
HUBUNGAN BEBAN KERJA DENGAN KELELAHAN KERJA (BURNOUT) PADA PERAWAT DI RUANGAN SUGIKAL RSUD ARIFIN ACHAMAD PROVINSI RIAU

Zulyana Yasmine Maharani¹, Yureya Nita², Emuli Yani³, Fitry Erlin⁴

^{1,2,3,4}Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru

Email: rheamouse@gmail.com

ABSTRAK

Perawat merupakan tenaga kesehatan yang berperan utama dalam pemberian asuhan keperawatan sehingga kondisi fisik mereka sangat memengaruhi mutu pelayanan di rumah sakit. Beban kerja yang berlebihan dan berlangsung secara terus-menerus berpotensi menimbulkan kelelahan kerja (burnout) yang dapat berdampak pada penurunan kualitas pelayanan serta meningkatnya risiko keselamatan pasien. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara beban kerja dengan kelelahan kerja (burnout) pada perawat di Ruangany Sugikal RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau. Penelitian ini menggunakan jenis kuantitatif dengan desain korelasional dengan pendekatan crosseitusalional. Populasi penelitian berjumlah 56 perawat dengan teknik pengambilan sampel secara random sampling sebanyak 50 responden. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner beban kerja dan instrumen Maslach Burnout Inventory (MBI). Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada rentang usia 26–35 tahun (44%), mayoritas mengalami beban kerja berat (66%), dan tingkat burnout terbanyak berada pada kategori sedang (46%), diikuti kategori rendah (40%) dan tinggi (14%). Analisis menggunakan uji Chi-Square menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara beban kerja dengan kelelahan kerja (burnout) dengan nilai p-value = 0,046 ($p < 0,05$). Temuan ini menunjukkan bahwa peningkatan beban kerja sejalan dengan meningkatnya risiko burnout pada perawat. Oleh karena itu, pihak manajemen rumah sakit perlu melakukan penambahan tenaga keperawatan, penyesuaian rasio perawat dan pasien, serta pengaturan pembagian tugas secara merata untuk mengurangi beban kerja dan meningkatkan mutu pelayanan.

Kata Kunci: Beban Kerja, Kelelahan Kerja (Burnout), Perawat, Ruangany Sugikal, RSUD Arifin.

ABSTRACT

Nurses are healthcare workers who play a key role in providing nursing care, so their physical condition significantly impacts the quality of hospital services. Excessive and continuous workloads have the potential to cause burnout, which can impact the quality of service and increase patient safety risks. This study aims to identify the relationship between workload and burnout among nurses in the Surgical Ward of Arifin Achmad Regional Hospital, Riau Province. This study used a quantitative type with a correlational design with a cross-sectional approach. The study population consisted of 56 nurses, with a random sampling technique of 50 respondents. Data collection was carried out using a workload questionnaire and the Maslach Burnout Inventory (MBI) instrument. The results showed that most respondents were in the age range of 26–35 years (44%), the majority experienced heavy workloads (66%), and

the highest level of burnout was in the moderate category (46%), followed by the low (40%) and high (14%) categories. Analysis using the Chi-Square test showed a significant relationship between workload and burnout, with a p-value of 0.046 ($p < 0.05$). This finding indicates that an increase in workload is associated with an increased risk of burnout in nurses. Therefore, hospital management needs to increase the number of nursing staff, adjust the nurse-to-patient ratio, and organize an equitable distribution of tasks to reduce the workload and improve service quality.

Keywords: *Workload, Burnout, Nurses, Surgical Ward, Arifin Achmad Regional Hospital.*

A. PENDAHULUAN

Pelayanan rumah sakit sangat bergantung pada peran tenaga kesehatan, khususnya perawat yang memberikan asuhan keperawatan secara berkesinambungan kepada pasien. Perawat memiliki tanggung jawab besar dalam menjaga keselamatan pasien serta mendukung proses penyembuhan, sehingga kondisi fisik dan psikologis perawat menjadi faktor penting dalam menentukan mutu pelayanan kesehatan (Awaliyah & Hamid, 2020).

Salah satu permasalahan yang sering dialami perawat adalah burnout, yaitu kondisi kelelahan emosional, sikap sinis terhadap pekerjaan, dan menurunnya pencapaian profesional akibat stres kerja yang berlangsung dalam waktu lama. Burnout dapat berdampak pada menurunnya empati terhadap pasien, meningkatnya kesalahan dalam tindakan keperawatan, serta penurunan kualitas pelayanan yang diberikan.

Beban kerja merupakan faktor utama yang memengaruhi terjadinya burnout. Beban kerja mencakup tuntutan fisik, mental, emosional, dan administratif yang harus dipenuhi perawat dalam menjalankan tugasnya. Ketidaksesuaian antara tuntutan pekerjaan dan kemampuan individu dapat meningkatkan tekanan kerja dan memperbesar risiko terjadinya burnout. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa perawat dengan beban kerja tinggi lebih rentan mengalami kelelahan emosional dibandingkan dengan perawat yang memiliki beban kerja lebih ringan (Pujiarti & Idealistiana, 2023).

Berdasarkan hasil observasi awal di RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau, ditemukan bahwa rasio perawat dan pasien di ruang rawat inap surgikal belum seimbang. Beberapa perawat mengungkapkan adanya kelelahan fisik dan emosional akibat tingginya tuntutan pekerjaan. Kondisi ini menunjukkan adanya potensi burnout yang perlu mendapatkan perhatian dari pihak manajemen rumah sakit.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara beban kerja dengan kelelahan kerja (burnout) pada perawat di Ruang Surgikal RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi dasar dalam pengambilan kebijakan untuk meningkatkan kesejahteraan perawat dan mutu pelayanan kesehatan.

B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif. Penelitian dilakukan di wilayah RSUD Arifin Achamad Provinsi Riau pada Desember 2025 sampai Januari 2026.

Populasi penelitian adalah perawat yang ada di wilayah RSUD Arifin Achamad Provinsi Riau. Sampel penelitian berjumlah 50 responden yang dipilih menggunakan teknik random sampling.

Instrumen penelitian terdiri dari kuesioner beban kerja dari Nursalam (13 item) dan kuesioner MBI (22 item) tentang . Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat untuk mengetahui ada nya hubungan beban kerja dengan kelelahan kerja (*burnout*).

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini melibatkan 50 perawat di Ruang Srgikal RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau. Hasil penelitian disajikan dalam analisis univariat dan bivariat sebagai berikut:

1. Analisis Univariat

Sebagian besar perawat berada pada kategori beban kerja berat yaitu sebanyak 33 orang (66%), sedangkan beban kerja ringan dialami oleh 13 orang (26%) dan beban kerja sedang sebanyak 4 orang (8%).

Tingkat burnout menunjukkan bahwa sebagian besar perawat berada pada kategori sedang sebanyak 23 orang (46%), diikuti kategori rendah sebanyak 20 orang (40%), dan kategori tinggi sebanyak 7 orang (14%).

2. Analisis Bivariat

Berdasarkan hasil pengujian statistik Chi-Square, diperoleh nilai p-value sebesar 0,046 ($p < 0,05$) yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan kelelahan kerja atau burnout pada perawat di ruangan bedah di RSUD Arifin Achmad, Provinsi Riau. Hasil ini menunjukkan bahwa semakin berat tugas yang dihadapi perawat, semakin besar pula kemungkinan mereka mengalami kelelahan atau burnout

Pembahasan

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara beban kerja dan burnout pada perawat. Temuan ini sejalan dengan penelitian Awaliyah dan Hamid (2020) yang menyatakan bahwa perawat dengan beban kerja tinggi memiliki kecenderungan lebih besar mengalami burnout dibandingkan dengan perawat yang memiliki beban kerja ringan.

Tingginya beban kerja menyebabkan perawat mengalami kelelahan fisik dan emosional akibat tuntutan pekerjaan yang berlebihan, jam kerja yang panjang, serta tanggung jawab besar terhadap keselamatan pasien. Jika kondisi ini berlangsung secara terus-menerus tanpa dukungan organisasi yang memadai, maka risiko terjadinya burnout akan semakin meningkat. Penelitian Pujiarti dan Idealistiana (2023) juga menyebutkan bahwa peningkatan beban kerja berhubungan dengan meningkatnya tingkat burnout pada perawat.

Burnout dapat memberikan dampak negatif terhadap perawat maupun organisasi pelayanan kesehatan. Pada tingkat individu, burnout dapat menurunkan motivasi kerja, menyebabkan gangguan tidur, dan memicu masalah emosional. Dari sisi organisasi, burnout dapat menurunkan kualitas pelayanan, meningkatkan risiko kesalahan tindakan, serta meningkatkan angka absensi dan pergantian tenaga kerja.

Oleh karena itu, rumah sakit perlu melakukan pengelolaan beban kerja secara optimal, termasuk penyesuaian jumlah tenaga keperawatan, pengaturan jadwal kerja, serta pemerataan distribusi tugas. Selain itu, dukungan psikososial dan pelatihan manajemen stres juga penting dalam menjaga kesejahteraan perawat.

D. KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara beban kerja dengan kelelahan kerja (burnout) pada perawat di Ruang Srgikal RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau. Semakin tinggi beban kerja yang dirasakan perawat, semakin tinggi pula tingkat burnout yang dialami.

DAFTAR PUSTAKA

- Awaliyah, U. A. A. E., & Hamid, A. (2020). Hubungan burnout dan beban kerja perawat di Rumah Sakit Pekanbaru Medical Center. *Jurnal Keperawatan*, 8(2), 45–52.
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1986). *Maslach Burnout Inventory manual*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Nursalam. (2017). *Metodologi penelitian ilmu keperawatan (Edisi 4)*. Jakarta: Salemba Medika.
- Pujiarti, P., & Idealistiana, L. (2023). Pengaruh beban kerja dan masa kerja terhadap burnout perawat. *Jurnal Keperawatan Klinis*, 11(1), 33–40.
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- World Health Organization. (2020). *Burn-out an occupational phenomenon*. Geneva: WHO