



HUBUNGAN BURNOUT DAN RESILIENSI PERAWAT: SCOPING REVIEW

Arman Wokas*, Nur Setiawati Dewi, Ayun Sriatmi

Universitas Diponegoro, Jl. Prof. Sudarto, Tembalang, Tembalang, Semarang, Jawa Tengah 50275, Indonesia

*wokasar28@gmail.com

ABSTRAK

Stres jangka panjang dapat memperburuk masalah kesehatan emosional, fisik, dan mental perawat yang ada, yang pada gilirannya dapat menguras cadangan energi mereka, yang menyebabkan kelelahan fisik dan mental. Resiliensi dapat mencegah terjadinya stress, mempertahankan kesejahteraan mental dan psikologi sehingga dapat membantu perawat secara efektif mengatasi keadaan tersebut. Scoping review ini bertujuan untuk mengetahui hubungan burnout dan resiliensi perawat. Metode: Sumber literatur di peroleh melalui pencarian dengan menggunakan database yang terdiri dari *PUBMED*, *Google Scholar*, *Science Direct* dan *Proquest*. Istilah kunci yang digunakan untuk mengidentifikasi studi utama adalah “*Impact*” AND “*Resilience*” OR “*Adaptation*” AND “*Burnout*” AND “*Nurses*”. Persamaan pencarian diterapkan tanpa batasan, dengan mempertimbangkan judul, abstrak, teori dan metode yang digunakan. Hasil: Berdasarkan artikel yang didapatkan, peneliti mengklasifikasikan dampak bournout terhadap resilensi perawat ditinjau dari aspek 1) sosial, 2) psikologis dan 3) kondisi personal perawat. Kesimpulan: Masalah yang dibahas dalam penelitian ini berdampak pada kualitas perawatan yang diberikan, pada kesejahteraan pasien dan kesehatan kerja perawat. Untuk mencapai tujuan tersebut, harus ada perubahan dari aspek sosial, psikolgi dan kondisi personal perawat berdasarkan bukti ilmiah saat ini.

Kata kunci: burnout; perawat; resiliensi

THE RELATIONSHIP BETWEEN BURNOUT AND NURSE RESILIENCE: SCOPING REVIEW

ABSTRACT

Prolonged stress can disrupt the emotional, physical, and mental condition of nurses, which can then result in physical and mental fatigue due to the depletion of energy to deal with continuous stress. Resilience can prevent stress, and maintain mental and psychological well-being so that it can help nurses effectively deal with this situation. Purpose of this scope review is analyse the connection between burnout and nurse resilience: Literature sources were obtained through a search using a database consisting of PUBMED, Google Scholar, Science Direct, and Proquest. The keywords used to identify the main study were “Impact” AND “Resilience” OR “Adaptation” AND “Burnout” AND “Nurses”. The search equation is applied without limitation, taking into account the title, abstract, theory, and method used. Results: Based on the articles obtained, the researchers classified the impact of burnout on nurse resilience in terms of 1) social, 2) psychological, and 3) personal conditions of nurses. Conclusion: The issues highlighted in this research have consequences for both the safety of patients and the nurses who care for them, as well as the quality of care offered. To achieve this goal, there must be changes in the social, psychological, and personal conditions of nurses based on current scientific evidence.

Keywords: *burnout; nurse; resilience*

PENDAHULUAN

Perawat adalah komponen integral dari komunitas medis, menawarkan berbagai layanan bermanfaat untuk pasien dari segala usia. melakukan kegiatan atau aktivitas yang berhubungan dengan kesehatan ataupun dalam proses penyembuhan untuk menggapai kemampuannya secara maksimal, (Berman, Snyder, Kozier & Erb, 2021). Sebanyak 27,9 juta perawat terdaftar di

seluruh dunia. Angka ini menyumbang hampir 59% dari seluruh tenaga kerja kesehatan secara global. (WHO, 2022) Badan Pusat Statistik mencatat jumlah tenaga perawat di Indonesia tahun 2021 mencapai 511.191 orang yang tersebar di klinik dan rumah sakit di seluruh Indonesia. Perawat bertugas melayani masyarakat yang sehat maupun sakit di sepanjang usia. Pemberian pelayanan kesehatan kepada masyarakat, berfokus pada pelayanan kesehatan primer atau *primary health care*, meliputi pencegahan, promosi kesehatan, perawatan kuratif, dan rehabilitative, (Pakpahan Martina, Hutapea Adventina Delima, Siregar Deborah, Frisca Sanny, Sitanggung Yenni Ferawati, Manurung Evanny Indah, Koerniawan Dheni, Pangkey Ballsy C.A, Ikarifilia Sofiani, 2020). Perawat rentan terhadap masalah seperti adaptasi, kelelahan, mengenai lingkungan kerja yang penuh tekanan dan jam kerja tidak menentu, (Silva et al., 2015).

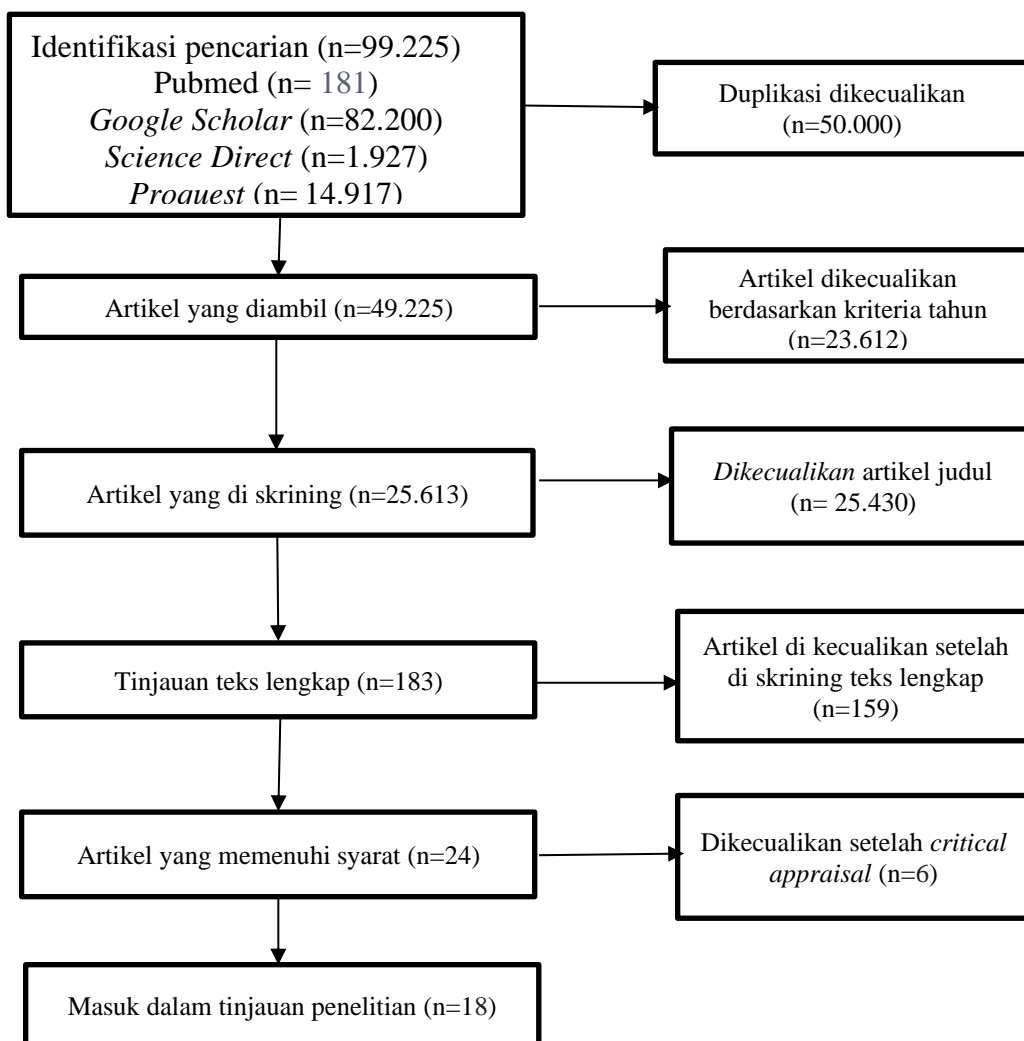
Hal ini sesuai dengan temuan dari studi oleh Ay, Thabet, dan Vostanis yang menunjukkan banyak perawat menghadapi tekanan dalam pekerjaan. Seperti AY et al. (2017) menunjukkan: Keadaan emosional, fisik, dan mental perawat mungkin memburuk di bawah tekanan kronis, yang menyebabkan kelelahan fisik. dan emosional sebagai akibat dari memiliki cadangan yang tidak mencukupi untuk menghadapi stres yang sedang berlangsung, (Yörük & Güler, 2021). Kejenuhan dapat terjadi akibat stres yang berkepanjangan dan parah di tempat kerja. Orang-orang yang pekerjaannya sering membutuhkan interaksi dengan orang lain sangat rentan terhadap sindrom kelelahan, yang terdiri dari tiga komponen: kelelahan emosional yang ekstrim, depersonalisasi yang ekstrim, dan pencapaian pribadi yang sangat buruk, (Molina-Praena, Práena, & Garca, 2018). Dampak tekanan di tempat kerja, dapat menyebabkan berbagai masalah, termasuk masalah psikologis. Tekanan tersebut dapat menyebabkan stres, kejenuhan dalam bekerja (*burnout*) serta memiliki efek trauma sehingga menyebabkan situasi yang sulit pada perawat. (Yılmaz, 2017) *Burnout* sendiri bila tidak diatasi berdampak pada penurunan kualitas perawatan, (Nantsupawat et al., 2016). Hal ini berarti tekanan di tempat kerja mempengaruhi perawat secara psikologi serta berdampak pada kualitas perawatan. Perawat membutuhkan ketangguhan yang berasal dari dalam diri mereka untuk mengatasi tekanan mental, emosional, dan fisik yang mereka hadapi setiap hari, (Yang et al., 2018)

Terdapat beberapa hasil penelitian di Inggris mengenai resiliensi perawat yaitu staf klinis memiliki resiliensi lebih rendah dari pada staf administrasi, staf manajemen, manajer keperawatan, (Park & Jang, 2022), (Dong et al., 2017). Di Indonesia sendiri penelitian terhadap resiliensi perawat yang dilakukan oleh Mariani mengungkapkan tingkat resiliensi berada dalam kategori sedang, (Mariani, 2013). Individu yang merasa mendapat dukungan sosial lebih mampu untuk menghadapi kesulitan serta menurunkan stres maupun kelelahan (*burnout*), (Ren et al., 2018) dan (Lee et al., 2012). Menurut penelitian (Lee et al., 2012), Koneksi dan dukungan yang efektif dari keluarga, rekan kerja, dan komunitas telah dibuktikan dalam beberapa penelitian memiliki efek positif pada resiliensi individu. Menurut studi terbaru (Zander et al., 2013) dan (Kessel, 2013). Menurut hasil penelitian Zehir & Narcıkara bahwa resiliensi bawahan dipengaruhi oleh persepsi bawahan mengenai gaya kepemimpinan otentik atasan. (Zehir & Narcıkara, 2016) Resiliensi dapat mencegah terjadinya stress, mempertahankan kesejahteraan mental dan psikologi sehingga dapat membantu perawat secara efektif mengatasi keadaan tersebut. (Labrague & de los Santos, 2021) Resiliensi dalam pelayanan kesehatan sebagai kapasitas pribadi membantu dalam menghadapi kesulitan serta tuntutan di tempat kerja. (McDonald et al., 2013) Tuntutan ini termasuk pada tantangan emosional terkait penyakit dan kelemahan yang dialami oleh pasien serta kesulitan antar pribadi dan konflik dengan petugas kesehatan lainnya. Hal ini menuntut perawat melibatkan emosional dalam bekerja untuk mengelola diri dan emosi negatif. (Hart, 2012). Mengingat hal tersebut di atas, tujuan dari

penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi bagaimana kelelahan mempengaruhi resiliensi keperawatan.

METODE

Review ini menggunakan pendekatan *scoping review*. Metode ini digunakan dengan tujuan untuk menganalisis berbagai kumpulan literatur yang disesuaikan dengan pokok bahasan pada penelitian ini. Tinjauan cakupan ini mengikuti metode yang dibuat oleh Arskey dan O'Malley, yaitu menggunakan lima tahapan yang harus dilakukan. 1) mengidentifikasi pertanyaan penelitian dengan jelas dan obyektif, 2) mengidentifikasi sumber studi yang relevan, 3) menyeleksi hasil studi yang telah didapatkan, 4) ekstraksi data, pengumpulan literatur, dan agregasi, dan 5) menyajikan temuan analisis penelitian terpilih. Menurut penelitian terbaru, (Bettany-Saltikov, 2012). Sumber literatur di peroleh melalui pencarian dengan menggunakan *database* yang terdiri dari PUBMED, *Google Scholar*, *Science Direct* dan *Proquest*. Istilah kunci yang digunakan untuk mengidentifikasi studi utama adalah “*Impact*” AND “*Resilience*” OR “*Adaptation*” AND “*Burnout*” AND “*Nurses*”. Persamaan pencarian diterapkan tanpa batasan, dengan mempertimbangkan judul, abstrak, teori dan metode yang digunakan.



Bagan 1. PRISMA *Flowchart Diagram*

Artikel yang digunakan dalam penyusunan *scoping review* ini terkait dampak bornout terhadap resilensi perawat. Kriteria inklusi dalam pemilihan artikel yaitu 1) rentang publikasi artikel

mulai tahun 2012-2022 (10 tahun terakhir); 2) penggunaan bahasa inggris; 3) tema artikel terkait dengan topik penelitian, 4) tersedia *full text* dan spesifik. Artikel selain bahasa inggris, hasil *report* dan *editorial* dikecualikan. Artikel yang telah didapatkan selanjutnya dianalisis, perbedaan, serta adanya duplikasi. Lihat bagan pai terlampir untuk representasi visual tentang bagaimana pencarian dan pemilihan sastra dibuat *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and MetaAnalyses for Scoping Review (PRISMA-SR) flow diagram*. Artikel yang telah masuk dalam tinjauan penelitian kemudian dilakukan ekstraksi data dalam bentuk tabel. Judul, penulis, tahun diterbitkan, lokasi, metode, sampel, instrumen penelitian dan hasil temua dan negara semuanya digunakan sebagai bidang dalam ekstraksi data. Tujuan membuat tabel ekstraksi data untuk memudahkan penulis mendeskripsikan hasil *review*.

Artikel yang digunakan terlebih dahulu identifikasi untuk menjamin kualitas dan keabsahan data. Prosedurnya memerlukan langkah-langkah berikut: 1) Periksa tajuk utama, Artikel yang digunakan relevan dengan pokok bahasan pada penelitian ini. 2) Mengecek Penulis Artikel. 3) Mengevaluasi nama jurnal, volume, nomor, tahun terbit, dan 4) Saat membaca abstrak, perlu diingat bahwa abstrak adalah ringkasan makalah yang dapat memuat rincian singkat atau data yang lengkap. Abstrak artikel penelitian akan memberi pembaca sinopsis makalah, dimulai dengan konteksnya dan berlanjut melalui tujuan dan metode hingga kesimpulannya. Cara tersebut dapat dilakukan secara lengkap dan sistematis sehingga meningkatkan ketepatan untuk memilih artikel.

Tabel 1.
Hasil *Review* Penelitian Jurnal

No	Judul, Penulis Dan Tahun	Tujuan	Negara	Metode	Sampel	Instrumen	Hasil
1.	<i>The Effects of Resilience and Related Factors on Burnout in Clinical Nurses, Kagoshima, Japan</i> Nishimoto, Dkk 2022	Menguji efek resiliensi dan faktor-faktor pada burnout di antara perawat di rumah sakit yang berbeda di daratan dan pulau terpencil Kagoshima, Jepang.	Japan	Cross-Sectional Study	Perawat (n=98)	Kuesioner	Prevalensi kelelahan didaratan sebesar 19,6% sedangkan di pulau terpencil sebesar 36,1%. Faktor penyebab diantaranya jenis ketahanan yang didapat, dukungan sosial di tempat kerja, dan burnout antara perawat di daratan dan pulau terpencil.
2	<i>Analysis of Burnout Syndrome and Resilience in Nurses throughout the COVID-19 Pandemic: A Cross-Sectional Study</i> Rivas, Dkk 2021	Menilai sindrom burnout dan ketahanan perawat selama pandemi COVID-19 untuk menentukan tindakan di masa depan yang akan memungkinkan kita untuk meningkatkan situasi dan menghadapi stres kerja.	Spanyol	Cross-sectional study	Perawat (n=101)	Kuesioner	Tingkat kelelahan pada perawat tinggi, lebih tinggi pada mereka yang merawat pasien COVID-19. Perawat yang resilien mampu mengatasi situasi yang penuh tekanan dengan lebih baik.

No	Judul, Penulis Dan Tahun	Tujuan	Negara	Metode	Sampel	Instrumen	Hasil
3	<i>Burnout Syndrome in Paediatric Oncology Nurses: A Systematic Review and Meta-Analysis</i> Fuente-Solana, Dkk. 2020	Mengetahui tingkat kelelahan di antara perawat onkologi pediatrik, dan faktor risiko yang dapat mempengaruhi perkembangannya.	Spanyol	Systematic Review and Meta-Analysis	Perawat (n=361)	Dokumentasi PubMed, CINHALL, Scopus, ProQuest (Health and Medical Complete), Scielo dan database PsycINFO	Sebesar 37% perawat memiliki kelelahan emosional yang tinggi, 16% untuk depersonalisasi yang tinggi dan 27% untuk pemenuhan pribadi yang rendah. Sehingga, sebagian besar perawat pediatrik menunjukkan tingkat kelelahan sedang-tinggi.
4	<i>Burnout And Resilience Among Nurses Practicing In High-Intensity Settings</i> Rushton, Dkk 2015	Mendukung penciptaan lingkungan kerja yang sehat dan untuk merancang proyek 2 fase untuk meningkatkan ketahanan perawat sekaligus meningkatkan retensi dan mengurangi tingkat perputaran karyawan.	Amerika	Survei cross-sectional	Perawat (n=114)	Kuesioner	Perawat yang bekerja di area berisiko tinggi seperti pediatri onkologi, dan perawatan kritis rentan terhadap kelelahan karena kebutuhan pasien yang intens dan keadaan yang menuntut perawat untuk menghadapi pasien kritis dan tingginya tingkat kematian. Adanya kondisi tersebut menyebabkan para perawat mengalami kelelahan. Kelelahan adalah sebuah kontributor penting untuk mempertahankan perawat terlatih yang terlatih untuk tetap bertahan dalam peran mereka. Ketahanan membantu individu mengurangi tekanan moral dan kelelahan. Resiliensi didefinisikan sebagai kemampuan untuk mengadaptasi strategi koping untuk meminimalkan tekanan, ketahanan melibatkan aktivitas eksternal seperti mengembangkan keterampilan memecahkan masalah atau terlibat dalam pekerjaan.
5	<i>The Impact of Practice Environment and Resilience on Burnout among Clinical Nurses in a Tertiary Hospital Setting</i> Dordunoo, Dkk 2021	Menguji lingkungan praktik, resiliensi, dan burnout dan untuk mengidentifikasi dampak dari lingkungan praktik dan resiliensi pada burnout di antara perawat klinis yang bekerja di rumah sakit tersier.	Kanada	Cross-sectional	Perawat (n=199)	Kuesioner	Sekitar 92% dari perawat melaporkan tingkat burnout sedang hingga tinggi yang dialami. Intervensi yang berfokus pada peningkatan ketahanan individu dan lingkungan praktik dalam membangun fondasi keperawatan yang lebih baik pada perawat klinis yang bekerja di rumah sakit tersier.

No	Judul, Penulis Dan Tahun	Tujuan	Negara	Metode	Sampel	Instrumen	Hasil
6	<i>Identifying key areas of worklife and their interactive effect in explaining Pakistani nurses' burnout</i> Oliveira, Dkk. 2020	Mengidentifikasi ketidaksesuaian dalam area kehidupan kerja yang paling penting dan interaksi antara ketahanan psikologis dalam mengidentifikasi kelelahan perawat.	Pakistan	Survei cross-sectional	Perawat (n=147)	Kuesioner	Area kehidupan kerja dan ketahanan psikologis merupakan bagian dari kerangka kerja yang penting untuk meningkatkan kemampuan individu untuk berkinerja lebih baik. Perawat menuturkan bahwa adanya tingkat kekhawatiran mereka di lingkungan kerja sehingga membentuk persepsi mereka tentang kehidupan kerja secara nyata.
7	<i>Burnout and its association with resilience in nurses: A cross-sectional study</i> Guo, Dkk. 2017	Menyelidiki prevalensi dan tingkat kelelahan pada perawat dan hubungannya dengan ketahanan pribadi.	Australia	Survei	Perawat (n=1061)	Kuesioner	Perawat mengalami gejala kelelahan yang parah dan menunjukkan tingkat ketahanan yang sedang.
8	<i>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</i> Zhang, Dkk. 2020	Menyelidiki peran mediasi dari afek positif dan negatif dalam hubungan antara resiliensi dan burnout di rumah sakit Wuhan pada puncak pandemi COVID-19.	Xuzhou, Beijing, Cina	Survei	Perawat (n=180)	Kuesioner	Prevalensi total burnout sebesar 51,7%, dimana 15,0% di antaranya adalah burnout berat. Hal tersebut disebabkan oleh kelelahan emosional, depersonalisasi, dan berkurangnya pencapaian pribadi perawat. Perlu diketahui dampak resiliensi pada petugas kesehatan dengan burnout melalui dampak positif dan negatifnya.
9	<i>Burnout, resilience and psychological flexibility in frontline nurses during the acute phase of the COVID-19 pandemic (2020) in Madrid, Spain</i> Jiménez-Fernández, dkk 2022	Menunjukkan hubungan sebab akibat antara ketahanan, penerimaan, penghindaran pengalaman, ketidakfleksibelan psikologis, dan sindrom kelelahan	Spanyol	Korelasional studi	Perawat (n=375)	Kuesioner	Para perawat menunjukkan ada hubungan langsung dan prediktif antara resiliensi yang dimiliki perawat selama fase akut pandemi COVID-19 (2020) dan kapasitas penerimaan, penghindaran pengalaman, ketidakfleksibelan psikologis, dan sindrom kelelahan.

No	Judul, Penulis Dan Tahun	Tujuan	Negara	Metode	Sampel	Instrumen	Hasil
10	<i>Burnout and Psychological Resilience in Nurses: A Structural Equality Modeling</i> Firat, dkk 2022	Menguji pengaruh ketahanan psikologis dan faktor-faktor lain pada tingkat burnout perawat.	Turki	Cross-sectional study	Perawat (n=275)	Formulir Karakteristik Demografis, Skala Ketahanan Psikologis Singkat, dan Skala Burnout Formulir Singkt	Ketahanan psikologis memiliki pengaruh sebesar 53% terhadap burnout, sedangkan kepuasan kerja memiliki pengaruh sebesar 31%. Ketika ketahanan psikologis dan tingkat kepuasan kerja perawat meningkat. Namun, faktor jenis kelamin, usia, status pernikahan, tipe keluarga, senioritas, dan status pendidikan tidak berkontribusi secara signifikan.
11	<i>Mindfulness And Resilience As Predictors Of Job Burnout Among Nurses In Public Hospitals</i> Abdelgalil, 2019	Mengetahui apakah ada hubungan antara mindfulness, resiliensi, dan kejenuhan kerja pada perawat di rumah sakit umum	Saudi Arabia	Kuantitatif	Perawat (n=130)	Kuesioner	Terdapat korelasi yang signifikan antara mindfulness, ketahanan dan kelelahan kerja. Burnout kerja ditemukan berkorelasi negatif dengan resiliensi. Kedua variabel independen (mindfulness dan resiliensi) ketika digabungkan menghasilkan koefisien regresi berganda (R) sebesar 0,764 dan kuadrat korelasi berganda sebesar 0,621. Hal ini menunjukkan bahwa 62,1% dari total varians dalam kelelahan kerja.
12	<i>COVID-19 burnout, COVID-19 stress and resilience: Initial psychometric properties of COVID-19 Burnout Scale</i> Yıldırım & Fatma, 2020	Mengukur kelelahan terkait dengan COVID-19.	Turki	Kuantitatif	402 peserta (23,6% pria dan 76,4% wanita; usia berkisar antara 18 hingga 68 tahun	Kuesioner	Resiliensi memainkan peran penting yang mempengaruhi stres ke burnout selama pandemi.
13	<i>Emotional Intelligence, Resilience, Self-care, and Self-leadership in Healthcare Workers Burnout: A Qualitative Study in Coaching</i> Ghossoub, 2020	Mengetahui kecerdasan emosional, ketangguhan, perawatan diri, dan kepemimpinan diri pada pekerja kesehatan yang mengalami burnout	Amerika Serikat	Kualitatif	Perawat (n=70)	Pedoman Wawancara	Dari pendekatan individu, pelatihan, kecerdasan emosional, kepemimpinan diri dan keterampilan dan alat perawatan diri telah menunjukkan harapan dalam menciptakan dampak positif. Adanya pelatihan kelompok yang dapat memberikan motivasi mampu memberikan pengaruh yang signifikan terhadap pengendalian kelelahan.
14	<i>Nurse burnout and resiliency in critical care nurses: A scoping review</i>	Mengetahui hubungan antara burnout perawat dan resiliensi, dengan penekanan	Canada	Scoping review	-	Dokumentasi <i>MEDLINE, PsycINFO, and Google/Google scholar</i>	Ketahanan (<i>Resiliency</i>) pada penelitian ini terbukti efektif dalam mengatasi efek kelelahan bagi para perawat.

No	Judul, Penulis Dan Tahun	Tujuan	Negara	Metode	Sampel	Instrumen	Hasil
15	Olaleye dkk, 2022 <i>Impact of nurse burnout on organizational and position turnover</i> Kelly dkk, 2021	Mengetahui hubungan antara resiliensi, burnout, dan organisasi dan pergantian posisi.	China	Survei	2018 Perawat (n=3.574) 2019 Perawat (n=3.528)	Kuesioner	54% perawat mengalami kelelahan pada taraf sedang pada tahun 2018 (diawal survei), dan skor tersebut meningkat sebanyak 10% setelah setahun (2019).
16	<i>Relationship between Resilience, Burnout and Professional Quality of Life among Nurses Working at El-Abbassiya Psychiatric-Mental Health Hospital</i> Abdel-Aziz& Shimaa, 2020	Menilai hubungan antara ketahanan, kelelahan dan kualitas hidup antara perawat yang bekerja di Rumah Sakit Kesehatan Jiwa-Jiwa El-Abbassiya.	Mesir	Deskriptif korelasional	Perawat (n=100)	Kuesioner	Adanya korelasi antara ketahanan, kelelahan dan kualitas hidup perawat karena beban kerja yang berlebihan, konflik dengan organisasi dan dokter, lingkungan kerja yang buruk, gangguan antara pekerjaan dan tuntutan rumah, dan kurangnya pelatihan <i>in-service</i> , promosi pekerjaan dan insentif bagi perawat.
17	<i>Burnout and resilience in intensive care Nursing professionals in the face of COVID-19: A multicenter study</i> Vieira1 dkk, 2022	Menganalisis hubungan antar dimensi Burnout dan ketahanan kerja perawat di empat rumah sakit di Brasil selatan.	Brasil	Cross-sectional study	Perawat (n=153)	Kuesioner	Tingkat paparan COVID-19 mempengaruhi persepsi dampak dari kesehatan mental para perawat, dan mempengaruhi tingkat ketahanan dalam bekerja.
18	<i>Burnout and resilience in critical care nurses: A grounded theory of Managing Exposure</i> Jackson dkk, 2018	Memahami kelelahan dan ketahanan perawat dalam menanggapi kesulitan di tempat kerja	Canada	Kualitatif	Perawat (n=11)	Pedoman Wawancara	Kesulitan di tempat kerja dapat terjadi dalam berbagai bentuk dan berdampak negatif pada perawat. Perawat harus menyadari dampak ini untuk mengambil tindakan.

Artikel yang telah didapatkan melalui pencarian kata kunci, kemudian dianalisis oleh penulis. Analisis tersebut bertujuan untuk mengelompokkan jenis-jenis penelitian sebelumnya pada artikel yang relevan dengan data penelitian yang dibutuhkan. Setelah mengkaji satu persatu analisis tersebut secara lengkap, kemudian dilakukan skrining hingga didapatkan 13 jenis judul penelitian. Artikel tersebut dijabarkan dan dideskripsikan melalui tabel. Hasil akhir yang didapatkan berupa informasi terkait dampak yang ditimbulkan akibat burnout terhadap resiliensi perawat.

HASIL

Pencarian mengidentifikasi total 99.225 artikel, dari PUBMED (181 artikel), *Google Scholar* (82.200 artikel), *Science Direct* (1.927 artikel), dan *Proquest* (14.917 artikel). Duplikasi sebanyak 50.000 artikel, tersisa 49.225. Kemudian dikecualikan karena artikel tidak termasuk

dalam kriteria inklusi (tahun) 23.612, kemudian sebanyak 25.430 dikecualikan karena judul tidak sesuai. Sebanyak 183 artikel teks lengkap kemudian diskruining dan menghasilkan 24 artikel yang memenuhi syarat. Selanjutnya artikel dilakukan *critical appraisal*, sehingga artikel yang didapatkan sebanyak 18 yang telah dideskripsikan satu persatu yang masuk kedalam penelitian. Peneliti telah mengidentifikasi 18 artikel yang mengkaji terkait dampak yang ditimbulkan akibat burnout terhadap resiliensi perawat. Dari hasil kajian tersebut, didapatkan 3 aspek, yaitu dukungan sosial, ketahanan psikologis dan kondisi personal perawat.

Tema 1: Dukungan Sosial

Dukungan sosial berkaitan dengan artikel. Pada penelitian Nishimoto menuturkan bahwa faktor penyebab adanya burnout bagi perawat diantaranya jenis ketahanan yang didapat, dukungan sosial di tempat kerja, dan burnout antara perawat di daratan dan pulau terpencil. Hal tersebut dapat dilihat bahwa, hampir diseluruh penjurur perawat rentan mengalami stres di tempat kerja. Sementara itu, mereka harus bekerja di bawah tekanan karena mereka adalah seorang perawat atau penyedia layanan langsung lainnya, (Nishimoto et al., 2022). Selain itu, hasil penelitian serupa juga didapatkan oleh Ghossoub, yang menuturkan bahwa dengan adanya pendekatan individu, pelatihan, kecerdasan emosional, kepemimpinan diri dan keterampilan dan alat perawatan diri telah menunjukkan harapan dalam menciptakan dampak positif, khususnya yang berhubungan dengan kehidupan sosial. Adanya pelatihan kelompok yang dapat memberikan motivasi mampu memberikan pengaruh yang signifikan terhadap pengendalian kelelahan bagi para perawat, (Ghossoub et al., 2020). Akibatnya, perawat membutuhkan jadwal fleksibel yang memungkinkan mereka memenuhi berbagai tuntutan pekerjaan dan kehidupan pribadi mereka. Perawat diharapkan menyelesaikan shift yang berlangsung lebih dari 12 jam dan memberikan perawatan yang sangat baik kepada pasien dan orang yang mereka cintai. Untuk alasan ini, resiliensi digambarkan sebagai proses yang disengaja untuk bangkit kembali dari kesulitan, apakah itu kehilangan orang yang dicintai atau kegagalan untuk mencapai tujuan pribadi atau profesional, dengan memperoleh keterampilan dan sumber daya yang diperlukan untuk menjadi fleksibel dan akhirnya sukses. dalam menghadapi kesulitan.

Tema 2: Ketahanan Psikologis

Sebanyak 2 artikel didapatkan memberikan penjabaran terkait kondisi atau ketahanan psikologis memiliki dampak yang signifikan. Penelitian yang telah dilakukan oleh Oliveira, mendapatkan bahwa area kehidupan kerja dan ketahanan psikologis merupakan bagian dari kerangka kerja yang penting untuk meningkatkan kemampuan individu untuk berkinerja lebih baik. Perawat menuturkan bahwa adanya tingkat kekhawatiran mereka di lingkungan kerja sehingga membentuk persepsi mereka tentang kehidupan kerja secara nyata. (Ko et al., 2018) Hal tersebut berdampak pada kondisi psikologis para perawat. Sementara itu, penelitian Firat menemukan bahwa tingkat ketahanan psikologis memiliki pengaruh sebesar 53% terhadap burnout, sedangkan kepuasan kerja memiliki pengaruh sebesar 31%. Sehingga didapatkan bahwa kondisi psikologis memiliki pengaruh yang sangat menentukan. Ketika ketahanan psikologis dan tingkat kepuasan kerja perawat meningkat. Selain itu, terdapat faktor lainnya yang juga dapat berkaitan dengan kondisi psikologis para perawat jenis kelamin, usia, status pernikahan, tipe keluarga, senioritas, dan status pendidikan. (Firat et al., 2022)

Tema 3: Kondisi Personal Perawat

Kondisi personal perawat memiliki dampak yang besar berkaitan dengan tingkat burnout. Sebanyak 9 artikel yang mengemukakan hal tersebut (Rivas et al., 2021), (Yıldırım & Solmaz, 2022). Penelitian melaporkan bahwa kondisi personal seperti tingkat kelelahan perawat menempati peringkat 1 penyebab burnout pada perawat. (Rivas et al., 2021), (De la Fuente-Solana et al., 2020), (Dordunoo et al., 2021). Tingkat kelelahan pada perawat lebih tinggi

dirasakan pada saat merawat pasien COVID-19 ketika mewabahnya pandemi tersebut, namun perawat yang resilien mampu mengatasi situasi yang penuh tekanan dengan lebih baik. Sementara itu, penelitian Fuente-Solana, mendapatkan bahwa sebesar 37% perawat memiliki kelelahan emosional yang tinggi, 16% untuk depersonalisasi yang tinggi dan 27% untuk pemenuhan pribadi yang rendah. Sehingga, sebagian besar perawat menunjukkan tingkat kelelahan pada interval yang sedang-tinggi. Perawat yang bekerja di area berisiko tinggi seperti pediatri onkologi, dan perawatan kritis rentan terhadap kelelahan karena kebutuhan pasien yang intens dan keadaan yang menuntut perawat untuk menghadapi pasien kritis dan tingginya tingkat kematian. Rushton menuturkan bahwa adanya kondisi tersebut menyebabkan para perawat mengalami kelelahan. Kelelahan adalah sebuah kontributor penting untuk mempertahankan perawat terlatih yang terlatih untuk tetap bertahan dalam peran mereka. Sekitar 92% dari perawat melaporkan tingkat burnout sedang hingga tinggi yang dialami. Intervensi yang berfokus pada peningkatan ketahanan individu dan lingkungan praktik dalam membangun fondasi keperawatan yang lebih baik pada perawat klinis yang bekerja di rumah sakit tersier. Prevalensi total burnout sebesar 51,7%, dimana 15,0% di antaranya adalah burnout parah. Hal tersebut disebabkan oleh kelelahan emosional, depersonalisasi, dan berkurangnya pencapaian pribadi perawat.

PEMBAHASAN

Perawat di unit pelayanan juga merasa memiliki beban kerja yang terlalu banyak sehingga dapat menimbulkan stres kerja (Roberts et al., 2013). Sebagian besar perawat hanya bertanggung jawab dalam mengurus pasien – pasien di bangsal rumah sakit dan kebanyakan dari mereka tidak menyempatkan waktunya untuk mengerjakan hal lain. Hal tersebut yang menjadi faktor utama para perawat mengalami kelelahan (Partlak Günüşen et al., 2014). Semakin lama seseorang bertahan dalam suatu pekerjaan, semakin besar peluang mereka untuk kehabisan tenaga, demikian pemikirannya. Karena orang bereaksi berbeda terhadap rangsangan yang sama dalam konteks yang berbeda, cara setiap orang mempersepsikan lingkungan kerja mereka juga dapat berperan dalam terjadinya kejenuhan atau tidak. Menurut hipotesis, tanggapan orang terhadap rangsangan dapat dibentuk oleh faktor-faktor seperti usia, jenis kelamin, dan pekerjaan mereka. Sementara bekerja untuk waktu yang lama memungkinkan seorang perawat untuk mendapatkan pengalaman berharga di bidangnya, sifat keperawatan yang berulang dan melelahkan secara emosional dapat menyebabkan sindrom kelelahan (Aronsson et al., 2017; Caadas-De la Fuente et al., 2018) di beberapa individu.

Menurut temuan sebuah studi tentang hubungan antara kelelahan perawat dan resiliensi yang dilakukan oleh Zhang et al. (2021), 51,7% perawat melaporkan merasa sangat lelah. 15,0% pekerja mengalami luka bakar parah, menurut temuan ini. Selain itu, temuan awal menunjukkan bahwa dampak positif dan negatif sepenuhnya memodulasi efek ketahanan terhadap kelelahan, kelelahan emosional, depersonalisasi, dan penurunan pencapaian pribadi profesional kesehatan (Zhang et al., 2021). Elshaer telah mempelajari hubungan antara stres kerja dan sindrom kelelahan (BOS) di antara profesional medis yang bekerja di departemen darurat bedah dan unit perawatan intensif departemen perawatan kritis di Rumah Sakit Universitas Alexandria. Hasilnya merugikan domain BOS dan termasuk talenta yang kurang dimanfaatkan, variasi beban kerja, dan perselisihan internal kelompok. Domain dengan personal achievement burnout syndrome (BOS) (Elshaer et al., 2018) dimitigasi oleh karakteristik termasuk kebahagiaan kerja dan tugas sipil.

Analisis data dari penelitian ini menunjukkan bahwa resiliensi perawat dapat memiliki pengaruh yang protektif dan merugikan pada kelelahan. Perawat dengan kelelahan tinggi kurang tangguh dibandingkan rekan mereka. Efek baik dari stres dapat diperparah oleh

kelelahan yang dapat ditimbulkan oleh ketahanan. Misalnya, pertemuan ini dapat membantu perawat mengambil langkah untuk memperbaiki kehidupan profesional, pribadi, dan sosial mereka (Aronsson et al., 2017). Fenomena ini terlihat pada tindakan perawat yang fleksibel dan cukup memotivasi diri untuk keluar dari kondisi kerja mereka saat ini. Temuan penelitian ini diharapkan akan berfungsi sebagai umpan untuk inisiatif berkelanjutan untuk meningkatkan ketahanan perawat.

SIMPULAN

Adanya burnout yang dialami oleh erawat sebagian besar dipengaruhi oleh tingkat prevalensi kelelahan yang lebih besar dan memiliki banyak beban pekerjaan. Masalah yang dibahas dalam penelitian ini berdampak pada kualitas perawatan yang diberikan, pada kesejahteraan pasien dan kesehatan kerja perawat untuk mencapai tujuan tersebut, harus ada perubahan dari aspek sosial, psikologi dan kondisi personal perawat berdasarkan bukti ilmiah saat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Aronsson, G., Theorell, T., Grape, T., Hammarström, A., Hogstedt, C., Marteinsdottir, I., Skoog, I., Träskman-Bendz, L., & Hall, C. (2017). A systematic review including meta-analysis of work environment and burnout symptoms. *BMC Public Health*, *17*(1), 1–13. <https://doi.org/10.1186/s12889-017-4153-7>
- AY, E., Thabet, A. A., & P, V. (2017). Job Stressors, Coping and Resilience among Nurses in Gaza Strip. *Clinical and Experimental Psychology*, *03*(03). <https://doi.org/10.4172/2471-2701.1000159>
- Berman, Snyder, Kozier & Erb, K. & E. (2021). *Fundamentals of Nursing : Concept, Process and Practice, 11th edition*. <https://www.pearson.com/en-us/subject-catalog/p/kozier--erbs-fundamentals-of-nursing-concepts-process-and-practice/P200000000787/9780136872986>
- Bettany-Saltikov, J. (2012). *How to do a systematic literature review in nursing: A step-by-step guide*. Maidenhead : McGraw-Hill/Open University Press.
- Cañadas-De la Fuente, G. A., Gómez-Urquiza, J. L., Ortega-Campos, E. M., Cañadas, G. R., Albendín-García, L., & De la Fuente-Solana, E. I. (2018). Prevalence of burnout syndrome in oncology nursing: A meta-analytic study. In *Psycho-Oncology* (Vol. 27, Issue 5, pp. 1426–1433). <https://doi.org/10.1002/pon.4632>
- De la Fuente-Solana, E. I., Pradas-Hernández, L., Ramiro-Salmerón, A., Suleiman-Martos, N., Gómez-Urquiza, J. L., Albendín-García, L., & Fuente, G. A. C. D. la. (2020). Burnout syndrome in paediatric oncology nurses: A systematic review and meta-analysis. *Healthcare (Switzerland)*, *8*(3), 1–12. <https://doi.org/10.3390/healthcare8030309>
- Dong, X., Guo, H., & Zeng, S. (2017). Enhancing future resilience in urban drainage system: Green versus grey infrastructure. *Water Research*, *124*, 280–289. <https://doi.org/10.1016/j.watres.2017.07.038>
- Dordunoo, D., An, M., Chu, M. S., Yeun, E. J., Hwang, Y. Y., Kim, M., & Lee, Y. (2021). The impact of practice environment and resilience on burnout among clinical nurses in a tertiary hospital setting. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *18*(5), 1 – 11. <https://doi.org/10.3390/ijerph18052500>
- Elshaer, N. S. M., Moustafa, M. S. A., Aiad, M. W., & Ramadan, M. I. E. (2018). Job Stress

- and Burnout Syndrome among Critical Care Healthcare Workers. *Alexandria Journal of Medicine*, 54(3), 273–277. <https://doi.org/10.1016/j.ajme.2017.06.004>
- Firat, M., Gokmen, B. D., Kanbay, Y., & Utkan, M. (2022). Burnout and Psychological Resilience in Nurses: A Structural Equality Modeling. *Journal of Education and Research in Nursing*, 19(4), 396–402. <https://doi.org/10.5152/jern.2022.00908>
- Ghossoub, Z., Nadler, R., & El-Aswad, N. (2020). Emotional intelligence, resilience, self-care, and self-leadership in healthcare workers burnout: A qualitative study in coaching. *Universal Journal of Public Health*, 8(5), 155 – 162. <https://doi.org/10.13189/ujph.2020.080501>
- Hart, P. L. (2012). *Resilience in nurses: an integrative review*. Oulton 2006. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2834.2012.01485.x>
- Kessel, G. Van. (2013). The ability of older people to overcome adversity : A review of the resilience concept. *Geriatric Nursing*, 34(2), 122–127. <https://doi.org/10.1016/j.gerinurse.2012.12.011>
- Ko, E., Kim, H. Y., Kim, G. S., Kim, R. S., & So, H. S. (2018). Burnout amongst Nurses in Cancer Wards: Impact of Nursing Professionalism, Perfectionism, and Resilience. *Asian Oncology Nursing*, 18(4), 214. <https://doi.org/10.5388/aon.2018.18.4.214>
- Labrague, L. J., & de los Santos, J. A. A. (2021). Fear of COVID-19, psychological distress, work satisfaction and turnover intention among frontline nurses. *Journal of Nursing Management*, 29(3), 395–403. <https://doi.org/10.1111/jonm.13168>
- Lee, Y. S. C., Suchday, S., & Judith, W. R. (2012). Perceived social support, coping styles, and chinese immigrants' cardiovascular responses to stress. *International Journal of Behavioral Medicine*, 19(2), 174–185. <https://doi.org/10.1007/s12529-011-9156-7>
- Mariani, B. U. (2013). Faktor-faktor personal sebagai prediktor terhadap resiliensi perawat di rumah sakit penyakit infeksi Prof. Dr. Sulianti Saroso. *Indonesian Journal of Infectious Disease*, 01(01), 14–21.
- Mcdonald, G., Jackson, D., Wilkes, L., & Vickers, M. H. (2013). Personal resilience in nurses and midwives: Effects of a work-based educational intervention. *Contemporary Nurse*, 45(1), 134–143. <https://doi.org/10.5172/conu.2013.45.1.134>
- Molina-Praena, J., Ramirez-Baena, L., Gómez-Urquiza, J. L., Cañadas, G. R., De la Fuente, E. I., & Cañadas-De la Fuente, G. A. (2018). Levels of burnout and risk factors in medical area nurses: A meta-analytic study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(12). <https://doi.org/10.3390/ijerph15122800>
- Nantsupawat, A., Nantsupawat, R., Kunaviktikul, W., Turale, S., & Poghosyan, L. (2016). Nurse Burnout, Nurse-Reported Quality of Care, and Patient Outcomes in Thai Hospitals. *Journal of Nursing Scholarship*, 48(1), 83–90. <https://doi.org/10.1111/jnu.12187>
- Nishimoto, D., Imajo, M., Kodama, S., Shimoshikiryo, I., Ibusuki, R., Nerome, Y., Takezaki, T., & Nishio, I. (2022). The Effects of Resilience and Related Factors on Burnout in Clinical Nurses, Kagoshima, Japan. *Yonago Acta Medica*, 65(2), 148–159. <https://doi.org/10.33160/yam.2022.05.007>
- Pakpahan Martina, Hutapea Advenntina Delima, Siregar Deborah, Frisca Sanny, Sitanggang

- Yenni Ferawati, Manurung Evanny Indah, Koerniawan Dheni, Pangkey Ballsy C.A, Ikararifilia Sofiani, H. B. D. (2020). *Keperawatan Komunitas*.
- Park, K., & Jang, A. (2022). *Factors Affecting the Resilience of New Nurses in Their Working Environment*.
- Partlak Günüşen, N., Ustün, B., & Erdem, S. (2014). Work stress and emotional exhaustion in nurses: the mediating role of internal locus of control. *Research and Theory for Nursing Practice*, 28(3), 260–268. <https://doi.org/10.1891/1541-6577.28.3.260>
- Ren, Y., Zhou, Y., Wang, S., Luo, T., Huang, M., & Zeng, Y. (2018). Exploratory study on resilience and its influencing factors among hospital nurses in Guangzhou, China. *International Journal of Nursing Sciences*, 5(1), 57–62. <https://doi.org/10.1016/j.ijnss.2017.11.001>
- Rivas, N., López, M., Castro, M. J., Luis-Vian, S., Fernández-Castro, M., Cao, M. J., García, S., Velasco-Gonzalez, V., & Jiménez, J. M. (2021). Analysis of burnout syndrome and resilience in nurses throughout the COVID-19 pandemic: A cross-sectional study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(19). <https://doi.org/10.3390/ijerph181910470>
- Roberts, D. L., Cannon, K. J., Wellik, K. E., Wu, Q., & Budavari, A. I. (2013). Burnout in inpatient-based versus outpatient-based physicians: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Hospital Medicine*, 8(11), 653–664. <https://doi.org/10.1002/jhm.2093>
- Silva, D. dos S. D., Tavares, N. V. da S., Alexandre, A. R. G., Freitas, D. A., Brêda, M. Z., de Albuquerque, M. C. dos S., & de Melo Neto, V. L. (2015). Depression and suicide risk among nursing professionals: An integrative review. *Revista Da Escola de Enfermagem*, 49(6), 1023–1031. <https://doi.org/10.1590/S0080-623420150000600020>
- WHO. (2022). *The State of the World's Nursing*.
- Yang, G., Liu, J., Liu, L., Wu, X., Ding, S., & Xie, J. (2018). Burnout and Resilience Among Transplant Nurses in 22 Hospitals in China. *Transplantation Proceedings*, 50(10), 2905–2910. <https://doi.org/10.1016/j.transproceed.2018.04.033>
- Yıldırım, M., & Solmaz, F. (2022). COVID-19 burnout, COVID-19 stress and resilience: Initial psychometric properties of COVID-19 Burnout Scale. *Death Studies*, 46(3), 524–532. <https://doi.org/10.1080/07481187.2020.1818885>
- Yılmaz, E. B. (2017). Resilience as a strategy for struggling against challenges related to the nursing profession. *Chinese Nursing Research*, 4(1), 9–13. <https://doi.org/10.1016/j.cnre.2017.03.004>
- Yörük, S., & Güler, D. (2021). The relationship between psychological resilience, burnout, stress, and sociodemographic factors with depression in nurses and midwives during the COVID-19 pandemic: A cross-sectional study in Turkey. *Perspectives in Psychiatric Care*, 57(1), 390–398. <https://doi.org/10.1111/ppc.12659>
- Zander, M., Hutton, A., & King, L. (2013). Exploring resilience in paediatric oncology nursing staff. *Collegian*, 20(1), 17–25. <https://doi.org/10.1016/j.colegn.2012.02.002>
- Zehir, C., & Narcıkara, E. (2016). Effects of Resilience on Productivity under Authentic

Leadership. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 235(October), 250–258. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2016.11.021>

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*, 30(4), 939 – 954. <https://doi.org/10.1111/inm.12847>.