



SKRIPSI

**HUBUNGAN BEBAN KERJA PERAWAT DENGAN STRES DAN *BURNOUT*
DI RSUD LIMPUNG**

Usulan Penelitian untuk Skripsi Sarjana Keperawatan

Lusita Nirmalasari

NIM : 2417031

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA

UNIVERSITAS WIDYA HUSADA SEMARANG

2025

PERSETUJUAN SIAP UJIAN SKRIPSI

Judul Skripsi : Hubungan Beban Kerja Perawat dengan Stres dan
Burnout Di RSUD Limpung
Nama Mahasiswa : Lusita Nirmalasari
NIM : 2417031

Siap dipertahankan di depan Tim
Penguji pada tanggal, September 2025

Menyetujui,

Pembimbing Utama



Ns. Niken Sukesi., M.Kep
NUPTK : 4639756657230132

Pembimbing Pendamping



Ns. Rahayu Winarti, M.Kep
NUPTK : 3733755656230152

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Judul Skripsi : Hubungan Beban Kerja Perawat dengan Stres dan
Burnout Di RSUD Limpung

Nama Mahasiswa : Lusita Nirmalasari
NIM : 2417031

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji
pada tanggal, September 2025

Menyetujui,

Ketua Penguji : Ns. Wijanarko Heru P, M.H

Anggota Penguji I : Ns. Rahayu Winarti, M.Kep

Anggota Penguji II : Ns. Niken Sukesi, M.Kep

Mengetahui,

Universitas Widya Husada Semarang

Prodi Keperawatan Program Sarjana

Rektor

Ketua



Prof. Dr. Chandrasa Soekardi, DEA.
NUPTK : 7836735636130062

Ns. Heny Prasetyorini, M.Kep
NUPTK : 1359762663230203

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. Identitas

1. Nama : Lusita Nirmalasari
2. Tempat, Tanggal Lahir : Batang, 24 Januari 1993
3. Jenis Kelamin : Perempuan
4. Agama : Islam
5. Alamat : Dukuh Tanjungsari RT 002 RW 001 Desa Tanjungsari, Kecamatan Tersono, Kabupaten Batang
6. No. Telepon : 082221818837
7. Email : lucitamala71@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan

1. SDN Satriyan 01 Tahun 1999 - 2005
2. SMP Negeri 1 Tersono Tahun 2005 - 2008
3. SMA Negeri 1 Batang Tahun 2008 - 2011
4. D3 Keperawatan STIKES Karya Husada Semarang Tahun 2011 – 2014

C. RIWAYAT PEKERJAAN

1. RS Mata Aini Prof. dr. Isak Salim, 1 April 2016 – 10 Februari 2018
2. Mayapada Hospital Lebak Bulus, 12 Februari 2018 – 31 Juli 2019
3. RSUD Limpung, 1 Agustus 2019 - Sekarang

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan berkatnya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi penelitian ini dengan judul “Hubungan Beban Kerja Perawat dengan Stres dan *Burnout* Di RSUD Limpung” dapat tersusun.

Skripsi penelitian ini disusun untuk memenuhi persyaratan gelar sarjana keperawatan pada Program Studi Keperawatan Program Sarjana Universitas Widya Husada Semarang. Skripsi penelitian ini dapat terselesaikan atas bantuan dan bimbingan serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis ingin menyampaikan rasa hormat dan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Chandrasa Soekardi, DEA, selaku Rektor Universitas Widya Husada Semarang.
2. Ns. Heny Prasetyorini, M. Kep, selaku Ketua Program Studi Keperawatan Program Sarjana Universitas Widya Husada Semarang
3. Ns. Wijanarko Heru P, M.Hkes, selaku ketua penguji.
4. Ns. Niken Sukesu, M.Kep, selaku pembimbing utama dan anggota penguji.
5. Ns. Rahayu Winarti, M.Kep, pembimbing pendamping

6. Segenap dosen dan staf Program Studi Keperawatan Program Sarjana Universitas Widya Husada Semarang yang telah membekali dengan ilmu pengetahuan dalam penulisan skripsi penelitian ini.
7. Keluarga tercinta (kedua orang tua, suami, anak) yang tiada henti mendukung dan mendo'akan.

Skripsi penelitian ini masih membutuhkan perbaikan untuk kesempurnaan, oleh karena itu peneliti mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun. Semoga skripsi penelitian ini bermanfaat bagi pembaca.

Semarang, September 2025

Peneliti

Lusita Nirmalasari
NIM. 2417031

DAFTAR ISI

JUDUL SKRIPSI	1
PERSETUJUAN SIAP UJIAN SKRIPSI	2
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI.....	3
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	4
KATA PENGANTAR.....	5
DAFTAR ISI.....	7
DAFTAR TABEL	10
DAFTAR GAMBAR.....	11
DAFTAR LAMPIRAN	12
ABSTRAK	13
ABSTRACT.....	14
BAB I PENDAHULUAN	
.....	Err
or! Bookmark not defined.	
A. Latar Belakang	
Error! Bookmark not defined.	
B. Rumusan Masalah	
Error! Bookmark not defined.	
C. Tujuan Penelitian	
Error! Bookmark not defined.	
D. Manfaat Penelitian	
Error! Bookmark not defined.	
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
.....	Err
or! Bookmark not defined.	
A. Konsep Beban Kerja	
Error! Bookmark not defined.	
1. Pengertian Beban Kerja	
Error! Bookmark not defined.	
2. Jenis Beban Kerja	
Error! Bookmark not defined.	

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Beban Kerja

Error! Bookmark not defined.

4. Dampak Beban Kerja

Error! Bookmark not defined.

B. Konsep Stres Kerja

Error! Bookmark not defined.

1. Pengertian Stres

Error! Bookmark not defined.

2. Pengertian Stres Kerja

Error! Bookmark not defined.

3. Gejala Stres Kerja

Error! Bookmark not defined.

4. Faktor yang Mempengaruhi Stres Kerja

Error! Bookmark not defined.

5. Dampak Stres Kerja

Error! Bookmark not defined.

C. Konsep *Burnout*

Error! Bookmark not defined.

1. Pengertian *Burnout*

Error! Bookmark not defined.

2. Penyebab *Burnout*

Error! Bookmark not defined.

3. Tahapan *Burnout*

Error! Bookmark not defined.

4. Gejala *Burnout*

Error! Bookmark not defined.

5. Faktor yang Mempengaruhi *Burnout*

Error! Bookmark not defined.

1) Faktor Internal

.....**Error!**

ror! Bookmark not defined.

2) Faktor Eksternal

.....**Error!**

ror! Bookmark not defined.

6. Dampak *Burnout*

Error! Bookmark not defined.

D. Konsep Keperawatan

Error! Bookmark not defined.

1. Pengertian Keperawatan

Error! Bookmark not defined.

2. Pengertian Perawat

Error! Bookmark not defined.

3. Peran dan Fungsi Perawat

Error! Bookmark not defined.

4. Tugas dan Wewenang Perawat

Error! Bookmark not defined.

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

.....Err

or! Bookmark not defined.

A. Kerangka Konsep

.....Er

ror! Bookmark not defined.

B. Hipotesis Penelitian

.....Er

ror! Bookmark not defined.

C. Jenis dan Rancangan Penelitian

.....Er

ror! Bookmark not defined.

D. Lokasi dan Waktu Penelitian

.....Er

ror! Bookmark not defined.

E. Populasi dan Sampel Penelitian

.....Er

ror! Bookmark not defined.

F. Teknik Sampling

.....Er

ror! Bookmark not defined.

G. Definisi Operasional

.....Er

ror! Bookmark not defined.

H. Instrumen dan Cara Pengumpulan Data Penelitian

.....Er

ror! Bookmark not defined.

1. Kuesioner Karakteristik Pasien	
Error! Bookmark not defined.	
2. Kuesioner Beban Kerja	
Error! Bookmark not defined.	
3. Kuesioner Stres Kerja	
Error! Bookmark not defined.	
4. Kuesioner <i>Burnout</i>	
Error! Bookmark not defined.	
I. Uji Validitas dan Reliabilitas	Error!
Error! Bookmark not defined.	
1. Uji Validitas	Error! Bookmark not defined.
2. Uji Reliabilitas	Error! Bookmark not defined.
J. Pengolahan Data	Error! Bookmark not defined.
K. Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
1. Analisis Univariat	Error! Bookmark not defined.
2. Analisis Bivariat	Error! Bookmark not defined.
L. Etika Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB IV HASIL PENELITIAN	Error!
Error! Bookmark not defined.	
A. Gambaran Umum	Error! Bookmark not defined.
B. Analisa Univariat	Error! Bookmark not defined.
C. Analisa Bivariat	Error! Bookmark not defined.
BAB V PEMBAHASAN	Error!
Error! Bookmark not defined.	

A. Analisa Univariat	Er
----------------------	----

ror! Bookmark not defined.

1. Karakteristik responden perawat Ruang Rawat Inap
Error! Bookmark not defined.
2. Beban Kerja Perawat Di RSUD Limpung
Error! Bookmark not defined.
3. Stres Perawat Di RSUD Limpung
Error! Bookmark not defined.
4. *Burnout* Perawat Di RSUD Limpung
Error! Bookmark not defined.

B. Analisa Bivariat	Error! Bookmark not defined.
---------------------	------------------------------

BAB VI PENUTUP

	Err
--	-----

or! Bookmark not defined.

A. Kesimpulan	Error! Bookmark not defined.
---------------	------------------------------

B. Saran	Error! Bookmark not defined.
----------	------------------------------

DAFTAR PUSTAKA

	Err
--	-----

or! Bookmark not defined.

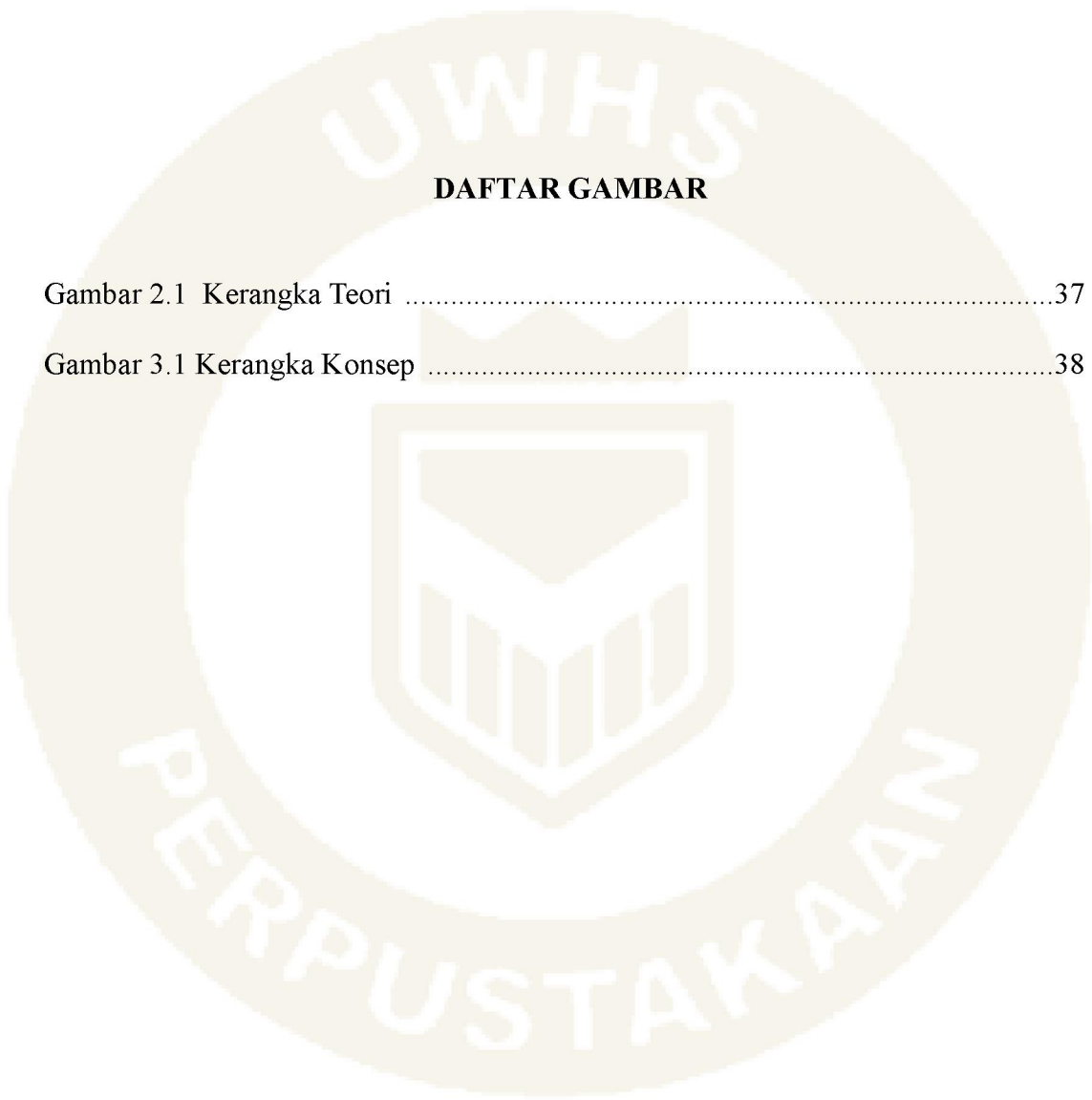
LAMPIRAN

	Err
--	-----

or! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi operasional	35
Tabel 3.2 Panduan interpretasi hasil uji hipotesis berdasarkan kekuatan korelasi, nilai p dan arah korelasi	50
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Responden Perawat dengan Stres dan <i>Burnout</i> Di RSUD Limpung	62
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Beban Kerja Perawat Di RSUD Limpung	63
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Stres Perawat Di RSUD Limpung	63
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi <i>Burnout</i> Perawat Di RSUD Limpung	64
Tabel 4.5 Hubungan Beban Kerja Perawat dengan Stres Di RSUD Limpung	64
Tabel 4.6 Hubungan Beban Kerja Perawat dengan <i>Burnout</i> Di RSUD Limpung ...	65



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori	37
Gambar 3.1 Kerangka Konsep	38

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Kegiatan Penelitian

Lampiran 2 Permohonan Menjadi Responden

Lampiran 3 *Informed Consent*

Lampiran 4 Kuesioner Demografi

Lampiran 5 Kuesioner Beban Kerja

Lampiran 6 Kuesioner Stres

Lampiran 7 Kuesioner *Burnout*

Lampiran 8 Surat Persetujuan Judul

Lampiran 9 Permohonan Izin Studi Pendahuluan

Lampiran 10 Jawaban Permohonan Izin Studi Pendahuluan RSUD Limpung

Lampiran 11 Permohonan Izin Studi Penelitian

Lampiran 12 Jawaban Permohonan Izin Studi Penelitian RSUD Limpung

Lampiran 13 Surat Keterangan Uji Etik

Lampiran 14 Surat Bukti Menjadi Responden

Lampiran 15 Catatan Hasil Konsultasi

Lampiran 16 Hasil Tabulasi Data Responden

Lampiran 17 Hasil SPSS

Lampiran 18 Hasil Turnitin

ABSTRAK

Lusita Nirmalasari

**HUBUNGAN BEBAN KERJA PERAWAT DENGAN STRES DAN *BURNOUT*
DI RSUD LIMPUNG**

xv + 65 Hal + 17 Tabel + 4 Gambar

Latar Belakang; Perawat berperan penting dalam memberikan asuhan keperawatan kepada pasien. Namun, tingginya beban kerja dapat memicu stres dan burnout yang berdampak pada kualitas pelayanan serta kesehatan perawat. Di RSUD Limpung, peningkatan jumlah pasien, tuntutan administrasi, dan distribusi tenaga yang belum optimal membuat beban kerja perawat semakin berat. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan beban kerja dengan tingkat stres dan burnout pada perawat di RSUD Limpung.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain deskriptif kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Populasi adalah 96 perawat di RSUD Limpung, dengan sampel 77 responden yang dipilih melalui purposive sampling. Instrumen penelitian berupa kuesioner beban kerja, Perceived Stress Scale (PSS), dan Maslach Burnout Inventory (MBI) yang telah teruji valid dan reliabel. Penelitian mendapat persetujuan etik dari Universitas Widya Husada Semarang (116/EC-LPPM/UWHS/VII-2025).

Hasil: Mayoritas perawat memiliki beban kerja sedang hingga tinggi. Uji statistik menunjukkan hubungan sangat signifikan antara beban kerja dengan stres ($p=0,000$; $r=0,855$) dan burnout ($p=0,000$; $r=0,903$), dengan korelasi positif sangat kuat, artinya semakin berat beban kerja semakin tinggi stres dan burnout.

Kesimpulan: Beban kerja tinggi berhubungan dengan peningkatan stres dan burnout pada perawat. Rumah sakit perlu mengevaluasi distribusi kerja, mengurangi beban administratif, serta memperkuat dukungan psikososial untuk menekan risiko tersebut...

Kata Kunci: beban kerja, stres, burnout, perawat

Daftar Pustaka: 43 (2019–2024)

ABSTRACT

Lusita Nirmalasari

THE RELATIONSHIP BETWEEN NURSES' WORKLOAD AND STRESS AND BURNOUT AT RSUD LIMPUNG

xv + 65 Pages + 17 Tables + 4 Figures

Background:

Nurses are healthcare professionals who play a crucial role in providing nursing care to patients. Background: Nurses play a crucial role in providing nursing care to patients. However, a high workload can trigger stress and burnout, impacting the quality of care and nurses' health. At Limpung Regional General Hospital (RSUD Limpung), the increasing number of patients, administrative demands, and suboptimal staff distribution have increased nurses' workload. This study aims to determine the relationship between workload and stress and burnout levels among nurses at RSUD Limpung.

Methods: This study used a quantitative descriptive design with a cross-sectional approach. The population was 96 nurses at RSUD Limpung, with a sample of 77 respondents selected through purposive sampling. The research instruments included a workload questionnaire, the Perceived Stress Scale (PSS), and the Maslach Burnout Inventory (MBI), all of which have been proven valid and reliable. The study received ethical approval from Widya Husada University Semarang (116/EC-LPPM/UWHS/VII-2025).

Results: The majority of nurses had moderate to high workloads. Statistical tests showed a highly significant relationship between workload and stress ($p=0.000$; $r=0.855$) and burnout ($p=0.000$; $r=0.903$), with a very strong positive correlation, meaning that the heavier the workload, the higher the stress and burnout.

Conclusion: High workload is associated with increased stress and burnout in nurses. Hospitals need to evaluate work distribution, reduce administrative burdens, and strengthen psychosocial support to reduce the risk..

Keywords: workload, stress, burnout, nurses

Bibliography: 43 (2019–2024)