

SKRIPSI
HUBUNGAN BEBAN KERJA DENGAN TINGKAT
KELELAHAN EMOSIONAL PADA PERAWAT
DI RSUD DR. HARJONO PONOROGO



Oleh :
MESSI FATMASARI
22632116

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

2026

SKRIPSI
HUBUNGAN BEBAN KERJA DENGAN TINGKAT
KELELAHAN EMOSIONAL PADA PERAWAT
DI RSUD DR. HARJONO PONOROGO

Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)
Dalam Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Oleh :
MESSI FATMASARI
22632116

PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO

2026

LEMBAR PENGESAHAN

**HUBUNGAN BEBAN KERJA DENGAN TINGKAT KELELAHAN
EMOSIONAL PADA PERAWAT DI RSUD DR. HARJONO PONOROGO**

MESSI FATMASARI

NIM. 22632116

SKRIPSI INI TELAH DISETUJUI PADA TANGGAL 10 JULI 2026

Oleh :

Pembimbing I



Metti Vrawati, S.Kep., Ns., M.Kes

NIDN. 0720058001

Pembimbing II



Dr. Herv Ernawati, S.Kep., Ns., M.Kep

NIDN. 0711117901

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Saiful Nurhidayat, S.Kep., Ns., M.Kep

NIDN. 0715127903

LEMBAR PENETAPAN PANITIA PENGUJI SKRIPSI

Skripsi ini telah diuji dan dinilai oleh Panitia Penguji
Pada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Pada Tanggal 15 Juli 2026

PANITIA PENGUJI

Ketua : Fillia Icha Sukanto, S.Kep., Ns., M.Kep ()

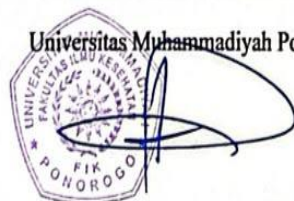
Anggota : 1. Metti Verawati, S.Kep., Ns., M.Kes ()

2. Dr. Hery Ernawati, S.Kep., Ns., M.Kep ()

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Saiful Nurhidayat, S.Kep., Ns., M.Kep

NIDN. 0715127903

SURAT PERNYATAAN

Saya bersumpah bahwa skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan oleh orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di Perguruan Tinggi manapun.

Ponorogo, 10 Juli 2026

Yang Menyatakan,


73352AOX121304110
Messi Fatmasari
22632116

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan atas kehadiran Allah SWT dengan segala rahmat dan karunia-nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul **“Hubungan Beban Kerja Dengan Tingkat Kelelahan Emosional Pada Perawat di RSUD Dr. Harjono Ponorogo”**. Penyusunan Skripsi ini dimaksudkan untuk memenuhi salah satu syarat kelulusan Program Studi S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo. Skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik oleh penulis dengan bantuan dari berbagai pihak. Oleh sebab itu, pada kesempatan kali ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. Rido Kurnianto, M.Ag., selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
2. Saiful Nurhidayat, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
3. Siti Munawaroh, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Kepala Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
4. Metti Verawati, S.Kep., Ns., M.Kes sebagai pembimbing pertama yang banyak memberikan bimbingan, arahan dan motivasi selama penyusunan Skripsi.
5. Dr. Hery Ernawati, S.Kep., Ns., M.Kep selaku pembimbing dua yang telah banyak memberikan bimbingan, arahan dan motivasi selama penyusunan Skripsi.
6. Responden yang sudah menjalankan tugasnya dengan baik.

7. Orang tua saya, Ayah Suparno dan Ibu Yayuk Suryani yang telah luar biasa memberikan do'a, dukungan dan motivasi sehingga Skripsi ini bisa diselesaikan.
8. Sahabat dan teman-teman saya yang luar biasa telah memberikan semangat dan membantu dalam proses pengerjaan Skripsi.
9. Kepada diri saya Messi Fatmasari, yang sudah kuat dan mampu bertahan hingga saat ini. Terimakasih telah tangguh melewati sulitnya skripsi tanpa menyerah.
10. Kepada Muhammad Rizky Irawan, yang telah memberikan dukungan semangat dan membantu untuk mengoreksi penyusunan skripsi sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.

Penulis telah berupaya semaksimal mungkin dalam penyusunan Skripsi ini namun sebagai manusia tidak luput dari kesalahan dan kekhilafan. Oleh karena itu dengan penuh rasa rendah hati penulis menerima kritikan dan saran yang sifatnya membangun. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat kepada pembacanya.

Ponorogo, 10 Juli 2026

Peneliti



Messi Fatmasari
NIM. 22632116

ABSTRAK

HUBUNGAN BEBAN KERJA DENGAN TINGKAT KELELAHAN EMOSIONAL PADA PERAWAT DI RSUD DR. HARJONO PONOROGO

Messi Fatmasari

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo

Penelitian ini berawal dari fenomena beban kerja perawat di RSUD Dr. Harjono Ponorogo yang menghadapi tanggung jawab besar dan tuntutan keselamatan pasien yang sangat tinggi. Situasi kerja yang tidak menentu serta ekspektasi layanan yang tinggi menyebabkan perawat rentan mengalami tekanan psikologis. Kelelahan emosional merupakan sindrom yang dapat menurunkan efisiensi kerja, motivasi, hingga meningkatkan risiko kesalahan klinis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan beban kerja dengan tingkat kelelahan emosional pada perawat di RSUD Dr. Harjono Ponorogo.

Metode yang digunakan adalah desain penelitian korelasi dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 228 perawat di Instalasi Rawat Inap RSUD Dr. Harjono Ponorogo, dengan sampel sebanyak 70 responden yang ditentukan menggunakan rumus Slovin dan teknik *proportional random sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan meliputi kuesioner NASA-TLX untuk mengukur beban kerja dan Maslach Burnout Inventory (MBI) untuk mengukur kelelahan emosional. Data dianalisis dengan Uji *Spearman's Rank*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki beban kerja dalam kategori sedang, yaitu sebanyak 70. Untuk kelelahan emosional berada pada kategori tinggi, yaitu sebanyak 70. Hasil menggunakan korelasi *Spearman's Rank* menghasilkan *p-value* 0,000, yang menunjukkan nilai lebih kecil dari α 0,05.

Dapat disimpulkan terdapat hubungan beban kerja dengan tingkat kelelahan emosional pada perawat di RSUD Dr. Harjono Ponorogo. Disarankan pihak rumah sakit melakukan evaluasi beban kerja untuk menimalisir kelelahan emosional perawat.

Kata Kunci: Beban Kerja, Kelelahan Emosional, Perawat

ABSTRACT

THE CORRELATION BETWEEN WORKLOAD AND EMOTIONAL EXHAUSTION LEVELS AMONG NURSES AT RSUD DR. HARJONO PONOROGO

Messi Fatmasari

Faculty of Health Sciences, Muhammadiyah University of Ponorogo

This research is initiated by the phenomenon of nurse workload at RSUD Dr. Harjono Ponorogo, where nurses face significant responsibilities and highly demanding patient safety standards. The unpredictable work environment and high service expectations render nurses vulnerable to psychological pressure. Emotional exhaustion is a syndrome that can decrease work efficiency and motivation, as well as increase the risk of medical errors. This study aims to determine the relationship between workload and the level of emotional exhaustion among nurses at RSUD Dr. Harjono Ponorogo.

The methods used employed a correlational research design with a cross-sectional approach. The population in this study consisted of 228 nurses in the Inpatient Installation of RSUD Dr. Harjono Ponorogo, with a sample of 70 respondents determined using Slovin's formula and proportional random sampling techniques. The research instruments used included the NASA-TLX questionnaire to measure workload and the Maslach Burnout Inventory (MBI) to measure emotional exhaustion. Data were analyzed using the Spearman's Rank test.

The results showed that the majority of respondents had a workload in the medium category, totaling 70. Meanwhile, emotional exhaustion was in the high category, also totaling 70. The results using Spearman's Rank correlation yielded a p-value of 0.000, which is smaller than α 0.05.

It can be concluded that there is a relationship between workload and the level of emotional exhaustion among nurses at RSUD Dr. Harjono Ponorogo. It is recommended that the hospital conduct a workload evaluation to minimize emotional exhaustion among nursing staff.

Keywords: Workload, Emotional Exhaustion, Nurse

MOTTO

“Dan bahwa manusia tidak akan memperoleh selain apa yang telah diusahakannya. Terima kasih Ibu dan Ayah, lelahku terbayar oleh doa-doa tulus yang selalu mengiringi setiap langkahku.”

(QS. An-Najm:39)



PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada :

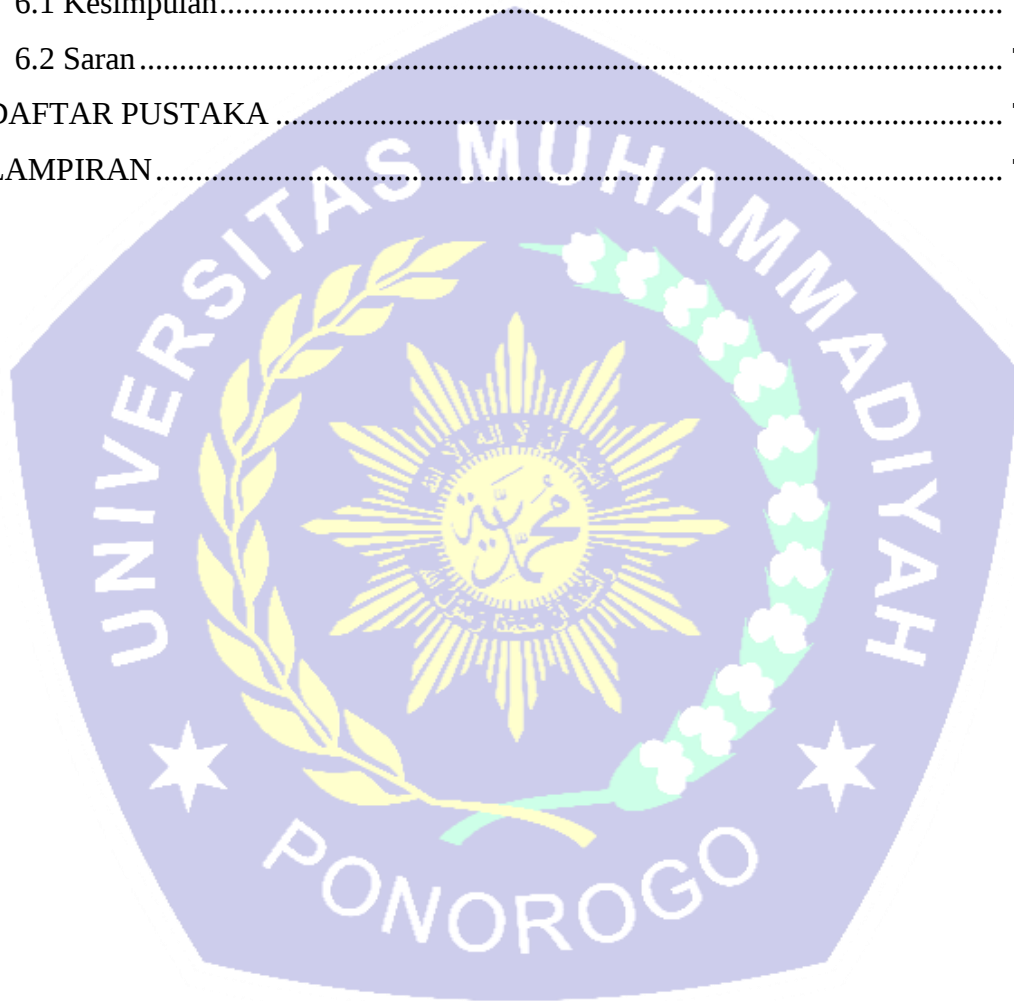
1. Kedua Orang Tuaku Tercinta, Ibu Yayuk Suryani dan Ayah Suparno
Terima kasih yang tak terhingga atas setiap doa yang dipanjatkan di sepertiga malam, kesabaran tanpa batas, serta kerja keras dan pengorbanan luar biasa yang telah diberikan selama saya menempuh perkuliahan hingga detik ini. Gelar dan pencapaian ini adalah sujud syukurku untuk baktiku kepada Ibu dan Ayah.
2. Muhammad Rizky Irawan
Terima kasih sebagai kekasih dan tempat pulang yang selalu sabar mendengarkan keluh kesah, memberikan dukungan, serta senantiasa menemani dan membantu saya berproses dalam menyelesaikan skripsi ini dari awal hingga akhir.
3. Sahabat-sahabat Tersayang (Dinda Pratama Putri, Safira Indah Cahyani, dan Putri Intan Wulandari)
Terima kasih banyak atas waktu, telinga yang selalu mendengar, serta saran dan masukan berharga yang kalian berikan selama proses pengerjaan skripsi ini. Perjalanan ini terasa jauh lebih ringan berkat kehadiran kalian.
4. Teman-teman Pejuang Penelitian (Viara Awalana Wardiani dan Ganis ayu savira)
Terima kasih yang sebesar-besarnya atas bantuan, kerja sama, dan uluran tangan kalian yang sangat berarti selama masa-masa penelitian di lapangan hingga penyusunan data.
5. Keluarga Besar Tercinta
Terima kasih atas segala doa, dorongan semangat, dan perhatian yang tiada henti, agar saya dimudahkan dalam merampungkan studi ini dan menggapai gelar yang dicita-citakan.

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	viii
MOTTO	x
PERSEMBAHAN	xi
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
DAFTAR SINGKATAN	xviii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1 Tujuan Umum.....	4
1.3.2 Tujuan Khusus	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	5
1.4.2 Manfaat Praktis	5
1.5 Keaslian Penelitian	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	12
2.1 Konsep Beban Kerja.....	12
2.1.1 Definisi Beban Kerja	12
2.1.2 Jenis Beban Kerja	13
2.1.3 Faktor Yang Mempengaruhi Beban Kerja.....	14
2.1.4 Pengukuran Beban Kerja	15
2.2 Konsep Kelelahan Emosional	18
2.2.1 Definisi Kelelahan Emosional	18
2.2.2 Jenis Kelelahan Emosional	19
2.2.3 Faktor Yang Mempengaruhi Kelelahan Emosional.....	21
2.2.4 Dampak Kelelahan emosional	24
2.2.5 Pengukuran Kelelahan Emosional	25

2.3 Konsep Perawat.....	26
2.3.1 Definisi Perawat.....	26
2.3.2 Peran dan tugas perawat	27
2.4 Kerangka Teori.....	29
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN	30
3.1 Kerangka Konseptual Penelitian	30
3.2 Hipotesis.....	31
BAB 4 METODE PENELITIAN.....	33
4.1 Desain Penelitian.....	33
4.2 Kerangka Operasional	34
4.3 Populasi, Sampel, Besar Sampel, Sampling.....	35
4.3.1 Populasi	35
4.3.2 Sampel.....	35
4.3.3 Sampling.....	36
4.4 Variabel Penelitian	38
4.4.1 Variabel Independen (Variabel Bebas).....	38
4.4.2 Variabel Dependen (Variabel Terikat)	38
4.5 Definisi Operasional.....	38
4.6 Instrumen Penelitian.....	39
4.7 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	41
4.7.1 Lokasi Penelitian	41
4.7.2 Waktu Penelitian	41
4.8 Prosedur Pengumpulan Data dan Analisa Data.....	42
4.8.1 Prosedur Pengumpulan Data	42
4.8.2 Pengolahan Data	43
4.8.3 Analisis Data	46
4.9 Etika Penelitian.....	48
4.10 Keterbatasan Penelitian	49
BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	51
5.1 Hasil Penelitian.....	51
5.1.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	51
5.1.2 Data Umum	53

5.1.3 Data Khusus.....	55
5.2 Pembahasan	57
5.2.1 Beban Kerja Pada Perawat Di RSUD Dr. Harjono Ponorogo.....	57
5.2.2 Kelelahan Emosional Pada Perawat Di RSUD Dr. Harjono Ponorogo	61
5.2.3 Hubungan Beban Kerja Dengan Tingkat Kelelahan Emosional Pada Perawat Di RSUD Dr. Harjono Ponorogo.....	66
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN	70
6.1 Kesimpulan.....	70
6.2 Saran	70
DAFTAR PUSTAKA	72
LAMPIRAN.....	75



DAFTAR TABEL

Table 2.1 Klasifikasi beban kerja skor NASA TLX.....	17
Tabel 2.2 Klasifikasi Kelelahan Emosional skor MBI.....	26
Tabel 4.1 Definisi Operasional Hubungan Beban Kerja Dengan Tingkat Kelelahan Emosional Pada Perawat di RSUD Dr. Harjono Ponorogo	39
Tabel 5.1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin perawat di RSUD Dr. Harjono Ponorogo 1 April 2026.....	53
Tabel 5.2 Distribusi frekuensi responden berdasarkan usia perawat di RSUD Dr. Harjono Ponorogo 1 April 2026	53
Tabel 5.3 Distribusi frekuensi responden berdasarkan unit kerja perawat di RSUD Dr. Harjono Ponorogo 1 April 2026	54
Tabel 5.4 Distribusi frekuensi responden berdasarkan pendidikan terakhir perawat RSUD Dr. Harjono Ponorogo 1 April 2026.....	54
Tabel 5.5 Distribusi frekuensi responden berdasarkan Lama bekerja perawat di RSUD Dr. Harjono Ponorogo 1 April 202.....	54
Tabel 5.6 Distribusi frekuensi responden berdasarkan beban kerja pada perawat di RSUD Dr. Harjono Ponorogo 1 April 2026.....	55
Tabel 5.7 Distribusi frekuensi responden berdasarkan kelelahan emosional pada perawat di RSUD Dr. Harjono Ponorogo 1 April 2026.....	55
Tabel 5.8 Tabulasi silang antara hubungan beban kerja dengan tingkat kelelahan emosional pada perawat di RSUD Dr. Harjono Ponorogo 1 April 2026.....	56

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Kerangka Teori Hubungan Beban Kerja dengan Tingkat Kelelahan Emosional Pada Perawat (Gunduz, E.S., & Ozturk, N.K 2025)	29
Gambar 3.1	Kerangka Konsep Penelitian Hubungan Beban Kerja dengan Tingkat Kelelahan Emosional pada Perawat di RSUD Dr. Harjono Ponorogo.	31
Gambar 4.1	Kerangka Operasional Hubungan Beban Kerja dengan Tingkat Kelelahan Emosional pada Perawat di RSUD Dr. Harjono Ponorogo.....	34



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Kegiatan.....	75
Lampiran 2 Pengambilan Data Awal	76
Lampiran 3 Uji Etik	77
Lampiran 4 Ijin Penelitian.....	78
Lampiran 5 Penjelasan Penelitian	79
Lampiran 6 Surat Keterangan Plagiasi	80
Lampiran 7 Lembar Persetujuan (Informed 1.....	82
Lampiran 8 Kisi-kisi Kuesioner	86
Lampiran 9 Kuesioner Penelitian.....	88
Lampiran 10 Raw Data	91
Lampiran 11 Hasil Analisis.....	100
Lampiran 12 Dokumentasi Penelitian.....	115
Lampiran 13 Kegiatan Pembimbingan	116

DAFTAR SINGKATAN

RSUD : Rumah Sakit Umum Daerah

Kemenkes : Kementerian Kesehatan Republik Indonesia

WHO : *World Health Organization*

NASA TLX : *National Aeronautics and Space Administration Task Load*

Indeks

MBI : *Maslach Burnout Inventory*

QoL : *Quality of Life*

QWL : *Quality of Work Life*

ICU : *Intensive Care Unit*

IMT : Indeks Massa Tubuh

WWL : *Weighted Workload*

