

SKRIPSI

**HUBUNGAN BEBAN KERJA DAN MEKANISME KOPING DENGAN
BURNOUT SYNDROME PADA PERAWAT DI RUANG RAWAT INAP
RSUAL – ISLAM H.M MAWARDI**



**EVA YUNITA
2434201065**

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN SEKOLAH TINGGI ILMU
KESEHATAN MAJAPAHIT MOJOKERTO
2025**

PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi

**Program Studi S1 Ilmu Keperawatan
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit**

Dan diterima untuk memenuhi persyaratan guna memperoleh gelar

Sarjana Keperawatan (S. Kep)

Pada tanggal 26 Agustus 2025

Mengesahkan

Ketua Program Studi S1 Ilmu Keperawatan



Ika Suhartanti, S. Kep., Ns., M. Kep.
NIK. 220 250 086

Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit



Dr. Nurwidji, MHA, M.Si
NIK. 220 250 002

PENETAPAN TIM PENGUJI

Telah diuji

Pada tanggal 26 Agustus 2025

TIM PENGUJI

Ketua : Dr. Sulisdiana, M.Kes.
NIK. 220 250 022

()

Anggota : 1. Yudha L.H.K, S.Psi., S.Kep.Ns., M.Kes
NIK. 220 250 080

()

2. Nurul Mawaddah, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIK. 220 250 135

()

PERSETUJUAN

SKRIPSI

Di ajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar

Sarjana Keperawatan (S. Kep)

Program Studi S1 Ilmu Keperawatan

Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit

Oleh:

Eva Yunita
NIM 243201065

Menyetujui Mojokerto, 26 Agustus 2025

PEMBIMBING 1

PEMBIMBING 2



Yudha L.H.K,S.Psi., S.Kep.Ns., M.Kes
NIK. 220 250 080



Nurul Mawaddah,S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIK. 220 250 135

HALAMAN PERNYATAAN TENTANG ORIGINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya:

Nama : Eva Yunita

NIM : 2434201065

Program Studi : S1 Ilmu Keperawatan

Minat Studi : S1 Ilmu Keperawatan

Angkatan : 2024

Jenjang : S1

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah saya yang berjudul **“Hubungan Beban Kerja Dan Mekanisme Koping Dengan Burnout Syndrome Pada Perawat Di Ruang Rawat Inap Rsu Al – Islam H.M Mawardi”**.

Apabila suatu saat nanti saya terbukti melakukan tindakan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Mojokerto, 26 Agustus 2025
Peneliti



Eva Yunita
NIM 243201065

MOTTO

**“TIDAK ADA KESUKSESAN MELAINKAN DENGAN PERTOLONGAN
ALLAH SWT”**

PERSEMBAHAN

Skripsi ini penulis persembahkan kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan, motivasi dan mengiringi Langkah serta do'aku :

1. Pertama – tama skripsi ini penulis persembahkan kepada Allah Ya Robbi yang telah memberikan segala berkah dan hidayah – Nya kepadaku.
2. Kepada Bapak, dan Alm. Ibu, dan mertua yang selalu memberikan kasih sayang, do'a dan semangat dalam setiap langkahku.
3. Kepada suami dan saudaraku yang selalu memberikan dukungan dan do'anya
4. Semua dosen Stikes Majapahit Mojokerto yang memberikan waktu luangnya dan bimbingannya dalam penyusunan skripsi ini.
5. Teman – teman seperjuanganku progsus di Stikes Majapahit Mojokerto yang selalu memberikan semangat dan kebersamaannya.
6. Semua teman – temanku yang selalu memberikan do'a dan dukungannya.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas karunia dan Hidayah Nya penyusunan proposal skripsi dengan judul “Hubungan Beban Kerja Dan Mekanisme Koping Dengan Burnout Syndrome Pada Perawat Di Ruang Rawat Inap Rsu Al – Islam H.M Mawardi”. Sebagai salah satu syarat menyelesaikan pendidikan Sarjana Keperawatan pada Program Studi Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit Mojokerto tahun akademik 2025.

Dalam penyusunan proposal skripsi tidak lepas dari bimbingan arahan dan petunjuk dari berbagai pihak. Untuk itu dengan penuh rasa hormat, penulis menyampaikan banyak terima kasih kepada :

1. Bapak dr.Minarto, selaku Direktur RSU Al Islam H.M Mawardi krian yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian di RSU Al Islam H.M Mawardi.
2. Dr. Nurwidji, MHA. M.si selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit Mojokerto yang telah memberikan izin untuk melakukan studi pendahuluan.
3. Ibu Ika Suhartanti, S. Kep., Ns., M. Kep. selaku Ketua Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit Mojokerto yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian dengan kesabaran dan perhatiannya dalam memberikan semangat dan saran hingga proposal skripsi ini bisa terselesaikan dengan baik.
4. Ibu Dr. Sulisdiana, M.Kes. selaku penguji yang telah membantu menyelesaikan skripsi ini dengan kesabaran dan perhatiannya dalam memberikan semangat dan saran hingga proposal skripsi ini bisa terselesaikan dengan baik.

5. Bapak Yudha Laga Hadi Kusuma, S.Psi., S.Kep.Ns., M.Kes., selaku pembimbing pertama yang telah banyak meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, motivasi dan saran demi kesempurnaan proposal skripsi ini.
6. Ibu Nurul Mawaddah, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku pembimbing kedua yang telah banyak meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, semangat dan saran demi kesempurnaan proposal skripsi ini.
7. Staf dosen Stikes Majapahit Mojokerto atas bantuan dan bimbingannya dalam penyusunan skripsi ini.
8. Responden penelitian atas kesediaannya meluangkan waktu dalam proses penelitian.
9. Bapak dan Alm. Ibu yang telah memberikan do'a dan semangat dalam penyusunan skripsi ini.
10. Suami dan keluarga yang telah memberikan waktu, do'a, semangat dan dukungan dalam penyusunan skripsi ini.
11. Teman-temanku dan pihak yang ikut membantu dan memberi semangat dalam penyusunan skripsi ini.

Demikian, semoga proposal skripsi ini bisa memberi manfaat bagi diri kami sendiri, semua pembaca, bagi perkembangan ilmu pengetahuan khususnya keperawatan.

Mojokerto, 26 Agustus 2025
Peneliti



EVA YUNITA
NIM 243201065

ABSTRAK

Perawat yang bekerja di ruang rawat inap menghadapi keluhan pasien. Perawat yang didorong beban kerja secara berlebihan menyebabkan stress dan dapat memicu terjadinya burnout. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan beban kerja, dan mekanisme koping dengan *burnout syndrome* pada perawat rawat inap di RSUD Al – Islam H.M Mawardi.

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan *correlational cross sectional design*. Populasi adalah seluruh perawat rawat inap sejumlah 113 orang di RSUD Al – Islam H.M Mawardi, diambil menjadi sampel dengan rumus slovin sebanyak 88 dengan teknik *simple random sampling*. Teknik pengumpulan data melalui pengisian lembar kuesioner MBI dan Nasa TLX. Analisa melalui proses *editing, coding, scoring* dan *tabulating* dan dianalisis dengan uji *pearson product moment* dan *spearman rho*.

Identifikasi beban kerja perawat di ruang rawat inap, dari 88 responden sebagian besar memiliki beban kerja tinggi sebanyak 58 responden (65,9%). Identifikasi mekanisme koping perawat di ruang rawat inap, dari 88 responden hampir seluruhnya memiliki mekanisme koping maladaptif, sebanyak 74 responden (84,1%). Hasil analisis menunjukkan ada hubungan beban kerja dengan burnout syndrome perawat di ruang rawat inap dengan $Asym.sig$ sebesar $0,000 < \alpha$ (0.05). Ada hubungan mekanisme koping dengan *bornout syndrome* perawat di ruang rawat inap RSUD Al-Islam H.M. Mawardi Krian Tahun 2025 dengan didapatkan tingkat $Asym.sig$ sebesar 0,000 dan $< \alpha$ (0.05)

Beban kerja berat menguras kemampuan adaptasi perawat. Kondisi ini memicu tiga komponen burnout, yaitu ; kelelahan emosional, sikap menjaga jarak emosional dari pasien, serta penurunan pencapaian pribadi. Strategi yang digunakan perawat berpengaruh terhadap tingkat kelelahan fisik, emosional, dan mental yang mereka alami. Perawat dengan mekanisme coping adaptif cenderung memiliki tingkat burnout yang lebih rendah.

Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh, maka diharapkan hasil penelitian ini digunakan sebagai acuan untuk mengelola beban kerja bagi perawat agar dapat mengatasi kelelahan mental

Kata Kunci: Beban Kerja, Mekanisme Koping, *Burnout Syndrome*, Perawat Rawat Inap

ABSTRACT

Nurses working in inpatient wards face patient complaints and strive to resolve them. Furthermore, excessive workloads can cause stress, which, if worsened, can lead to burnout. The purpose of this study was to determine the relationship between workload and coping mechanisms and burnout syndrome in inpatient nurses at Al Islam H.M. Mawardi General Hospital.

This type of research is quantitative with a correlational cross-sectional design approach. The population used by the researcher was all 113 inpatient nurses at Al Islam H.M Mawardi Hospital, taken as a sample using the Alovin formula of 88 with a simple random sampling technique. The data collection techniques and procedures were by filling out the MBI (Maslach Burnout Inventory) and Nasa TLX questionnaires. After the data was collected, it was analyzed through the process of editing, coding, scoring, and tabulating and analyzed using the Pearson product moment and Spearman rho tests.

The results of the analysis show that there is a relationship between workload and nurses' burnout syndrome in the inpatient ward with Asym.sig of 0.000 and $<\alpha$ (0.05). There is a relationship between coping mechanisms and nurses' burnout syndrome in the inpatient ward of Al-Islam H.M. Mawardi Krian Hospital in 2025 with an Asym.sig level of 0.000 and (0.05).

Heavy workloads drain nurses' adaptive abilities. This condition triggers three main components of burnout: emotional exhaustion, depersonalization, or emotional distancing from patients, and decreased personal accomplishment. The strategies nurses use to cope with work pressure significantly influence the level of physical, emotional, and mental exhaustion they experience. Nurses with adaptive coping mechanisms, such as seeking social support, managing rest periods, engaging in relaxation, or constructive problem-solving, tend to have lower levels of burnout.

The results of the study show that there is an influence, so it is hoped that the results of this study can be used as a reference for managing the workload for nurses in order to overcome mental fatigue.

Keywords: Workload, Coping Mechanism, Burnout Syndrome, Inpatient Nurses

DAFTAR ISI

HALAMAN COVER	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PENETAPAN PENGUJI	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN ORIGINALITAS	v
HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	Xiv
 BAB 1 PENDAHULUAN	 1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
1. Tujuan Umum	4
2. Tujuan Khusus	4
D. Manfaat penelitian	4
1. Manfaat Teoritis	4
2. Manfaat Praktis	5
 BAB 2 KAJIAN PUSTAKA	 7
A. Landasan Teori	7
1. Konsep Beban Kerja	7
2. Konsep Mekanisme Koping	14
3. Konsep Perawat Diruang Rawat Inap	23
4. Konsep Burnout Syndrome	28
B. Kerangka Konseptual	37
 BAB 3 METODOLOGI PENELITIAN	 39
A. Jenis dan Rancang Bangun Penelitian	39
B. Frame Work	39
C. Hipotesis Penelitian	40
D. Variabel dan Definisi Operasional	40
1. Variabel	40
2. Definisi Operasional	41
E. Populasi	41
F. Sampel dan Teknik Sampling	41
1. Sampel	42

2. Teknik Sampling	42
G. Lokasi dan Waktu Penelitian	43
H. Teknik dan Instrument Pengumpulan Data	43
1. Teknik Pengumpulan Data	45
2. Instrument Pengumpulan Data	45
I. Teknik Analisa Data	47
J. Etika Penelitian	52
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	53
A. Hasil Penelitian	53
1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	53
2. Data Umum	54
3. Data Khusus	55
B. Pembahasan	59
1. Beban Kerja Perawat	59
2. Mekanisme Koping Perawat	60
3. Burnout Syndrome	61
4. Hubungan Beban Kerja dengan Burnout Syndrome	66
5. Hubungan Mekanisme Koping dengan Burnout Syndrome	68
BAB 5 SIMPULAN DAN SARAN	70
A. Simpulan	70
B. Saran	71
1. Teoritis	71
2. Bagi manajemen keperawatan rumah sakit	71
3. Bagi Perawat	71
4. Bagi Rumah Sakit	71
DAFTAR PUSTAKA	72
LAMPIRAN	73

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Kisi – kisi Instrumen Beban Kerja	45
Tabel 3.2	Kisi – kisi Instrumen Mekanisme Koping	46
Tabel 3.3	Kisi – kisi Instrumen MBI	47

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.	Kerangka Konsep Hubungan Beban Kerja dan Mekanisme Koping dengan Burnout Syndrome pada Perawat Rawat Inap di RSUD Al – Islam H.M Mawardi39
-----------	--

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Permohonan Menjadi Responden	55
Lampiran 2 Lembar Persetujuan Menjadi Responden	56
Lampiran 3 Kuesioner Demografi	57
Lampiran 4 Kuesioner Beban Kerja	58
Lampiran 5 Kuesioner Mekanisme Koping	59
Lampiran 6 Kuesioner Burnout Syndrome	60