

## HUBUNGAN BEBAN KERJA TERHADAP BURNOUT SYNDROME PADA PERAWAT DI RUANGAN RAWAT INAP RSU HAJI MEDAN KECAMATAN PERCUT SEI TUAN

Tita Artita<sup>1</sup>, Yulia Khairina Ashar<sup>2</sup>, Delfriana Ayu<sup>3</sup>, Salianto<sup>4</sup>, Nurcahya<sup>5</sup>

[tita0801222217@uinsu.ac.id](mailto:tita0801222217@uinsu.ac.id)<sup>1</sup>, [yuliakhairinaa@uinsu.ac.id](mailto:yuliakhairinaa@uinsu.ac.id)<sup>2</sup>

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

### ABSTRAK

International Labour Organization (ILO) dalam laporan Workplace Stress and Health in the Health Sector tahun 2022 melaporkan bahwa sekitar 62% tenaga kesehatan di seluruh dunia menghadapi beban kerja yang tinggi, dan sepertiga di antaranya mengalami gejala burnout. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan beban kerja terhadap burnout syndrome pada perawat. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan menggunakan kuesioner. Populasi berjumlah 63 perawat di ruangan rawat inap. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara beban kerja terhadap burnout syndrome dengan nilai  $-value\ 0,000 < (0,05)$ .

**Kata Kunci:** Beban Kerja, Burnout Syndrome, Perawat.

### ABSTRACT

*In its 2022 report titled Workplace Stress and Health in the Health Sector, the International Labour Organization (ILO) stated that approximately 62% of healthcare workers worldwide face high workloads, with one-third experiencing symptoms of burnout. This study aimed to determine the relationship between workload and burnout syndrome among nurses, as well as the relationship between nurses' characteristics and burnout syndrome. A quantitative research method utilizing questionnaires was employed. The study population consisted of 63 nurses working in inpatient wards. The results indicate a significant relationship between workload and burnout syndrome, with a  $p$ -value of 0.000 ( $< 0.05$ ).*

**Keywords:** Workload, Burnout Syndrome, Nurses.

### PENDAHULUAN

Perawat merupakan para tenaga kesehatan sangat rentan terhadap burnout syndrome, yang ditandai dengan kelelahan emosional, depersonalisasi, dan penurunan kinerja pribadi akibat stres kerja kronis yang tidak diatur dengan baik, karena mereka memiliki interaksi paling langsung dengan pasien.

Beban kerja adalah indikator dari seberapa jauh kemampuan atau kapasitas tubuh manusia yang diperlukan untuk menyelesaikan pekerjaan tertentu. Sebaiknya, beban kerja yang dipikul oleh seorang pekerja sesuai dengan kemampuannya. Berbagai efek negatif dapat muncul jika beban sebuah pekerjaan telah melebihi batas kapasitas fisik dan mental pekerja, termasuk di antaranya kelelahan akibat kerja dan masalah kesehatan bagi pekerja.

International Council of Nurses (ICN, 2022) melaporkan bahwa 35.000 perawat dari 60 negara melaporkan 70% responden mengalami beban kerja tinggi dan 52% mengalami burnout berat. International Council of Nurses (ICN) juga memperingatkan bahwa lebih dari 13 juta perawat diperkirakan akan meninggalkan profesi mereka pada tahun 2030 jika tidak ada perbaikan kesejahteraan kerja.

Rata-rata rasio perawat terhadap pasien di rumah sakit Indonesia adalah 1:9, menurut data dari Badan Pengembangan dan Pemberdayaan Sumber Daya Manusia Kesehatan (BPPSDMK, 2022), padahal standar ideal menurut Kemenkes adalah 1:5 untuk unit rawat inap umum dan 1:2 untuk unit intensif. Rasio yang tidak seimbang ini menyebabkan beban kerja tinggi dan risiko kelelahan meningkat sehingga menyebabkan burnout syndrome.

Asian Nurses Association (ANA, 2022) menunjukkan bahwa sekitar 57% perawat di Asia Tenggara mengalami gejala burnout sedang hingga berat, dengan beban kerja berlebih dan kekurangan tenaga kerja sebagai faktor utama. Di Filipina, 60% perawat rumah sakit mengaku kelelahan fisik dan emosional akibat rasio pasien yang tinggi (1 perawat : 15 pasien).

Penelitian terdahulu di RSUD Ade M. Djoen Sintang meneliti hubungan antara burnout kerja perawat IGD dan beban kerja. Tingkat beban kerja dan burnout ternyata berkorelasi signifikan ( $p = 0,05$ ). Sebanyak 82,9% perawat dengan beban kerja tinggi melaporkan burnout sedang hingga berat. Faktor yang paling dominan adalah beban kerja mental akibat tekanan tanggung jawab terhadap keselamatan pasien.

Kesehatan fisik dan mental seseorang bisa terkena dampak negatif dari bekerja terlalu banyak, yang bisa bikin kualitas kerja menurun. Sebaliknya, beban kerja yang sesuai dengan kemampuan seseorang bisa meningkatkan performa. Jadi, menerapkan manajemen beban kerja yang efisien itu penting banget supaya produktivitas karyawan tetap terjaga dan mencegah kelelahan yang bisa mengurangi efisiensi mereka di tempat kerja.

Peneliti sebelumnya meneliti hubungan antara beban kerja dan burnout di antara perawat perawatan kritis di Rumah Sakit Dr. Sardjito Yogyakarta. Hasilnya menunjukkan adanya hubungan positif yang tinggi ( $r = 0,68$ ;  $p < 0,05$ ) antara beban kerja dan burnout, dengan 57% perawat melaporkan burnout dari tingkat sedang hingga parah. Peneliti menjelaskan bahwa tingginya tekanan pekerjaan di ruang intensif, tanggung jawab moral tinggi, dan tuntutan kinerja cepat menjadi pemicu burnout.

Ikatan Perawat Indonesia (PPNI, 2023) juga mengungkapkan bahwa kelelahan kerja menjadi salah satu penyebab meningkatnya tingkat burnout dan turnover intention di kalangan perawat. Sekitar 27% perawat di Indonesia menyatakan keinginan untuk berhenti bekerja akibat stres dan kelelahan yang tidak tertangani dengan baik.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan di Rumah Sakit Siti Fatimah meneliti hubungan antara beban kerja perawat ruang operasi dan sindrom burnout di instalasi bedah sentral. Beban kerja dan burnout terbukti memiliki korelasi yang signifikan ( $r = 0,333$ ;  $p = 0,000$ ), dengan burnout sedang hingga berat terjadi pada 51,52% perawat yang memiliki beban kerja tinggi.

Berdasarkan observasi awal yang dilakukan pada 26 Januari 2026, terhadap perawat yang bekerja di ruangan rawat inap RSUD Haji Medan di Kecamatan Percut Sei Tuan. Sembilan perawat ikut serta dalam survei melalui observasi dan wawancara. Observasi menunjukkan bahwa perawat di ruangan rawat inap di RSUD Haji Medan mengalami tingkat burnout yang cukup tinggi. Beberapa perawat menunjukkan kebiasaan seperti merespons pasien dengan negatif, menunda-nunda tugas, mudah tersinggung ketika pasien atau rekan kerja menanyakan pertanyaan sederhana, langsung mengeluh merasa lelah dan pusing, dan yang lebih buruk lagi, mengabaikan pekerjaan dan lingkungan sekitarnya.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif. Desain penelitian observasional analitik dengan pendekatan cross sectional. Penelitian ini dilaksanakan di RSUD Haji Medan. Pengumpulan data dilaksanakan pada bulan maret 2025. Populasi pada penelitian ini adalah perawat di ruangan rawat inap RSUD Haji Medan sebanyak 63 responden. Cara pengambilan sampel dengan menggunakan probability sampling dengan teknik proportional stratified random sampling.

Instrumen yang dipergunakan adalah kuesioner beban kerja dari Nursalam (2017) dan kuesioner burnout syndrome dari MBI-HSS. Kuesioner beban kerja terdiri atas 13 pertanyaan dengan jawaban menggunakan skala likert. Kategori beban kerja terdiri menjadi

beban kerja ringan (skor 13-25), beban kerja sedang (skor 26-38), beban kerja berat (skor 39-52). Kuesioner kelelahan kerja terdiri dari 22 pertanyaan dengan jawaban menggunakan skala Likert. Dengan kategori ringan (skor 22-44), sedang (skor 45-66), berat (skor 67-88).

Data dianalisis dengan menggunakan SPSS, untuk menguji hubungan beban kerja dengan burnout syndrome pada perawat di RSUD Haji Medan, yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis univariat dan analisis bivariat dengan menggunakan uji Chi Square. Uji univariat digunakan untuk melihat distribusi frekuensi setiap variabel, sedangkan uji bivariat ingin melihat hubungan antara beban kerja terhadap burnout syndrome.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Distribusi frekuensi karakteristik yang meliputi usia, jenis kelamin, pendidikan, masa kerja, dan status perkawinan.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik

| Karakteristik            | Frekuensi<br>(n) | Presentasi<br>(%) |
|--------------------------|------------------|-------------------|
| <b>Usia</b>              |                  |                   |
| 1. 25-35                 | 34               | 54,0 %            |
| 2. 36-45                 | 16               | 25,4 %            |
| 3. 46-50                 | 13               | 20,6 %            |
| <b>Total</b>             | <b>63</b>        | <b>100 %</b>      |
| <b>Jenis Kelamin</b>     |                  |                   |
| 1. Laki-Laki             | 9                | 14,3 %            |
| 2. Perempuan             | 54               | 85,7 %            |
| <b>Total</b>             | <b>63</b>        | <b>100 %</b>      |
| <b>Pendidikan</b>        |                  |                   |
| 1. DIII                  | 24               | 38,1 %            |
| 2. S1                    | 26               | 41,3 %            |
| 3. Profesi               | 13               | 20,6 %            |
| <b>Total</b>             | <b>63</b>        | <b>100%</b>       |
| <b>Masa Kerja</b>        |                  |                   |
| 1. 2-10 tahun            | 40               | 63,5%             |
| 2. 11-18 tahun           | 14               | 22,2%             |
| 3. 19-25 tahun           | 9                | 14,3%             |
| <b>Total</b>             | <b>63</b>        | <b>100%</b>       |
| <b>Status Perkawinan</b> |                  |                   |
| 1. Menikah               | 36               | 57,1%             |
| 2. Belum Menikah         | 27               | 42,9%             |
| <b>Total</b>             | <b>63</b>        | <b>100%</b>       |

### Usia

Tabel 1 berikut ini menunjukkan keadaan umur yaitu jumlah paling banyak responden adalah yang berusia 25-35 tahun berjumlah 34 responden (54,0%). Kemudian diikuti responden yang berusia 36-45 tahun berjumlah 16 responden (25,4%), dan usia 46-50 tahun berjumlah 13 responden (20,6%).

### Jenis Kelamin

Diketahui bahwa berdasarkan jenis kelamin responden paling banyak yaitu perempuan berjumlah 54 responden (85,7%), sedangkan berjenis kelamin laki-laki berjumlah 9 responden (14,3%).

### Pendidikan

Pendidikan responden paling banyak berpendidikan S1 berjumlah 26 responden (41,3%), kemudian diikuti dengan berpendidikan DIII berjumlah 24 responden (38,1%), dan berpendidikan Profesi Ners berjumlah 13 responden (20,6%).

## Masa Kerja

Berdasarkan masa kerja responden paling banyak yaitu bekerja selama 2-10 tahun berjumlah 40 responden (63,5%), kemudian selama 11-18 tahun berjumlah 14 responden (22,2%), dan paling sedikit selama 19-25 tahun berjumlah 9 responden (14,3%).

## Status Perkawinan

Status perkawinan responden paling banyak yaitu Sudah menikah berjumlah 36 responden (57,1%), sedangkan belum menikah berjumlah 27 responden (42,9%).

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan beban kerja

| Variabel           | Frekuensi<br>(n) | Presentase<br>(%) |
|--------------------|------------------|-------------------|
| <b>Beban Kerja</b> |                  |                   |
| 1. Ringan          | 5                | 7,9 %             |
| 2. Sedang          | 5                | 7,9 %             |
| 3. Berat           | 53               | 84,1 %            |
| <b>Total</b>       | <b>63</b>        | <b>100 %</b>      |

Diketahui bahwa berdasarkan distribusi frekuensi sebagian besar responden paling banyak mengalami beban kerja dengan kategori berat berjumlah 53 responden (84,1%), kemudian beban kerja dengan kategori sedang dan ringan berjumlah 5 responden (7,9%).

Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Burnout Syndrome

| Variabel                | Frekuensi<br>(n) | Presentase<br>(%) |
|-------------------------|------------------|-------------------|
| <b>Burnout Syndrome</b> |                  |                   |
| 1. Ringan               | 6                | 9,55 %            |
| 2. Sedang               | 49               | 77,8 %            |
| 3. Berat                | 8                | 12,7 %            |
| <b>Total</b>            | <b>63</b>        | <b>100 %</b>      |

Diketahui bahwa berdasarkan distribusi frekuensi sebagian besar responden paling banyak mengalami burnout syndrome dengan kategori sedang berjumlah 49 responden (77,8%), mengalami burnout syndrome dengan kategori tinggi berjumlah 8 responden (12,7%), dan beban kerja dengan kategori ringan berjumlah 6 responden (9,5%).

Tabel 4 Hubungan Beban Kerja Terhadap Burnout Syndrome

| No     | Beban Kerja | Burnout syndrome |      |        |      |        |     |       |     | P-Value |
|--------|-------------|------------------|------|--------|------|--------|-----|-------|-----|---------|
|        |             | Ringan           |      | Sedang |      | Tinggi |     | Total |     |         |
|        |             | Jml              | %    | Jml    | %    | Jml    | %   | Jml   | %   |         |
| 1      | Ringan      | 5                | 100  | 0      | 0    | 0      | 0   | 5     | 100 | 0.000   |
| 2      | Sedang      | 4                | 80   | 0      | 0    | 1      | 20  | 5     | 100 |         |
| 3      | Berat       | 2                | 3,8  | 49     | 92,5 | 2      | 3,8 | 5     | 100 |         |
| Jumlah |             | 11               | 16,9 | 49     | 77,8 | 3      | 5,3 | 6     | 100 |         |

Berdasarkan tabel 4 tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara beban kerja dengan tingkat burnout syndrome pada perawat di ruangan rawat inap RSUD Haji Medan dengan  $p$  value 0,000 ( $<0,05$ ).

Menerangkan bahwa perawat dengan beban kerja ringan menunjukkan burnout ringan sebanyak 5 responden (100%). Perawat dengan beban kerja sedang menunjukkan burnout ringan sebanyak 4 responden (80%) dan burnout tinggi sebanyak 1 responden (20%). Sedangkan perawat dengan beban kerja berat menunjukkan burnout ringan sebanyak 2 responden (3,8%), burnout sedang sebanyak 49 responden (92,5%), dan burnout tinggi sebanyak 2 responden (3,8%).

### **Pembahasan**

Dalam analisis SPSS menggunakan uji Chi-Square terdapat 6 sel yang memiliki expected count kurang dari 5 (dalam hal ini 66,7% dari total sel). Asumsi Chi-Square tidak terpenuhi maka dilakukan Fisher's Exact Test. Setelah dilakukan Fisher's Exact Test, didapatkan nilai  $p$ -value sebesar 0,000 lebih kecil dari taraf signifikan 5% atau ( $p$  value = 0,000  $< 0,05$ ). Dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, yang artinya menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara beban kerja dengan tingkat burnout syndrome pada perawat di ruangan rawat inap RSUD Haji Medan.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ulil Absor (2024) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan burnout syndrome pada perawat di RS Semarang dengan nilai  $P$  Value 0,000 ( $P < 0,05$ )<sup>11</sup>. Hasil penelitian ini juga didukung oleh hasil penelitian Rindy Ayu (2025) yang dilakukan di ruangan rawat inap RSUD X dengan nilai  $P$  Value 0,000  $< 0,05$ , Artinya terdapat hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan burnout syndrome.

Persepsi beban kerja diukur berdasarkan gambaran tindakan yang dilakukan oleh perawat di ruangan. Setiap pekerjaan merupakan beban bagi yang melakukan termasuk diantaranya beban fisik, mental, atau sosial. Pekerjaan yang sifatnya berat memerlukan istirahat yang sering dan waktu kerja yang pendek, sedangkan apabila waktu kerja ditambah melebihi kemampuan tenaga kerja maka hal tersebut akan menyebabkan timbulnya burnout.

Berdasarkan hasil penelitian dan uraian di atas bahwa hubungan beban kerja dengan burnout syndrome memiliki arah positif. Sehingga dengan mengalami beban kerja ini maka akan mempengaruhi burnout syndrome pada perawat di Rumah Sakit Umum Haji Medan saat berkerja. Hal ini terjadi karena kurangnya tenaga perawat atau jumlah perawat yang tidak sebanding dengan jumlah pasien yang harus ditangani terutama pada saat shift malam, pengetahuan dan keterampilan yang tidak seimbang, banyaknya jenis pekerjaan yang dilakukan dalam waktu yang bersamaan.

Dalam keperawatan ada tindakan langsung dan tidak langsung. Tindakan langsung berupa pemberian obat, melayani pasien, mengecek kondisi pasien, membantu pasien dalam proses pemindahan ruangan, melakukan asuhan keperawatan, dan sebagainya. Sedangkan tindakan tidak langsung dapat berupa menganalisa data, merumuskan diagnose pasien, pengkajian ulang, dan sebagainya sehingga dapat menyebabkan timbulnya rasa jenuh dalam bekerja. Responden dengan beban kerja berat, masing-masing juga mengalami burnout Syndrome sedang.

### **KESIMPULAN**

Hasil penelitian disimpulkan bahwa perawat di ruangan rawat inap RSUD Haji Medan sebagian besar mengalami beban kerja pada Kategori berat sebanyak 53 responden dengan persentase 84,1%. Kemudian sebagian besar perawat mengalami burnout syndrome berada pada kategori sedang berjumlah 49 responden (77,8%). Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh nilai  $P$  Value sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ). Dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan

Ha diterima, yang artinya menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara beban kerja dengan tingkat burnout syndrome pada perawat di ruangan rawat inap RSUD Haji Medan.

Hasil penelitian dapat menjadi tolak ukur serta pertimbangan untuk dikembangkannya materi pembelajaran tentang beban kerja terhadap burnout syndrome. Burnout syndrome juga dapat mengakibatkan hari kerja yang lebih pendek, biaya material dan medis yang lebih tinggi, dan kualitas kerja yang lebih rendah.

Diharapkan kepada RSUD Haji Medan dapat menerapkan program Kesehatan dan kebugaran untuk perawat, termasuk yoga, meditasi, dan konseling, yang dapat membantu mengurangi Tingkat burnout dan meningkatkan kesehatan mental. Dan melakukan pantauan Tingkat kelelahan dan beban kerja perawat. Untuk melakukan intervensi tepat waktu jika kelelahan meningkat dan beban kerja menjadi tidak seimbang.

### **Ucapan Terima Kasih**

Ucapan terima kasih disampaikan kepada semua responden yang telah membantu dalam penelitian ini.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- AstitiNK. Analisis\_Data\_Sistem\_Rujukan\_Terintegrasi. jurnal manajemen pelayanan kesehatan. 2023;26(1):1-7.
- Ivziku D, de Maria M, Ferramosca FMP, Greco A, Tartaglini D, Gualandi R. What determines physical, mental and emotional workloads on nurses? A cross-sectional study. J Nurs Manag. 2022;30(8):4387-4397. doi:10.1111/jonm.13862
- Kecerdasan Emosional P, Christy Elisabeth Laoh V, Harold Ralph Kairupan B, et al. pengaruh kecerdasan emosional, iklim organisasi, dan kepuasan kerja terhadap kinerja perawat di rumah sakit umum hermana lembean. vol 11.
- Pradika J, Pameria A, Erwhani I, et al. beban kerja dan burnout pada perawat di instalasi gawat darurat. Jurnal Riset Keperawatan dan Kesehatan. 2025;2(2):74-81. doi:10.71203/jrkk.v2i2.29
- Putri AR, Ashar YK, Agustina D. Hubungan Beban Kerja dengan Keluhan Musculoskeletal Disorders pada Petugas Pengangkut Sampah di Kecamatan Medan Selayang. Jurnal kesehatan komunitas (Journal of community health). 2024;10(3):524-533. doi:10.25311/keskom.Vol10.Iss3.1952
- Rohmah E, Sari IP, Rakhmawati F, Natalia D, Zubaidah R. The Role of Workload in Increasing the Risk of Burnout Syndrome Among Nurses at Aisyiyah Siti Fatimah Tulangan Hospital, Sidoarjo. Journal of Nursing Management Innovations. 2025;1(1):24-32. doi:10.58723/jnmi.v1i1.8
- Safitri RA, Budiono NDP. hubungan beban kerja dengan burnout syndrome pada perawat di ruang rawat inap rumah sakit x. jurnal mutiara kesehatan masyarakat. 2025;10(1):34-42. doi:10.51544/jmkm.v10i1.6071
- Sajodin, Yualita P. Hubungan antara Resiliensi dan Self-Efficacy dengan Burnout Syndrome pada Perawat Ruang Rawat Inap Rumah Sakit. Faletahan Health Journal. 2025;12(02):154-159. doi:10.33746/fhj.v12i02.770
- Septiani S, Syarif Hamidi Mn, Masyarakat K, Pahlawan Tuanku Tambusai U. Hubungan Stres Kerja Dan Beban Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Rawat Inap Rumah Sakit Umum Daerah Bangkinang Kota Tahun 2025 THE Relationship Between Work Stress and Work Load With Work Fatigue in Inpatient Nurses at Bangkinang City Regional General Hospital in 2025. Vol2.2025. <https://wolgitj.science.web.id/wolgitj/index>
- Tandilangi AA, Ticoalu J. hubungan burnout dengan kualitas hidup pada perawat di rsud maria walanda maramis. Vol 4. 2022. <http://ejournal.unklab.ac.id/index.php/kjn>
- Ulil Absor Al Jazuli. hubungan tingkat beban kerja dengan kejadian burnout syndrome pada perawat di ruang rawat inap. universitas islam sultan agung. Published online 2025.
- Wiriansyah OA, Wahyudi I. hubungan beban kerja perawat dengan kejadian burnout syndrome

perawat kamar operasi di instalasi bedah sentral rsud siti fatimah provinsi sumatera selatan. Jurnal Kesehatan Tambusai. 2025;6(3):11139-11149. doi:10.31004/jkt.v6i3.48930

Zahra Khairunnisa T, Khairina Ashar Y, Penelitian A, et al. Hubungan Beban Kerja Terhadap Kelelahan Kerja Pada Tenaga Kerja Di Puskesmas Wilayah Kecamatan Medan Barat The Relationship Between Workload and Work Fatigue in Workers at Community Health Centers in West Medan District. Jurnal Kolaboratif Sains. 2026;9(1):856-862. doi:10.56338/jks.v9i1.10062