

# Fenomena *Burnout* Tenaga Kesehatan di Masa Pandemi Covid-19

M. Azhar Nabil Hamami<sup>1\*</sup> dan Rakhmadiyah Dewi Noorrizki<sup>2</sup>

<sup>1,2)</sup> Psikologi, Universitas Negeri Malang, Malang

\*Penulis Koresponden: M. Azhar Nabil Hamami. Email: m.azhar.1908116@students.um.ac.id

## Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran gejala *burnout* yang terjadi pada petugas kesehatan di rumah sakit selama pandemi COVID-19. Penelitian ini berfokus hanya pada *burnout* yang dialami pegawai di Rumah Sakit. Dalam penulisan artikel ini peneliti menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan metode studi kepustakaan atau *study literature*. Jenis data yang digunakan adalah data sekunder berupa artikel ilmiah. Artikel yang sudah didapat kemudian dianalisis dengan menggunakan teknik *anaisis isi* menganalisis dan memahami teks artikel. Sembilan artikel yang sudah didapat menunjukkan hasil yang beragam. Muncul gejala *burnout* seperti stres, cemas, dan perasaan tertekan pada petugas yang menanganai pasien COVID-19.

**Keywords:** *burnout, COVID-19, petugas kesehatan*

## 1. Pendahuluan

Jumlah kasus COVID-19 di seluruh dunia mengalami peningkatan secara bertahap dan konsisten. Data total kasus kumulatif hingga bulan Desember 2020 sudah mencapai 63.965.092 kasus dengan kasus baru per harinya mencapai 591.432 (WHO, 2020). Petugas kesehatan memiliki resiko terpapar penyakit menular, termasuk yang ditularkan melalui darah atau cairan tubuh lain dan / atau agen infeksi yang ditularkan melalui udara (Shiao et al. 2007).

Tingginya jumlah pasien, fasilitas rumah sakit yang kurang memadai, serta tingginya resiko terpapar penyakit membuat pegawai kesehatan mengalami stres akibat bekerja. Stres kerja adalah kondisi ketika stressor kerja secara sendiri atau bersama faktor lain berinteraksi dengan karakteristik individu, menghasilkan gangguan keseimbangan fisiologis dan psikologis (Sauter, 2009). Stres kerja berdampak negatif terhadap kesehatan fisik dan mental pekerja, penurunan kinerja, kurangnya pengembangan karir, dan kehilangan pekerjaan. *Society of Critical Care Medicine* mensurvei 9492 dokter unit perawatan intensif di A.S. dan menemukan bahwa median stres yang dilaporkan sendiri, diukur pada skala dari 0 menjadi 10, meningkat dari 3 menjadi 8 selama pandemic (SCCM, 2020).

Sejumlah besar petugas kesehatan yang langsung turun tangan di rumah sakit menghadapi kesulitan, beban kerja, dan stres yang tinggi, membuat mereka rentan terhadap *burnout* (kelelahan) (Lai et al, 2019). *Burnout* diketahui didorong oleh stres kerja yang tinggi, tekanan waktu dan beban kerja yang tinggi, serta dukungan organisasi yang buruk (Dugani et al, 2018). *Burnout* adalah sindrom yang berhubungan dengan pekerjaan yang melibatkan kelelahan emosional, depersonalisasi, dan rasa pencapaian pribadi yang berkurang (Leiter & Mashlach, 2004). *Burnout* dapat menyebabkan frustrasi, rasa kehilangan kendali, dan menurunnya semangat kerja (Valent, 2002). *Burnout* memengaruhi daya tahan pegawai kesehatan seperti perawat dan dokter dan dapat menyebabkan konsekuensi munculnya penyakit mental seperti depresi dan bunuh diri (Dyrbye, 2008).

Dengan melihat permasalahan *burnout* yang terjadi, Penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran gejala *burnout* yang terjadi pada petugas kesehatan di rumah sakit serta teknik coping pada tenaga Kesehatan selama pandemi COVID-19. Penelitian ini berfokus hanya pada *burnout* yang dialami pegawai di Rumah Sakit.

## 2. Tinjauan Literatur

Menurut Poerwandari dalam Romadhoni (2015) *burnout* adalah kondisi seseorang yang merasa terkuras habis dan kehilangan energi psikis maupun fisik. Biasanya *burnout* dialami dalam bentuk kelelahan fisik, mental, dan emosional yang terus menerus. Karena bersifat psikobiologis (beban psikologis berpindah ke tampilan fisik, misalnya mudah pusing, tidak dapat berkonsentrasi, gampang sakit) dan biasanya bersifat kumulatif, maka kadang persoalan tidak demikian mudah diselesaikan. Umumnya kasus yang terkait dengan *burnout* diantaranya kecemasan, depresi, penurunan rasa puas dan kualitas, PTSD, dan peningkatan angka bunuh diri (Alharbi, 2019). Individu yang mengalami *burnout* menunjukkan bahwa orang tersebut kehilangan kemampuan untuk menahan faktor stres yang terkait pekerjaan dan mengalami gejala pelepasan emosional dan psikosomatis (Bulatevych, 2017).

Maslach dan Leiter (dalam Putriana, 2019) menyatakan bahwa terdapat tiga dimensi yang merupakan aspek dari *burnout*:

- (1) *Exhaustion* (kelelahan). seseorang merasakan kelelahan yang mengacu pada perasaan menjadi terlalu berat dan kehabisan sumber daya emosional dan fisik,
- (2) *Cynicism* (Sinisme). mengacu pada respons negatif seperti bermusuhan atau bersikap dingin dan berjarak terhadap pekerjaan dan orang-orang disekitarnya sehingga sering kali kehilangan idealisme.
- (3) *Ineffectiveness* (Ketidakefektifan). mengacu pada penurunan perasaan kompetensi dan produktivitas di tempat kerja. Individu akan merasa segala pekerjaannya terasa sangat berat dan tidak akan dapat melakukan pekerjaannya dengan baik.

Leiter dan Mashlach (2005) juga telah mengidentifikasi dua kelompok faktor yang penyebab utama *burnout*. Kelompok pertama disebut prediktor situasional yang meliputi enam poin: (1) beban kerja, (2) kontrol, (3) penghargaan, (4) jaringan sosial, (5) keadilan dalam pembagian kerja, dan (6) nilai yang didapat. Kelompok kedua mencakup faktor individual seperti usia, jenis kelamin, status perkawinan, dan pengalaman. Cordes et al. (dalam Beheshtifar dan Omidvar, 2013) mengkategorikan faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan menjadi tiga kelompok: (1) karakteristik pekerjaan dan tanggung jawab, (2) karakteristik organisasi dan (3) karakteristik pribadi.

*Burnout* berhubungan erat dengan depresi, keduanya berhubungan dengan sejumlah variabel seperti gaya kognitif depresif (ruminasi dan pesimis), kesehatan diri, aktivitas fisik, neurotisme, ekstraversi, masalah kepuasan kerja, kesulitan pekerjaan, dukungan sosial di tempat kerja, peristiwa kehidupan yang penuh tekanan, dan penyebab kecemasan atau gangguan depresi (Bianchi & Schonfeld, 2016).

Ema (2004) mengatakan bahwa *burnout* merupakan suatu kondisi yang disebabkan karena adanya suatu keadaan kerja yang tidak mendukung karena tidak sesuai dengan harapan dan kebutuhan, sehingga mengakibatkan hilangnya energi yang terperas habis dalam psikis maupun fisik seseorang. *Burnout* dianggap rentan terjadi pada pekerjaan yang berhubungan dengan membantu orang lain (Wieclaw, 2006). *Burnout* dapat muncul akibat kondisi internal seseorang yang ditunjang oleh faktor lingkungan berupa stres yang berlarut-larut. Dari sini terlihat bahwa *burnout* lebih banyak dialami oleh

orang-orang yang pekerjaannya melayani orang lain dan bekerja dengan orang banyak seperti ASN dan Petugas Kesehatan.

*Burnout* digunakan untuk pertama kalinya untuk menggambarkan kelompok gejala yang muncul akibat stres kronis organisasi yang dialami oleh karyawan sipil (Maslach et al., 2001) dan juga pada pekerja dengan intensitas tinggi seperti petugas kesehatan (Katsounari, 2015). Menurut Shanafelt et al (2012) dokter spesialis yang menangani rawat cepat — IGD, Farmasi, dan penyakit dalam — berada pada risiko terbesar *burnout*. Dalam penelitian lain juga dikatakan perawat dan asisten dokter diyakini menderita *burnout* tertinggi jika dibandingkan dengan dokter, staf administrasi dan teknisi medis di rumah sakit (Chou et al, 2013). Kedua penelitian tidak bertentangan, keduanya sama-sama menggambarkan situasi *burnout* di rumah sakit dengan fokus subjek masing-masing.

### 3. Metode

Dalam penulisan artikel ini penulis menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan metode studi kepustakaan atau *study literature*. Studi kepustakaan adalah teknik pengumpulan data dengan mengadakan studi penelaahan terhadap buku-buku, literatur-literatur, catatan-catatan, dan laporan-laporan yang ada hubungannya dengan masalah yang dipecahkan (Nazir, 2003). Dengan demikian penelitian dengan metode studi kepustakaan meliputi serangkaian kegiatan yang berkenaan dengan metode pengumpulan data pustaka, mencatat serta mengolah bahan bacaan.

Jenis data yang digunakan adalah data sekunder berupa artikel ilmiah. Artikel yang digunakan berasal dari jurnal berbahasa Inggris seperti *Elsevier, Sagepub, Researchgate, dan NCBI* dalam kurun waktu 5 tahun terakhir. Pencarian artikel menggunakan kata kunci seperti *burnout, burnout and pandemic, stress co-worker covid-19*. Kriteria inklusi artikel diantaranya: membahas tentang *Burnout* secara umum, kasus-kasus yang berkaitan dengan *burnout* di seluruh dunia, artikel yang membahas hubungan antara *burnout* dan COVID-19. Kriteria Eksklusi: membahas stress kerja secara khusus, tidak berfokus pada petugas kesehatan, terjadi di pandemic lain (SARS, MERS) atau di waktu selain COVID-19. Artikel yang sudah didapat kemudian dianalisis dengan menggunakan teknik *anaisis isi* menganalisis dan memahami teks artikel. Definisi *burnout* dalam penelitian ini adalah suatu keadaan penuh tekanan (kelelahan) yang ditandai dengan kelelahan emosional, sinisme, dan pencapaian atau penghargaan atas kemampuan yang rendah, sebagai respons individu atas tekanan dan tuntutan kerja yang tinggi (stres berkepanjangan).

### 4. Hasil dan Pembahasan

#### 4.1. Hasil

Setelah mengumpulkan dan menelaah sembilan hasil artikel yang relevan dengan penelitian penulis, didapati beberapa gejala dan faktor *burnout* yang dialami oleh petugas kesehatan Secara rinci dapat dilihat pada tabel 1.

**Tabel 1. Penelitian-penelitian yang membahas *burnout* pada petugas kesehatan selama pandemi covid-19**

No.	Peneliti	Subjek Penelitian	Alat Ukur	Variable Terikat	Hasil
1.	Zerbini, Ebigbo, Reicherts, Kunz & Messman (2020).	75 Perawat dan 35 Dokter RS Universitas Augsburg	Kuisisioner. PHQ: Patient Health Questionnaire MBI: Maslach <i>Burnout</i> Inventory. Analisis menggunakan korelasi spearman dan analisis isi.	Tekanan psikologis petugas kesehatan	Perawat lebih menderita kecemasan dan gangguan kesehatan mental disebabkan beban kerja yang lebih tinggi dan waktu yang lebih lama. Gejala yang dialami umumnya stress, depresi, kelelahan, dan kecemasan
2.	Algunmeeyn, El-Dahiyat, & Altakhineh (2020).	10 perawat, 10 dokter, dan 10 apoteker RS Umum di Jordan.	Wawancara semi-terstruktur. Analisis menggunakan Teknik tematik.	Penyebab dan dampak <i>burnout</i> pada petugas kesehatan.	<i>Burnout</i> meningkatkan kelelahan fisik serta menurunkan kualitas pelayanan petugas kesehatan.
3.	Cai, Tu, Ma, Chen, Fu, Jiang, & Zhuang. (2020).	Dokter dan perawat perawat (IGD, klinik, ICU), teknisi radiologi dan laboratorium, dan staff RS. Total 534 partisipan berasal dari Hubei, China.	Kuisisioner dengan 5 bagian. Analisis dengan uji chi-square.	Gambaran masalah psikologis dan Teknik coping terhadap <i>burnout</i> .	Gejala utama <i>burnout</i> yakni stress, muncul persepsi risiko terinfeksi virus pada diri sendiri, keluarga, dan pasien.
4.	Amanullah & Shankar (2020).	Subjek yang diteliti adalah para dokter secara global di masa pandemi	Studi literatur menggunakan Analisis sistematis terhadap 5 artikel.	Penyebab <i>burnout</i> pada petugas kesehatan	Faktor penyebab <i>burnout</i> diantaranya penempatan kerja di bagian yang berhubungan langsung dengan Covid-19, karakteristik gender, kurangnya istirahat, dan peningkatan beban kerja. Dokter wanita melaporkan peningkatan <i>burnout</i> dibandingkan dengan dokter pria
5.	Wu, Wang, Luo, Hu, Lin, Anderson, Bruera, Yang, Wei, & Qian (2020).	220 petugas kesehatan yang terdiri dari dokter Dan perawat di Hubei Center Hospital (HCH). 110 merupakan petugas kesehatan garda depan (FL) dan seperti biasa (UW)	Menggunakan survey dengan analisis deskriptif dan chi-square	Perbandingan tingkat <i>burnout</i> petugas kesehatan FL (frontline) dan UW (Usual Wards).	Partisipan yang berada di garda depan (FL) menunjukkan kasus <i>burnout</i> yang lebih rendah dan juga memiliki kecemasan yang lebih rendah.

**Tabel 1. Penelitian-penelitian yang membahas *burnout* pada petugas kesehatan selama pandemi covid-19 (lanjutan)**

6.	Morgantini, Naha, Wang, Francavilla, Acar, Flores, Crivellaro, Moreira, Abern, Eklund, Vigneswaran, & Weine (2020).	2,707 petugas kesehatan profesional (HCP) dari 60 negara	cross-sectional survey dengan analisis regresi Quasi-Poisson	Dampak yang berhubungan dengan <i>burnout</i> di berbagai negara	<i>Burnout</i> dipengaruhi oleh aktivitas rumah tangga, perasaan tertekan, paparan pasien COVID-19, dan tantangan membuat keputusan yang memprioritaskan keselamatan kerja.
7.	Dinibutun (2020).	200 dokter aktif di Izmir/Turkey.	A cross-sectional survey design dengan analisis Mann Whitney-U dan Kruskal-Wallis-H	Penyebaran kasus dan Faktor yang berhubungan dengan <i>burnout</i> pada dokter di Turki	dokter wanita melaporkan peningkatan kelelahan dibandingkan dengan rekan pria mereka Tingkat <i>burnout</i> dokter yang terlibat aktif dalam penanggulangan COVID-19 lebih rendah daripada tingkat <i>burnout</i> dokter yang tidak aktif terlibat dalam penanggulangan COVID-19.
8.	Khalafallah, Lam, Gami, Dornbos, Sivakumar, Johnson, & Mukherjee (2020).	Partisipan berjumlah 407 berasal dari American Association of Neurological Surgeons (AANS)	Survey dengan menggunakan The abbreviated Maslach <i>Burnout</i> Inventory (aMBI)	<i>Burnout</i> dan kepuasan kerja para ahli bedah saraf di masa pandemi	<i>Burnout</i> pada ahli saraf disebabkan oleh bekerja di lingkungan yang tidak bersahabat, tidak memiliki anak, menghabiskan lebih banyak waktu untuk melakukan perawatan non-operasi.
9	Benjamin , Kanneganti, Lim, Tan, Chua, Tan, Sia, Denning, Goh, Purkayastha, Kinross, Sim, Chan, & Ooi (2020)	Partisipan berjumlah 3075 terdiri dari Dokter, perawat, himpunan profesional, pegawai dan staff administrasi di 4 RS dan 1 puskesmas di Singapura	Cross sectional survey dengan Oldenburg <i>Burnout</i> Inventory (OLBI), Safety Attitudes Questionnaire (SAQ), dan Hospital Anxiety and Depression Scale (HADS). Analisis menggunakan analisis regresi multivariat	Faktor-faktor yang berhubungan dengan <i>burnout</i>	Petugas kesehatan perempuan membutuhkan manajemen dan perhatian khusus dalam karena lebih rentan terkena <i>burnout</i> .

**Tabel 1. Penelitian-penelitian yang membahas *burnout* pada petugas kesehatan selama pandemi covid-19 (lanjutan)**

10	Nicole Restauri & Alison D. Sheridan (2020)		Literature review dengan 28 paper, 6 paper diantaranya membahas perkembangan permasalahan psikologis COVID-19	Dampak kesehatan mental yang dialami tenaga kesehatan saat pandemi COVID-19 dan penangannya	Rumah sakit harus memenuhi kebutuhan fisiologis dasar tenaga kesehatan dengan pemberian nutrisi yang cukup, memastikan rotasi / jadwal terpenuhi untuk istirahat yang cukup dan membatasi kemungkinan bekerja berlebihan yang merupakan munculnya <i>Burnout</i>
11	Dandan Sun, Dongliang Yang, Yafen Li, Jie Zhou, Wenqing Wang, Quanliang Wang, Nan Lin, Ailin Cao, Haichen Wang, & Qingyun Zhang (2020)	1326 dari berbagai rumah sakit dan pusat Kesehatan di china	Cross-sectional study. Dari tanggal 31 januari hingga 4 februari 2020. Data didapat dengan <i>Questionnaire Star 9</i> item. The Impact of Event Scale (IES) digunakan untuk mengukur level trauma psikologis tenaga kesehatan China	Dampak covid-19 terhadap status psikologi tenaga kesehatan di china serta mengeksplorasi faktor yang mempengaruhi	Takut dengan resiko penularan COVID-19 saat bekerja berhubungan kuat tingginya level burnout pada tenaga Kesehatan di selama pandemic covid-19
12	Deni Kurniadi Sunjaya, Dewi Marhaeni Diah Herawati, and Adiatma Y. M. Siregar (2021)	544 responden dari 21 provinsi di Indonesia dilibatkan. Data gejala depresi, ansietas, dan burnout ditransformasikan terlebih dahulu menggunakan model Rasch kemudian dikategorikan.	cross-sectional study menggunakan data sekunder dari pengukuran online yang dilakukan satu bulan setelah kasus COVID-19 di Indonesia	mengeksplorasi gejala depresi, kecemasan, dan kelelahan di antara Profesi Kesehatan dengan risiko trauma psikologis yang lebih tinggi.	Komunikasi dengan teman sebaya dan tetap berhubungan dengan keluarga perlu didorong. Insentif atau asuransi yang dijamin oleh pemerintah atau lembaga sangat penting sebagai reward dan kompensasi selama periode ini.

**Tabel 1. Penelitian-penelitian yang membahas *burnout* pada petugas kesehatan selama pandemi covid-19 (lanjutan)**

13	Andrea N, Fabrizio V, Alessandra Di L, Roberto C, Monica A, Marco G, Maria D.S, Piergiorgio L, Giacomo T, Nicola Luigi B, Rossana B, and Paolo L (2021)	797 tenaga Kesehatan dari 4 rumah sakit di kota Turin. Italia barat selama masa pandemic	cross-sectional, dengan online survey. The Impact of Event Scale – Revised (IES-R) untuk mengukur tekanan subjektif, The State-Trait Anxiety Inventory – Form Y (STAI-Y) untuk mengukur kecemasan, dan The Maslach Burnout Inventory (MBI) untuk mengukur burnout	Faktor yang berhubungan dengan kecemasan, tekanan, dan burnout	Dari 797 partisipan 324 (40,7%) partisipan mengalami gejala burnout. Penyebab burnout diantaranya kurangnya <i>social support</i> , kenaikan beban kerja, terlalu sering berkontak dengan pasien, perubahan jam kerja berkaitan erat dengan gejala burnout pada dokter dan perawat.
14	Nurhanis Syazni Roslan, Muhamad Saiful Bahri Yusoff, Ab Razak Asrenee, dan Karen Morgan (2021)	893 yang terdiri dari petugas medis, dokter, inspektur kesehatan, petugas dapur rumas sakit, tenaga lab, perawat, paramedis, apoteker, fisioterapis, ahli diet, terapis, psikolog, konselor, radiografer, dan pekerja sosial dari layanan kesehatan publik dan swasta	Penelitian menggunakan pendekatan mixed-method . Instrument terdiri dari instrumen demografi sosial, the Copenhagen Burnout Inventory (CBI), dan open-ended questions.	Gejala burnout dan faktor-faktor yang mempengaruhinya	Gejala yang paling banyak dilaporkan adalah <i>overwhelming exhaustion</i> (kelelahan emosional, fisik, dan frustrasi), <i>cynicism</i> (sikap jauh terhadap pekerjaan dan membuat komentar tidak berperasaan kepada pasien) dan <i>low-accomplishment</i> (kehilangan antusiasme, perasaan berkinerja buruk, dan harga diri rendah).

**Tabel 1. Penelitian-penelitian yang membahas *burnout* pada petugas kesehatan selama pandemi covid-19 (lanjutan)**

15	Lijuan Huo, Yongjie Zhou, Shen Li, Yuping Ning, Lingyun Zeng, Zhengkui Liu, Wei Qian, Jiechi Yang, Xin Zhou, Tiebang Liu, dan Xiang Yang Zhang	606 tenaga Kesehatan direkrut dari 133 kota di china	The Maslach Burnout Inventory digunakan mengukur burnout. Patient Health Questionnaire Depression digunakan mengukur depresif.	Burnout (MBI) untuk tingkat Health (PHQ-9) untuk gejala	Hubungan burnout dengan gejala depresif pada tenaga Kesehatan	Secara khusus, staf medis dengan usia yang lebih muda, jenis kelamin perempuan, pendapatan keluarga yang lebih rendah, penyakit fisik yang lebih parah, layanan yang lebih singkat, dan profesi perawat memiliki sindrom burnout yang lebih parah. Berdekatan dengan orang yg terinfeksi. EE: usia, penyakit fisik dan profesi perawat Cy: family income Pe: usia dan profesi perawat
----	--	--	--	---	---	--

#### 4.2. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan, terdapat ragam aspek yang berhubungan dengan *burnout* pada petugas kesehatan. Kasus-kasus yang berkaitan dengan *burnout* pada petugas kesehatan memiliki hasil yang variatif. Petugas kesehatan yang mengalami *burnout* cenderung memiliki gejala seperti stress, depresi, kelelahan, dan kecemasan (Cai et al, 2020 ; Zerbini et al, 2020). Faktor-faktor yang mempengaruhi munculnya *burnout* diantaranya adalah stress kerja, peningkatan jumlah pasien dan beban kerja, dan kecemasan tertular virus Covid-19. (Algunmeeyn et al, 2020), pekerjaan tidak sesuai bidang dan lingkungan yang tidak nyaman (Khalafallah et al, 2020), dan kurangnya istirahat (Amanullah & Shankar, 2020).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa petugas kesehatan perempuan -baik dokter maupun bukan- lebih rentan terkena *burnout* (Benjamin et al, 2020 ; Amanullah & Shankar, 2020 ; Morgantini et al, 2020). Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh McMurray et al (2000) yang menyatakan bahwa wanita mengalami peningkatan kemungkinan melaporkan *burnout* jika dibandingkan dengan pria. Kemudian menurut penelitian Zerbini et al (2020), Perawat lebih menderita kecemasan dan gangguan kesehatan mental disebabkan oleh beban kerja yang lebih tinggi dan waktu yang lebih lama. Penelitian ini didukung oleh penelitian lain yang menunjukkan bahwa petugas kesehatan yang berhubungan langsung dengan pasien COVID-19 termasuk di antara peserta yang melaporkan beban psikologis tertinggi, secara umum ditemukan pada perawat (Lai et al, 2020).

Hasil penelitian lain juga menemukan bahwa para petugas kesehatan yang bekerja berhubungan langsung dengan penanganan COVID-19 memiliki tingkat *burnout* yang rendah (Dinibutun, 2020) dan di lain kesempatan memiliki kecemasan yang lebih rendah (Wu et al, 2020). Dalam hal ini, perlu diyakini bahwa setiap orang memiliki reaksi yang berbeda terhadap *stressor* dalam situasi darurat. Beberapa

tingkat stres dapat membantu seseorang untuk tetap bekerja dengan baik dalam situasi yang menantang (IDI, 2020).

Penelitian ini menggunakan metode studi literatur yang tidak langsung mendapatkan data dari narasumber namun dari artikel yang membahas mengenai *burnout* pada petugas kesehatan. Artikel yang dikumpulkan berasal dari artikel penelitian luar negeri yang mungkin memiliki perbedaan karakteristik dengan masyarakat Indonesia. Penelitian tentang *burnout* sudah banyak dilakukan dengan berbagai macam metode di banyak negara. Namun di Indonesia, penelitian tentang *burnout* di masa pandemi sangat kurang. Disarankan kepada peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian dengan menggunakan data primer dengan menggunakan survei atau wawancara.

## Rujukan

- Algunmeeyn, A., El-Dahiyat, F., Altakhineh, M.M. et al. Understanding the factors influencing healthcare providers' *burnout* during the outbreak of COVID-19 in Jordanian hospitals. (2020). *Journal of Pharmaceutical Policy and Practice*, 13(1), <https://doi.org/10.1186/s40545-020-00262-y>
- Alharbi J, Jackson D, Usher K. (2019). Compassion fatigue in critical care nurses. An integrative review of the literature. *Saudi Med Journal*, 40(11), <https://doi.org/10.15537/smj.2019.11.24569>
- Benjamin, Y.Q. Tan, Abhiram Kanneganti, Lucas J.H. Lim, Melanie Tan, Ying Xian Chua, Lifeng Tan, Ching Hui Sia, Max Denning, Ee Teng Goh, Sanjay Purkayastha, James Kinross, Kang Sim, Yiong Huak Chan, Shirley B.S. Ooi, (2020). *Burnout* and Associated Factors Among Health Care Workers in Singapore During the COVID-19 Pandemic. *Journal of the American Medical Directors Association*, 21(12), <https://doi.org/10.1016/j.jamda.2020.09.035>.
- Brooks, S K, Webster, RK, Smith, L E. Woodland, L, Wessely, S, Greenberg, N, and Rubin, GJ (2020) „The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence“, *The Lancet Journal*, 395, [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
- Bulatevych, N. (2017). Teacher's *burnout* syndrome: the phenomenology of the process. *Polish Journal of Public Health*, 127(2), <http://dx.doi.org/10.1515/pjph-2017-0014>
- Cai, H., Tu, B., Ma, J., Chen, L., Fu, L., Jiang, Y., & Zhuang, Q. (2020). Psychological Impact and Coping Strategies of Frontline Medical Staff in Hunan Between January and March 2020 During the Outbreak of Coronavirus Disease 2019 (COVID 19) in Hubei, China. *Medical science monitor : international medical journal of experimental and clinical research*, 26, <https://doi.org/10.12659/MSM.924171>
- Chou L-P, Li C-Y, Hu SC. Job stress and *burnout* in hospital employees: comparisons of different medical professions in a regional hospital in Taiwan. *BMJ Open* 2014;4: e004185. doi:10.1136/bmjopen-2013-004185
- Dinibutun S. R. (2020). Factors Associated with *Burnout* Among Physicians: An Evaluation During a Period of COVID-19 Pandemic. *Journal of healthcare leadership*, 12, <https://doi.org/10.2147/JHL.S270440>
- Dugani, Sagar & Afari, Henrietta & Hirschhorn, Lisa & Ratcliffe, Hannah & Veillard, Jeremy & Martin, Gayle & Lagomarsino, Gina & Basu, Lopa & Bitton, Asaf. (2018). Prevalence and factors associated with *burnout* among frontline primary health care providers in low- and middle-income countries: A systematic review. *Gates Open Research*, 2(4), <https://doi.org/10.12688/gatesopenres.12779.3>
- Dyrbye, L. N., Thomas, M. R., Massie, F. S., Power, D. V., Eacker, A., Harper, W., Durning, S., Moutier, C., Szydlo, D. W., Novotny, P. J., Sloan, J. A., & Shanafelt, T. D. (2008). *Burnout* and suicidal

- ideation among U.S. medical students. *Annals of internal medicine*, 149(5), <https://doi.org/10.7326/0003-4819-149-5-200809020-00008>
- Ema, A. 2004. Peranan Dimensi-Dimensi Birokrasi terhadap *Burnout* pada Perawat Rumah Sakit Di Jakarta. *Jurnal Psyche*. 1(1).
- Huo, L., Zhou, Y., Li, S., Ning, Y., Zeng, L., Liu, Z., Qian, W., Yang, J., Zhou, X., Liu, T., & Zhang, X. Y. (2021). Burnout and Its Relationship With Depressive Symptoms in Medical Staff During the COVID-19 Epidemic in China. *Frontiers in psychology*, 12, 616369. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.616369>
- Kang, L., Li, Y., Hu, S., Chen, M., Yang, C., Yang, B. X., Wang, Y., Hu, J., Lai, J., Ma, X., Chen, J., Guan, L., Wang, G., Ma, H., & Liu, Z. (2020). The mental health of medical workers in Wuhan, China dealing with the 2019 novel coronavirus. *The lancet. Psychiatry*, 7(3), [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30047-X](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30047-X)
- Shiao, J., Koh, D., & Lo, Li-Hua & Lim, Meng-Kin & Guo, Yue-liang. (2007). Factors Predicting Nurses' Consideration of Leaving their Job During the Sars Outbreak. *Nursing ethics*, 14, <https://doi.org/10.1177/0969733007071350>
- Katsounari, I. (2015), the road less traveled and beyond: Working with severe trauma and preventing *burnout*. *Burnout research*, 2(4), <https://doi.org/10.1016/j.burn.2015.10.002>
- Khalafallah, A. M., Lam, S., Gami, A., Dornbos, D. L., 3rd, Sivakumar, W., Johnson, J. N., & Mukherjee, D. (2020). *Burnout* and career satisfaction among attending neurosurgeons during the COVID-19 pandemic. *Clinical neurology and neurosurgery*, 198, <https://doi.org/10.1016/j.clineuro.2020.106193>
- Lai J, Ma S, Wang Y, Cai Z, Hu J, Wei N, Wu J, Du H, Chen T, Li R, Tan H, Kang L, Yao L, Huang M, Wang H, Wang G, Liu Z, Hu S. Factors Associated With Mental Health Outcomes Among Health Care Workers Exposed to Coronavirus Disease 2019. *JAMA Netw Open*, 2(3), <https://doi:10.1001/jamanetworkopen.2020.3976>
- Leiter, M. & Maslach, C. (2004). Areas of Worklife: A Structured Approach to Organizational Predictors of Job *Burnout*, 3, [https://doi:10.1016/S1479-3555\(03\)03003-8](https://doi:10.1016/S1479-3555(03)03003-8)
- Leiter, M. P., & Maslach, C. (2005). A mediation model of job *burnout*. In Antoniou, A. S. G., & Cooper, C. L. (Eds.), *Research companion to organizational health psychology*. Cheltenham, UK: Edward Elga
- Maslach, C. & Leiter, M.P. *Maslach burnout inventory manual*. Vol 3<sup>rd</sup> . Palo Alto: Consulting Psychologists Pres; 1996.
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job *burnout*. *Annual Review of Psychology*, 52, 397-422. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397>
- McMurray JE, Linzer M, Konrad TR, Douglas J, Shugerman R, Nelson K. The work lives of women physicians results from the physician work life study. The SGIM Career Satisfaction Study Group. *J Gen Intern Med*. 2000 Jun, 15(6), <https://doi.org/10.1111/j.1525-1497.2000.im9908009.x>
- Morgantini, L. A., Naha, U., Wang, H., Francavilla, S., Acar, Ö., Flores, J. M., Crivellaro, S., Moreira, D., Abern, M., Eklund, M., Vigneswaran, H. T., & Weine, S. M. (2020). Factors contributing to healthcare professional *burnout* during the COVID-19 pandemic: A rapid turnaround global survey. *PloS one*, 15(9), <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0238217>
- Naldi, A., Vallelonga, F., Di Liberto, A., Cavallo, R., Agnesone, M., Gonella, M., Sauta, M. D., Lochner, P., Tondo, G., Bragazzi, N. L., Botto, R., & Leombruni, P. (2021). COVID-19 pandemic-related anxiety, distress and burnout: prevalence and associated factors in healthcare workers of North-West Italy. *BJPsych open*, 7(1). <https://doi.org/10.1192/bjo.2020.161>
- Nazir, M. 2003. *Metode penelitian*. Jakarta: Ghalia Indonesia.
- Putriana, D. (2019). Hubungan Antara Rasa Bersyukur Dengan *Burnout* Pada Perawat RSUD Dr. MOEWARDI. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Surakarta.

- Raudenská, J., Steinerová, V., Javůrková, A., Urits, I., Kaye, A. D., Viswanath, O., & Varrassi, G. (2020). Occupational burnout syndrome and post-traumatic stress among healthcare professionals during the novel coronavirus disease 2019 (COVID-19) pandemic. *Best practice & research. Clinical anaesthesiology*, 34(3). <https://doi.org/10.1016/j.bpa.2020.07.008>
- Restauri, N., & Sheridan, A. D. (2020). Burnout and Posttraumatic Stress Disorder in the Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) Pandemic: Intersection, Impact, and Interventions. *Journal of the American College of Radiology : JACR*, 17(7), <https://doi.org/10.1016/j.jacr.2020.05.021>
- Romadhoni, L. C., Asnomy T., & Suryatni, M. (2015). Pengaruh beban kerja, lingkungan kerja, dan dukungan sosial terhadap *burnout* pustakawan di Kota Mataram. *Jurnal Ilmu Perpustakaan, Informasi, dan Kearsipan Khizanah Al-Hikmah*, 3(2), 125-145.
- Roslan, N. S., Yusoff, M., Razak, A. A., & Morgan, K. (2021). Burnout Prevalence and Its Associated Factors among Malaysian Healthcare Workers during COVID-19 Pandemic: An Embedded Mixed-Method Study. *Healthcare (Basel, Switzerland)*, 9(1), 90. <https://doi.org/10.3390/healthcare9010090>
- Rubin EJ, Harrington DP, Hogan JW, Gatsonis C, Baden LR, Hamel MB. The urgency of care during the Covid-19 pandemic—learning as we go. *The New England journal of medicine*. (2020). 382(25) <https://doi.org/10.1056/nejme2015903>.
- Sunjaya, D.K., Herawati, D.M.D. & Siregar, A.Y.M. Depressive, anxiety, and burnout symptoms on health care personnel at a month after COVID-19 outbreak in Indonesia. *BMC Public Health* 21, 227 (2021). <https://doi.org/10.1186/s12889-021-10299-6>
- Sauter, D. A., Frank, E., Paul E., Sophie K. S. Cross-cultural recognition of basic emotions through nonverbal emotional vocalizations. *Proceedings of the National Academy of Sciences* Feb 2010, 107(6), <https://doi.org/10.1073/pnas.0908239106>
- Society of Critical Care Medicine. Clinicians report high stress in COVID-19 response. <https://sccm.org/Blog/May-2020/SCCM-COVID-19-Rapid-Cycle-Survey-2-Report>. Diakses 16 desember 2020.
- Schonfeld, I & Bianchi, R. (2016). Schonfeld, I.S., & Bianchi, R. (2016). *Burnout* and depression: Two entities or one. *Journal of Clinical Psychology*, 72, 22–37. <https://doi.org/10.1002/jclp.22229>
- Sun, D., Yang, D., Li, Y., Zhou, J., Wang, W., Wang, Q., Lin, N., Cao, A., Wang, H., & Zhang, Q. (2020). Psychological impact of 2019 novel coronavirus (2019-nCoV) outbreak in health workers in China. *Epidemiology and infection*, 148, e96. <https://doi.org/10.1017/S0950268820001090>
- Shanafelt, T.D, Boone S, Tan L, Dyrbye LN, Sotile W, Satele D, West CP, Sloan J, Oreskovich MR . (2012). *Burnout* and satisfaction with work-life balance among US physicians relative to the general US population. *Arch Intern Med*, 172(18), <https://doi.org/10.1001/archinternmed.2012.3199>
- IDI. (2020). Pedoman standar perlindungan dokter di era covid-19. PB Ikatan Dokter Indonesia
- Valent P. (2002). Diagnosis and treatment of helper stresses, traumas, and illnesses. In: CR Figley, ed. *Treating Compassion Fatigue*. New York: Brunner-Routledge; 2002;17-37
- Wieclaw, J., Agerbo, E., Mortensen, P.B., Burr, H., Tüchsen, F., Bonde, J. P. (2006). Work related violence and threats and the risk of depression and stress disorders. *Journal Epidemiol Community Health*, 60(9), <https://doi.org/10.1136/jech.2005.042986>
- Wu, Y., Wang, J., Luo, C., Hu, S., Lin, X., Anderson, A. E, Bruera, E., Yang, X., Wei, S., Qian, Y. A (2020) Comparison of *Burnout* Frequency Among Oncology Physicians and Nurses Working on the Frontline and Usual Wards During the COVID-19 Epidemic in Wuhan, China. *Journal Pain Symptom Manage*, 60(1), <https://doi.org/10.1016/j.jpainsymman.2020.04.008>
- Zerbini, G., Ebigo, A., Reicherts, P., Kunz, M., & Messman, H. (2020). Psychosocial burden of healthcare professionals in times of COVID-19 - a survey conducted at the University Hospital Augsburg. *German medical science, GMS e-journal*, 18 (5), <https://doi.org/10.3205/000281>