



Hubungan antara Burnout dengan Kesehatan Mental pada Perawat Instalasi Gawat Darurat (IGD) di Rumah Sakit Pusat Pertahanan Negara Kementerian Pertahanan (RSPPN) Panglima Besar Jenderal Soedirman

The Relationship Between Burnout and Mental Health Among Emergency Department (ED) Nurses at the National Defense Central Hospital of the Ministry of Defense (RSPPN) Panglima Besar Jenderal Soedirman

Benny Hamonangan^{1*}, Tjitjik Hamidah², Ahmad Setiabudi³

^{1,2,3}Fakultas Psikologi, Universitas Tama Jagakarsa

Email : ilvan.valentino94@gmail.com¹, hamidahtjitjik@gmail.com², tugas.asb@gmail.com³

Article Info

Article history :

Received : 12-08-2026

Revised : 14-08-2026

Accepted : 16-08-2026

Published : 18-08-2026

Abstract

Emergency Department (ED) nurses face high job demands and intense work pressure, which may increase their risk of experiencing burnout and mental health problems. This study aimed to examine the relationship between burnout and mental health among ED nurses at the National Defense Central Hospital of the Ministry of Defense (RSPPN) Panglima Besar Jenderal Soedirman. This study employed a quantitative approach with a correlational design and a cross-sectional approach. The sample consisted of 46 ED nurses selected using total sampling. Burnout was measured using the Maslach Burnout Inventory–Human Services Survey (MBI-HSS), while mental health was assessed using the Self Reporting Questionnaire-20 (SRQ-20). Data were analyzed using Spearman's rho correlation. The results showed a significant positive relationship between burnout and SRQ-20 scores, with a correlation coefficient of $r = 0.469$ and $p = 0.001$ ($p < 0.05$). This finding indicates that higher levels of burnout were associated with higher SRQ-20 scores, reflecting a greater number of reported emotional and mental health symptoms among ED nurses. These findings highlight the importance of preventing and managing burnout as part of efforts to maintain nurses' mental health and psychological well-being and to support the quality of healthcare services.

Keywords : Burnout, Mental Health, Emergency Department Nurses.

Abstrak

Perawat Instalasi Gawat Darurat (IGD) menghadapi tuntutan kerja yang tinggi dan tekanan yang intens, sehingga berisiko mengalami *burnout* yang dapat berkaitan dengan munculnya masalah kesehatan mental. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *burnout* dengan kesehatan mental pada perawat IGD di Rumah Sakit Pusat Pertahanan Negara Kementerian Pertahanan (RSPPN) Panglima Besar Jenderal Soedirman. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional dan pendekatan *cross-sectional*. Sampel penelitian berjumlah 46 perawat IGD yang ditentukan menggunakan teknik *total sampling*. *Burnout* diukur menggunakan *Maslach Burnout Inventory–Human Services Survey* (MBI-HSS), sedangkan kesehatan mental diukur menggunakan *Self Reporting Questionnaire-20* (SRQ-20). Data dianalisis menggunakan korelasi Spearman's rho. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara *burnout* dan skor SRQ-20, dengan nilai koefisien korelasi $r = 0,469$ dan $p = 0,001$ ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *burnout*, semakin tinggi pula skor SRQ-20 yang mengindikasikan semakin banyak gejala gangguan mental emosional yang dilaporkan oleh perawat. Temuan ini menunjukkan pentingnya upaya pencegahan dan pengelolaan



burnout sebagai bagian dari upaya menjaga kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis perawat serta mendukung kualitas pelayanan kesehatan.

Kata Kunci : *Burnout*, Kesehatan Mental, Perawat IGD

PENDAHULUAN

Rumah sakit merupakan fasilitas pelayanan kesehatan yang berperan penting dalam menjaga dan meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. Pelayanan rumah sakit didukung oleh berbagai tenaga kesehatan, salah satunya perawat yang berperan langsung dalam memberikan asuhan kepada pasien selama 24 jam melalui sistem kerja *shift*. Peran tersebut menuntut perawat untuk memiliki kompetensi, kesiapsiagaan, dan kemampuan beradaptasi terhadap berbagai kondisi pelayanan. Kualitas kinerja perawat tidak hanya berkaitan dengan pemulihan dan keselamatan pasien, tetapi juga dengan mutu pelayanan rumah sakit.

Salah satu unit dengan tuntutan kerja yang tinggi adalah Instalasi Gawat Darurat (IGD). Perawat IGD menghadapi kondisi pasien yang beragam dan tidak terduga sehingga dituntut memberikan penanganan secara cepat, tepat, dan terkoordinasi. Selain harus mengambil keputusan dalam waktu singkat dan menjalankan keterampilan klinis yang kompleks, perawat juga perlu mempertahankan komunikasi yang efektif dengan pasien dan keluarga dalam situasi penuh tekanan. Kondisi tersebut dapat menimbulkan beban kerja fisik dan psikologis yang tinggi serta meningkatkan kerentanan terhadap masalah kesehatan mental (Hunsaker et al., 2015).

Kesehatan mental merupakan aspek penting dalam keberfungsian perawat, terutama dalam menghadapi tuntutan pekerjaan yang tinggi. *World Health Organization* (WHO, 2013) mendefinisikan kesehatan mental sebagai kondisi kesejahteraan ketika individu mampu menyadari potensinya, mengatasi tekanan kehidupan secara wajar, bekerja secara produktif, dan berkontribusi terhadap lingkungan sosialnya. Pada perawat, kesehatan mental yang baik mendukung kemampuan dalam mengelola tekanan, mempertahankan motivasi dan konsentrasi, serta memberikan pelayanan secara optimal. Sebaliknya, tekanan psikologis yang berlangsung terus-menerus dapat meningkatkan risiko munculnya berbagai masalah psikologis.

Salah satu kondisi yang dapat muncul akibat tuntutan pekerjaan yang berlangsung secara terus-menerus adalah *burnout*. Maslach dan Leiter (2016) menjelaskan bahwa *burnout* berkembang akibat ketidakseimbangan antara tuntutan pekerjaan dan sumber daya yang dimiliki individu. Konsep *burnout* yang dikembangkan oleh Maslach dan Jackson (1981) mencakup tiga dimensi, yaitu kelelahan emosional (*emotional exhaustion*), depersonalisasi (*depersonalization*), dan penurunan pencapaian pribadi (*reduced personal accomplishment*). Kelelahan emosional menggambarkan terkurasnya energi akibat tuntutan pekerjaan, depersonalisasi ditandai dengan sikap sinis atau menjauh dari individu yang dilayani, sedangkan penurunan pencapaian pribadi berkaitan dengan perasaan tidak kompeten dan menurunnya keberhasilan dalam pekerjaan.

Pada perawat IGD, tuntutan kerja yang tinggi, jam kerja panjang, sistem *shift*, keterbatasan tenaga, serta tingginya tanggung jawab terhadap keselamatan pasien dapat menjadi sumber stres kerja yang berlangsung secara kronis. Apabila tidak dikelola secara memadai, kondisi tersebut dapat memicu *burnout* dan berkaitan dengan kondisi psikologis perawat. Maslach dan Leiter (2016) menjelaskan bahwa *burnout* berkaitan dengan kondisi kerja yang tidak seimbang dengan sumber daya individu, sedangkan WHO (2013) menempatkan kemampuan mengelola tekanan dan



menjalankan fungsi secara produktif sebagai bagian penting dari kesehatan mental. Dengan demikian, *burnout* dan kesehatan mental merupakan aspek yang penting untuk dikaji pada perawat yang bekerja di lingkungan dengan tuntutan tinggi seperti IGD.

Sejumlah penelitian sebelumnya mendukung adanya hubungan antara *burnout* dan kesehatan mental pada perawat. Adriaenssens et al. (2015) menemukan bahwa kelelahan emosional pada perawat IGD berkaitan dengan kondisi kesehatan mental yang lebih rendah. Kawano (2008) menunjukkan bahwa *burnout*, khususnya kelelahan emosional, berkaitan dengan munculnya gejala depresi pada perawat rumah sakit. Penelitian sebelumnya di Indonesia juga menunjukkan adanya hubungan antara *burnout* dengan gejala depresi dan kecemasan pada perawat IGD serta meningkatnya risiko gangguan kesehatan mental pada perawat dengan *burnout*.

Meskipun hubungan *burnout* dengan kesehatan mental pada perawat telah banyak diteliti, penelitian pada perawat IGD di rumah sakit dengan karakteristik pelayanan pertahanan negara masih terbatas. Konteks tersebut menjadi penting untuk dikaji pada perawat IGD di Rumah Sakit Pusat Pertahanan Negara Kementerian Pertahanan (RSPPN) Panglima Besar Jenderal Soedirman. Sebagai rumah sakit pusat pertahanan negara dan fasilitas rujukan nasional, RSPPN memiliki karakteristik pelayanan yang kompleks dengan beragam kondisi pasien, termasuk pasien umum, pasien rujukan, serta kasus kedaruratan militer. Karakteristik tersebut menempatkan perawat IGD pada lingkungan kerja dengan tuntutan pelayanan yang tinggi dan dinamis.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *burnout* dengan kesehatan mental pada perawat Instalasi Gawat Darurat (IGD) di Rumah Sakit Pusat Pertahanan Negara Kementerian Pertahanan (RSPPN) Panglima Besar Jenderal Soedirman.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional dan pendekatan *cross-sectional* untuk mengetahui hubungan antara *burnout* dan kesehatan mental pada perawat Instalasi Gawat Darurat (IGD). Pengumpulan data dilakukan pada satu waktu tanpa pemberian perlakuan atau intervensi kepada responden. Populasi penelitian adalah seluruh perawat yang aktif bertugas di IGD Rumah Sakit Pusat Pertahanan Negara Kementerian Pertahanan (RSPPN) Panglima Besar Jenderal Soedirman, Jakarta, yang berjumlah 46 orang. Karena jumlah populasi relatif terbatas, penelitian menggunakan teknik *total sampling*, sehingga seluruh anggota populasi dilibatkan sebagai responden dan jumlah sampel penelitian sebanyak 46 perawat IGD.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner untuk mengukur kedua variabel penelitian. *Burnout* diukur menggunakan *Maslach Burnout Inventory–Human Services Survey* (MBI-HSS) yang dikembangkan oleh Maslach dan Jackson (1981). Instrumen ini terdiri atas 22 butir pernyataan yang mencakup tiga dimensi, yaitu *emotional exhaustion*, *depersonalization*, dan *reduced personal accomplishment*. Setiap butir diukur menggunakan skala Likert lima poin, mulai dari 1 (*tidak pernah*) hingga 5 (*selalu*). Kesehatan mental diidentifikasi melalui skrining gejala gangguan mental emosional menggunakan *Self Reporting Questionnaire-20* (SRQ-20) yang dikembangkan oleh *World Health Organization* (WHO). Instrumen ini terdiri atas 20 butir pertanyaan mengenai gejala yang dialami responden dalam 30 hari terakhir. Jawaban “Ya” diberi skor 1 dan jawaban “Tidak” diberi skor 0, dengan skor yang lebih tinggi menunjukkan semakin banyak gejala gangguan mental emosional yang dilaporkan. Kedua instrumen telah digunakan



dalam penelitian sebelumnya untuk mengukur *burnout* dan melakukan skrining gejala gangguan mental emosional (Beusenberg & Orley, 1994).

Data penelitian dianalisis menggunakan statistik deskriptif dan inferensial. Uji normalitas dilakukan menggunakan Shapiro–Wilk. Hasil uji menunjukkan bahwa data *burnout* berdistribusi normal dengan nilai signifikansi $p = 0,208$, sedangkan data kesehatan mental tidak berdistribusi normal dengan nilai $p < 0,001$. Oleh karena itu, analisis hubungan antara *burnout* dan kesehatan mental dilakukan menggunakan korelasi Spearman's rho. Taraf signifikansi yang digunakan adalah 0,05, dengan hubungan dinyatakan signifikan apabila nilai $p < 0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini melibatkan 46 perawat Instalasi Gawat Darurat (IGD) di Rumah Sakit Pusat Pertahanan Negara Kementerian Pertahanan (RSPPN) Panglima Besar Jenderal Soedirman. Secara deskriptif, sebagian besar responden berada pada kategori *burnout* rendah, yaitu sebanyak 30 responden (65,2%), sedangkan 10 responden (21,7%) berada pada kategori *burnout* sedang dan 6 responden (13,0%) berada pada kategori *burnout* tinggi. Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar perawat berada pada tingkat *burnout* yang relatif rendah, masih terdapat perawat yang mengalami *burnout* pada tingkat sedang hingga tinggi.

Uji normalitas menggunakan Shapiro–Wilk menunjukkan bahwa skor *burnout* memiliki nilai signifikansi sebesar 0,208 sehingga data berdistribusi normal, sedangkan skor SRQ-20 memiliki nilai signifikansi $< 0,001$ sehingga data tidak berdistribusi normal. Oleh karena itu, analisis hubungan antara *burnout* dan kesehatan mental dilakukan menggunakan korelasi Spearman's rho.

Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara *burnout* dan skor SRQ-20 pada perawat IGD, dengan koefisien korelasi $r = 0,469$ dan nilai signifikansi $p = 0,001$ ($p < 0,05$). Nilai koefisien yang positif menunjukkan bahwa hubungan kedua variabel bersifat searah. Dengan demikian, semakin tinggi tingkat *burnout* yang dialami perawat, semakin tinggi pula skor SRQ-20 yang diperoleh. Karena skor SRQ-20 yang lebih tinggi menunjukkan semakin banyak gejala gangguan mental emosional yang dilaporkan, hasil tersebut menunjukkan bahwa tingkat *burnout* yang lebih tinggi berkaitan dengan semakin banyaknya gejala gangguan mental emosional pada perawat IGD.

Temuan tersebut dapat dipahami melalui konsep *burnout* yang dikemukakan oleh Maslach dan Jackson (1981), yang mencakup tiga dimensi, yaitu kelelahan emosional, depersonalisasi, dan penurunan pencapaian pribadi. Kelelahan emosional menggambarkan terkurasnya energi emosional akibat tuntutan pekerjaan, depersonalisasi ditandai dengan sikap menjauh atau sinis terhadap penerima layanan, sedangkan penurunan pencapaian pribadi berkaitan dengan menurunnya perasaan kompeten dan keberhasilan dalam pekerjaan. Kondisi tersebut dapat memengaruhi kemampuan individu dalam menghadapi tekanan dan mempertahankan fungsi psikologis secara optimal.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan pandangan Maslach dan Leiter (2016) bahwa *burnout* berkaitan dengan ketidakseimbangan antara tuntutan pekerjaan dan sumber daya yang tersedia bagi individu. Karakteristik pekerjaan perawat IGD yang menuntut kecepatan, ketepatan, pengambilan keputusan dalam waktu singkat, serta kemampuan menghadapi kondisi pasien yang beragam dan tidak terduga dapat menjadi sumber tekanan psikologis. Hunsaker et al. (2015) juga



menunjukkan bahwa pekerjaan di IGD memiliki tuntutan yang tinggi dan dapat memberikan tekanan psikologis bagi perawat.

Hubungan antara *burnout* dan kesehatan mental dalam penelitian ini juga didukung oleh hasil penelitian terdahulu. Adriaenssens et al. (2015) menunjukkan bahwa perawat IGD menghadapi risiko *burnout* yang berkaitan dengan tingginya tuntutan dan tekanan pekerjaan. Kawano (2008) menemukan bahwa faktor stres kerja, khususnya kelelahan emosional, berkaitan dengan munculnya gejala psikologis pada perawat rumah sakit. Hunsaker et al. (2015) juga menunjukkan bahwa tuntutan pekerjaan di IGD dapat berkaitan dengan *burnout* dan kondisi psikologis perawat. Selain itu, Sunjaya et al. (2021) menemukan adanya gejala depresi, kecemasan, dan *burnout* pada tenaga kesehatan di Indonesia. Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa tuntutan pekerjaan dan *burnout* merupakan aspek penting yang berkaitan dengan kondisi psikologis tenaga kesehatan, termasuk perawat yang bekerja di lingkungan IGD.

Dalam konteks RSPPN Panglima Besar Jenderal Soedirman, perawat IGD bekerja dalam lingkungan pelayanan yang kompleks dan dinamis. Sebagai rumah sakit pusat pertahanan negara dan fasilitas rujukan nasional, RSPPN melayani pasien dengan kondisi yang beragam, termasuk pasien umum, pasien rujukan, serta kasus kedaruratan militer. Karakteristik tersebut dapat memberikan tuntutan tersendiri bagi perawat IGD dalam mempertahankan kesiapsiagaan dan kualitas pelayanan.

Temuan penelitian ini perlu dipahami dengan memperhatikan karakteristik instrumen kesehatan mental yang digunakan. SRQ-20 merupakan instrumen skrining dan bukan alat diagnosis gangguan mental. Oleh karena itu, skor SRQ-20 yang lebih tinggi menunjukkan semakin banyak gejala gangguan mental emosional yang dilaporkan, bukan menunjukkan kesehatan mental yang semakin baik. Dengan demikian, hubungan positif antara *burnout* dan skor SRQ-20 dalam penelitian ini menunjukkan bahwa semakin tinggi *burnout*, semakin banyak gejala gangguan mental emosional yang dilaporkan oleh perawat.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa *burnout* memiliki hubungan yang signifikan dengan kesehatan mental pada perawat IGD. Temuan ini menegaskan pentingnya perhatian terhadap kondisi psikologis perawat, khususnya pada lingkungan kerja dengan tuntutan tinggi. Upaya pengelolaan beban kerja, penguatan dukungan di lingkungan kerja, serta pemantauan kondisi psikologis perawat dapat menjadi bagian dari upaya menjaga kesejahteraan psikologis dan kualitas pelayanan. Namun, karena penelitian menggunakan desain *cross-sectional*, hubungan yang ditemukan tidak dapat diinterpretasikan sebagai hubungan sebab-akibat.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *burnout* dengan kesehatan mental pada perawat Instalasi Gawat Darurat (IGD) di Rumah Sakit Pusat Pertahanan Negara Kementerian Pertahanan (RSPPN) Panglima Besar Jenderal Soedirman, dengan nilai koefisien korelasi Spearman's rho sebesar $r = 0,469$ dan $p = 0,001$ ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *burnout*, semakin tinggi pula skor SRQ-20 yang mengindikasikan semakin banyak gejala gangguan mental emosional yang dilaporkan oleh perawat.



Temuan ini menunjukkan pentingnya perhatian terhadap pencegahan dan pengelolaan *burnout* pada perawat IGD melalui pengelolaan beban kerja, penguatan dukungan di lingkungan kerja, serta pemantauan kondisi psikologis secara berkala. Upaya tersebut diperlukan untuk mendukung kesejahteraan psikologis perawat sekaligus mempertahankan kualitas pelayanan kesehatan. Karena penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional*, hubungan yang ditemukan tidak dapat diinterpretasikan sebagai hubungan sebab-akibat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah memberikan dukungan dan kontribusi dalam pelaksanaan penelitian ini. Secara khusus, ucapan terima kasih disampaikan kepada Rumah Sakit Pusat Pertahanan Negara Kementerian Pertahanan (RSPPN) Panglima Besar Jenderal Soedirman atas izin dan dukungan yang diberikan selama proses penelitian, serta kepada seluruh perawat Instalasi Gawat Darurat (IGD) yang telah bersedia menjadi responden dan meluangkan waktu untuk berpartisipasi dalam penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriaenssens, J., De Gucht, V., & Maes, S. (2015). Determinants and prevalence of burnout in emergency nurses: A systematic review of 25 years of research. *International Journal of Nursing Studies*, 52(2), 649–661. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2014.11.004>
- Beusenberg, M., & Orley, J. H. (1994). *A user's guide to the Self Reporting Questionnaire (SRQ)*. World Health Organization.
- Hunsaker, S., Chen, H.-C., Maughan, D., & Heaston, S. (2015). Factors that influence the development of compassion fatigue, burnout, and compassion satisfaction in emergency department nurses. *Journal of Nursing Scholarship*, 47(2), 186–194. <https://doi.org/10.1111/jnu.12122>
- Kawano, Y. (2008). Association of job-related stress factors with psychological and somatic symptoms among Japanese hospital nurses: Effect of departmental environment in acute care hospitals. *Journal of Occupational Health*, 50(1), 79–85. <https://doi.org/10.1539/joh.50.79>
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behaviour*, 2(2), 99–113. <https://doi.org/10.1002/job.4030020205>
- Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). Understanding the burnout experience: Recent research and its implications for psychiatry. *World Psychiatry*, 15(2), 103–111. <https://doi.org/10.1002/wps.20311>
- Sunjaya, D. K., Herawati, D. M. D., & Siregar, A. Y. M. (2021). Depressive, anxiety, and burnout symptoms on health care personnel at a month after COVID-19 outbreak in Indonesia. *BMC Public Health*, 21, 227. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-10299-6>
- World Health Organization. (2013). *Mental health action plan 2013–2020*. World Health Organization.