

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA  
2022

**HUBUNGAN BEBAN KERJA MENTAL DENGAN *BURNOUT* PERAWAT  
DI RUANG INSTALASI GAWAT DARURAT (IGD)  
RUMAH SAKIT UNS**

**Linda Permatasari<sup>1)</sup>, Wahyuningsih Safitri<sup>2)</sup>, Dewi Suryandari<sup>3)</sup>**

<sup>1)</sup> Universitas Kusuma Husada Surakarta

<sup>2)3)</sup> Universitas Kusuma Husada Surakarta

[lindaparkcy@gmail.com](mailto:lindaparkcy@gmail.com)

**ABSTRAK**

Terjadinya *burnout* pada perawat di IGD karena tuntutan pekerjaan yang lebih tinggi sehingga menyebabkan kesalahan saat melakukan pekerjaan atau kecelakaan kerja, penurunan komitmen perawat terhadap profesinya, dan berdampak pada tingginya *turnover* kemudian menurunnya mutu pelayanan. Salah satu faktor penyebab *burnout* adalah beban kerja mental. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adakah hubungan beban kerja mental dengan *burnout* perawat di ruang Instalasi Gawat Darurat (IGD). Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah perawat di Instalasi Gawat Darurat (IGD) Rumah Sakit UNS. Teknik sampling *non probability sampling* dengan cara sampling jenuh dan jumlah sampel 25 orang. Uji statistik yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji statistik korelasi *spearman rank*. Hasil penelitian usia responden adalah 24-35 tahun, jenis kelamin terbanyak laki-laki sebanyak 15 orang (60%), tingkat pendidikan mayoritas D3 Keperawatan sebanyak 19 orang (76%), dengan masa kerja 1-5 tahun sebanyak 14 orang (56%). Beban kerja mental yang paling dominan yaitu beban kerja mental sedang sebanyak 19 responden (76%). *Burnout* dalam kategori ringan sebanyak 25 responden (100%). Hasil uji *spearman rank* didapatkan nilai  $\rho$  value = 0,395 > 0,05. Artinya tidak ada hubungan antara beban kerja mental dengan *burnout* perawat di ruang Instalasi Gawat Darurat (IGD) Rumah Sakit UNS.

**Kata kunci** : *beban kerja mental, burnout, perawat*

**Daftar pustaka**: 27 (2014-2021)

**THE RELATIONSHIP BETWEEN MENTAL WORKLOAD AND NURSE  
BURNOUT IN THE EMERGENCY ROOM (ER) OF UNS HOSPITAL**

**Linda Permatasari<sup>1)</sup>, Wahyuningsih Safitri<sup>2)</sup>, Dewi Suryandari<sup>3)</sup>**

<sup>1)</sup> University of Kusuma Husada Surakarta

<sup>2)3)</sup> University of Kusuma Husada Surakarta

[lindaparkcy@gmail.com](mailto:lindaparkcy@gmail.com)

**ABSTRACT**

High job demands in the Emergency Room (ER) could result in nurse burnout, lead to errors in performing a job or work accidents, diminish nurse commitment to their profession, affect high turnover, and poor service quality. One of the burnout factors is mental workload. This study aimed to determine the relationship between mental workload and nurse burnout in the Emergency Room (ER). This type of research was quantitative with a cross-sectional approach. The population was nurses in the Emergency Room (ER) of UNS Hospital. The non-probability sampling technique with saturated sampling selected 25 samples. The statistical test used the Spearman rank correlation test. The results of the study obtained that the age of respondents was 24-35 years old, the majority were male with 15 people (60%), the majority had a D3 Nursing education level with 19 people (76%), and had 1-5 years working period with 14 people (56%). The most dominant mental workload was moderate with 19 respondents (76%) and mild burnout with 25 respondents (100%). The result of Spearman rank test obtained  $\rho$  value = 0.395 > 0.05. The study implied no relationship between mental workload and nurse burnout in the Emergency Room (ER) of UNS Hospital.

**Keywords** : *mental workload, burnout, nurses*

**Bibliography** : 27 (2014-2021)



## I. PENDAHULUAN

Instalasi Gawat Darurat (IGD) merupakan unit penting dalam operasional rumah sakit sebagai pintu masuk untuk setiap layanan yang beroperasi selama 24 jam (Mariana *et al.*, 2020). Perawat gawat darurat merupakan perawat yang kompeten dalam memberikan asuhan keperawatan, secara bertahap maupun mendadak dapat mengatasi masalah pasien di ruang gawat darurat (Asih & Trisni, 2015). Perawat IGD harus memberikan tindakan secara tepat dalam kondisi *emergency* dan berhadapan langsung dengan resiko paparan bahan kimia atau infeksi penyakit menular (Maulia *et al.*, 2021). Tanggung jawab dari perawat cukup besar karena menyangkut nyawa seseorang, siap siaga menangani pasien yang jumlah dan tingkat keparahannya tidak dapat diperkirakan (Marmi, 2015). Kegiatan tersebut jika dilakukan berulang-ulang setiap harinya akan menyebabkan *burnout* pada perawat.

*Burnout* dapat diartikan sebagai keadaan emosional ketika seseorang merasa lelah dan jenuh secara fisik maupun mental, akibat tuntutan pekerjaan yang tinggi (Fanani *et al.*, 2020). *Burnout* terbagi menjadi tiga dimensi yaitu : kelelahan emosional (*emotional exhaustion*), depersonalisasi (*depersonalization*), rendahnya prestasi diri (*low personal accomplishment*) (Nursalam, 2017). *Burnout* dapat terjadi karena perawat di IGD dituntut untuk memberikan pelayanan yang baik dan tingginya profesionalitas yang harus dilakukan menyebabkan perawat mengalami *burnout* (Maulia *et al.*, 2021).

Penyebab *burnout* adalah faktor personal dan lingkungan. Faktor personal terdiri dari kepribadian, harapan, demografi, kontrol fokus, dan tingkat efisiensi. Sedangkan faktor lingkungan terdiri dari beban kerja, penghargaan, kontrol, kepemilikan,

keadilan, dan nilai (Nursalam, 2017). Faktor lain yang dapat memengaruhi *burnout* adalah faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal terdiri dari karakteristik demografi, karakteristik pribadi, dan sikap kerja. Sedangkan faktor eksternal terdiri dari karakteristik pekerjaan, karakteristik jabatan, dan karakteristik organisasi (Maslach *et al.*, 2001). Dari penelitian yang dilakukan oleh Mariana *et al.* (2020) mengatakan penyebab perawat mengalami *burnout* adalah stres kerja yang tinggi.

*Burnout* pada perawat banyak diteliti di luar negeri, salah satunya adalah Spanyol dari 80% perawat memiliki tingkat *burnout* tinggi (Indiawati *et al.*, 2022). Data perawat IGD di salah satu rumah sakit daerah Tulungagung mengalami *burnout* berat dengan persentase 58% yang ditandai dengan beberapa perawat yang mudah sakit, lelah, lesu, kaku otot saat pekerjaan selesai, sulit membangun suasana santai dengan pasien, dan kurang semangat saat berhadapan dengan pasien (Novitasari *et al.*, 2014). Jika kondisi dari *burnout* tersebut tidak teratasi dapat meningkatkan kesalahan saat melakukan pekerjaan atau kecelakaan kerja, penurunan komitmen perawat terhadap profesinya, pada akhirnya berdampak pada tingginya *turnover* dan menurunnya mutu pelayanan keperawatan di rumah sakit (Hutama *et al.*, 2019).

Beban kerja adalah sekumpulan tuntutan pekerjaan yang harus diselesaikan oleh suatu anggota maupun pimpinan dengan jangka waktu tertentu (Ardiyanti *et al.*, 2017). Sedangkan beban kerja mental merupakan kondisi kerja ketika informasi harus diproses terlebih dahulu di dalam otak (Mutia, 2016). Beban kerja yang dialami oleh seorang perawat bukan hanya beban kerja fisik, namun kumpulan dari beban kerja fisik,

beban kerja mental, dan beban kerja sosial (Fikri, 2020).

Beban kerja mental dapat terjadi karena fokus yang terbagi, tingginya kewaspadaan, dan sulitnya pemahaman bahasa yang tidak umum (Made & Wulanyani, 2015). Tingginya beban kerja mental akan menyebabkan sulit konsentrasi, cemas, was-was, gelisah, mudah lupa, mudah marah, mudah tersinggung, dan putus asa. Meningkatnya beban kerja perawat bisa disebabkan oleh peningkatan jumlah pasien (Fikri, 2020).

Penelitian yang telah dilakukan Yudi *et al.* (2019) menunjukkan bahwa perawat mengalami beban kerja mental kategori sedang persentase sebanyak 93,3% dan kategori tinggi presentase 6,7% ditandai dengan perawat mengeluh mengalami kelelahan karena banyak pekerjaan yang harus dilakukan secara cepat dan tepat. Dalam penelitian lain ditemukan bahwa perawat memiliki beban kerja mental yang lebih tinggi sebesar 28,57% (Erdius & Dewi, 2017).

Beban kerja mental yang dialami perawat IGD terjadi karena lingkungan kerja yang menuntut tingkat kewaspadaan tinggi dalam menangani pasien *total care*, kedatangan pasien dengan tingkat kegawatan dan jenis penyakit bervariasi, harus menghadapi keluarga pasien yang cemas dan cenderung sering bertanya tentang kondisi anggota keluarganya, serta tuntutan harus cepat saat mengambil keputusan untuk melakukan tindakan pada pasien gawat darurat dan kritis agar tidak terjadi masalah yang lebih serius (Yudi *et al.*, 2019). Beban kerja mental jika tidak teratasi dengan baik dapat menyebabkan terjadinya sejumlah efek buruk, seperti merasa lelah, bosan, serta kurang berhati-hati dan kesadaran dalam melakukan suatu pekerjaan (Widiastuti *et al.*, 2017).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan

peneliti pada bulan Februari 2022, IGD Rumah Sakit UNS memiliki perawat sejumlah 25 orang. Berdasarkan wawancara dua dari lima orang perawat juga mengatakan terkadang bosan dan capek karena melakukan hal yang sama setiap hari. Dari hasil wawancara beberapa hal yang dirasakan perawat berkaitan dengan *burnout* adalah merasa dirinya tidak berguna ketika tidak bisa membantu temannya, merasa kurang saat menangani pasien dan merasa minder dengan teman kerjanya.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Hubungan Beban Kerja Mental dengan *Burnout* Perawat di Ruang Instalasi Gawat Darurat (IGD) Rumah Sakit UNS”.

## II. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni 2022. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh perawat IGD Rumah Sakit UNS. Teknik pengambilan sampel menggunakan sampling jenuh dengan jumlah sampel 25 orang.

Cara pengumpulan data menggunakan kuesioner beban kerja mental dengan metode NASA TLX yang terdiri dari 15 pasang kartu indikator dan 6 skala indikator. Hasil uji validitas kuesioner NASA TLX dengan nilai *corrected item – total correlation* setiap pernyataan  $> 0,24$  diantaranya : kebutuhan mental (0,726), kebutuhan fisik (0,779), kebutuhan waktu (0,748), performansi (0,656), usaha (0,742), dan tingkat frustrasi (0,329) menunjukkan bahwa kuesioner dinyatakan valid; sedangkan hasil uji reliabilitas diperoleh nilai  $\alpha = 0,833 (> 0,06)$  maka kuesioner tersebut reliabel (Nurrianti *et al.*, 2019).

Kuesioner *burnout* terdiri dari 22 item pernyataan, 14 pernyataan *favorable* dan 8 pernyataan

*unfavorable*. Hasil uji validitas kuesioner *burnout* menggunakan uji *product moment pearson* dengan nilai 0,001 ( $< 0,05$ ) maka semua pernyataan valid, sedangkan hasil uji reliabilitas nilai *cronbach's alpha* untuk item kelelahan emosional 0,89 depersonalisasi 0,77 dan rendahnya prestasi pribadi 0,77 ( $> 0,001$ ) maka kuesioner *burnout* tersebut reliabel (Putri, 2019).

Peneliti memberikan kuesioner dalam bentuk *hard file* pada setiap shift. Data dianalisis melalui analisis univariat dan bivariat dengan menggunakan uji *spearman rank*.

### III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia (n = 25)

Mean	Median	Nilai		SD
		Min	Max	
29	29	24	35	2,6

Hasil penelitian menunjukkan, usia terendah responden adalah 24 tahun dan tertinggi 35 tahun, dengan nilai *standar deviasi* (simpang baku) sebesar 2,6. Sebagian besar usia responden adalah pada usia dewasa awal. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Imallah & Kurniasih (2021) yang menunjukkan bahwa usia responden terbanyak pada usia 25-35 tahun sebanyak 42 responden (82,4%).

Maslach menyatakan usia muda lebih berisiko mengalami *burnout* dibandingkan usia tua karena, pekerja muda biasanya memiliki cita-cita yang lebih tinggi sehingga terkadang ekspektasi mereka tidak realistis. Bertambahnya usia, individu akan lebih stabil dan lebih dewasa, sehingga harapan mereka akan lebih realistis (Swasti *et al.*, 2017). Perawat dengan usia muda memiliki pengalaman dan pengetahuan yang relatif sedikit dalam menangani pasien, terkadang masih dalam proses adaptasi dengan

lingkungan pekerjaan. Anggreini *et al.*, (2019) dalam penelitiannya menyatakan bahwa usia dewasa muda berhubungan dengan kejadian *burnout* pada perawat, salah satu faktor penyebabnya adalah emosi. Dari hasil kuesioner sebagian besar perawat IGD sebanyak 68% responden menyatakan tidak pernah khawatir pekerjaannya akan membuat sulit secara emosional. Hal itu dapat terjadi karena responden merasa senang dengan pekerjaannya sebagai perawat sehingga dengan mudah mampu memahami perasaan pasien.

Berdasarkan pembahasan di atas dapat diambil kesimpulan bahwa bertambahnya usia dapat berpengaruh pada kestabilan dan kedewasaan setiap individu dimana hal tersebut juga akan mempengaruhi *burnout* pada perawat IGD karena cara berpikir akan menjadi lebih realistis. Pengalaman dan pengetahuan juga akan bertambah seiring bertambahnya usia karena sudah menangani banyak pasien.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin, Pendidikan, dan Masa Kerja (n = 25)

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
Jenis kelamin		
Laki-laki	15	60
Perempuan	10	40
Pendidikan		
D3	19	76
S1 / Ners	6	24
Masa kerja		
1-5 tahun	14	56
6-10 tahun	9	36
> 10 tahun	2	8

Hasil penelitian menunjukkan, dari total 25 perawat jenis kelamin paling banyak adalah laki-laki sebanyak 15 responden (60%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hutama *et al.* (2019) yang menunjukkan bahwa jenis kelamin responden paling banyak

adalah laki-laki sebanyak 14 responden (73,7%).

Dari penelitian yang dilakukan oleh Aulia & Rita (2021) mengatakan bahwa perawat laki-laki empat kali lebih berisiko mengalami *burnout* dibandingkan dengan perempuan karena, laki-laki cukup sulit terbuka dengan orang lain ketika menghadapi tekanan atau persoalan yang tengah dihadapi dibandingkan dengan perempuan. Hasil ini sejalan dengan penelitian Lebares *et al.* (2018) bahwa laki-laki memiliki tingkat depersonalisasi yang lebih tinggi. Laki-laki cenderung dibesarkan dengan nilai kemandirian sehingga diharapkan bisa bersikap tegas, lugas, dan tidak emosional sehingga lebih tenang dalam menghadapi *burnout* (Indilusiantari & Meliana, 2015). Dari hasil kuesioner sebagian besar perawat IGD menunjukkan bahwa laki-laki memiliki persentase sebesar 60% untuk *burnout* ringan.

Berdasarkan pembahasan di atas dapat diambil kesimpulan bahwa perawat laki-laki lebih berisiko mengalami *burnout* karena sulit terbuka dengan orang lain. Pada dasarnya tuntutan dan tanggung jawab dalam pekerjaan antara laki-laki dan perempuan sama yaitu membantu atau menolong pasien, sehingga tidak ada kesenjangan tugas antara laki-laki dan perempuan.

Hasil penelitian menunjukkan, pendidikan terakhir responden terbanyak adalah D3 Keperawatan sebanyak 19 responden (76%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mawarti & Yusnilawati (2018) yang menunjukkan bahwa pendidikan responden terbanyak adalah D3 Keperawatan sebanyak 164 responden (83,2%).

Dalam penelitian Mawarti & Yusnilawati (2018) menyatakan bahwa *burnout* banyak dialami perawat dengan tingkat pendidikan D3

Keperawatan. Dari hasil observasi dalam setiap shift terdapat perawat sebagai penanggung jawab shift dan terbagi menjadi dua bagian yaitu bagian triage dan bagian IGD dalam, ketika ada pasien datang perawat sigap menangani pasien. Dari hasil kuesioner perawat IGD dengan pendidikan D3 Keperawatan mengalami *burnout* ringan dengan persentase 76% yang lebih dominan ke masalah depersonalisasi. Hal ini berbanding terbalik dengan teori yang disampaikan Maslach bahwa, perawat dengan pendidikan tinggi lebih rentan terhadap *burnout*, karena mempunyai harapan yang ideal dan ketika dihadapkan dengan kenyataan bahwa terdapat perbedaan antara harapan dan kenyataan maka timbul kekecewaan dan kegelisahan yang bisa menimbulkan *burnout* (Mawarti dan Yusnilawati, 2018).

Berdasarkan pembahasan di atas dapat diambil kesimpulan bahwa pendidikan akan mempengaruhi ketahanan seorang perawat terhadap *burnout*, semakin tinggi pendidikan akan semakin rentan mengalami *burnout*, tetapi bisa diatasi dengan bagaimana seorang perawat menyikapinya.

Hasil penelitian menunjukkan, masa kerja responden terbanyak yaitu 1-5 tahun sebanyak 14 responden (56%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Novitasari *et al.*, (2014) yang menunjukkan bahwa responden terbanyak adalah 1-5 tahun sebanyak 26 responden (52%).

Masa kerja yang pendek sering menimbulkan kejenuhan, karena baru memulai belajar dan menguasai pekerjaannya secara tidak langsung bisa menjadi beban dan stress yang dapat menyebabkan kejenuhan dalam bekerja, berbeda dengan masa kerja panjang yang sudah terbiasa dengan pekerjaannya (Mawarti dan

Yusnilawati, 2018). Rasa jenuh biasanya muncul karena kondisi kerja yang monoton sepanjang hari seperti pekerjaan rutin yang berulang, dan jika tidak ada perubahan akan menyebabkan stress (Musu *et al.*, 2021). Hasil observasi hal yang biasa dilakukan perawat IGD adalah melakukan TTV dan *triage* kemudian dipilah sesuai kondisinya, pekerjaan tersebut dilakukan setiap pasien datang dan dilakukan setiap hari. Masa kerja perawat yang panjang akan mendapatkan banyak pengalaman, tetapi jika pola pekerjaan perawat monoton dan bersifat *human service* justru akan menyebabkan kelelahan emosi, psikologi, dan fisik yang mengarah pada *burnout syndrome* (Ekawati, 2019).

Berdasarkan pembahasan di atas dapat diambil kesimpulan bahwa pekerjaan yang monoton bisa menyebabkan perawat dengan masa kerja panjang maupun pendek mengalami *burnout* meskipun perawat mempunyai pengalaman yang cukup banyak.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Beban Kerja Mental Perawat Instalasi Gawat Darurat (n = 25)

Beban Kerja Mental	Frekuensi	Persentase (%)
Ringan	2	8
Sedang	19	76
Berat	4	16
Total	25	100

Hasil penelitian menunjukkan, beban kerja mental perawat di IGD Rumah Sakit UNS sebanyak 19 responden (76%) mengalami beban kerja mental sedang. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Erdius & Dewi (2017) yang menunjukkan beban kerja mental sedang sebanyak 41 responden (65,08%). Penelitian sebelumnya yang

dilakukan oleh Kusumaningsih *et al.* (2020) menunjukkan hasil beban kerja perawat paling tinggi adalah beban kerja mental sedang sebanyak 25 responden (62,5%).

Hasil penelitian Erdius & Dewi (2017) tersebut mengatakan semakin baik kompetensi seorang perawat, maka semakin baik pula cara perawat mempersepsikan beban kerja mental. Beban kerja mental yang dialami perawat IGD terjadi karena lingkungan kerja yang menuntut tingkat kewaspadaan tinggi dalam menangani pasien *total care*, kedatangan pasien dengan tingkat kegawatan dan jenis penyakit bervariasi, harus menghadapi keluarga pasien yang cemas dan cenderung sering bertanya tentang kondisi anggota keluarganya, serta tuntutan harus cepat saat mengambil keputusan untuk melakukan tindakan pada pasien gawat darurat dan kritis agar tidak terjadi masalah yang lebih serius (Yudi *et al.*, 2019).

Hasil kuesioner beban kerja mental menunjukkan beban kerja mental perawat IGD termasuk dalam tingkat sedang, karena perawat berusaha sebaik mungkin ketika mengambil keputusan untuk tindakan pasien. Dibuktikan dengan hasil kuesioner yaitu dari enam dimensi yang terdapat pada beban kerja mental, nilai tertinggi pada tingkat usaha (25%) seperti usaha yang dibutuhkan perawat secara mental dan fisik untuk menyelesaikan pekerjaannya. Perawat menunjukkan tingkat performansi yang baik, perawat merasa puas dengan pekerjaan yang dilakukannya.

Berdasarkan pembahasan di atas dapat diambil kesimpulan bahwa beban kerja mental perawat IGD Rumah Sakit UNS dikategorikan sedang yang bisa disebabkan oleh lingkungan dan tuntutan kerja tetapi dapat dikontrol dari kompetensi yang dimiliki perawat yang diimbangi juga dengan tingkat usaha perawat, semakin baik

kompetensi akan baik pula mempersepsikan beban kerja mental.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan *Burnout* Perawat Instalasi Gawat Darurat (n = 25)

<i>Burnout</i>	Frekuensi	Persentase (%)
Ringan	25	100
Sedang	0	0
Berat	0	0
Total	25	100

Hasil penelitian menunjukkan, *burnout* perawat di IGD Rumah Sakit UNS sebanyak 25 responden (100%) mengalami *burnout* ringan. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ton (2019) yang menunjukkan hasil *burnout* ringan sebanyak 43 responden (84%). Penelitian yang dilakukan oleh Swasti *et al.* (2017) juga menunjukkan *burnout* ringan sebanyak 110 responden (55%).

*Burnout* yang dialami perawat dalam kategori ringan karena perawat lebih ikhlas dalam menjalankan tugasnya meskipun bertemu dengan pasien yang sama dengan penyakit berbeda setiap harinya (Ton *et al.*, 2019). Selain itu hal yang bisa mempengaruhi tingkat *burnout* perawat adalah jam kerja, ketika jam kerja panjang energi yang diperlukan lebih besar. Energi yang dikeluarkan dalam jumlah yang besar akan menyebabkan perawat mudah lelah, jadi perlu diimbangi oleh istirahat yang cukup (Swasti *et al.*, 2017).

Dari hasil kuesioner menunjukkan *burnout* perawat IGD dalam rentang ringan, karena didukung dengan jam kerja yang diimbangi dengan hari libur yang cukup paling tidak dua hari. Hasil kuesioner juga menyatakan responden merasa senang dengan pekerjaannya sebagai perawat. Hasil wawancara responden mengatakan mereka ikhlas dalam

menolong pasien dan juga mereka tidak merasa bosan dalam pekerjaan karena ada hari libur jadi saat masuk lagi merasa fresh. *Burnout* ringan yang dialami perawat IGD ditandai dengan tenang dalam menghadapi masalah emosional, ramah dengan pasien, dan percaya diri dengan kemampuannya. Berdasarkan pembahasan di atas dapat diambil kesimpulan bahwa *burnout* perawat di IGD Rumah Sakit UNS dalam kategori ringan disebabkan keikhlasan perawat dalam menjalankan tugasnya, juga pengaruh jam kerja yang seimbang dengan istirahat yang cukup, selain itu responden merasa senang dengan pekerjaannya sebagai seorang perawat.

Tabel 5. Hubungan Beban Kerja Mental dengan *Burnout* Perawat di Ruang Instalasi Gawat Darurat (IGD) Rumah Sakit UNS

	<i>Burnout</i>
Beban kerja mental	r = - 0,178
	P > 0,395
	n = 25

Hasil penelitian menunjukkan, korelasi *Spearman Rank* sebesar - 0,178 dengan signifikan 0,395 sehingga dapat dikatakan bahwa tidak ada hubungan antara beban kerja mental dengan *burnout* perawat di ruang Instalasi Gawat Darurat (IGD) Rumah Sakit UNS. Penelitian ini sesuai dengan penelitian Masduki *et al.* (2021), yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara beban kerja mental dengan *burnout* pada staff administrasi FKM UNDIP pada tahun 2021 disebabkan nilai  $\rho$  value = 0,991 (> 0,05).

Nursalam (2017) menyatakan bahwa salah satu faktor penyebab *burnout* adalah beban kerja mental. Dalam penelitian ini tidak ada hubungan yang signifikan antara beban kerja mental dengan *burnout*. Tidak adanya hubungan dapat disebabkan



oleh distribusi data antara beban kerja mental dengan *burnout*. Dilihat dari hasil kuesioner yang menunjukkan bahwa beban kerja mental perawat IGD terbanyak pada rentang sedang sejumlah 19 responden (76%) dan dimensi tertinggi pada tingkat usaha (25%) dimana perawat berusaha sebaik mungkin untuk menyelesaikan pekerjaannya dengan performansi yang baik pula jadi perawat merasa puas dengan pekerjaan yang dilakukannya. Pengaturan jam kerja juga mempengaruhi, yang menyebabkan responden memiliki waktu pemulihan baik fisik maupun mental sehingga beban kerja mental yang mereka miliki tidak berpengaruh terhadap *burnout*. Hasil penelitian didukung oleh Ningsih *et al.* (2018) dalam penelitiannya menyatakan pengaturan jam kerja memungkinkan untuk beristirahat yang dapat mempengaruhi kelelahan kerja sehingga beban kerja mental dapat dicegah.

Hasil kuesioner *burnout* menunjukkan bahwa seluruh responden memiliki *burnout* ringan sejumlah 25 responden (100%). Dalam kuesioner sejumlah 48% responden mengungkapkan merasa senang dengan pekerjaannya sebagai perawat dengan menjawab sering merasa senang bekerja sebagai perawat. *Burnout* ringan pada perawat IGD juga dapat dipengaruhi oleh shift kerja, dimana perawat memiliki hari libur yang cukup panjang yaitu dua hari atau bisa lebih sehingga ketika masuk merasa lebih *fresh*. Swasti *et al.* (2017) mengungkapkan bahwa, ketika perawat memiliki jam kerja yang panjang energi yang diperlukan lebih besar sehingga perawat mudah lelah, jadi perlu diimbangi oleh istirahat yang cukup.

Berdasarkan pembahasan di atas dapat diambil kesimpulan bahwa penyebab tidak adanya hubungan beban kerja mental dengan *burnout* disebabkan oleh distribusi data

responden, pengaturan jam kerja, responden merasa senang dengan pekerjaannya sebagai perawat, dan pengaruh shift kerja dimana perawat memiliki hari libur yang cukup panjang.

#### IV. KESIMPULAN

- a. Karakteristik perawat di ruang IGD Rumah Sakit UNS adalah rata-rata usia responden adalah 29 tahun, mayoritas berjenis kelamin laki-laki sebanyak 15 responden (60%), dengan pendidikan D3 Keperawatan sebanyak 19 responden (76%), dan masa kerja 1 sampai 5 tahun (1-5 tahun) sebanyak 14 responden (56%).
- b. Beban kerja mental perawat di ruang Instalasi Gawat Darurat (IGD) Rumah Sakit UNS termasuk dalam kategori sedang sebanyak 19 responden (76%).
- c. *Burnout* perawat di ruang Instalasi Gawat Darurat (IGD) Rumah Sakit UNS termasuk dalam kategori ringan sebanyak 25 responden (100%).
- d. Tidak ada hubungan antara beban kerja mental dengan *burnout* perawat di ruang Instalasi Gawat Darurat (IGD) Rumah Sakit UNS dengan nilai  $\rho$  value 0,395 ( $> 0,05$ ).

#### V. SARAN

- a. Bagi Institusi Pendidikan  
Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk menambah referensi atau acuan untuk penelitian selanjutnya khususnya mengenai beban kerja mental dan *burnout* perawat.
- b. Bagi Rumah Sakit  
Hasil penelitian ini dapat memberikan evaluasi tentang beban kerja mental dan *burnout* perawat, sehinggaantisipasi bisa diberikn pada perawat dengan melakukan kegiatan relaksasi agar beban kerja mental dan *burnout* dapat diminimalisir.

- c. Bagi Pelayanan Kesehatan  
Hasil penelitian ini dapat memberikan pengetahuan bagi perawat dan tenaga kesehatan lainnya tentang beban kerja mental dan *burnout* perawat.
- d. Bagi Peneliti  
Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan penulis tentang beban kerja mental dan *burnout* perawat.
- e. Bagi Peneliti Lain  
Peneliti lain yang ingin meneliti dengan tema yang sama, diharapkan dapat menggunakan penelitian ini sebagai bahan referensi atau bahan pertimbangan untuk melakukan penelitian lainnya secara mendalam tentang beban kerja mental dan *burnout* pada perawat.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Anggreini, N., Hafizah, R. and Saiman (2019) 'Pengaruh Aromaterapi Lemon Terhadap Tingkat Kejenuhan Kerja (Burnout) Perawat Intensive Care Unit Rumah Sakit Umum Daerah Sultan Syarif Mohamad Alkadrie Kota Pontianak', *Jurnal Ilmu Kesehatan dan Keperawatan Tanjungpura*, 1(2), pp. 1–11.
- Ardiyanti, N., Wahyuni, I. and Jayanti, S. (2017) 'Hubungan Beban Kerja Mental dengan Kelelahan Kerja Pada Tenaga Keperawatan dan Tenaga Kebidanan di Puskesmas Mlati II Sleman Yogyakarta', *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(5), pp. 264–272.
- Asih, F. and Trisni, L. (2015) 'Hubungan Antara Kepribadian Hardiness dengan Burnout Pada Perawat Gawat Darurat di Rumah Sakit Pantiwilasa Citarum', *Psikodimensia*, 14(1), pp. 11–23.
- Aulia, A. and Rita, N. (2021) 'Hubungan Jenis Kelamin, Masa Kerja, Komitmen Organisasi, Gaya Kepemimpinan dan Kejadian Burnout pada Perawat di Rumah Sakit P.P. Tahun 2019', *Jurnal Kesehatan Lentera 'Aisyiyah'*, 4(2), pp. 492–501.
- Ekawati, N. (2019) 'Hubungan Burnout Perawat dengan Komunikasi Terapeutik di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Kota Depok', *Edu Dharma Journal: Jurnal penelitian dan pengabdian masyarakat*, 3(2), p. 77.
- Erdius and Dewi, F. S. T. (2017) 'Stres Kerja pada Perawat Rumah Sakit di Muara Enim: Analisis Beban Kerja Fisik dan Mental', *Berita Kedokteran Masyarakat*, 33(9), pp. 439–444.
- Fanani, E., Martiana, T. and Qomarudin, B. (2020) 'Hubungan Stres Kerja dengan Burnout Perawat Rumah Sakit', *Preventia: Indonesian Journal of Public Health*, 5(2), pp. 86–89.
- Fikri, Z. (2020) 'Hubungan Beban Kerja Mental Perawat Dengan Kepatuhan Dokumentasi Keperawatan', *Journals of Ners Community*, 11(2), pp. 236–245.
- Hutama, F. H., Wilda, L. O. and Ristiani, W. H. (2019) 'Hubungan Beban Kerja dengan Burnout Perawat di Instalasi Gawat Darurat RSUD Nganjuk', *Jurnal Sabhanga*, 1(1), pp. 74–82.
- Imallah, R. N. and Kurniasih, Y. (2021) 'Interprofessional Collaboration and Burnout Nurses in Hospital', *Media Keperawatan Indonesia*, 4(1), p. 56.
- Indiawati, O. C. et al. (2022) 'Analisis Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Burnout Syndrome Perawat di RS Darmo Surabaya', *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat*, 11(1), pp. 25–41.
- Indilusiantari, V. and Meliana, I. (2015) 'Faktor-Faktor yang

- Berhubungan dengan Burnout Syndrome Pada Pegawai di Direktorat Bina Kesehatan Kerja dan Olahraga Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Jakarta Selatan Tahun 2015', *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 7(1), pp. 28–33.
- Kusumaningsih, D. *et al.* (2020) 'Hubungan Beban Kerja Fisik dan Mental Perawat dengan Penerapan Pasien Safety Pada Masa Pandemi COVID 19 di UPT Puskesmas Rawat Inap Kabupaten Pesawaran', *Indonesian Journal of Health Development*, 2(2), pp. 108–118.
- Lebares, C. C. *et al.* (2018) 'Burnout and Stress Among US Surgery Residents : Psychological Distress and Resilience', *Journal of the American College of Surgeons*, 226(1), pp. 80–90.
- Made, N. and Wulanyani, S. (2015) 'Tantangan dalam Mengungkap Beban Kerja Mental', *Buletin Psikologi*, 21(2), pp. 80–89.
- Mariana, R. E., Rezki, N. F. and Suroto (2020) 'Hubungan Karakteristik dan Stres Kerja Perawat Terhadap Burnout Syndrome Pada Perawat Pelaksana di IGD dan ICU RSUD Ratu Zalecha Martapura', *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(2), pp. 139–145.
- Marmi, E. F. (2015) 'Hubungan Beban Kerja Dengan Perilaku Caring Perawat Menurut Persepsi Klien di IGD RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta', *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 3(2).
- Masduki, M. P., Ekawati, E. and Wahyuni, I. (2021) 'Hubungan Antara Karakteristik Demografi Pekerja, Beban Kerja Mental, dan Gaya Kepemimpinan Terhadap Burnout Pada Staff Administrasi FKM UNDIP', *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(6), pp. 784–792.
- Maslach, C., Schaufeli, W. B. and Leiter, M. P. (2001) 'Job Burnout', *Annu Rev Psychol*, 52, pp. 397–422.
- Maulia, N., Agustin, W. R. and Listrikawati, M. (2021) 'Gambaran Burnout Syndrome Perawat IGD Pada Masa Pandemi COVID-19 di RSD Dr. Moewardi', 54.
- Mawarti, I. and Yusnilawati (2018) 'Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Burnout Pada Perawat di Ruang Instalasi Rawat Inap RSUD Raden Mattaher dan Abdul Manap Jambi Tahun 2017', *Jurnal Ilmiah Ilmu Terapan Universitas Jambi*, 2(2), pp. 172–187.
- Musu, E. T., Murharyati, A. and Saelan (2021) 'Gambaran Stres Kerja Perawat IGD di Masa Pandemi COVID-19 di Rumah Sakit Surakarta', *Jurnal Gawat Darurat*, 3(1), pp. 1–10.
- Mutia, M. (2016) 'Pengukuran Beban Kerja Fisiologis dan Psikologis pada Operator Pemetikan Teh dan Operator Produksi Teh Hijau di PT Mitra Kerinci', *Jurnal Optimasi Sistem Industri*, 13(1), p. 503.
- Ningsih, E., Muis, M. and Rahim, M. R. (2018) 'Hubungan Stres Kerja dan Beban Kerja Mental dengan Kelelahan Kerja Perawat Rawat Inap RS UNHAS', pp. 1–13.
- Novitasari, R., Haryuni, S. and Etika, A. N. (2014) 'Motivasi Kerja Dengan Kejadian Burnout Pada Perawat Instalasi Gawat Darurat', *Java Health Journal*, 1(2), pp. 106–111.
- Nurrianti, R., Ujetika, N. S. and Imran, R. A. (2019) 'Perbandingan Analisis Pengukuran Beban Kerja Psikologis pada Perawat Menggunakan Metode NASA-TLX dan RSME', *Seminar Nasional Teknik Industri 2019*,

- pp. 33–41.
- Nursalam (2017) *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pendekatan Praktis*. Jakarta: Jakarta : Salemba Medika.
- Putri, D. P. (2019) *Pengaruh Stres Kerja Terhadap Burnout Pada Perawat Ruang Rawat Inap di RSUD Kota Madiun*. STIKes Bhakti Husada Mulia Madiun.
- Swasti, K. G., Ekowati, W. and Rahmawati, E. (2017) 'Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Burnout Pada Wanita Bekerja di Kabupaten Banyumas', *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 12(3), pp. 190–198.
- Ton, N. I., Tat, F. and Simon, M. G. (2019) 'Hubungan Beban Kerja Perawat dengan Burnout Syndrome di Rumah Sakit Umum Daerah Kota Kupang', *CHMK Health Journal*, 3(2).
- Widiastuti, R., Purnomo, dian eko hari and Nur, A. (2017) 'Penentuan Beban Kerja Mental Perawat Berdasarkan Shift Kerja dan Jenis Kelamin Menggunakan Metode National', *Jurnal Science Tech*, 3(2), pp. 113–120.
- Yudi, D., Tangka, J. W. and Wowiling, F. (2019) 'Hubungan Beban Kerja Fisik dan Mental Perawat dengan Penerapan Pasien Safety di IGD dan ICU', *e-journal keperawatan*, 7(1), pp. 1–9.