



Literature Review : Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi *Burnout Syndrome* Pada Perawat Yang Menangani Pasien Covid-19

Amelia Prameswari Pitaloka^a, Feriana Ira Handian^b, Nanik Susanti^c

^{a,b,c}STIKes Maharani, Malang, Indonesia

Email korespondensi: ameliaprameswaripitaloka9b16@gmail.com

Abstract

Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) is a new disease that caused by SARS-Cov 2 virus, which has been designated a pandemic by WHO. The high number of COVID-19 patients has led to changes in the health care system and nurses are at the forefront. The impact of the pandemic on nurses who treat COVID-19 patients creates feelings of stress, anxiety, and eventually leads to burnout syndrome or work fatigue syndrome. The purpose of this study was to determine the factors that influence burnout syndrome in nurses who treat COVID-19 patients. Methode: The research method used is a literature review using 4 databases; Google Scholar, PubMed, Science Direct and Pro Quest. The results showed that from 12 journals, the factors that influenced the incidence of burnout syndrome in nurses who treat COVID-19 patients were the resilience (15%), stress (12%), resources (12%), gender (7%), department (7%), workload (15%), social support (12%), leaving the profession (4%), skin lesions (4%), marital status (4%), and sleep quality (4%). Discussion and conclusion : Therefore, it is recommended that nurses who treat COVID-19 patients begin to adapt when dealing with COVID-19 patients, increased social support and simultaneously increased hospital resources so that they can carry out optimal care.

Keywords: *Burnout Syndrome, COVID-19 Patient, Factors Affecting, Nurse*

Abstrak

*Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) merupakan penyakit baru dimana virus SARS-Cov 2 menjadi penyebab penyakit ini, yang telah ditetapkan sebagai pandemi oleh WHO. Tingginya jumlah pasien COVID-19 menyebabkan perubahan pada sistem pelayanan kesehatan dan perawat menjadi salah satu garda terdepan. Dampak adanya pandemi pada perawat yang merawat pasien COVID-19 memunculkan perasaan stress, cemas hingga berujung pada munculnya *burnout syndrome* atau *syndrome kelelahan kerja*. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui faktor – faktor yang mempengaruhi *burnout syndrome* pada perawat yang menangani pasien COVID-19. Metode penelitian yang digunakan adalah literatur review dengan menggunakan 4 database, yaitu *Google Scholar, PubMed, Science Direct* dan *Pro Quest*. Hasil penelitian menunjukkan dari 12 jurnal, faktor yang mempengaruhi kejadian *burnout syndrome* pada perawat yang merawat pasien COVID 19 yaitu faktor resilience (15%), stress (12%), sumber daya (12%), jenis kelamin (7%), unit dinas (7%), beban kerja (15%), dukungan social (12%), keluar dari profesi (4%), lesi kulit (4%), status pernikahan (4%), dan kualitas tidur (4%). Oleh karena itu direkomendasikan agar perawat yang menangani pasien COVID-19 mulai beradaptasi diri saat menangani pasien COVID-19, meningkatkan dukungan sosial serta bersamaan dengan peningkatan sumber daya rumah sakit agar dapat melakukan perawatan secara optimal.*

Kata kunci: *Burnout Syndrome, COVID-19 Patient, Factors Affecting, Nurse*



PENDAHULUAN

Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) merupakan penyakit yang disebabkan oleh virus SARS-Cov-2. Kasus ini pertama kali muncul di Wuhan, China pada akhir tahun 2019, dan penyebaran penyakit yang semakin meluas di seluruh negara kemudian telah ditetapkan sebagai pandemi oleh *World Health Organization* (WHO) pada tanggal 11 Maret 2022 (Ali et al., 2020)

Adanya perubahan kondisi yang diakibatkan oleh pandemi, maka diberlakukan kebijakan baru, dan berdampak pada perubahan sistem layanan kesehatan. (Rosyanti & Hadi, 2020). Perawat merupakan salah satu garda terdepan dalam melayani pasien COVID-19 sehingga beresiko tertular, baik tertular dari pasien maupun dari rekan sejawat. Hal inilah yang memicu perasaan cemas dan peningkatan kelelahan pada perawat. (Çelmeçe & Menekay, 2020). Adanya beban psikologis yang tinggi, peningkatan beban kerja tidak hanya memunculkan masalah kesehatan saja, tetapi dapat menyebabkan munculnya *burnout syndrome* (sindrom kelelahan kerja) pada perawat. (Wan et al., 2020)

Burnout syndrome (sindrom kelelahan kerja) adalah keadaan psikologis yang dihasilkan dari stress emosional atau psikologis akibat tuntutan pekerjaan. Oleh Maslach diklasifikasikan sebagai *emotional exhaustion* (kelelahan emosional), *depersonalization* (depersonalisasi), dan penurunan prestasi pribadi di tempat kerja. (Z. Hu et al., 2021) Menurut hasil penelitian yang dilakukan di Jepang ditemukan prevalensi *burnout syndrome* selama pandemi COVID-19, dengan hasil 46,8% perawat mengalami *burnout syndrome*

(Matsuo, et al dalam (Çelmeçe & Menekay, 2020). Adapun faktor – faktor yang berpengaruh terhadap *burnout syndrome* yaitu; hasil penelitian sebelumnya di Cina menyatakan bahwa pengalaman kerja, tinggal di asrama, jumlah jam kerja dan tingkat pengetahuan faktor resiko terjadinya *burnout syndrome* (Wan et al., 2020)

Penulis melakukan studi pendahuluan kepada 10 orang perawat yang merawat pasien COVID-19, 6 orang perawat wanita dan 4 orang perawat pria. Dari hasil kuisioner mengungkapkan perawat memiliki keluhan seperti sering sakit kepala, gangguan pola tidur, sering cemas dan stress. Kondisi COVID-19 yang belum usai (20%), pemakaian APD yang berlapis – lapis (40%), banyaknya penambahan pasien positif COVID-19 (20%), banyaknya kasus penularan COVID-19 diantara tenaga kesehatan lainnya (10%), dan ketakutan perawat untuk menularkan ke anggota keluarga lain (10%) merupakan hal yang menyebabkan munculnya keluhan pada perawat saat memberikan asuhan keperawatan bagi pasien positif COVID-19.

Dari hasil pemaparan masalah diatas, *burnout syndrome* merupakan salah satu dampak yang dirasakan perawat selama pandemi COVID-19, dimana keadaan ini menjadi sebuah tantangan dalam merawat pasien COVID-19. Tujuan penulisan artikel ini yaitu untuk menggali dan menjelaskan faktor – faktor yang mempengaruhi *burnout syndrome* pada perawat yang menangani pasien COVID-19

METODE

Penelitian ini menggunakan metode *literature review* dimana rangkuman teori dan temuan ilmiah dijadikan sebagai

landasan penelitian. Adapun PICOS *framework* digunakan dalam penelitian ini untuk menentukan seleksi studi yang disesuaikan dengan tujuan dalam penelitian ini. Pencarian literatur dilakukan pada bulan Mei-Juni 2021. Adapun data yang dicari melalui hasil penelitian jurnal yang terdahulu, dan data didapatkan melalui *database* jurnal internasional maupun jurnal nasional.

Dalam penelitian ini, terdapat 4 database yang digunakan yaitu *Google Scholar*, *PubMed*, *Science Direct*, dan *Pro Quest*. Adapun strategi pencarian jurnal menggunakan kata kunci “factor” AND “burnout syndrome” AND “nurse” OR “nursing staff” AND “patient covid-19” dalam database jurnal internasional, dan kata kunci “faktor” AND “burnout syndrome” AND “perawat” AND “pasien covid-19” dalam database jurnal nasional

Tabel 1. Kriteria inklusi dan eksklusi

Kriteria	Inklusi	Eksklusi
<i>Problem/ Population</i>	Artikel internasional dan nasional yang membahas penelitian sesuai dengan topik penelitian yaitu <i>burnout syndrome</i> pada perawat yang merawat pasien COVID-19	Jurnal internasional dan nasional dari <i>database</i> dengan topik penelitian <i>burnout syndrome</i> pada perawat yang tidak merawat pasien COVID-19
<i>Intervention</i>	Tidak ada intervensi khusus	Tidak ada intervensi khusus
<i>Comparison</i>	Tidak ada pembanding	Tidak ada pembanding
<i>Outcomes</i>	Analisa faktor - faktor yang mempengaruhi <i>burnout</i>	Analisa faktor - faktor yang kurang berpengaruh

	<i>syndrome</i> pada perawat yang menangani pasien COVID-19	terhadap <i>burnout syndrome</i> pada perawat yang merawat pasien COVID-19
<i>Study Design</i>	Penelitian kuantitatif, yang menggunakan metode penelitian survey analitik seperti penelitian <i>cross sectional</i> , penelitian kohort prospektif, penelitian <i>case control</i> dan penelitian kualitatif	Artikel yang menggunakan desain studi literature, <i>systematic review</i> , <i>meta analysis review</i> .
Tahun Publikasi	Artikel yang dipublikasikan pada tahun 2019-2021	Artikel yang dipublikasikan sebelum tahun 2019
Bahasa	Indonesia dan Inggris	Selain bahasa Indonesia dan Inggris

HASIL

Berdasarkan hasil penelusuran, jumlah jurnal yang didapatkan dari *database PubMed*, *Pro Quest*, *Science Direct* dan *Google Scholar* sebelum disaring didapatkan hasil 8.951 jurnal. Kemudian disaring dengan tahun publikasi dan penggunaan bahasa didapatkan hasil 1.587 jurnal. Setelah itu dilakukan seleksi judul didapatkan hasil dan dilakukan identifikasi abstrak dan menyaringnya didapatkan hasil 27 jurnal. Kemudian dilakukan penilaian kelayakan dan mengunduh salinan lengkap dan didapatkan 12 jurnal penelitian.

Tabel 2. Hasil Pencarian Jurnal dan Seleksi Studi

Website Jurnal	Kata Kunci	Hasil
NCBI Pubmed	Factor	873
	Burnout syndrome	
	Nurse	27.551
	Patient	59.986
	Covid 19	
ProQuest	Factor and Burnout syndrome and nurse and patient Covid-19	11
	Factor	917
	Burnout syndrome	
	Nurse	25.642
	Patient	31.955
Science Direct	Factor and Burnout syndrome and nurse and patient Covid-19	197
	Factor	1.146
	Burnout syndrome	
	Nurse	23.195
	Patient	44.103
Google Scholar (English)	Factor and Burnout syndrome and nurse and patient Covid-19	87
	Factor	19.700
	Burnout syndrome	
	Nurse	138.000
	Patient	210.000
	Factor and Burnout syndrome	8.340

	and nurse and patient Covid-19	
Google Scholar (Indonesia)	Faktor Burnout syndrome Perawat Pasien Covid 19 Faktor dan Burnout syndrome dan Perawat dan Pasien Covid 19	1.190 22.900 7.880 316

Pencarian literatur yang telah dilakukan peneliti telah menghasilkan 12 jurnal, yang terdiri atas 10 jurnal internasional dan 2 jurnal nasional. Adapun jurnal tersebut didapatkan dari database Google Scholar 5 jurnal internasional dan 2 jurnal nasional, ProQuest 1 jurnal internasional, PubMed 2 jurnal internasional, dan Science Direct 2 jurnal internasional.

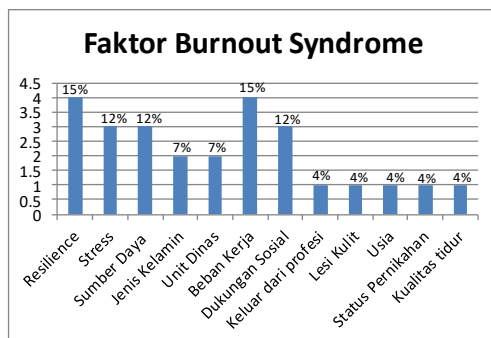
Tabel 3. Karakteristik Responden Studi

Kategori	N	%
A. Tahun Publikasi		
2020	4	33,33
2021	8	66,67
Total	12	100
B. Desain Penelitian		
Cross-sectional study	9	75
Longitudinal Study	1	8,33
Studi Korelasi	1	8,33
Web Based Survey	1	8,33
Total	12	100

C. Analisis Penelitian

Analisa multivariat dan univariat	1	8,33
Pearson Correlation	5	41,67
Multiple regresion analysis	2	16,67
Multiple linear regression	1	8,33
Hierarchial linear regression analysis	1	8,33
Uji Gamma	1	8,33
Chi-Square Test	1	8,33
Total	12	100

Berdasarkan tabel diatas, sebagian besar jurnal di publikasikan paling banyak pada tahun 2021, dengan desain penelitian terbanyak yaitu cross-sectional study (75%), dan analisa penelitian terbanyak menggunakan Pearson Correlation (41,67%). Seluruh jurnal yang didapatkan merupakan hasil penelitian langsung yang dilakukan pada perawat yang menangani pasien COVID-19.



Gambar 1. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Burnout Syndrome

Hasil dari analisis jurnal dengan menggunakan *literature review* menunjukkan faktor – faktor yang mempengaruhi *burnout syndrome*, yaitu resilience, stress, sumber daya, jenis kelamin, unit dinas, beban kerja,

dukungan social, keluar dari profesi, lesi kulit, usia, status pernikahan, dan kualitas tidur.

PEMBAHASAN

Analisis Faktor – Faktor yang Mempengaruhi *Burnout Syndrome*

Burnout syndrome (sindrom kelelahan kerja) adalah keadaan psikologis yang dihasilkan dari stress emosional atau psikologis akibat tuntutan pekerjaan. Oleh Maslach diklasifikasikan sebagai *emotional exhaustion* (kelelahan emosional), *depersonalization* (depersonalisasi), dan penurunan prestasi pribadi di tempat kerja. Menurut Maslach, faktor – faktor penyebab *burnout syndrome* terbagi menjadi 2, yaitu faktor situasional, dan faktor individu. Adapun faktor situasional yang dimaksud yaitu *job characteristic*, *occupational characteristic*, dan *organizational characteristic*. Sedangkan faktor individu terdiri atas faktor demografi, karakter individu serta *job attitude*.

Pada faktor *resilience*, menurut Jose et al., (2020) menunjukkan hasil bahwa *burnout* dengan tingkat *resilience* memiliki hubungan yang negatif, yang artinya semakin tinggi tingkat *resilience* pada perawat maka *burnout syndrome* yang dialami oleh perawat semakin rendah dan begitu pula sebaliknya. Tingkat *resilience* selain menjadi faktor yang mempengaruhi *burnout syndrome* juga dapat menjadi faktor pelindung dari kejadian *burnout syndrome*, dimana tingkat *resilience* yang tinggi dapat membantu dalam manajemen stress serta mampu menyikapi secara positif pada sebuah tantangan dan dalam pengambilan keputusan. Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Zhang et al., (2021) *resilience* dapat



berperan pada aspek positif dan negatif, dimana *resilience* pada tingkat positif menunjukkan dapat mengurangi *burnout* pada perawat, sedangkan bila *resilience* berada di tingkat negatif maka akan memicu peningkatan *burnout* pada perawat. Menurut D. Hu et al., (2020) menyatakan bahwa tingginya tingkat *resilience* pada perawat mampu untuk mengurangi dampak buruk dari beban kerja atau stress pekerjaan yang dirasakan selama menangani pasien COVID-19. Pada penelitian menurut Adam-Bagley et al., (2021) menunjukkan bahwa tingkat *resilience* yang buruk mempengaruhi *burnout syndrome* dan berdampak pada penurunan performa perawat saat menangani pasien COVID-19. Menurut opini peneliti, *resilience* merupakan kemampuan seseorang dalam menghadapi serta merespon adanya tekanan yang dialami. Dalam hal ini, tingkat *resilience* yang rendah mempengaruhi kejadian *burnout syndrome* pada perawat yang menangani pasien COVID-19. Hal ini dikarenakan merawat pasien COVID-19 memiliki tantangan tersendiri, disamping peningkatan jumlah kasus yang begitu drastis serta tingkat penyebaran virus yang cepat dan meluas sehingga perawat dituntut harus tetap tangguh dan memiliki tingkat *resilience* yang baik dalam menghadapi hal tersebut.

Pada faktor stress, menurut penelitian yang dilakukan oleh Musta'in, Weri Veranita, Setianingsih, (2021) menunjukkan adanya stress yang memicu kelelahan yang dirasakan oleh perawat. Stress pekerjaan yang muncul diakibatkan karena adanya dampak peningkatan beban kerja yang dialami oleh perawat yang menangani pasien COVID-19. Tidak hanya beban kerja, stress juga dirasakan perawat ketika pasien COVID-19 telah diberikan asuhan keperawatan yang maksimal tetapi pasien

tersebut meninggal dunia. Menurut penelitian Hoseinabadi et al., (2020) menunjukkan stress mempengaruhi *burnout syndrome*, dimana stress dipicu karena dampak dari jam kerja yang panjang saat menangani pasien COVID-19. Selain itu, stress juga dipicu karena perawat yang sedang menangani pasien COVID-19 merasa jauh dari keluarga mereka. Pada penelitian Bellanti et al., (2021) menunjukkan stress yang dirasakan oleh perawat yang menangani pasien COVID-19 disebabkan karena adanya dampak peningkatan beban kerja yang dirasakan oleh perawat. Menurut opini peneliti, stress yang di rasakan oleh perawat ketika menangani pasien COVID-19 juga mempengaruhi *burnout syndrome*. Stress yang diakibatkan karena dampak dari peningkatan beban kerja, dan jauh dari keluarga menyebabkan *burnout syndrome* itu sendiri.

Pada faktor sumber daya, menurut Hoseinabadi et al., (2020) menunjukkan bahwa sumber daya rumah sakit yang kuat dapat mengurangi *burnout* pada perawat, dimana sumber daya rumah sakit yang kuat dapat memberikan pelayanan asuhan keperawatan yang baik bagi pasien. Lemahnya sumber daya di sebuah rumah sakit akan meningkatkan *burnout* pada perawat. Menurut penelitian Bruyneel et al., (2021) sumber daya yang tidak adekuat, ditunjukkan dengan kurangnya APD juga mempengaruhi *burnout* pada perawat, dimana kurangnya APD menjadi penghambat bagi perawat saat akan melakukan tindakan sehingga memiliki efek yang merugikan bagi perawat saat menangani pasien COVID-19. Menurut Manzano García & Ayala Calvo, (2021), tidak adekuatnya sumber daya material maupun SDM juga mempengaruhi tingkat *burnout syndrome*, dimana faktor sumber daya merupakan salah satu penunjang bagi

perawat dalam menangani pasien COVID-19, dan hal tersebut menyebabkan terhambat serta menjadi kendala saat melakukan penanganan pada pasien COVID-19. Menurut opini peneliti, faktor sumber daya juga mempengaruhi *burnout syndrome* pada perawat yang menangani pasien COVID-19. Sumber daya merupakan penunjang bagi perawat saat melaksanakan asuhan keperawatan pada pasien COVID-19, sehingga sumber daya yang adekuat dapat memberikan pelayanan pada pasien secara maksimal. Kurangnya sumber daya mengakibatkan terhambatnya pelayanan pada pasien COVID-19

Pada faktor jenis kelamin, menurut Chen et al., (2021) perempuan lebih beresiko mengalami *burnout syndrome*, dimana setelah mengalami peristiwa yang menantang selama merawat pasien COVID-19, perempuan lebih merasakan perasaan traumatis daripada pria. Sedangkan pada penelitian Aydin Sayilan et al., (2020) pada faktor jenis kelamin, laki – laki cenderung mengalami *burnout syndrome* daripada wanita, dimana hal ini tergantung dari kondisi tempat kerja mereka yang bervariasi. Menurut teori yang dikemukakan oleh Maslach, (2006) mengungkapkan bahwa jenis kelamin merupakan faktor yang kurang kuat dalam mempengaruhi *burnout syndrome*, hal ini disebabkan karena peran gender stereotip, dan faktor jenis kelamin merupakan hal yang rancu dimana terdapat beberapa pekerjaan yang diminati ataupun mayoritas jenis kelamin tertentu. Menurut peneliti, faktor jenis kelamin tidak berpengaruh secara signifikan terhadap *burnout syndrome*, disebabkan karena beberapa profesi diminati oleh jenis kelamin tertentu. Mayoritas profesi perawat adalah berjenis kelamin wanita, sehingga saat dilakukan penelitian otomatis jenis kelamin yang berpengaruh adalah wanita.

Jenis kelamin pria juga dapat berpengaruh dalam kejadian *burnout syndrome* karena pria lebih sulit mengekspresikan emosi yang dirasakan daripada wanita.

Pada faktor unit dinas, menurut Chen et al., (2021) perawat yang dinas di rumah sakit khusus COVID-19, dinas di ICU dan perawat yang menangani pasien COVID-19 lebih beresiko mengalami *burnout syndrome*. Hal ini dipicu karena saat perawat menangani pasien yang memiliki penyakit yang sifatnya infeksius perawat dituntut untuk berkonsentrasi lebih serta melakukan tindakan keperawatan yang lebih kompleks. Sedangkan menurut Aydin Sayilan et al., (2020) pada faktor unit dinas, *burnout syndrome* lebih sering terjadi pada perawat yang menangani pasien COVID-19. Hal ini terjadi karena perawat yang menangani pasien COVID-19 memiliki beban kerja yang lebih, sulitnya penanganan pasien COVID-19 dalam kondisi kritis, serta kelelahan. Menurut opini peneliti faktor unit dinas mempengaruhi *burnout syndrome*, dimana antar unit memiliki karakteristik dan tingkat kesulita yang berbeda – beda. Dinas di unit kritis dan ruang gawat darurat memiliki tingkat *burnout* yang tinggi karena pada unit berisi pasien dalam kondisi yang kritis sehingga perawat dituntut untuk melakukan tindakan yang lebih rumit dibandingkan dengan unit lain.

Pada faktor beban kerja, Bruyneel et al., (2021) kurangnya tenaga perawat yang mengakibatkan rendahnya rasio antara perawat yang sedang dinas dengan pasien yang dirawat serta jam kerja yang panjang mengakibatkan beratnya beban kerja yang dirasakan oleh perawat saat menangani pasien COVID-19. Pandemi COVID-19 yang sedang berlangsung hingga saat ini menyebabkan lonjakan secara tiba-tiba dalam penerimaan pasien di rumah sakit,

dan hal tersebut mengakibatkan adanya peningkatan beban kerja bagi perawat. (Bellanti et al., 2021). Menurut Manzano García & Ayala Calvo, (2021) tingginya jumlah pasien mengakibatkan perawat harus bertindak cepat dan waspada saat melakukan perawatan pasien COVID-19 serta melakukan tindakan pencegahan penularan virus dan meningkatkan beban kerja yang dirasakan oleh perawat. Sedangkan pada hasil penelitian Purba & Siagian, (2021) menunjukkan bahwa perawat yang sedang menangani pasien COVID-19 di ruang isolasi tidak mengalami kelelahan kerja. Hal ini dikarenakan manajemen waktu yang baik di ruang isolasi COVID-19 sehingga tidak menimbulkan beban kerja yang berlebihan. Menurut opini peneliti beban kerja berpengaruh terhadap kejadian *burnout syndrome* pada perawat yang menangani pasien COVID-19. Hal ini disebabkan karena adanya kesenjangan antara jumlah pasien dengan jumlah tenaga keperawatan yang ada sehingga perawat dituntut untuk tetap memberikan asuhan keperawatan pada pasien tersebut. Akibatnya banyak perawat yang harus menambah jam kerja sehingga pelayanan tetap berjalan dan menimbulkan beban kerja yang berlebihan.

Pada faktor dukungan social, faktor dukungan emosional, motivasi akan dedikasi perawat, peningkatan rasa empati antara perawat dengan pasien, sekaligus memberikan rasa kepuasan dalam menangani pasien COVID-19 mengakibatkan penurunan *burnout syndrome* pada perawat. (Bellanti et al., 2021) Perawat yang memiliki dukungan social yang kurang beresiko menunjukkan perkembangan status psikologis yang negatif. (D. Hu et al., (2020) Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Manzano García & Ayala Calvo, (2021) dimana dukungan social yang baik

selama pandemic mampu mengatasi efek negative dalam hal perasaan dan emosional saat mengalami kejadian yang buruk dalam menangani pasien COVID-19, sehingga mampu untuk mengurangi *burnout* pada perawat. Menurut opini peneliti, dukungan sosial dari keluarga dan teman sejawat mampu untuk mengurangi *burnout syndrome* itu sendiri, dikarenakan dukungan social akan memberikan *support system* bagi perawat sehingga perawat saat menangani pasien COVID-19 tidak merasakan kejenuhan yang berlebihan.

Pada faktor pertimbangan untuk keluar dari profesi, ditemukan bahwa perawat menyatakan harusnya mereka tidak merawat pasien COVID-19, dan beberapa dari mereka berpikir untuk pindah ke ruangan lain atau keluar dari pekerjaan mereka. Hal ini dikaitkan dengan tingginya jumlah pasien COVID-19 serta tingkat penularan virus yang sangat cepat (Bellanti et al., (2021) Menurut opini peneliti, pertimbangan untuk keluar dari profesi dapat mempengaruhi *burnout syndrome* itu sendiri, dimana COVID-19 ini menyebabkan perubahan yang cukup banyak dalam hal prosedur penanganan pasien, dan dituntut untuk menjalankan prosedur tersebut sehingga hal ini menyebabkan kejenuhan dan berpikir untuk segera keluar dari kondisi tersebut, salah satunya yaitu keluar dari profesi keperawatan.

Pada faktor lesi kulit dikaitkan dengan penggunaan APD, dimana APD merupakan langkah yang diwajibkan untuk mencegah penyebaran infeksi Penggunaan APD dalam jangka waktu yang cukup lama menyebabkan perasaan yang tidak nyaman dan salah satu dampaknya adalah munculnya lesi pada kulit. (D. Hu et al., (2020). Menurut opini peneliti lesi kulit akibat penggunaan APD dapat



menyebabkan rasa tidak nyaman serta penurunan rasa percaya diri pada perawat saat menangani pasien COVID-19 sehingga dapat mempengaruhi *burnout syndrome* pada perawat.

Pada faktor usia, perawat yang berusia dibawah 25 tahun lebih rentan mengalami *burnout*, hal ini disebabkan karena adanya hubungan antara usia dengan pengalaman kerja perawat. Bruyneel et al., (2021). Hal ini sejalan dengan teori menurut Maslach, (2006) dimana pekerja yang berusia lebih muda lebih beresiko mengalami *burnout syndrome* daripada pekerja yang berusia antara 30 – 40 tahun. Menurut opini peneliti, perawat yang berusia masih muda cenderung mengalami *burnout syndrome*. Dalam hal ini, perawat yang berusia muda belum memiliki jam terbang yang tinggi, dan pengalaman yang cukup sehingga menjadi kendala saat menangani kasus baru seperti COVID-19, dan berakibat muncul *burnout syndrome*

Untuk faktor status pernikahan, perawat yang masih berstatus *single* lebih rentan mengalami *burnout syndrome*, dan hal ini dikaitkan dengan sistem dukungan social serta dukungan psikologis, dan perawat yang belum menikah belum memiliki sistem dukungan yang adekuat. (Aydin Sayilan et al., 2020). Hal ini sejalan dengan teori menurut Maslach, (2006) dimana seseorang yang belum menikah cenderung beresiko mengalami *burnout syndrome* daripada yang sudah menikah. Menurut opini peneliti, status pernikahan mempengaruhi *burnout syndrome*, dimana yang memiliki status *single* atau belum menikah cenderung mengalami *burnout* karena kurangnya *support system* yang dimiliki oleh perawat tersebut.

Adapun faktor kualitas tidur juga meningkatkan resiko *burnout* pada

perawat, dimana penurunan kualitas tidur merupakan penyebab penurunan kesehatan mental pada perawat garda depan selama pandemi COVID-19. Tidur yang cukup mampu untuk meningkatkan *resilience* pada perawat dan mencegah *burnout* pada perawat. Aydin Sayilan et al., (2020). Menurut opini peneliti, kualitas tidur yang buruk mempengaruhi *burnout syndrome* pada perawat, dimana tidur yang kurang akan mempengaruhi status psikologis perawat dan meningkatkan rasa kelelahan saat menangani pasien COVID-19.

Dari hasil penelusuran jurnal diatas, didapatkan 12 faktor – faktor yang mempengaruhi *burnout syndrome* dimana faktor tersebut relevan dengan kondisi lapangan saat ini, terutama pada faktor beban kerja. Di Indonesia sendiri, pandemi COVID-19 yang masih belum usai, makin maraknya varian virus terbaru yang sifat penularannya lebih cepat mengakibatkan munculnya gelombang kedua infeksi COVID-19 yang ditandai dengan lonjakan kasus baru yang sangat drastis. Peningkatan jumlah kasus COVID-19 secara besar – besaran menimbulkan kesenjangan antara jumlah pasien dengan jumlah fasilitas layanan kesehatan yang ada dan jumlah tenaga perawat yang mulai terbatas mengakibatkan perawat berada dalam kondisi stress serta merasa kelelahan akibat beban kerja yang berlebihan.

Aplikasi dalam keperawatan dari seluruh jurnal yaitu perlunya strategi dalam menghadapi *burnout syndrome* pada perawat yang merawat pasien COVID-19. Adapun strategi yang dapat dilakukan yaitu perawat melakukan adaptasi diri selama menangani pasien COVID-19. Perawat juga mulai mengidentifikasi beberapa penyebab stress kerja yang dirasakan selama menangani pasien COVID-19 dan menggunakan respon koping yang adaptif



dalam menangani stress. Tidak hanya itu, perlunya dukungan social dari keluarga dan teman sejawat juga mampu meningkatkan *resilience* perawat dan mengurangi *burnout* pada perawat. Adaptasi perawat juga dilakukan bersamaan dengan penguatan sumber daya serta melakukan manajemen yang optimal dalam pemanfaatan sumber daya sarana prasarana fasilitas kesehatan yang ada dan sumber daya manusia, sehingga penanganan pasien COVID-19 dapat berjalan dengan optimal.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan literature review pada 12 jurnal, yaitu 10 jurnal internasional dan 2 jurnal nasional yang telah dilakukan peneliti, terdapat beberapa kesimpulan. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi burnout syndrome adalah resilience, stress, sumber daya rumah sakit, jenis kelamin, unit dinas, beban kerja, dukungan social, dukungan emosional, keluar dari profesi, lesi kulit, efikasi diri, usia, jumlah kematian pasien COVID-19, status pernikahan, dan kualitas tidur. Adapun faktor yang paling berpengaruh berdasarkan hasil analisa jurnal, kondisi di lapangan serta pendapat peneliti adalah faktor beban kerja dan stress kerja, sehingga diperlukan adaptasi diri pada kondisi tingkat stress kerja dan beban kerja yang tinggi dengan melakukan mekanisme koping yang adaptif untuk mengurangi burnout syndrome.

DAFTAR PUSTAKA

Adam-Bagley, C., Sawyerr, A., & Abubaker, M. (2021). *Resilient Nurses Coping with Covid Care of Psychology, Values, Resilience, Stress and Burnout*. 5(1), 72–105.

Ali, H., Cole, A., Ahmed, A., Hamasha, S.,

& Panos, G. (2020). Major stressors and coping strategies of frontline nursing staff during the outbreak of coronavirus disease 2020 (Covid-19) in Alabama. *Journal of Multidisciplinary Healthcare*, 13, 2057–2068.

<https://doi.org/10.2147/JMDH.S285933>

Aydin Sayilan, A., Kulakaç, N., & Uzun, S. (2020). Burnout levels and sleep quality of COVID-19 heroes. *Perspectives in Psychiatric Care*, June, 1–7. <https://doi.org/10.1111/ppc.12678>

Bellantini, F., Buglio, A. Lo, Capuano, E., Dobrakowski, M., Kasperczyk, A., Kasperczyk, S., Ventriglio, A., & Vendemiale, G. (2021). *Factors Related to Nurses' Burnout during the First Wave of Coronavirus Disease-19 in a University Hospital in Italy*.

Bruyneel, A., Smith, P., Tack, J., & Pirson, M. (2021). Prevalence of burnout risk and factors associated with burnout risk among ICU nurses during the COVID-19 outbreak in French speaking Belgium. *Intensive and Critical Care Nursing*, xxx, 103059. <https://doi.org/10.1016/j.iccn.2021.103059>

Çelmeçe, N., & Menekay, M. (2020). The Effect of Stress, Anxiety and Burnout Levels of Healthcare Professionals Caring for COVID-19 Patients on Their Quality of Life. *Frontiers in Psychology*, 11(November), 1–7. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.597624>

Chen, R., Sun, C., Chen, J. J., Jen, H. J., Kang, X. L., Kao, C. C., & Chou, K. R. (2021). A Large-Scale Survey on Trauma, Burnout, and Posttraumatic Growth among Nurses during the COVID-19 Pandemic. *International Journal of Mental Health Nursing*, 30(1), 102–116. <https://doi.org/10.1111/inm.12796>



- Hoseinabadi, T. S., Kakhki, S., Teimori, G., & Nayyeri, S. (2020). Burnout and its influencing factors between frontline nurses and nurses from other wards during the outbreak of Coronavirus Disease-COVID-19-in Iran. *Investigacion y Educacion en Enfermeria*, 38(2). <https://doi.org/10.17533/UDEA.IEE.V38N2E03>
- Hu, D., Kong, Y., Li, W., Han, Q., Zhang, X., Zhu, L. X., Wan, S. W., Liu, Z., Shen, Q., Yang, J., He, H. G., & Zhu, J. (2020). Frontline nurses' burnout, anxiety, depression, and fear statuses and their associated factors during the COVID-19 outbreak in Wuhan, China: A large-scale cross-sectional study. *EClinicalMedicine*, 24. <https://doi.org/10.1016/j.eclinm.2020.100424>
- Hu, Z., Wang, H., Xie, J., Zhang, J., Li, H., Liu, S., Li, Q., Yang, Y., & Huang, Y. (2021). Burnout in ICU doctors and nurses in mainland China—A national cross-sectional study. *Journal of Critical Care*, 62, 265–270. <https://doi.org/10.1016/j.jcrc.2020.12.029>
- Jose, S., Dhandapani, M., & Cyriac, M. C. (2020). Burnout and Resilience among Frontline Nurses during COVID-19 Pandemic: A Cross-sectional Study in the Emergency Department of a Tertiary Care Center, North India. *Indian Journal of Critical Care Medicine*, 24(11), 1081–1088. <https://doi.org/10.5005/jp-journals-10071-23667>
- Manzano García, G., & Ayala Calvo, J. C. (2021). The threat of COVID-19 and its influence on nursing staff burnout. *Journal of Advanced Nursing*, 77(2), 832–844. <https://doi.org/10.1111/jan.14642>
- Maslach, C. (2006). Understanding job burnout. *Stress and quality of working life: Current perspectives ...*, August, 2008–2010. http://www.webster.ac.at/sites/webster.mindtake.com/files/Christina_Maslach.pdf
- Musta'in, Weri Veranita, Setianingsih, D. P. A. (2021). Hubungan Antara Stres Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Perawat Di Masa Pandemi Covid-19 Di Unit Pelayanan Kesehatan Daerah Surakarta. *Jurnal Keperawatan*, 13(1), 213–226.
- Purba, T. A., & Siagian, N. (2021). Kelelahan Kerja Berhubungan dengan Kinerja Perawat di Ruang Isolasi Covid 19. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 3(2), 319–326. <https://doi.org/10.37287/jppp.v3i2.428>
- Rosyanti, L., & Hadi, I. (2020). Dampak Psikologis dalam Memberikan Perawatan dan Layanan Kesehatan Pasien COVID-19 pada Tenaga Profesional Kesehatan. *Health Information: Jurnal Penelitian*, 12(1), 107–130. <https://doi.org/10.36990/hijp.vi.191>
- Wan, Z., Lian, M., Ma, H., Cai, Z., & Xianyu, Y. (2020). *Factors Associated with Burnout among Chinese Nurses during COVID-19 Epidemic: a cross-sectional study*. 1–19. <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-31486/v1>
- Zhang, X., Jiang, X., Ni, P., Li, H., Li, C., Zhou, Q., Ou, Z., Guo, Y., & Cao, J. (2021). Association between resilience and burnout of front-line nurses at the peak of the COVID-19 pandemic: Positive and negative affect as mediators in Wuhan. *International Journal of Mental Health Nursing*. <https://doi.org/10.1111/inm.12847>