

**DINAMIKA BURNOUT PADA PERAWAT KESEHATAN JIWA
DI SOEROJO HOSPITAL MAGELANG**



SKRIPSI

Diajukan

Kepada Fakultas Agama Islam

Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Oleh:

MELLYNDA FIBIANI

NIM: 22190059

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS AGAMA ISLAM
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO**

2026

**DINAMIKA BURNOUT PADA PERAWAT KESEHATAN JIWA
DI SOEROJO HOSPITAL MAGELANG**



SKRIPSI
Diajukan
Kepada Fakultas Agama Islam
Universitas Muhammadiyah Ponorogo
Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana
Psikologi Islam (S.Psi)
Pada Program Studi (S-1) Psikologi Islam
Oleh:
MELLYNDA FIBIANI
NIM: 22190059

Pembimbing:

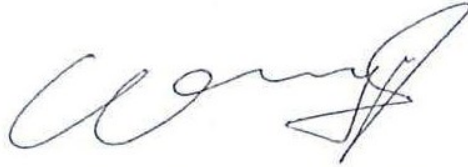
- 1. Dr. Rudianto, M.Ag**
- 2. Afitria Rizkiana, M.Psi., Psikolog**

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS AGAMA ISLAM
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

2026

LEMBAR PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN

Skripsi ini telah dipertahankan didepan dewan penguji pada tanggal 25 Mei 2026



Dr. Wahyudi Setiawan, S. Pd.I., M.Pd.I
NIDN: 0723128602

Ketua Penguji



Dr. Rudianto, M. Ag.
NIDN: 0715046402

Penguji I



Afitria Rizkiana, M. Psi., Psikolog
NIDN: 0714039403

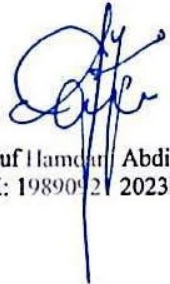
Penguji II

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Agama Islam
Universitas Muhammadiyah
Ponorogo

Mengetahui,
Kepala Program Studi Psikologi Islam
Fakultas Agama Islam
Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Dr. Katni, M.Pd. I
NIK: 19830515 201709 12



Yusuf Hamdan Abdi, M.Psi
NIK: 19890921 202303 13

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Mellynda Fibiani
NIM : 22190059
Program Studi : Psikologi Islam

Menyatakan bahwa **"Skripsi"** yang saya buat untuk memenuhi persyaratan kelulusan pada Program Studi Psikologi Islam Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Ponorogo, dengan judul:

Dinamika Burnout Pada Perawat Kesehatan Jiwa Di Soerojo Hospital Magelang

Adalah hasil karya saya sendiri, bukan **"duplikasi"** karya orang lain.

Selanjutnya apabila dikemudian hari ada **"klaim"** dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan atau Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Ponorogo, tetapi menjadi tanggungjawab saya sendiri.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan tanpa paksaan dari siapapun.

Ponorogo, 10 Agustus 2026

Hormat Saya



Mellynda Fibiani

22190059

MOTTO

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا

“Allah tidak membebani seseorang
melainkan sesuai dengan kesanggupannya.”

(QS. Al-Baqarah: 286)



KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah Yang Maha Kuasa atas semua petunjuk dan kemudahan dariNya, sehingga penelitian ini dapat peneliti selesaikan dengan baik dan memuaskan. Hanya karena KehendakNya-lah skripsi ini bisa selesai tepat waktu. Shalawat serta salam peneliti haturkan kepada Nabi Besar tercinta Muhammad SAW yang telah menjadi utusan terbaik untuk agama Islam yang terbaik.

Bahagia tak terkira dan rasa syukur yang mendalam memenuhi hati penulis atas terselesaikannya penulisan skripsi yang berjudul “Dinamika Burnout pada Perawat Kesehatan Jiwa di Soerojo Hospital Magelang” sebagai syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Psikologi pada Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

Tak lupa, penulis menyampaikan ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya, serta penghargaan yang setinggi-tingginya atas semua doa, dukungan, bantuan serta bimbingannya selama penelitian ini, khususnya kepada:

1. Dr. Rido Kurnianto, M.Ag selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
2. Dr. Katni, M.Pd.I selaku Dekan Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
3. Bapak Yusuf Hamdani Abdi, M.Psi, selaku Ketua Program Studi Psikologi Islam Fakultas Agama Islam Universitas Muhammadiyah Ponorogo, atas bantuan dan kemudahan yang telah diberikan selama ini,
4. Bapak Dr. Rudianto, M.Ag, selaku dosen pembimbing I, dan Ibu Afitria Rizkiana, M.Psi., Psikolog, selaku dosen pembimbing II, yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan pendampingan dengan penuh kesabaran dan keikhlasan selama proses penelitian dan penyusunan skripsi,
5. Dr. Harli Amir Mahmudji, Sp.PD-KEMD selaku Plt. Direktur SDM, Pendidikan dan Penelitian Soerojo Hospital atas izin dan dukungan yang diberikan selama pelaksanaan penelitian,

6. Ibu Inti Nopiasardani, selaku Tim Kerja Pendidikan, Pelatihan, dan Penelitian Soerojo Hospital Magelang, serta Ibu Suci Widayanti, S.Psi., Psikolog, selaku pembimbing lapangan, atas arahan, pendampingan, dan bantuan yang diberikan selama proses pengambilan data penelitian,
 7. Seluruh Perawat Kesehatan Jiwa Soerojo Hospital yang telah bersedia dengan sukarela menjadi informan dalam penelitian ini.
 8. Seluruh dosen Fakultas Agama Islam, khususnya dosen Program Studi Psikologi Islam, atas ilmu dan kebaikannya selama masa perkuliahan,
 9. Teman-teman seangkatan dari Psikologi Islam Reguler, serta teman-teman seangkatan Program Khusus (Prosus) Fakultas Agama Islam, yang telah menularkan semangat juangnya dalam mencari ilmu selama ini.
 10. Seluruh pihak yang telah banyak membantu penulis dalam penyusunan dan penyelesaian skripsi ini.
 11. Kedua orang tua penulis, Bapak Bambang Suryo Sunarto dan Ibu Nurhayati, atas doa serta dukungan moril maupun materil kepada penulis selama ini.
 12. Anak-anak penulis tercinta, atas pengertian, kesabaran, dan doa yang senantiasa menjadi sumber motivasi untuk menyelesaikan studi dan tetap mencari ilmu untuk menjadi teladan dalam meraih cita-cita.
 13. Dan terakhir, untuk diri penulis sendiri, terima kasih telah penuh semangat, pantang menyerah, berjuang sampai akhir untuk menyelesaikan skripsi ini.
- Tak ada gading yang tak retak, penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki banyak keterbatasan dan kekurangan. Oleh karena itu, penulis terbuka untuk menerima kritik dan saran yang membangun demi penyempurnaan skripsi ini. Penulis berharap penelitian ini dapat memberikan manfaat, menambah wawasan, serta menjadi referensi bagi pembaca dan peneliti selanjutnya.

Ponorogo, 1 Januari 2026



Peneliti

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN DAN PENGESAHAN.....	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	ii
MOTTO	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
ABSTRAK	xi
ABSTRACT	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Konteks Penelitian	1
B. Fokus Penelitian	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian.....	7
E. Ruang Lingkup Penelitian.....	8
F. Definisi Istilah.....	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	11
A. Kajian Penelitian Terdahulu	11
B. Kajian Pustaka	15
C. Kerangka Berpikir Penelitian	37
BAB III METODE PENELITIAN	40
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	40
B. Kehadiran Peneliti	40
C. Lokasi dan Waktu Penelitian	41
D. Sumber Data	42
E. Teknik Pengumpulan Data	44

F. Teknik Analisis Data	45
G. Keabsahan Data	46
H. Prosedur Penelitian	47
I. Instrumen Penelitian.....	48
J. Etika Penelitian	49
BAB IV PAPARAN DATA DAN PEMBAHASAN	51
A. Deskripsi Lokasi Penelitian.....	51
B. Paparan Data	57
C. Pembahasan	107
BAB V PENUTUP	152
A. Kesimpulan	152
B. Saran.....	153
DAFTAR PUSTAKA	158
LAMPIRAN-LAMPIRAN	162
RIWAYAT HIDUP	223



DAFTAR TABEL

Tabel 4. 1 Kerangka Berpikir Penelitian.....	37
Tabel 4. 2 Informan Utama (Perawat Kesehatan Jiwa).....	56
Tabel 4. 3 Informan Triangulasi.....	56
Tabel 4. 4 Jadwal Wawancara Informan.....	57
Tabel 4. 5 Kategorisasi Dinamika Burnout.....	72
Tabel 4. 6 Kategorisasi Faktor Penyebab Burnout.....	88
Tabel 4. 7 Kategorisasi Strategi Koping Perawat	106



DAFTAR GAMBAR

Gambar 4. 1 Gedung Soerojo Hospital	51
Gambar 4. 2 Lingkungan Kerja UPI	52
Gambar 4. 3 Lingkungan Kerja di Unit Maintenance Psikiatri	53
Gambar 4. 4 Lingkungan Perawatan Geriatri Psikiatri	55
Gambar 4. 5 Jaga Jarak Aman.....	65
Gambar 4. 6 Tugas Administrasi	83
Gambar 4. 7 Koping dengan Kopi	91
Gambar 4. 8 Interaksi Dekat Antar Perawat	95
Gambar 4. 9 Koordinasi dengan Dokter	105



DAFTAR LAMPIRAN

Surat Izin Penelitian	162
Surat Permohonan Ethical Clereance.....	163
Surat Balasan RSJ	165
Lembar Penjelasan Partisipan Penelitian	166
Informed Consent.....	169
Instrumen Penelitian.....	185
Transkrip Wawancara	188
Transkrip Observasi	207
Transkrip Dokumentasi.....	215
Surat Keterangan Plagiasi.....	222



ABSTRAK

Burnout adalah sindrom akibat stres kerja kronis. Perawat kesehatan jiwa rentan mengalami burnout karena tuntutan emosional, karakteristik pasien, serta beban kerja tinggi. Penelitian ini bertujuan menggambarkan dinamika burnout, faktor penyebab, serta strategi koping perawat kesehatan jiwa di Soerojo Hospital Magelang.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif fenomenologi. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi nonpartisipan, serta dokumentasi. Informan terdiri dari enam informan utama dan dua triangulasi. Analisis secara induktif melalui reduksi data, penyajian, serta kesimpulan berdasarkan tema.

Hasil penelitian menunjukkan burnout tampak dalam kelelahan mental-emosional, kejenuhan, penurunan motivasi dan kinerja, menahan emosi demi profesionalitas, rasa bersalah dan waswas terhadap risiko klinis dan tanggung jawab hukum, menjaga jarak. Faktor penyebab meliputi tuntutan multitasking, penentuan prioritas cepat, karakteristik pasien, kerja shift, kekurangan tenaga, keterbatasan sarana, hambatan koordinasi, beban administrasi digital, tekanan penilaian kinerja, serta risiko klinis dan tanggung jawab hukum. Strategi koping berupa regulasi emosi, dukungan sosial tim, pembatasan urusan kerja di rumah, koping spiritual, aktifitas fisik, rekreasi, strategi manajerial, koordinasi lintas profesi, dan peningkatan kompetensi.

Disarankan manajemen rumah sakit memperkuat dukungan organisasi, menyesuaikan beban kerja, serta menyediakan sarana dan program kesejahteraan psikologis. Perawat diharapkan mengembangkan strategi koping adaptif untuk mencegah burnout.

Kata Kunci: burnout, dinamika, koping, perawat.

ABSTRACT

Burnout is a syndrome caused by chronic work-related stress. Mental health nurses are particularly vulnerable due to high emotional demands, patient characteristics, and heavy workload. This study aimed to describe the dynamics of burnout, contributing factors, and coping strategies among mental health nurses at Soerojo Hospital Magelang.

This study employed a qualitative phenomenological approach. Data were collected through in-depth interviews, non-participant observation, and documentation. The participants consisted of six main informants and two triangulation informants. Data were analyzed inductively through data reduction, data display, and thematic conclusion drawing.

The findings showed that burnout manifested as mental and emotional exhaustion, boredom, decreased motivation and performance, emotional suppression to maintain professionalism, feelings of guilt and anxiety related to clinical risks and legal responsibility, also maintaining distance. Contributing factors included multitasking demands, rapid prioritization, patient characteristics, shift work, staff shortages, limited facilities, coordination barriers, digital administrative workload, performance evaluation pressure, clinical risks and legal responsibility. Coping strategies included emotional regulation, team-based social support, separating work from home life, spiritual coping, physical activity, recreation, managerial strategies, interprofessional coordination, and competency development.

It is recommended that hospital management strengthen organizational support, adjust workload on available resources, and provide facilities and programs to improve nurses' psychological well-being. Nurses are also encouraged to develop adaptive coping to prevent burnout.

Keywords: burnout, coping, dynamics, nurse.