

Hubungan Antara Stres Kerja Dengan *Burnout* Pada Perawat Dan Bidan Di Puskesmas Baki Kabupaten Sukoharjo

Berliana Dewi Angraeni¹, Bibit Irawan^{2*}, Nur Ani³, Prita Devy Igiany⁴

^{1,2,3,4} Universitas Veteran Bangun Nusantara

Email: berlianadewia34@gmail.com, irawanbibit@gmail.com

Abstrak

Perawat dan bidan sebagai tenaga kesehatan garda terdepan di Puskesmas rentan mengalami stres kerja yang apabila tidak dikelola dengan baik dapat berkembang menjadi *burnout*. *World Health Organization* (WHO) melalui *International Classification of Diseases* edisi ke-11 (ICD-11) mengakui *burnout* sebagai fenomena yang berkaitan dengan pekerjaan akibat stres kronis di tempat kerja yang tidak berhasil dikelola. Berdasarkan studi pendahuluan melalui wawancara terhadap 5 dari 51 tenaga kesehatan (9,8%) di Puskesmas Baki Kabupaten Sukoharjo yang terdiri atas 3 perawat dan 2 bidan, seluruh responden menyampaikan keluhan mengenai banyaknya pasien dan tingginya tuntutan pekerjaan yang berpotensi menimbulkan stres kerja dan *burnout*. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan stres kerja dengan kejadian *burnout* pada perawat dan bidan di Puskesmas Baki Kabupaten Sukoharjo. Penelitian menggunakan desain kuantitatif korelasional dengan pendekatan *cross-sectional* terhadap 51 responden melalui teknik *total sampling*. Data dikumpulkan menggunakan *Health and Safety Executive Work-Related Stress Scale* (HSE-WRSS) dan *Maslach Burnout Inventory* (MBI), kemudian dianalisis menggunakan uji *Rank Spearman* dengan $\alpha = 0,05$. Hasil menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami stres kerja kategori sedang (80,4%) dan *burnout* kategori tinggi (43,1%). Uji *Rank Spearman* menunjukkan hubungan positif dan signifikan antara stres kerja dengan *burnout* ($r = 0,454$; $p = 0,001$) dengan kekuatan hubungan sedang. Keterbatasan penelitian adalah hanya dilakukan pada satu Puskesmas dengan jumlah responden terbatas dan menggunakan desain *cross-sectional*. Penelitian selanjutnya disarankan melibatkan fasilitas kesehatan yang lebih beragam serta mempertimbangkan faktor lain yang berkaitan dengan *burnout*.

Kata kunci: Stres Kerja, *Burnout*, Perawat, Bidan, Puskesmas

Abstract

Nurses and midwives as frontline healthcare workers in primary healthcare centers are vulnerable to work-related stress, which, if not properly managed, may develop into burnout. The World Health Organization (WHO), through the International Classification of Diseases, 11th Revision (ICD-11), recognizes burnout as an occupational phenomenon resulting from chronic workplace stress that has not been successfully managed. Based on a preliminary study involving interviews with 5 of 51 healthcare workers (9.8%) at Baki Primary Healthcare Center, Sukoharjo Regency, consisting of 3 nurses and 2 midwives, all respondents reported complaints regarding the high number of patients and heavy job demands that may contribute to work-related stress and burnout. This study aimed to analyze the relationship between work-related stress and burnout among nurses and midwives at Baki Primary Healthcare Center, Sukoharjo Regency. A quantitative correlational design with a cross-sectional approach was used involving 51 respondents selected through total sampling. Data were collected using the Health and Safety Executive Work-Related Stress Scale (HSE-WRSS) and Maslach Burnout Inventory (MBI), and analyzed using the Spearman Rank test with $\alpha = 0.05$. The results showed that most respondents experienced moderate work-related stress (80.4%) and high burnout (43.1%). The Spearman Rank test indicated a significant positive relationship between work-related stress and burnout ($r = 0.454$; $p = 0.001$), with moderate strength. The study was limited to a single primary healthcare center with a limited number of respondents and a cross-sectional design. Future research should involve more diverse healthcare facilities and consider other factors associated with burnout.

Keywords: Work-Related Stress, Burnout, Nurses, Midwives, Primary Healthcare Center

1. PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan salah satu aspek penting dalam menunjang kualitas hidup masyarakat. Tenaga kesehatan memiliki peran strategis dalam penyelenggaraan pelayanan kesehatan melalui pelaksanaan tugas dan tanggung jawab profesional dalam memenuhi

kebutuhan kesehatan masyarakat [1]. Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) melalui *Global Health Observatory* (GHO) tahun 2017, dari sekitar 43,5 juta tenaga kesehatan di dunia, sebanyak 20,7 juta merupakan perawat dan bidan, atau hampir separuh dari keseluruhan tenaga kesehatan [2]. Berdasarkan Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2014 tentang Tenaga Kesehatan, tenaga kesehatan merupakan setiap orang yang mengabdikan diri dalam bidang kesehatan dengan pengetahuan dan keterampilan yang diperoleh melalui pendidikan di bidang kesehatan. Dalam memberikan pelayanan, tenaga kesehatan dituntut untuk bekerja secara profesional, sesuai kompetensi, serta berorientasi pada pemenuhan kebutuhan pasien guna mendukung mutu pelayanan kesehatan [3].

Sebagai fasilitas kesehatan tingkat pertama, Puskesmas menjalankan dua fungsi utama, yaitu Upaya Kesehatan Masyarakat (UKM) dan Upaya Kesehatan Perorangan (UKP), dengan penekanan pada aspek promotif dan preventif guna mewujudkan derajat kesehatan masyarakat yang optimal di wilayah kerjanya. Perawat dan bidan sebagai tenaga kesehatan yang berinteraksi langsung dengan pasien memiliki berbagai tugas dan tanggung jawab dalam pelaksanaan pelayanan di Puskesmas. Tugas tersebut meliputi memberikan pelayanan kepada pasien, mengikuti kegiatan atau program kesehatan, memberikan penyuluhan atau edukasi kesehatan, melakukan kunjungan rumah, melaksanakan kegiatan administrasi, serta membuat laporan pelayanan. Selain itu, perawat dan bidan dituntut untuk memberikan pelayanan yang mencakup aspek promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif. Berbagai tugas dan tuntutan tersebut dilakukan secara bersamaan sehingga dapat meningkatkan beban kerja dan berpotensi menimbulkan stres kerja, yaitu respons fisiologis dan psikologis yang muncul ketika tuntutan pekerjaan melebihi kapasitas dan sumber daya yang dimiliki pekerja dalam jangka waktu tertentu [3]. Hasil kajian literatur terhadap 20 artikel menunjukkan bahwa stres kerja pada perawat umumnya dipengaruhi oleh interaksi antara beban kerja yang tinggi dan kondisi lingkungan kerja yang kurang mendukung. Apabila stres berlangsung tanpa penanganan yang tepat, kondisi tersebut dapat menjadi pemicu terjadinya *burnout* pada tenaga kesehatan [4].

Stres kerja pada perawat dan bidan merupakan salah satu permasalahan yang telah lama mendapat perhatian di Indonesia [5]. Kondisi ini muncul ketika tuntutan pekerjaan melebihi kemampuan seseorang untuk mengatasinya, sehingga dapat menimbulkan berbagai macam reaksi berupa reaksi fisiologis seperti gangguan kesehatan fisik, reaksi psikologis seperti kecemasan dan kelelahan emosional, serta reaksi perilaku seperti penurunan produktivitas kerja. Dampak stres kerja yang tidak dikelola dengan baik meliputi penurunan produktivitas, gangguan keselamatan fisik, hingga meningkatnya risiko kesalahan dalam memberikan layanan kesehatan [6]. Sejalan dengan hal tersebut, penelitian terdahulu menunjukkan bahwa stres kerja pada tenaga kesehatan dapat dipengaruhi oleh tingginya tuntutan pekerjaan, beban kerja, serta kondisi lingkungan kerja yang kurang mendukung [7]. Berdasarkan berbagai temuan riset, bidan termasuk profesi yang memiliki kerentanan terhadap stres kerja. Kondisi ini dipengaruhi oleh beberapa faktor, di antaranya adalah tingginya tuntutan pekerjaan, beban emosional, serta kondisi lingkungan kerja yang berpotensi menimbulkan tekanan [8]. Kondisi stres kerja yang terus-menerus dan tidak mendapatkan penanganan yang tepat dapat berkembang menjadi *burnout* pada tenaga kesehatan [9]. Pada tingkat global, *systematic review* dan meta-analisis terhadap 8.959 bidan menemukan prevalensi *burnout* mencapai 50% dan *burnout* terkait dengan pekerjaan sebesar 40% [10].

Menurut Ulfa et. al 2022 [11] *burnout* berdasarkan konsep Maslach dan Jackson merupakan sindrom yang terdiri atas tiga dimensi utama, yaitu kelelahan emosional (*emotional exhaustion*), depersonalisasi (*depersonalization*), dan rendahnya pencapaian pribadi (*personal accomplishment*). Kelelahan emosional menggambarkan kondisi ketika individu merasa terkuras secara emosional dan kehilangan energi akibat tuntutan pekerjaan, sedangkan

depersonalisasi ditandai dengan munculnya sikap negatif, sinis, atau menjaga jarak terhadap orang lain dalam pekerjaan. Sementara itu, rendahnya pencapaian pribadi berkaitan dengan menurunnya perasaan kompeten, produktif, dan berhasil dalam melaksanakan pekerjaan. Ketiga dimensi tersebut merupakan komponen *burnout* dalam konsep Teori Maslach dan Jackson serta menjadi dasar pengukuran menggunakan *Maslach Burnout Inventory* (MBI) [11]. Secara konseptual, stres kerja yang berlangsung secara terus-menerus dapat menguras sumber daya fisik dan psikologis individu sehingga meningkatkan risiko terjadinya *burnout*. Kondisi tersebut dapat tercermin dalam bentuk kelelahan emosional, sikap sinis atau menjauh terhadap pekerjaan, serta menurunnya perasaan kompeten dalam melaksanakan pekerjaan. Dengan demikian, peningkatan stres kerja dapat berkaitan dengan peningkatan *burnout*, terutama ketika tuntutan pekerjaan tidak diimbangi dengan sumber daya dan pemulihan yang memadai. Sejalan dengan hal tersebut, *burnout* juga dijelaskan sebagai respons terhadap stres kerja yang berlangsung secara berkepanjangan atau kronis yang ditandai dengan kelelahan, sinisme atau berkurangnya identifikasi terhadap pekerjaan, serta menurunnya kemampuan profesional [12]. Dalam perkembangannya, *World Health Organization* (WHO) melalui *International Classification of Diseases* edisi ke-11 (ICD-11) mengakui *burnout* sebagai fenomena yang berkaitan dengan pekerjaan akibat stres kronis yang tidak berhasil dikelola, dengan karakteristik berupa kelelahan atau terkurasnya energi, meningkatnya jarak mental atau sinisme terhadap pekerjaan, serta menurunnya efektivitas profesional [13].

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa *burnout* pada perawat berkaitan dengan gangguan tidur. *Systematic review* dan meta-analisis yang dilakukan oleh Membrive-Jiménez *et al.* (2022) terhadap 12 penelitian dengan 1.127 perawat menunjukkan adanya hubungan positif antara *burnout* dan gangguan tidur, sehingga semakin tinggi tingkat *burnout*, semakin besar pula masalah tidur yang dialami perawat [14]. Gejala tersebut berdampak langsung pada kemampuan perawat dan bidan dalam memberikan layanan yang optimal. Permasalahan *burnout* pada tenaga kesehatan dipengaruhi oleh tingginya tuntutan pekerjaan, kurangnya waktu istirahat, serta durasi kerja yang panjang sehingga dapat menimbulkan kelelahan fisik dan psikologis [15]. *Burnout* pada tenaga kesehatan masih menjadi permasalahan yang cukup signifikan. Penelitian Lamuri *et al.* (2023) [15] terhadap 3.629 tenaga kesehatan di Indonesia menunjukkan bahwa prevalensi *burnout* mencapai 37,5%. Berdasarkan profesi, prevalensi *burnout* pada perawat sebesar 33,5% dan pada bidan sebesar 36,2%. Prevalensi *burnout* pada tenaga kesehatan juga ditemukan sebesar 38,4% di wilayah Jawa. Ditinjau berdasarkan dimensi *burnout*, sebanyak 48,2% tenaga kesehatan mengalami kelelahan emosional tingkat sedang hingga tinggi, 51,8% mengalami depersonalisasi tingkat sedang hingga tinggi, dan 96,9% menunjukkan pencapaian pribadi yang tinggi [15]. Kondisi *burnout* jika tidak segera ditangani berdampak pada penurunan kualitas pelayanan kesehatan, meningkatnya absensi, tingginya intensi keluar (*turnover intention*), serta menurunnya keselamatan pasien akibat kondisi kelelahan yang dialami oleh perawat dan bidan [16].

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa stres kerja memiliki keterkaitan dengan kejadian *burnout* pada tenaga kesehatan. Irawan *et al.* [17] menunjukkan adanya hubungan antara stres kerja dengan *burnout* pada tenaga kesehatan. Hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat stres kerja yang dialami tenaga kesehatan, maka semakin tinggi pula tingkat *burnout* yang dialami. Temuan tersebut sejalan dengan penelitian Hasim *et al.* [18] yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara stres kerja dengan *burnout* pada tenaga kesehatan. Selain itu, penelitian Trisula *et al.* [19] juga menunjukkan adanya hubungan signifikan antara stres kerja dengan *burnout* pada perawat dengan nilai $p = 0,001$ dan koefisien korelasi (ρ) = 0,432 yang menunjukkan hubungan dengan kekuatan sedang. Hasil penelitian

terdahulu tersebut menunjukkan bahwa stres kerja dapat menjadi salah satu faktor yang berkaitan dengan meningkatnya burnout pada tenaga kesehatan.

Meskipun hubungan antara stres kerja dan *burnout* telah diteliti sebelumnya, penelitian yang secara khusus mengkaji kedua variabel tersebut pada perawat dan bidan secara bersamaan di fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama, khususnya Puskesmas, masih terbatas. Perawat dan bidan dipilih sebagai subjek penelitian karena memiliki peran utama dalam pemberian pelayanan kesehatan serta berinteraksi secara langsung dan berkelanjutan dengan pasien. Selain memberikan pelayanan kepada pasien, perawat dan bidan juga melaksanakan berbagai kegiatan atau program kesehatan, memberikan penyuluhan atau edukasi kesehatan, melakukan kunjungan rumah, melaksanakan kegiatan administrasi, dan membuat laporan pelayanan. Berbagai tugas dan tanggung jawab tersebut dilakukan secara bersamaan dengan tuntutan pelayanan yang kompleks sehingga berpotensi menimbulkan tekanan kerja dan meningkatkan risiko burnout. Kondisi tersebut juga didukung oleh studi pendahuluan melalui wawancara terhadap 5 dari 51 tenaga kesehatan di Puskesmas Baki Kabupaten Sukoharjo. Responden studi pendahuluan terdiri atas 3 perawat (60%) dan 2 bidan (40%). Seluruh responden (100%) menyampaikan keluhan mengenai banyaknya pasien dan tingginya tuntutan pekerjaan yang berpotensi menimbulkan stres kerja dan *burnout*. Temuan awal tersebut menunjukkan adanya permasalahan terkait tuntutan pekerjaan pada tenaga kesehatan di Puskesmas Baki yang perlu dikaji lebih lanjut. Berdasarkan kondisi tersebut, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis hubungan antara stres kerja dengan kejadian *burnout* pada perawat dan bidan di Puskesmas Baki Kabupaten Sukoharjo. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi dasar dalam upaya pengelolaan stres kerja, pencegahan *burnout*, serta peningkatan mutu pelayanan kesehatan primer kepada masyarakat.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif korelasional dengan pendekatan *cross-sectional* untuk menganalisis hubungan antara variabel stres kerja sebagai variabel independen dengan kejadian *burnout* sebagai variabel dependen. Penelitian dilaksanakan di Puskesmas Baki, Kabupaten Sukoharjo, pada bulan Mei–Juni 2026, dengan populasi penelitian adalah seluruh perawat dan bidan yang aktif bekerja di Puskesmas Baki Kabupaten Sukoharjo dengan jumlah 51 responden. Teknik sampling yang digunakan yakni *total sampling*, yaitu seluruh anggota populasi dijadikan sampel penelitian yang terdiri atas 19 perawat dan 32 bidan.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner baku. Variabel stres kerja diukur menggunakan instrumen *Health and Safety Executive Work Related Stress Scale (HSE-WRSS)* versi Bahasa Indonesia yang dikembangkan oleh *Health and Safety Executive UK* dan telah diadaptasi oleh Grasiawaty *et al.* [20], terdiri atas 38 item yang mengukur tujuh dimensi yaitu tuntutan, kendali, dukungan manajerial, dukungan rekan kerja, hubungan, peran, dan perubahan. Instrumen HSE-WRSS telah diuji validitas dengan nilai $r = 0,67–0,82$ dan reliabilitas dengan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,747 yang menunjukkan bahwa instrumen ini reliabel [20]. Kategori tingkat stres kerja dibagi menjadi tiga yaitu stres rendah (skor 38–88), stres sedang (skor 89–139) dan berat (skor 140–190) [21].

Variabel *burnout* diukur menggunakan instrumen *Maslach Burnout Inventory (MBI)* yang dikembangkan oleh Maslach dan Jackson (1981), terdiri atas 22 item yang mengukur tiga dimensi yaitu kelelahan emosional (9 item), depersonalisasi (5 item), dan penurunan pencapaian diri (8 item) dengan skala Likert 1–7. Instrumen MBI telah diuji validitasnya menggunakan pendekatan *Confirmatory Factor Analysis (CFA)* dan seluruh item dinyatakan valid [22]. Tingkat *burnout* dikategorikan menjadi tiga, yaitu *burnout* rendah (skor < 29), *burnout* sedang (skor 29–59) dan *burnout* tinggi (skor > 59) [21]. Analisis univariat digunakan

untuk memberikan gambaran karakteristik responden serta distribusi masing-masing variabel. Analisis bivariat dilakukan menggunakan uji korelasi *Rank Spearman* dengan tingkat signifikansi $\alpha < 0,05$ untuk menganalisis hubungan antara stres kerja dengan kejadian *burnout*.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden pada Perawat dan Bidan di Puskesmas Baki Kabupaten Sukoharjo Tahun 2026.

Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	3	5,9
Perempuan	48	94,1
Total	51	100,0
Usia		
30-40	19	37,3
41-50	25	49,0
51-60	7	13,7
Total	51	100,0
Pendidikan Terakhir		
D3	39	76,5
D4	0	0,0
S1	12	23,5
Total	51	100,0
Profesi		
Bidan	32	62,7
Masa Kerja		
<3 tahun	1	2,0
4-6 tahun	12	23,5
>6 tahun	38	74,5
Total	51	100,0

Berdasarkan Tabel 1, mayoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 48 orang (94,1%), berusia 41–50 tahun sebanyak 25 orang (49,0%), berpendidikan D3 sebanyak 39 orang (76,5%), berprofesi sebagai bidan sebanyak 32 orang (62,7%), dan memiliki masa kerja lebih dari 6 tahun sebanyak 38 orang (74,5%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Kerja pada Perawat dan Bidan di Puskesmas Baki Kabupaten Sukoharjo Tahun 2026.

No	Tingkat Stres	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Rendah	9	17,6
2	Sedang	41	80,4
3	Tinggi	1	2,0
	Total	51	100,0

Berdasarkan tabel 2, diketahui bahwa dari 51 responden perawat dan bidan di Puskesmas Baki, sebagian besar memiliki tingkat stres kerja kategori sedang sebanyak 41

responden (80,4%). Selanjutnya, sebanyak 9 responden (17,6%) memiliki tingkat stres kerja kategori rendah, sedangkan hanya 1 responden (2,0%) memiliki tingkat stres kerja kategori berat.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kejadian *Burnout* pada Perawat dan Bidan di Puskesmas Baki Kabupaten Sukoharjo 2026

No	Tingkat <i>Burnout</i>	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Rendah	9	17,6
2	Sedang	20	39,2
3	Tinggi	22	43,1
Total		51	100,0

Berdasarkan tabel 3, diketahui bahwa dari 51 responden perawat dan bidan di Puskesmas Baki, sebagian besar memiliki tingkat *burnout* kategori tinggi sebanyak 22 responden (43,1%). Selanjutnya, sebanyak 20 responden (39,2%) memiliki tingkat *burnout* kategori sedang, sedangkan 9 responden (17,6%) memiliki tingkat *burnout* kategori rendah.

Tabel 4. Tabulasi silang antara Stres Kerja dengan *Burnout* pada Perawat dan Bidan di Puskesmas Baki Kabupaten Sukoharjo Tahun 2026

Variabel		Kategori <i>Bornout</i>						Total		<i>p</i> -Value	Koefisien Korelasi (r)
		Rendah		Sedang		Tinggi					
		N	%	N	%	N	%	N	%		
Kategori Stress	Rendah	3	33,3	3	33,3	3	33,3	9	100,0	0,001	0,454
	Sedang	5	12,2	17	41,5	19	46,3	41	100,0		
	Berat	1	100,0	0	0,0	0	0,0	1	100,0		
	Total	9	17,6%	20	39,2%	22	43,1%	51	100,0		

Berdasarkan Tabel 4, kelompok responden dengan stres kerja rendah, masing-masing sebanyak 3 responden (33,3%) mengalami *burnout* rendah, sedang, dan tinggi. Pada kelompok dengan stres kerja sedang, sebanyak 5 responden (12,2%) mengalami *burnout* rendah, 17 responden (41,5%) mengalami *burnout* sedang, dan 19 responden (46,3%) mengalami *burnout* tinggi. Sementara itu, pada kelompok dengan stres kerja berat terdapat 1 responden (100%) yang mengalami *burnout* rendah. Hasil uji *Rank Spearman* menunjukkan nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$) dengan koefisien korelasi (r) = 0,454, yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan dan positif antara stres kerja dengan *burnout* dengan kekuatan hubungan sedang.

Pembahasan

Tingkat Stres Kerja pada Perawat dan Bidan di Puskesmas Baki

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami stres kerja kategori sedang, yaitu sebanyak 41 responden (80,4%), sedangkan 9 responden (17,6%) mengalami stres kerja kategori rendah dan 1 responden (2,0%) mengalami stres kerja kategori tinggi. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar perawat dan bidan di Puskesmas Baki mengalami tekanan kerja pada tingkat sedang. Kondisi tersebut dapat berkaitan dengan karakteristik pekerjaan perawat dan bidan di Puskesmas yang memiliki berbagai tuntutan dan tanggung jawab. Selain memberikan pelayanan secara langsung kepada pasien, perawat dan bidan juga melaksanakan kegiatan atau program kesehatan, memberikan penyuluhan atau edukasi kesehatan, melakukan kunjungan rumah, melaksanakan kegiatan administrasi, serta membuat laporan pelayanan. Berbagai kegiatan tersebut dilakukan bersamaan dengan

pelaksanaan pelayanan promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif sehingga membutuhkan kemampuan dalam mengatur waktu dan menyelesaikan berbagai tuntutan pekerjaan secara bersamaan. Berdasarkan instrumen *Health and Safety Executive Work-Related Stress Scale* (HSE-WRSS) yang digunakan dalam penelitian ini, aspek yang berkaitan dengan munculnya tekanan kerja terutama terdapat pada dimensi tuntutan pekerjaan. Beberapa kondisi yang tergambarkan dalam instrumen meliputi tekanan akibat waktu kerja yang tidak sesuai dengan beban pekerjaan, tenggat waktu yang sulit dicapai, tuntutan untuk bekerja dengan ritme yang cepat, intensitas pekerjaan yang tinggi, kurangnya waktu istirahat, tuntutan untuk bekerja lebih cepat, serta terlalu banyak tugas yang harus diselesaikan dalam waktu yang bersamaan. Kondisi tersebut sesuai dengan karakteristik pekerjaan perawat dan bidan di Puskesmas yang tidak hanya memberikan pelayanan kepada pasien, tetapi juga melaksanakan berbagai kegiatan program, edukasi, kunjungan rumah, administrasi, dan pelaporan. Dengan demikian, tingginya tuntutan pekerjaan dan banyaknya aktivitas yang harus diselesaikan secara bersamaan dapat menjadi salah satu kondisi yang berkontribusi terhadap munculnya stres kerja pada responden.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Aini *et al.* [7] yang menunjukkan bahwa stres kerja merupakan permasalahan yang perlu diperhatikan pada perawat yang bekerja dalam lingkungan pelayanan dengan tuntutan pekerjaan tinggi. Temuan tersebut mendukung hasil penelitian ini bahwa karakteristik pekerjaan dan tuntutan pelayanan dapat berkaitan dengan munculnya stres kerja pada tenaga kesehatan. Selain itu, hasil kajian literatur yang tercantum dalam pendahuluan menunjukkan bahwa stres kerja pada perawat berkaitan dengan interaksi antara beban kerja yang tinggi dan kondisi lingkungan kerja yang kurang mendukung [4]. Hal tersebut juga sesuai dengan penelitian Purba *et al.*

[8] yang menjelaskan bahwa bidan memiliki kerentanan terhadap stres kerja yang dapat dipengaruhi oleh tingginya tuntutan pekerjaan dan beban emosional. Secara teoritis, stres kerja dapat muncul ketika tuntutan pekerjaan yang dihadapi individu tidak seimbang dengan kemampuan atau sumber daya yang dimiliki untuk mengatasinya. Dalam penelitian ini, tuntutan tersebut dapat terlihat dari banyaknya aktivitas pelayanan, tekanan waktu, pekerjaan dengan intensitas tinggi, keterbatasan waktu istirahat, serta kewajiban menyelesaikan beberapa pekerjaan dalam waktu yang bersamaan. Apabila kondisi tersebut berlangsung secara terus-menerus, tekanan kerja dapat meningkat dan berpotensi menyebabkan kelelahan fisik maupun psikologis. Kondisi tersebut penting diperhatikan karena stres kerja yang berlangsung secara berkepanjangan dapat berkaitan dengan munculnya *burnout* pada tenaga kesehatan, sebagaimana telah dijelaskan dalam pendahuluan penelitian [9].

Dengan demikian, dominannya stres kerja kategori sedang pada penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar perawat dan bidan telah mengalami tekanan kerja yang perlu mendapat perhatian. Meskipun hanya satu responden yang berada pada kategori stres kerja tinggi, kondisi stres kerja sedang yang dialami oleh sebagian besar responden tetap perlu diperhatikan karena tekanan pekerjaan yang berlangsung terus-menerus dapat menjadi salah satu kondisi yang berkaitan dengan meningkatnya risiko *burnout*. Hal ini menjadi relevan dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden juga mengalami *burnout* pada kategori tinggi.

Tingkat *Burnout* pada Perawat dan Bidan di Puskesmas Baki

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 51 responden, sebanyak 22 responden (43,1%) mengalami *burnout* kategori tinggi, 20 responden (39,2%) mengalami *burnout* kategori sedang, dan 9 responden (17,6%) mengalami *burnout* kategori rendah. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar perawat dan bidan di Puskesmas Baki Kabupaten Sukoharjo mengalami *burnout* pada kategori tinggi. Kondisi ini menunjukkan bahwa *burnout*

merupakan permasalahan yang perlu mendapat perhatian pada perawat dan bidan sebagai tenaga kesehatan yang memberikan pelayanan secara langsung kepada pasien dan masyarakat.

Berdasarkan instrumen *Maslach Burnout Inventory* (MBI), kondisi *burnout* dalam penelitian ini tercermin melalui tiga dimensi, yaitu kelelahan emosional, depersonalisasi, dan pencapaian pribadi. Dimensi kelelahan emosional menggambarkan kondisi ketika individu merasa lelah dan terkuras akibat pekerjaan, sedangkan depersonalisasi berkaitan dengan munculnya sikap menjauh, sinis, atau kurang peduli terhadap orang yang dilayani. Sementara itu, pencapaian pribadi berkaitan dengan penilaian individu terhadap kemampuan dan keberhasilannya dalam menjalankan pekerjaan.

Ketiga kondisi tersebut menunjukkan bahwa *burnout* tidak hanya berkaitan dengan kelelahan, tetapi juga dapat terlihat dari perubahan sikap terhadap pekerjaan dan penerima pelayanan serta penilaian terhadap kemampuan diri. Tingginya *burnout* pada responden dapat berkaitan dengan karakteristik pekerjaan perawat dan bidan yang memiliki tuntutan pelayanan secara berkelanjutan. Perawat dan bidan berinteraksi secara langsung dengan pasien dan masyarakat serta memiliki tanggung jawab dalam memberikan pelayanan, melaksanakan kegiatan program kesehatan, memberikan edukasi, melakukan kunjungan rumah, serta menyelesaikan pekerjaan administrasi dan pelaporan. Berbagai tuntutan tersebut dapat menyebabkan penggunaan energi fisik dan psikologis secara terus-menerus. Apabila kondisi tersebut berlangsung dalam jangka panjang tanpa pemulihan yang memadai, individu dapat mengalami kelelahan emosional yang kemudian dapat berkaitan dengan munculnya sikap menjauh atau sinis terhadap pekerjaan dan orang yang dilayani serta menurunnya penilaian terhadap pencapaian diri.

Hasil tersebut sejalan dengan pendahuluan penelitian yang menjelaskan bahwa *burnout* pada tenaga kesehatan dapat berkaitan dengan tingginya tuntutan pekerjaan, kurangnya waktu istirahat, serta durasi kerja yang panjang yang dapat menimbulkan kelelahan fisik dan psikologis [15]. Selain itu, penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa *burnout* merupakan permasalahan yang masih ditemukan pada tenaga kesehatan, termasuk perawat dan bidan [23]. Kondisi tersebut memperkuat bahwa tuntutan pekerjaan yang berlangsung secara terus-menerus perlu mendapat perhatian karena dapat meningkatkan risiko kelelahan dan *burnout*. Secara teoritis, hasil penelitian ini sesuai dengan konsep *burnout* berdasarkan Maslach dan Jackson yang terdiri atas tiga dimensi, yaitu kelelahan emosional (*emotional exhaustion*), depersonalisasi (*depersonalization*), dan rendahnya pencapaian pribadi (*reduced personal accomplishment*) [11]. Hubungan antara stres kerja dan *burnout* juga dapat dijelaskan bahwa stres kerja yang berlangsung secara terus-menerus dapat menyebabkan individu menggunakan sumber daya fisik dan psikologis secara berulang. Apabila tekanan tersebut tidak diimbangi dengan sumber daya dan pemulihan yang memadai, kondisi tersebut dapat berkembang menjadi kelelahan emosional dan selanjutnya berkaitan dengan munculnya depersonalisasi serta penurunan pencapaian pribadi. Hal ini sesuai dengan pendahuluan penelitian yang menjelaskan bahwa stres kerja yang berlangsung terus-menerus dan tidak mendapatkan penanganan yang tepat dapat berkembang menjadi *burnout* pada tenaga kesehatan [9]. Dengan demikian, dominannya *burnout* kategori tinggi pada penelitian ini dapat dipahami sebagai gambaran bahwa tuntutan pekerjaan dan tekanan kerja yang dialami perawat dan bidan perlu mendapat perhatian dalam upaya mencegah perkembangan *burnout*.

Hubungan Stres Kerja dengan Burnout pada Perawat dan Bidan

Hasil tabulasi silang menunjukkan bahwa pada kelompok dengan stres kerja rendah, terdapat 3 responden (33,3%) yang mengalami *burnout* rendah, 3 responden (33,3%) mengalami *burnout* sedang, dan 3 responden (33,3%) mengalami *burnout* tinggi. Pada

kelompok dengan stres kerja sedang, terdapat 5 responden (12,2%) yang mengalami *burnout* rendah, 17 responden (41,5%) mengalami *burnout* sedang, dan 19 responden (46,3%) mengalami *burnout* tinggi. Sementara itu, pada kelompok dengan stres kerja berat, terdapat 1 responden (100%) yang mengalami *burnout* rendah. Distribusi tersebut menunjukkan bahwa pada kelompok dengan stres kerja sedang, proporsi terbesar responden mengalami *burnout* kategori tinggi. Namun, terdapat pula responden dengan stres kerja rendah yang mengalami *burnout* tinggi. Selain itu, terdapat satu responden dengan stres kerja berat yang mengalami *burnout* rendah. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa tingkat stres kerja tidak selalu menggambarkan tingkat *burnout* secara mutlak pada setiap individu, karena *burnout* dapat berkaitan dengan berbagai faktor lain yang tidak dianalisis dalam penelitian ini. Hasil analisis bivariat menggunakan uji korelasi *Rank Spearman* menunjukkan nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$) dengan koefisien korelasi (r) = 0,454. Hasil tersebut menunjukkan adanya hubungan yang signifikan dan positif antara stres kerja dengan *burnout* pada perawat dan bidan di Puskesmas Baki Kabupaten Sukoharjo. Nilai koefisien korelasi sebesar 0,454 menunjukkan bahwa kekuatan hubungan kedua variabel berada pada kategori sedang. Dengan demikian, semakin tinggi stres kerja, cenderung semakin tinggi pula tingkat *burnout* pada perawat dan bidan dalam penelitian ini. Secara teoritis, hubungan tersebut dapat dijelaskan berdasarkan konsep *burnout* Maslach dan Jackson yang mencakup tiga dimensi, yaitu kelelahan emosional (*emotional exhaustion*), depersonalisasi (*depersonalization*), dan rendahnya pencapaian pribadi (*reduced personal accomplishment*) [11]. Tekanan pekerjaan yang berlangsung secara terus-menerus dapat berkaitan dengan munculnya kelelahan emosional sebagai salah satu dimensi *burnout*. Kondisi tersebut selanjutnya dapat disertai dengan munculnya sikap menjauh atau sinis terhadap pekerjaan dan orang yang dilayani serta menurunnya perasaan kompeten dalam menjalankan pekerjaan. Semakin tinggi stres kerja yang dialami, semakin besar kecenderungan munculnya *burnout* pada responden. Meskipun demikian, stres kerja bukan merupakan satu-satunya kondisi yang berkaitan dengan *burnout*, karena tingkat *burnout* pada setiap individu dapat berbeda.

Stres kerja yang berlangsung secara berkepanjangan dapat menyebabkan individu mengalami kelelahan emosional sebagai salah satu dimensi *burnout*, yang selanjutnya dapat disertai dengan munculnya sikap menjauh atau sinis terhadap pekerjaan dan orang yang dilayani serta menurunnya perasaan kompeten dalam menjalankan pekerjaan. Penjelasan tersebut juga sejalan dengan pendahuluan penelitian yang menyatakan bahwa stres kerja yang berlangsung terus-menerus dan tidak mendapatkan penanganan yang tepat dapat berkembang menjadi *burnout* pada tenaga kesehatan [9]. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Trisula *et al.* [19] yang menemukan adanya hubungan antara stres kerja dan *burnout* pada perawat ruang rawat inap RSUD dr. R. Goeteng Taroenadibrata Purbalingga dengan nilai $p = 0,001$ dan $\rho = 0,432$. Penelitian tersebut menunjukkan hubungan dengan kekuatan sedang dan arah positif, yang memiliki pola serupa dengan hasil penelitian ini. Kesamaan tersebut menunjukkan bahwa peningkatan stres kerja cenderung diikuti oleh peningkatan *burnout* pada tenaga keperawatan. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Irawan *et al.* [17] yang menunjukkan adanya hubungan antara stres kerja dengan *burnout* pada tenaga kesehatan serta penelitian Hasim *et al.* [18] yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara stres kerja dengan *burnout* pada perawat. Kesamaan hasil tersebut memperkuat temuan bahwa stres kerja merupakan salah satu kondisi yang berkaitan dengan *burnout* pada tenaga kesehatan. Selain itu, penelitian Aini *et al.* [7] menunjukkan bahwa stres kerja merupakan permasalahan yang perlu diperhatikan pada perawat yang bekerja dalam lingkungan pelayanan dengan tuntutan pekerjaan tinggi. Temuan tersebut mendukung hasil penelitian ini karena perawat dan bidan di Puskesmas juga menghadapi berbagai tuntutan pelayanan dan tanggung jawab pekerjaan. Berdasarkan hasil

penelitian tersebut, pengelolaan stres kerja perlu menjadi salah satu perhatian dalam upaya mencegah peningkatan *burnout* pada perawat dan bidan. menunjukkan bahwa stres kerja merupakan permasalahan yang perlu diperhatikan pada perawat yang bekerja dalam lingkungan pelayanan dengan tuntutan pekerjaan tinggi. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, pengelolaan stres kerja perlu menjadi salah satu perhatian dalam upaya mencegah peningkatan *burnout* pada perawat dan bidan. Upaya tersebut dapat dilakukan melalui pengelolaan tuntutan pekerjaan, pembagian tugas yang sesuai, peningkatan dukungan dari atasan dan rekan kerja, komunikasi yang baik, serta pemberian waktu istirahat yang memadai. Pengelolaan stres kerja diharapkan dapat membantu mengurangi tekanan kerja dan mendukung upaya pencegahan *burnout*, sehingga kualitas pelayanan kesehatan di Puskesmas dapat tetap terjaga.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, sebagian besar perawat dan bidan di Puskesmas Baki Kabupaten Sukoharjo mengalami stres kerja pada kategori sedang dan burnout pada kategori tinggi. Hasil uji Rank Spearman menunjukkan terdapat hubungan positif yang signifikan antara stres kerja dengan burnout pada perawat dan bidan di Puskesmas Baki Kabupaten Sukoharjo. Semakin tinggi tingkat stres kerja yang dialami, semakin tinggi pula tingkat burnout yang dialami oleh perawat dan bidan. Temuan ini menunjukkan pentingnya upaya pengelolaan stres kerja sebagai salah satu strategi untuk mencegah burnout pada tenaga kesehatan di Puskesmas Baki Kabupaten Sukoharjo.

5. DAFTAR PUSTAKA

- B. Pratomo, C. P. Dimala, and A. Pertiwi, "Burnout pada Tenaga Kesehatan di Kabupaten Karawang: Peran Dukungan Sosial dan Perceived Stress," *Guid. J. Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan, dan Konseling*, vol. 14, no. 4, p. 822, 2024, doi: 10.24127/gdn.v14i4.10576
<https://ojs.fkip.ummetro.ac.id/index.php/bk/article/view/10576>.
- W. H. Organization, "Global Health Observatory: Nursing and Midwifery." [Online]. Available: <https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/health-workforce>
- L. Rahayuningsih and N. Cahyaningrum, "Pengaruh Sikap Empati Tenaga Kesehatan Terhadap Kepuasan Pasien: Meta Analisis" *J. Ilm. Rekam Medis dan Inform. Kesehat.*, vol. 13, no. 2, pp. 122–127, 2023
https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/indicator-groups/indicator-group-details/GHO/nursing-and-midwifery-personnel?utm_source=chatgpt.com.
- Z. N. Jundillah, Y. Wardani, and H. Trisnowati, "The Influence of Workload and Work Environment on Job Stress in Nurses: Literature Review," *J. Promot. Prev.*, vol. 7, no. 4, pp. 750–762, 2024, [Online]. Available: <http://journal.unpacti.ac.id/index.php/JPP>
<https://journal.unpacti.ac.id/index.php/JPP?utm>
- F. Mazelda, A. Arneliwati, and E. Erika, "Tingkat Stres Kerja dengan Kinerja Perawat di Rumah Sakit: Literature Riview," *J. Keperawatan Jiwa*, vol. 10, no. 2, p. 345, 2022, doi: 10.26714/jkj.10.2.2022.345-354
<https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/view/9575>.
- Y. S. Kurniawan, K. T. A. Priyanga, P. A. Krisbiantoro, and A. C. Imawan, "Stres Kerja dan Keselamatan Pasien: LiteratureReview," *J. Multidiciplinary Appl. Nat. Sci.*, vol. 1, no. 1, pp. 1–12, 2024 doi: 10.56338/mppki.v7i4.5142
<https://jurnal.unismuhpalu.ac.id/index.php/MPPKI/article/view/5142>.

- A. N. Aini, N. Ani, Wartini, and D. P. Sari, "The Relationship Between Work-Related Stress and the Performance of Emergency Department Nurses at Hospital X," *J. Kesehatan*, vol. 19, no. 1, pp. 92–100, 2026, doi: 10.23917/jk.v19i1.11042
<https://journals2.ums.ac.id/jk/article/view/11042>
- Y. T. Purba, A. G. Sinaga, and P. H. Simbolon, "Pengelolaan Stres Kerja Bidan Dan Dampaknya Terhadap Kualitas Pelayanan," *J. Minfo Polgan*, vol. 12, pp. 410–415, 2023, doi: <https://doi.org/10.33395/jmp.v12i1.15396>
<https://www.jurnal.polgan.ac.id/index.php/jmp/article/view/15396>
- E. W. Wijayati and Marianingsih, "Fenomena Burnout dan Analisis Faktor Determinannya Pada Perawat di Rumah Sakit," *J. Keperawatan Florence Nightingale*, vol. 7, no. 2, pp. 394–399, 2024, doi: 10.52774/jkfn.v7i2.233
<https://ejournal.stikstellamarismks.ac.id/index.php/JKFN/article/view/233>
- N. Suleiman-Martos *et al.*, "Prevalence and predictors of burnout in midwives: A systematic review and meta-analysis," *Int. J. Environ. Res. Public Health*, vol. 17, no. 2, pp. 1–15, 2020, doi: 10.3390/ijerph17020641 <https://www.mdpi.com/1660-4601/17/2/641>
- M. Ulfa, M. Azuma, and A. Steiner, "Burnout status of healthcare workers in the world during the peak period of the COVID-19 pandemic," *Front. Psychol.*, vol. 13, no. December 2019, 2022, doi: 10.3389/fpsyg.2022.952783
<https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2022.952783/full>
- K. K. R. Indonesia, "Mengenal Burnout," Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. [Online]. Available: https://keslan.kemkes.go.id/view_artikel/1453/mengenal-burnout?utm_source
- W. H. Organization, "Burn-out an occupational phenomenon: International Classification of Diseases." [Online]. Available: <https://www.who.int/news/item/28-05-2019-burn-out-an-occupational-phenomenon>
- M. J. Membrive-Jiménez *et al.*, "Relation between Burnout and Sleep Problems in Nurses: A Systematic Review with Meta-Analysis," *Healthc.*, vol. 10, no. 5, pp. 1–16, 2022, doi: 10.3390/healthcare10050954 <https://www.mdpi.com/2227-9032/10/5/954>
- A. Lamuri *et al.*, "Burnout Dimension Profiles Among Healthcare Workers in Indonesia," *Heliyon*, vol. 9, no. 3, p. e14519, 2023, doi: 10.1016/j.heliyon.2023.e14519 [https://www.cell.com/heliyon/fulltext/S2405-8440\(23\)01726-7?_returnURL=https%3A%2F%2Flinkinghub.elsevier.com%2Fretrieve%2Fpii%2FS2405844023017267%3Fshowall%3Dtrue](https://www.cell.com/heliyon/fulltext/S2405-8440(23)01726-7?_returnURL=https%3A%2F%2Flinkinghub.elsevier.com%2Fretrieve%2Fpii%2FS2405844023017267%3Fshowall%3Dtrue)
- D. Noviani *et al.*, "Pengaruh Beban Kerja Terhadap Burnout Perawat di Unit Gawat Darurat The Influence of Workload on Nurse Burnout in the Emergency Unit," *J. Ris. Kesehatan. Poltekkes Depkes Bandung*, vol. 16, no. 1, pp. 317–325, 2024 doi: 10.34011/juriskesbdg.v16i1.2552
<https://juriskes.com/index.php/jrk/article/view/2552>
- D. S. Irawan, R. Y. Hastuti, and N. A. Budiman, "Hubungan Stres Kerja Dengan Burnout Rsup Dr . Soeradji Tirtonegoro Klaten Tahun 2022," *1st Conf. Heal. Soc. Hum.*, pp. 22–29, 2022
<https://prosiding.umkla.ac.id/cohesin/index.php/home/article/download/2/2/8?utm>
- S. N. Hasim, S. D. M. Riu, and F. M. Suranata, "Hubungan Stres Kerja dengan Kejenuhan Kerja (Burnout) pada Perawat Instalasi Gawat Darurat di RSUD Manembo-Nembo Bitung," vol. 8, 2024, [Online]. doi: 10.57214/jka.v8i2.672 Available: <https://ejournal.unimman.ac.id/index.php/jka/article/view/672/582>

- N. N. N. Trisula, T. Sumarni, and S. Haniyah, "Hubungan Stres Kerja Dengan Burnout Pada Perawat Di Ruang Rawat Inap Rsud dr. R. Goeteng Taroenadibrata Purbalingga," *J. Ilm. Wahana Pendidik.*, vol. 11, no. 10A, pp. 25–38, 2025, [Online]. Available: <https://jurnal.peneliti.net/index.php/JIWP/article/view/11679>
- N. Grasiawaty, L. Pradita, and N. Sadida, "Health and Safety Executive Work Related Stress Scale-Indonesian Version: Reliability and Convergent Validity," *Indones. J. Occup. Saf. Heal.*, vol. 11, no. 3, pp. 402–411, 2022, doi: 10.20473/ijosh.v11i3.2022.402-411 <https://e-journal.unair.ac.id/IJOSH/article/view/29896>.
- P. A. Andriani, "Hubungan Stres Kerja dan Burnout Syndrome Pada Perawat di Ruang Intensive Care Unit Rsud Ibnu Sina Kabupaten Gresik," <https://repository.unair.ac.id/139637/>.
- H. Yulianto, "Maslach Burnout Inventory-Human Services Survey (MBI-HSS) Versi Bahasa Indonesia," *J. Pengukuran Psikol. dan Pendidik. Indones.*, vol. 9, no. 1, pp. 19–29, 2020 doi: 10.15408/jp3i.v9i1.13329 <https://journal.uinjkt.ac.id/index.php/jp3i/article/view/13329>.
- J. Zain Syafira, A. Aprina, and S. Sunarsih, "Burnout Perawat: Dampak Beban Kerja Dan Kurangnya Penghargaan Di Rsu Jenderal Ahmad Yani," *J. Kesehat.*, vol. 17, no. 2, pp. 211–219, 2024, doi: 10.32763/w6npsk24 <https://ejournal.poltekkesternate.ac.id/Ojs/index.php/juke/article/view/140>