

**PERANAN *WORK -LIFE BALANCE* TERHADAP *BURNOUT* PADA  
PERAWAT RAWAT INAP RUMAH SAKIT MOCH. ANSARI SALEH  
BANJARMASIN**

**Skripsi**

**Diajukan guna memenuhi sebagai syarat**

**Untuk memperoleh derajat gelar Sarjana Psikologi**

**Universitas Lambung Mangkurat**



Oleh:

Ahmad Rizqi Darmawan

2010914310021

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI  
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT**

**Juni 2024**

Skripsi

**PERANAN *WORK-LIFE BALANCE* TERHADAP *BURNOUT* PADA PERAWAT  
RAWAT INAP RUMAH SAKIT MOCH. ANSARI SALEH BANJARMASIN**

dipersiapkan dan disusun oleh

**Ahmad Rizqi Darmawan**


telah dipertahankan di depan dewan penguji  
pada tanggal 20 Juni 2024

**Susunan Dewan Penguji**

Pembimbing Utama

Anggota Dewan Penguji Lain

  
**Dr. Ermina Istiqomah, M.Si., Psikolog**  
NIP.197009192005012002

  
**Rooswita Santia Dewi, M.Si, Psikolog**  
NIP. 197409082008122001

Pembimbing Pendamping

  
**Dr. Silya Kristanti T.F. M.Psi,Psikolog**  
NIP. 198302172008122001

  
**Dr. Neka Erlvani, M.Psi., Psikolog**  
NIP. 198312262008122001

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan  
Untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi



  
**Sukma Noor Akbar, M.Psi., Psikolog**

NIP. 198104212008121005  
Koordinator Program Studi Psikologi

## **PERNYATAAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam Skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Banjarbaru, 05 Juni 2024

Ahmad Rizqi Darmawan

## ABSTRAK

### PERAN WORK-LIFE BALANCE TERHADAP BURNOUT PADA PERAWAT RAWAT INAP RSUD MOCH. ANSARI SALEH BANJARMASIN

Ahmad Rizqi Darmawan

Perawat rawat inap dalam menjalankan profesinya sangat rentan terhadap stres, kondisi ini ditimbulkan karena adanya tuntutan dari pihak organisasi dan interaksinya dengan pasien dan pekerjaan yang sering mendatangkan konflik atas apa yang dilakukan serta beban kerja yang berat. Stres kerja dan beban kerja yang terjadi secara terus-menerus dengan intensitas yang tinggi dapat menyebabkan terjadinya *burnout*. *Burnout* telah menjadi salah satu bahaya psikososial pekerjaan yang menimbulkan kerugian yang signifikan baik bagi individu maupun organisasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peran *work-life balance* terhadap burnout pada perawat rawat inap RSUD moch. ansari saleh banjarmasin. Penelitian melibatkan 111 partisipan yang dipilih melalui *non-probability sampling* metode *purposive sampling* dengan kriteria usia 20-60 tahun dan minimal 1 tahun bekerja. Analisis dilakukan menggunakan regresi linear sederhana dengan bantuan perangkat lunak IBM SPSS Statistic versi 26. Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara keseluruhan, *Work-life balance* memiliki pengaruh negatif dan signifikan terhadap burnout, yang maknanya semakin tinggi nilai skor *work-Life balance* maka nilai skor *burnout* akan menurun pada perawat rawat inap Rumah Sakit Moch.Ansari Saleh Banjarmasin, dengan kontribusi sebesar 58,7%.

Kata kunci: *work-life balance*, *burnout*, perawat, rawat inap, rumah sakit

## **ABSTRACT**

*The Role of Work-Life Balance on Burnout Among Inpatient Nurses at RSUD  
Moch. Ansari Saleh Banjarmasin*

Ahmad Rizqi Darmawan

*Inpatient nurses are highly susceptible to stress due to the demands from the organization and their interactions with patients, along with the frequent conflicts and heavy workload. Continuous high-intensity work stress and workload can lead to burnout. Burnout has become a significant psychosocial occupational hazard that causes substantial harm to both individuals and organizations. This study aims to determine the role of work-life balance on burnout among inpatient nurses at RSUD Moch. Ansari Saleh Banjarmasin. The study involved 111 participants selected through non-probability purposive sampling method, with criteria including ages 20-60 years and at least 1 year of work experience. Analysis was conducted using simple linear regression with the aid of IBM SPSS Statistics version 26 software. The results showed that overall, Work-life balance has a negative and significant effect on burnout, meaning that the higher the work-life balance score, the lower the burnout score among inpatient nurses at Moch. Ansari Saleh Regional Hospital, Banjarmasin, with a contribution of 58.7%.*

*Keywords: work-life balance, burnout, nurses, inpatient care, hospital*

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Kuasa atas segala limpahan rahmat, taufik serta hidayahnya penulis bisa menyelesaikan skripsi yang berjudul “Peranan *Work-life balance* Terhadap *Burnout* Pada Perawat Rawat Inap Rumah Sakit Moch. Ansari Saleh Banjarmasin”. Skripsi ini disusun guna memenuhi sebagian syarat untuk untuk mengerjakan Skripsi Psikologi Universitas Lambung Mangkurat. Pada kesempatan ini, penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat, Dr. dr. Istiana, M.Kes. yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas dalam pelaksanaan perkuliahan dan penelitian pada skripsi ini.
2. Koordinator Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat Bapak Sukma Noor Akbar, M.Psi., Psikolog yang telah membantu dalam memberikan kebijakan dalam proses pengerjaan skripsi dengan efektif.
3. Ibu Dr. Ermina Istiqomah, S.Psi., M.Si., Psikolog selaku pembimbing utama dan Ibu Dr. Silvia Kristanti Tri Febriana, S.Psi., M.Psi., Psikolog sebagai pembimbing pendamping. Terima kasih atas bimbingan, kritik, dan saran dan selalu meluangkan waktu disela kesibukan.

4. Ibu Jehan Safitri, S.Psi, M.Psi, Psikolog sebagai dosen pembimbing akademik, telah memberikan dedikasi waktu dan perhatian kepada penulis sejak awal masa perkuliahan dalam memberikan bimbingan.
5. Alm. Suawarno, SH, seorang yang saya sebut dengan bapak berhasil membuat saya selalu pantang menyerah dalam melakukan sesuatu, selalu bersyukur dengan apa yang didapatkan. Alhamdulillah saya sudah bisa melewati semua ini dan berada pada tahap ini, mampu menyelesaikan Proposal sebagai perwujudan bapak pergi. Terima kasih karena selalu memberi dukungan kepada saya, meskipun akhirnya perjalanan ini harus saya lewati tanpa bapak.
6. Sri Puji Rahayu, S.Pd perempuan hebat saya yang merupakan ibu, yang selalu memberi dukungan yang penuh cinta dan mendoakan. Saya mempersembahkan skripsi yang sederhana ini untuk kalian.
7. Diri sendiri yang selalu bertahan menghadapi naik turunnya kehidupan yang penuh kejutan dan sekarang mampu melewati masa-masa sulit bersama skripsi.

Banjarbaru, Juni 2024

Ahmad Rizqi Darmawan

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PENGESAHAN.....	i
PERNYATAAN.....	ii
ABSTRAK.....	iii
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR TABEL.....	x
LAMPIRAN.....	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan masalah.....	9
1.3 Tujuan Penelitian.....	9
1.4 Manfaat Penelitian.....	9
1.4.1 Manfaat teoritis.....	9
1.4.2 Manfaat Praktis.....	10
1.5 Signifikansi Penelitian.....	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	14
2.1 Burnout.....	14
2.1.1 Definisi Burnout.....	14
2.1.2 Dimensi Burnout.....	15
2.1.3 Faktor Burnout.....	17
2.2 Work Life balance.....	20
2.2.1 Definisi Work-Life Balance.....	20

2.2.2 Dimensi Work-Life Balance .....	21
2.2.3 Faktor – Faktor yang mempengaruhi Work-Life Balance .....	24
2.3 Peranan Work-Life Balance terhadap Burnout .....	26
2.4 Definisi Perawat.....	28
2.5 Landasan Teori .....	28
2.6 Hipotesis .....	30
<b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>	<b>31</b>
3.1 Rancangan Penelitian .....	31
3.2 Identifikasi, Konseptualisasi dan Operasionalisasi Variabel Penelitian .....	31
3.2.1 Identifikasi Variabel.....	31
3.2.2 Definisi Konseptual dan Operasional Work-Life Balance dan Burnout.....	32
3.3 Subjek dan Tempat Penelitian.....	33
3.3.1 Perawat rawat inap dengan minimal 1 tahun kerja, .....	34
3.3.2 Usia dengan rentang 20 – 60 tahun.....	34
3.3.3 Bersedia menjadi partisipan penelitian. ....	35
3.4 Teknik Pengumpulan data.....	35
3.4.1 Instrumen Penelitian .....	35
3.4.2 Seleksi item, Validitas dan Reliabilitas.....	37
3.4.1.4 Validitas alat ukur .....	38
3.4.1.5 Reliabilitas alat ukur.....	38
3.4.3 Seleksi Aitem, Validitas, dan Reliabilitas Alat Ukur .....	39
3.4.4 Hasil Validitas Alat Ukur .....	42
3.5 Analisis Data .....	43
3.5.1 Uji asumsi .....	43
3.5.2 Uji Hipotesis .....	43

BAB IV PEMBAHASAN.....	45
4.1 Gambaran Subjek Penelitian.....	45
4.2 Pelaksanaan Penelitian.....	45
4.3.1 Deskripsi Penelitian.....	47
4.3.2 Hasil Analisis Data Penelitian.....	51
4.4 Pembahasan.....	55
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	60
5.1 Kesimpulan.....	60
5.2 Saran.....	60
5.2.1 Perawat.....	60
5.2.2 Rumah Sakit.....	61
5.2.3 Peneliti selanjutnya.....	62
DAFTAR PUSTAKA.....	63
LAMPIRAN.....	69

## DAFTAR TABEL

	Halaman
<b>Tabel 3. 1</b> Blue Print Work-Life Balance .....	37
<b>Tabel 3. 2</b> Blue Print Burnout .....	37
<b>Tabel 3. 3</b> Tabel Alpha ChroncBach.....	39
<b>Tabel 3. 4</b> Hasil Uji Coba <i>Burnout</i> .....	40
<b>Tabel 3. 5</b> Hasil Uji Coba <i>Work-life balance</i> .....	41
<b>Tabel 3. 6</b> Hasil Uji <i>Burnout</i> dan <i>Work-Life Balance</i> .....	41
<b>Tabel 4. 1</b> Data Demografi Subjek.....	45
<b>Tabel 4. 2</b> Perhitungan skor hipotetik variable penelitian.....	48
<b>Tabel 4. 3</b> Perhitungan Skor Hipotetik dan Empirik Variabel Penelitian .....	49
<b>Tabel 4. 4</b> Rumusan Norma Kategorisasi.....	49
<b>Tabel 4. 5</b> Rumus Norma Kategorisasi Variabel Work-Life Balanc .....	49
<b>Tabel 4. 6</b> Kategorisasi Data Variabel work-life balance dan variable burnout .....	50
<b>Tabel 4. 7</b> Hasil Uji Normalitas <i>Kolmogorov-Smirnov</i> .....	51
<b>Tabel 4. 8</b> Hasil Uji Linearitas .....	52
<b>Tabel 4. 9</b> Hasil Deskriptif.....	53
<b>Tabel 4. 10</b> Hasil Uji Hipotesis Analisis Regresi Linier Sederhana.....	53
<b>Tabel 4. 11</b> Nilai Koefisien Determinasi Regresi.....	55

## LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Kuesioner Penelitian.....	70
Lampiran 2 Uji Sampel GPower.....	73
Lampiran 3 Bukti Peminjaman Alat Ukur .....	74
Lampiran 4 Uji Plagiasi .....	75
Lampiran 5 Data Kuesioner Skala <i>Work-Life Balance</i> .....	76
Lampiran 6 Data Kuesioner Skala <i>Burnout</i> .....	81
Lampiran 7 Kartu Bimbingan .....	86
Lampiran 8 Surat Izin Uji Coba Penelitian .....	89
Lampiran 9 Surat Izin Penelitian.....	91
Lampiran 10 Surat Keterangan Kelaikan Etik .....	93
Lampiran 11 Tata Tulis.....	95
Lampiran 12 Analisis SPSS .....	96