

**HUBUNGAN ANTARA *WORK LIFE BALANCE* DAN  
PERLINDUNGAN KERJA DENGAN *BURNOUT*  
PADA PERAWAT DI RUMAH SAKIT  
PERMATA KUNINGAN  
TAHUN 2026**

**SKRIPSI**

Oleh  
GINA AMELIA  
CKR0220098



**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS BHAKTI HUSADA INDONESIA  
KUNINGAN  
2026**



**HUBUNGAN ANTARA *WORK LIFE BALANCE* DAN  
PERLINDUNGAN KERJA DENGAN BURNOUT  
PADA PERAWAT DI RUMAH SAKIT  
PERMATA KUNINGAN  
TAHUN 2026**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana  
pada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Bhakti Husada Indonesia

Oleh  
GINA AMELIA  
CKR0220098



**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS BHAKTI HUSADA INDONESIA  
KUNINGAN  
2026**

# **LEMBAR PERSETUJUAN**

## **SKRIPSI**

### **HUBUNGAN ANTARA *WORK LIFE BALANCE* DAN PERLINDUNGAN KERJA DENGAN *BURNOUT* PADA PERAWAT DI RUMAH SAKIT PERMATA KUNINGAN TAHUN 2026**

Diajukan Oleh:

Gina Amelia  
CKR0220098

Kuningan, 5 Juli 2026

Telah Disetujui Oleh,

**Pembimbing I**



**Prof. Dr. Hj. Dewi Laelatul Badriah, M.Kes., AIFO**  
**NIDN. 00240365001**

**Pembimbing II**



**Nining Rusmianingsih, S.Kep., Ners, M.Kep.**  
**NIP. 197308041999032001**

## LEMBAR PENGESAHAN

### HUBUNGAN ANTARA *WORK LIFE BALANCE* DAN PERLINDUNGAN KERJA DENGAN *BURNOUT* PADA PERAWAT DI RUMAH SAKIT PERMATA KUNINGAN TAHUN 2026

Skripsi ini telah diujikan oleh Tim Penguji  
Program Studi S1 Keperawatan  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Bhakti Husada Indonesia  
Pada tanggal 5 Juli 2026

Menyetujui,

Penguji I



Ade Saprudin, SKM, MKM  
NUPTK. 2549741642130072

Penguji II



Prof. Dr. Hj. Dewi Laelatul Badriah, M.Kes., AIFO  
NIDN. 00240365001

Penguji III



Nining Rusmianingsih, S.Kep., Ners, M.Kep.  
NIDN. 4087303

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Bhakti Husada Indonesia



Ns. Heri Hermansyah, S.Kep., M.KM  
NIDN. 0402118302

Ketua Program Studi S1 Keperawatan



Ns. Neneng Aria Nengsih, S.Kep., M.Kep  
NIDN. 0407018102

## LEMBAR PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Gina Amelia

NIM : CKR0220098

Kelas : Reguler C

Program Studi : S1 Keperawatan

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Hubungan antara *Work Life Balance* dan Perlindungan Kerja dengan *Burnout* Pada Perawat di Rumah Sakit Permata Kuningan Tahun 2026” beserta seluruh isinya berdasarkan hasil penelitian, pemikiran, dan pemaparan asli dari karya saya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan.

Atas pernyataan ini, saya buat dengan sesungguhnya dan saya bersedia menanggung resiko atau sanksi bila ditemukan pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya saya. Demikian pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar tanpa paksaan dari pihak manapun.

Kuningan, 5 Juli 2026

Yang membuat pernyataan,

**Gina Amelia**  
NIM. CKR0220098

## LEMBAR PERSEMBAHAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillahirabbilalamin, segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala rahmat, kasih sayang, kekuatan, serta pertolongan-Nya. Atas izin-Nya, setelah melalui perjalanan panjang, penuh tantangan, dan berbagai proses yang menguras tenaga dan pikiran, serta air mata, akhirnya gelar yang selama ini diperjuangkan dapat tersemat di belakang nama penulis. Namun, pencapaian ini bukanlah hasil perjuangan penulis seorang diri. Dibalik setiap langkah yang berhasil dilalui, terselip doa-doa yang tak pernah putus dipenjatkan, dukungan yang tak pernah surut, serta pengorbanan dan kasih sayang dari orang-orang terkasih yang senantiasa menjadi sumber kekuatan. Gelar ini bukan hanya milik penulis, melainkan juga buah cinta, ketulusan dan kepercayaan mereka yang selalu menemani setiap proses hingga penulis mampu berdiri di titik ini. Oleh karena itu, dengan penuh rasa syukur penullis mempersembahkan karya sederhana ini kepada:

### **Terspesial untuk Mamah dan Bapak tercinta**

**Teruntuk Mamah tercinta N. Nurjanah**, terima kasih karena selalu menjadi rumah yang paling nyaman untuk pulang. Di saat penulis lelah, kecewa, bahkan meragukan diri sendiri, Mamah selalu hadir sebagai tempat bercerita tanpa pernah menghakimi. Terima kasih karena selalu percaya kepada penulis, bahkan ketika penulis belum mampu percaya pada diri sendiri. Penulis berharap suatu hari nanti dapat menjadi pribadi yang mampu mencintai tanpa syarat, sebagaimana Mamah selalu mencintai penulis.

**Teruntuk Bapak tersayang Nono Sumarno**, terima kasih karena telah mengajarkan bahwa setiap impian harus diperjuangkan dan pendidikan adalah bekal terbaik dalam hidup. Di balik ketegasan Bapak, selalu ada kasih sayang dan pengorbanan yang memungkinkan penulis tumbuh, hidup dengan layak, dan mengenyam pendidikan setinggi mungkin. Nasihat Bapak bahwa "*tidak ada warisan yang paling berharga selain ilmu*" akan selalu menjadi pegangan hidup penulis.

Mah, Pak, terima kasih karena tidak pernah berhenti percaya dan mendoakan penulis. Gelar yang kini tersemat di belakang nama penulis bukan hanya hasil dari perjuangan penulis, tetapi juga buah dari doa, pengorbanan, dan kasih sayang Mamah dan Bapak. Semoga pencapaian sederhana ini menjadi salah satu kebahagiaan yang dapat penulis persembahkan. Terima kasih telah mengantarkan penulis sampai sejauh ini. Semoga setelah ini, giliran penulis yang menjaga, menemani, dan membahagiakan Mamah dan Bapak.

#### **Teruntuk Kakak Tersayang dan Keluarga Kecilnya**

Teruntuk Aa tersayang, **Adang Djumhur Faozi**, terima kasih karena selalu menjadi garda terdepan yang melindungi penulis. Di saat Mamah dan Bapak tidak selalu berada di dekat penulis, Aa menjadi rumah kedua yang selalu terbuka untuk pulang, meminta pendapat, dan menemukan ketenangan. Terima kasih karena selalu mendukung, menjaga, dan memastikan adikmu ini baik-baik saja. Kehadiran Aa membuat penulis selalu merasa memiliki seseorang yang akan berdiri di pihak penulis, apa pun keadaannya.

Teruntuk Teteh tersayang, **Eli Nurhasanah**, terima kasih telah hadir membawa warna baru dalam keluarga kami. Kehangatan dan ketulusan Teteh membuat penulis merasa benar-benar diterima sebagai bagian dari keluarga. Terima kasih karena selalu memberikan dukungan, menyemangati, dan menjadi kakak perempuan yang selalu menghadirkan rasa nyaman.

Untuk keponakan kesayangan penulis, **Muhammad Aksara Pradana Faozi**, terima kasih sudah hadir membawa kebahagiaan yang begitu besar. Di tengah hari-hari yang dipenuhi revisi dan rasa lelah, senyum, tawa, dan tingkah lucu selalu menjadi penyemangat sekaligus pengingat bagi penulis untuk sejenak beristirahat. Tanpa kamu sadari, kehadiranmu menjadi salah satu alasan penulis mampu bertahan hingga menyelesaikan perjalanan ini.

Terima kasih, Aa, Teteh, dan Aksara, karena telah menjadi bagian dari rumah yang selalu penulis rindukan. Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan kesehatan, kebahagiaan, dan keberkahan kepada keluarga kecil kalian. Semoga suatu hari nanti penulis dapat membalas semua kebaikan yang telah diberikan dan menjadi kebanggaan bagi Aa, Teteh, serta keluarga.

### **Dosen Pembimbing Skripsi**

Yang terhormat Bunda **Prof. Dr. Hj. Dewi Laelatul Badriah M. Kes., AIFO.**, terima kasih atas setiap ilmu, arahan, dan motivasi yang telah Bunda berikan selama proses penyusunan skripsi ini. Menjadi salah satu anak bimbingan Bunda merupakan sebuah kehormatan sekaligus rasa syukur yang akan selalu penulis kenang. Ketegasan, kedisiplinan, dan perhatian Bunda telah mengajarkan penulis untuk menjadi pribadi yang lebih kuat dan berani menghadapi setiap tantangan.

Yang saya hormati, **Ibu Nining Rusmianingsih, S.Kep., Ners, M. Kep** terima kasih atas kesabaran, kelembutan, dan perhatian yang selalu Ibu berikan. Kehangatan serta ketulusan Ibu dalam membimbing membuat setiap proses terasa lebih tenang dan penuh makna. Penulis merasa sangat beruntung dapat belajar dari sosok yang tidak hanya mengajarkan ilmu, tetapi juga memberikan teladan dalam kebaikan.

Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan kesehatan, keberkahan, dan kebahagiaan kepada Bunda Prof. Dewi dan Ibu Nining. Terima kasih telah menjadi bagian penting dalam perjalanan penulis hingga mampu menyelesaikan skripsi ini.

#### **Teruntuk Sahabat dan Teman-Teman Terdekat**

**Putri Dewi Melinda, Tamara Alvi Nabila, dan Siti Aguatina Novita Sari,** rasanya sulit membayangkan perjalanan hidup penulis tanpa kehadiran kalian. Kalian adalah saksi dari setiap versi diri penulis, mulai dari masa kanak-kanak yang penuh cerita, remaja yang dipenuhi mimpi, hingga hari ini ketika kita sama-sama sedang berjuang mengejar masa depan. Terima kasih karena selalu menjadi rumah yang tidak pernah berubah, tempat penulis selalu merasa pulang, sejauh apa pun kehidupan membawa kita berjalan.

**Hasna Irbatun Najdah dan Rachma Nurul Sediana,** terima kasih telah kebersamaan penulis sejak masa putih biru hingga hari ini. Bersama kalian, penulis belajar bahwa persahabatan bukan tentang seberapa sering bertemu, melainkan tentang selalu saling hadir meski masing-masing sedang menapaki jalan yang berbeda. Setiap pertemuan bersama kalian selalu terasa seperti jeda dari segala penat. Anehnya, topik yang sama yang sudah berkali-kali kita bahas tidak pernah

kehilangan serunya. Semoga kita terus bertumbuh, saling mendukung, dan tetap menjadi tempat pulang satu sama lain.

**Ria Triani dan Zelisha Pitriatuz Zahra Fauzi**, terima kasih telah menjadi bagian dari perjalanan penulis sejak bangku SMA. Walaupun jarak kini menjadi bagian dari cerita kita, rasanya kita tidak pernah benar-benar berjauhan. Semoga mimpi-mimpi yang dahulu sering kita ceritakan bersama perlahan menemukan jalannya menjadi kenyataan.

**Ani Selviani, Lintang Utami, dan Nindya Nalurita Vistagina**, Allah SWT benar-benar baik karena mempertemukan penulis dengan kalian. Terima kasih telah menjadi keluarga yang hadir jauh dari rumah. Raudhah Kost, khususnya kamar nomor 6, akan selalu menjadi saksi bagaimana kita bertumbuh bersama, saling menguatkan ketika lelah, saling menghibur ketika keadaan terasa berat, dan merayakan hal-hal sederhana yang akhirnya menjadi kenangan paling berharga. Bersama kalian, penulis belajar bahwa keluarga tidak selalu dipertemukan karena hubungan darah, tetapi juga karena ketulusan yang membuat seseorang merasa diterima apa adanya. Semoga persahabatan ini tetap menemukan jalannya untuk selalu kembali, sejauh apa pun kehidupan membawa langkah kita masing-masing.

**Keluarga besar S1 Keperawatan terutama Kelas Reguler C**, terima kasih telah menjadi bagian dari perjalanan yang begitu berharga selama masa perkuliahan. Empat tahun bersama tentu tidak selalu dipenuhi tawa, ada perbedaan pendapat, rasa kesal, lelah, hingga tangis yang pernah kita rasakan bersama. Namun, dari semua itu penulis belajar arti kebersamaan, saling mendukung, dan bertumbuh bersama. Terima kasih telah menjadi kelas yang penuh warna, tempat penulis

belajar bukan hanya tentang ilmu keperawatan, tetapi juga tentang kehidupan. Semoga setelah langkah kita berpisah, setiap mimpi yang sedang diperjuangkan menemukan jalannya masing-masing, dan semoga suatu hari nanti kita dipertemukan kembali sebagai perawat-perawat hebat yang pernah memulai cerita dari kelas yang sama.

**Teruntuk seluruh teman-teman terdekat penulis** yang tidak dapat disebutkan satu per satu, terima kasih karena telah hadir dalam setiap fase kehidupan dengan cara kalian masing-masing. Terima kasih telah menjadi tempat berbagi cerita, memberikan semangat, mengulurkan bantuan, dan tetap percaya kepada penulis di saat-saat yang tidak selalu mudah. Meski nama kalian tidak tertulis di halaman ini, setiap kebaikan dan ketulusan akan selalu memiliki tempat yang istimewa di hati penulis.

**Teruntuk setiap orang yang pernah hadir dalam kehidupan penulis,** terima kasih. Terima kasih kepada setiap pertemuan yang menghadirkan kebahagiaan, juga kepada setiap perpisahan yang mengajarkan keikhlasan. Tidak semua orang datang untuk tinggal, tetapi setiap orang datang membawa pelajaran. Tanpa disadari, kalian telah menjadi bagian dari perjalanan yang membentuk penulis hingga mampu berdiri di titik ini. Apa pun peran kalian dalam hidup penulis, terima kasih telah menjadi bagian dari cerita yang akan selalu penulis kenang.

**Teruntuk diri sendiri, Gina Amelia.** Di antara semua nama yang tertulis di halaman ini, mungkin kamulah yang paling tahu seperti apa rasanya sampai di titik ini. Terima kasih telah bertahan, bahkan ketika tidak ada yang benar-benar memahami seberapa berat perjalanan yang sedang kamu lalui. Terima kasih karena

tidak memilih berhenti, meskipun ada begitu banyak hari ketika semuanya terasa melelahkan. Setiap air mata yang jatuh, doa yang diam-diam dipanjatkan, serta keraguan yang berkali-kali datang ternyata tidak pernah sia-sia. Hari ini, semuanya bermuara pada satu titik yang dulu hanya berani kamu impikan. Jangan lupa berhenti sejenak untuk menghargai dirimu sendiri. Berbanggalah, bukan karena kamu telah menjadi yang paling hebat, tetapi karena kamu tidak menyerah untuk terus melangkah. Selamat, Gina Amelia. Mimpi kecilmu akhirnya berhasil kamu bawa pulang.

UNIVERSITAS BHAKTI HUSADA INDONESIA  
PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
SKRIPSI, JULI 2026

GINA AMELIA  
CKR0220098

**HUBUNGAN ANTARA *WORK LIFE BALANCE* DAN PERLINDUNGAN  
KERJA DENGAN *BURNOUT* PADA PERAWAT DI RUMAH SAKIT  
PERMATA KUNINGAN TAHUN 2026**

**ABSTRAK**

**Latar Belakang:** *Burnout* merupakan kondisi kelelahan fisik, emosional, dan mental akibat stres kerja berkepanjangan yang banyak dialami oleh perawat karena tingginya tuntutan pekerjaan dan tanggung jawab profesional. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa sekitar 82% tenaga kesehatan di Indonesia mengalami *burnout* kategori sedang. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan *work life balance* dan perlindungan kerja dengan *burnout* pada perawat di Rumah Sakit Permata Kuningan Tahun 2026.

**Metode:** Penelitian analitik kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Populasi berjumlah 130 perawat dengan sampel 120 perawat yang dipilih menggunakan teknik *total sampling*. Instrumen penelitian meliputi *Fisher Work Life Balance Scale*, *Nordic Safety Climate Questionnaire* (NOSACQ-50), dan *Maslach Burnout Inventory* (MBI). Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji *Spearman Rank*.

**Hasil:** Sebagian besar responden memiliki *work life balance* kategori tinggi (66,7%), persepsi terhadap perlindungan kerja kategori cukup (69,2%), dan *burnout* kategori ringan (75,0%). Hubungan *work life balance* dengan *burnout* menunjukkan nilai  $p=0,000$  ( $r=-0,408$ ), sedangkan hubungan perlindungan kerja dengan *burnout* menunjukkan nilai  $p=0,001$  ( $r=-0,302$ ).

**Simpulan:** Terdapat hubungan antara *work life balance* dan perlindungan kerja dengan *burnout* pada perawat di Rumah Sakit Permata Kuningan Tahun 2026. Manajemen rumah sakit disarankan meningkatkan dukungan terhadap *work life balance* dan memperkuat perlindungan kerja sebagai upaya pencegahan *burnout* pada perawat.

**Kata Kunci:** *Burnout*, Perawat, Perlindungan Kerja, *Work Life Balance*

**Daftar Pustaka:** 7 buku (2013-2025), 65 jurnal (2009-2026), dan 1 artikel (2023)

UNIVERSITY OF BHAKTI HUSADA INDONESIA  
STUDY PROGRAM OF NURSING  
UNDERGRADUATE THESIS, JULY 2026

GINA AMELIA  
CKR0220098

THE RELATIONSHIP BETWEEN WORK-LIFE BALANCE AND  
OCCUPATIONAL SAFETY CLIMATE WITH BURNOUT AMONG  
NURSES AT PERMATA KUNINGAN HOSPITAL IN 2026

ABSTRACT

**Background:** Burnout is a condition of physical, emotional, and mental exhaustion caused by prolonged work-related stress and is commonly experienced by nurses due to high job demands and professional responsibilities. Previous studies reported that approximately 82% of healthcare workers in Indonesia experienced moderate burnout. This study aimed to determine the relationship between work-life balance and occupational safety climate with burnout among nurses at Permata Kuningan Hospital in 2026.

**Methods:** This was a quantitative analytic study with a cross-sectional design. The population consisted of 130 nurses, of whom 120 were selected using a total sampling technique. The research instruments included the *Fisher Work-Life Balance Scale*, the *Nordic Safety Climate Questionnaire* (NOSACQ-50), and the *Maslach Burnout Inventory* (MBI). Data were analyzed using univariate analysis and Spearman rank correlation.

**Results:** Most respondents had a high level of work-life balance (66.7%), perceived occupational safety climate as fair (69.2%), and experienced mild burnout (75.0%). The relationship between work-life balance and burnout showed a p-value of 0.000 ( $r=-0.408$ ), while the relationship between occupational safety climate and burnout showed a p-value of 0.001 ( $r=-0.302$ ).

**Conclusion:** A relationship was found between work-life balance, occupational safety climate, and burnout among nurses at Permata Kuningan Hospital in 2026. Hospital management is recommended to strengthen support for work-life balance and enhance occupational safety climate as part of burnout prevention strategies for nurses.

**Keywords:** Burnout, Nurses, Occupational Safety Climate, Work-Life Balance

**References:** 7 books (2013-2025), 65 journal articles (2009-2026), and 1 online article (2023)

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyusun skripsi dengan judul "Hubungan antara *Work Life Balance* dan Perlindungan Kerja dengan *Burnout* Pada Perawat di Rumah Sakit Permata Kuningan Tahun 2026". Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan di Universitas Bhakti Husada Indonesia. Dalam penyusunan skripsi ini, penulis menyadari banyak mengalami kesulitan dan hambatan. Namun dengan bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak penulis berhasil menyelesaikan penulisan skripsi ini. Maka dalam kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih yang tidak terhingga kepada yang terhormat :

1. Prof. Dr. Hj. Dewi Laelatul Badriah, M.Kes., AIFO., selaku Ketua Yayasan Pendidikan Bhakti Husada Kuningan sekaligus Dosen Pembimbing I yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan motivasi, arahan, bimbingan serta masukan yang berharga bagi penulis dalam penyusunan skripsi ini.
2. Dr. H. Abdal Rohim, S.Kp., M.H., selaku Rektor Universitas Bhakti Husada Indonesia.
3. Ns. Heri Hermansyah, S.Kep., MKM., selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bhakti Husada Indonesia.
4. Ns. Neneng Aria Nengsih, S.Kep., M.Kep., selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan Universitas Bhakti Husada Indonesia.

5. Nining Rusmianingsih S.Kep., Ners, M.Kep., selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan motivasi, saran dan masukan dengan sabar selama proses bimbingan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
6. Ade Saprudin, S.KM., M.KM., selaku Dosen Penguji yang telah meluangkan waktu serta memberikan kritik, saran, dan masukan kepada penulis sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.
7. dr. Herman Joyo, selaku Direktur Rumah Sakit Permata Kuningan, yang telah memberikan izin dan kesempatan kepada penulis untuk melakukan studi pendahuluan serta penelitian di Rumah Sakit Permata Kuningan sehingga skripsi ini dapat tersusun dengan baik.
8. Salam penuh hormat dan terima kasih penulis sampaikan kepada kedua orang tua tercinta, Bapak dan Mamah, kakak tercinta beserta istri, ponakan tersayang, serta keluarga besar yang selalu memberikan kasih sayang, doa, semangat, dan dukungan tiada henti selama penulis menyelesaikan pendidikan dan penyusunan skripsi ini.
9. Seluruh staf dosen Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Bhakti Husada Indonesia yang telah memberikan berbagai ilmu yang akan menjadi bekal untuk masa depan penulis.
10. Rekan-rekan mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan Angkatan 2022 Universitas Bhakti Husada Indonesia yang telah menjadi bagian dari perjalanan perkuliahan penulis serta senantiasa memberikan semangat, dukungan, dan motivasi hingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini tepat waktu.

Penulis menyadari masih banyak kekurangan dan kesalahan dalam penulisan skripsi ini, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk menyempurnakan penulisan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak, khususnya bagi penulis dan para pembaca pada umumnya. Amiin.

Kuningan, 5 Juli 2026

Peneliti,

**Gina Amelia**

NIM. CKR0220098

## DAFTAR ISI

|                                           |                              |
|-------------------------------------------|------------------------------|
| LEMBAR PERSETUJUAN.....                   | Error! Bookmark not defined. |
| LEMBAR PENGESAHAN .....                   | Error! Bookmark not defined. |
| LEMBAR PERNYATAAN .....                   | iv                           |
| LEMBAR PERSEMBAHAN .....                  | v                            |
| KATA PENGANTAR .....                      | xiv                          |
| DAFTAR ISI.....                           | xvii                         |
| DAFTAR TABEL .....                        | xxi                          |
| DAFTAR BAGAN .....                        | xxii                         |
| DAFTAR SINGKATAN .....                    | xxiii                        |
| DAFTAR LAMPIRAN.....                      | xxiv                         |
| BAB I PENDAHULUAN .....                   | 1                            |
| 1.1 Latar Belakang.....                   | 1                            |
| 1.2 Rumusan Masalah.....                  | 7                            |
| 1.3 Tujuan Penulisan .....                | 7                            |
| 1.3.1 Tujuan Umum .....                   | 7                            |
| 1.3.2 Tujuan Khusus.....                  | 7                            |
| 1.4 Manfaat Penulisan .....               | 7                            |
| 1.4.1 Manfaat Teoritis .....              | 7                            |
| 1.4.2 Manfaat Praktis .....               | 8                            |
| 1.5 Keaslian Penelitian .....             | 9                            |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....              | 12                           |
| 2.1 Konsep <i>Work Life Balance</i> ..... | 12                           |

|                                                             |                                                                |    |
|-------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|----|
| 2.1.1                                                       | Definisi <i>Work Life Balance</i> .....                        | 12 |
| 2.1.2                                                       | Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi <i>Work Life Balance</i> ..... | 13 |
| 2.1.3                                                       | Dampak <i>Work Life Balance</i> .....                          | 15 |
| 2.1.4                                                       | Indikator <i>Work Life Balance</i> .....                       | 17 |
| 2.1.5                                                       | Pengukuran <i>Work Life Balance</i> .....                      | 20 |
| 2.1.6                                                       | Hasil Pengukuran <i>Work Life Balance</i> .....                | 21 |
| 2.2                                                         | Konsep Perlindungan Kerja.....                                 | 21 |
| 2.2.1                                                       | Definisi Perlindungan Kerja.....                               | 21 |
| 2.2.2                                                       | Dasar Hukum Perlindungan Kerja Perawat .....                   | 22 |
| 2.2.3                                                       | Dampak Perlindungan Kerja Terhadap Perawat .....               | 24 |
| 2.2.4                                                       | Indikator Perlindungan Kerja .....                             | 24 |
| 2.2.5                                                       | Pengukuran Perlindungan Kerja.....                             | 28 |
| 2.2.6                                                       | Hasil Pengukuran Perlindungan Kerja .....                      | 29 |
| 2.3                                                         | Konsep <i>Burnout</i> .....                                    | 30 |
| 2.3.1                                                       | Definisi <i>Burnout</i> .....                                  | 30 |
| 2.3.2                                                       | Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Burnout</i> .....           | 31 |
| 2.3.3                                                       | Dampak <i>Burnout</i> Pada Perawat.....                        | 35 |
| 2.3.4                                                       | Indikator <i>Burnout</i> .....                                 | 38 |
| 2.3.5                                                       | Pengukuran <i>Burnout</i> .....                                | 40 |
| 2.3.6                                                       | Hasil Pengukuran <i>Burnout</i> .....                          | 41 |
| 2.4                                                         | Kerangka Teori .....                                           | 41 |
| BAB III KERANGKA KONSEP, DEFINISI OPERASIONAL DAN HIPOTESIS |                                                                |    |
| .....                                                       |                                                                | 43 |

|                                    |                                            |    |
|------------------------------------|--------------------------------------------|----|
| 3.1                                | Kerangka Konsep.....                       | 43 |
| 3.2                                | Definisi Operasional .....                 | 44 |
| 3.3                                | Hipotesis .....                            | 47 |
| BAB IV METODOLOGI PENELITIAN ..... |                                            | 48 |
| 4.1                                | Jenis dan Desain Penelitian .....          | 48 |
| 4.2                                | Variabel Penelitian.....                   | 48 |
| 4.2.1                              | Variabel Bebas ( <i>Independen</i> ) ..... | 48 |
| 4.2.2                              | Variabel Terikat ( <i>Dependen</i> ).....  | 49 |
| 4.3                                | Populasi dan Sampel Penelitian.....        | 49 |
| 4.3.1                              | Populasi .....                             | 49 |
| 4.3.2                              | Sampel.....                                | 49 |
| 4.3.3                              | Teknik Pengambilan Sampel.....             | 50 |
| 4.4                                | Instrumen Penelitian .....                 | 51 |
| 4.4.1                              | Uji Validitas .....                        | 54 |
| 4.4.2                              | Uji Reabilitas.....                        | 55 |
| 4.5                                | Teknik Pengumpulan Data .....              | 57 |
| 4.5.1                              | Sifat dan Sumber Data.....                 | 57 |
| 4.5.2                              | Teknik Pengumpulan Data .....              | 57 |
| 4.6                                | Pengolahan dan Analisa Data .....          | 59 |
| 4.6.1                              | Teknik Pengolahan Data .....               | 59 |
| 4.6.2                              | Analisa Data .....                         | 62 |
| 4.7                                | Etika Penelitian.....                      | 64 |
| 4.8                                | Waktu dan Lokasi Penelitian .....          | 67 |

|                                             |     |
|---------------------------------------------|-----|
| 4.8.1 Waktu Penelitian .....                | 67  |
| 4.8.2 Lokasi Penelitian .....               | 67  |
| 4.9 Jadwal Penelitian .....                 | 67  |
| BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN ..... | 68  |
| 5.1 Hasil Penelitian.....                   | 68  |
| 5.2 Pembahasan .....                        | 71  |
| 5.3 Keterbatasan Penelitian .....           | 86  |
| BAB VI SIMPULAN DAN SARAN.....              | 87  |
| 6.1 Simpulan.....                           | 87  |
| 6.2 Saran .....                             | 88  |
| DAFTAR PUSTAKA .....                        | 90  |
| LAMPIRAN.....                               | 97  |
| DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....                   | 117 |

## DAFTAR TABEL

|                                                                                                                                                                |    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian.....                                                                                                                            | 9  |
| Tabel 3. 1 Definisi Operasional .....                                                                                                                          | 45 |
| Tabel 4. 1 Item <i>Favorable</i> dan <i>Unfavorable</i> Kuesioner <i>Work Life Balance</i> .....                                                               | 51 |
| Tabel 4. 2 Item <i>Favorable</i> dan <i>Unfavorable</i> Kuesioner NOSACQ-50 .....                                                                              | 52 |
| Tabel 4. 3 Item <i>Favorable</i> dan <i>Unfavorable</i> Kuesioner <i>Burnout</i> .....                                                                         | 53 |
| Tabel 4. 4 Kategorisasi dan Coding Variabel Penelitian .....                                                                                                   | 61 |
| Tabel 4. 5 Interpretasi Persentase Hasil Penelitian .....                                                                                                      | 63 |
| Tabel 4. 6 Interpretasi Hasil Uji <i>Rank Spearman</i> .....                                                                                                   | 64 |
| Tabel 5. 1 Distribusi Frekuensi <i>Work Life Balance</i> , Perlindungan Kerja, dan <i>Burnout</i> pada Perawat di Rumah Sakit Permata Kuningan tahun 2026..... | 68 |
| Tabel 5. 2 <i>Work Life Balance</i> dengan <i>Burnout</i> pada Perawat di Rumah Sakit Permata Kuningan tahun 2026.....                                         | 69 |
| Tabel 5. 3 Perlindungan Kerja dengan <i>Burnout</i> pada Perawat di Rumah Sakit Permata Kuningan tahun 2026.....                                               | 70 |

## **DAFTAR BAGAN**

|                                 |    |
|---------------------------------|----|
| Bagan 2. 1 Kerangka Teori ..... | 42 |
| Bagan 3. 1 Kerangka Konsep..... | 44 |

## DAFTAR SINGKATAN

|           |                                                                 |
|-----------|-----------------------------------------------------------------|
| APA       | : <i>American Psychological Association</i>                     |
| APD       | : <i>Alat Pelindung Diri</i>                                    |
| CFA       | : <i>Confirmatory Factor Analysis</i>                           |
| ICD-11    | : <i>International Clasification of Disease 11<sup>th</sup></i> |
| ILO       | : <i>International Labour Organization</i>                      |
| JD-R      | : <i>Job Demands Resources</i>                                  |
| K3        | : <i>Kesehatan dan Keselamatan Kerja</i>                        |
| MBI       | : <i>Maslach Burnout Inventory</i>                              |
| MBI-HSS   | : <i>Maslach Burnout Inventory – Human Services Survey</i>      |
| NOSACQ-50 | : <i>Nordic Safety Climate Questionnaire - 50</i>               |
| PLEW      | : <i>Personal Life Enhancement Work</i>                         |
| PLIW      | : <i>Personal Life Interference Work</i>                        |
| PPI       | : <i>Pencegahan dan Pengendalian Infeksi</i>                    |
| RSUD      | : <i>Rumah Sakit Umum Daerah</i>                                |
| RST       | : <i>Rumah Sakit Tentara</i>                                    |
| SDM       | : <i>Sumber Daya Manusia</i>                                    |
| WEPL      | : <i>Work Enhancement Personal Life</i>                         |
| WHO       | : <i>World Health Organization</i>                              |
| WIPL      | : <i>Work Interference Personal Life</i>                        |

## DAFTAR LAMPIRAN

|                                                                        |     |
|------------------------------------------------------------------------|-----|
| Lampiran 1 Jadwal Penelitian .....                                     | 98  |
| Lampiran 2 Surat Izin Studi Pendahuluan .....                          | 99  |
| Lampiran 3 Surat Permohonan Izin Penelitian .....                      | 100 |
| Lampiran 4 Surat Izin Melakukan Penelitian di RS Permata Kuningan..... | 101 |
| Lampiran 5 Lembar Penjelasan dan Permohonan Menjadi Responden .....    | 102 |
| Lampiran 6 Surat Persetujuan Menjadi Responden .....                   | 103 |
| Lampiran 7 Uji Validitas dan Reabilitas Instrumen Penelitian.....      | 105 |
| Lampiran 8 Hasil Uji Reabilitas Instrumen Penelitian .....             | 106 |
| Lampiran 9 Kuesioner Penelitian.....                                   | 107 |
| Lampiran 10 Output SPSS .....                                          | 113 |
| Lampiran 11 Kartu Bimbingan .....                                      | 116 |