

HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DENGAN BURNOUT PERAWAT DI ICU RSUD PROF. DR. MARGONO SOEKARJO PURWOKERTO

Indri Heri Susanti¹⁾, Apriyanti Dwi Windasari²⁾, Danang Tri Yudoyono³⁾

¹STIKes Harapan Bangsa Purwokerto
Email: arttaiko@gmail.com

²STIKes Harapan Bangsa Purwokerto
Email: apriyantiwinda21@gmail.com

³ STIKes Harapan Bangsa Purwokerto
Email: danangty_85@yahoo.com

ABSTRAK

Kejenuhan kerja (*burnout*) adalah suatu kondisi fisik, emosi dan mental yang sangat drop yang di akibatkan oleh situasi kerja yang sangat menuntut dalam jangka panjang. Kejenuhan kerja merupakan akibat stres kerja dan beban kerja yang paling umum. Kejenuhan kerja merupakan sesuatu hal yang sering di alami dalam setiap pekerjaan, perawat merupakan salah satu profesi yang berisiko memiliki stres dan beban kerja yang tinggi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres dengan *burnout* pada perawat di ICU RSUD Prof. DR. Margono Soekarjo Purwokerto tahun 2016. Jenis penelitian adalah deskriptif kuantitatif korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel yang digunakan adalah *total sampling*, sampel penelitian ini adalah seluruh perawat di ICU RSUD Prof. DR. Margono Soekarjo Purwokerto sebanyak 31 responden. Analisa statistik menggunakan *spearman rank*.

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar tingkat stres perawat di ICU RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto adalah sedang yaitu sebanyak 18 responden (58,1%) dan sebagian besar *burnout* pada perawat adalah sedang yaitu sebanyak 15 responden (48,4%). Hasil uji statistik penelitian pada taraf keyakinan $\alpha = 0,05$ menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan *burnout* pada perawat di ruang ICU dengan nilai *p-value* sebesar 0,000

Kata Kunci : Tingkat Stres, *Burnout*, Perawat

**THE CORRELATION BETWEEN STRESS LEVEL AND BURNOUT EXPERIENCED
BY NURSES IN ICU PROF. DR. MARGONO SOEKARJO HOSPITAL
PURWOKERTO**

Indri Heri Susanti¹⁾, Apriyanti Dwi Windasari²⁾, Danang Tri Yudoyono³⁾

¹STIKes Harapan Bangsa Purwokerto
Email: arttaiko@gmail.com

²STIKes Harapan Bangsa Purwokerto
Email: apriyantiwinda21@gmail.com

³ STIKes Harapan Bangsa Purwokerto
Email: danangty_85@yahoo.com

ABSTRACT

Burnout is a condition of physical, emotional and mental degradation caused by demanding work situation in a long term. Additionally, burnout is generally caused by stress and workload. Burnout usually happens in every job, and nursing is one profession that is at risk of having the stress and high workload. The purpose of this research is to analyse the correlation between stress level and burnout which experienced by nurses in ICU in Prof. Dr. Margono Soekarjo hospital Purwokerto. This type of research was analytical study with cross sectional approach. The sampling technique used was total sampling, the sample of this research were all nurses in ICU in Prof. Dr. Margono Soekarjo Hospital Purwokerto by as many as 31 respondents. Variabels of research analysis applied was Spearman Rank Test. The results showed that most of the stress levels of nurses in ICU in Prof. Dr. Margono Soekarjo Hospital Purwokerto was adequate shown by as many as 18 respondents (58.1%) and the majority of burnout in nurses was adequate shown by as many as 15 respondents (48.4%). Statistical test results of research on a confidence level $\alpha = 0,05$ showed a significant correlation between the level of stress and burnout experienced by nurses in the ICU with p -value of 0.000.

Key words: *Stress Level, Burnout, Nurse.*

PENDAHULUAN

Perawat merupakan tenaga kesehatan yang sangat penting dan menjadi ujung tombak di rumah sakit (Indah, 2011). Perawat merupakan

tenaga kesehatan yang paling lama kontak atau berhubungan dengan pasien yaitu selama 24 jam dan umumnya dibagi kedalam tiga kali shift yaitu pagi, siang dan malam

(Keliat, 1999 dalam Giriwati, 2011).

Pada era globalisasi ini perawat dituntut untuk melakukan perbaikan dan meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan. Untuk mencapai kualitas pelayanan kesehatan yang baik maka perawat dituntut untuk menjadi perawat yang profesional (Depkes RI, 2007). Menurut Selye (2003), dikatakan bahwa alasan mengapa profesi perawat mempunyai risiko yang sangat tinggi untuk mengalami stres adalah karena perawat memiliki tugas seperti mengumpulkan data, menganalisis data, menginterpretasi data, dan mengembangkan rencana tindakan keperawatan, berperan serta dalam pelayanan kesehatan kepada individu, keluarga, kelompok, dan masyarakat. Selain itu perawat memiliki tanggung jawab yang sangat tinggi terhadap keselamatan nyawa

manusia dan tanggung jawab terhadap dirinya sendiri.

Salah satu karakteristik unit kerja yang ada di rumah sakit adalah *intensive care unit* (ICU) yang merupakan bagian dari ruang perawat *intensive*. *Intensive care unit* adalah unit perawatan khusus yang dikelola untuk merawat pasien kritis, yang mengalami cedera dengan penyulit yang mengancam jiwa dengan melibatkan tenaga kesehatan terlatih (Hanafie, 2007).

Perawat ICU mempunyai peran yang berbeda dengan perawat yang bekerja di unit lain. Perawat ICU sebagai salah satu tim kesehatan harus memiliki pengetahuan dan keahlian khusus, meliputi kemampuan menangani kondisi pasien yang kritis, bekerja dengan cepat, tepat, teliti, dan senantiasa cermat dalam

mengobservasi dan menilai keadaan umum pasien yang cenderung fluktuatif. Kondisi pasien yang kritis, beban kerja yang sangat tinggi, lingkungan ICU dengan peralatan yang canggih, dapat menjadi sumber stres bagi perawat yang bertugas di ICU (Meltzer & Huckabay, 2004 dalam Nasution 2007).

The American Institute of Stress (dalam Adams L, 2010) menyatakan bahwa “sejumlah penelitian memperlihatkan bahwa stres pekerjaan merupakan sumber utama stres bagi orang dewasa Amerika dan mengalami perkembangan pesat selama beberapa dekade terakhir”. Sama halnya, *The American Nurses Association* (2011) menemukan bahwa 74% perawat mengalami pengaruh akut dan kronik dari stres. Penelitian yang dilakukan *The National Institute*

Occupational Safety and Health (NIOSH) menunjukkan bahwa pekerjaan-pekerjaan yang berhubungan dengan rumah sakit atau kesehatan memiliki kecenderungan tinggi untuk terkena stres kerja atau depresi (Rahman, 2013), sedangkan *American National Association for Occupational Health* (ANAHO) menempatkan kejadian stres kerja pada perawat berada di urutan paling atas pada empat puluh pertama kasus stres kerja pada pekerja (Rahman, 2013). Pada penelitian yang dilakukan Azhar (2010) tentang gambaran stres perawat di rumah sakit jiwa, dari 54 perawat yang diberikan kuesioner tentang pengukuran tingkat stres, didapati 13 perawat mengalami stres.

Hal ini bisa *disebabkan* oleh tugas-tugas perawat yang sering monoton dan kondisi ruangan yang

sempit, biasa dirasakan oleh perawat yang bertugas di bagian bangsal. Sebanyak 50,9% perawat di Indonesia yang bekerja mengalami stres kerja, sering merasa pusing, lelah, kurang ramah, kurang istirahat akibat beban kerja terlalu tinggi serta penghasilan yang tidak memadai (PPNI, 2006).

Kejenuhan kerja (*Burnout*) adalah suatu kondisi fisik, emosi dan mental yang sangat drop yang diakibatkan oleh situasi kerja yang sangat menuntut dalam jangka panjang (Muslihudin, 2009). *National Safety Council* (NSC) (dalam Maharani, 2012) mengatakan bahwa kejenuhan kerja merupakan akibat stres kerja dan beban kerja yang paling umum, gejala khusus pada kejenuhan kerja ini antara lain kebosanan, depresi, pesimisme, kurang konsentrasi, kualitas kerja buruk, ketidakpuasan, keabsenan, dan

kesakitan atau penyakit. Kejenuhan kerja merupakan sesuatu hal yang sering dialami dalam setiap pekerjaan, perawat merupakan salah satu profesi yang berisiko memiliki stres dan beban kerja yang tinggi. *Burnout* menjadi suatu masalah bagi organisasi apabila mengakibatkan kinerja menurun, selain kinerja yang menurun produktivitas juga menurun. Salah satu dampak *burnout* yang berkembang ke arah negatif adalah stres kerja (Dale A, 2011).

Didapatkan data angka *Bed Occupancy Rate* (BOR) pada ruang ICU di bulan Desember 90,57%, Januari 100,51%, Februari 98,26%. Dari hasil ini dapat disimpulkan bahwa angka BOR pada ruang ICU tinggi (lebih dari 85%) dari bulan Desember-Februari menunjukkan tingkat pemanfaatan tempat tidur yang tinggi

sehingga perlu pengembangan rumah sakit atau penambahan tempat tidur.

Berdasarkan hasil wawancara terstruktur yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 9 Februari 2016 terhadap 5 orang perawat di *Intensive Care Unit* (ICU) RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto yang dipilih secara acak menunjukkan bahwa 2 orang perawat memiliki kejenuhan kerja berat, 3 orang perawat memiliki kejenuhan kerja sedang. Adapun tanda kejenuhan dari para perawat antara lain, seringnya melihat jam pada saat bekerja, menunda nunda atau bahkan mempercepat kegiatan yang seharusnya belum dilakukan, keluhan pegal dan rasa capek, menggunakan handphone yang berlebihan pada saat jam kerja.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan

metode penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain deskriptif kuantitatif korelasional, sedangkan jenis rancangan penelitiannya adalah *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua perawat di ICU RSUD Prof. DR. Margono Soekarjo Purwokerto yaitu sebanyak 31 orang perawat. Teknik sampling pada penelitian ini menggunakan *Total Sampling* atau sampling jenuh, yaitu mengambil seluruh anggota sampling. Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner Stres Kerja berjumlah 27 pertanyaan dan kuesioner *Maslach burnout inventory* (MBI) berjumlah 22 pertanyaan. Analisa menggunakan rumus uji *spearman rank*, untuk mengukur tingkat atau eratnya hubungan antara dua variabel yang berskala ordinal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel Hubungan tingkat stres dengan *burnout* pada perawat di ICU RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto Tahun 2016

| Tingkat Stres | Burnout | | | | | | Total | | P-value |
|---------------|---------|------|--------|------|-------|------|-------|-----|---------|
| | Ringan | | Sedang | | Berat | | f | % | |
| | F | % | F | % | F | % | | | |
| Ringan | 5 | 71,4 | 2 | 28,6 | 0 | 0 | 7 | 100 | |
| Sedang | 4 | 22,2 | 11 | 61,1 | 3 | 16,7 | 18 | 100 | |
| Berat | 0 | 0 | 2 | 33,3 | 4 | 66,7 | 6 | 100 | |
| Total | 9 | | 15 | | 7 | | 31 | 100 | |

Berdasarkan tabel dapat diketahui bahwa nilai ρ -value sebesar 0,000 yang artinya ρ -value < α (0,05) berarti dimana ada hubungan antara tingkat stres dengan *burnout* pada perawat di ruang ICU. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian Brewer & McMahan (2004) bahwa faktor lingkungan pekerjaan juga ikut berperan dalam terjadinya kejenuhan kerja yakni stres kerja. *Burnout* yang

terjadi karena banyaknya faktor pemicu stres membuat individu secara emosional sudah tidak mampu lagi mentolerir kondisi stres tersebut sehingga menimbulkan kelelahan emosional.

National Safety Council (NSC) (dalam Maharani, 2012) mengatakan bahwa kejenuhan kerja merupakan akibat stres kerja dan beban kerja yang paling umum, gejala khusus pada kejenuhan kerja ini antara lain kebosanan, depresi, pesimisme, kurang konsentrasi, kualitas kerja buruk, ketidakpuasan, keabsenan, dan kesakitan atau penyakit. Kejenuhan kerja merupakan sesuatu hal yang sering dialami dalam setiap pekerjaan, perawat merupakan salah satu profesi yang berisiko memiliki stres dan beban kerja yang tinggi. *Burnout* menjadi suatu masalah bagi organisasi apabila

mengakibatkan kinerja menurun, selain kinerja yang menurun produktivitas juga menurun. Salah satu dampak *burnout* yang berkembang ke arah negatif adalah stres kerja (Dale A, 2011).

King (2010) menjelaskan bahwa salah satu faktor penyebab terjadinya *burnout* adalah stres yang berlangsung lama dan terus menerus sehingga individu mengalami kelelahan emosional, dan motivasi yang rendah untuk bekerja. Stres kerja dan *burnout* memiliki keterkaitan yang nyata hal ini disebabkan stres dapat memberikan dampak negatif maupun positif bagi individu, apabila individu tidak bisa mengelola kondisi stres maka akan terjadi *distress* (tidak mampu mengatasi kondisi stres dan cenderung melarikan diri dari masalah) dan sebaliknya apabila individu mampu mengubah

kondisi stres menjadi energi positif maka akan terjadi *eustress* (berusaha mencari penyelesaian masalah). Jika seseorang karyawan dapat mengelola kondisi *burnout* tersebut menjadi energi positif maka *burnout* tersebut dapat diminimalisir agar karyawan tidak mengalami stres di tempat kerja (Selye, 2003 dalam Munandar, 2008).

Suharto (2007) menyatakan bahwa *burnout* sangat terkait dengan stres. *Burnout* merupakan salah satu reaksi terhadap situasi yang sangat menegangkan (stres). Istilah ini sangat terkait dengan istilah-istilah seperti keterasingan, acuh tak acuh, apatis, sinis, pesimis, kelelahan fisik dan mental, atau ketegangan yang teramat. Teori kesesuaian dan model transaksional mengenai *burnout* menyatakan bahwa interaksi antara individu dengan lingkungannya

menentukan apakah situasi kerja menimbulkan stres atau tidak bagi individu tersebut, yang pada akhirnya akan menimbulkan *burnout*. Teori tersebut mengasumsikan bahwa perilaku manusia merupakan fungsi seseorang dengan lingkungannya dan bahwa kepuasan kerja, stabilitas dan prestasi karyawan tergantung pada kesesuaian antara kepribadian dengan lingkungannya dimana Individu tersebut bekerja (Salami, 2006).

Apabila stres kerja rendah maka *burnout* juga rendah. Hal tersebut tergambar pada hasil penelitian ini. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan positif antara stres kerja dengan *burnout* bahwa semakin rendah stres kerja maka semakin rendah pula *burnout* yang dialami.

KESIMPULAN

Ada hubungan antara tingkat stres dengan *burnout* pada perawat di ruang ICU RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto dengan nilai ρ -value sebesar 0,000.

SARAN

Berdasarkan kesimpulan di atas saran peneliti sebagai berikut :

a. Bagi Profesi Keperawatan

Profesi keperawatan hendaknya mampu menghindari dan mempunyai manajemen stres sehingga keadaan kejenuhan dalam bekerja dapat dihindari, serta memiliki profesionalisme pada pekerjaan dalam meningkatkan kinerja dengan cara mengembangkan diri baik dari segi pengetahuan maupun keterampilan.

b. Bagi Tempat Penelitian

Rumah sakit harus memperhatikan kebutuhan perawat di ruangan

seperti sarana prasarana untuk mengurangi kejenuhan sebagai contoh yaitu menyediakan ruangan khusus untuk berolahraga dan alat musik untuk mencegah atau meminimalisir kejenuhan di tempat kerja dan menambahkan jumlah perawat karena terdapat perbandingan perawat dan pasien yang tidak seimbang.

c. Bagi Pendidikan Keperawatan

Menambah materi-materi tentang kejenuhan kerja (*burnout*) karena materi ini masih kurang untuk materi pembelajaran.

d. Bagi Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar untuk mengembangkan penelitian selanjutnya untuk melakukan penelitian terhadap faktor personal yang terdiri dari jenis kelamin,

usia, status perkawinan, dan pendidikan yang dapat mempengaruhi tingkat stres dan *burnout* yang belum pernah diteliti.

REFERENSI

Adam L (2010). *Evaluasi Kinerja Sumber Daya Manusia*. Bandung:PT Refika Aditama

A.Dale Timpe. (2011). *Memotivasi Pegawai*. Seri Manajemen Sumber Daya Manusia. Jakarta:Elex Media Komputindo

American Nurses Association. (2011). *Home Health Nursing : Scope and Standards of Practice*. USA: Mosby

Anoraga, Panji. (2009). *Psikologi Kerja*. Cetakan ke 5. Jakarta:Rineka Cipta

Azhar (2010) *Gambaran Stres Perawat di Rumah Sakit Jiwa Bengkulu Sumatera Utara*, Skripsi S1.Universitas Sumatera Utara.
<http://eprints.uns.ac.id/6316/1/159232408201002181.pdf>
(diakses 30 Desember 2015)

Departemen Kesehatan RI. (2007) *Sistem Kesehatan Nasional*. Tersedia dari [:www.depkes.go.id](http://www.depkes.go.id). (Diakses 30 Desember 2015)

- Ema, A. (2004) Peranan Dimensi-dimensi Birokrasi Terhadap Burnout pada Perawat Rumah Sakit di Jakarta. <http://jurnalpsyche.vol.1.no.1,34-43>. Palembang: Fakultas Psikologi Universitas Bina Darma. (Diakses 29 Juni 2016)
- Giriwati, G. R. (2011) Hubungan Karakteristik Responden, Beban Kerja dan Kondisi Kerja Dengan Stres Kerja Pada Perawat Unit-Unit Kritikal RS Pondok Indah Jakarta. S1 Keperawatan, Skripsi. Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta. Tersedia dari [:http://www.library.upnvj.ac.id/pdf/3keperawatanpdf/0910712006/bab1.pdf](http://www.library.upnvj.ac.id/pdf/3keperawatanpdf/0910712006/bab1.pdf). (Diakses 25 September 2015).
- Gregson, Looker (2005). *Managing Stress*, Alih Bahasa: Haris Setiawan. Yogyakarta: Pustakabaca
- Hadi, M. (2009), *51 Persen Perawat Mengalami Stres*. <http://www.makassarcommunity.com>. (Diakses 02 Januari 2016)
- Hanafie, Achsanuddin. (2007). Peran Ruang Perawat Intensive (ICU) dalam memberikan pelayanan Kesehatan di Rumah Sakit. <http://C:/Users/Downloads/Documents/102-201-1-SM.pdf>. (Diakses 30 November 2015)
- Hariono (2009) Hubungan Antara Beban Kerja, Stres Kerja dan Tingkat Konflik dengan Kelelahan Kerja Perawat di Rumah Sakit Islam Yogyakarta Pdhi Kota Yogyakarta. Skripsi. Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Ahmad Dahlan, Yogyakarta. (Diakses 14 Januari 2016)
- Indah, Dwi Kusuma, (2011) Hubungan Beban Kerja dengan Stres Kerja Perawat di Unit Rawat Inap RSUD Kraton Pekalongan. Tersedia dari: <http://digilib.unimus.ac.id/files/disk1/124/>. (Diakses 6 November 2015)
- King, A, Laura. (2010). *Psikologi Umum (Sebuah Pandangan Apresiatif. buku 2)*. Jakarta: Salemba Humanika
- Kwok. C. (2007). *Work Stress and Coping Among Professionals*. Koning Klijke Brill and Vleiden: Neterlands. <http://books.google.co.id/books/Work/Stress/and/Coping/Among/Professionals/book>. (Diakses 14 Desember 2015)
- Maharani. (2012). Kejenuhan kerja (*burnout*) dengan kinerja perawat dalam pemberian asuhan keperawatan. STIKES RS Baptis Kediri. <http://Downloads/burnout/18613-21983-1-PB.pdf>. (Diakses 5 Oktober 2015)

- Muslihudin, Jhon. (2009). *Kepemimpinan Yang Memotifasi*. Jakarta:PT. Gramedia Pustaka Utama. [oad.ubdp.pdf](#). (diakses 29 Juni 2016)
- National Safety Council. (2004). *Manajemen Stress*. Jakarta:ECG
- Nasution I.K (2007) Tesis stres pada remaja. Program studi psikologi fakultas kedokteran USU. Medan. [http://download/tesis.document132316812\(1\).pdf](http://download/tesis.document132316812(1).pdf). (diakses 20 Januari 2016)
- Nursalam. (2007). *Manajemen Keperawatan : Aplikasi Dalam Praktek Keperawatan Profesional*. Jakarta:Salemba Medika
- Persatuan Perawat Nasional Indonesia (2006) Tanaga Kerja Perawat. Tersedia dari <http://www.innappni>. (diakses 25 Januari 2016)
- Rahman, R (2013) Pengaruh Keselamatan dan Kesehatan Kerja terhadap Kinerja Karyawan PT Ceria Utama Cabang Palembang. UNS. <http://eprints.uns.ac.id/6316/1/159232408201002181.pdf>. (diakses 25 November 2015)
- Rita A. (2004). Burnout pada Perawat Putri RS St. elizabeth Semarang di Tinjau dari Dukungan Sosial. Universitas Bina Darma Palembang. <http://fahrudin.weebly.com/upl>
- Salami, S. (2006) *Demographic and Psychological Factors Prediciting Organizational Commitment among Industrial Workers*. *Anthropologist*: 10(1):31-38
- Selye, H (2003). *The Stress of Life*. New York:Mc.Graw-Hill.
- Suharto. Edi (2007) *Kebijakan Sosial sebagai Kebijakan Publik*. Bandung: Alfabeta
- Sunaryo (2004) *Psikologi Untuk Keperawatan*. Jakarta: EGC
- Supardi (2007) Tesis Analisa Stres Kerja pada Kondisi dan Beban Kerja Perawat dalam Klasifikasi Pasien di Ruang Rawat Inap Rumkit TK II Putri Hijau Medan. <File://repository.usu.ac.id/bitstr/057010018.pdf>. (diakses 28 Juni 2016)
- Tarwaka (2010) *Ergonomi Industri*. Surakarta: Harapan PRESS
- Undang-Undang RI No. 44 tahun 2009 tentang Rumah Sakit. Tersedia dari:<http://www.dikti.go.id/files/atur/sehat/UU-44-2009RumahSakit.pdf>. (Diakses pada 20 Desember 2015)

