HUBUNGAN STRES KERJA DENGAN *BURNOUT* PADA PERAWAT YANG BEKERJA DI RUANG RAWAT INAP RUMAH SAKIT ROEMANI MUHAMMADIYAH SEMARANG

SKRIPSI

Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Tugas Mata Kuliah Skripsi

Oleh

FADILLA RACHMA SABRINA

NIM 22020119130094

DEPARTEMEN ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS DIPONEGORO

SEMARANG, MEI 2026

LEMBAR PERSETUJUAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa **Skripsi** yang berjudul:

HUBUNGAN STRES KERJA DENGAN *BURNOUT* PADA PERAWAT YANG BEKERJA DI RUANG RAWAT INAP RUMAH SAKITROEMANI MUHAMMADIYAH SEMARANG

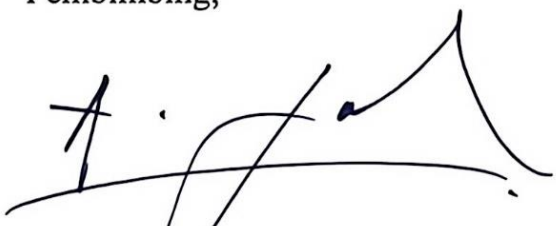
Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Fadilla Rachma Sabrina

NIM : 22020119130094

Telah disetujui sebagai **usulan** penelitian dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk di*review*

Pembimbing,

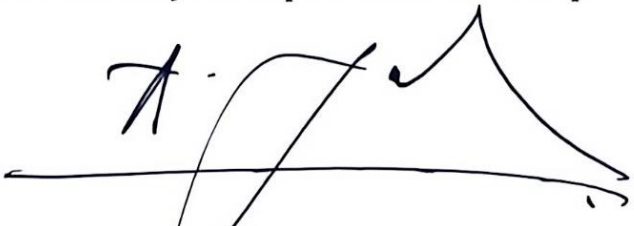


Agus Santoso, S.Kp., M.Kep.

NIP 197208211999031002

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan FK Undip



Agus Santoso, S.Kp., M.Kep.

NIP 197208211999031002

LEMBAR PENGESAHAN

Yang bertanda tangan dibawah ini menyatakan bahwa **Skripsi** yang berjudul:

HUBUNGAN STRES KERJA DENGAN *BURNOUT* PADA PERAWAT YANG BEKERJA DI RUANG RAWAT INAP RUMAH SAKIT ROEMANI MUHAMMADIYAH SEMARANG

Dipersiapkan dan disusun oleh:
Nama : Fadilla Rachma Sabrina
NIM : 22020119130094
Telah diuji pada 26 Mei 2026 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk **mendapatkan gelar Sarjana Keperawatan.**

Ketua Penguji,

Bambang Edi Warsito, S.Kp., M.Kes.
NIP 196303071989031002

Anggota Penguji,

Dr. Untung Sujianto, S.Kp., M.Kes.
NIP 197109191994031001

Pembimbing,

Agus Santoso, S.Kp., M.Kep.
NIP 197208211999031002

Mengetahui,
Ketua Departemen Ilmu Keperawatan FK Undip

Dr. Anggorowati S.Kp., Ns.Sp.Kep.Mat., M.Kep
NIP 197708302001122001

PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Fadilla Rachma Sabrina
NIM : 22020119130094
Fakultas/Departemen : Kedokteran/Keperawatan
Jenis : Skripsi
Judul : Hubungan Stres Kerja dengan *Burnout* pada Perawat yang Bekerja di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Roemani Muhammadiyah Semarang

Dengan ini menyatakan bahwa saya menyetujui untuk:

1. Memberikan hak bebas royalti kepada Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP atas penulisan karya ilmiah saya demi pengembangan ilmu pengetahuan.
2. Memberikan hak kepada Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP untuk menyimpan, mengalihmediakan/mengalihformatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), mendistribusikan, serta menampilkan dalam bentuk *soft copy* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta izin dari saya, dengan tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta.
3. Bersedia dan menjamin untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP, atas segala bentuk tuntutan hukum yang timbul akibat pelanggaran hak cipta dalam karya ilmiah ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, Mei 2026

Yang menyatakan,



Fadilla Rachma Sabrina

NIM : 22020119130094

PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Nama	: Fadilla Rachma Sabrina
Tempat/Tanggal Lahir	: Kab. Semarang, 29 Maret 2001
Alamat Rumah	: Bender Dukuh, Kalisidi, Ungaran Barat
No. Telp	: 085800210858
Email	: fadillasabrinaa@gmail,com

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa penelitian saya yang berjudul **"Hubungan Stres Kerja dengan *Burnout* pada Perawat yang Bekerja di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Roemani Muhammadiyah Semarang"** bebas dari plagiarisme dengan *similarity index* sebesar 9% dan bukan hasil karya orang lain.

Apabila di kemudian hari ditemukan sebagian atau seluruh bagian dari penelitian dan karya ilmiah hasil penelitian tersebut terdapat indikasi plagiarisme, saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar tanpa adanya unsur paksaan dari pihak manapun.

Semarang, Mei 2026

Yang menyatakan,



Fadilla Rachma Sabrina

NIM : 22020119130094

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan segala rizki dan karunia-Nya sehingga penelitian ini dapat disusun dengan baik. Sholawat serta salam tak lupa diucapkan kepada Nabi Muhammad SAW sehingga kita senantiasa mendapatkan syafaatnya di akhirat kelak. Ucapan syukur dipanjatkan atas segala nikmat kepada Allah SWT sehingga penelitian yang berjudul "Hubungan Stres Kerja dengan *Burnout* Pada Perawat yang Bekerja di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Roemani Muhammadiyah Semarang" dapat saya kerjakan. Ada pula tujuan pembuatan penelitian skripsi ini adalah sebagai pengembangan ilmu pengetahuan, penunjang kepentingan akademis dan menjadi salah satu syarat kelulusan dalam menyelesaikan pendidikan sarjana keperawatan di Universitas Diponegoro. Penelitian ini dilakukan dengan harapan dapat memberikan manfaat bagi pembaca dan siapa pun yang membutuhkan sebagai referensi, bahan evaluasi dan lainnya. Selama proses, penulis menyadari sepenuhnya bahwa penelitian skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, dibutuhkan kritik dan saran yang konstruktif dan bermanfaat sehingga dapat meningkatkan kualitas penelitian di iklim akademis. Akhir kata, besar harapan penelitian ini dapat berguna sebagaimana mestinya.

Semarang, 7 Juli 2025



Fadilla Rachma Sabrina

NIM 22020119130094

UCAPAN TERIMA KASIH

Penelitian ini tidak luput dari berbagai dukungan dan bantuan dari berbagai pihak, sehingga penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Agus Santoso, S.Kp., M.Kep. selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan dengan baik dan sabar dalam penyusunan skripsi ini.
2. Bapak Bambang Edi Warsito, S.Kp., M.Kes. dan Bapak Dr. Untung Sujianto, S.Kp., M.Kes. selaku dosen penguji proposal skripsi.
3. Pihak Diklat dan Manajemen Rumah Sakit Roemani Muhammadiyah Semarang dan perawat rawat inap yang telah membantu & kooperatif selama pengambilan data awal berlangsung.
4. Kedua orangtua saya, Bapak Bero Agus Supriyanto dan Ibu Siti Salmiyah yang telah memberikan dukungan dan doa terbaik.
5. Adik semata wayang saya, Disyacitta Aina Qalbitta yang telah memberikan dorongan.
6. Teman-teman saya yang selalu menyemangati dan menemani penyusunan proposal skripsi ini terutama Windi, Fani, Farah, Winny, Yasmin, dan Rahayu.

Semoga Allah SWT senantiasa memberikan kebaikan kepada seluruh pihak yang telah membantu dan mendukung proses penyusunan proposal skripsi ini.

Semarang, 7 Juli 2025



Fadilla Rachma Sabrina

NIM 22020119130094

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN ..... **i**
LEMBAR PENGESAHAN ..... **ii**
PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH ..... **iii**
PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME ..... **iv**
KATA PENGANTAR ..... **v**
UCAPAN TERIMA KASIH ..... **vi**
DAFTAR ISI ..... **vii**
DAFTAR TABEL ..... **xi**
DAFTAR GAMBAR ..... **xiii**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xiv**
ABSTRAK ..... **xv**
ABSTRACT ..... **xvi**
BAB I PENDAHULUAN **1**
1.1 Latar Belakang 1
1.2 Rumusan Masalah Penelitian 10
1.3 Tujuan Penelitian 12
1.3.1. Tujuan Umum 12
1.3.2. Tujuan Khusus 12
1.4 Manfaat Penelitian 12
1.4.1 Bagi Perawat 12
1.4.2 Bagi Rumah Sakit 13
1.4.3 Bagi Pengembangan Profesi Keperawatan 13
1.4.4 Bagi Peneliti Selanjutnya 13
BAB II TINJAUAN PUSTAKA **14**
2.1 Landasan Teori 14
2.1.1 Grand Theory: Teori Adaptasi Roy 14
2.1.2 Middle Theory: Teori Stres dan Koping oleh Lazarus dan Folkman 15
2.1.3 *Applied Theory*: Teori pada Alat Ukur *ENSS* dan *MBI (M-TBI)* 16
2.2 Stres Kerja 17
2.2.1 Definisi Stres 17

2.2.2 Definisi Stres Kerja 18
2.2.3 Faktor-Faktor Penyebab Stres Kerja 18
2.2.4 Gejala Stres 21
2.2.5 Stres Kerja dalam Keperawatan 26
2.3 *Burnout* 28
2.3.1 Definisi *Burnout* 28
2.3.2 Dimensi *Burnout* 29
2.3.3 Faktor-Faktor Penyebab *Burnout* 30
2.3.4 Dampak *Burnout* 32
2.4 Hubungan antara Stres Kerja dan *Burnout* 35
2.5 Kerangka Teori dan Kerangka Konsep 37
2.5.1 Kerangka Teori 37
2.5.2 Kerangka Konsep 38
2.6 Hipotesis 38
BAB III METODE PENELITIAN 39
3.1 Jenis dan Rancangan Penelitian 39
3.2 Populasi dan Sampel Penelitian 39
3.2.1 Populasi 39
3.2.2 Sampel 40
3.2.3 Teknik Sampling 41
3.3 Tempat dan Waktu Penelitian 41
3.4 Variabel Penelitian, Definisi Operasional, dan Skala Pengukuran 41
3.4.1 Variabel Penelitian 41
3.4.2 Definisi Operasional dan Skala Pengukuran 43
3.5 Instrumen Penelitian dan Cara Pengumpulan Data 46
3.5.1 Instrumen Penelitian 46
3.5.2 Validitas dan Reliabilitas 49
3.5.3 Cara Pengumpulan Data 51
3.6 Teknik Pengolahan dan Analisis Data 53
3.6.1 Teknik Pengolahan Data 53
3.6.2 Analisis Data 56
3.7 Etika Penelitian 58

BAB IV **61**
HASIL PENELITIAN **61**
4.1 Analisis Data Univariat 61
4.1.1 Karakteristik Responden 61
4.1.2 Stres Kerja 62
4.1.3 *Burnout* 67
4.2 Analisis Data Bivariat 71
4.2.1 Hubungan Karakteristik Responden dengan Stres Kerja dan *Burnout* 71
4.2.2 Hubungan Stres Kerja dengan *Burnout* Total 72
4.2.3 Hubungan Stres Kerja dengan Kelelahan Emosional 73
4.2.4 Hubungan Stres Kerja dengan Depersonalisasi 74
4.2.5 Hubungan Stres Kerja dengan Rendahnya Penghargaan Diri 74
BAB V PEMBAHASAN **76**
5.1 Gambaran Stres Kerja 76
5.2 Gambaran *Burnout* 78
5.2.1 Gambaran Kelelahan Emosional 79
5.2.2 Gambaran Depersonalisasi 81
5.2.3 Gambaran Rendahnya Penghargaan Diri 82
5.3 Hubungan Karakteristik Responden dengan Stres Kerja dan *Burnout* . 83
5.4 Hubungan Stres Kerja dengan *Burnout* Total 84
5.3.1 Hubungan Stres Kerja dengan Kelelahan Emosional 84
5.3.2 Hubungan Stres Kerja dengan Depersonalisasi 85
5.3.3 Hubungan Stres Kerja dengan Rendahnya Penghargaan Diri 86
5.5 Keterbatasan Penelitian 87
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN **88**
6.1 Kesimpulan 88
6.2 Saran 89
DAFTAR PUSTAKA **91**
LAMPIRAN ..... **xvii**
Lampiran 1. Surat Izin Penelitian dari DIK FK UNDIP xvii
Lampiran 2. Surat Izin Pengambilan Data RS Roemani xviii
Lampiran 3. Persetujuan Etik xix

Lampiran 4. Hasil Uji Turnitin xx
Lampiran 5. Hasil Uji Statistik xxi
Lampiran 6. Sampel Kuesioner xxv
Lampiran 7. Informed Consent xxxii
Lampiran 8. Daftar Kuesioner xxxiii
Lampiran 9. Perizinan Menggunakan Kuesioner xxxix
Lampiran 10. Daftar Kuesioner Asli xl
Lampiran 11. Rekapitulasi Hasil Jawaban Kuesioner xlv
Lampiran 12. Logbook Bimbingan Skripsi xlviii

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Perhitungan Jumlah Sampel Penelitian 41
Tabel 3. 2 Definisi Operasional dan Skala Pengukuran Variabel Penelitian 43
Tabel 3. 3 Kisi-Kisi Kuesioner Penelitian 48
Tabel 3. 4 *Coding* Data Penelitian 55
Tabel 4. 1 Distribusi Karakteristik Perawat Rawat Inap RS Perawat Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Roemani Muhammadiyah Semarang pada Bulan April 2026 (n=114) 62
Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Tingkat Stres Kerja (ENSS) Perawat Rawat Inap RS Roemani Muhammadiyah Semarang pada Bulan April 2026 (n=114) 63
Tabel 4. 3 Jawaban Responden tentang Stres Kerja (ENSS) Perawat Rawat Inap RS Roemani Muhammadiyah Semarang pada Bulan April 2026 (n=114) 64
Tabel 4. 4. Distribusi Frekuensi Sub Variabel Burnout (M-TBI) Perawat Rawat Inap RS Roemani Muhammadiyah Semarang pada Bulan April 2026 (n=114) ... 68
Tabel 4. 5. Distribusi Frekuensi Tingkat Burnout (M-TBI) Perawat Rawat Inap RS Roemani Muhammadiyah Semarang pada Bulan April 2026 (n=114) 68
Tabel 4. 6. Distribusi Jawaban Responden tentang Burnout (M-TBI) Perawat Rawat Inap RS Roemani Muhammadiyah Semarang pada Bulan April 2026 (n=114) 69
Tabel 4. 7. Hubungan Karakteristik Responden dengan Stres Kerja dan Burnout Perawat Rawat Inap RS Roemani Muhammadiyah Semarang pada Bulan April 2026 (n=114) 71
Tabel 4. 8. Hasil Analisis Hubungan Stres Kerja dengan Burnout Total Perawat Rawat Inap RS Roemani Muhammadiyah Semarang pada Bulan April 2026 (n=114) 72
Tabel 4. 9. Hasil Analisis Hubungan Stres Kerja dengan Kelelahan Emosional Perawat Rawat Inap RS Roemani Muhammadiyah Semarang pada Bulan April 2026 (n=114) 73

Tabel 4. 10. Hasil Analisis Hubungan Stres Kerja dengan Depersonalisasi Perawat Rawat Inap RS Roemani Muhammadiyah Semarang pada Bulan April 2026 (n=114)..... 74
Tabel 4. 11. Hasil Analisis Hubungan Stres Kerja dengan Rendahnya Penghargaan Diri Perawat Rawat Inap RS Roemani Muhammadiyah Semarang pada Bulan April 2026 (n=114) 74

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori 37
Gambar 2. 2 Kerangka Konsep 38

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian dari DIK FK UNDIP xvii
Lampiran 2. Surat Izin Pengambilan Data RS Roemani xviii
Lampiran 3. Persetujuan Etik xix
Lampiran 4. Hasil Uji Turnitin xx
Lampiran 5. Hasil Uji Statistik xxi
Lampiran 6. Sampel Kuesioner xxv
Lampiran 7. Informed Consent xxxii
Lampiran 8. Daftar Kuesioner xxxiii
Lampiran 9. Perizinan Menggunakan Kuesioner xxxix
Lampiran 10. Daftar Kuesioner Asli xl
Lampiran 11. Rekapitulasi Hasil Jawaban Kuesioner xlv
Lampiran 12. Lembar Konsultasi xlviii
Lampiran 13. Logbook Bimbingan Skripsi ..... **Error! Bookmark not defined.**

Departemen Ilmu Keperawatan
Fakultas Kedokteran
Universitas Diponegoro
Mei, 2026

ABSTRAK

Fadilla Rachma Sabrina

Hubungan Stres Kerja dengan *Burnout* pada Perawat yang Bekerja di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Roemani Muhammadiyah Semarang
xv + 98 halaman + 11 tabel + 2 gambar + 12 lampiran

Perawat memiliki risiko tinggi mengalami stres kerja akibat tuntutan dan tanggung jawab profesi yang kompleks. Stres kerja yang berlangsung dalam jangka panjang dapat menyebabkan sindrom burnout yang ditandai dengan kelelahan emosional, depersonalisasi, dan rendahnya penghargaan diri. Kondisi ini dapat berdampak negatif terhadap kualitas pelayanan keperawatan yang diberikan kepada pasien. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara stres kerja dan burnout pada perawat rawat inap di Rumah Sakit Roemani Muhammadiyah Semarang. Penelitian kuantitatif korelasional dengan pendekatan *cross-sectional* ini melibatkan 114 perawat rawat inap. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner *Expanded Nursing Stress Scale* (ENSS) dan *Maslach–Trisni Burnout Inventory* (M-TBI). Analisis data dilakukan menggunakan statistik deskriptif, uji korelasi Spearman Rank, dan tabulasi silang.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami stres kerja kategori sedang (56,1%) dan burnout kategori sedang (68,4%). Dimensi burnout yang meliputi kelelahan emosional (67,5%), depersonalisasi (78,1%), dan rendahnya penghargaan diri (74,6%) juga didominasi kategori sedang. Ditemukan hubungan positif yang signifikan antara stres kerja dan burnout ($p<0,001$; $r=0,533$) dengan kekuatan hubungan sedang. Selain itu, stres kerja berhubungan signifikan dengan kelelahan emosional ($p=0,001$) dengan kekuatan hubungan sedang dan rendahnya penghargaan diri ($p=0,0001$) dengan kekuatan hubungan lemah, sedangkan tidak ditemukan hubungan yang signifikan antara stres kerja dan depersonalisasi ($p=0,537$). Jenis kelamin juga diketahui berhubungan signifikan dengan stres kerja. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat stres kerja yang dialami perawat, semakin tinggi tingkat burnout yang dialami, terutama pada dimensi kelelahan emosional dan rendahnya penghargaan diri. Oleh karena itu, rumah sakit perlu menerapkan intervensi yang tepat untuk mengurangi stres kerja dan mencegah terjadinya burnout pada perawat.

Kata Kunci: stres kerja, *burnout*, perawat

Daftar Pustaka: 97 (2014-2026)

Department of Nursing
Faculty of Medicine
Diponegoro University
May, 2026

ABSTRACT

Fadilla Rachma Sabrina
The Correlation of Work Stress and Burnout Among Nurses Working in the Inpatient Ward of Roemani Muhammadiyah Hospital Semarang
xvi + 98 pages + 11 tables + 2 pictures + 12 attachments

Nurses are at high risk of experiencing work-related stress due to the complex demands and responsibilities of their profession. Prolonged work stress may lead to burnout syndrome, which is characterized by emotional exhaustion, depersonalization, and reduced personal accomplishment. This condition may negatively affect the quality of nursing care provided to patients. This study aimed to examine the relationship between work stress and burnout among inpatient nurses at Roemani Muhammadiyah Hospital Semarang. A quantitative correlational study with a cross-sectional approach was conducted among 114 inpatient nurses. Data were collected using the Expanded Nursing Stress Scale (ENSS) and the Maslach–Trisni Burnout Inventory (M-TBI). Data were analyzed using descriptive statistics, Spearman Rank correlation, and cross-tabulation analysis.

The results showed that most respondents experienced moderate levels of work stress (56.1%) and burnout (68.4%). The dimensions of burnout, including emotional exhaustion (67.5%), depersonalization (78.1%), and reduced personal accomplishment (74.6%), were also predominantly classified as moderate. A significant positive correlation was found between work stress and burnout ($p<0.001$; $r=0.533$), indicating a moderate correlation strength. Furthermore, work stress was significantly associated with emotional exhaustion ($p=0.001$), demonstrating a moderate correlation, and with reduced personal accomplishment ($p=0.0001$), demonstrating a weak correlation, whereas no significant association was found between work stress and depersonalization ($p=0.537$). Gender was also significantly associated with work stress. These findings indicate that higher levels of work stress are associated with higher levels of burnout among inpatient nurses, particularly emotional exhaustion and reduced personal accomplishment. Hospitals should implement appropriate interventions to reduce work stress and prevent burnout among nurses.

Keyword*: work stress, burnout, nurses*

References: *97 (2014–2026)*