

HUBUNGAN BEBAN KERJA DENGAN KEJADIAN *LOW BACK PAIN* DAN *BURNOUT* PADA PERAWAT DI RUANG OPERASI RSUD KABUPATEN BEKASI

Maryati^{1*}, Achmad Fauzi²

¹⁻²Program Studi Sarjana Keperawatan, STIKes Abdi Nusantara

Email Koresponden: marandiyudha@gmail.com

Disubmit: 18 Juli 2023

Diterima: 07 Februari 2024

Diterbitkan: 01 Maret 2024

Doi: <https://doi.org/10.33024/mnj.v6i3.11080>

ABSTRACT

Burnout is a psychological condition characterized by symptoms of emotional exhaustion, cynicism and inner inadequacy finish the job. Burnout Syndrome among the nursing profession has been widely studied abroad. In Andalusia, Spain, it was reported that 674 (80%) of the nurses studied had an average high rate of burnout syndrome. Nurses are health workers who directly interact with patients for a long time, so nurses have twice the risk of experiencing burnout. Nurses with a high workload are not only at risk of suffering from burnout, they are also at risk of developing Low Back Pain determine the relationship between workload and the incidence of low back pain and burnout among nurses. Analytic with cross sectional approach. The sample in this study were all nurses on duty in the operating room of the Bekasi District Hospital, totaling 40 people. The sampling technique uses total sampling. the majority of nurses with mild stress 48.9%, and self-disclosure moderate nurses 68.2%. There is the influence of self-disclosure on the stress level of nurses in the Mental Ward of the Duren Sawit Mental Hospital, East Jakarta (p value. 0.001). There is a relationship between workload and the incidence of low back pain and burnout among nurses in the operating room. It is hoped that the hospital can pay attention to the workload of nurses by providing opportunities for nurses to attend training to optimally support the nursing process and provide appropriate rest hours.

Keywords: *Workload, Burnout, Low Back Pain*

ABSTRAK

Burnout merupakan kondisi psikologis yang ditandai dengan dengan gejala kelelahan emosional, sikap sinisme dan ketidakmampuan diri dalam menyelesaikan pekerjaan. Burnout Syndrome dikalangan profesi perawat banyak diteliti di luar negeri. Di Andalusia Spanyol dilaporkan dari 674 (80%) perawat yang diteliti rata-rata memiliki tingkat burnout syndrome yang tinggi. Perawat merupakan tenaga kesehatan yang secara langsung berinteraksi dengan pasien dalam jangka waktu yang lama, sehingga perawat memiliki risiko dua kali lebih besar untuk mengalami burnout. Perawat dengan beban kerja yang tinggi selain berisiko menderita burnout juga berisiko terkena *Low Back Pain*. mengetahui hubungan beban kerja dengan kejadian *low back pain* dan *burnout* pada perawat. Analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh perawat yang bertugas di Ruang operasi RSUD

kabupaten Bekasi sebanyak 40 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Distribusi frekuensi sebagian besar perawat tidak mengalami *low back pain* (85,2%) burnout ringan (65,0%), lama kerja < 5 tahun (63,3%) dan beban kerja sedang (60,0%). Ada hubungan beban kerja dengan kejadian *low back pain* pada perawat di Ruang Operasi (*p value* 0,003). Ada hubungan beban kerja dengan kejadian *burnout* pada perawat di Ruang Operasi (*p value* 0,004) Ada hubungan beban kerja dengan kejadian *low back pain* dan burnout pada perawat di Ruang Operasi. Diharapkan pihak rumah sakit dapat memperhatikan beban kerja perawat dengan cara memberikan kesempatan perawat untuk mengikuti pelatihan untuk menunjang proses keperawatan dengan optimal serta memberikan jam istirahat yang sesuai.

Kata Kunci: Beban kerja, *Burnout*, *Low Back Pain*

PENDAHULUAN

Rumah sakit merupakan sebuah institusi pelayanan kesehatan dalam menyelenggarakan pelayanan kesehatan secara paripurna dengan menyediakan pelayanan rawat jalan, rawat inap, dan gawat darurat. Rumah sakit memegang peranan penting dalam meningkatnya derajat kesehatan masyarakat (UU RI No. 44 Tahun 2009). Keterlibatan manusia terhadap tenaga kerja dalam proses pembangunan semakin meningkat khususnya dalam bidang keperawatan dimana Sumber daya manusia (SDM) sangat berpengaruh dalam melaksanakan praktik dibidang keperawatan. Perawat adalah kelompok tenaga kerja kesehatan dimana mempunyai tuntutan waktu kerja yang tinggi dan perawat juga dituntut untuk selalu bekerja secara professional guna menghindari kesalahan dalam mengaplikasikan prosedurnya dimana perawat sangat beresiko mengalami burnout kerja (Hidayat, 2019).

Burnout merupakan kondisi psikologis yang ditandai dengan dengan gejala kelelahan emosional, sikap sinisme dan ketidakmampuan diri dalam menyelesaikan pekerjaan. Konteks burnout seringkali ditemui dalam pekerjaan bidang pelayanan kemanusiaan

seperti tenaga perawat. Ketidakmampuan perawat dalam beradaptasi dengan tuntutan dan tekanan pekerjaan dalam waktu yang berkepanjangan, maka hal tersebutlah yang disebut dengan burnout (Raudenská et al., 2020).

Burnout Syndrome dikalangan profesi perawat banyak diteliti di luar negeri. Di Andalusia Spanyol dilaporkan dari 674 (80%) perawat yang diteliti rata-rata memiliki tingkat burnout syndrome yang tinggi. Di Indonesia hasil penelitian juga menunjukkan sebagian besar perawat di RSUD Ungaran mengalami kejadian burnout syndrome dengan persentase 50,8% (Indiawati, 2022).

Perawat merupakan tenaga kesehatan yang secara langsung berinteraksi dengan pasien dalam jangka waktu yang lama, sehingga perawat memiliki risiko dua kali lebih besar untuk mengalami burnout. Beban kerja yang berlebih dapat menimbulkan kelelahan baik fisik atau mental dan reaksi-reaksi emosional seperti sakit kepala, gangguan pencernaan, dan mudah marah. Beban kerja juga berpengaruh signifikan terhadap burnout syndrome pada perawat rawat inap (Martiana & Purnawati, 2020).

Ketidakeimbangan antara

beban kerja dan jumlah tenaga perawat juga menyebabkan overload beban kerja. Lingkungan kerja perawat yang paling tinggi tingkat tekanannya hingga menyebabkan stres tinggi yaitu perawat bagian gawat darurat, ortopedi dan traumatologi, onkologi, serta perawatan tingkat lanjut. Apabila perawat mengalami overload beban kerja secara terus menerus, perawat akan mengalami burnout. Salah satu tanda burnout pada perawat yaitu perawat jarang tersenyum kepada pasien. Perawat yang mengalami burnout dan mempunyai lingkungan yang kurang aman dapat memberikan perawatan yang kurang efisien daripada perawat yang tidak mengalami burnout % (Martiana & Purnawati, 2020).

Perawat dengan beban kerja yang tinggi selain berisiko menderita burnout juga berisiko terkena LBP (*Low Back Pain*). Beban kerja merupakan beban aktivitas fisik, mental, sosial yang diterima oleh seseorang yang harus diselesaikan dalam waktu tertentu, sesuai dengan kemampuan fisik, maupun keterbatasan pekerja yang menerima beban tersebut. Beban kerja merupakan faktor yang paling sering menjadi penyebab dari keadaan LBP (*Low Back Pain*) dari orang yang bekerja (Karyati, 2019).

Low Back Pain (LBP) merupakan salah satu penyakit akibat kerja atau yang sering disebut nyeri punggung bawah yang menjadi penyebab utama terjadi kecacatan, sehingga mempengaruhi pekerjaan dan kesejahteraan umum penderita *Low Back Pain*. Keluhan *Low Back Pain* bisa terjadi kepada setiap orang, baik jenis kelamin, usia, ras, status pendidikan dan profesi. Seorang perawat yang mengalami *low back pain* akan terganggu produktivitas kerjanya. Produktivitas kerja yang menurun

pada akhirnya akan berdampak pada kualitas pelayanan pasien.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti melalui wawancara di Ruang Operasi RSUD Kabupaten Bekasi didapatkan bahwa perawat memiliki gejala-gejala *burnout* seperti terlihat lesu, kurang bersemangat, kurang perhatian terhadap pasien dan sering mengeluh karena nyeri dipunggung. Dan berdasarkan hasil wawancara terhadap 10 orang perawat pelaksana yang berjaga di ruang operasi, didapatkan hasil 60% dari responden menyatakan sering mengalami kelelahan secara fisik, sering mengalami kelelahan secara emosional, sering mengalami gangguan pola tidur, gangguan pola makan dan sakit kepala, 35% menyatakan sesekali ingin beralih keprofesi selain perawat dan 5% sering mengalami nyeri pada punggung bagian belakang. Dari uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul "Hubungan beban kerja dengan kejadian *low back pain* dan *burnout* pada perawat di Ruang Operasi RSUD Kabupaten Bekasi tahun 2023".

KAJIAN PUSTAKA

Konsep Perawat

Perawat atau Nurse berasal dari bahasa latin yaitu dari kata "Nutrix" yang berarti merawat atau memelihara. Perawat adalah seseorang yang telah menyelesaikan pendidikan keperawatan yang memenuhi syarat serta berwenang di Negeri bersangkutan untuk memberikan pelayanan keperawatan yang bertanggung jawab untuk meningkatkan kesehatan, pencegahan penyakit dan pelayanan penderita sakit (Iskandar, 2018).

Beban Kerja

Beban kerja adalah sekumpulan atau sejumlah kegiatan yang harus diselesaikan oleh suatu unit organisasi atau pemegang jabatan dalam jangka waktu tertentu. Beban kerja juga diartikan sebagai kemampuan tubuh dalam menerima pekerjaan, dari sudut pandang ergonomi, setiap beban kerja yang diterima seseorang harus sesuai dan seimbang terhadap kemampuan fisik maupun psikologis pekerja yang menerima beban kerja tersebut (Vanchapo, 2020).

Low Back Pain (LBP)

Low Back Pain (LBP) adalah salah satu masalah kesehatan kerja yang paling sering ditemukan dan dapat menimbulkan penurunan kualitas kerja. LBP lebih beresiko terjadi pada pekerja yang bekerja dengan postur janggal, manual handling serta pekerjaan dengan frekuensi dan durasi yang tinggi termasuk pada perawat di area kerja yang banyak mengangkat beban. LBP mengakibatkan gangguan pada aktivitas perawat sehingga keadaan tersebut berdampak pada penurunan kualitas maupun produktivitas perawat dalam memberikan asuhan keperawatan kepada pasien di rumah sakit (Karyati, 2019).

Burnout

Burnout adalah kondisi kelelahan fisik, mental, dan

emosional yang muncul sebagai konsekuensi dari ketidaksesuaian antara kondisi karyawan dengan pekerjaannya (lingkungan dan desain pekerjaan). Sejauh ini fenomena *burnout* masih belum mendapat perhatian serius dari pihak manajemen organisasi, meskipun sudah banyak hasil penelitian yang memperlihatkan bahwa *burnout* menurunkan efektivitas organisasi. Kelompok karyawan yang dipandang rentan terhadap *burnout* antara lain adalah karyawan senior. Oleh karena itu, diperlukan strategi tertentu untuk menangani fenomena tersebut dengan mempertimbangkan karakteristik karyawan senior dan kemampuan organisasi untuk melakukan tindakan preventif maupun kuratif (Mc Cormack & Cotter, 2015).

METODOLOGI PENELITIAN

Metode penelitian analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh perawat yang bertugas di Ruang operasi RSUD kabupaten Bekasi sebanyak 40 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Penelitian ini menggunakan data primer dan cara pengumpulan data menggunakan lembar kuesioner. Metode analisis yang digunakan adalah analisis univariat dan bivariat dengan *uji chi square*.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Pendidikan dan Jenis Kelamin di RSUD Kabupaten Bekasi

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
Usia		
<25 tahun	8	20.0
26-30 tahun	26	65.0
> 30 tahun	6	15.0
Total	40	100,0
Pendidikan		
D III Keperawatan	34	85.0
S1 Keperawatan	2	5.0
Profesi	4	10.0
Total	40	100,0
Jenis Kelamin		
Laki-laki	10	25.0
Perempuan	30	75.0
Total	40	100,0

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa dari 40 responden yang diteliti, mayoritas berusia 26-30 tahun sebanyak 26 orang (65,0%), usia <25 tahun sebanyak 8 orang (20,0%), dan usia >30 tahun sebanyak 6 orang (15,0%). Dari 40 responden mayoritas berpendidikan DIII Keperawatan sebanyak 34 orang

(85,0%), yang berpendidikan S1 Keperawatan sebanyak 2 orang (5,0%), dan yang berpendidikan profesi keperawatan sebanyak 4 orang (10,0%). Dari 40 responden mayoritas berjenis kelamin perempuan sebanyak 30 orang (75,0%) dan yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 10 orang (25,0%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kejadian *Low Back Pain (LBP)* Pada Perawat di RSUD Kabupaten Bekasi

No	<i>Low Back Pain (LBP)</i>	Frekuensi	%
1.	Ya	7	17.5
2.	Tidak	33	82.5
	Jumlah	40	100.0

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa dari 40 responden sebagian besar tidak mengalami *Low Back Pain* sebanyak

33 orang (82,5%), dan yang mengalami *Low Back Pain* sebanyak 7 orang (17,5%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tingkat *Burnout* Pada Perawat di RSUD Kabupaten Bekasi

No	<i>Burnout</i>	Frekuensi	%
1.	Ringan	26	65.0
2.	Sedang	14	35.0
3.	Berat	0	0.0
Jumlah		40	100.0

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa dari 40 responden sebagian besar mengalami *burnout* ringan sebanyak 26 orang (65,0%), responden yang

mengalami *burnout* sedang sebanyak 14 orang (35,0%), dan responden yang mengalami *burnout* berat tidak ditemukan (0%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Beban Kerja Perawat di RSUD Kabupaten Bekasi

No	Beban Kerja	Frekuensi	%
1.	Ringan	12	30.0
2.	Sedang	24	60.0
3.	Berat	4	10.0
Jumlah		60	100.0

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa dari 40 responden sebagian besar dengan beban kerja sedang sebanyak 24

orang (60,0%), beban kerja ringan sebanyak 12 orang (30,0%), dan beban kerja berat sebanyak 4 orang (10,0%).

Tabel 5. Hubungan Beban Kerja dengan Kejadian *Low Back Pain (LBP)* pada Perawat di RSUD Kabupaten Bekasi

Beban Kerja	<i>Low Back Pain (LBP)</i>				Total		<i>P. Value</i>
	Ya		Tidak		F	%	
	F	%	F	%			
Ringan	0	0,0	12	100,0	12	100,0	0,003
Sedang	4	16,7	20	83,3	24	100,0	
Berat	3	75,0	1	25,0	4	100,0	
Total	7	17,5	33	82,5	40	100,0	

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa dari 12 responden dengan beban kerja ringan semuanya tidak mengalami LBP sebanyak 12 orang (100,0%), dari 24 responden dengan beban sedang sebagian besar tidak mengalami LBP sebanyak 20 orang (83,3%), dan dari 4 responden dengan beban kerja berat sebagian

besar mengalami LBP sebanyak 3 orang (75,0%). Hasil cross tabulasi antara variabel beban kerja dengan *Low Back Pain (LBP)* menunjukkan hasil uji statistik *Chi-Square* diperoleh nilai $P.0,003$ ($P. Value < 0,05$) yang berarti ada hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan kejadian *Low Back Pain (LBP)* pada perawat.

Tabel 6. Hubungan Beban Kerja dengan Kejadian Burnout pada Perawat di RSUD Kabupaten Bekasi

Beban Kerja	Burnout				Total	P. Value	
	Ringan		Sedang				
	F	%	F	%	F		%
Ringan	11	91,7	1	8,3	12	100,0	0,004
Sedang	15	62,5	9	37,5	24	100,0	
Berat	0	0,0	4	100,0	4	100,0	
Total	7	17,5	33	82,5	40	100,0	

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa dari 12 responden dengan beban kerja ringan sebagian besar mengalami burnout ringan sebanyak 11 orang (91,7%), dari 24 responden dengan beban kerja sedang sebagian besar mengalami burnout ringan sebanyak 15 orang (62,5%), dan dari 4 responden dengan beban kerja

berat semuanya mengalami burnout sedang sebanyak 4 orang (100%). Hasil cross tabulasi antara variabel beban kerja dengan burnout menunjukkan hasil uji statistik *Chi-Square* diperoleh nilai $P.0,004$ ($P.Value < 0,05$) yang berarti ada hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan kejadian burnout pada perawat.

PEMBAHASAN

Distribusi Frekuensi Kejadian *Low Back Pain* (LBP) Pada Perawat

Dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa dari 40 responden sebagian besar tidak mengalami *Low Back Pain* sebanyak 33 orang (82,5%), dan yang mengalami *Low Back Pain* sebanyak 7 orang (17,5%).

Low Back Pain (LBP) adalah salah satu masalah kesehatan kerja yang paling sering ditemukan dan dapat menimbulkan penurunan kualitas kerja. LBP lebih beresiko terjadi pada pekerja yang bekerja dengan postur janggal, manual handling serta pekerjaan dengan frekuensi dan durasi yang tinggi termasuk pada perawat di area kerja yang banyak mengangkat beban. LBP mengakibatkan gangguan pada aktivitas perawat sehingga keadaan tersebut berdampak pada penurunan kualitas maupun produktivitas perawat dalam memberikan asuhan keperawatan kepada pasien di rumah sakit (Karyati, 2019).

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Ningsih, (2018) yang mengatakan bahwa sebagian besar perawat tidak mengalami sebanyak 56,7%.

Menurut peneliti terjadinya *Low Back Pain* pada perawat kebanyakan dari posisi kerja yang kurang baik duduk atau berdiri dalam waktu lama, serta pekerjaan dengan gerakan-gerakan membungkuk atau memutar tubuh secara berulang-ulang juga mempengaruhi timbulnya keluhan *low back pain*. Karena mayoritas perawat di ruang operasi sering membungkuk dalam menangani pasien dan sebagai asisten dokter bedah.

Distribusi Frekuensi Kejadian *Burnout* Pada Perawat

Dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa dari 40 responden sebagian besar mengalami burnout ringan sebanyak 26 orang (65,0%), responden yang mengalami *burnout*

sedang sebanyak 14 orang (35,0%), dan responden yang mengalami *burnout* berat tidak ditemukan (0%).

Burnout adalah kondisi kelelahan fisik, mental, dan emosional yang muncul sebagai konsekuensi dari ketidaksesuaian antara kondisi karyawan dengan pekerjaannya (lingkungan dan desain pekerjaan). Sejauh ini fenomena *burnout* masih belum mendapat perhatian serius dari pihak manajemen organisasi, meskipun sudah banyak hasil penelitian yang memperlihatkan bahwa *burnout* menurunkan efektivitas organisasi. Kelompok karyawan yang dipandang rentan terhadap *burnout* antara lain adalah karyawan senior. Oleh karena itu, diperlukan strategi tertentu untuk menangani fenomena tersebut dengan mempertimbangkan karakteristik karyawan senior dan kemampuan organisasi untuk melakukan tindakan preventif maupun kuratif (Mc Cormack & Cotter, 2015).

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Anggraeni (2021) yang mengatakan bahwa sebagian besar responden mengalami *burnout* ringan sebanyak 21 responden (67,7%).

Menurut peneliti dari hasil penelitian yang telah didapatkan di RSUD Kabupaten Bekasi sebagian besar perawat mengalami *burnout* ringan, hal ini sudah sewajarnya perawat mengalami *burnout* karena pekerjaan merawat orang sakit adalah pekerjaan yang tidak mudah dan membosankan. Tetapi menurut peneliti disaat sekarang ini rumah sakit penuh dengan pasien BPJS beda dengan dua tahun yang lalu rumah sakit dipenuhi dengan pasien covid-19 yang membuat perawat *burnout* berat karena pasien covid-19 sangat penuh dan melebihi kapasitas di Rumah Sakit.

Hubungan Beban Kerja dengan Kejadian *Low Back Pain* (LBP) pada Perawat

Dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa dari 12 responden dengan beban kerja ringan semuanya tidak mengalami LBP sebanyak 12 orang (100,0%), dari 24 responden dengan beban sedang sebagian besar tidak mengalami LBP sebanyak 20 orang (83,3%), dan dari 4 responden dengan beban kerja berat sebagian besar mengalami LBP sebanyak 3 orang (75,0%). Hasil cross tabulasi antara variabel beban kerja dengan *Low Back Pain* (LBP) menunjukkan hasil uji statistik *Chi-Square* diperoleh nilai $P.0,003$ ($P.Value < 0,05$) yang berarti ada hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan kejadian *Low Back Pain* (LBP) pada perawat.

Beban kerja juga dapat diartikan sebagai keseluruhan susunan pekerjaan yang dialami seseorang dari pekerjaan dihari itu termasuk organisasi, lingkungan, pribadi (fisik, psisiologis, dan psikologi), dan faktor situasional (Umansky & Rantanen, 2016). Semakin berat beban kerja atau semakin lama waktu kerja seseorang maka akan timbul kelelahan dalam bekerja. Beban kerja berlebih dapat menimbulkan kelelahan otot yang ditandai dengan gejala atau rasa nyeri yang terdapat pada otot. Kelelahan dapat dikurangi bahkan ditiadakan dengan pendekatan berbagai cara, dengan pengelolaan waktu bekerja dan lingkungan tempat kerja. Banyak hal dapat dicapai dengan menerapkan jam kerja dan waktu istirahat sesuai dengan ketentuan yang berlaku (Lestari, 2023)

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Methariana (2021) yang mengatakan bahwa ada hubungan yang bermakna antara beban kerja dengan *Low Back Pain* (LBP) pada perawat dengan nilai p

value 0,010. Hasil penelitian ini juga didukung oleh hasil penelitian Karyati, (2019) yang mengatakan bahwa terdapat hubungan bermakna antara beban kerja dengan keluhan LBP didapatkan p value 0,000. Penelitian Ramadhan (2022) juga sependapat bahwa beban kerja terdapat hubungan yang bermakna dengan kejadian *Low Back Pain (LBP)* p value 0.002.

Penelitian serupa juga dilakukan oleh Yacob (2018) dengan judul penelitian yaitu hubungan antara masa kerja dan beban kerja dengan keluhan low back pain pada perawat di Ruang rawat inap Rumah Sakit Bhayangkara Tingkat III Manado, dengan hasil penelitian yaitu dengan menggunakan analisis bivariat menggunakan uji Spearman Rank ($\alpha = 5\%$ dan $CI = 95\%$) dengan bantuan program komputer. Hasil analisis bivariat masa kerja dengan keluhan low back pain menunjukkan nilai $p = 0,403$ dan $r = 0,132$ yang berarti tidak ada hubungan, beban kerja dengan keluhan low back pain menunjukkan nilai $p = 0,124$ dan $r = 0,214$ yang berarti tidak ada hubungan.

Menurut peneliti dari hasil penelitian yang telah dilakukan di RSUD Kabupaten Bekasi mayoritas perawat yang mengalami *Low Back Pain* adalah perawat dengan beban kerja yang berat. Faktor penyebab terjadinya LBP pada perawat saat bekerja di rumah sakit selain dari beban kerja masih banyak lagi, seperti duduk yang terlalu lama dengan posisi yang tidak baik, membungkuk yang terlalu lama dan mendorong, menarik saat membawa pasien ke ruang perawatan. Terdapat hubungan yang bermakna antara beban kerja yang dilakukan perawat dalam menjalankan tugasnya dengan kejadian *low back pain*, semakin berat beban kerja yang didapatkan oleh perawat dalam melakukan tugasnya maka

akan semakin besar peluang terjadinya keluhan *low back pain*. *Low back pain* dapat terjadi pada perawat dengan beban kerja yang berat dan posisi kerja yang kurang baik sehingga perawat cenderung merasakan nyeri punggung bagian bawah, rasa kesemutan, dll setelah melakukan berbagai aktivitas kerja.

Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna antara beban kerja yang dilakukan perawat dalam menjalankan tugasnya dengan kejadian low back pain, semakin berat beban kerja yang didapatkan oleh perawat dalam melakukan tugasnya maka akan semakin besar peluang terjadinya keluhan low back pain. Low back pain dapat terjadi pada perawat dengan beban kerja yang berat dan posisi kerja yang kurang baik sehingga perawat cenderung merasakan nyeri punggung bagian bawah, rasa kesemutan, dll setelah melakukan berbagai aktivitas kerja.

Hubungan Beban Kerja dengan Kejadian *Burnout* pada Perawat

Dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa dari 12 responden dengan beban kerja ringan sebagian besar mengalami burnout ringan sebanyak 11 orang (91,7%), dari 24 responden dengan beban kerja sedang sebagian besar mengalami burnout ringan sebanyak 15 orang (62,5%), dan dari 4 responden dengan beban kerja berat semuanya mengalami burnout sedang sebanyak 4 orang (100%). Hasil cross tabulasi antara variabel beban kerja dengan burnout menunjukkan hasil uji statistik *Chi-Square* diperoleh nilai $P.0,004$ ($P.Value < 0,05$) yang berarti ada hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan kejadian burnout pada perawat.

Beban kerja haruslah seimbang, sebab beban kerja yang terlalu tinggi maupun terlalu rendah

akan berdampak tidak baik bagi karyawan. Beban kerja yang tinggi akan menimbulkan stres kerja, minimnya konsentrasi karyawan, timbulnya keluhan pelanggan dan menyebabkan tingginya angka ketidakhadiran karyawan. Sedangkan beban kerja yang terlalu rendah akan memunculkan kebosanan dan rendahnya konsentrasi terhadap pekerjaan. Baik beban kerja yang terlampaui tinggi maupun terlalu rendah pada akhirnya akan menyebabkan rendahnya produktivitas karyawan. Dalam profesi keperawatan sendiri beban kerja yang tidak sesuai dengan standar akan menimbulkan dampak seperti munculnya kesalahan pada pelaporan status pasien, kelelahan kerja, meninggalkan pekerjaan yang tidak selesai selama *shift* kerja, terganggunya alur kerja, hingga kesalahan pemberian medikasi pada pasien (Mc Phee, Dahinten, & Havaei, 2017).

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Astuti (2022), yang mengatakan bahwa hasil analisis bivariat pada uji *chi square* menunjukkan bahwa ada hubungan antara burnout tenaga kesehatan dengan beban kerja (p value =0,028, PR = 2,563) tenaga kesehatan dengan beban kerja tinggi cenderung beresiko 2,563 kali mengalami *burnout* dibandingkan tenaga kesehatan dengan beban kerja tidak tinggi. Hasil penelitian ini juga didukung oleh hasil penelitian Utama (2020), yang mengatakan ada hubungan beban kerja dengan kejadian burnout perawat di Instalasi Gawat Darurat RSUD Nganjuk (p value 0,027). Hasil penelitian Zuniawati, (2022) yang mengatakan didapatkan hasil p -value $0,041 \leq \alpha 0,05$, dapat disimpulkan bahwa terdapat Pengaruh yang signifikan antara Beban Kerja Terhadap faktor

Burnout syndrome pada Perawat Unit Rawat Inap di Rumah Sakit Islam Orpeha Tulungagung

Menurut asumsi peneliti dari hasil penelitian di RSUD Kabupaten Bekasi sebagian besar perawat dengan beban kerja berat mayoritas mengalami burnout. Dari gambaran data tersebut dapat kita lihat bahwa perawat dengan beban kerja sedang sebagian besar tidak mengalami burnout, hal ini dikarenakan perawat sudah banyak pengalaman dalam menangani orang sakit dan sudah terbiasa, tetapi kalau ada kelelahan ringan itu sudah sewajarnya manusia memiliki keterbatasan tenaga, setiap pekerjaan pasti memiliki risiko kelelahan. Kalau beban kerja saat ini mayoritas adalah pasien BPJS, berbeda jauh dengan pasien yang ada di rumah sakit pada 2 tahun yang lalu adalah pasien covid-19 yang memenuhi seluruh rumah sakit di Indonesia dan dengan banyaknya pasien pada waktu covid-19 tidak berimbang dengan tenaga kesehatan yang ada di rumah sakit sdh pasti semua perawat mengalami burnout baik itu dari ringan sampai ke yang berat.

Beban kerja tenaga kesehatan merupakan bagian dari pengembangan tenaga kesehatan di rumah sakit yang dihitung berdasarkan jumlah waktu yang dibutuhkan untuk memberikan layanan kepada pasien per hari dan jumlah tenaga kesehatan. Beban kerja tenaga kesehatan dipengaruhi oleh kondisi jumlah pasien, jumlah rata-rata jam layanan yang dibutuhkan untuk memberikan pelayanan langsung kepada pasien, serta banyaknya tugas tambahan yang harus dikerjakan oleh waktu kerjanya. Dari hasil observasi, sebagian besar tenaga kesehatan berkerja melebihi dari tugas pokok dan fungsi yang ada dan kurangnya SDM sehingga banyak tenaga kerja

yang mengerjakan pekerjaan di luar tugas pokok dan fungsi yang sudah tertulis dalam waktu yang lama dan terus-menerus menyebabkan sebagian besar tenaga kesehatan mengalami *burnout* tinggi. Beban kerja yang tinggi dapat menyebabkan perawat mengalami kejenuhan dan kelelahan. Hal ini akan berdampak pada penurunan kualitas pelayanan yang diberikan perawat.

Beban kerja yang tinggi dapat menyebabkan perawat mengalami kelelahan atau kejenuhan yang akan menimbulkan stres kerja pada perawat yang kemudian akan berdampak pada penurunan kepuasan kerja. Tingginya beban kerja sangat mempengaruhi *burnout syndrome* pada perawat. Walaupun dari hasil *cross tabulation* sebagian besar responden dengan beban kerja berat mengalami *burnout syndrome* ringan, jika dibiarkan secara terus menerus hal ini cenderung akan menimbulkan tingkatan *burnout syndrome* yang lebih berat. Kelelahan fisik yang terjadi secara terus menerus dalam jangka waktu yang lama akan berdampak pada kelelahan psikologis.

KESIMPULAN

Distribusi frekuensi sebagian besar perawat tidak mengalami *low back pain* (85,2%) *burnout* ringan (65,0%), lama kerja < 5 tahun (63,3%) dan beban kerja sedang (60,0%). Ada hubungan beban kerja dengan kejadian *low back pain* pada perawat di Ruang Operasi (*p value* 0,003) Ada hubungan beban kerja dengan kejadian *burnout* pada perawat di Ruang Operasi (*p value* 0,004)

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni D, (2021). *Hubungan Beban Kerja Dengan Burnout Pada Perawat Ruang Isolasi Khusus (Rik) RSUD Kota Bandung Di Masa Pandemi Covid-19*. Jurnal Keperawatan BSI, Vol. 9 No. 2 September 2021. ISSN: 2338-7246, e-ISSN: 2528-2239 <https://ejournal.ars.ac.id/index.php/keperawatan/index>
- Astuti D, (2022). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Burnout Pada Tenaga Kesehatan Instalasi Pelayanan Radiologi Dan Kedokteran Nuklir RSUPN Cipto Mangunkusumo Tahun 2021*. Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal) Volume 10, Nomor 1, Januari 2022 ISSN: 2715-5617 / e-ISSN: 23563346 <http://ejournal3.unidip.ac.id/index.php/jkm>
- Hidayat R, (2019). *Hubungan Beban Kerja Terhadap Kejenuhan (Burnout) Kerjapada Perawat di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Umum Daerah Inche Abdoel Moeis Samarinda 2019*. Borneo Student Research eISSN: 2721-5727, Vol 1 No 3, 2020
- Hutomo H, (2020). *Hubungan Beban Kerja Dengan Burnout Perawat Di Instalasi Gawat Darurat RSUD Nganjuk*. Vol. 2 No. 1 Januari 2020:3847 ejournal.stikessatriabhakti.ac.id
- Indiawati Okte Citra dkk, (2022). *Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Burnout Syndrome Perawat di Rs Darmo Surabaya*. Hidayatus Sya'diyah², Dhian Satya Rachmawati³, A.V. Sri Suhardiningsih
- Karyati Sri (2019). *Faktor yang Berhubungan dengan Keluhan LBP pada Perawat di Ruang Rawat Dalam dan bedah*

- Rumah Sakit Umum Daerah RAA Soewondo Pati . *The 10 Th University Research Colloquiu m 2019 Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Gombong*
- Lestari I (2023). Hubungan Beban Kerja dan Postur Kerja dengan Keluhan Low Back Pain. *Journal of Muslim Community Health (JMCH) 2023. Vol. 4, No. 2. Page 118-125*
- Martiana Tri dan Purnawati Yulia, 2020. *Analisis Beban Kerja dan Burnout Syndrome pada Perawat Rawat Inap.* <https://news.unair.ac.id/2020/08/24/analisis-beban-kerja-dan-burnout-syndrome-pada-perawat-rawat-inap/>
- Mc Cormack, N & Cotter, C. (2015). *Managing Burnout in the Workplace: A Guide for Information Professionals.* Oxford: Chandos Publishing.
- McPhee, M., Dahinten, V. S., dan Havei, F. (2017). *The Impact of Heavy Perceived Workload on Patient and Nurse Outcomes.* *Administrative Sciences.* 7(7): 1- 17
- Methariana (2021). *Hubungan Beban Kerja Perawat Dengan Kejadian Low Back Pain Pada Perawat Di RSUD Dr. H. Ibnu Sutowo Baturaja Tahun 2021*
- Ningsih W, (2018). Keluhan Low Back Pain Pada Perawat Rawat Inapsud Selasih Pangkalan Kerinci. *Jurnal Ipteks Terapan. Research of Applied Science and Education V11.i1 (75-88) KOPERTIS WILAYAH X 75 ISSN: 1979-9292 E-ISSN: 2460-5611*
- Ramadhan T, (2022). Hubungan Masa Kerja dan Beban Kerja dengan Kejadian Nyeri Punggung Bawah pada Perawat di Rumah Sakit Al-lhsan. Bandung Conference Series: Medical Science <https://doi.org/10.29313/bcsms.v3i1.6663>
- Raudenská, J., Steinerová, V., Javůrková, A., Urits, I., Kaye, A. D., Viswanath, O., & Varrassi, G. (2020). *Occupational burnout syndrome and post-traumatic stress among healthcare professionals during the novel coronavirus disease 2019 (COVID-19) pandemic.* Best practice & research. Clinical anaesthesiology, 34(3). <https://doi.org/10.1016/j.bpa.2020.07.008>
- Umansky, J. dan Rantanen, E. (2016). *Workload in Nursing. Proceedings of The Human and Ergonomics Society 2016 Annual Meeting.* Rochester Institute of Technology New York. 551-555
- Yacob D, (2018). Hubungan antara masa kerja dan beban kerja dengan keluhan low back pain pada perawat di ruangan rawat inap RS Bhayangkara Tingkat III Manado. *Jurnal KESMAS, Volume 7 Nomor 4*
- Zuniawati, (2022). Pengaruh Beban Kerja Terhadap Faktor Burnout Syndrome Pada Perawat Unit Rawat Inap Rumah Sakit Islam Orpeha Tulungagung. *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ): Persatuan Perawat Nasional Indonesia Volume 10 No 3, Agustus 2022, e-ISSN 2655-8106, p-ISSN2338-2090 FIKKes Universitas Muhammadiyah Semarang bekerjasama dengan PPNI Jawa Tengah*