

**PENGARUH STRES KERJA TERHADAP *BURNOUT* DENGAN
RESILIENCE SEBAGAI VARIABEL MEDIASI PADA PERAWAT DI
RSUD dr. ACHMAD DARWIS KABUPATEN LIMA PULUH KOTA**

SKRIPSI

*Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Ekonomi
Pada Departemen Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis
Universitas Negeri Padang*



Oleh :

**RIFATUL HUSNA
2021/21059116**

**DEPARTEMEN MANAJEMEN
FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2025**

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Judul : Pengaruh Stres Kerja terhadap *Burnout* dengan *Resilience*
sebagai Variabel Mediasi pada Perawat di RSUD Dr.
Achmad Darwis Kabupaten Lima Puluh Kota

Nama : Rifatul Husna

NIM : 21059116

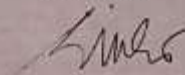
Program Studi : Manajemen

Fakultas : Ekonomi dan Bisnis

Padang, 03 September 2025

Disetujui oleh :

Pembimbing

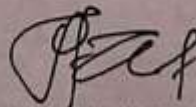


Rini Sarjanti, SE, M.Si

NIP. 1196503061990012001

Diketahui oleh :

Kepala Departemen Manajemen



Dr. Syahrizal, SE, M.Si

NIP. 197209021998021001

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Rifatul Husna
TM / NIM : 2021/21059116
Tempat / Tanggal Lahir : Kubu Gadang / 13 April 2003
Program Studi : Manajemen
Konsentrasi : Manajemen Sumber Daya Manusia
Fakultas : Ekonomi dan Bisnis
Alamat : Jorong Padang Koto Tuo, Kenagarian Mungka
No. Telp / HP : 082268891969
Judul Skripsi : Pengaruh Stres Kerja terhadap *Burnout* dengan *Resilience* sebagai Variabel Mediasi pada Perawat di RSUD dr. Achmad Darwis Kabupaten Lima Puluh Kota.

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis/skripsi saya ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk kepentingan akademik Universitas Negeri Padang maupun perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis/skripsi ini murni gagasan, rumusan dan pemikiran saya sendiri tanpa bantuan pihak lain kecuali arahan pembimbing.
3. Pada karya tulis/skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali tertulis dengan jelas dicantumkan pada daftar pustaka.
4. Tugas akhir ini **Sah** apabila ditandatangani **Asli** oleh pembimbing, tim penguji dan ketua program studi.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat ketidak benaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima **sanksi akademik** berupa pencabutan gelar akademik yang telah saya peroleh karena karya tulis/skripsi ini, serta sanksi lainnya sesuai aturan yang berlaku.

Padang, 03 September 2025
Yang menyatakan,



Rifatul Husna
NIM. 21059116

ABSTRAK

**Rifatul Husna
(2021/21059116)**

: Pengaruh Stres Kerja terhadap *Burnout* dengan *Resilience* sebagai Variabel Mediasi pada Perawat di RSUD dr. Achmad Darwis Kabupaten Lima Puluh Kota

Dosen Pembimbing

: Rini Sarianti S.E, M.Si

Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisa : (1) pengaruh stres kerja terhadap *burnout* pada perawat RSUD dr. Achmad Darwis di Kabupaten Lima Puluh Kota (2) pengaruh stres kerja terhadap *resilience* pada perawat RSUD dr. Achmad Darwis di Kabupaten Lima Puluh Kota (3) pengaruh *resilience* terhadap *burnout* pada perawat RSUD dr. Achmad Darwis di Kabupaten Lima Puluh Kota (4) pengaruh stres kerja terhadap *burnout* pada perawat RSUD dr. Achmad Darwis di Kabupaten Lima Puluh Kota melalui *resilience* sebagai variabel mediasi. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif , jumlah sampel pada penelitian ini adalah 82 responden dengan menggunakan teknik *sampling jenuh* atau sensus, metode analisis data menggunakan analisis SEM menggunakan aplikasi *Smart PLS 4*.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa : (1) terdapat pengaruh positif dan signifikan antara stres kerja terhadap *burnout* pada perawat RSUD dr. Achmad Darwis (2) terdapat pengaruh negatif dan signifikan antara stres kerja terhadap *resilience* pada perawat RSUD dr. Achmad Darwis (3) terdapat pengaruh negatif dan signifikan antara *resilience* dengan *burnout* pada perawat RSUD dr. Achmad Darwis (4) terdapat pengaruh tidak langsung (mediasi) dan signifikan antar stres kerja terhadap *burnout* melalui *resilience* pada perawat RSUD dr. Achmad Darwis.

Kata Kunci : stres kerja, *burnout*, *resilience*.

KATA PENGANTAR



Syukur Alhamdulillah penulis ucapkan kepada Allah SWT, karena dengan Rahmat dan Karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul : **“Pengaruh Stres Kerja terhadap *Burnout* dengan *Resilience* sebagai Variabel Mediasi pada Perawat di RSUD dr. Achmad Darwis Kabupaten Lima Puluh Kota”**. Shalawat beserta salam tidak lupa penulis ucapkan kepada baginda Rasulullah SAW sebagai figure yang senantiasa memberikan inspirasi tentang berbagai hal dalam menyikapi kehidupan menuju ridha-nya.

Salah satu tujuan penulisan skripsi ini adalah untuk memenuhi salah satu syarat dalam memperoleh gelar Sarjana Ekonomi di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang. Selain itu, penelitian ini juga dilakukan supaya dapat memperluas ilmu pengetahuan penulis. Dalam penyelesaian skripsi ini, penulis banyak mendapat bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu, penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Rini Sarianti, SE, M.Si, selaku dosen pembimbing yang telah memberikan ilmu, pengarahan, perhatian dan waktunya kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
2. Bapak Okki Trinanda, SE, MM selaku dosen penelaah yang telah memberikan masukan yang bermanfaat bagi penulis dalam penulisan skripsi sehingga menjadi lebih baik.
3. Bapak Dr. Ir. Krismadinata, S.T., M.T selaku Rektor Universitas Negeri Padang.

4. Bapak Parengki Susanto, S.E, M. Sc, Ph.D selaku Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang.
5. Bapak Dr. Syahrizal, S.E, M.Si selaku Ketua Departemen Manajemen Fakultas Ekonomi Universitas Negei Padang.
6. Bapak Supan Weri Mandar, A.Md selaku Staf Tata Usaha Program Studi Manajemen Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang yang telah membantu dalam kelencaran proses administrasi dalam penelitian dan penulisan skripsi ini.
7. Bapak dan Ibu dosen pengajar Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Negeri Padang yang telah memberikan pengetahuan yang bermanfaat selama penulis melaksanakan perkuliahan, serta karyawan dan karyawan staf yang telah membantu dibidang administrasi.
8. Seluruh jajaran manajemen, staf, serta tenaga kesehatan di RSUD dr. Achmad Darwis Kabupaten Lima Puluh Kota yang telah memberika izin, kesempatan, serta dukungan dalam melaksanakan penelitian. Partisipasi dan kerja sama yang diberikan menjadi bagian yang sangat penting dalam penyelesaian skripsi ini.
9. Yang teristimewa penulis pesembahkan untuk kedua orang tua, Ayahanda tercinta, Bapak Erianto dan Ibunda tersayang, Ibu Erna Wilis, atas setiap do'a yang tak pernah berhenti, kasih sayang yang tulus, serta pengorbanan tanpa batas. Terima kasih telah menjadi cahaya dalam setiap langkah dan alasan terbesar bagi penulis untuk terus berjuang hingga saat ini.

10. Yang teristimewa, penulis persembahkan pula kepada amak tercinta, Ermia, sosok penuh kasih yang telah kebersamaian penulis sejak kecil dengan do'a, perhatian, dan kesabaran yang tiada henti. Terimakasih Amak, atas setiap cinta dan ketulusan yang menjadi kekuatan dalam setiap perjalanan hidup ini.
11. Almarhumah kakak tercinta, Sofya Wahyuni, yang meskipun telah lebih dahulu berpulang, namun tetap hidup dalam doa dan kenangan indah keluarga. Semoga Allah SWT menempatkanmu di tempat terbaik di sisi-Nya.
12. Adik-adik tersayang : Nurfadila Aprina, Rahadatul Aisyi, Yola Yulia Fitri, dan Yoli Yulia Fitri, yang selalu menghadirkan keceriaan dan semangat baru dalam hidup penulis. Semoga kalian tumbuh menjadi pribadi yang kuat, cerdas, dan berakhlak mulia.
13. Tidak lupa, penulis juga mempersembahkan karya ini kepada keluarga satu atap tercinta : Na'i Matur Ridha, Anggun Kemala, Detriana Sagita, dan Amira Putri Salsabila, yang telah menjadi tempat berbagi cerita, tawa, dan perjuangan selama menempuh pendidikan. Terima kasih atas kebersamaan, dukungan, serta kehangatan yang menjadikan masa perkuliahan penuh warna dan makna.
14. Serta kepada rekan seperjuangan satu jurusan yang selalu menjadi teman belajar dan bertukar semangat "Studdy Buddy" : Rifka Aulia Zahra, Rissa Eka Putri dan Selvita Liasari, yang telah menjadi teman seperjuangan dalam menimba ilmu, saling mendukung di setiap proses, dan berbagi

semangat di tengah lelahnya perjalanan akademik. Terima kasih atas kebersamaan dan kerja sama yang berharga selama ini.

15. Dan akhirnya, dengan penuh rasa haru, penulis mempersembahkan karya ini kepada diri sendiri, Rifatul Husna, sebagai anak perempuan pertama dalam keluarga yang telah menapaki perjalanan panjang penuh do'a, perjuangan, dan keteguhan hati. Terima kasih karena telah mampu bertahan dan terus melangkah sejauh ini. Meskipun jalannya terasa begitu berat, tetapi tetap percaya bahwa dalam setiap keraguan dan lelah, usaha sekecil apapun tidak akan sia-sia, setiap langkah kecil yang diambil dengan kesabaran akan menjadi jejak besar menuju impian.

Semoga segala bantuan, petunjuk, dan kolaborasi yang telah diberikan tidak sia-sia di masa mendatang, dan semoga Allah SWT memberikan balasan yang melimpah. Saya menyadari keterbatasan pengetahuan yang saya miliki, dan dengan rendah hati meminta maaf atas kekurangan dalam penulisan skripsi ini. Saya sangat mengharapkan saran dan kritik yang membangun dari berbagai pihak untuk meningkatkan kualitas skripsi ini. Harapannya, skripsi ini dapat memberikan manfaat yang signifikan bagi para pembaca

Padang, 03 September 2025

Penulis

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR	x
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	7
C. Batasan Masalah.....	8
D. Rumusan Masalah	8
E. Tujuan Penelitian	9
F. Manfaat Penelitian	9
BAB II.....	11
KAJIAN TEORI, KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS	11
A. Kajian Teori	11
1. Teori Konversi Sumber Daya (<i>Conservation of Resources Theory</i>)	11
2. <i>Burnout</i>	12
3. Stres Kerja.....	17
4. <i>Resilience</i>	19
B. Penelitian yang Relevan.....	22
C. Kerangka Konseptual	24
D. Hipotesis Penelitian.....	25
BAB III	29
METODE PENELITIAN.....	29
A. Desain Penelitian.....	29
B. Defenisi Operasional dan Variabel Penelitian	29
1. Defenisi Operasional	29

2. Variabel Penelitian	31
C. Tempat dan Waktu Penelitian	32
D. Populasi dan Sampel Penelitian	32
1. Populasi	32
2. Sampel	32
E. Jenis dan Sumber Data	33
1. Data Primer	33
2. Data Sekunder	33
F. Instrumentasi dan Teknik Pengumpulan Data	34
1. Instrumen Penelitian	34
2. Teknik Pengumpulan Data	34
G. Teknik Analisis Data	35
1. Analisis Deskriptif	35
2. Analisis Statistik Inferensial	37
BAB IV	42
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	42
A. Gambaran Umum dan Objek Penelitian	42
B. Hasil Penelitian	43
1. Deskripsi Responden	43
2. Deskripsi Variabel Penelitian	46
C. Hasil Analisis Data	55
1. Pengukuran Model (Outer Model)	55
2. Pengukuran Model Struktural (Inner Model)	59
3. Pengujian Hipotesis	60
4. Pembahasan	64
BAB V	72
PENUTUP	72
A. Kesimpulan	72
B. Keterbatasan	73
C. Implikasi	73
D. Saran	74

DAFTAR PUSTAKA	76
LAMPIRAN.....	79

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Penelitian Terdahulu	23
Tabel 2. Rekapitulasi Perawat Ruang Inap RSUD dr. Achmad Darwis	32
Tabel 3. Daftar Skor Jawaban Setiap Pertanyaan	34
Tabel 4 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	43
Tabel 5 Karakteristik Responden Berdasarkan Umur.....	44
Tabel 6 Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Terakhir	45
Tabel 7 Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Kerja	45
Tabel 8 Karakteristik Responden Berdasarkan Status Perkawinan	46
Tabel 9 Distribusi Frekuensi Stres Kerja	47
Tabel 10 Distribusi Frekuensi <i>Resilience</i>	50
Tabel 11 Distribusi Frekuensi <i>Burnout</i>	53
Tabel 12 <i>Outer Model</i>	56
Tabel 13 Average Variance Extracted (AVE)	58
Tabel 14 Hasil Uji Composite Reliability Dan Cronbach's Alpha	58
Tabel 15 Hasil Analisis R-Square	59
Tabel 16 Hasil Analisis Inner Model	60
Tabel 17 Perhitungan Koefisien Variabel Mediasi	62
Tabel 18 Pengaruh Total	63

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Konseptual	25
-------------------------------------	----

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Burnout adalah kondisi psikologis yang ditandai dengan kelelahan emosional, sinisme, dan perasaan tidak mampu, yang dapat menimbulkan dampak negatif bagi individu maupun organisasi. Keadaan ini sering kali dipicu oleh tekanan kerja yang tinggi dan beban emosional yang terus-menerus dalam lingkungan kerja. Profesi yang menuntut keterlibatan emosional yang tinggi, seperti tenaga kesehatan, pekerja sosial, dan sektor penjualan, memiliki risiko lebih besar mengalami *burnout* (Lee et al., 2019). Dalam konteks tenaga kesehatan, perawat menjadi salah satu profesi yang paling rentan terhadap *burnout* akibat tuntutan pekerjaan yang berat dan tekanan emosional yang konstan.

Burnout pada tenaga kesehatan, khususnya perawat, menjadi perhatian serius karena dapat berdampak buruk pada kesejahteraan perawat itu sendiri serta kualitas pelayanan yang diberikan kepada pasien. Penelitian menunjukkan bahwa sekitar 25% hingga 80% tenaga medis di unit perawatan kritis mengalami *burnout* dengan tingkat keparahan yang bervariasi (Mealer, 2016). Perawat sebagai garda terdepan dalam pelayanan kesehatan, memiliki tanggung jawab besar dalam menangani pasien selama 24 jam secara berkesinambungan. Beban kerja yang tinggi, jumlah pasien yang tidak seimbang dengan jumlah tenaga perawat, serta tuntutan emosional dalam memberikan perawatan menyebabkan perawat rentan mengalami kelelahan

fisik dan mental, yang pada akhirnya dapat memengaruhi kualitas pelayanan kesehatan dan persepsi pasien terhadap layanan yang diberikan.

Penelitian ini akan dilakukan di Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) dr. Achmad Darwis. RSUD dr. Achmad Darwis merupakan fasilitas layanan kesehatan milik pemerintah Kabupaten Lima Puluh Kota yang berperan sebagai rumah sakit rujukan utama bagi masyarakat dari berbagai Kecamatan di Kabupaten Lima Puluh Kota. Terletak di Jalan Tan Malaka No. 1, Kecamatan Suliki, rumah sakit ini menjadi salah satu pilar utama dalam penyediaan layanan kesehatan bagi masyarakat di wilayah tersebut. Sebagai bagian dari Organisasi Perangkat Daerah (OPD) dengan status sebagai rumah sakit tipe C, RSUD dr. Achmad Darwis memiliki tanggung jawab besar dalam memberikan pelayanan kesehatan yang optimal di tengah berbagai tantangan yang dihadapi tenaga medis dan non-medisnya. Rumah sakit ini juga melayani pasien BPJS dan umum dengan volume kunjungan yang tinggi setiap harinya, terutama pada unit rawat inap dan unit gawat darurat. Dari sisi sumber daya manusia, RSUD ini memiliki jumlah tenaga kesehatan yang terbatas dibandingkan dengan beban pelayanan yang ada. Misalnya, jumlah perawat rawat inap sebanyak 82 orang harus melayani pasien dalam berbagai kondisi medis dengan tuntutan pelayanan selama 24 jam. Dalam praktiknya, perawat tidak hanya bertugas memberikan pelayanan medis, tetapi juga harus mampu memberikan dukungan emosional kepada pasien dan keluarga, melakukan pencatatan administratif, serta merespons keadaan darurat dalam waktu cepat. Dengan berbagai bentuk tekanan dalam lingkungan kerja rumah sakit tersebut,

serta kondisi kerja yang penuh ketidakpastian, dapat menjadi sumber stres kerja yang jika tidak dikelola dengan baik, berisiko menimbulkan *burnout* pada perawat.

Penelitian oleh Mealer (2016) menunjukkan bahwa antara 25% hingga 80% tenaga medis di unit perawatan kritis mengalami *burnout*, yang ditandai oleh kelelahan fisik, emosional, dan penurunan semangat kerja. Fenomena serupa juga ditemukan dalam penelitian oleh Cha et al. (2022) yang menyebutkan bahwa stres kerja yang tinggi secara signifikan meningkatkan risiko *burnout* di kalangan perawat. Berdasarkan kondisi umum rumah sakit daerah seperti RSUD dr. Achmad Darwis Kabupaten Lima Puluh Kota yang merupakan rumah sakit rujukan dengan tingkat pelayanan yang tinggi, perawat di rumah sakit ini menghadapi situasi kerja yang berpotensi menimbulkan *burnout*. Perawat di rumah sakit ini seringkali harus menangani banyak pasien dengan waktu istirahat terbatas, merespon kebutuhan pasien dengan cepat, serta memberikan pelayanan emosional kepada pasien dan keluarganya. Situasi ini secara umum menggambarkan tingginya tekanan psikologis dalam pekerjaan keperawatan, yang apabila berlangsung terus-menerus tanpa manajemen stres yang memadai, dapat berujung pada *burnout*.

Salah satu faktor yang berkontribusi terhadap *burnout* adalah stres kerja (Cha et al., 2022). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa stres di tempat kerja berkontribusi memicu terjadinya *burnout*, terutama jika stres berlangsung dalam durasi yang panjang. Stres kerja terjadi ketika terdapat ketidakseimbangan antara tuntutan pekerjaan dengan sumber daya yang

tersedia untuk menghadapinya. Lingkungan kerja tenaga kesehatan, terutama perawat, sering kali dihadapkan pada berbagai tekanan yang dapat menyebabkan stres kerja. Stres kerja yang berkepanjangan dapat memicu *burnout*, yaitu kondisi kelelahan emosional, depersonalisasi, serta berkurangnya pencapaian pribadi dalam pekerjaan (Maslach & Leiter, 2016b).

Burnout yang diakibatkan oleh stres kerja tidak hanya berdampak pada kesejahteraan individu, tetapi juga dapat mengurangi kualitas layanan yang diberikan, khususnya dalam profesi perawatan kesehatan. Studi yang dilakukan oleh Cha et al. (2022) menemukan bahwa 75% dari kasus *burnout* secara langsung terkait dengan stres kerja, menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat stres kerja, semakin besar kemungkinan seseorang mengalami *burnout*. Selain itu, penelitian juga mengungkapkan bahwa individu dengan tingkat stres kerja yang tinggi cenderung mengalami berbagai gejala fisik dan psikologis, termasuk kelelahan kronis, gangguan tidur, serta penurunan motivasi kerja. Stres kerja yang tidak dikelola dengan baik juga dapat mengurangi kemampuan seseorang dalam menghadapi tekanan, yang pada akhirnya meningkatkan risiko *burnout*.

Meskipun stres kerja berkontribusi terhadap *burnout*, tidak semua individu yang mengalami stres kerja mengalami *burnout* dalam tingkat yang sama. Hal ini menunjukkan adanya faktor individu yang dapat memediasi hubungan antara stres kerja dan *burnout*. Salah satu faktor yang berperan penting dalam mengurangi dampak stres kerja terhadap *burnout* adalah *resilience* atau ketahanan psikologis. Beberapa penelitian telah mengonfirmasi bahwa

resilience dapat berfungsi sebagai variabel mediasi dalam hubungan antara stres kerja dan *burnout*. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa stres kerja memiliki hubungan yang signifikan dengan *burnout*. Semakin tinggi tingkat stres kerja yang dialami seseorang, semakin besar kemungkinan mereka mengalami *burnout*. Namun, di sisi lain, *resilience* atau ketahanan psikologis telah diidentifikasi sebagai faktor pelindung yang dapat membantu mengurangi dampak negatif stres terhadap *burnout*. Individu yang memiliki tingkat *resilience* tinggi cenderung lebih mampu mengatasi tekanan kerja dan menjaga keseimbangan emosionalnya, sehingga risiko *burnout* dapat diminimalkan (Lee et al., 2019).

Resilience didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk beradaptasi dengan tekanan dan bangkit kembali dari kondisi sulit (Fletcher & Sarkar, 2013). Individu dengan tingkat *resilience* yang tinggi cenderung lebih mampu mengelola tekanan kerja dan mengurangi dampak negatif dari *burnout* (Guo et al., 2018). Hao et al. (2015) dalam penelitiannya terhadap pegawai negeri sipil di Beijing menemukan bahwa individu dengan *resilience* yang tinggi lebih mampu mengatasi stres kerja dan memiliki risiko lebih rendah mengalami *burnout*.

Penelitian yang dilakukan oleh Cha et al. (2022) menunjukkan bahwa *resilience* memiliki peran sebagai variabel mediasi dalam hubungan antara stres kerja dan *burnout*. Dalam penelitian tersebut ditemukan bahwa stres kerja menurunkan *resilience* secara signifikan dan *resilience* menurunkan *burnout* secara signifikan. Hasil penelitian tersebut juga mengungkapkan

bahwa sekitar 25% dari *burnout* terjadi secara tidak langsung melalui *resilience*. Ini berarti bahwa ketika *resilience* menurun akibat stres kerja yang tinggi, kemungkinan individu mengalami *burnout* akan semakin besar. Temuan ini memperkuat pentingnya *resilience* sebagai variabel psikologis pelindung dalam konteks lingkungan kerja yang penuh tekanan, seperti di rumah sakit. Dengan memperkuat *resilience*, individu dapat lebih tangguh dalam menghadapi tekanan kerja yang tinggi dan menekan kemungkinan terjadinya *burnout*.

Secara keseluruhan, *burnout* pada perawat adalah respons berkepanjangan terhadap stres kerja yang dapat memengaruhi kesejahteraan fisik dan mental mereka, serta berdampak pada kualitas pelayanan yang diberikan kepada pasien. Penelitian menunjukkan bahwa stres kerja berperan penting dalam memicu *burnout*, namun *resilience* dapat bertindak sebagai faktor pelindung yang dapat mengurangi dampaknya.

Berbagai penelitian sebelumnya telah membahas hubungan antara stres kerja dan *burnout* di kalangan tenaga kesehatan, khususnya selama masa pandemi COVID-19 (Cha et al., 2022; Duarte et al., 2022; Jung et al., 2024). Dalam konteks tersebut, tekanan kerja yang dominan bersumber dari risiko penularan, keterbatasan alat pelindung diri, serta sistem kerja darurat. Namun, seiring memasuki masa pasca pandemi, dinamika kerja perawat berubah. Tantangan kini lebih banyak berasal dari aspek administratif, tekanan pelayanan yang berkesinambungan, dan akumulasi kelelahan jangka panjang. Selain itu, meskipun beberapa penelitian telah membahas peran *resilience*

sebagai variabel mediasi antara stres kerja dan *burnout*, namun sebagian besar studi tersebut dilakukan di luar negeri atau pada konteks profesi yang berbeda seperti guru, mahasiswa kedokteran, atau pegawai negeri (Hao et al., 2015; Liu & Cao, 2022). Penelitian yang secara spesifik mengkaji peran *resilience* sebagai mediasi pada perawat di rumah sakit daerah, khususnya di RSUD dr. Achmad Darwis Kabupaten Lima Puluh Kota masih terbatas. Dengan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengisi kekosongan literatur dengan menganalisis bagaimana stres kerja berpengaruh terhadap *burnout* pada perawat di RSUD dr. Achmad Darwis Kabupaten Lima Puluh Kota, serta menguji apakah *resilience* dapat berperan sebagai variabel mediasi dalam hubungan tersebut pada konteks kerja pasca pandemi.

Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik untuk meninjau lebih jauh dan menuliskan dalam bentuk penelitian dengan judul **“Pengaruh stres kerja terhadap *burnout* dengan *resilience* sebagai variabel mediasi pada perawat di RSUD dr. Achmad Darwis Kabupaten Lima Puluh Kota”**.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang penelitian yang telah dijelaskan di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa permasalahan dalam penelitian ini, yaitu :

1. Perawat di RSUD dr. Achmad Darwis menghadapi lingkungan kerja yang penuh tekanan, termasuk harus menangani pasien dalam jumlah besar, melayani kebutuhan pasien selama 24 jam secara bergantian, dan memiliki waktu istirahat yang terbatas. Situasi ini menimbulkan beban fisik dan

mental yang tinggi, yang dapat menyebabkan stres kerja berkepanjangan, dan jika tidak dikelola dengan baik maka akan berujung pada *burnout*.

2. Stres kerja pada perawat diduga menjadi faktor utama yang berkontribusi terhadap meningkatnya *burnout*.
3. Tingkat *resilience* yang bervariasi di antara perawat dapat mempengaruhi seberapa besar stres kerja berujung pada *burnout*. *Resilience* berperan sebagai faktor pelindung yang dapat membantu mengurangi dampak negatif stres kerja terhadap *burnout* pada perawat di RSUD dr. Achmad Darwis.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan pemaparan penjelasan secara detail dari latar belakang dan identifikasi masalah, maka penelitian ini berfokus kepada masalah yang terkait dengan pengaruh stres kerja terhadap *burnout* melalui *resilience* sebagai variabel mediasi pada perawat di RSUD dr. Achmad Darwis di Kabupaten Lima Puluh Kota.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah diatas, maka rumusan masalah yang peneliti tetapkan adalah :

1. Sejauh manakah pengaruh stres kerja terhadap *burnout* pada perawat RSUD dr. Achmad Darwis di Kabupaten Lima Puluh Kota?
2. Sejauh manakah pengaruh stres kerja terhadap *resilience* pada perawat RSUD dr. Achmad Darwis di Kabupaten Lima Puluh Kota?

3. Sejuah manakah pengaruh *resilience* terhadap *burnout* pada perawat RSUD dr. Achmad Darwis di Kabupaten Lima Puluh Kota?
4. Sejuah manakah pengaruh stres kerja terhadap *burnout* pada perawat RSUD dr. Achmad Darwis di Kabupaten Lima Puluh Kota melalui *resilience*?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas dapat diketahui bahwa tujuan penelitian ini adalah :

1. Untuk menganalisis pengaruh stres kerja terhadap *burnout* pada perawat RSUD dr. Achmad Darwis di Kabupaten Lima Puluh Kota.
2. Untuk menganalisis pengaruh stres kerja terhadap *resilience* pada perawat RSUD dr. Achmad Darwis di Kabupaten Lima Puluh Kota.
3. Untuk menganalisis pengaruh *resilience* terhadap *burnout* pada perawat RSUD dr. Achmad Darwis di Kabupaten Lima Puluh Kota.
4. Untuk menganalisis pengaruh stres kerja terhadap *burnout* pada perawat RSUD dr. Achmad Darwis di Kabupaten Lima Puluh Kota melalui *resilience* sebagai variabel mediasi.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan pengembangan dalam kajian ilmu manajemen khususnya konsentrasi manajemen sumber daya manusia terkait dengan konsep *burnout* pada perawat yang ditinjau dari stres kerja dan peran mediasi *resilience*, serta juga dapat digunakan

sebagai referensi bagi penelitian selanjutnya mengenai hubungan antar variabel tersebut.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara langsung bagi subjek dalam penelitian, yaitu perawat dan pihak rumah sakit terkait dengan pengalaman *burnout* di tempat kerja. Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan evaluasi bagi pihak rumah sakit terkait dengan kondisi *burnout* dan stres kerja yang dialami oleh perawat berdasarkan stres kerja. Hal tersebut dapat menjadi masukan sebagai upaya dalam peningkatan strategi perawat agar dapat mencegah dan mengurangi *burnout*, serta sebagai landasan intervensi untuk mengoptimalkan proses pelayanan yang profesional kepada pasien.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh stres kerja terhadap *burnout* pada perawat RSUD dr. Achmad Darwis Kabupaten Lima Puluh Kota dengan *resilience* sebagai variabel mediasi. Berdasarkan analisis dan pembahasan pada bagian sebelumnya, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Terdapat pengaruh positif dan signifikan antara stres kerja terhadap *burnout* pada perawat RSUD dr. Achmad Darwis. Hasil ini berarti menunjukkan bahwa perawat RSUD dr. Achmad Darwis dengan tingkat stres kerja yang rendah cenderung memiliki tingkat *burnout* yang lebih rendah pula, sedangkan perawat dengan stres kerja yang tinggi cenderung mengalami *burnout* yang lebih tinggi.
2. Terdapat pengaruh negatif dan signifikan antara stres kerja terhadap *resilience* pada perawat RSUD dr. Achmad Darwis. Hasil ini menunjukkan bahwa perawat RSUD dr. Achmad Darwis yang memiliki tingkat stres kerja yang rendah cenderung memiliki tingkat *resilience* yang lebih tinggi.
3. Terdapat pengaruh negatif dan signifikan antara *resilience* dengan *burnout* pada perawat RSUD dr. Achmad Darwis. Hasil ini berarti menunjukkan bahwa perawat RSUD dr. Achmad Darwis yang memiliki tingkat *resilience* yang tinggi cenderung memiliki tingkat *burnout* yang lebih rendah.

4. Terdapat pengaruh tidak langsung (mediasi) dan signifikan antar stres kerja terhadap *burnout* melalui *resilience* pada perawat RSUD dr. Achmad Darwis. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat stres kerja yang rendah akan meningkatkan *resilience* perawat, dan pada akhirnya menurunkan tingkat *burnout* yang mereka alami.

B. Keterbatasan

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Pertama, penelitian hanya dilakukan di satu institusi, yaitu RSUD dr. Achmad Darwis Kabupaten Lima Puluh Kota, sehingga hasil temuan ini belum dapat digeneralisasikan ke rumah sakit lain dengan kondisi organisasi, beban kerja, dan budaya kerja yang berbeda. Keterbatasan lokasi ini membuat temuan lebih bersifat kontekstual dan spesifik pada kondisi rumah sakit tersebut. Kedua, responden dalam penelitian ini hanya terbatas pada perawat yang bertugas di ruang rawat inap. Padahal, perawat di ruang instalasi lain seperti IGD dan poliklinik juga memiliki tantangan dan tingkat stres kerja yang berbeda. Jika cakupan responden diperluas ke semua unit pelayanan, kemungkinan hasil yang diperoleh akan memberikan gambaran yang lebih menyeluruh mengenai pengaruh stres kerja terhadap *burnout* dan peran *resilience* pada berbagai kondisi kerja perawat.

C. Implikasi

Penelitian ini memberikan implikasi penting baik dalam ranah akademik maupun praktis. Secara teoritis, penelitian ini memperkuat dan memperluas pemahaman mengenai *Conservation of Resources Theory*, khususnya dalam

menjelaskan bagaimana *resilience* berperan sebagai variabel mediasi dalam hubungan antara *stres kerja* dan *burnout*. Penemuan ini juga memberikan kontribusi pada literatur tentang manajemen sumber daya manusia, terutama dalam konteks tenaga kesehatan. Secara praktis, hasil penelitian ini dapat digunakan oleh manajemen rumah sakit sebagai dasar untuk merancang intervensi guna meningkatkan *resilience* perawat, seperti pelatihan psikologis, peningkatan dukungan sosial di tempat kerja, dan manajemen beban kerja. Peningkatan *resilience* terbukti mampu menurunkan *burnout*, sehingga dapat berdampak pada peningkatan kualitas layanan kesehatan dan kesejahteraan perawat.

D. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, maka penulis memberikan saran sebagai berikut :

1. Bagi Pihak Organisasi

Berdasarkan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa stres kerja pada perawat RSUD dr. Achmad Darwis Kabupaten Lima Puluh Kota berada dalam kategori tinggi (TCR sebesar 72,20%), disarankan kepada pihak manajemen rumah sakit untuk memberikan perhatian yang lebih serius terhadap faktor-faktor yang menjadi sumber tekanan kerja. Tingkat stres kerja yang tinggi tersebut telah terbukti secara signifikan berpengaruh terhadap peningkatan *burnout*, baik secara langsung maupun tidak langsung melalui penurunan *resilience*. Hal ini menunjukkan bahwa stres kerja yang dialami perawat bukan merupakan bentuk stres yang

produktif (*eustress*), melainkan mengarah pada *distress* sebagaimana dijelaskan oleh Robbins, yang berdampak negatif terhadap kesehatan psikologis dan kinerja perawat.

Selain itu, hasil penelitian juga menunjukkan bahwa tingkat *resilience* perawat berada dalam kategori agak rendah (TCR sebesar 50,12%). Hal ini menandakan bahwa kemampuan adaptif perawat dalam menghadapi tekanan kerja masih belum optimal, sehingga mereka lebih rentan mengalami *burnout*. Oleh karena itu, pihak rumah sakit diharapkan dapat mengevaluasi kondisi kerja yang berkontribusi terhadap tingginya stres, seperti pengaturan shift kerja, beban kerja yang tidak seimbang, dan tuntutan emosional dalam pelayanan.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk peneliti selanjutnya, disarankan agar memperluas objek penelitian ke berbagai unit pelayanan seperti IGD dan poliklinik untuk memperoleh gambaran yang lebih menyeluruh. Selain itu, metode penelitian dapat dikembangkan menggunakan pendekatan kualitatif atau campuran agar mampu menggali lebih dalam pengalaman subjektif perawat dalam menghadapi stres kerja dan membangun *resilience*.

DAFTAR PUSTAKA

- Arrogante, O., & Aparicio-Zaldivar, E. (2017). Burnout and health among critical care professionals: The mediational role of resilience. *Intensive and Critical Care Nursing*, 42, 110–115. <https://doi.org/10.1016/j.iccn.2017.04.010>
- Cha, Y. J., Lee, K. S., Cho, J. H., Choi, I. S., & Lee, D. (2022). Effect of Job Stress on Burnout among Nurses Responding to COVID-19: The Mediating Effect of Resilience. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(9). <https://doi.org/10.3390/ijerph19095409>
- Choi, H. M., Mohammad, A. A. A., & Kim, W. G. (2019). Understanding hotel frontline employees' emotional intelligence, emotional labor, job stress, coping strategies and burnout. *International Journal of Hospitality Management*, 82(October 2018), 199–208. <https://doi.org/10.1016/j.ijhm.2019.05.002>
- Dima, A. M., Gheorghe, I. R., & Fodor, D. (2021). Burnout, stress and satisfaction among healthcare workers in the COVID-19 pandemic. *Frontiers in Psychology*, 12, 630.
- Duarte, I., Alves, A., Coelho, A., Ferreira, A., Cabral, B., Silva, B., Peralta, J., Silva, J., Domingues, P., Nunes, P., Serrão, C., & Santos, C. (2022). The Mediating Role of Resilience and Life Satisfaction in the Relationship between Stress and Burnout in Medical Students during the COVID-19 Pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(5). <https://doi.org/10.3390/ijerph19052822>
- Fletcher, D., & Sarkar, M. (2013). Psychological resilience: A review and critique of definitions, concepts, and theory. *European Psychologist*, 18(1), 12–23.
- Folke, C. (2016). Resilience (Republished). In *Ecology and Society* (Vol. 21, Issue 4). <https://doi.org/10.5751/ES-09088-210444>
- Gabriel, A. S., & Aguinis, H. (2021). How to prevent and combat employee burnout and create healthier workplaces during crises and beyond. *Business Horizons*, 64(6), 647–658.
- Guo, Y. F., Luo, Y. H., Lam, L., Cross, W., Plummer, V., & Zhang, J. P. (2018). Burnout and its association with resilience in nurses: A cross-sectional study. *Journal of Clinical Nursing*, 27(1-2), 441–449.
- Hao, S., Hong, W., Xu, H., Zhou, L., & Xie, Z. (2015). Relationship between resilience, stress and burnout among civil servants in Beijing, China: Mediating and moderating effect analysis. *Personality and Individual*

Differences, 83, 65–71. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2015.03.048>

Hobfoll, S. E., Tirone, V., Holmgreen, L., & Gerhart, J. (2016). Conservation of Resources Theory Applied to Major Stress. In *Stress: Concepts, Cognition, Emotion, and Behavior: Handbook of Stress*. Elsevier Inc. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-800951-2.00007-8>

Jaegers, L. A., Matthieu, M. M., Werner, E. E., & Frazee, S. G. (2021). Burnout among community mental health workers: The mediating effect of resilience. *Journal of Health and Human Services Administration*, 43(3), 308–326.

Jung, H. R., Jang, M. H., & Sun, M. J. (2024). Job Stress and Burnout Among School Health Teachers During the COVID-19 Pandemic: The Mediating Effect of Resilience and the Moderating Effect of School Organizational Culture. *Healthcare (Switzerland)*, 12(22), 1–12. <https://doi.org/10.3390/healthcare12222247>

Lee, Y. R., Lee, J. Y., Kim, J. M., Shin, I. S., Yoon, J. S., & Kim, S. W. (2019). A comparative study of burnout, stress, and resilience among emotional workers. *Psychiatry Investigation*, 16(9), 686–694. <https://doi.org/10.30773/pi.2019.07.10>

Liu, Y., & Cao, Z. (2022). The impact of social support and stress on academic burnout among medical students in online learning: The mediating role of resilience. *Frontiers in Public Health*, 10. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.938132>

Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). Burnout. *Stress: Concepts, Cognition, Emotion, and Behavior: Handbook of Stress*, 351–357. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-800951-2.00044-3>

Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). Understanding the burnout experience: Recent research and its implications for psychiatry. *World Psychiatry*, 15(2), 103–111. <https://doi.org/10.1002/wps.20311>

Maslach, C., & Leiter, M. P. (2017). New insights into burnout and health care: Strategies for improving civility and alleviating burnout. *Medical teacher*, 39(2), 160–163.

Mealer, M. (2016). Burnout syndrome in the intensive care unit future directions for research. *Annals of the American Thoracic Society*, 13(7), 997–998. <https://doi.org/10.1513/AnnalsATS.201604-280ED>

Park, M. M., & Park, J. W. (2016). Development of resilience scale for nurses. *Journal of Korean Academy of Fundamentals of Nursing*, 23(1), 32–41.

Park, S., Choi, M., & Kim, S. (2019). Validation of the resilience scale for nurses

(RSN). *Archives of psychiatric nursing*, 33(4), 434-439.

Robbins, S. P., & Judge, T. A. (2017). *Organizational Behavior* (17th ed.). Pearson Education.

Sugiyono.(2024). Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D. *Alfabeta, Bandung*.

World Health Organization. (2020). *Burn-out an occupational phenomenon : International classification of diseases (ICD-11)*

Zakia, H., Iskandar, S., & Primadi, A. (2022). Perceived effects of COVID-19 pandemic on stress levels and its related factors of NICU nurses. *Journal of Workplace Behavioral Health*, 37(1), 68–86.
<https://doi.org/10.1080/15555240.2021.20153>