

BAB I

PENDAHULIAN

A. Latar Belakang Masalah

Arti sebuah kesehatan sekarang berbeda dengan arti sehat yang dimaksud oleh orang-orang terdahulu. Pada zaman dahulu kata “sehat” diartikan dengan sekedar dapat melakukan kegiatan aktivitas kerja, arti kata sehat saat ini meliputi semua aspek baik secara fisik maupun mental. WHO (*World Health Organization*) mengartikan kesehatan dengan keadaan sempurna secara fisik, mental, serta sosial, dan tidak hanya terbebas dari penyakit dan kecacatan.

UU RI Nomor 36 Tahun 2009 tentang kesehatan juga menjelaskan bahwa kesehatan merupakan suatu kondisi sehat baik fisik, mental, spiritual ataupun sosial yang memungkinkan seseorang hidup produktif secara sosial dan ekonomi. Kesehatan menjadi salah satu hal penting bagi setiap manusia. Berbagai pihak menaruh perhatian khusus terhadap hal ini, karena faktor kesehatan adalah salah satu faktor yang sangat penting.

Terutama saat berkaitan dengan pelayanan kesehatan, saat seseorang jatuh sakit, mereka akan menemui dokter untuk melakukan pemeriksaan dan perawatan. Dalam proses perawatan kesehatan pada pasien, dokter tidak bisa bekerja sendiri, namun ada perawat yang juga berperan dalam membantu dokter untuk memberikan pelayanan kesehatan kepada pasien. Peranan perawat sangat penting dalam memberikan layanan kesehatan karena perawat berhadapan langsung dengan orang-orang yang dilayani. Selain itu perawat juga memiliki beban kerja yang cukup tinggi dikarenakan harus memberikan praktek keperawatan yang

aman dan nyaman bagi pihak-pihak yang dilayaninya. Salah satu contohnya adalah perawat harus menjalankan tugasnya dengan hal yang menyangkut kesehatan dan kehidupan pasien yang dirawat. Tanggung jawab dan tugas yang diemban oleh perawat cukup berat dan cukup beresiko.

Nursalam (2011) mengatakan bahwa perawat memiliki beban kerja yang cukup tinggi yang terbagi menjadi 2 bagian yaitu beban fisik dan beban mental, contoh bagian beban fisik seperti mempersiapkan alat-alat kesehatan yang akan digunakan, mendorong pasien serta membersihkan kamar tidur pasien sedangkan bagian beban mentalnya seperti bertanggung jawab atas kesehatan pasien dan harus menjalin komunikasi yang baik pada pasien maupun keluarga pasien.

Beban yang dimiliki oleh perawat cukup berat sehingga rawan tertekan secara psikologis. Biasanya gangguan mental yang terjadi pada perawat antara lain cemas, khawatir berlebihan, takut, mudah tersinggung, sulit konsentrasi, ragu atau merasa rendah diri, agresif, pemarah, mudah merasa kecewa. Sedangkan gangguan fisik antara lain seperti jantung yang berdebar, sakit kepala, otot tegang, hipertensi, gangguan regulasi hormonal, diabetes melitus, asam urat kolesterol dan masalah imunologis lainnya. Menurut Budiono (2003) kelelahan yang terjadi pada perawat mengarah pada kondisi melemahnya tenaga untuk melakukan suatu aktivitas yang secara umum berkaitan dengan kelelahan mental (*mental fatigue*) dan kelelahan fisik (*physical fatigue*). Kelelahan kerja seorang perawat sangat berkaitan erat dengan pekerjaan dan tanggung jawabnya dalam mengurus pasien (Nursalam, 2014).

Setyawati (2013) mengatakan bahwa kelelahan kerja perawat berkaitan dengan fisik dan psikis seorang perawat yang dapat mengakibatkan depresi dalam situasi tertentu. Perubahan suasana mental emosional merupakan gangguan yang berdampak pada gangguan fisik yang sangat jarang sekali disadari oleh penderitanya. Saat seorang perawat terganggu mental emosional nya perawat tidak akan datang ke fasilitas kesehatan (faskes) untuk berobat karena perawat tidak menyadari gangguan yang dialami. Perawat hanya merasa kurang nyaman, tidak tahu harus berbuat apa, bagaimana dan dimulai dari mana. Ketika perut lapar, tetapi tidak ingin makan. Ngantuk tetapi tidak bisa tidur. Dikeramaian ingin menyepi. Di kesepian ingin mencari keramaian, dan sebagainya. Hal ini menyebabkan banyak pekerjaan yang tertunda kualitas kerja, hidup dan produktivitas menjadi terganggu. Faktor yang mempengaruhi perawat terkena gangguan mental adalah stress, gejala depresi, kecemasan penyangkalan, insomnia, kemarahan dan ketakutan, jam kerja yang panjang, kelelahan fisik dan mental, perawatan pasien yang kompleks dan kurangnya kontak atau komunikasi yang baik dengan keluarga menjadi dapat menjadi rentetan penyebab stress pada perawat.

Ketika menjalankan tugasnya sebagai seorang perawat di rumah sakit perawat dituntut harus memiliki kinerja yang tinggi padahal disisi lain perawat juga memiliki keluarga dan harus merawat setiap anggota keluarga tersebut. Sesuai dengan pernyataan Fisher (2001) mengatakan bahwa manusia memiliki berbagai peran dalam hidup termasuk dalam peran kehidupan pekerjaan maupun kehidupan pribadinya. Dengan banyaknya peran yang diambil oleh seseorang maka akan

menimbulkan sebuah konflik dari dua arah peran tersebut karena ada masanya dimana suatu peran akan menghambat peran lainnya dan ketika konflik peran ini terjadi maka dapat mengakibatkan tidak terjadinya keseimbangan dalam bekerja (*work life balance*).

Kondisi ini kemungkinan dapat terjadi pada perawat yang bekerja dirumah sakit RSUD Gema Shanti. Perawat memiliki sedikit waktu untuk kehidupan pribadinya, karena perawat memiliki beban kerja yang cukup berat, dan jam kerja yang sangat padat yang membuat perawat harus sedia setiap saat. Hal ini tidak menutup kemungkinan jika tidak terjadinya *work life balance* pada perawat karena memang sedikit waktu yang dimiliki oleh perawat untuk memperhatikan kehidupan pribadinya.

Permasalahan pada perawat akan muncul ketika seorang perawat gagal untuk menyeimbangkan kehidupan pekerjaan dengan kehidupan pribadi dan keluarganya. Peran sebagai pekerja dan peran di kehidupan pribadi serta keluarga sering kali menimbulkan konflik, seperti jam kerja yang terlalu panjang yang menyebabkan kurangnya waktu untuk aktivitas pribadi dan berkumpul bersama keluarga. Untuk itu keseimbangan antara pekerjaan dan keluarga atau yang disebut dengan *work life balance* sangatlah penting bagi kehidupan setiap pekerja. *Work life balance* didefinisikan oleh Greenhaus et al. (2003) sebagai upaya sejauh mana suatu individu terikat secara bersama di dalam pekerjaan dan keluarga, dan sama sama puas dengan peran dalam pekerjaan dan peran dalam keluarganya.

Artiningsih & Chisan (2020) mengatakan bahwa *work life balance* adalah suatu keadaan yang menuntut para pekerjaanya untuk melakukan keseimbangan

antara dunia pekerjaan dengan kehidupan pribadi serta perannya didalam keluarga. *Work life balance* didefinisikan oleh Lockwood (2003) sebagai keadaan yang menyeimbangkan antara dua tuntutan yang dimana dunia pekerjaan dan kehidupan pribadi setiap orang harus sama. Pada dasarnya *work life balance* adalah suatu fenomena yang lumrah terjadi dalam dunia kerja, karena memang sedikit sulit menyeimbangkan antara kehidupan kerja dengan kehidupan pribadi.

Perawat adalah suatu bidang pekerjaan yang harus mampu memberikan pelayanan yang terbaik bagi para pasien, namun masih ada saja sebagian dari perawat yang mendapatkan keluhan yang kurang puas dari para pasien. Penelitian yang dilakukan oleh Laksono (2008) tentang *work life balance* di rumah sakit Dedy Jaya Brebes, di dapat hasil bahwa dari 60 responden yang bekerja di Rawat Inap 43% berada pada kategori tidak puas, yang mana pasien merasa tidak puas dengan hasil kinerja dan pelayanan dari para perawat. Survey lain melalui wawancara pasien yang dilakukan Gobel et al. (2016) mengenai pelayanan yang ada di rumah sakit RSU Kabupaten Bolaang Mongondow Sulawesi Utara dengan jumlah reponden 15 orang, terdapat 2 pasien yang tidak puas dengan pelayanan perawat serta 5 pasien yang kurang puas dengan pelayanan perawat di RSU tersebut. Dari hasil wawancara dan penelitian diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa kinerja perawat dalam memberikan pelayanan pada pasien masih belum sesuai dengan apa yang di harapkan oleh pasien.

Berdasarkan fenomena tersebut, peneliti melakukan survei kepada perawat Rumah Sakit umum Daerah Gema Shanti Nusa Penida Bali dengan metode penyebaran kuesioner melalui *google form* kepada 20 perawat, ditemukan bahwa

sebanyak 55% perawat mengaku mengalami kurangnya keseimbangan waktu dan keseimbangan kepuasan dalam bekerja. Seperti yang dikatakan oleh Fisher et al. (2009) bahwa ketika pekerjaan sudah mengintervensi atau mencampuri kehidupan pribadi maka akan mengganggu *work life balance* pada perawat.

Menurut Suwito et al. (2022) ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *work life balance* yaitu faktor individu, stres kerja dan konflik kerja. Namun faktor inidividu merupakan sikap dari masing-masing individu itu sendiri yang meliputi pengetahuan, perasaan dan kecenderungan untuk bertindak. Sikap juga merupakan bahan evaluasi terhadap aspek-aspek dalam kehidupan sosial. *work life balance* merupakan hal yang sangat penting dalam kehidupan manusia terutama untuk para pekerja. Tidak dapat dipungkiri bahwa untuk mencapai suatu keseimbangan tersebut tidaklah hal yang mudah, karena ada beberapa hal yang dapat menghambat keseimbangan tersebut salah satunya adalah burnout, semua pekerjaan memang mendapat resiko terjadinya *burnout*, *burnout* sendiri diawali dengan gejala stress yang berkepanjangan saat bekerja (Netemeyer et al., 1996)

Beberapa hal yang akan menghambat *work life balance* salah satunya adalah *burnout*. Melihat munculnya stress pada perawat di rumah sakit dengan segala bentuk resiko yang cukup besar dan memiliki hubungan yang sangat terikat dengan berbagai dampak psikologi menyebabkan perawat mengalami tekanan beban kerja yang cukup kuat, stress yang berkepanjangan dan aspek-aspek psikologi lainnya sehingga menjadi penyebab perawat mengalami *burnout*. *Burnout* biasanya terjadi ketika seseorang mengalami lelah yang berlebihan sehingga menyebabkan ketidakmampuan dalam bekerja atau tidak ada lagi

keseimbangan antara pekerjaan dengan kehidupan pribadi atau yang kita kenal dengan keseimbangan kehidupan kerja (*work life balance*). sesuai pernyataan Fisher et al. (2009) yang menjelaskan bahwa ketika pekerjaan sudah mencampuri kehidupan pribadi seseorang maka ini akan menghambat terjadinya *work life balance* pada perawat. Selain itu seseorang yang mengalami *burnout* akan mengalami stress dengan pekerjaannya, lelah dan membenci pekerjaannya (Yates, 2020).

Apabila stress kerja yang dialami oleh seorang pekerja dibiarkan begitu saja dalam jangka waktu yang panjang maka akan mengakibatkan kelelahan secara fisik maupun mental atau yang kita kenal dengan istilah *burnout*. Hal ini sejalan dengan pendapat Perrewe, dkk (Sahrah, 2017) yang mengatakan bahwa *burnout* adalah kondisi kelelahan yang dialami seorang perawat, yang disebabkan oleh faktor personal, keluarga serta lingkungan tempat bekerja. Seorang perawat yang mengalami *burnout*, akan terlihat bahwa asuhan keperawatan yang dilakukan tidak dapat dilaksanakan dengan baik dan maksimal, sehingga *burnout* dapat berdampak pada finansial, fisik, emosi serta sosial pasien dan organisasi rumah sakitnya.

Penurunan *work life balance* pada perawat terjadi karena adanya gejala *burnout* yang dimana para perawat biasanya memiliki rasa idealis yang tinggi saat bekerja tiba-tiba mengalami kekecewaan. Fatmawati (2017) mengungkapkan bahwa *burnout* ialah kondisi seseorang kehilangan energi secara fisik maupun psikis. Biasanya *burnout* dialami dalam bentuk kelelahan secara fisik, mental dan emosional yang terjadi secara terus menerus. Kondisi *burnout* yang dialami pada

perawat kerana banyaknya tuntutan kerja yang mewajibkan perawat harus berhadapan langsung dengan kesengsaraan orang lain, tekanan kerja dari atasan dan setting kerja perawat yang cukup rumit (Tinambunan et al., 2018). Nelma (2019) juga mengatakan bahwa *burnout* merupakan kondisi psikologis seseorang yang ditandai dengan adanya gejala kelelahan secara emosional, sikap sinisme, dan ketidakmampuan diri dalam menyelesaikan pekerjaan. Kelelahan bekerja para perawat ditempat kerja tidak dapat dipungkiri jika terbawa sampai kedalam rumah, hal inilah yang membuat perawat semakin bingung bagaimana cara mengontrol emosi tersebut.

Berdasarkan latar belakang diatas penulis tertarik melakukan penelitian dikarenakan ingin melihat hubungan antara *burnout* dengan *work life balance* pada perawat. Adapun judul penelitian ini adalah “hubungan antara *burnout* dengan *work life balance* pada perawat di Rumah Sakit Umum Daerah Gema Shanti Nusa Penida, Bali”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang permasalahan maka yang terjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Apakah terdapat hubungan antara *burnout* dengan *work life balance* pada perawat di Rumah Sakit Umum Daerah Gema Shanti Nusa Penida, Bali?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara *burnout* dengan *work life balance* pada perawat di Rumah Sakit Umum Daerah Gema Shanti Nusa Penida, Bali.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat Teoritis:

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber dan pedoman tambahan untuk pengembangan ilmu pengetahuan di bidang pendidikan, pelayanan sosial, dan organisasi.

2. Manfaat Praktis:

a) Rumah sakit

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan manfaat bagi rumah sakit berupa bahan pertimbangan dan pengambilan kebijakan pada perawat

b) Peneliti

Bagi penulis diharapkan dapat menambah pengetahuan terutama dalam hal yang berhubungan dengan burnout dan work life balance

c) Pihak luar

Bagi pihak luar diharapkan hasil penelitian ini dijadikan sebagai acuan untuk penelitian selanjutnya.

