari No. 5  
email : [rajafitrinalestari@htp.ac.id](mailto:rajafitrinalestari@htp.ac.id)

<sup>2</sup> Lincoln University College, Petaling Jaya, Selangor, Malaysia  
email : penulis\_1@out.com

### Abstrak

Perawat adalah pekerjaan yang memainkan peran penting dalam penyediaan layanan kesehatan. Tuntutan dan tanggung jawab perawat dalam memberikan pelayanan kesehatan sangat berat, perawat menjadi tulang punggung dalam kesembuhan pasien yang menyebabkan perawat menjadi mudah stres. Seorang perawat harus beradaptasi dengan tuntutan dan tekanan pekerjaan dalam waktu yang panjang dan menyebabkan suatu kondisi yang disebut dengan burnout syndrome. Burnout merupakan kondisi seseorang yang merasa terkuras habis, kehilangan energi psikis maupun fisik dan biasanya ditunjukkan dalam bentuk kelelahan fisik, mental, dan emosional yang tidak berhenti. Beberapa faktor yang dapat menyebabkan burnout pada perawat adalah beban kerja yang tinggi, kurangnya dukungan dari atasan dan rekan kerja, jam kerja yang panjang, kurangnya waktu istirahat, paparan terhadap situasi yang penuh stres. Hal ini dapat mempengaruhi kualitas dan keamanan pasien, sehingga bisa mempengaruhi asuhan keperawatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran burnout pada perawat pelaksana. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian metode kuantitatif dan desain deskriptif. Populasi penelitian ini yaitu 61 responden dan sampel sebanyak 59 responden. Teknik sampel yang digunakan penelitian ini adalah Total Sampling yaitu teknik penentuan sampel dimana semua anggota populasi digunakan menjadi sampel. Analisis yang digunakan adalah analisis univariat. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa karakteristik responden berdasarkan usia mayoritas 31-40 tahun sebanyak 38 (64,4%) responden, jenis kelamin terbanyak perempuan 51 (86,4%) responden, mayoritas pendidikan yaitu ners 33 (55,9%) responden, status pernikahan mayoritas yaitu menikah 52 (88,1%) responden, dan mayoritas lama bekerja yaitu >10 tahun 32 (54,2%) responden. Peneliti dapat merekomendasikan penelitian menggunakan kualitatif, dan menggunakan mixed method untuk memberikan pemahaman yang lebih komprehensif dan mendalam mengenai topik yang diteliti.

**Kata Kunci :** Burnout, Gambaran, Perawat Pelaksana

### Abstract

*Nurses are a profession that plays an important role in providing health services. The demands and responsibilities of nurses in providing health services are very heavy; nurses are the backbone of patient recovery, which causes nurses to become easily stressed. A nurse must adapt to the demands and pressures of work for a long time and cause a condition called burnout syndrome. Burnout is a condition where someone feels drained, loses psychic and physical energy, and is usually shown in the form of physical, mental, and emotional fatigue that does not stop. Some factors that can cause burnout in nurses are high workload, lack of support from superiors and coworkers, long working hours, lack of rest time, and exposure to stressful situations. This can affect the quality and safety of patients, so that it can affect nursing care. This study aims to determine the description of the burnout in implementing nurses. This study uses a quantitative method and descriptive design. The population of this study was 61 respondents and a sample of 59 respondents. The sampling technique used in this study was total sampling, which is a sampling technique where all members of the population are used as samples. The analysis used was univariate analysis. The results of this study indicate that the characteristics of respondents based on age are 31-40 years old, 38 (64.4%) respondents; the majority of gender is female, 51 (86.4%) respondents; the majority of education is nurses, 33 (55.9%) respondents; the majority of marital status is married, 52 (88.1%) respondents; and the majority of length of service is >10 years, 32 (54.2%) respondents. Researchers can recommend research using qualitative methods and mixed methods to provide a more comprehensive and in-depth understanding of the topic being studied.*

**Keywords:** Burnout, Overview, Implementing Nurse

### PENDAHULUAN

Pelayanan keperawatan menjadi satu bagian

dari beberapa pelayanan dasar yang terdapat di rumah sakit, dan yang menjadi staf medis

dengan jumlah terbanyak di Negara Indonesia adalah perawat (Nathasya dkk., 2023).

Dalam menjalankan tugas sehari-hari, perawat berinteraksi langsung dengan pasien dan tenaga medis lainnya. Penerapan perawatan sesuai dengan protokol dan pengetahuan yang diperoleh diperlukan untuk menyediakan layanan kesehatan yang bertanggung jawab. Penyediaan layanan kesehatan oleh perawat merupakan wujud penerapan praktik keperawatan kepada pasien, keluarga, dan masyarakat dengan tujuan meningkatkan dan memelihara kesehatan hingga pasien dinyatakan sembuh (Amir & Purnama, 2021).

Seorang perawat harus beradaptasi dengan tuntutan dan tekanan pekerjaan dalam waktu yang panjang dan menyebabkan suatu kondisi yang disebut dengan *burnout syndrome* (Raudenska dkk, 2020). Penelitian Kleiber dan Ensmann menyatakan bahwa *burnout* di Eropa menunjukkan 90% *burnout* dialami pekerja kesehatan dan sosial (perawat), 32% dialami oleh guru (pendidik), 43% dialami pekerja administrasi dan manajemen, 4% pekerja dibidang hukum dan kepolisian serta 2 % dialami pekerja lainnya. Presentase diatas dapat dilihat bahwa profesi perawat menempati urutan tertinggi sebagai profesi yang paling banyak mengalami *burnout*, hampir setengah dari jumlah keseluruhan pekerja yang mengalami *burnout* adalah perawat (Wirati dkk., 2020). Di Jepang dilaporkan dari 312 tenaga kesehatan ditemukan 96 orang diantaranya (30,76%) mengalami kejadian *burnout syndrome* dan faktor penyebab yang berhubungan dengan kejadian *burnout syndrome* tersebut adalah jenis kelamin, usia, pengalaman, beban kerja dan kecemasan (Matsuo dkk., 2020).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan dari 6 perawat yaitu 3 dari 6 perawat mengatakan mengalami kejenuhan dalam melakukan pekerjaan. Perawat mengeluhkan bahwa mereka merasa jenuh karena terjebak dalam pola kerja yang monoton dan rutin selama bertahun-tahun. Kelelahan emosional juga menjadi masalah karena tanggung jawab yang besar, keluhan dari pasien atau keluarga, serta perbedaan pendapat dengan rekan kerja dan minimnya intensif yang diberikan. Kemudian 1

perawat mengatakan dirinya sangat panik, cemas, dan terkadang tidak bisa mengendalikan dirinya sendiri, 1 perawat lagi mengatakan dirinya tidak puas dan merasa belum melakukan yang bermanfaat bagi orang lain, dan 1 perawat mengatakan belum pernah mengalami tanda-tanda kejenuhan. Perawat mengatakan kurangnya motivasi dan semangat dalam bekerja karena minimnya interaksi dengan rekan kerja.

#### METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode jenis penelitian metode kuantitatif dengan desain deskriptif. Penelitian ini menggunakan Non Probability Sampling dimana sampel yang diambil tidak perlu secara acak namun memiliki alasan yang jelas (Firmansyah & Dede, 2022). Jenis teknik sampling yang digunakan dalam mengambil sampel pada penelitian ini adalah total sampling yaitu teknik penentuan sampel dimana semua anggota populasi digunakan menjadi sampel. Populasi dalam penelitian ini adalah perawat pelaksana di ruang rawat inap surgikal RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau sebanyak 61 orang. Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah 59 responden

#### Hasil Penelitian

##### 1. Hasil Univariat

**Tabel 1**

<b>Karakteristik Responden</b>			
No	Karakteristik Responden	Frekuensi (N)	Persentase (%)
1	Umur (tahun)		
	21-30	13	22,0
	<b>31-40</b>	<b>38</b>	<b>64,4</b>
	41-50	8	13,6
2	Jenis Kelamin		
	Laki-laki	8	13,6
	<b>Perempuan</b>	<b>51</b>	<b>86,4</b>
3	Pendidikan Terakhir		
	D3 Keperawatan	26	44,1
	<b>Ners</b>	<b>33</b>	<b>55,9</b>

4	Status Pernikahan		
	Belum Menikah	7	11,9
	<b>Menikah</b>	<b>52</b>	<b>88,1</b>
5	Lama Bekerja (tahun)		
	<5	21	35,6
	5-10	6	10,2
	<b>&gt;10</b>	<b>32</b>	<b>54,2</b>
	Total	59	100

Berdasarkan tabel 1 di atas dapat dilihat bahwa dari 59 responden perawat pelaksana di ruang rawat inap surgikal RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau, mayoritas umur 31-40 tahun sebanyak 38 responden (64,4%), jenis kelamin perempuan sebanyak 51 responden (86,4%), pendidikan terbanyak yaitu ners sebanyak 33 responden (55,9%), mayoritas status pernikahan yaitu menikah sebanyak 52 responden (88,1%), dan lama bekerja yaitu >10 tahun sebanyak 32 responden (54,2%).

**Tabel 2**  
**Distribusi Frekuensi Gambaran *Burnout***

N	Gambaran <i>Burnout</i>	Frekuensi	Persentase (%)
1	Kelelahan Emosional		
	<b>Rendah</b>	<b>27</b>	<b>45,8</b>
	<b>Sedang</b>	<b>27</b>	<b>45,8</b>
	Tinggi	5	8,5
2	Depersonalisasi		
	Rendah	19	32,2
	Sedang	16	27,1
	<b>Tinggi</b>	<b>24</b>	<b>40,7</b>
3	Prestasi pribadi		
	Rendah	7	11,9
	Sedang	10	16,9
	<b>Tinggi</b>	<b>42</b>	<b>71,2</b>
	Total	59	100

Tabel di atas menggambarkan interpretasi dari data ini menunjukkan mayoritas responden mengalami tingkat kelelahan emosional yang

rendah dan sedang, masing-masing sebesar (45,8%), yang mengindikasikan mayoritas responden tidak merasakan kelelahan emosional yang berat. Data mengenai depersonalisasi menunjukkan bahwa proporsi terbesar dari responden, yaitu (40,7%), mengalami tingkat depersonalisasi yang tinggi, yang berarti banyak responden mungkin merasa kehilangan hubungan emosional dengan pekerjaan atau klien mereka, atau merasa pekerjaan mereka kurang berarti. Sementara itu, mayoritas responden (71,2%) merasa memiliki prestasi pribadi yang tinggi, mengindikasikan banyak dari mereka merasa efektif atau berprestasi dalam pekerjaan, sedangkan hanya (11,9%) yang melaporkan prestasi pribadi yang rendah, menunjukkan bahwa pencapaian pribadi dan kepuasan dalam pekerjaan tidak dirasakan oleh sebagian besar responden.

#### HASIL DAN PEMBAHASAN

##### Gambaran *Burnout* pada Perawat Pelaksana

##### Gambaran Kelelahan Emosional pada Perawat Pelaksana

Hasil penelitian ini, ketika dianalisis berdasarkan kelompok umur, menunjukkan bahwa kelelahan emosional mayoritas terjadi pada kategori rendah. Hal ini terutama terlihat pada perawat yang bekerja di ruang rawat inap surgikal, di mana kelompok umur dewasa akhir, yaitu mereka yang berusia antara 31 hingga 40 tahun, mendominasi. Dari data yang diperoleh, sebanyak 19 responden atau sekitar 70,4% dari keseluruhan peserta penelitian dalam kelompok umur ini mengalami kelelahan emosional pada tingkat rendah. Hal ini menunjukkan adanya tren kelelahan emosional yang lebih rendah pada perawat dewasa akhir di ruang rawat inap surgikal dibandingkan dengan kelompok usia lainnya.

Hasil penelitian Indiawati dkk (2022) menyatakan bahwa jika dikaitkan dengan kelompok umur, kelelahan emosional pada kategori tinggi cenderung dialami perawat yang berada pada kelompok umur 20-40

tahun karena masih kurangnya pengalaman yang diperoleh dalam lingkungan pekerjaan serta dimana pada masa ini individu sering kali memiliki harapan yang tidak realistis, apa yang mereka harapkan, pikirkan dan inginkan sering kali tidak tersedia di kantor sehingga cenderung mengalami kelelahan emosional

Dalam penelitian ini, ketika dilihat berdasarkan jenis kelamin, mayoritas kejadian kelelahan emosional terjadi pada responden perempuan, di mana sebanyak 24 responden atau sekitar 88,9% mengalami kelelahan emosional dengan kategori rendah. Temuan ini menunjukkan bahwa kelelahan emosional lebih umum terjadi pada perempuan, meskipun sebagian besar berada dalam kategori yang lebih rendah.

Perempuan dan laki-laki memiliki potensi yang sama mengalami *burnout* dengan reaksi yang berbeda-beda. Tidak dapat dihindari bahwa kepribadian dari individu juga berkontribusi terhadap *burnout*, laki-laki ataupun perempuan, individu tetap saja memiliki kepribadian yang berbeda. Karakter pribadi dengan sifat berhati-hati, perfeksionis kecenderungan mengalami *burnout*, dimana kecenderungan memiliki emosi-emosi negatif dan hambatan sosial. Sehingga, baik laki-laki maupun perempuan tidak akan memengaruhi terjadinya *burnout* (Putri, 2020).

Dalam penelitian ini, ketika dianalisis berdasarkan tingkat pendidikan terakhir, mayoritas responden memiliki latar belakang pendidikan sebagai Ners. Dari hasil penelitian, ditemukan bahwa kelompok responden dengan pendidikan terakhir Ners cenderung mengalami kelelahan emosional pada tingkat sedang. Sebanyak 17 responden atau sekitar 63,0% dari total responden yang memiliki pendidikan terakhir sebagai Ners menunjukkan tanda-tanda kelelahan emosional pada tingkat ini. Temuan ini mengindikasikan bahwa kelelahan emosional dengan intensitas sedang lebih sering terjadi pada mereka yang memiliki latar belakang pendidikan Ners dibandingkan dengan kelompok pendidikan lainnya yang mungkin terlibat dalam penelitian ini.

Hal ini sejalan dengan penelitian Afni & Rahman (2024) yang memiliki responden dengan tingkat pendidikan Ners 50%

mengalami *burnout* tingkat sedang. Individu 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*.

Dalam penelitian ini, ketika dianalisis berdasarkan status pernikahan, ditemukan bahwa mayoritas responden yang mengalami kelelahan emosional pada tingkat sedang adalah mereka yang sudah menikah. Dari total responden yang berpartisipasi, sebanyak 24 orang atau sekitar 88,9% yang telah menikah menunjukkan adanya kelelahan emosional pada kategori ini. Temuan ini menunjukkan bahwa status pernikahan terhadap tingkat kelelahan emosional di mana mereka yang telah menikah cenderung lebih sering mengalami kelelahan emosional pada tingkat sedang dibandingkan dengan responden yang memiliki status pernikahan berbeda, seperti yang masih lajang atau bercerai.

Hal ini sejalan dengan penelitian Fuady dkk (2022) yang mengatakan bahwa tanggung jawab pasca-nikah berbeda dari tanggung jawab ekonomi dan sosial orang lajang. Menurut hasil survei, status perkawinan berhubungan dengan frekuensi kelelahan dalam bekerja.

Dalam penelitian ini, ketika dilihat berdasarkan lama bekerja, mayoritas responden yang terlibat adalah mereka yang telah menghabiskan lebih dari 10 tahun dalam pekerjaan mereka. Data yang diperoleh menunjukkan bahwa dari total 59 responden yang berpartisipasi dalam studi ini, sebanyak 17 orang atau sekitar 63,0% dari mereka mengalami kelelahan emosional pada tingkat rendah.

Hal ini tidak sejalan dengan penelitian Yanti dkk (2021) yang mengatakan masa kerja dapat menjadi salah satu faktor

terjadinya *burnout* pada pekerja. Jam kerja yang semakin lama untuk bekerja akan menyebabkan semakin tinggi resiko terjadinya pekerja mengalami *burnout*. Bertambahnya lama jam kerja juga akan menambah aktivitas kegiatan yang dilakukan, baik aktivitas fisik ataupun non fisik yang dapat menguras energi pekerja.

Pernyataan pada jawaban kuesioner *burnout* mayoritas responden menjawab "Saya merasa lelah, lesu ketika bangun di pagi hari dan harus menghadapi klien di rumah sakit" mengacu pada salah satu indikator kelelahan emosional yang dirasakan oleh perawat. Ketika 37,3% responden menjawab "sekali dalam sebulan" pada pernyataan ini, artinya hampir sepertiga dari mereka merasakan perasaan lelah dan lesu pada frekuensi ini. Kelelahan dan rasa lesu yang dialami ketika bangun pagi dapat disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk stres pekerjaan, beban kerja yang tinggi, dan tantangan dalam menangani kasus-kasus klinis yang kompleks. Tekanan untuk memberikan perawatan yang berkualitas tinggi, ditambah dengan jam kerja yang panjang dan tidak teratur, bisa menjadi penyebab utama mengapa para tenaga kesehatan merasa tidak segar dan lesu pada awal hari kerja mereka.

Menurut peneliti, tingkat kelelahan emosional yang berada pada kategori sedang di ruang rawat inap surgikal disebabkan oleh luasnya cakupan tugas yang harus diemban oleh para perawat. Tugas-tugas tersebut tidak hanya terbatas pada aspek fisik atau biologis, tetapi juga mencakup pelayanan yang melibatkan dimensi psikologis, sosial, dan spiritual pasien yang harus terpenuhi dengan baik. Ketika para perawat diharuskan untuk memenuhi kebutuhan bio-psiko-sosio-spiritual pasien secara bersamaan, mereka dihadapkan pada tantangan yang lebih besar dalam menjalankan peran mereka, yang pada gilirannya meningkatkan risiko kelelahan emosional. Beban yang berat ini, jika tidak dikelola dengan baik, berpotensi memengaruhi kesejahteraan mental dan fisik perawat, serta berdampak negatif pada kualitas pelayanan keperawatan yang diberikan kepada pasien.

### **Gambaran Depersonalisasi pada Perawat Pelaksana**

Dalam penelitian ini, ketika dianalisis berdasarkan kelompok umur, mayoritas responden yang mengalami tingkat depersonalisasi tinggi berada dalam rentang usia 31 hingga 40 tahun. Dari total responden yang terlibat, sebanyak 18 orang atau sekitar 75,0% dari mereka yang termasuk dalam kelompok umur ini menunjukkan gejala depersonalisasi pada tingkat yang tinggi. Temuan ini mengindikasikan bahwa individu dalam usia 31 hingga 40 tahun, yang sering kali berada pada puncak karier dan beban tanggung jawab yang tinggi, mungkin lebih rentan terhadap kondisi depersonalisasi.

Hal ini sejalan dengan penelitian Darmawanti (2021) yang mengatakan individu yang berusia dibawah 40 tahun lebih rentan terkena *burnout*. Umumnya disebabkan oleh tenaga kerja yang lebih muda dipenuhi oleh berbagai harapan yang terkadang kurang realistic untuk dicapai, sedangkan tenaga kerja yang berusia lebih tua umumnya matang dan stabil sehingga memiliki harapan yang lebih realistis.

Dalam penelitian ini, ketika dilihat berdasarkan jenis kelamin, ditemukan bahwa mayoritas responden yang mengalami depersonalisasi tinggi adalah perempuan. Dari total responden yang terlibat, sebanyak 22 orang atau sekitar 91,7% dari mereka yang menunjukkan tingkat depersonalisasi tinggi adalah perempuan. Hal ini mengindikasikan bahwa perempuan, yang mendominasi jumlah tenaga kerja di ruang rawat inap surgikal, lebih rentan mengalami depersonalisasi yang tinggi dibandingkan dengan laki-laki.

Hal ini sejalan dengan penelitian Solana dkk (2019) dalam penelitian Handayani dkk (2023) mengatakan jenis kelamin perempuan lebih rawan menderita gejala *burnout* pada dimensi depersonalisasi.

Dalam penelitian ini, ketika dilihat berdasarkan tingkat pendidikan, mayoritas responden yang mengalami tingkat depersonalisasi tinggi adalah mereka yang memiliki latar belakang pendidikan sebagai Ners. Dari keseluruhan responden yang terlibat, sebanyak 16 orang atau sekitar

66,7% di antaranya merupakan Ners yang menunjukkan gejala depersonalisasi pada tingkat yang tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa mereka yang memiliki pendidikan Ners, yang mencakup pengetahuan dan keterampilan keperawatan yang mendalam, cenderung lebih rentan terhadap depersonalisasi.

Hal ini sejalan dengan penelitian Yanti dkk (2021) mengemukakan bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka semakin besar keinginan untuk memanfaatkan pengetahuan dan keterampilan yang dimilikinya serta semakin besar pula tuntutan pekerjaan sehingga berpengaruh terhadap perilaku kerjanya.

Dalam penelitian ini, ketika dianalisis berdasarkan status pernikahan, mayoritas responden yang mengalami tingkat depersonalisasi tinggi adalah mereka yang sudah menikah. Data menunjukkan bahwa dari total responden yang berpartisipasi, sebanyak 21 orang atau sekitar 87,5% yang menunjukkan tingkat depersonalisasi tinggi memiliki status pernikahan sebagai individu yang sudah menikah. Temuan ini mengindikasikan adanya kecenderungan bahwa mereka yang telah menikah lebih sering mengalami depersonalisasi tinggi dibandingkan dengan mereka yang belum menikah.

Kemungkinan hal ini terjadi karena seseorang yang sudah menikah lebih banyak memiliki tanggung jawab dan tuntutan dari pada seseorang yang belum menikah sehingga orang yang sudah menikah memiliki tanggung jawab lebih banyak beban pikiran, berbeda dengan orang yang sudah memiliki keluarga yang memiliki beban pikiran terbagi dengan keluarga sehingga tidak berfokus pada keluarga (Christianto, 2020).

Dalam penelitian ini, ketika dianalisis berdasarkan lama bekerja, mayoritas responden yang mengalami depersonalisasi tinggi adalah mereka yang telah bekerja lebih dari 10 tahun. Data menunjukkan bahwa dari total responden yang terlibat, sebanyak 13 orang atau sekitar 54,2% mengalami tingkat depersonalisasi yang tinggi setelah menghabiskan lebih dari satu dekade dalam pekerjaan mereka. Temuan ini menunjukkan bahwa lamanya waktu yang dihabiskan dalam suatu pekerjaan dapat

berhubungan erat dengan peningkatan risiko depersonalisasi. Dengan bekerja lebih dari 10 tahun, responden mungkin menghadapi beban kerja yang semakin berat, stres yang berkepanjangan, dan tingkat kelelahan yang meningkat, yang semuanya dapat berkontribusi pada perkembangan depersonalisasi.

Hal ini sejalan dalam penelitian Surya & Adiputra (2017) menyimpulkan bahwa perawat yang memiliki masa kerja 11-26 tahun dinas lebih dominan untuk mengalami *burnout*. Kondisi ini menggarisbawahi pentingnya perhatian dan dukungan berkelanjutan bagi tenaga kerja yang telah lama berada di bidangnya, untuk mengurangi dampak negatif dari stres kerja dan depersonalisasi.

Pernyataan dalam kuesioner mayoritas *burnout* yang mengacu pada depersonalisasi mencakup dua aspek utama yaitu "Saya merasa saya memperlakukan pasien seolah-olah mereka 'benda'" dan "Saya menjadi lebih tidak berperasaan/cuek terhadap orang-orang sejak saya mengambil pekerjaan ini" yang sama mayoritas responden, yakni 35,6%, menjawab "sekali dalam sebulan" untuk kedua pernyataan ini, hal ini mengindikasikan adanya pengalaman depersonalisasi pada frekuensi tersebut di kalangan perawat. Perasaan memperlakukan pasien sebagai 'benda' dan menjadi lebih tidak berperasaan/cuek terhadap orang-orang dapat mencerminkan ketidakmampuan untuk berempati, yang sering kali merupakan gejala depersonalisasi. Ini bisa berdampak negatif pada kualitas perawatan yang diberikan kepada pasien, karena empati dan perhatian pribadi adalah aspek penting dalam hubungan perawat-pasien.

Depersonalisasi mayoritas pada kategori tinggi ini merupakan suatu sindrome akibat lebih lanjut dari adanya upaya penarikan diri dari keterlibatan secara emosional dengan orang lain baik itu kepada pasien maupun rekan perawat lainnya. Penarikan diri di satu sisi dirasakan dapat lebih mengurangi ketegangan emosional yang muncul karena keterlibatan yang terlalu mendalam dengan

penerima pelayanan. Namun efek selanjutnya adalah hilangnya perasaan sensitif terhadap orang lain sehingga dapat memunculkan reaksi-reaksi negatif. Depersonalisasi pada kategori tinggi juga dapat disebabkan karena proses penyeimbangan antara tuntutan pekerjaan dan kemampuan individu sehingga adanya perasaan sinis dan tak berperasaan terhadap orang lain. Depersonalisasi ini juga merupakan suatu upaya untuk melindungi diri dari tuntutan emosional yang berlebihan dengan memperlakukan pasien Suryati dkk (2020).

Menurut peneliti, depersonalisasi pada kategori tinggi cenderung disebabkan oleh adanya tuntutan untuk dapat memenuhi kebutuhan fisik, emosi, intelektual, sosial dan spiritual baik pasien maupun keluarga sehingga perawat ruang intensif merasa menyelesaikan banyak pekerjaan. Banyaknya tuntutan pekerjaan di ruang intensif membuat perawat terkadang kehilangan sensitifitas terhadap rekan kerja, tidak peduli dengan rekan kerja dan menimbulkan perasaan sinis antar rekan kerja. Sikap sinis yang kerap kali timbul adalah melemparkan tanggung jawab atas permasalahan yang terjadi. Sikap dan perilaku inilah yang membuat timbulnya perasaan malas untuk datang bekerja dan bertemu kembali dengan rekan kerja yang sama.

#### **Gambaran Prestasi Pribadi pada Perawat Pelaksana**

Dalam penelitian ini, ketika dianalisis berdasarkan kelompok umur, ditemukan bahwa mayoritas responden yang menunjukkan tingkat prestasi pribadi tinggi berada dalam rentang usia 31 hingga 40 tahun. Dari keseluruhan responden yang terlibat dalam studi ini, sebanyak 27 orang atau sekitar 64,3% yang mengalami tingkat prestasi pribadi tinggi termasuk dalam kelompok umur ini. Temuan ini mengindikasikan bahwa individu dalam rentang usia 31 hingga 40 tahun cenderung mengalami tingkat prestasi pribadi yang lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok usia lainnya.

Hal ini tidak sejalan dengan penelitian Afni & Rahman (2024) perawat usia  $\geq 30$  tahun 80% mengalami *burnout* tingkat rendah, di umur dewasa pertengahan, seseorang sudah berfikir bahwa ia kurang memiliki ide yang baru

dibandingkan dengan umur dewasa awal yang selalu berfikir kritis dan mengendalikan emosi serta menyelesaikan permasalahan dalam pekerjaan

Dalam penelitian ini, ketika dianalisis berdasarkan jenis kelamin, mayoritas responden yang menunjukkan tingkat prestasi pribadi tinggi adalah perempuan. Dari total responden yang terlibat, sebanyak 37 orang atau sekitar 88,1% yang mengalami tingkat prestasi pribadi tinggi adalah perempuan. Temuan ini mengindikasikan adanya kecenderungan bahwa perempuan lebih sering mengalami prestasi pribadi yang tinggi dibandingkan dengan laki-laki.

Hal ini tidak sejalan dengan penelitian Afni & Rahman (2024) yang mengatakan 33% responden perempuan mengalami *burnout* tingkat rendah.

Dalam penelitian ini, ketika dianalisis berdasarkan tingkat pendidikan, ditemukan bahwa mayoritas responden yang menunjukkan tingkat prestasi pribadi tinggi adalah mereka yang memiliki latar belakang pendidikan sebagai ners. Dari total responden yang berpartisipasi dalam studi ini, sebanyak 22 orang atau sekitar 52,4% dari mereka dengan pendidikan ners mengalami tingkat prestasi pribadi yang tinggi.

Penelitian ini tidak sejalan dengan hasil penelitian Lutfi dkk (2021) dari 33 responden dengan tingkat pendidikan profesional Ners, 26 responden mengalami *burnout* ringan dengan penurunan prestasi diri.

Dalam penelitian ini, ketika dianalisis berdasarkan status pernikahan, ditemukan bahwa mayoritas responden yang menunjukkan tingkat prestasi pribadi tinggi adalah mereka yang sudah menikah. Dari keseluruhan responden yang terlibat dalam studi ini, sebanyak 39 orang atau sekitar 92,9% yang mengalami tingkat prestasi pribadi tinggi memiliki status pernikahan sebagai individu yang sudah menikah. Temuan ini mengindikasikan bahwa individu dengan status pernikahan menikah cenderung mengalami prestasi pribadi yang lebih tinggi dibandingkan dengan mereka

yang belum menikah atau memiliki status pernikahan lainnya.

Menurut Chairany & Mendrofa (2023) Perawat yang sudah menikah cenderung mengalami *burnout* yang tinggi sedangkan yang belum menikah mengalami *burnout* yang rendah. Hal ini dapat dipahami bahwa profesi perawat sebagian besar adalah perempuan, apabila perawat tersebut sudah menikah maka ia akan memiliki tanggungjawab ganda yaitu sebagai perawat memberikan pelayanan pada pasien di tempat kerja, dan sebagai ibu rumah tangga di rumah memberikan pelayanan pada suami dan juga anak anaknya. Kondisi tersebut dapat membuat kelelahan pada fisik dan juga mental perawat sehingga lebih mudah mengalami kejenuhan dalam bekerja.

Dalam penelitian ini, ketika dianalisis berdasarkan lama bekerja, ditemukan bahwa mayoritas responden yang menunjukkan tingkat prestasi pribadi tinggi adalah mereka yang telah bekerja lebih dari 10 tahun. Dari total responden yang berpartisipasi dalam studi ini, sebanyak 23 orang atau sekitar 54,8% mengalami tingkat prestasi pribadi yang tinggi setelah menghabiskan lebih dari satu dekade dalam pekerjaan mereka. Temuan ini menunjukkan adanya kecenderungan bahwa individu yang telah bekerja dalam jangka waktu yang panjang lebih bisa menghadapi tantangan yang signifikan dalam mempertahankan atau meningkatkan prestasi pribadi mereka.

Hal ini tidak sejalan dengan Penelitian Wijaya & Wibawa (2020) *burnout* juga bisa terjadi akibat kurangnya penghargaan positif atas kerja yang selama ini dikerjakan, seseorang yang memiliki jam kerja yang lama maka akan merasa kesulitan dalam menyeimbangkan tuntutan atas pekerjaan dan keluarga sehingga timbul tekanan atau stres dalam dirinya dan berdampak pada menurunnya kepuasan kerja dan keinginan untuk keluar.

Pernyataan dalam kuesioner *burnout* yang mengacu pada prestasi pribadi adalah "Saya dapat dengan mudah menciptakan suasana santai dengan pasien". Ketika mayoritas responden, yaitu 35,6%, menjawab "sekali dalam seminggu" pada pernyataan ini, hal ini mengindikasikan bahwa mereka merasa dapat menciptakan suasana santai dengan pasien pada

frekuensi tersebut. Menciptakan suasana santai memerlukan keterampilan komunikasi dan interpersonal yang baik. Perawat yang mampu melakukan ini dengan mudah menunjukkan bahwa mereka memiliki kemampuan untuk membangun hubungan yang positif dan empatik dengan pasien, yang merupakan bagian penting dari prestasi pribadi mereka dalam pekerjaan.

Menurut peneliti, terjadinya prestasi pribadi pada kategori tinggi selain disebabkan oleh faktor umur, jenis kelamin, pendidikan, status pernikahan dan masa kerja juga disebabkan oleh seseorang yang memiliki tingkat resiliensi yang tinggi mungkin dapat mempertahankan tingkat prestasi pribadi yang tinggi meskipun mengalami tekanan yang signifikan. Dukungan dari rekan kerja, atasan, atau keluarga dapat membantu seseorang merasa dihargai dan termotivasi, sehingga mereka mampu mempertahankan prestasi pribadi yang tinggi. Secara keseluruhan, prestasi pribadi yang tinggi dalam kondisi *burnout* bisa menjadi mekanisme pertahanan atau cerminan dari kemampuan individu untuk tetap berkinerja meskipun menghadapi tantangan besar, meskipun dalam jangka panjang hal ini dapat memperburuk kondisi *burnout*.

## **SIMPULAN**

Hasil penelitian ini menemukan bahwa karakteristik responden berdasarkan usia mayoritas 31-40 tahun, mayoritas berjenis kelamin perempuan, mayoritas pendidikan yaitu ners, status pernikahan mayoritas yaitu menikah, dan mayoritas lama bekerja yaitu >10 tahun. Distribusi karakteristik responden berdasarkan klasifikasi tingkat *burnout* yaitu : Mayoritas yang mengalami *burnout* pada dimensi kelelahan emosional berdasarkan karakteristik responden yaitu pada kategori rendah pada umur 31-40 tahun, jenis kelamin perempuan pada kategori rendah, pendidikan ners dengan tingkat sedang, status pernikahan yang telah menikah dengan tingkat sedang, dan mayoritas lama bekerja >10 tahun memiliki kelelahan emosional yang rendah. Mayoritas

yang mengalami *burnout* pada dimensi depersonalisasi berdasarkan karakteristik responden yaitu kategori tinggi terjadi pada semua karakteristik responden yaitu pada kategori umur 31-40 tahun, jenis kelamin perempuan, pendidikan ners, status pernikahan banyak yang telah menikah, dan lama bekerja >10 tahun. Mayoritas yang mengalami *burnout* pada dimensi prestasi pribadi berdasarkan karakteristik responden yaitu di kategori tinggi pada semua karakteristik responden yaitu pada kategori umur 31-40 tahun, jenis kelamin perempuan, pendidikan ners, status pernikahan yang telah menikah, dan lama bekerja >10 tahun.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Afni, Y., & Rahman, A. (2024). *Burnout Syndrome pada Perawat di Instalasi Gawat Darurat Instalasi Gawat Darurat (IGD) bagi pasien yang menderita sakit ataupun cedera yang mengancam Perawat merupakan tenaga kerja IGD yang dengan pasien (Permenkes, 2018). Perawat rentan mengalami ke. 01(01), 39–45.*  
<https://jurnalppnisumbar.com/index.php/PNIS/article/view/9/6>
- Amir, N., & Purnama, D. (2021). Perbuatan Perawat yang Melakukan Kesalahan dalam Tindakan Medis. *Kertha Wicaksana*, 15(1), 26–36.  
<https://doi.org/10.22225/kw.15.1.2821.26-36>
- Chairany, D., & Mendrofa, H. K. (2023). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Burnout Pada Perawat Di Murni Teguh Memorial Hospital. *Indonesian Trust Nursing Journal (ITNJ)*, 1(3), 9–19.  
<https://jurnal.murniteguhuniversity.web.id/index.php/itnj/article/view/168/153>
- Christianto, Z. I. P. (2020). *Burnout Ditinjau Dari The Big Five Factors Personality Pada Karyawan.*
- Darmawanti, A. I. N., Rahmawati, E., & Suprawoto, D. N. (2021). *Hubungan Beban Kerja Terhadap Tingkat Burnout pada Perawat Pasien Kemoterapi di Rumah Sakit Panti Nirmala Malang.* 1(1), 458–465.  
<https://jurnal.stikeskendedes.ac.id/index.php/JKF/article/view/187>
- Firmansyah, D., & Dede. (2022). Teknik Pengambilan Sampel Umum dalam Metodologi Penelitian: Literature Review. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Holistik (JIPH)*, 1(2), 85–114.  
<https://doi.org/10.55927/jiph.v1i2.937>
- Fuady, S., Dewi, P., & Susanti, I. H. (2022). *Analisis Faktor-faktor yang Mempengaruhi Burnout Pada Perawat : Studi Literature.* 3(7), 6967–6974.  
<https://bajangjournal.com/index.php/JCI/article/view/4317/3158>
- Handayani, R. T., Hasanah, Y. I. F., Zamani, A., Darmayanti, A. tri, Widiyanto, A., & Atmojo, J. T. (2023). Faktor Risiko Terjadinya Sindrom Burnout pada Perawat di Berbagai Jenis Pelayanan. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 13(3), 1137–1144.  
<https://doi.org/10.32583/pskm.v13i3.1259>
- Indiawati, O. C., Sya'diyah, H., Rachmawati, D. S., & Suhardiningsih, A. V. S. (2022). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Burnout Syndrome Perawat Di Rs Darmo Surabaya. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 11(1), 25.  
<https://doi.org/10.31596/jcu.v11i1.1037>
- Lutfi, M., Puspanegara, A., & Mawaddah, A. U. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kelelahan Kerja (Burnout) Perawat Di Rsud 45 Kuningan Jawa Barat. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 12(2), 173–191.  
<https://doi.org/10.34305/jikbh.v12i2.332>
- Matsuo, T., Kobayashi, D., Taki, F., Sakamoto, F., Uehara, Y., Mori, N., & Fukui, T. (2020). Prevalence of Health Care Worker Burnout during the Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) Pandemic in Japan. *JAMA Network*

- Open*, 3(8), E2017271.  
<https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2020.17271>
- Nathasya, R. P., Suci, W. P., & Amir, Y. (2023). *Analisis Beban Kerja Di Ruang Rawat Inap Surgical RSUD Arifin Achmad Pekanbaru*. 15(2), 1–12.  
<https://myjurnal.poltekkes-kdi.ac.id/index.php/hijp/article/view/978>
- Ni Putu Emy Darma Yanti, Ida Ayu Md Vera Susiladewi, I Kade Iman Darmawan, & I Gusti Ngurah Putu Jaya Antara. (2021). Gambaran Burnout Perawat di Ruang Isolasi Coronavirus Disesae 2019. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 4(4), 675–684.  
<https://journal.ppnijateng.org/index.php/jikj>
- Putri, T. H. (2020). Gambaran Burnout Pada Perawat Kesehatan Jiwa. *Jurnal Keperawatan Abdurrab*, 3(2), 60–67.  
<https://doi.org/10.36341/jka.v3i2.1104>
- Raudenska J, Steinerova V, Javurkova A, Ivan Urits, Kaye A D. Viswanath O, et all. (2020). *Occupational burnout syndrome and post-traumatic stress among healthcare professionals during the novel coronavirus disease 2019 (Covid-19) pandemic*. 34(3), 553–560.  
<https://doi.org/10.1016/j.bpa.2020.07.008>
- Surya, P. A. A. S., & Adiputra, I. N. (2017). Hubungan antara masa kerja dengan burnout pada perawat di Ruang Rawat Inap Anak RSUP Sanglah. *Jurnal Medika Udayana*, 6(4), 10–19.  
<https://ojs.unud.ac.id/index.php/eum/article/view/29321>
- Suryati, A., Dewi, N. L. P. T., & Wati, N. M. N. (2020). Gambaran Burnout Perawat Pelaksana Di Ruang Intensif Rsup Sanglah Denpasar. *Jurnal Kesehatan Dr. Soebandi*, 8(1), 40–48.  
<https://doi.org/10.36858/jkds.v8i1.170>
- Wijaya, I. Ma. A. P., & Wibawa, I. M. A. (2020). *Beban Kerja Berpengaruh Terhadap Burnout Dengan Variabel Work Family Conflict Sebagai Pemediasi*. 9(2), 597–616.
- Wirati, N. P. R., Wati, N. M. N., & Saraswati, N. L. G. I. (2020). Hubungan Burnout Dengan Motivasi Kerja Perawat Pelaksana. *Jurnal Kepemimpinan Dan Manajemen Keperawatan*, 3(1), 8.  
<https://doi.org/10.32584/jkmm.v3i1.468>