



**HUBUNGAN BURNOUT SYNDROME DENGAN KUALITAS TIDUR  
PADA TENAGA KESEHATAN**

**STUDI DI RUMAH SAKIT NASIONAL DIPONEGORO**

**LAPORAN HASIL  
KARYA TULIS ILMIAH**

**Diajukan sebagai syarat untuk mencapai gelar Sarjana mahasiswa Program Studi  
Kedokteran**

**ANGGRILA SEKAR FADHILLAH**

**22010118140189**

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN**

**FAKULTAS KEDOKTERAN**

**UNIVERSITAS DIPONEGORO**

**2022**

**LEMBAR PENGESAHAN LAPORAN HASIL KTI**  
**HUBUNGAN BURNOUT SYNDROME DENGAN KUALITAS TIDUR**  
**PADA TENAGAKESEHATAN**  
**STUDI DI RUMAH SAKIT NASIONAL DIPONEGORO**

Disusun oleh

**ANGGRILA SEKAR FADHILLAH**  
**22010118140189**

**Telah disetujui**

Semarang, 18 Oktober 2022

**Pembimbing 1**



**dr. Maria Belladonna, Sp.S(K), M.Si.Med**  
**NIP. 198305072009122002**

**Pembimbing 2**



**dr. Natalia Dewi Wardani, Sp.KJ**  
**NIP. 198012252010122001**

**Penguji**



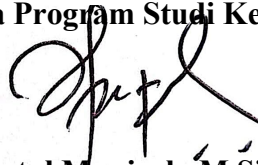
**dr. Titis Hadiati, Sp.KJ**  
**NIP. 197909072014042001**

**Mengetahui,**

a.n Dekan Fakultas Kedokteran

Universitas Diponegoro

**Ketua Program Studi Kedokteran**



**dr. Muflihatul Muniroh, M.Si., Med., Ph.D**  
**NIP 198302182009122004**

## PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama mahasiswa : Anggrila Sekar Fadhillah

NIM : 22010118140189

Program Studi : Program Pendidikan Sarjana Kedokteran Fakultas  
Kedokteran Universitas Diponegoro

Judul KTI : Hubungan Burnout Syndrome dengan Kualitas Tidur pada  
Tenaga Kesehatan: Studi di Rumah Sakit Nasional  
Diponegoro

Dengan ini menyatakan bahwa:

- 1) Karya tulis ilmiah ini ditulis sendiri tulisan asli saya sendiri tanpa bantuan orang lain selain pembimbing dan narasumber yang diketahui oleh pembimbing.
- 2) Karya tulis ilmiah ini sebagian atau seluruhnya belum pernah dipublikasi dalam bentuk artikel ataupun tugas ilmiah lain di Universitas Diponegoro maupun di perguruan tinggi lain.
- 3) Dalam karya tulis ilmiah ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis orang lain kecuali secara tertulis dicantumkan sebagai rujukan dalam naskah dan tercantum pada daftar kepustakaan.

Semarang, 18 Oktober 2022

Yang membuat pernyataan,



Anggrila Sekar Fadhillah

## KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya kami dapat menyelesaikan tugas Karya Tulis Ilmiah ini. Penulisan Karya Tulis Ilmiah ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. Kami menyadari sangatlah sulit bagi kami untuk menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak sejak penyusunan proposal sampai dengan terselesaikannya laporan hasil Karya Tulis Ilmiah ini. Bersama ini kami menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya serta penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Rektor Universitas Diponegoro Semarang yang telah memberi kesempatan kepada kami untuk menimba ilmu di Universitas Diponegoro.
2. Dekan Fakultas Kedokteran UNDIP yang telah memberikan sarana dan prasarana kepada kami sehingga kami dapat menyelesaikan tugas ini dengan baik lancar.
3. dr. Maria Belladonna Rahmawati, Sp.S, M.Si.Med selaku dosen pembimbing 1, dr. Natalia Dewi Wardani, Sp.KJ selaku dosen pembimbing 2 dan dr. Titis Hadiati, Sp.KJ selaku pengujiyang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk membimbing kami dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Orang tua beserta keluarga kami yang senantiasa memberikan dukungan moral maupun material.
5. Para sahabat yang selalu memberi dukungan dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.

Akhir kata, kami berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Semarang, 18 Oktober 2022



Anggrila Sekar Fadhillah

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
LEMBAR PENGESAHAN .....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN .....	iii
KATA PENGANTAR .....	iv
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.2.1 Rumusan Masalah Umum.....	4
1.2.2 Rumusan Masalah Khusus.....	4
1.3 Tujuan Penelitian .....	4
1.3.1 Tujuan Umum .....	4
1.3.2 Tujuan Khusus .....	4
1.4 Manfaat Penelitian .....	4
1.4.1 Manfaat Penelitian Bagi Ilmu Pengetahuan.....	4
1.4.2 Manfaat Penelitian Bagi Pelayanan Kesehatan.....	5
1.4.3 Manfaat Penelitian Bagi Penelitian Selanjutnya.....	5
1.5 Keaslian Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	10
2.1 Burnout Syndrome .....	10
2.1.1 Fase Burnout Syndrome.....	12
2.1.2 Patofisiologi Burnout Syndrome.....	24
2.1.2.1 Perubahan Neurotransmitter pada Burnout Syndrome .....	24
2.1.2.2 Perubahan Neurofisiologi pada Burnout Syndrome .....	25
2.1.3 Faktor-faktor Pemicu Burnout Syndrome.....	26
2.1.4 Efek Burnout Syndrome .....	28

2.1.5 Maslach Burnout Inventory .....	29
2.1.5.1 Uji Validitas dan Reliabilitas .....	30
2.2 Kualitas Tidur .....	30
2.2.1 Pittsburg Sleep Quality Index (PSQI).....	33
2.2.1.1 Uji Validitas dan Reliabilitas .....	35
2.3 Burnout dan Kualitas Tidur .....	35
2.4 Kerangka Teori .....	36
2.5 Kerangka Konsep.....	36
2.6 Hipotesis .....	36
2.6.1 Hipotesis Mayor.....	36
2.6.2 Hipotesis Minor .....	36
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>37</b>
3.1 Ruang Lingkup Penelitian.....	37
3.2 Tempat dan Waktu Penelitian.....	37
3.3 Jenis dan Rancangan Penelitian.....	37
3.4 Populasi dan Sampel .....	37
3.4.1 Populasi Target .....	37
3.4.2 Populasi Terjangkau.....	37
3.4.3 Sampel.....	37
3.4.3.1 Kriteria Inklusi .....	38
3.4.3.2 Kriteria Eksklusi .....	38
3.4.4 Cara Sampling.....	38
3.4.5 Besar Sampel .....	38
3.5 Variabel Penelitian.....	39
3.5.1 Variabel Bebas .....	39
3.5.2 Variabel Terikat .....	39
3.6 Definisi Operasional .....	39
3.7 Cara Pengumpulan Data .....	41
3.7.1 Bahan .....	41
3.7.2 Jenis Data .....	41
3.7.3 Cara Kerja .....	42

3.8 Alur Penelitian .....	42
3.9 Analisis Data .....	43
3.9.1 Analisis Deskriptif .....	43
3.9.2 Analisis Korelasi .....	43
3.10 Etika Penelitian .....	43
3.11 Jadwal Penelitian .....	43
BAB IV HASIL PENELITIAN .....	45
4.1 Karakteristik Subjek Penelitian.....	45
4.2 <i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i> .....	47
4.3 <i>Masclah Burnout Inventory</i> .....	50
4.4 Korelasi <i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i> dengan <i>Masclah Burnout Inventory</i> .....	53
BAB V PEMBAHASAN .....	55
5.1 <i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i> .....	55
5.2 <i>Masclah Burnout Inventory</i> .....	58
5.3 Korelasi <i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i> dengan <i>Masclah Burnout Inventory</i> .....	61
5.4 Keterbatasan Penelitian.....	62
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN .....	63
6.1 Simpulan .....	63
6.2 Saran .....	63
DAFTAR PUSTAKA .....	64
LAMPIRAN.....	74

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 1.</b> Keaslian Penelitian.....	5
<b>Tabel 2.</b> Faktor Risiko <i>Burnout Syndrome</i> .....	28
<b>Tabel 3.</b> Definisi Operasional.....	39
<b>Tabel 4.</b> Data demografi subjek penelitian.....	45
<b>Tabel 5.</b> Data demografi berdasarkan tingkat <i>burnout syndrome</i> .....	47
<b>Tabel 6.</b> Data demografi berdasarkan kualitas tidur .....	50
<b>Tabel 7.</b> Tabulasi silang PSQI dan MBI .....	53



## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar 1.</b> Fase-fase <i>burnout syndrome</i> .....	12
<b>Gambar 2.</b> Kerangka Teori.....	36
<b>Gambar 3.</b> Kerangka Konsep .....	37

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran 1.</b> Informed Consent dan Kuesioner.....	74
<b>Lampiran 2.</b> Hasil Uji Statistik .....	81