



Hubungan *Burnout* dengan Kualitas Hidup Perawat yang Merawat Pasien Pasca Strokedidi Kota Samarinda : *Literature Review*

Winna Noor Cholifah^{1*}, Suwaldi Pradana², Reylah Sepiah³, Milkhatun⁴

¹⁻⁴Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur, Samarinda, Indonesia

Email: winna.noor04@gmail.com¹, waldibungaludecker@gmail.com², sephiaireylah5@gmail.com³

*Penulis Korespondensi: winna.noor04@gmail.com

Abstract. *The phenomenon of burnout syndrome among nurses has become a critical issue that requires serious attention, considering nurses' role as frontline healthcare providers. Job burnout is influenced not only by physical workload but also by psychological factors, work environment conditions, social support, and individual resilience. This study aims to examine the relationship between burnout syndrome and nurses' quality of life, as well as its impact on clinical service quality, particularly in post-stroke patient care. The research employed a literature review method by analyzing studies obtained from Google Scholar published between 2022 and 2025. A total of 20 articles that met the inclusion criteria were systematically reviewed. The findings indicate that burnout syndrome is characterized by emotional exhaustion, depersonalization, and reduced personal accomplishment. A significant negative relationship was identified between the Quality of Nursing Work Life (QNWL) and burnout levels, indicating that poorer work-life quality increases the likelihood of burnout among nurses. Burnout was also found to negatively affect healthcare service standards, reduce empathy toward patients, and lower compliance with infection prevention and control protocols. Furthermore, the high prevalence of burnout contributes to increased turnover intentions among nurses. Psychological interventions, such as Mindfulness-Based Stress Reduction (MBSR) and psychoeducation, have been shown to effectively reduce burnout levels and improve emotional regulation. These findings highlight the importance of organizational strategies that support nurses' well-being in order to enhance healthcare quality and patient safety.*

Keywords: *Burnout syndrome; Clinical Service; Nurse; Quality of Life; Quality of Nursing Work Life.*

Abstrak. Fenomena *burnout syndrome* dalam profesi keperawatan menjadi isu penting yang memerlukan perhatian serius karena perawat berperan sebagai garda terdepan dalam pelayanan kesehatan. Tingkat kejenuhan kerja yang dialami perawat tidak hanya dipengaruhi oleh beban kerja fisik, tetapi juga oleh faktor psikologis, lingkungan kerja, dukungan sosial, dan kemampuan individu dalam menghadapi tekanan. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara *burnout syndrome* dengan kualitas hidup perawat serta dampaknya terhadap mutu pelayanan klinis, khususnya dalam perawatan pasien pasca stroke. Metode penelitian yang digunakan adalah *literature review* dengan menganalisis berbagai penelitian terkait yang diperoleh melalui Google Scholar pada rentang tahun 2022–2025. Sebanyak 20 artikel yang memenuhi kriteria inklusi dianalisis secara sistematis. Hasil kajian menunjukkan bahwa *burnout syndrome* ditandai oleh kelelahan emosional, depersonalisasi, dan menurunnya pencapaian diri. Terdapat hubungan negatif yang kuat antara *Quality of Nursing Work Life* (QNWL) dengan tingkat burnout, di mana kualitas kehidupan kerja yang rendah meningkatkan risiko terjadinya kejenuhan pada perawat. Burnout juga berdampak pada penurunan kualitas pelayanan, rendahnya empati terhadap pasien, serta berkurangnya kepatuhan terhadap protokol pencegahan dan pengendalian infeksi. Tingginya prevalensi burnout turut meningkatkan keinginan perawat untuk meninggalkan profesinya. Intervensi berbasis psikologis seperti *Mindfulness-Based Stress Reduction* (MBSR) dan psikoedukasi terbukti efektif dalam menurunkan tingkat burnout dan meningkatkan regulasi emosi perawat. Hasil penelitian ini menegaskan pentingnya strategi organisasi yang mendukung kesejahteraan perawat guna meningkatkan kualitas pelayanan dan keselamatan pasien.

Kata Kunci : *Burnout syndrome; Kualitas Hidup; Pelayanan Klinis; Perawat; Quality of Nursing Work Life.*

1. LATAR BELAKANG

Profesi perawat merupakan komponen vital dalam sistem pelayanan kesehatan yang menuntut tanggung jawab besar, dedikasi tinggi, dan ketahanan emosional yang kuat. Sebagai tenaga kesehatan yang berada di garda terdepan, perawat sering kali berhadapan dengan situasi klinis yang kompleks dan penuh tekanan. Perawat dituntut untuk menjadi sosok yang selalu ada untuk pasiennya, dimana harus selalu menunjukkan rasa simpati, perhatian, selalu fokus,

dan bersikap baik. Namun semakin tinggi tuntutan yang diinginkan, akan membuat perawat bertambah berat beban yang dirasakan dalam melakukan perawatan yang aman dan efektif. Beban kerja yang lebih baik secara fisik dan mental akan menimbulkan stres dan kejenuhan dalam bekerja (Saputeri et al., 2023).

Tingkat kejenuhan atau burnout dalam profesi ini bukanlah sebuah fenomena tunggal yang disebabkan oleh beban kerja fisik semata. Sebaliknya, kondisi ini umumnya terjadi karena perawat kesulitan beradaptasi dengan tuntutan dan tekanan pekerjaan yang berkepanjangan. Berbagai studi menunjukkan bahwa burnout ditandai oleh tiga dimensi utama: kelelahan emosional yang ekstrem, depersonalisasi atau sikap sinis terhadap pasien, dan penurunan keyakinan pada pencapaian pribadi. Faktor-faktor eksternal seperti sistem kerja shift yang tidak teratur, beban kerja mental yang tidak seimbang, serta masa kerja yang lama menjadi pemicu signifikan munculnya kondisi ini (Safitri & Budiono, 2025).

Dalam konteks perawatan khusus, seperti pada pasien pasca stroke di komunitas, tekanan yang dihadapi perawat menjadi semakin intens. Perawat sering kali mengalami erosi identitas profesional dan beban moral yang besar saat harus menyeimbangkan tuntutan sistemik dengan perawatan yang humanis. Ketidakmampuan organisasi dalam memenuhi kebutuhan dasar dan kenyamanan kerja perawat menciptakan siklus stres kronis yang menurunkan produktivitas serta kesejahteraan psikologis. Lingkungan kerja dalam suatu pelayanan kesehatan mempunyai peranan penting untuk kelancaran proses pelayanan kepada pasien (Rohmayanti & Wijayanti, 2023).

Selain berdampak pada pasien, stres kerja kronis ini secara perlahan mengikis kualitas hidup perawat, baik dari aspek fisik, psikologis, maupun sosial. Prevalensi burnout yang tinggi, yang dilaporkan mencapai angka signifikan di berbagai rumah sakit, menjadi ancaman nyata bagi keberlanjutan profesi keperawatan karena memicu tingginya angka turnover atau keinginan perawat untuk meninggalkan profesinya. *Burnout syndrome* yang dialami perawat dalam bekerja akan sangat mempengaruhi kualitas pelayanan keperawatan yang diberikan kepada pasien, serta dapat menyebabkan efektifitas pekerjaan menurun, hubungan social antar rekan kerja menjadi renggang dan timbul perasaan negative terhadap pasien, pekerjaan, dan tempat kerja perawat. Oleh karena itu, diperlukan pemahaman yang komprehensif mengenai hubungan antara dinamika lingkungan kerja, burnout, dan kualitas hidup guna merumuskan strategi intervensi yang tepat bagi tenaga keperawatan di Indonesia (Indiawati et al., 2022).

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode tinjauan literatur (*Literature Review*) untuk menganalisis dinamika hubungan antara *burnout syndrome* dengan kualitas hidup perawat serta berbagai faktor organisasi yang memengaruhinya. Pendekatan ini dipilih untuk memberikan pemahaman yang komprehensif mengenai fenomena kelelahan kerja pada tenaga kesehatan di Indonesia berdasarkan berbagai hasil studi yang telah ada. Strategi Pencarian Literatur proses identifikasi artikel dilakukan melalui pencarian sistematis pada basis data elektronik seperti Google Scholar. Kata kunci yang digunakan dalam pencarian meliputi: "*Burnout syndrome*", "*Quality of Nursing Work Life (QNWL)*", "Kualitas Hidup Perawat", "Perilaku Caring", dan "Perawat Pasien Stroke". Dari hasil pencarian awal diperoleh sebanyak 98 artikel. Selanjutnya, pada tahap *screening*, artikel diseleksi berdasarkan judul dan abstrak serta tahun terakhir untuk menilai kesesuaian dengan topik penelitian. Pada tahap ini, sebanyak 81 artikel dieliminasi karena tidak relevan dengan variabel yang diteliti, sehingga tersisa 57 artikel.

Tahap berikutnya adalah *eligibility*, yaitu penilaian kelayakan artikel dengan membaca secara keseluruhan (*full text*). Penilaian dilakukan berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan, seperti kesesuaian variabel penelitian, tahun publikasi (2021–2026), serta ketersediaan artikel dalam bentuk *full text* (PDF). Pada tahap ini, sebanyak 37 artikel dieliminasi karena tidak memenuhi kriteria, seperti tidak sesuai variabel, tidak lengkap, atau bukan artikel penelitian. Pada tahap akhir yaitu *included*, diperoleh sebanyak 20 artikel yang memenuhi seluruh kriteria dan layak untuk dianalisis dalam penelitian ini. Artikel-artikel tersebut kemudian digunakan sebagai dasar dalam penyusunan tabel hasil penelitian serta pembahasan dalam *literature review*.

3. HASIL PENELITIAN

No	Author	Tahun	Nama Jurnal, Vol. , No.	Judul	Metode	Hasil	Data Based
1	Regita Cahyani Putri, Rosly Zunaedi, Dwi Soelistynoningsih	2023	Media Husada Journal of Nursing Science. Vol. 4 (No. 3)	Hubungan <i>Burnout syndrome</i> Dengan Kualitas Kehidupan Kerja Perawat	D : kuantitatif dengan pendekatan <i>cross</i> <i>sectional</i> . S : teknik <i>purposive</i> sampling sebanyak 78 responden. V : <i>burnout syndrome</i> dengan kualitas kehidupan kerja perawat. I : kuesioner <i>Burnout</i> <i>syndrome</i> dan Kualitas Kehidupan Kerja Perawat. Pengolahan data secara statistik menggunakan Uji Korelasi Somers. A : univariat dalam melihat distribusi	Hasil penelitian dari 78 responden didapatkan bahwa semakin tinggi nilai <i>Burnout syndrome</i> maka semakin rendah kualitas kehidupan kerja perawat. Terdapat hubungan yang sangat kuat antara <i>burnout</i> <i>syndrome</i> dengan kualitas kehidupan kerja perawat di RS Wawa Husada Malang.	Google Scholar

					frekuensi dan analisis bivariat menggunakan uji Somer'D		
2	Miranty, Yanti Rosdiana, Ika Cahyaningrum	2025	Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada. Vol. 14 (No. 2)	Hubungan Kualitas Kerja Dengan <i>Sindrom Burnout</i> Pada Perawat	D : kuantitatif dengan pendekatan <i>cross sectional</i> . S : teknik <i>purposive sampling</i> dengan jumlah sampel sebanyak 65 perawat. V : Variabel independen adalah kualitas kehidupan kerja, variabel dependen adalah <i>sindrom burnout</i> . I : lembar kuesioner QWNL dan lembar kuesioner <i>Maslach Burnout Inventory</i> (MBI). A : uji spearman rank.	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa. Sebagian besar perawat memiliki kualitas kehidupan kerja kategori cukup dan tingkat <i>burnout</i> sedang. Terdapat hubungan lemah namun signifikan antara kualitas kehidupan kerja dan <i>burnout</i> ($p = 0,021$; $r = 0,285$).	Google Scholar
3	Abigail Asfas Tandilangi, Jeremy Ticoalu	2022	Klabat Journal of Nursing, Vol.4 (No. 1)	Hubungan <i>Burnout</i> Dengan Kualitas Hidup Pada Perawat DI RSUD Maria Walanda Maramis	D : deskriptif korelasi dengan pendekatan <i>cross-sectional</i> . S : teknik <i>purposive sampling</i> 61 responden. V : <i>Burnout</i> dan kualitas hidup perawat. I : instrument yaitu WHOQOL-Bref dan kuesioner <i>Maslach Burnout Inventory</i> (MBI) A : Uji partial correlation.	Hasil penelitian yang di dapat sebagai berikut : <i>Burnout</i> perawat sebagian besar berada pada kategori rendah. Kualitas hidup perawat sebagian besar berada pada kategori tinggi. Ada hubungan yang signifikan antara <i>burnout</i> dengan kualitas hidup perawat yang memiliki hubungan lemah dengan arah negatif. Ada hubungan yang signifikan antara <i>burnout</i> dengan kualitas hidup perawat bila ditinjau dari ruang perawatan yang memiliki hubungan lemah dnegan arah negatif.	Google Scholar
4	Putu Putri Sugisari, Ari Sukma Nela, Anggie Stiexs, Septi Kurniasari	2024	Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia (JIKPI) Vol. 5, No. 1,	Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kualitas Hidup <i>Caregiver</i> Yang Merawat Pasien Stroke Di Uptd Puskesmas Seputih Surabaya Kabupaten Lampung Tengah	D : jenis kuantitatif S : seluruh <i>caregiver</i> yang merawat pasien stroke yang tercatat pada bulan Januari-Mei 2024 V : variabel independen (kecemasan) dan Variabel Dependen (Kualitas Hidup) I : kuersironer WHOQOL- BREF A : Distribusi frekuensi (Univariat), Uji Spearman Rank (Bivariat)	Didapatkan hasil ada korelasi signifikan antara kecemasan yang berkaitan dengan kualitas hidup pada <i>caregiver</i> yang merawat pasien stroke di UPTD Puskesmas Seputih Surabaya. Diketahui juga adanya hubungan yang tinggi antara tingkat kecemasan dan kualitas hidup pada <i>caregiver</i> yang merawat pasien stroke.	Google Scholar
5	Nitri Ratnaningrum, Indri Heri Susanti, Wasis Eko Kurniawan	2024	Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan, Vol.10 (No.10)	Hubungan <i>Burnout</i> dengan Kualitas Hidup pada Perawat di Rst	D : survei analitik dengan pendekatan <i>cross sectional</i> . S : 119 perawat. V : <i>Burnout</i> dan kualitas	Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar perawat mengalami <i>burnout</i> tingkat	Google Scholar

			Wijayakusuma Purwokerto	hidup. I : <i>burnout</i> adalah kuesioner <i>Maslach Burnout Inventory</i> (MBI), dan untuk mengukur kualitas hidup menggunakan kuesioner <i>The World Health Organization Quality of Life-BREF</i> (WHOQoL-BREF). A : Univariat dan Uji <i>spearman-rank</i> (Bivariat)	sedang dan memiliki kualitas hidup yang cenderung buruk. Terdapat hubungan signifikan antara <i>burnout</i> dengan kualitas hidup, dengan arah negatif, sehingga semakin tinggi <i>burnout</i> maka kualitas hidup perawat cenderung menurun.		
6	Sujatmiko	2023	Saniya Institute Cigarskruie	Pengaruh Psikologis Perilaku Perawat Dalam Melaksanakan Caring Terhadap Pasien Stroke di Rumah Sakit Umum	D : analitik korelasional. S : 88 responden V : faktor psikologis dan perilaku caring I : Univariat dengan menggunakan distribusi frekuensi. A : Analisis SEM (<i>Structural Equation Modeling</i>)	Penelitian menunjukkan bahwa faktor psikologis dan karakteristik individu perawat berpengaruh terhadap perilaku caring dalam merawat pasien stroke. Perawat yang memiliki kematangan usia, pengalaman kerja, tingkat pendidikan, serta dukungan psikologis yang baik cenderung menunjukkan perilaku caring yang lebih optimal. Secara umum, perawat di RSUD Nganjuk telah memiliki perilaku caring yang baik dalam memberikan asuhan kepada pasien stroke.	Google Scholar
7	Wiwik Kurniati, Berthy Sri Utami Adiningsih, Faisal Kholid Fahdi	2025	Indonesian Red Crescent Humanitarian Journal Vol.4, No.1	Penerapan <i>Mindfulness Based Stress Reduction</i> dan Psikoedukasi Pada <i>Caregiver</i> Stroke Yang Mengalami <i>Burnout</i>	D : desain Single Subject Research (SSR) yang dilaksanakan dalam 4 kali pertemuan. S : salah satu dari anggota keluarga atau <i>caregiver</i> yang merawat penderita stroke yang mengalami <i>burnout</i> . V : <i>burnout</i> <i>caregiver</i> I : pre dan post-test, kuesioner MBI-HSS (<i>Maslach Burnout Inventory-Human Services Survey</i>) dan standar operasional prosedur <i>mindfulness</i> dan psikoedukasi. A : Uji <i>spearman-rank</i>	Hasil implementasi asuhan keperawatan keluarga menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan, penurunan <i>burnout</i> , keterampilan partisipan dalam melakukan terapi secara mandiri. Kesimpulannya, implementasi MBSR dan psikoedukasi dapat menurunkan <i>burnout</i> pada family <i>caregiver</i> penderita stroke dari tinggi ke tingkat sedang.	Google Scholar
8	Rizky Rofiana Konitsari, Tri Sumarni, Wasis Eko Kumiawan	2023	Berkala Ilmiah Mahasiswa Ilmu Keperawatan Indonesia (BIMIKI), Vol.11, No.1	Hubungan Stress Kerja Dengan Kualitas Kehidupan Kerja Perawat di RSUD dr. R. Goeteng Taroenadibrata Purbalingga	D : Metode kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. S : Responden penelitian adalah 96 perawat. V : Kualitas hidup perawat dan tingkat stress perawat. I : <i>Expanded Nursing Stress Scale</i> (ENSS) dan	Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar perawat mengalami tingkat stress kerja yang rendah sebanyak 62,5%, dan sebagian besar dari mereka juga memiliki kualitas kehidupan	Google Scholar

				<i>Quality of Work Life (QWL).</i> A : Uji <i>spearman-rank</i>	kerja yang tinggi sebanyak 53,1%. Analisis menunjukkan adanya hubungan antara tingkat stres kerja dan kualitas kehidupan kerja pada perawat, dengan nilai p sebesar 0,026 ($p < \alpha$), yang mengindikasikan adanya hubungan yang signifikan antara kedua faktor ini.		
9	Sri Hayulita, Marlina Andriani, Anisa Marta Ningsih	2023	Jurnal Ners Volume 7, Nomor 1	Hubungan Kualitas Kehidupan Kerja Perawat Dengan Kinerja Perawat di RSI Ibnu Sina Padang Panjang	D : Deskriptif korelasi S : 44 responden V : Variabel independen penelitian ini adalah kualitas kehidupan kerja perawat, variabel dependen yaitu kinerja perawat. I : QNWL (<i>Quality of Nursing Work Life</i>) A : Uji statistik Chi-Square, Uji <i>spearman-rank</i>	Hasil penelitian diperoleh nilai p value 0,000 ($p < 0,05$) yang berarti adanya hubungan antara kualitas kehidupan kerja perawat dengan kinerja perawat dan nilai korelasi 0,636 yang berarti korelasi kuat. Kualitas kehidupan kerja perawat memiliki hubungan yang signifikan dengan kinerja perawat di RSI Ibnu Sina Padang Panjang.	Google Scholar
10	Icha Wulan Dari, Suratmi, Nurul Hikmatul Qowi	2025	<i>Journal of Nursing Invention</i> , Vol. 6, No.2	Hubungan <i>Quality of Nursing Work Life</i> Dengan <i>Burnout syndrome</i> Pada Perawat di RSUD Dr. Soegiri Lamongan	D : Desain analitik korelasi dengan pendekatan <i>cross-sectional</i> . S : Sample terdiri dari 119 perawat. V : <i>Quality of Nursing Work Life</i> dan <i>Burnout syndrome</i> Pada Perawat. I : kuesioner QNWL dan <i>Maslach Burnout Inventory-Human Services Survey (MBI-HSS)</i> A : Uji <i>spearman-rank</i>	Terdapat hubungan yang signifikan dengan korelasi negative yang kuat antara <i>quality of nursing work life</i> dengan <i>burnout syndrome</i> . Yang artinya semakin baik <i>quality of nursing work life</i> maka semakin rendah tingkat <i>burnout</i> yang di alami hal ini menunjukkan pentingnya perhatian institusi kesehatan terhadap lingkungan kerja, penghargaan, dan keseimbangan kehidupan kerja untuk menekan angka <i>burnout</i> .	Google Scholar
11	Juliming Kenedy	2025	Jurnal Kesehatan dan Keperawatan Bethesda, Vol.2, No.2	Analisis <i>Burnout</i> Perawat Rumah Sakit Umum Bethesda Serukam	D : Observasional analitik dengan pendekatan <i>cross-sectional</i> S : Sejumlah 22 perawat. V : Kelelahan emosional, depersonalisasi, penurunan pencapaian diri, serta Tingkat <i>burnout</i> I : Kuesioner MBI-HSS A : Analisis Univariat dan bivariat menggunakan Uji Chi-	Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa, sebagian besar perawat RSUD Bethesda mengalami <i>burnout</i> sedang-tinggi, dengan hubungan yang signifikan antara kelelahan emosional, depersonalisasi, penurunan pencapaian diri terhadap <i>burnout</i> .	Google Scholar

12	Meli Rosita, Kusbaryanto Kusbaryanto	2025	Media Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Vol. 35, No. 4	<i>The Influence of Burnout syndrome and Job Satisfaction on The Quality of Service For Nurses In Hospital.</i>	Square D : Metode Kuantitatif. S : 100 perawat. V : <i>Burnout syndrome, Job Satisfaction</i> I : Kuesioner MBI-HSS A : uji statistik <i>Cronbach's Alpha.</i>	Hal ini menunjukkan bahwa <i>burnout syndrome</i> tidak secara langsung memengaruhi kualitas pelayanan, tetapi dapat memengaruhi kepuasan kerja perawat. Oleh karena itu, intervensi yang berfokus pada peningkatan kepuasan kerja sangat diperlukan untuk menjaga dan meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan di rumah sakit.	Google Scholar
13	Silvana Evi Linda	2026	Jurnal Keperawatan Komprehensif, Volume 12, No. 1	<i>The Meaning of Burnout in Nursing Practice: An Interpretative Phenomenological Study among Emergency Department Nurses</i>	D : Desain kualitatif dengan pendekatan <i>Interpretative phenomenological analysis (IPA)</i> S : 10 perawat yang kerja di UGD V : <i>Burnout</i> perawat UGD, I : Kuesioner MBI-HSS A : <i>Spearman Rank Test</i>	Perawat gawat darurat menafsirkan kelelahan kerja (<i>burnout</i>) sebagai pengalaman hidup yang kompleks yang dibentuk oleh tuntutan sistemik, nilai-nilai budaya, dan proses pemaknaan pribadi. Oleh karena itu, mengatasi kelelahan kerja membutuhkan reformasi organisasi di samping intervensi yang mengakui dimensi moral, emosional, dan spiritual perawat.	Google Scholar
14	Aghnia Ulya Aftha, Muhammad Khidri Alwi, Fatmah Afrianty Gobel, Yusriani, Wardiah Hamzah, Abdul Gafur	2025	Journal of Aafiyah Health Research (JAHR). Vol. 6, No. 1.	Hubungan Kelelahan Emosional, Depersonalisasi dan Pencapaian Personal dengan Kinerja Perawat di RSKDIA Pertiwi Makassar	D : metode kuantitatif dengan pendekatan observasional analitik dan desain penelitian <i>cross-sectional.</i> S : 62 responden V : Kelelahan emosional dan pencapaian personal I : Kuesioner MBI-HSS A : Uji <i>chi square.</i>	Kelelahan emosional dan pencapaian personal mempengaruhi kinerja perawat, sedangkan depersonalisasi tidak mempengaruhi kinerja perawat. Faktor eksternal, seperti lingkungan kerja dan komitmen profesional, mungkin memiliki pengaruh yang lebih besar terhadap kinerja perawat.	Google Scholar
15	Muhammad Taufan, Yuni Kurniasih, Rosiana Nur Imallah	2024	LPPM univertsas aisyiyash Yogyakarta vol 2 no 2	Hubungan <i>Quality of Nursing Work Life</i> dengan <i>burnout</i> perawat pelaksana di ruang rawat rinap RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta	D : Korelasi kuantitatif. S : Dengan 60 responden. V : <i>Quality of Nursing Work Life</i> dan <i>Burnout</i> perawat. I : Kuesioner <i>Quality of Nursing Work Life</i> (QNWL) terdiri dari 34 pernyataan dan Kuesioner Maslach <i>Burnout Inventory</i> (MBI) terdiri dari 21 pernyataan.	Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan <i>Quality of Nursing Work Life</i> perawat pelaksana di ruang rawat inap RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta pada empat aspek dimensi dalam kategori cukup. Sedangkan <i>burnout</i> pada perawat pada 3 aspek dimensi dalam	Google Scholar

					A: Uji korelasi Spearman rank.	katégori sedang. Ada hubungan yang signifikan antara <i>Quality of Nursing Work Life</i> dengan <i>Burnout</i> perawat pelaksana di ruang rawat inap RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta.	
16	Hery Sumardi, Eridha Putra, Gadis Halizasia, Ully Muzakir, Mohd. Rizal Fahmi Adha	2025	Public Health Journal Vol. 3, No.1.	Hubungan Antara Aspek-Aspek Psikologis Dengan <i>Burnout</i> Pada Perawat Di Rumah Sakit Umum Daerah Aceh Besar	D : Penelitian Kuantitatif S : Sampel 70 perawat. V : Aspek-aspek psikologis dan <i>Burnout</i> perawat. I : Kuesioner Alat Ukur Perasaan Kelelahan Kerja 2 (KAUPK2) dan Maslach <i>Burnout</i> Inventory (MBI). A : <i>Chi-square test</i> .	Berdasarkan hasil penelitian tersebut di dapatkan sebagai berikut : Gambaran Aspek-Aspek Psikologis Perawat Di Rumah Sakit Umum Daerah Aceh Besar berada pada kategori lelah. Gambaran <i>Burnout</i> Pada Perawat Di Rumah Sakit Umum Daerah Aceh Besar berada pada kategori sedang. Ada hubungan aspek-aspek psikologis dengan <i>burnout</i> pada perawat Di Rumah Sakit Umum Daerah Aceh Besar	Google Scholar
17	Yeni Widyani, Serri Hutahaean	2024	Jurnal Ilmiah Kesehatan, Vol. 6, No. 1	<i>Burnout</i> Perawat dengan Tindakan Pencegahan dan Pengendalian Infeksi	D : Metode penelitian deskriptif analitik dengan pendekatan <i>cross sectional</i> . S : Jumlah sampel 75 subjek. V : <i>Burnout</i> perawat dan tindakan PPI I : Kuesioner <i>Maslach Burnout Inventory</i> (MBI), A : Uji <i>chi square</i> .	Hasil penelitian ini diperoleh terdapat hubungan yang signifikan antara <i>burnout</i> perawat dengan tindakan pencegahan dan pengendalian infeksi di ruang rawat inap RS X Kuningan. Saran peneliti selanjutnya bisa melakukan intervensi untuk mencegah atau mengurangi <i>burnout</i> perawat dan variabel <i>burnout</i> bisa diteliti lebih dalam lagi berdasarkan tiga dimensi <i>burnout</i> .	Google Scholar
18	Gitalia Putri Medea, Elly Nurachmah, Muhamad Adam	2021	Jurnal Keperawatan Indonesia, Vol. 24, No. 3	<i>Post-Stroke Quality of Life Perceived by Patients and Caregivers</i>	D : Penelitian kuantitatif S : 115 pasien dan 115 <i>caregiver</i> . V : <i>Quality of life</i> (QOL) antara pasien pasca stroke-pengasuh. I : Kuesioner QOL A: Analisis statistik <i>Mann Whitney</i> .	Dalam penelitian ini, mayoritas pasien pasca-stroke adalah laki-laki, pada usia dewasa pertengahan, berpendidikan menengah, dan tidak mengalami depresi. Mayoritas pengasuh adalah perempuan, pada usia dewasa pertengahan, berpendidikan menengah, dan tidak mengalami depresi. Analisis menunjukkan tidak ada perbedaan	Google Scholar

19	Peni Pujiarti, Lia Idealistiana	2023	Jurnal Ilmiah Keperawatan, Vol. 9, No.2	Pengaruh Lama Kerja dan Beban Kerja Perawat Terhadap <i>Burnout</i>	D : analitik dengan pendekatan cross sectional. S : 30 orang perawat. V : <i>Burnout</i> , Lama Kerja, dan Beban Kerja I : Kuesioner <i>Maslach Burnout Inventori</i> (MBI) A : Analisis univariat dan analisis bivariat dengan uji <i>chi square</i> .	signifikan dalam persepsi kualitas hidup antara pasien dan pengasuh. firs Ada pengaruh yang signifikan antara lama kerja dan beban kerja perawat terhadap <i>burnout</i> . Rumah sakit hendaknya memperhatikan beban kerja yang diberikan, dan sesuai dengan kemampuan perawat.	Google Scholar
20	Firsa Julia1*, Hadi Suryono1, Ferry Kriswandana1, Winarko Winarko1, Umar Faruk2	2025	URNAL RISET KESEHATAN POLTEKKES DEPKES BANDUNG Vol 17 No 1,	Pengaruh Beban Kerja Mental, <i>Shift</i> , dan Masa Kerja Terhadap <i>Burnout</i> <i>Syndrom</i> Perawat di Rumah Sakit	D : Observasional analitik dengan desain cross sectional. S : Sebanyak 53 perawat. V : <i>Burnout syndrome</i> , beban kerja mental, <i>shift</i> kerja, dan masa kerja. I : Kuesioner <i>Maslach Burnout Inventori</i> (MBI) dan <i>National Aeronautics and Space Administration Task Load Index</i> (NASA-TLX) A : Uji <i>chi-square</i> dan uji korelasi spearman.	Dapat disimpulkan bahwa <i>burnout syndrome</i> yang dialami perawat di Instalasi Rawat Inap Rumah Sakit X tahun 2024 dipengaruhi secara signifikan oleh beban kerja mental, <i>shift</i> kerja, dan masa kerja. Disarankan agar pihak rumah sakit meningkatkan pengawasan terkait penerapan tugas pokok dan fungsi perawat. Disamping itu, perawat juga harus mampu mengelola diri untuk tetap fokus pada tugas dan tanggung jawab selama kerja 8 jam kerja guna mengurangi beban kerja mental serta meningkatkan efektivitas dan efisiensi kerja.	Google Scholar

Pembahasan

Fenomena *burnout syndrome* dalam profesi keperawatan telah menjadi isu krusial yang memerlukan perhatian serius, mengingat peran perawat sebagai garda terdepan dalam pelayanan kesehatan. Berdasarkan tinjauan literatur yang dilakukan terhadap berbagai studi terkait, ditemukan bahwa tingkat kejenuhan kerja perawat tidak hanya dipengaruhi oleh beban kerja fisik semata, namun merupakan hasil interaksi kompleks antara dinamika lingkungan kerja, dukungan psikososial, dan kapasitas resiliensi individu (Tandilangi & Ticoalu, 2024).

Konstruksi Burnout syndrome dalam Lingkungan Kerja Keperawatan

Hasil tinjauan literatur menunjukkan bahwa *burnout syndrome* adalah masalah besar yang dialami oleh perawat di berbagai fasilitas kesehatan di Indonesia. Menurut (Ulya Aftha et al., 2025), *burnout* ditandai dengan kelelahan emosional yang ekstrem, depersonalisasi, dan penurunan keyakinan pada pencapaian pribadi. Keadaan ini disebabkan oleh beban kerja

mental yang tidak seimbang, sistem shift, dan lama kerja (Hery Sumardi et al., 2025). Penelitian fenomenologis oleh (Linda, 2026). Memperluas definisi ini sebagai erosi identitas profesional dan beban moral yang dihadapi perawat di unit kritis seperti IGD (Pujiarti & Idealistiana, 2023). Perawat sering kali menganggap kondisi ini sebagai titik jenuh profesional yang memerlukan ketahanan spiritual dan dukungan kolektif untuk bertahan. (Firsa, 2025)

Hubungan Timbal Balik antara Quality of Nursing Work Life (QNWL) dan Burnout

Salah satu temuan yang paling konsisten adalah adanya hubungan negatif yang signifikan antara kualitas kehidupan kerja dan tingkat kejenuhan. Menurut (Wulan, 2025) Dari, semakin baik kualitas kehidupan kerja yang dirasakan, maka semakin rendah risiko *burnout*. Namun, kenyataan di lapangan menunjukkan banyak perawat masih merasa QNWL dalam kategori rendah hingga sedang (Rosdiana & Cahyaningrum, 2025). Hal ini diperburuk oleh stres kerja yang tinggi; menurut (Konitsari, 2023), stres kerja yang tidak terkelola secara langsung menurunkan derajat QWL perawat. Ketidakmampuan organisasi memenuhi kebutuhan individu perawat di tempat kerja akan menciptakan siklus stres yang menghambat produktivitas dan kesejahteraan psikologis secara bersamaan (Putri et al., 2023)

Dampak Burnout terhadap Kinerja, Keselamatan Pasien, dan Pelayanan Klinis

Kejenuhan kerja berdampak buruk pada standar pelayanan. Perawat yang sejahtera secara emosional memiliki kinerja yang optimal (Hayulita et al., 2023), sementara tingkat *burnout* yang tinggi berkorelasi negatif dengan kepatuhan pada protokol kesehatan, seperti pencegahan dan pengendalian infeksi (PPI) (Widyani & Hutahaean, 2023) Dampak sistemik ini ditegaskan oleh (Rosita & Kusbaryanto, 2025), yang menunjukkan bahwa *burnout* memicu kesalahan medis (medication error) dan menurunkan keselamatan pasien (Chrissang et al., 2025). Perawat yang mengalami depersonalisasi cenderung memberikan layanan yang kurang empatik, yang akhirnya merusak kualitas pelayanan rumah sakit secara keseluruhan. (Sugisari et al., 2024)

Korelasi Burnout dengan Kualitas Hidup (Quality of Life) Perawat

Beban kerja yang melebihi kapasitas adaptasi perawat pada akhirnya akan menurunkan kualitas hidup mereka secara keseluruhan. Stres kerja kronis mengganggu aspek fisik, psikologis, dan sosial (Medea et al., 2024). Menurut (Ratnaningrum et al., 2025.), perlindungan kesehatan mental bagi perawat sangat penting karena tingginya prevalensi *burnout* (mencapai lebih dari 80%) secara langsung mengancam kualitas hidup mereka di tempat kerja. Jika perawat tidak memiliki kualitas hidup yang baik, mereka akan sulit mempertahankan profesionalisme jangka panjang, yang menyebabkan tingginya angka turnover atau keinginan untuk meninggalkan profesi keperawatan (Rosdiana & Cahyaningrum, 2025).

Dinamika Psikologis dan Perilaku Caring pada Perawatan Pasien dan Caregiver

Dalam konteks perawatan seperti pasien stroke, kondisi psikologis perawat memengaruhi perilaku caring mereka secara langsung (Sujatmiko, 2023). Namun, beban perawatan ini tidak hanya menambah beban tenaga medis tetapi juga keluarga yang merawat. Menurut (Sugisari et al., 2024) kecemasan perawat dan keluarga saat merawat pasien dengan ketergantungan tinggi sering kali menurunkan kualitas hidup keduanya. (Taufan et al., 2024) Oleh karena itu, perawat perlu menjembatani perbedaan persepsi kualitas hidup antara pasien dan pendampingnya meskipun mereka sendiri menghadapi tekanan kerja yang besar (Medea et al., 2024)

Intervensi Strategis: Mindfulness dan Psikoedukasi

Untuk mengatasi masalah kejenuhan ini, dibutuhkan intervensi yang terencana yang menjangkau aspek pikiran dan perasaan. Menurut (Kurniati et al., 2025), penggunaan *Mindfulness-Based Stress Reduction* (MBSR) dan psikoedukasi terbukti menurunkan tingkat *burnout* dari tinggi ke sedang. Dengan meningkatkan kesadaran penuh (*mindfulness*) dan pengetahuan tentang pengelolaan stres, individu dapat memperbaiki pengaturan emosinya (Kenedy, 2025). Prinsip intervensi ini sangat disarankan untuk diadopsi dalam kebijakan rumah sakit sebagai tindakan pencegahan bagi perawat agar dapat menjaga kesehatan mental dan profesionalisme mereka di tengah tuntutan kerja yang berat.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil *literature review* terhadap 20 artikel penelitian, dapat disimpulkan bahwa *burnout syndrome* pada perawat merupakan masalah kesehatan mental yang sering terjadi dan dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti beban kerja mental, sistem shift, lama kerja, lingkungan kerja, serta rendahnya dukungan psikologis dan organisasi. *Burnout* ditandai dengan kelelahan emosional, depersonalisasi, dan penurunan pencapaian diri yang berdampak pada menurunnya kualitas hidup perawat. Hasil kajian menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara *Quality of Nursing Work Life* (QNWL) dengan *burnout syndrome*, dimana semakin rendah kualitas kehidupan kerja perawat maka semakin tinggi tingkat *burnout* yang dialami. Kondisi *burnout* juga berdampak pada penurunan kualitas pelayanan keperawatan, perilaku caring, kepatuhan terhadap protokol kesehatan, serta meningkatkan risiko terjadinya kesalahan medis yang dapat mengancam keselamatan pasien.

Berdasarkan hasil *literature review* di atas, peneliti menyarankan agar rumah sakit dan fasilitas pelayanan kesehatan lebih memperhatikan kesehatan mental perawat dengan menciptakan lingkungan kerja yang nyaman, pengaturan beban kerja yang seimbang, serta

memberikan dukungan psikologis untuk mencegah terjadinya *burnout*. Perawat juga diharapkan mampu mengelola stres dan menjaga keseimbangan emosional agar kualitas hidup serta kualitas pelayanan tetap optimal. Selain itu, diperlukan penelitian lanjutan mengenai intervensi yang efektif dalam menurunkan *burnout* pada perawat, khususnya dalam perawatan pasien pasca stroke di komunitas.

REFERENSI

- Chrissang, A., Putra, M., & Muttaqin, D. (2025). Hubungan antara dukungan sosial dengan burnout pada perawat di Rumah Sakit X, 9(2).
- Firsa, J. (2025). Pengaruh beban kerja mental, shift, dan masa kerja terhadap burnout syndrome perawat, 17(1), 147–153. <https://doi.org/10.34011/juriskesbdg.v17i1.2679>
- Hayulita, S., Andriani, M., & Ningsih, A. M. (2023). Kinerja perawat di RS Ibnu Sina Padang Panjang, 7, 20–26. <https://doi.org/10.31004/jn.v7i1.8301>
- Hery Sumardi, Putra, E., Halizasia, G., Muzakir, U., & Adha, M. R. F. (2025). Hubungan antara aspek-aspek psikologis dengan burnout pada perawat di Rumah Sakit Umum Daerah Aceh Besar. *Public Health Journal*, 2(4), 106–122. <https://doi.org/10.62710/dr8yqy02>
- Indiawati, O. C., Sya'diyah, H., Rachmawati, D. S., & Suhardiningsih, S. A. V. (2022). Analisis faktor yang mempengaruhi kejadian burnout syndrome perawat di RS Darmo Surabaya. *Cendekia Jurnal Keperawatan dan Kesehatan Masyarakat STIKES Cendekia Utama Kudus*, 11(1). <https://doi.org/10.31596/jcu.v11i1.1037>
- Kenedy, J. (2025). Analisis burnout perawat Rumah Sakit Umum Bethesda Serukam tahun 2025, 2(2), 1–8.
- Konitsari, R. R. (2023). Hubungan stres kerja dengan kualitas kehidupan kerja perawat di RSUD dr. R. Goeteng Taroenadibrata Purbalingga, 11(1), 104–110. <https://doi.org/10.53345/bimiki.v11i2.433>
- Kurniati, W., Sri, B., Adiningsih, U., & Fahdi, F. K. (2025). Penerapan mindfulness based stress reduction dan psikoedukasi pada caregiver stroke yang mengalami burnout, 4(1), 16–25. <https://doi.org/10.56744/irchum.v4i1.76>
- Linda, S. E. (2026). *Jurnal Keperawatan Komprehensif*, 12(1). <https://doi.org/10.33755/jkk.v12i1.956>
- Medea, G. P., Nurachmah, E., & Adam, M. (2024). Post stroke quality of life perceived by patients. 24(November), 165–172. <https://doi.org/10.7454/jki.v24i3.962>
- Pujiarti, P., & Idealistiana, L. (2023). Pengaruh lama kerja dan beban kerja perawat terhadap burnout. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, 9(Suppl. 2), 354–361. <https://doi.org/10.33023/jikep.v9i4.1654>
- Putri, R. C. B. S. D. K. K. K., Zunaedi, R., & Soelistyoningsih, D. (2023). Hubungan burnout syndrome dengan kualitas kehidupan kerja, 4(3), 190–196. <https://doi.org/10.33475/mhjns.v4i3.158>
- Ratnaningrum, N., Susanti, I. H., & Kurniawan, W. E. (n.d.). *Hubungan burnout dengan kualitas hidup pada perawat di RST*.

- Rohmayanti, E., & Wijayanti, C. D. (2023). Quality of nursing work life terhadap kinerja perawat. *Open Access Jakarta Journal of Health Sciences*, 2(7), 810–816. <https://doi.org/10.53801/oajjhs.v2i7.231>
- Rosdiana, Y., & Cahyaningrum, I. (2025). Hubungan kualitas kehidupan kerja dengan sindrom burnout, 14(November), 186–193. <https://doi.org/10.33475/jikmh.v14i2.453>
- Rosita, M., & Kusbaryanto, K. (2025). The influence of burnout syndrome and job satisfaction on the quality of service for nurses in hospitals. *Media Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*, 35(4), 1451–1462. <https://doi.org/10.34011/jmp2k.v35i4.2993>
- Safitri, R. A., & Budiono, N. D. P. (2025). Hubungan beban kerja dengan burnout syndrome pada perawat di ruang rawat inap Rumah Sakit X. *Jurnal Mutiara Kesehatan Masyarakat*, 10(1), 34–42. <https://doi.org/10.33475/mhjns.v6i2.765>
- Saputeri, I., Khotimah, H., & Prananto, J. (2023). Hubungan beban kerja dengan kejadian burnout pada perawat. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(3). <https://doi.org/10.37287/jppp.v5i3.1728>
- Sugisari, P. P., Nela, A. S., Kurniasari, S., & Stiexs, A. (2024). Hubungan tingkat kecemasan dengan kualitas hidup caregiver yang merawat pasien stroke di UPTD Puskesmas Seputih Surabaya Kabupaten Lampung Tengah, 5(1), 1–10.
- Sujatmiko. (2023). Pengaruh psikologis perilaku perawat dalam melaksanakan caring terhadap pasien stroke di rumah sakit umum, 1–8.
- Tandilangi, A., & Ticoalu, J. (2024). Hubungan burnout dengan kualitas hidup pada perawat di RSUD Maria Walanda Maramis. *Klabat Journal of Nursing*, 4(1), 90. <https://doi.org/10.37771/kjn.v4i1.802>
- Taufan, M., Kurniasih, Y., & Imallah, R. N. (2024). Hubungan quality of nursing work life dengan burnout perawat pelaksana di ruang rawat inap RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta. 2(September), 1158–1167.
- Ulya Aftha, A., Khidri Alwi, M., Afrianty Gobel, F., Hamzah, W., & Gafur, A. (2025). Hubungan kelelahan emosional, depersonalisasi dan pencapaian personal dengan kinerja perawat di RSKDIA Pertiwi Makassar. *Journal of Aafiyah Health Research (JAHR)*, 6(1), 333–340.
- Widyani, Y., & Hutahaean, S. (2023). Burnout perawat dengan tindakan pencegahan dan pengendalian infeksi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 6(1), 36–44. <https://doi.org/10.36590/jika.v6i1.616>
- Wulan, I. (2025). Hubungan quality of nursing work life dengan burnout syndrome pada perawat di RSUD Dr. Soegiri Lamongan, 6(2), 127–135.