

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Profesi perawat adalah salah satu komponen vital dalam sistem pelayanan kesehatan, karena perawat kontak langsung dengan pasien selama 24 jam untuk memberikan asuhan keperawatan yang holistik, mulai dari aspek fisik, psikologis, sosial, hingga spiritual menurut *World Health Organization* (WHO, 2020). Namun, di RSUD Dr. Harjono Ponorogo, kompleksitas tugas ini sering kali berbenturan dengan realita lapangan yang penuh tekanan. Perawat di RSUD Dr. Harjono Ponorogo menghadapi beban tanggung jawab besar dan tuntutan keselamatan pasien yang sangat tinggi. Fenomena yang muncul menunjukkan bahwa situasi kerja yang tidak menentu dan tingginya ekspektasi layanan menyebabkan para perawat rentan mengalami tekanan psikologis yang serius, terutama dalam bentuk kelelahan emosional.

Masalah kelelahan emosional pada perawat telah mencapai skala yang signifikan. *World Health Organization* (WHO, 2020) menegaskan bahwa kelelahan emosional adalah sebuah *syndrome* yang secara langsung mengurangi efisiensi kerja dan menurunkan motivasi. Di tingkat nasional, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes, 2021) melaporkan bahwa hampir setengah dari tenaga kesehatan di Indonesia sekitar 49% mengalami stres kerja tingkat sedang hingga berat, dan sekitar 32% di antaranya memperlihatkan gejala kelelahan emosional. Kondisi ini diperparah dengan peningkatan prevalensi gangguan mental sebesar 15% di kalangan tenaga kesehatan dalam empat tahun terakhir yang sebagian besar dikaitkan

dengan tekanan kerja dan tuntutan emosional yang tidak ditangani (SKI, 2023). Observasi awal di RSUD Dr. Harjono Ponorogo masalah ini terlihat dari meningkatnya beban administratif dan fluktuasi jumlah pasien yang tidak sebanding dengan jumlah tenaga kerja, yang jika dibiarkan memicu penurunan empati terhadap pasien serta peningkatan risiko kesalahan klinis (*medical error*).

Faktor yang paling sering dikaitkan dengan kelelahan emosional adalah beban kerja yang berlebihan sejalan dengan temuan tersebut (Handayani et al, 2022). Akar masalah kelelahan emosional di RSUD Dr. Harjono Ponorogo bermula dari beban kerja yang berlebihan hal ini sering terlihat saat jam pergantian *shift* atau pada unit dengan ketergantungan pasien tinggi. tekanan ini memicu korelasi kuat terhadap stabilitas emosional staf. Sementara itu (Putri dan Rahmawati, 2021) melaporkan bahwa perawat dengan beban kerja tinggi memiliki risiko hampir tiga kali lipat (2,8 kali) mengalami kelelahan emosional dibandingkan mereka yang beban kerjanya ringan. Kondisi ini dapat memperburuk kepuasan kerja dan bahkan mendorong perawat untuk meninggalkan profesinya. Kelelahan emosional tidak hanya berdampak pada individu, tetapi juga berimplikasi luas terhadap mutu pelayanan rumah sakit. Di sisi lain, organisasi rumah sakit juga mengalami kerugian akibat meningkatnya *turnover* dan biaya rekrutmen perawat baru (Maslach & Leiter, 2016).

Solusi untuk mengatasi masalah kelelahan emosional di RSUD Dr. Harjono Ponorogo, diperlukan beberapa pendekatan yang terintegrasi. Penting untuk meningkatkan edukasi dan pelatihan tentang manajemen stres

melalui seminar dan kursus online yang disampaikan oleh tenaga kesehatan sebagai sumber informasi, guna membantu perawat mengelola beban kerja dan menjaga kesehatan mental, dukungan psikologis harus diperkuat dengan membentuk tim dukungan kesehatan mental untuk memberikan konsultasi dan ruang aman bagi perawat. Selain itu, pengaturan ulang beban kerja dan distribusi tugas yang lebih merata sangat diperlukan, di mana manajemen harus mempertimbangkan jumlah pasien dan kompleksitas kasus untuk menjadwalkan kerja yang lebih fleksibel (Wang, 2024). Komunikasi dan kolaborasi yang lebih baik antar tim juga harus didorong untuk menciptakan budaya kerja yang mendukung, penting untuk merumuskan kebijakan dukungan psikososial yang berfokus pada kesejahteraan mental tenaga kesehatan, termasuk program pemantauan kesehatan mental dan akses mudah ke layanan kesehatan mental. Dengan pendekatan holistik ini, diharapkan tingkat kelelahan emosional perawat dapat berkurang, meningkatkan kualitas pelayanan, dan menjaga kesejahteraan di lingkungan kerja (Wang, 2024).

Profesi perawat memiliki peran vital sebab mereka berikan asuhan holistik selama 24 jam, yang mana ini adalah wujud nyata dari amal saleh serta pelayanan kepada sesama dua prinsip yang begitu ditekankan dalam Islam. Upaya bekerja keras dan secara profesional adalah bagian integral dari ajaran Islam, bahkan aktivitas ini dapat bernilai ibadah asalkan dilandasi niat tulus semata untuk mencari ridha Allah SWT dan memberikan manfaat bagi orang lain.

Allah SWT berfirman:

{نَوَالْمُؤْمِنُو وَرَسُولُهُ عَمَلَكُمْ اللَّهُ فَسَيَرَىٰ أَعْمَلُوا قُلِ}

Ayat ini memiliki arti: “*Dan katakanlah : Bekerjalah kamu, maka Allah dan Rasul-Nya serta orang- orang mukmin akan melihat pekerjaanmu itu.*” (QS. At-Taubah: 105).

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang diatas, maka rumusan masalah penelitian ini bagaimanakah hubungan beban kerja dengan tingkat kelelahan emosional pada perawat di RSUD Dr. Harjono Ponorogo?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan beban kerja dengan tingkat kelelahan emosional pada perawat di RSUD Dr. Harjono Ponorogo.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi beban kerja yang dialami oleh perawat di RSUD Dr. Harjono Ponorogo.
2. Mengidentifikasi kelelahan emosional yang dialami oleh perawat di RSUD Dr. Harjono Ponorogo.
3. Menganalisis hubungan antara beban kerja dengan tingkat kelelahan emosional pada perawat di RSUD Dr. Harjono Ponorogo.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

1. Bagi ilmu pengetahuan

Dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu keperawatan, khususnya dalam memahami keterkaitan antara beban kerja dan tingkat kelelahan emosional pada perawat. Selain itu, penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan teoritis bagi studi studi selanjutnya yang menyoroti aspek kesehatan mental kerja dan manajemen stres di lingkungan rumah sakit.

2. Bagi Peneliti

Peneliti dapat memberikan kesempatan bagi peneliti untuk memperdalam pengetahuan serta pengalaman empiris mengenai faktor-faktor penyebab kelelahan emosional pada tenaga keperawatan, sekaligus menerapkan konsep-konsep keperawatan secara langsung di lapangan.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Sebagai referensi atau dasar perbandingan dalam penelitian mendatang yang berfokus pada topik serupa, seperti stres kerja, *burnout*, maupun kesejahteraan psikologis tenaga kesehatan.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi responden

Penelitian ini dapat memberikan wawasan bagi perawat untuk lebih mengenali gejala kelelahan emosional serta mengembangkan strategi

penanganan diri yang efektif agar mampu menjaga keseimbangan antara tuntutan kerja dan kondisi psikologisnya.

2. Bagi institusi manajemen terkait

Penelitian ini dapat dijadikan bahan masukan bagi pihak manajemen dalam mengevaluasi sistem pembagian beban kerja, penjadwalan tugas, serta perencanaan program dukungan psikologis bagi perawat guna mencegah terjadinya *burnout*.

1.5 Keaslian Penelitian

1. Emine Selda Gunduzi dan Nilgun Kavrut Ozturk, (2024) *Mental workload as a predictor of burnout in intensive care nurses*. Tujuan: untuk menentukan hubungan antara beban kerja mental dan tingkat kelelahan kerja pada perawat intensif. Metode : menggunakan desain deskriptif korelasional dengan melibatkan 156 perawat ICU tanpa kriteria eksklusi, data dikumpulkan melalui Skala Beban Kerja Mental dan Skala Kelelahan Maslach, dianalisis menggunakan statistik deskriptif, uji normalitas, uji-t, ANOVA, korelasi Pearson, dan regresi linier sederhana. Hasil : penelitian ini menunjukkan bahwa hampir semua perawat (95.5%) mengalami beban kerja mental tinggi (skor rata rata $3,96 \pm 0,54$) dan terdapat hubungan positif yang kuat antara beban kerja mental dan kelelahan kerja. Beban kerja emosional teridentifikasi sebagai penentu utama kelelahan emosional, pencapaian pribadi, dan depersonalisasi. Persamaan : penelitian ini adalah temuan hubungan positif antara beban kerja mental dan kelelahan yang sejalan dengan literatur. Perbedaan: penelitian ini secara khusus menemukan tingkat

beban kerja mental yang lebih tinggi dibandingkan studi lain. Penelitian yang akan dilakukan disarankan untuk fokus pada pengembangan strategi yang menargetkan pengurangan beban kerja mental, terutama manajemen beban kerja emosional, dukungan institusional, dan eksplorasi solusi teknologi untuk meningkatkan ketahanan perawat.

2. Babamohamadi, H., dkk , (2023) *The association between workload and quality of work life of nurses taking care of patients with COVID-19.*

Tujuan : penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara beban kerja dan Kualitas Kehidupan Kerja (QWL) pada perawat yang merawat pasien COVID-19, serta mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhinya. Metode : yang digunakan adalah desain potong lintang dengan mengumpulkan data dari staf keperawatan di Universitas Ilmu Kedokteran Shahrud, Iran, menggunakan kuesioner demografis, skala NASA-TLX untuk beban kerja, dan kuesioner QWL Walton, yang sebelumnya telah dikonfirmasi validitas dan reliabilitasnya. Hasil: menunjukkan adanya korelasi negatif yang jelas, di mana beban kerja yang tinggi, terutama beban mental, beban fisik, dan waktu kerja, berhubungan erat dengan penurunan QWL perawat. Persamaan: penelitian lain terlihat pada tingkat QWL perawat yang secara umum berada pada tingkat sedang, dengan beban kerja tertinggi pada tuntutan fisik dan mental. Perbedaan : signifikan adalah peningkatan parsial beban kerja perawat akibat COVID-19 dibandingkan studi sesudah wabah, meskipun QWL secara keseluruhan tetap sedang, dengan skor terendah pada subskala kompensasi yang adil dan memadai serta

pekerjaan dan ruang hidup total. Penelitian yang akan dilakukan penelitian ini adalah agar manajer rumah sakit berupaya mengurangi beban kerja fisik dan mental, meningkatkan kinerja, dan memperbaiki QWL dengan fokus pada kompensasi yang adil, penyediaan ruang kerja yang memadai, dan peningkatan dukungan organisasi untuk meningkatkan loyalitas perawat dan kualitas perawatan, serta mengurangi kelelahan dan kejenuhan kerja.

3. El Asmar, N. dkk, (2025) *Assessing burnout and quality of life among residents and fellows in a high-stress environment: a cross-sectional study*. Tujuan : penelitian *cross-sectional* ini adalah untuk mengevaluasi tingkat *burnout* (kelelahan emosional, depersonalisasi, dan efikasi profesional) dan kualitas hidup (QoL) pada Calon Dokter Pascasarjana (PGMT) di sebuah pusat medis tersier di tengah lingkungan yang penuh tekanan dan diliputi krisis, serta mengidentifikasi prediktor yang berhubungan. Metode : penelitian ini melibatkan 112 PGMT antara Mei dan Juni 2024, di mana tingkat *burnout* diukur menggunakan MBI-HSS dan QoL dengan WHOQOL-BREF. Hasil : menunjukkan bahwa *burnout* adalah masalah yang umum (58% Kelelahan Emosional tinggi, 28% Depersonalisasi tinggi, dan 50% Efikasi Profesional rendah), meskipun partisipan secara umum cukup puas dengan QoL mereka. Persamaan: temuan dengan literatur sebelumnya berhubungan positif dengan *burnout* dan negatif dengan QoL, memperkuat model *burnout* yang ada. Perbedaan : menarik yang ditemukan adalah tingkat *burnout* yang diamati ternyata *tidak separah yang diperkirakan* mengingat krisis

yang kompleks, yang dikaitkan dengan ketahanan budaya dan jaringan dukungan sosial yang kuat. Penelitian yang akan dilakukan berfokus pada upaya untuk lebih memahami dan mengatasi *burnout*, khususnya kelelahan emosional dan untuk menunjukkan adanya mekanisme koping yang tidak lazim atau faktor penyeimbang tertentu dalam lingkungan yang penuh tekanan.

4. Neraka FuensantaSayan Gil, dkk, (2022) *Relationship between Job Satisfaction and Workload of Nurses in Adult Inpatient Units*. Tujuan : untuk mengkaji hubungan antara beban kerja perawat dan tingkat kepuasan kerja mereka di Unit Rawat Inap Dewasa. Metode : penelitian yang digunakan adalah studi observasional, analitis, deskriptif, dan kuantitatif yang melibatkan sampel 104 profesional keperawatan dari delapan unit di empat rumah sakit, dengan pengumpulan data menggunakan Skala Kepuasan Kerja Keseluruhan dan skala beban kerja keperawatan MIDENF yang baru divalidasi. Hasil : penelitian ini menegaskan adanya hubungan erat dan terbalik antara beban kerja yang lebih tinggi dengan kepuasan kerja yang lebih rendah. Persamaan: temuan yang sejalan dengan berbagai literatur terdahulu. Meskipun perawat menunjukkan kepuasan yang tinggi pada variabel hubungan dengan atasan langsung dan rekan kerja. Perbedaan : penelitian ini adalah perolehan skor kepuasan intrinsik (terkait pengakuan dan tanggung jawab), mengindikasikan ketidakpuasan yang besar terhadap aspek organisasi dan pengakuan profesional, seperti hubungan dengan manajemen senior dan sistem organisasi unit. Penelitian yang akan

dilakukan menyimpulkan perlunya manajemen rumah sakit untuk segera mengembangkan strategi baru yang berfokus pada perbaikan kondisi kerja perawat, baik pada faktor ekstrinsik maupun intrinsik, untuk meningkatkan kinerja dan kepuasan profesional.

5. Yao Hao Teo, dkk, (2021) *Factors associated with self-reported burnout levels among allied health professionals in a tertiary hospital in Singapore*. Tujuan : untuk menjadi studi pertama yang mengidentifikasi tingkat kelelahan (*burnout*) dan mengeksplorasi hubungannya dengan faktor sosiodemografi dan lingkungan kerja, serta mengidentifikasi hambatan dalam mencari bantuan psikologis di kalangan Tenaga Kesehatan Sekutu (AHP) di Singapura, mengisi kekosongan literatur yang sebelumnya lebih berfokus pada dokter dan perawat. Metode: penelitian ini menggunakan studi potong lintang dengan menyebar survei yang mencakup Maslach Burnout Inventory (MBI-HSS) dan Survei Area Kehidupan Kerja (AWS) kepada sampel AHP di rumah sakit tersier. Hasil : menunjukkan tingginya tingkat *burnout* (67,4%) , di mana usia muda (21-30 tahun), pengalaman kerja yang lebih lama (lebih dari tiga tahun), dan beban kerja yang tinggi terutama yang mengganggu kepentingan pribadi dan penyelesaian pekerjaan berkorelasi positif dengan *burnout*. Persamaan : utama studi ini dengan penelitian sebelumnya terletak pada fokusnya terhadap tingginya tingkat *burnout* di kalangan tenaga kesehatan, yang diakui sebagai populasi berisiko tinggi. Penggunaan metodologi studi potong lintang dan instrumen standar yang diakui, yaitu Maslach Burnout Inventory (MBI-HSS),

untuk menilai dan mengukur fenomena *burnout* dan faktor-faktor terkait. Perbedaan : penelitian ini adalah kontribusinya sebagai studi temuan spesifik bahwa evaluasi terapi yang negative serta keterbatasan waktu adalah hambatan paling sering dalam mencari bantuan psikologis bagi AHP yang mengalami *burnout*. Penelitian yang akan dilakukan mengembangkan dan meninjau intervensi efektif yang menargetkan baik keterampilan coping pribadi maupun strategi tempat kerja, seperti fleksibilitas kerja dan peningkatan persepsi terhadap kesehatan mental.

