

**GAMBARAN *BURNOUT* MAHASISWA KEPERAWATAN UNIVERSITAS
KUSUMA HUSADA SURAKARTA**

¹⁾ Mahasiswa Prodi Sarjana Keperawatan Universitas Kusuma Husada Surakarta

^{2,3)} Dosen Prodi Sarjana Keperawatan Universitas Kusuma Husada Surakarta

Devimayaa05@gmail.com

ABSTRAK

Burnout merupakan kelelahan fisik, emosional, dan mental yang disebabkan keterlibatan jangka panjang dalam situasi yang penuh dengan tuntutan emosional. Mahasiswa keperawatan dapat berisiko mengalami *burnout* akibat banyaknya tugas dan rutinitas kehidupan yang dilakukan saat menjalani perkuliahan terlebih dalam system blok.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *burnout* pada mahasiswa keperawatan Universitas Kusuma Husada Surakarta. Penelitian ini menggunakan metode studi deskriptif kuantitatif. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *probability sampling*. Besar sampel yaitu 267 responden yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi.

Hasil penelitian menggambarkan bahwa mayoritas mahasiswa berjenis kelamin perempuan (72,3%). Diketahui bahwa *burnout* mahasiswa keperawatan Universitas Kusuma Husada Surakarta yaitu antara 22 sampai dengan 68, rata-rata *burnout* responden adalah 36,75 dimana nilai ini masuk dalam kategori *burnout* sedang dengan standar deviasi 11,98. Kesimpulan: Mayoritas mahasiswa mengalami *burnout* sedang.

Kata kunci: *burnout*, mahasiswa keperawatan.

**DESIGN OF BURNOUT OF NURSING STUDENTS AT KUSUMA HUSADA
UNIVERSITY SURAKARTA**

Devi Mayanti¹⁾ Wahyuningsih Safitri²⁾ Atiek Murhayati³⁾

*¹⁾Students of the Undergraduate of Nursing Program at University of Kusuma Husada
Surakarta*

*^{2,3)}Lecture of the Undergraduate of Nursing Program at University of Kusuma Husada
Surakarta*

Devimayaa05@gmail.com

ABSTRACT

Burnout is physical, emotional, and mental fatigue due to long-term involvement in situations full of emotional demands. Nursing students may be at risk for burnout due to the many tasks and routines of life while undergoing lectures conducted.

This research aimed to describe burnout in students of nursing department University of Kusuma Husada Surakarta. This research used quantitative descriptive study. The sampling technique used probability sampling. The sample size was 267 respondents who met inclusion and exclusion criteria.

The conclusion appears that the most of students were female (72,3%). It is known that the burnout of nursing students at Kusuma Husada University Surakarta is between 22 and 68, the average respondent burnout is 36,75 where this value is included in the moderate burnout category with a standard deviation of 11,98. Conclusion the majority of students experienced moderate level of burnout.

Keywords: burnout, nursing student

I. PENDAHULUAN

Mahasiswa merupakan individu dengan usia 18-23 tahun yang dikategorikan pada tahap masa remaja akhir sampai dewasa awal dan terdaftar sebagai peserta didik yang sedang menjalani pendidikan di perguruan tinggi (Pujiono, 2015). Mahasiswa yang sedang menjalani pendidikan sarjana keperawatan berada dalam tahap yang sangat penting dalam karir sebagai seorang perawat (Costa dalam da Silva dkk, 2014). Berdasarkan hal tersebut, perawat harus memiliki kompetensi yang memadai dan memiliki tanggungjawab yang dapat diandalkan. Untuk menghasilkan tenaga keperawatan ini perlu melalui jalur pendidikan tinggi yaitu penyelenggaraan Pendidikan Sarjana Keperawatan. Program ini diharapkan dapat memberikan pengalaman belajar pada peserta didik untuk menumbuhkan dan membina sikap, pengetahuan, serta keterampilan profesional yang diperlukan sebagai seorang perawat profesional (Buku Pedoman FIKes Jurusan Keperawatan Unsoed, 2015).

Banyaknya metode dan rutinitas kehidupan yang dilakukan saat menjalani perkuliahan di kampus, mahasiswa dapat berisiko mengalami kelelahan tidak hanya fisik, tetapi juga emosi dan mental. Kondisi ini dikenal dengan istilah *burnout*. *Burnout* pada mahasiswa merupakan faktor kunci dalam memahami berbagai perilaku yang ditampilkan mahasiswa selama perkuliahan seperti memilih kredit mata kuliah dan prestasi akademik. Mahasiswa yang mengalami *burnout* akan berdampak pada proses perkuliahan yang tidak maksimal, seperti mengerjakan tugas asal-asalan, mencontek, gejala depresi, penurunan skor kepuasan hidup, kualitas tidur yang memburuk (Gerber dkk, 2013; Khairini dan Irdil, 2015)

Berdasarkan fenomena di lapangan, *burnout* menjadi hambatan yang banyak

dirasakan mahasiswa kala menempuh pembelajaran. Penelitian Da Silva *et al* (2014) terhadap mahasiswa keperawatan dari universitas berbeda di Brazil memperlihatkan 570 mahasiswa mengalami *burnout*, 64% mengalami kelelahan berat, 37,79% mengalami sinisme berat, serta 87,72% mengalami penurunan pencapaian prestasi akademik. Penelitian lain terhadap 399 mahasiswa terkenal di Brazil mengungkapkan 12% dari *burnout* dimana tingkat *burnout* yang lebih tinggi pada periode kelima yaitu 27,1% dan memiliki frekuensi yang lebih rendah pada periode ketujuh yaitu 2,1%. Mahasiswa menunjukkan skor tinggi pada dimensi kelelahan emosional, yaitu 63,2% (Barbosa, *et al.*, 2018).

Berdasarkan studi pendahuluan pada 20 mahasiswa keperawatan Universitas Kusuma Husada Surakarta, 13 orang diantaranya mengatakan rutinitas yang dilakukan ketika menjalani perkuliahan sangat padat. Rutinitas tersebut diantaranya mengikuti perkuliahan dengan berbagai metode yang hampir setiap hari berlangsung dari pagi hingga sore. Selain itu, diluar perkuliahan Sebagian besar mahasiswa aktif dalam UKM. Padatnya rutinitas dan tugas yang harus dikerjakan membuat mahasiswa merasa lelah tidak hanya fisik, tetapi juga emosi dan mental. Kelelahan fisik yang dialami mahasiswa berupa sakit kepala, sakit punggung, demam, tegang otot leher dan bahu, sulit tidur, perubahan kebiasaan makan dan letih. Kelelahan emosi yang dialami yaitu perasaan capek dan lelah setiap hari, merasa sedih untuk alasan yang tidak jelas, suka marah, bosan, sulit mendapatkan kesempatan istirahat karena rutinitas, putus asa, merasa gagal dan kehilangan semangat. Serta kelelahan mental yang dialami yaitu kaku dalam berfikir, rutinitas sehari-hari mulai terasa tertekan, selalu bekerja keras tetapi pencapaian selalu kurang, merasa kurang kompeten, tujuan yang

ingin dicapai mulai berubah, tidak peka, acuh tak acuh, dan tidak puas dengan jalan hidup. Hal tersebut menunjukkan bahwa 13 mahasiswa Universitas Kusuma Husada Surakarta diantaranya cenderung dikatakan *burnout*. Selanjutnya 5 mahasiswa mengalami kelelahan fisik yaitu sakit kepala, demam, tegang otot leher dan bahu, sering flu, sulit tidur, perubahan kebiasaan makan dan letih. Mahasiswa juga mengalami kelelahan emosional yaitu perasaan capek dan lelah setiap hari, merasa sedih untuk alasan yang tidak jelas, bosan dan sulit mendapatkan kesempatan istirahat karena rutinitas. Sedangkan 2 mahasiswa lainnya hanya mengalami kelelahan fisik yaitu sakit kepala, demam, sulit tidur, perubahan kebiasaan makan dan letih. Sehingga 7 orang tersebut cenderung tidak mengalami *burnout*.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk mengetahui gambaran *burnout* pada mahasiswa keperawatan Universitas Kusuma Husada Surakarta.

II. METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan dikampus universitas kusuma husada surakarta. pada tanggal Juni-Agustus. Jenis penelitian yaitu Penelitian Kuantitatif dengan pendekatan survey untuk melihat gambaran. Pengambilan sampel ini menggunakan teknik *probability sampling*. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa aktif angkatan 2020, 2021, 2022 dan 2023 dengan sampel 269 responden. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan kuesioner *Maslach Burnout Inventory-Student survey (MBI-SS)* dengan 24 pertanyaan. Penelitian ini telah dinyatakan layak etik dengan nomor etik 2305/UKH.L.02/EC/VIII/2024.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang didapatkan pada penelitian ini meliputi:

Tabel 1. Karakteristik responden berdasarkan usia (n=267) Juli, 2024

Keterangan	Minimal	Maksimal	Mean	SD
Usia (tahun)	18	23	20.17	1.40

Berdasarkan tabel 1 Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti diketahui bahwa karakteristik usia responden pada penelitian ini antara usia 18-23 tahun, rata-rata usia responden yaitu 20,17 tahun dengan standar deviasi 1,40. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Trisnawati dkk (2022) yang menyatakan bahwa hasil dari penelitian yang dilakukan berdasarkan usia responden menunjukkan bahwa seluruh responden sejumlah 65 orang berusia >20tahun (100%). Usia mempengaruhi psikologis seseorang karena semakin tingginya usia seseorang maka semakin baik tingkat kemampuan serta kematangan emosi seseorang dalam menghadapi masalah atau persoalan (Athiutama dkk, 2023).

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh A'yunin (2023) yang menyatakan bahwa kelompok usia penelitian yang dilakukan paling banyak menjadi responden adalah berusia 20 tahun sejumlah 60 orang (63%). Menurut teori masa remaja berlangsung antara usia 12-21 tahun, dimana usia 18-21 tahun termasuk dalam kategori masa remaja akhir. Faktor usia berpengaruh terhadap kematangan sikap individu dalam menghadapi suatu masalah. Pada dasarnya stres dapat dialami seseorang dari usia berapa pun tergantung kapasitas stresor yang dapat diterima dan bagaimana kemampuan strategi koping yang dimiliki dalam mengatasi permasalahan yang terjadi (Khatami, 2018).

Penelitian ini juga didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi (2020) bahwa responden yang mengikuti penelitian lebih banyak berusia 17-20 tahun sejumlah 108 mahasiswa (58,4%).

Usia 18-22 tahun menjadi masa transisi dari usia remaja ke usia dewasa muda sehingga pada masa transisi tersebut diharapkan mahasiswa akan menjadi lebih tangguh untuk menghadapi pembelajaran (Wahab & Istriana, 2024).

Tabel 2. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin (n=267) Juli, 2024

Jenis Kelamin	frekuensi (n)	Persentase (%)
Perempuan	193	72.3
Laki-Laki	74	27.7
Total	267	100.0

Berdasarkan tabel 2 penelitian yang dilakukan oleh peneliti diketahui bahwa karakteristik jenis kelamin responden mayoritas adalah perempuan sejumlah 193 responden (72,3%), sedangkan untuk jenis kelamin laki-laki sejumlah 74 responden (27,7%). Jenis kelamin merupakan perbedaan fungsi biologis yang dicirikan dengan organ vital. Meskipun dalam ilmu keperawatan tidak membedakan jenis kelamin antara laki-laki dan perempuan dalam menjalani profesi sebagai seorang perawat yang profesional. Namun, menurut peneliti profesi keperawatan lebih disenangi oleh kaum perempuan dibandingkan kaum laki-laki (Alimah, 2020). Hal ini sesuai dengan temuan yang dikemukakan oleh *Australian Institute of Health and Welfare* dalam (Athiutama dkk, 2023) yang menyatakan bahwa perawat didominasi oleh perempuan.

Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh A'yunin (2023) dengan judul penelitian Pengaruh *Solution Focused Brief Counselling* (SFBC) Dalam Mencegah *Burnout syndrome* pada Mahasiswa Keperawatan Semester Akhir didapatkan hasil yaitu responden dengan jenis kelamin laki laki lebih banyak dibandingkan perempuan

dengan hasil 32 orang (80%) berjenis kelamin laki laki dan 8 orang (20%) berjenis kelamin perempuan. Kenyataan kampus dengan jurusan keperawatan lebih banyak di minati oleh perempuan karena karakter sabar, tekun dan telaten dalam merawat orang itu cenderung dimiliki oleh perempuan. Tetapi, tidak menutup kemungkinan laki-laki tidak bisa menjadi perawat. Laki-laki maupun perempuan bisa menjadi perawat asalkan bersedia dan mampu memiliki karakter yang sabar, tekun dan telaten merawat orang mengingat tugas perawat salah satunya adalah merawat (Lianawati, 2022).

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Hidayati & Aiyub, 2021) yang menyatakan bahwa hasil penelitian yang dilakukan didapatkan hasil karakteristik jenis kelamin responden didominasi perempuan sejumlah 67 responden (85,90%). Penelitian Kountul (2018) menyebutkan bahwa perempuan memiliki kecenderungan mudah mengalami stres dibandingkan laki-laki yang disebabkan oleh pengaruh hormonal yang diregulasi oleh hormon estrogen. Saat stres, perempuan lebih cenderung menjadi lebih sensitif dibandingkan biasanya, sehingga secara karakteristik perempuan lebih emosional dibandingkan laki-laki. Hasil penelitian yang sama juga dilakukan oleh Shantika pada tahun 2019 menyatakan bahwa persentase mahasiswa perempuan yang mengalami *burnout* sedang sebesar 21 (95%) mahasiswa. *Burnout* dapat dipengaruhi oleh perbedaan jenis kelamin. Perempuan memiliki fisik yang lebih lemah dibandingkan laki-laki sehingga lebih mudah untuk mengalami kelelahan fisik. Lalu pada perempuan juga lebih rentan terhadap stress dan kelelahan emosional dibandingkan dengan laki-laki, karena pada kebanyakan perempuan memiliki sifat yang perfeksionis. Namun, baik laki-laki maupun perempuan memerlukan

dukungan sosial, jika terdapat kurangnya dukungan sosial maka akan menyebabkan adanya perasaan terasing dan kecewa yang akan mengarah ke burnout.

Tabel 3. Karakteristik responden berdasarkan periode angkatan (n=267, Juli, 2024)

Periode Angkatan	frekuensi (n)	Persentase (%)
S20	67	25.1
S21	67	25.1
S22	72	27.0
S23	61	22.8
Total	267	100.0

Berdasarkan table 3. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh peneliti diketahui bahwa karakteristik periode angkatan responden paling banyak adalah Angkatan S22 sejumlah 72 responden (27%), sisanya untuk Angkatan S20 sejumlah 67 responden (25,1%), Angkatan S21 sejumlah 67 responden (25,1%), dan untuk S23 sejumlah 61 responden (22,8%). Sebenarnya kejadian *burnout* dapat terjadi pada Angkatan berapapun, pada penelitian ini ditemukan banyak dari Angkatan S22 karena responden didominasi oleh angkatan tersebut. Pada penelitian sebelumnya yang pernah dilakukan oleh Lianawati (2022) menjelaskan bahwa *burnout* dapat disebabkan karena faktor *work overload*. *Work overload* artinya suatu keadaan seseorang terlalu banyak melakukan pekerjaan dalam waktu yang singkat. *Workoverload* dapat terjadi karena perkuliahan yang dilakukan setiap hari dari senin hingga jumat, sehingga mahasiswa harus mengerjakan tugas dengan waktu yang singkat. Semakin lama perkuliahan, maka akan semakin banyak aktivitas yang dilakukan, yang dapat menyebabkan mahasiswa kelelahan dalam fisik maupun emosional.

Pada penelitian ini, didapatkan bahwa mayoritas *burnout* sedang dapat disebabkan karena jadwal perkuliahan yang padat, batas waktu pengumpulan tugas yang singkat, dan banyak materi yang harus dipelajari.

Tabel 4. Variabel burnout mahasiswa keperawatan Universitas Kusuma Husada Surakarta (n=267)

Keterangan	Minimal	Maksimal	Mean	SD
<i>Burnout</i>	22	68	36.75	11.98

Berdasarkan table 4 penelitian yang dilakukan didapatkan hasil bahwa burnout mahasiswa keperawatan Universitas Kusuma Husada Surakarta yaitu antara 22 sampai dengan 68, rata-rata burnout responden adalah 36,75 dimana nilai ini masuk dalam kategori burnout sedang dengan standar deviasi 11,98. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hidayati dan Aiyub (2022) yang menyatakan bahwa mayoritas mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Ners Universitas Syiah Kuala di Banda Aceh mengalami gejala burnout tingkat sedang, yaitu sebanyak 34 orang (43,56%). Burnout akademik mengacu pada kelelahan akibat tuntutan akademik, sehingga mahasiswa kehilangan minat dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik, serta merasa diri tidak kompeten sebagai mahasiswa (Pambudi & Wijayanti, 2018). Banyak faktor-faktor yang memengaruhi pencapaian belajar yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yang dapat berhubungan dengan pencapaian belajar adalah faktor yang berhubungan dengan kondisi fisik seperti aspek psikis, kesehatan organ tubuh, emosional, motivasi, dan kondisi beradaptasi serta sosialisasi dengan lingkungan. Sementara faktor eksternal berhubungan dengan seperti materi dan metode pembelajaran, kurikulum, suasana

lingkungan pembelajaran, dan lainnya (Lianawati, 2022).

Penelitian ini juga sejalan dengan Maramis dan Twaaang (2021) di dapatkan bahwa mahasiswa keperawatan mengalami tingkat kelelahan (burnout) tingkat sedang sebanyak 41 orang (51.9%), ringan sebanyak 34 orang (43%) dan tinggi sebanyak 4 orang (5.1%). Kelelahan (Burnout) merupakan suatu kondisi seseorang yang merasakan adanya kejenuhan secara mental dan letih secara emosional maupun fisik akibat tuntutan yang tinggi dan ketidakmampuan untuk mencapai tujuan sehingga karakteristik seseorang mempengaruhi terhadap kemampuan mengendalikan diri dan mampu menghadapi situasi yang penuh tuntutan sehingga mengurangi timbulnya kelelahan (Burnout) (Trisnawati dkk, 2022).

Burnout yang terjadi pada mahasiswa diartikan sebagai terjadinya keadaan burnout dari salah satu di antara tiga dimensi yaitu dimensi emotional exhaustion, dimensi depersonalization, dan dimensi personal accomplishment (A'yunin, 2023). Berdasarkan observasi di lapangan hasil penyebaran di kuesioner kepada mahasiswa dengan hasil burnout sedang menunjukkan bahwa mahasiswa tersebut mengalami tingkat kelelahan, depersonal dan kurangnya pencapaian yang signifikan. Beberapa kemungkinan penyebab burnout sedang pada mahasiswa adalah beban akademik yang tinggi, merasa penat saat mengerjakan tugas, kurangnya dukungan sosial, kurangnya keseimbangan hidup, faktor pribadi. Penting untuk diingat bahwa burnout adalah masalah serius yang dapat mempengaruhi kesehatan mental dan fisik mahasiswa. Jika anda atau seseorang yang anda kenal mengalami burnout, penting untuk mencari bantuan profesional.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1.Responden berdasarkan usia yaitu usia responden pada penelitian ini antara usia 18-23 tahun, rata-rata usia responden yaitu 20,17 tahun dengan standar deviasi 1,40.

2.Responden berdasarkan jenis kelamin yaitu perempuan sejumlah 193 orang (72,3%), dan laki-laki sejumlah 74 responden (27,7%).

3.Responden berdasarkan periode angkatan yaitu responden paling banyak adalah Angkatan S22 sejumlah 72 responden (27%), sisanya untuk Angkatan S20 sejumlah 67 responden (25,1%), Angkatan S21 sejumlah 67 responden (25,1%), dan untuk S23 sejumlah 61 responden (22,8%).

Berdasarkan penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan mahasiswa khususnya tentang burnout.

DAFTAR PUSTAKA

- Alimah, S. (2016). Gambaran Burnout Pada Mahasiswa Jurusan Keperawatan Fikes Universitas Jendral Soedirman. Keperawatan Soedirman
- Anggreini, T (2012). Hubungan Antara Kecemasan Dalam Menghadapi Mata Pelajaran Matematika Dengan Prestasi Akademik Matematika Pada Remaja (Skripsi)
- Arlinkasari, F., & Akmal, S. Z. (2017). Hubungan Antartara Scholl Engagement , Academic Self-Efficacy Dan Academic Burnout Pada Mahasiswa Humanitas (Jurnal Psikologi), 1 (2), 81. <https://doi.org/10.28932/Humanitas.V1i2.418>
- A'yunin, Q., Fatmaningrum, W., & Soetjipto, S. (2023). Gambaran Burnout Akademik Mahasiswa

- Kedokteran Universitas Airlangga Angkatan 2021. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 23(3), 3083-3086
- Barbosa, M. L., Ferreira, B. L. R., Vargas, T. N., da Silva, G. M. N., Nardi, A. E., Machado, S., & Caixeta, L. (2018). Burnout prevalence and associated factors among Brazilian medical students. *Clinical Practice and epidemiology in mental health: CP & EMH*, 14, 188
- Christiana, E. (2020). Burnout Akademik Selama Pandemi Covid 19. Prosiding Seminar Nasional Bimbingan Dan Konseling Mengukuhkan Eksistensi Peran BK Pasca Pandemi Covid-19 Di Berbagai Setting Pendidikan, 8-15.
- Da Silva, R. M., Goulart, C. T., Lopes, L. F. D., Serrano, P. M., Costa, A. L. S., & de Azevedo Guido, L. (2014). Hardy personality and burnout syndrome among nursing students in there Brazilian universities-an analytic study. *BMC nursing*
- Gerber, et al. Burnout and mental health in Swiss Vocatioal students: the moderating role of physical activity. *Journal of Research on Adolescence*, 25(1), 63-74. DOI:10.1111/jora.12097
- Hafifah, N., Widiani, E., & Rahayu, W. (2017). Perbedaan Stress Akademik Pada Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Berdasarkan Jenis Kelamin Di Fakultas Kesehatan Universitas Tribhuwana Tunggadewi Malang. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 2(3)
- Hardiyanti, R. (2013). Burnout ditinjau dari big five factors personality pada karyawan Kantor Post Pusat Malang. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*. 1(2),343-360
- Islami, S. (2019). Fenomena Burnout Pada Mahasiswa Kedokteran Tingkat Satu: Studi Kasus di Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret. <https://doi.org/10.31227/osf.io/safb>
- Khatami, R. A. (2018). Hubungan stress terhadap burnout pada Mahasiswa preklinik fakultas kedokteran UIN Syarif Hidayatullah Jakarta tahun ajaran 2018/2019 (Bachelor's thesis, Fakultas Kedokteran Universitas Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta)
- Laili, L. (2014). Pengaruh kesejahteraan spiritual terhadap burnout pada mahasiswa Pendidikan Dokter di Universitas Islam Indonesia Yogyakarta. (Skripsi). Retrieved from <http://digilib.uin-suka.ac.id/13716/BAB%201,%20V,%20DAFTAR%20PUSTAKA.pdf>.
- Ling, L., Qin, S., & Shen, L. (2014). An Investigation about Learning Burnout in Medical College Students and Its Influencing Factors. Elsevier: *International Journal of Nursing Sciences*
- Mandasari, T., Choiri, M., & Sari, R. A. (2014). Analisis Beban Kerja Perawat Ugd Menggunakan Maslach Burnout Inventory dan Modifikasi Heart (Studi Kasus: RSU. X). *Jurnal Rekyasa dan Manajemen Sistem Industri*, 2(5), p1044-1054.
- Maslach, C., & Laiter, M. P., & Jackson, S. E. (2012). Making a significant difference with burnout interventions: Researcher and parcitioner collaboration. *Journal of*

- Organizational Behavior, 33(2), 296-300
- Maslach, C., & Lailater, M.P. (2017). Understanding burnout: New models
- Rozsy, M. F. (2018). "Hubungan Antara Dukungan Emosional Teman Sebaya Dengan Burnout Pada Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Jember. Skripsi Universitas Jember. Jember. Diakses 25 Januari 2024, https://repository.unej.ac.id/bitstream/handle/123456789/88268/Muh.%20Fakhrur%20Rozsy%20-%20142310101074_.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Nursalam. (2017) Metode Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktik. Edisi 4. Jakarta: Salemba Medika. Hal 169-183.
- Notoatmodjo. (2012). Metode Penelitian Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta.
- Purwanto, A. F. (2019). "Gambaran Burnout Pada Petani Karet PTPN XII Renteng Kecamatan Ajung Kabupaten Jember". Skripsi Universitas Jember. Jember.
- Putri, T. H. (2020). Gambaran Burnout pada Perawat Kesehatan Jiwa. Jurnal Keperawatan Abdurrah, 3(2), 60-67.
- Putri, B. V. F. M., Amalia, E., & Sari, D. P. (2021). Hubungan Antara Burnout dan Kualitas Tidur Dengan Prestasi Akademik Mahasiswa Kedokteran Universitas Mataram. Prosiding Sanintek Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Mataram, 3(November 2020), 282-292.
- Schaufeli, W. B., Maslach, C., & Marek, T. (Eds). (2017). Professional Burnout: Recent Developments in Theory and Research.
- Setyaputri. N. Y., & Ardhani, D. K. (2019). Pemanfaatan Teknik Menulis Ekspresif Sebagai Wujud Kataris Untuk Meredukasi Burnout Mahasiswa Tingkat Akhir. In "Penguatan Pendidikan & Kebudayaan Untuk Menyongsong Society 5.0" (Pp. 404-410)
- Sugiono, (2017). Metode Penelitian Administrasi Dilengkapi Dengan Metode R & D. Bandung: Alfabetha. Hal 145-186