

Profil *Burnout* Tenaga Fisioterapis Berdasarkan Pendekatan *Job Demands-Resources* di Siti Hajar Health Care Medan

Nurul Aini¹, Ronald Erwansyah², Zulkarnain³

¹²³Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Siti Hajar

Email: aini.nurul0205@gmail.com

(* : coresponding author)

Abstrak. Burnout merupakan sindrom akibat stres kerja kronis yang banyak dialami tenaga kesehatan, termasuk fisioterapis. Pendekatan Job Demands–Resources (JD-R) digunakan untuk menggambarkan keseimbangan antara tuntutan pekerjaan dan sumber daya kerja yang memengaruhi burnout. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan profil burnout fisioterapis berdasarkan pendekatan JD-R di Siti Hajar Health Care Medan. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain deskriptif dan pendekatan cross-sectional. Sampel penelitian berjumlah 6 fisioterapis yang dipilih menggunakan teknik total sampling. Analisis data dilakukan secara deskriptif. Hasil Penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami burnout kategori sedang sebanyak 5 orang (83,3%), sedangkan 1 orang (16,7%) berada pada kategori rendah dan tidak terdapat burnout kategori tinggi. Dimensi Emotional Exhaustion memiliki skor rata-rata tertinggi. Rata-rata Job Demands berada pada kategori sedang, sedangkan Job Resources berada pada kategori baik. Kesimpulan: Mayoritas fisioterapis mengalami burnout kategori sedang. Kondisi ini menunjukkan bahwa sumber daya kerja yang tersedia masih mampu mengimbangi tuntutan pekerjaan sehingga dapat membantu mencegah burnout yang lebih tinggi.

Kata Kunci: Burnout, Fisioterapis, Job Demands–Resources

Abstract. Burnout is a syndrome resulting from chronic workplace stress that is commonly experienced by healthcare professionals, including physiotherapists. The Job Demands–Resources (JD-R) approach is used to describe the balance between job demands and job resources that influence burnout. This study aimed to describe the burnout profile of physiotherapists based on the JD-R approach at Siti Hajar Health Care Medan. This study employed a quantitative descriptive design with a cross-sectional approach. The sample consisted of six physiotherapists selected using a total sampling technique. Data were analyzed descriptively. The results showed that most respondents experienced moderate burnout (5 respondents; 83.3%), while 1 respondent (16.7%) experienced low burnout, and no respondents experienced high burnout. The Emotional Exhaustion dimension had the highest mean score. The average Job Demands score was in the moderate category, while Job Resources were in the good category. In conclusion, most physiotherapists experienced moderate burnout, indicating that the available job resources were sufficient to balance job demands and help prevent more severe burnout.

Keywords: Burnout, Physiotherapists, Job Demands–Resources (JD-R)

1. PENDAHULUAN

Burnout merupakan salah satu masalah psikologis yang banyak dialami oleh tenaga kesehatan akibat paparan stres kerja yang berlangsung secara terus-menerus. World Health Organization (WHO) melalui International Classification of Diseases (ICD-11) mendefinisikan burnout sebagai sindrom yang dihasilkan dari stres kronis di tempat kerja yang tidak berhasil dikelola secara efektif. Kondisi ini ditandai dengan kelelahan (exhaustion), meningkatnya sikap sinis atau berjarak terhadap pekerjaan (cynicism), serta menurunnya efektivitas profesional (reduced professional efficacy).

Burnout tidak hanya berdampak pada kondisi fisik dan psikologis tenaga kesehatan, tetapi juga dapat menurunkan kualitas pelayanan, kepuasan kerja, produktivitas, dan keselamatan pasien. Oleh karena itu, burnout menjadi salah satu indikator penting dalam menjaga kualitas sumber daya manusia di sektor pelayanan kesehatan.

Fisioterapis merupakan salah satu profesi tenaga kesehatan yang rentan mengalami burnout karena memiliki karakteristik pekerjaan yang menuntut interaksi langsung dengan pasien, aktivitas fisik yang tinggi, keterlibatan emosional selama proses rehabilitasi, serta tanggung jawab administratif yang semakin kompleks. Kondisi tersebut menyebabkan fisioterapis harus mampu menjaga keseimbangan antara tuntutan pelayanan dan kemampuan individu dalam memberikan pelayanan yang optimal.

Salah satu pendekatan yang banyak digunakan untuk menjelaskan terjadinya burnout adalah Job Demands–Resources (JD-R) Model yang dikembangkan oleh Bakker dan Demerouti. Model ini menjelaskan bahwa setiap

pekerjaan memiliki dua komponen utama, yaitu job demands dan job resources. Job demands merupakan aspek pekerjaan yang membutuhkan usaha fisik maupun psikologis secara berkelanjutan sehingga berpotensi menimbulkan kelelahan, sedangkan job resources merupakan berbagai sumber daya yang dapat membantu individu mencapai tujuan kerja, mengurangi dampak tuntutan pekerjaan, serta meningkatkan motivasi kerja.

Pendekatan Job Demands–Resources (JD-R) telah banyak digunakan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang berkontribusi terhadap burnout pada tenaga kesehatan. Tingginya beban kerja, tekanan waktu, tuntutan emosional, dan konflik peran diketahui meningkatkan risiko burnout, sedangkan dukungan organisasi, kepemimpinan yang baik, otonomi kerja, kesempatan pengembangan kompetensi, serta hubungan interpersonal yang positif berperan sebagai faktor pelindung.

Penelitian mengenai burnout di Indonesia menunjukkan bahwa burnout dipengaruhi oleh berbagai faktor yang berasal dari karakteristik individu maupun lingkungan kerja. Kemampuan individu dalam menghadapi tekanan dan kesulitan kerja merupakan salah satu faktor yang berkontribusi terhadap tingkat burnout.

Burnout juga ditemukan pada individu yang menghadapi tuntutan akademik maupun pekerjaan secara bersamaan. Selain itu, kesiapan individu dalam menghadapi perubahan sistem kerja maupun pembelajaran turut memengaruhi tingkat burnout yang dialami.

Meskipun penelitian mengenai burnout telah banyak dilakukan, sebagian besar masih berfokus pada dokter, perawat, maupun mahasiswa kesehatan. Penelitian yang secara khusus menggambarkan profil burnout pada fisioterapis, terutama di fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama dengan menggunakan pendekatan Job Demands–Resources (JD-R), masih relatif terbatas. Keterbatasan tersebut menyebabkan belum tersedianya gambaran yang komprehensif mengenai keseimbangan antara tuntutan pekerjaan dan sumber daya kerja yang dimiliki fisioterapis dalam menjalankan pelayanan.

Siti Hajar Health Care merupakan salah satu fasilitas pelayanan kesehatan yang menyediakan layanan fisioterapi bagi masyarakat dengan berbagai kondisi muskuloskeletal, neurologis, geriatri, maupun rehabilitasi pascaoperasi. Meningkatnya kebutuhan pelayanan fisioterapi diikuti oleh bertambahnya kompleksitas pekerjaan dan tuntutan administrasi yang berpotensi meningkatkan job demands. Di sisi lain, ketersediaan job resources seperti dukungan organisasi, lingkungan kerja yang kondusif, hubungan antarprofesi, serta kesempatan pengembangan kompetensi diharapkan mampu mengurangi risiko burnout pada fisioterapis.

Berdasarkan uraian tersebut, diperlukan penelitian yang bertujuan untuk mendeskripsikan profil burnout tenaga fisioterapis berdasarkan pendekatan Job Demands–Resources (JD-R) di Siti Hajar Health Care Medan. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi dasar dalam penyusunan strategi pengelolaan sumber daya manusia, pencegahan burnout, serta peningkatan kualitas pelayanan fisioterapi di fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama.

2. METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini menggunakan Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif menggunakan pendekatan cross-sectional, yaitu pengumpulan data dilakukan pada satu waktu untuk memperoleh gambaran tingkat burnout fisioterapis berdasarkan pendekatan Job Demands–Resources (JD-R)

3. HASIL

Tabel 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin, Usia dan Masa Kerja

Variabel	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	3	50,0
Perempuan	3	50,0
Usia		
21–30 tahun	2	33,3
31–40 tahun	3	50,0
Masa Kerja		
<5 tahun	2	33,3
5–10 tahun	3	50,0
>10 tahun	1	16,7

Tabel 1 menunjukkan bahwa jumlah fisioterapis laki-laki dan perempuan sama banyak, masing-masing sebanyak 3 orang (50,0%). Sebagian besar responden berusia 31–40 tahun (50,0%) dan memiliki masa kerja 5–10 tahun (50,0%).

Tabel 2 Distribusi Tingkat Burnout Fisioterapis Berdasarkan Pendekatan Job Demands–Resources (JD-R)

Tingkat Burnout	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Rendah	1	16,7
Sedang	5	83,3
Tinggi	0	0,0
Total	6	100

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar fisioterapis mengalami burnout kategori sedang, yaitu sebanyak 5 orang (83,3%), sedangkan 1 orang (16,7%) berada pada kategori burnout rendah. Tidak terdapat fisioterapis yang mengalami burnout kategori tinggi. Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden telah mengalami kelelahan kerja pada tingkat sedang, namun masih mampu menjalankan tugas dan tanggung jawab profesionalnya

Tabel 3 Gambaran Skor Burnout Berdasarkan Dimensi

Dimensi Burnout	Mean	SD	Min	Max
<i>Emotional Exhaustion</i>	20,83	2,14	18	24
<i>Depersonalization</i>	7,83	1,33	6	10
<i>Personal Accomplishment</i>	35,17	2,48	32	39

Berdasarkan Tabel 3, dimensi Emotional Exhaustion memiliki nilai rata-rata tertinggi ($20,83 \pm 2,14$), diikuti oleh dimensi Personal Accomplishment ($35,17 \pm 2,48$) dan Depersonalization ($7,83 \pm 1,33$). Temuan ini menunjukkan bahwa kelelahan emosional merupakan dimensi burnout yang paling dominan dialami oleh fisioterapis

Tabel 4 Gambaran Job Demands dan Job Resources

Variabel	Mean	SD	Min	Max
<i>Job Demands</i>	3,38	0,31	2,90	3,80
<i>Job Resources</i>	3,87	0,28	3,50	4,20

Tabel 4 menunjukkan bahwa rata-rata *Job Demands* berada pada kategori sedang ($3,38 \pm 0,31$), sedangkan *Job Resources* berada pada kategori baik ($3,87 \pm 0,28$). Kondisi ini menunjukkan bahwa tuntutan pekerjaan yang dihadapi fisioterapis masih dapat diimbangi oleh sumber daya kerja yang tersedia, seperti dukungan organisasi, hubungan kerja yang baik, dan kesempatan untuk mengembangkan kompetensi

4. PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar fisioterapis mengalami burnout kategori sedang (83,3%), sedangkan sebagian kecil berada pada kategori rendah (16,7%). Tidak ditemukan responden dengan burnout kategori tinggi. Kondisi ini mengindikasikan bahwa tuntutan pekerjaan yang dialami fisioterapis belum menimbulkan burnout berat, meskipun kelelahan emosional mulai dirasakan dalam pelaksanaan pelayanan.

Jika ditinjau berdasarkan pendekatan Job Demands–Resources (JD-R), tingkat burnout sedang yang dialami fisioterapis diduga berkaitan dengan adanya keseimbangan antara job demands dan job resources. Beban kerja, tuntutan pelayanan pasien, serta aktivitas administratif menjadi tuntutan pekerjaan yang harus dipenuhi setiap hari. Namun demikian, dukungan dari pimpinan, kerja sama antarprofesi, serta lingkungan kerja yang kondusif menjadi sumber daya yang membantu fisioterapis dalam mengelola tekanan kerja sehingga burnout tetap berada pada kategori sedang.

Temuan ini sejalan dengan model Job Demands–Resources yang dikembangkan oleh Arnold B. Bakker dan Evangelia Demerouti, yang menjelaskan bahwa burnout muncul ketika tuntutan pekerjaan tinggi dan tidak diimbangi oleh sumber daya kerja yang memadai. Sebaliknya, ketersediaan sumber daya kerja dapat berfungsi sebagai faktor protektif yang membantu individu mempertahankan motivasi kerja dan mengurangi risiko burnout. Temuan penelitian ini mendukung konsep tersebut karena meskipun mayoritas responden mengalami burnout sedang, tidak terdapat fisioterapis yang mengalami burnout kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa sumber daya kerja yang dimiliki masih mampu mengimbangi tuntutan pekerjaan yang dihadapi dalam memberikan pelayanan fisioterapi.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, sebagian besar fisioterapis di Siti Hajar Health Care mengalami burnout pada kategori sedang yaitu sebanyak 5 orang (83,3%), sedangkan 1 orang (16,7%) berada pada kategori burnout rendah dan tidak terdapat fisioterapis dengan kategori burnout tinggi. Hasil ini menunjukkan bahwa tuntutan pekerjaan yang dihadapi fisioterapis masih dapat diimbangi dengan sumber daya kerja yang tersedia, sehingga tingkat burnout cenderung berada pada kategori sedang. Siti Hajar Health Care diharapkan dapat mempertahankan dan meningkatkan job resources, seperti dukungan organisasi, komunikasi yang baik, serta kesempatan pengembangan kompetensi fisioterapis, sebagai upaya mencegah peningkatan burnout. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan jumlah responden yang lebih besar serta melibatkan berbagai fasilitas pelayanan kesehatan agar diperoleh gambaran burnout fisioterapis yang lebih komprehensif

6. DAFTAR PUSTAKA

- Aini, N. (2020). Hubungan *Adversity Quotient* dengan *Burnout* pada Tenaga Kesehatan di RSUD Siti Hajar Medan. *Journal of Health Science and Physiotherapy*, 2(1), 40–45.
- Aini, N. (2021). Hubungan Kesiapan Pembelajaran Online (*E-Learning Readiness*) dengan *Burnout* Akademik di Masa Pandemi COVID-19 pada Mahasiswa STIKES Siti Hajar Medan. *Jurnal KeFis (Jurnal Kesehatan dan Fisioterapi)*, 1(1), 73–78.
- Aini, N., & Sulaiman, S. (2024). Gambaran Academic Burnout Mahasiswa Tingkat Akhir Yang Bekerja. *Journal of Public Health Science*, 1(2), 181-186..
- Bakker, A. B., & Demerouti, E. (2017). Job Demands–Resources Theory: Taking Stock and Looking Forward. *Journal of Occupational Health Psychology*, 22(3), 273–285.
- Herachwati, N., Haqq, Z. N., dkk. (2024). Revealing Indonesian Healthcare Workers' Burnout, Work Engagement, and Job Satisfaction Through the Job Demands–Resources Model. *Cogent Business & Management*, 11(1).
- Marieta, H. S., Zamralita, & Sari, M. P. (2024). Gambaran *Burnout* pada Profesi Fisioterapis: *Scoping Review*. *Jurnal Serina Sosial Humaniora*, 2(1), 182–189.
- Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). Understanding the Burnout Experience: Recent Research and Its Implications for Psychiatry. *World Psychiatry*, 15(2), 103–111.
- Nuryatno, N., Sulaiman, S., & Anggriani, A. (2026). Radiographic Procedure of Antegrade Pyelography in a Patient with Suspected Hydronephrosis: A Descriptive Case Study. *ANTHOR: Education and Learning Journal*, 5(4), 51-55.
- World Health Organization. (2019). *Burn-out an Occupational Phenomenon: International Classification of Diseases 11th Revision (ICD-11)*. Geneva: World Health Organization.