

LITERATUR REVIEW : STRATEGI MANAJEMEN SDM DALAM MENGATASI BURNOUT DAN MENJAGA KESEHATAN MENTAL TENAGA KESEHATAN

**Muhammad Syauqi Marzukie^{1*}, Windy Florence Vionita², Suriani³, Suharni Montjai⁴,
Susi Nurhayati⁵, Abdul Kadri⁶**

Prodi Magister Kesehatan Masyarakat, Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Palu^{1,2,3,4,5,6}

*Corresponding Author : syauqimarzukie520@gmail.com

ABSTRAK

Burnout pada tenaga kesehatan merupakan salah satu permasalahan penting dalam sistem pelayanan kesehatan yang dapat memengaruhi kesehatan mental tenaga kesehatan serta kualitas pelayanan kepada pasien. Tingginya beban kerja, tekanan psikologis, serta tuntutan pelayanan kesehatan yang kompleks menjadikan tenaga kesehatan sebagai kelompok profesi yang rentan mengalami burnout. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dan mensintesis berbagai publikasi ilmiah terkait strategi manajemen sumber daya manusia dalam mengatasi *burnout* dan menjaga kesehatan mental tenaga kesehatan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Systematic Literature Review* (SLR) dengan pendekatan PRISMA. Proses pencarian artikel dilakukan melalui beberapa *database* ilmiah seperti *Google Scholar*, *PubMed*, dan *ScienceDirect* dengan menggunakan kata kunci yang berkaitan dengan burnout tenaga kesehatan, manajemen sumber daya manusia, dan kesehatan mental tenaga kesehatan. Berdasarkan proses seleksi sesuai kriteria inklusi, diperoleh 15 artikel penelitian yang dipublikasikan pada periode 2020–2026 dan dianalisis secara deskriptif. Hasil sintesis menunjukkan bahwa strategi manajemen sumber daya manusia memiliki peran penting dalam mengurangi tingkat *burnout* pada tenaga kesehatan melalui pengelolaan beban kerja yang seimbang, dukungan organisasi, kepemimpinan yang efektif, serta penyediaan dukungan kesehatan mental di lingkungan kerja. Selain itu, dukungan institusi dan kebijakan organisasi yang mendukung kesejahteraan tenaga kesehatan juga berkontribusi dalam menjaga kesehatan mental tenaga kesehatan. Kesimpulan dari *literature review* ini menunjukkan bahwa penguatan strategi manajemen sumber daya manusia sangat diperlukan untuk menciptakan lingkungan kerja yang sehat, meningkatkan kesejahteraan tenaga kesehatan, serta mendukung peningkatan kualitas pelayanan kesehatan.

Kata kunci : *burnout* tenaga kesehatan, kesehatan mental, manajemen sumber daya manusia, pelayanan kesehatan, tenaga kesehatan

ABSTRACT

This study aims to analyze and synthesize various scientific publications related to human resource management strategies for addressing burnout and maintaining the mental health of healthcare workers. The method used in this study was a Systematic Literature Review (SLR) with the PRISMA approach. Articles were searched through several scientific databases, such as Google Scholar, PubMed, and ScienceDirect, using keywords related to healthcare worker burnout, human resource management, and healthcare worker mental health. Based on the selection process according to the inclusion criteria, 15 research articles published between 2020 and 2026 were selected and analyzed descriptively. The results of the synthesis indicate that human resource management strategies play a crucial role in reducing burnout among healthcare workers through balanced workload management, organizational support, effective leadership, and the provision of mental health support in the workplace. Furthermore, institutional support and organizational policies that support the well-being of healthcare workers also contribute to maintaining their mental health. The conclusion of this literature review indicates that strengthening human resource management strategies is essential to creating a healthy work environment, improving the well-being of healthcare workers, and supporting improvements in the quality of healthcare services.

Keywords : *healthcare worker burnout, mental health, human resource management, healthcare services, healthcare workers*

PENDAHULUAN

Kesehatan mental tenaga kesehatan merupakan salah satu aspek penting dalam sistem pelayanan kesehatan yang berkelanjutan. Tenaga kesehatan memiliki peran strategis dalam memberikan pelayanan medis, menjaga keselamatan pasien, serta memastikan kualitas layanan kesehatan yang optimal. Namun, tuntutan pekerjaan yang tinggi, beban kerja yang berat, serta tekanan emosional dalam menghadapi berbagai kondisi pasien seringkali menimbulkan risiko terjadinya kelelahan kerja atau *burnout* pada tenaga kesehatan. Menurut (*World Health Organization*, 2020) *burnout* merupakan sindrom yang muncul akibat stres kronis di tempat kerja yang tidak berhasil dikelola secara efektif, yang ditandai dengan kelelahan emosional, depersonalisasi, serta penurunan pencapaian profesional. Fenomena *burnout* pada tenaga kesehatan menjadi isu global yang semakin mendapat perhatian dalam beberapa tahun terakhir. Laporan dari (*World Health Organization*, 2021) menunjukkan bahwa tenaga kesehatan merupakan salah satu kelompok profesi yang paling rentan mengalami gangguan kesehatan mental akibat tingginya tekanan kerja, terutama selama dan setelah masa pandemi COVID-19. Kondisi tersebut tidak hanya berdampak pada kesejahteraan tenaga kesehatan secara individu, tetapi juga berpotensi memengaruhi kualitas pelayanan kesehatan yang diberikan kepada pasien. Oleh karena itu, upaya untuk menjaga kesehatan mental tenaga kesehatan menjadi bagian penting dalam penguatan sistem kesehatan di berbagai negara.

Salah satu pendekatan yang dapat dilakukan untuk mengatasi permasalahan tersebut adalah melalui penerapan strategi manajemen sumber daya manusia (SDM) yang efektif di lingkungan organisasi kesehatan. Manajemen SDM dalam sektor kesehatan tidak hanya berfokus pada pengelolaan tenaga kerja secara administratif, tetapi juga mencakup upaya untuk menciptakan lingkungan kerja yang sehat, mendukung kesejahteraan psikologis tenaga kesehatan, serta meningkatkan kepuasan kerja. Menurut (*World Health Organization*, 2022) organisasi layanan kesehatan perlu mengembangkan kebijakan yang mendukung kesehatan mental tenaga kerja melalui pendekatan yang komprehensif, termasuk penyediaan dukungan psikososial, pengaturan beban kerja yang seimbang, serta penguatan sistem dukungan di tempat kerja. Di Indonesia, perhatian terhadap kesehatan mental tenaga kesehatan juga menjadi salah satu isu penting dalam pengembangan sistem pelayanan kesehatan. Data dari (Kemenkes RI, 2023) menunjukkan bahwa tenaga kesehatan di berbagai fasilitas pelayanan kesehatan menghadapi berbagai tantangan dalam menjalankan tugasnya, seperti keterbatasan jumlah tenaga kesehatan, tingginya beban kerja, serta tekanan dalam memberikan pelayanan yang berkualitas kepada masyarakat. Kondisi tersebut berpotensi meningkatkan risiko terjadinya kelelahan kerja dan gangguan kesehatan mental apabila tidak diimbangi dengan pengelolaan sumber daya manusia yang baik.

Selain itu, laporan (Kemenkes RI, 2024) juga menunjukkan bahwa peningkatan kualitas layanan kesehatan tidak hanya bergantung pada ketersediaan fasilitas dan teknologi medis, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh kondisi psikologis dan kesejahteraan tenaga kesehatan yang menjalankan pelayanan tersebut. Oleh karena itu, penguatan strategi manajemen SDM menjadi salah satu langkah penting dalam menciptakan lingkungan kerja yang mendukung kesehatan mental tenaga kesehatan sekaligus meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan secara keseluruhan. Sejumlah penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa strategi manajemen SDM memiliki peran penting dalam mengurangi tingkat *burnout* pada tenaga kesehatan. Penelitian yang dilakukan oleh (Shanafelt et al., 2021) menunjukkan bahwa penerapan kebijakan organisasi yang mendukung kesejahteraan tenaga kesehatan, seperti pengaturan beban kerja yang seimbang serta penyediaan dukungan psikologis, dapat membantu menurunkan tingkat kelelahan kerja pada tenaga kesehatan.

Selain itu, penelitian (West et al., 2022) juga menemukan bahwa kepemimpinan yang suportif serta budaya kerja yang positif dalam organisasi kesehatan berkontribusi secara

signifikan terhadap peningkatan kesehatan mental tenaga kesehatan. Temuan serupa juga dilaporkan oleh (De Simone et al., 2023) yang menyatakan bahwa, program dukungan kesejahteraan tenaga kesehatan yang diterapkan oleh organisasi kesehatan mampu meningkatkan kepuasan kerja sekaligus menurunkan tingkat stres kerja pada tenaga kesehatan. Dalam penelitian tersebut dijelaskan bahwa strategi manajemen SDM yang berfokus pada keseimbangan antara tuntutan pekerjaan dan kesejahteraan tenaga kerja dapat memberikan dampak positif terhadap kinerja organisasi secara keseluruhan. Namun demikian, beberapa penelitian menunjukkan adanya variasi dalam efektivitas penerapan strategi manajemen sumber daya manusia dalam mengatasi *burnout* pada tenaga kesehatan. Penelitian oleh (Shanafelt et al., 2021), (West et al., 2022), serta (De Simone et al., 2023) menunjukkan bahwa program dukungan kesehatan mental di tempat kerja dapat memberikan dampak yang signifikan terhadap penurunan tingkat *burnout*. Namun demikian, keberhasilan program tersebut juga sangat dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti budaya organisasi, gaya kepemimpinan, serta ketersediaan sumber daya dalam institusi kesehatan.

Perbedaan temuan penelitian tersebut menunjukkan bahwa upaya mengatasi *bornout* pada tenaga kesehatan tidak dapat dilakukan hanya melalui satu pendekatan tunggal, melainkan memerlukan strategi manajemen SDM yang komprehensif dan disesuaikan dengan kondisi organisasi kesehatan. Oleh karena itu, diperlukan kajian yang lebih mendalam untuk memahami berbagai strategi manajemen SDM yang telah diterapkan dalam mengatasi *bornout* serta menjaga kesehatan mental tenaga kesehatan di berbagai konteks pelayanan kesehatan. Meskipun berbagai penelitian mengenai *bornout* pada tenaga kesehatan telah banyak dilakukan, kajian yang secara khusus menyajikan sintesis hasil penelitian dalam bentuk tinjauan sistematis literatur mengenai strategi manajemen SDM dalam mengatasi *bornout* dan menjaga kesehatan mental tenaga kesehatan masih relatif terbatas. Padahal, analisis terhadap berbagai temuan penelitian yang telah ada sangat penting untuk memperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai strategi yang efektif dalam mengatasi permasalahan tersebut.

Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dan mensintesis berbagai publikasi ilmiah yang terbit pada periode 2020–2026 terkait strategi manajemen sumber daya manusia dalam mengatasi *bornout* dan menjaga kesehatan mental tenaga kesehatan. Hasil kajian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai berbagai pendekatan manajemen SDM yang efektif dalam mendukung kesejahteraan tenaga kesehatan serta menjadi dasar dalam pengembangan kebijakan dan praktik manajemen sumber daya manusia di sektor pelayanan kesehatan.

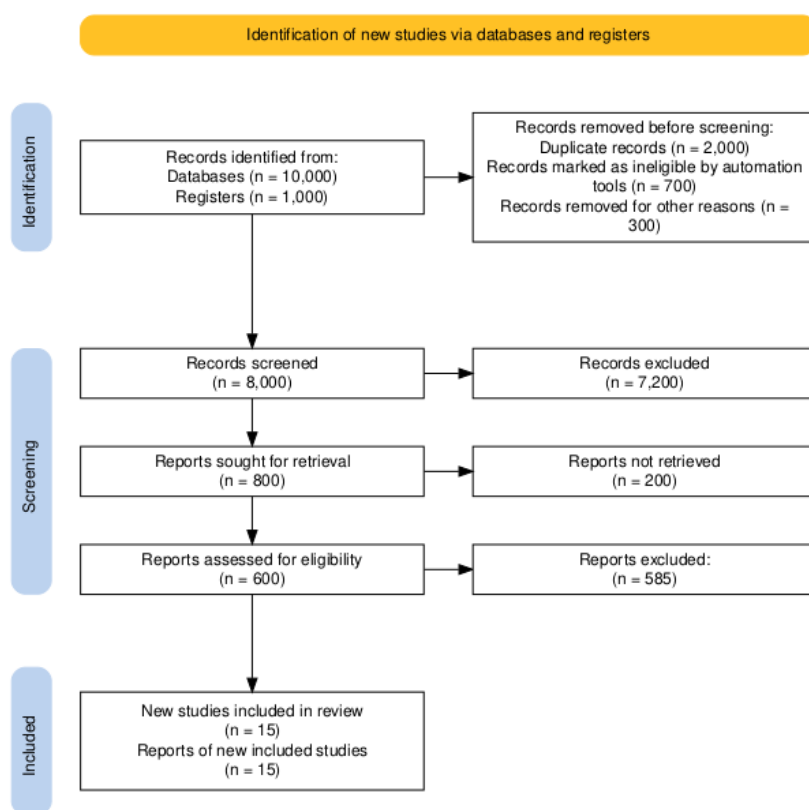
METODE

Penelitian ini menggunakan data sekunder melalui metode *Systematic Literature Review* (SLR) dengan pendekatan *Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses* (PRISMA). Metode ini digunakan untuk mengidentifikasi, menyeleksi, serta menganalisis berbagai publikasi ilmiah yang relevan dengan topik penelitian secara sistematis dan transparan. Proses penelitian diawali dengan identifikasi artikel melalui pencarian pada beberapa database ilmiah, yaitu *Google Scholar*, *PubMed*, dan *ScienceDirect*. Ketiga database tersebut dipilih karena memiliki cakupan publikasi ilmiah yang luas, baik jurnal nasional maupun internasional yang berkaitan dengan bidang kesehatan, manajemen sumber daya manusia, serta kesehatan mental tenaga kesehatan. Pencarian literatur dilakukan menggunakan beberapa kata kunci yang relevan dengan topik penelitian, antara lain “*healthcare worker bornout*”, “*mental health of healthcare workers*”, “*human resource management in healthcare*”, “*bornout management strategies*”, “*workplace wellbeing in healthcare*”, “*strategi manajemen SDM tenaga kesehatan*”, dan “*kesehatan mental tenaga kesehatan*”. Kata kunci tersebut dikombinasikan menggunakan operator *Boolean* AND dan OR untuk

memperluas sekaligus mempersempit hasil pencarian agar sesuai dengan fokus penelitian. Proses pencarian literatur dilakukan pada publikasi ilmiah yang terbit pada periode 2020–2026.

Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi artikel penelitian primer yang menggunakan pendekatan kuantitatif, kualitatif, maupun *mixed methods*, dipublikasikan pada rentang tahun 2020–2026, tersedia dalam bentuk *full text*, serta secara langsung membahas strategi manajemen sumber daya manusia dalam mengatasi *bornout* atau menjaga kesehatan mental tenaga kesehatan di berbagai fasilitas pelayanan kesehatan. Artikel yang dipilih juga mencakup penelitian yang dilakukan pada tenaga kesehatan seperti dokter, perawat, bidan, maupun tenaga kesehatan lainnya yang bekerja di rumah sakit, puskesmas, maupun fasilitas pelayanan kesehatan lainnya. Sementara itu, kriteria eksklusi dalam penelitian ini meliputi artikel yang tidak relevan dengan topik penelitian, artikel duplikat yang ditemukan pada lebih dari satu database, artikel yang tidak tersedia dalam bentuk *full text*, artikel berupa editorial, opini, atau *review* non-sistematis, serta penelitian yang tidak menyajikan data empiris mengenai strategi manajemen SDM atau kesehatan mental tenaga kesehatan.

Artikel yang telah memenuhi kriteria inklusi kemudian dianalisis menggunakan teknik sintesis deskriptif untuk mengidentifikasi pola temuan penelitian terkait berbagai strategi manajemen SDM yang digunakan dalam mengatasi *bornout* serta menjaga kesehatan mental tenaga kesehatan. Analisis juga dilakukan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi keberhasilan implementasi strategi tersebut, seperti kebijakan organisasi, kepemimpinan, budaya kerja, dukungan psikososial di tempat kerja, serta pengelolaan beban kerja tenaga kesehatan. Selain itu, proses analisis juga mempertimbangkan variasi metode penelitian, karakteristik responden, serta konteks institusi kesehatan yang menjadi lokasi penelitian guna memperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai penerapan strategi manajemen SDM dalam menjaga kesehatan mental tenaga kesehatan. Berdasarkan hasil pencarian dari beberapa database ilmiah, diperoleh 15 artikel yang memenuhi kriteria inklusi dan dianalisis lebih lanjut dalam penelitian *literature review* ini.



Gambar 1 Diagram Alur Prisma

HASIL

Hasil pencarian literatur dan proses seleksi berdasarkan kriteria inklusi menunjukkan bahwa sebanyak 15 jurnal memenuhi syarat untuk dianalisis dalam penelitian *literature review* ini. Berdasarkan pengelompokan tema penelitian, sebagian penelitian menyoroti strategi manajemen sumber daya manusia dalam mengurangi *bornout* pada tenaga kesehatan sebanyak 4 jurnal. Penelitian lain juga menyoroti peran kepemimpinan organisasi dan budaya kerja dalam menjaga kesehatan mental tenaga kesehatan sebanyak 3 jurnal. Selanjutnya, terdapat penelitian yang mengkaji faktor-faktor organisasi yang memengaruhi terjadinya *bornout* pada tenaga kesehatan, seperti beban kerja, kurangnya sumber daya manusia, serta tekanan kerja di fasilitas pelayanan kesehatan sebanyak 3 jurnal. Sementara itu, beberapa penelitian lainnya menganalisis hubungan antara strategi manajemen SDM dengan tingkat *bornout* tenaga kesehatan secara kuantitatif sebanyak 2 jurnal.

Tabel 1. *Literature Review*

No	Peneliti & Tahun	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil
1	West et al., 2020	Physician Contributors, Consequences and Solutions	Bornout: and Kuantitatif – Survey	Penelitian menunjukkan bahwa <i>bornout</i> pada tenaga kesehatan dipengaruhi oleh beban kerja yang tinggi, tekanan organisasi, serta kurangnya dukungan institusi. Strategi manajemen SDM diperlukan untuk mengurangi kelelahan kerja tenaga kesehatan.
2	Shanafelt et al., 2021	Changes in Satisfaction with Work-Life Integration among Physicians and the General US Working Population	Bornout and Kuantitatif – Survey	Hasil penelitian menunjukkan bahwa tenaga kesehatan mengalami tingkat <i>bornout</i> yang lebih tinggi dibandingkan pekerja pada sector lain, terutama akibat meningkatnya tuntutan pekerjaan dan tekanan selama pandemi.
3	De Simone et al., 2023	Bornout and Work Engagement among Healthcare Workers: The Moderating Role of Job Resources	Work Kuantitatif – Cross Sectional	Penelitian menemukan bahwa ketersediaan sumber daya kerja seperti dukungan organisasi dan kepemimpinan yang efektif dapat menurunkan tingkat <i>bornout</i> serta meningkatkan keterlibatan kerja tenaga kesehatan.
4	Lai et al., 2020	Factors Associated with Mental Health Outcomes among Health Care Workers Exposed to Coronavirus Disease 2019	Health Kuantitatif – Cross Sectional	Tenaga kesehatan yang bekerja langsung dengan pasien COVID-19 memiliki tingkat stres, kecemasan, dan <i>bornout</i> yang lebih tinggi dibandingkan tenaga kesehatan lainnya.
5	Prasad et al., 2021	Prevalence and Correlates of Stress and Bornout among U.S. Healthcare Workers during the COVID-19 Pandemic	Bornout Kuantitatif – Survey	Sebagian besar tenaga kesehatan mengalami stres kerja dan <i>bornout</i> yang dipengaruhi oleh beban kerja tinggi, kekurangan tenaga kesehatan, serta tekanan psikologis selama pandemi.
6	Morgantini et al., 2020	Factors Contributing to Healthcare Professional Bornout during the COVID-19 Pandemic: A Rapid Turnaround Global Survey	Healthcare Kuantitatif – Survey	<i>Bornout</i> pada tenaga kesehatan dipengaruhi oleh jam kerja panjang, keterbatasan alat pelindung diri, serta kurangnya dukungan organisasi selama pandemi.
7	Dzau et al., 2020	Preventing a Parallel Pandemic: National Strategy to Protect Clinicians' Well-Being	Parallel Kuantitatif – Survey	Hasil penelitian menunjukkan bahwa kebijakan organisasi dan strategi manajemen SDM sangat penting untuk menjaga kesehatan mental dan kesejahteraan tenaga kesehatan.

8	Hu et al., 2020	Bornout among Frontline Nurses during the COVID-19 Pandemic in Wuhan China	Kuantitatif – Cross Sectional	Perawat garis depan menunjukkan tingkat <i>bornout</i> tinggi akibat tekanan kerja yang berat serta risiko infeksi yang tinggi selama pandemi COVID-19.
9	Alim et al., 2022	Bornout Syndrome among Nurses in Indonesian Hospitals during the COVID-19 Pandemic	Kuantitatif – Cross Sectional	Perawat di rumah sakit Indonesia mengalami <i>bornout</i> yang cukup tinggi akibat tekanan kerja, risiko penularan penyakit, dan keterbatasan tenaga kesehatan.
10	Pratiwi et al., 2021	Work Stress and Bornout among Healthcare Workers in Indonesian Hospitals	Kuantitatif – Survey	Stres kerja memiliki hubungan signifikan dengan meningkatnya <i>bornout</i> pada tenaga kesehatan di rumah sakit.
11	Widiastuti et al., 2023	The Relationship between Workload and Bornout among Nurses in a Public Hospital in Indonesia	Kuantitatif – Cross Sectional	Beban kerja yang tinggi berhubungan dengan meningkatnya tingkat <i>bornout</i> pada perawat serta menurunkan kualitas pelayanan kesehatan.
12	Yuliarti et al., 2024	Organizational Support and Bornout among Nurses in Indonesian Healthcare Facilities	Kuantitatif – Survey	Dukungan organisasi terbukti memiliki hubungan negatif dengan <i>bornout</i> , sehingga semakin baik dukungan organisasi maka tingkat <i>bornout</i> semakin rendah.
13	Nurhayati et al., 2022	Mental Health and Bornout among Healthcare Workers in Indonesia during the COVID-19 Pandemic	Kuantitatif – Cross Sectional	Tenaga kesehatan mengalami tekanan psikologis tinggi selama pandemi, namun dukungan sosial dan organisasi mampu membantu menurunkan tingkat <i>bornout</i> .
14	Salyers et al., 2021	The Relationship between Professional Bornout and Quality of Healthcare Services among Healthcare Workers	Kuantitatif – Survey	<i>Bornout</i> yang tinggi pada tenaga kesehatan berpengaruh terhadap menurunnya kualitas pelayanan kesehatan yang diberikan kepada pasien.
15	Huynh et al., 2022	Factors Associated with Bornout among Healthcare Workers during the COVID-19 Pandemic in Southeast Asia	Kuantitatif – Cross Sectional	Faktor utama <i>bornout</i> pada tenaga kesehatan adalah beban kerja yang tinggi, tekanan psikologis, serta kurangnya dukungan organisasi di tempat kerja.

PEMBAHASAN

Bornout pada tenaga kesehatan merupakan salah satu permasalahan yang semakin mendapat perhatian dalam sistem pelayanan kesehatan modern. Kondisi ini ditandai dengan kelelahan emosional, depersonalisasi, serta menurunnya rasa pencapaian dalam pekerjaan akibat tekanan kerja yang berkepanjangan. Berdasarkan hasil sintesis dari berbagai penelitian, strategi manajemen sumber daya manusia memiliki peran penting dalam mengatasi *bornout* serta menjaga kesehatan mental tenaga kesehatan. Penelitian yang dilakukan oleh (West et al., 2020) menunjukkan bahwa *bornout* pada tenaga kesehatan dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti beban kerja yang tinggi, tekanan organisasi, serta kurangnya dukungan dari institusi tempat bekerja. Oleh karena itu, penerapan strategi manajemen SDM yang efektif menjadi langkah penting dalam menciptakan lingkungan kerja yang sehat serta mendukung kesejahteraan tenaga kesehatan.

Penelitian lain yang dilakukan oleh (Shanafelt et al., 2021) menunjukkan bahwa tingkat *bornout* pada tenaga kesehatan cenderung lebih tinggi dibandingkan dengan pekerja pada sektor lainnya. Kondisi tersebut terutama dipengaruhi oleh meningkatnya tuntutan pekerjaan, tanggung jawab yang besar dalam pelayanan kesehatan, serta tekanan psikologis yang muncul akibat situasi darurat kesehatan seperti pandemi. Temuan ini menunjukkan bahwa tenaga kesehatan merupakan kelompok profesi yang memiliki risiko tinggi mengalami kelelahan kerja sehingga diperlukan kebijakan organisasi yang mampu melindungi kesehatan mental tenaga

kesehatan secara berkelanjutan. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh (De Simone et al., 2023) menunjukkan bahwa ketersediaan sumber daya kerja memiliki pengaruh yang signifikan terhadap tingkat *bornout* pada tenaga kesehatan. Dukungan organisasi, kepemimpinan yang efektif, serta lingkungan kerja yang kondusif dapat meningkatkan keterlibatan kerja tenaga kesehatan serta menurunkan risiko terjadinya *bornout*. Hal ini menunjukkan bahwa manajemen sumber daya manusia tidak hanya berfokus pada pengelolaan tenaga kerja, tetapi juga pada upaya menciptakan sistem kerja yang mampu mendukung kesejahteraan psikologis tenaga kesehatan.

Temuan serupa juga dilaporkan oleh (Lai et al., 2020) yang menunjukkan bahwa tenaga kesehatan yang terlibat langsung dalam penanganan pasien penyakit menular memiliki tingkat stres dan *bornout* yang lebih tinggi dibandingkan dengan tenaga kesehatan lainnya. Tekanan kerja yang tinggi, risiko paparan penyakit, serta tuntutan pelayanan kesehatan yang intensif menjadi faktor utama yang memengaruhi kondisi kesehatan mental tenaga kesehatan. Oleh karena itu, dukungan organisasi serta kebijakan manajemen SDM yang responsif terhadap kebutuhan tenaga kesehatan menjadi sangat penting dalam menjaga kesejahteraan psikologis mereka. Penelitian yang dilakukan oleh (Prasad et al., 2021) menunjukkan bahwa sebagian besar tenaga kesehatan mengalami stres kerja yang cukup tinggi selama masa pandemi. Faktor-faktor seperti kekurangan tenaga kesehatan, jam kerja yang panjang, serta meningkatnya jumlah pasien berkontribusi terhadap meningkatnya tingkat *bornout* pada tenaga kesehatan. Kondisi ini menunjukkan bahwa pengelolaan sumber daya manusia dalam sektor kesehatan perlu mempertimbangkan aspek keseimbangan antara tuntutan pekerjaan dan kesejahteraan tenaga kesehatan.

Selain faktor beban kerja, penelitian yang dilakukan oleh (Morgantini et al., 2020) menunjukkan bahwa keterbatasan fasilitas kerja juga dapat meningkatkan risiko *bornout* pada tenaga kesehatan. Tenaga kesehatan yang bekerja dalam kondisi yang tidak didukung oleh fasilitas yang memadai cenderung mengalami tekanan psikologis yang lebih tinggi. Oleh karena itu, penyediaan fasilitas kerja yang memadai merupakan salah satu aspek penting dalam strategi manajemen SDM untuk menjaga kesehatan mental tenaga kesehatan. Penelitian yang dilakukan oleh (Dzau et al., 2020) menekankan pentingnya kebijakan organisasi dalam melindungi kesejahteraan tenaga kesehatan. Dukungan institusi dalam bentuk kebijakan kerja yang fleksibel, penyediaan layanan konseling, serta penguatan sistem dukungan sosial di tempat kerja dapat membantu mengurangi tingkat *bornout* pada tenaga kesehatan. Hal ini menunjukkan bahwa strategi manajemen SDM perlu dirancang secara komprehensif agar mampu menciptakan lingkungan kerja yang mendukung kesejahteraan tenaga kesehatan.

Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh (Hu et al., 2020) menunjukkan bahwa perawat yang bekerja di garis depan pelayanan kesehatan memiliki tingkat *bornout* yang cukup tinggi akibat tekanan kerja yang intensif serta risiko infeksi yang tinggi. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa tenaga kesehatan yang berada pada lini pelayanan langsung memerlukan perhatian khusus dalam pengelolaan sumber daya manusia, terutama dalam hal pengaturan beban kerja dan dukungan psikologis. Dalam konteks Indonesia, penelitian yang dilakukan oleh (Alim et al., 2022) menunjukkan bahwa tenaga kesehatan di rumah sakit mengalami tingkat *bornout* yang cukup tinggi akibat tekanan kerja serta risiko penularan penyakit selama pandemi. Penelitian lain yang dilakukan oleh (Pratiwi et al., 2021) menunjukkan bahwa stres kerja memiliki hubungan yang signifikan dengan meningkatnya tingkat *bornout* pada tenaga kesehatan. Tenaga kesehatan yang mengalami tekanan kerja yang tinggi cenderung memiliki risiko lebih besar mengalami kelelahan emosional serta penurunan motivasi kerja.

Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh (Widiastuti et al., 2023) menunjukkan bahwa beban kerja yang tinggi memiliki hubungan langsung dengan meningkatnya tingkat *bornout* pada perawat serta dapat berdampak pada menurunnya kualitas pelayanan kesehatan yang diberikan kepada pasien. Temuan tersebut diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh

(Yuliarti et al., 2024) yang menunjukkan bahwa dukungan organisasi memiliki pengaruh yang signifikan dalam menurunkan tingkat *bornout* pada tenaga kesehatan. Tenaga kesehatan yang merasa mendapatkan dukungan dari organisasi cenderung memiliki tingkat stres kerja yang lebih rendah serta motivasi kerja yang lebih tinggi. Penelitian yang dilakukan oleh (Nurhayati et al., 2022) menunjukkan bahwa kesehatan mental tenaga kesehatan merupakan aspek penting yang perlu diperhatikan dalam sistem pelayanan kesehatan. Dukungan sosial, lingkungan kerja yang positif, serta kebijakan organisasi yang mendukung kesejahteraan tenaga kesehatan dapat membantu mengurangi tingkat *bornout* yang dialami oleh tenaga kesehatan. Hal ini menunjukkan bahwa upaya menjaga kesehatan mental tenaga kesehatan tidak hanya bergantung pada individu, tetapi juga pada sistem organisasi tempat mereka bekerja.

Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh (Salyers et al., 2021) menunjukkan bahwa *bornout* pada tenaga kesehatan memiliki hubungan yang signifikan dengan kualitas pelayanan kesehatan. Tenaga kesehatan yang mengalami *bornout* cenderung memiliki kinerja yang menurun serta berisiko memberikan pelayanan yang kurang optimal kepada pasien. Sementara itu, penelitian yang dilakukan oleh (Huynh et al., 2022) menunjukkan bahwa tekanan kerja yang tinggi, tuntutan pelayanan kesehatan, serta kurangnya dukungan organisasi merupakan faktor utama yang memengaruhi terjadinya *bornout* pada tenaga kesehatan di berbagai negara. Temuan dari berbagai penelitian tersebut juga sejalan dengan laporan dari *World Health Organization* (WHO, 2021) yang menegaskan bahwa tenaga kesehatan merupakan kelompok profesi yang memiliki risiko tinggi mengalami stres kerja dan gangguan kesehatan mental. WHO menekankan pentingnya penerapan kebijakan organisasi yang mampu melindungi kesejahteraan tenaga kesehatan melalui pengelolaan beban kerja yang seimbang, penyediaan dukungan psikologis, serta penguatan sistem dukungan sosial di tempat kerja.

Dalam konteks nasional, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia juga menekankan pentingnya perlindungan kesehatan mental tenaga kesehatan sebagai bagian dari penguatan sistem pelayanan kesehatan. Tenaga kesehatan yang bekerja dalam kondisi tekanan kerja tinggi berpotensi mengalami *bornout* yang dapat berdampak pada kualitas pelayanan kesehatan yang diberikan kepada masyarakat. Oleh karena itu, diperlukan strategi manajemen sumber daya manusia yang mampu menciptakan lingkungan kerja yang aman, mendukung kesejahteraan tenaga kesehatan, serta memberikan dukungan yang memadai bagi tenaga kesehatan dalam menjalankan tugas pelayanan kesehatan.

Secara keseluruhan, hasil sintesis dari 15 jurnal yang direview menunjukkan bahwa strategi manajemen sumber daya manusia memiliki peran yang sangat penting dalam mengatasi *bornout* serta menjaga kesehatan mental tenaga kesehatan. Strategi tersebut meliputi pengelolaan beban kerja yang seimbang, penyediaan dukungan organisasi, peningkatan fasilitas kerja, serta penguatan kebijakan yang mendukung kesejahteraan tenaga kesehatan. Selain itu, dukungan psikologis serta lingkungan kerja yang positif juga menjadi faktor penting dalam meningkatkan kesejahteraan tenaga kesehatan. Temuan ini menunjukkan bahwa penguatan strategi manajemen SDM dalam sektor kesehatan perlu dilakukan secara komprehensif untuk menciptakan lingkungan kerja yang sehat serta mendukung kesejahteraan tenaga kesehatan. Upaya tersebut diharapkan dapat membantu menurunkan tingkat *bornout*, meningkatkan kesehatan mental tenaga kesehatan, serta mendukung peningkatan kualitas pelayanan kesehatan bagi masyarakat.

KESIMPULAN

Berdasarkan sintesis terhadap 15 artikel penelitian, dapat disimpulkan bahwa *bornout* pada tenaga kesehatan merupakan masalah penting yang dapat memengaruhi kesehatan mental tenaga kesehatan serta kualitas pelayanan kesehatan. Hasil kajian menunjukkan bahwa strategi manajemen sumber daya manusia berperan signifikan dalam mengurangi *bornout* melalui

pengelolaan beban kerja yang seimbang, dukungan organisasi, kepemimpinan yang efektif, serta penyediaan dukungan kesehatan mental di lingkungan kerja. Selain itu, ketersediaan sumber daya, dukungan sosial di tempat kerja, dan kebijakan institusi yang mendukung kesejahteraan tenaga kesehatan turut memengaruhi keberhasilan upaya pencegahan *burnout*. Oleh karena itu, penguatan strategi manajemen sumber daya manusia secara berkelanjutan diperlukan untuk menciptakan lingkungan kerja yang sehat, menjaga kesehatan mental tenaga kesehatan, serta meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti menyampaikan menyelesaikan penelitian ini, termasuk pada peserta yang telah bersedia berpartisipasi dalam penelitian hingga selesai. Terimakasih atas dukungan, inspirasi dan bantuan kepada semua pihak dalam membantu peneliti.

DAFTAR PUSTAKA

- Alim, A., Rahman, F., & Yusuf, M. (2022). Burnout syndrome among nurses in Indonesian hospitals during the COVID-19 pandemic. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 25(2), 120–128.
- De Simone, S., Planta, A., & Cicotto, G. (2023). Burnout and work engagement among healthcare workers: The moderating role of job resources. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(3), 1450–1462. <https://doi.org/10.3390/ijerph20031450>
- Dzau, V., Kirch, D., & Nasca, T. (2020). Preventing a parallel pandemic: A national strategy to protect clinicians' well-being. *New England Journal of Medicine*, 383(6), 513–515. <https://doi.org/10.1056/NEJMp2011027>
- Haddaway, N. R., Page, M. J., Pritchard, C. C., & McGuinness, L. A. (2022). PRISMA2020: An R package and Shiny app for producing PRISMA 2020-compliant flow diagrams, with interactivity for optimised digital transparency and Open Synthesis Campbell Systematic Reviews, 18, e1230. <https://doi.org/10.1002/c12.1230>
Download citation (.ris)
- Hu, D., Kong, Y., Li, W., Han, Q., Zhang, X., Zhu, L., Wan, S., Liu, Z., Shen, Q., & Yang, J. (2020). Frontline nurses' burnout, anxiety, depression, and fear during the COVID-19 pandemic in Wuhan, China. *Frontiers in Psychiatry*, 11, 565. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.565>
- Huynh, G., Nguyen, T., & Tran, T. (2022). Factors associated with burnout among healthcare workers during the COVID-19 pandemic in Southeast Asia. *BMC Health Services Research*, 22, 1023. <https://doi.org/10.1186/s12913-022-08325-9>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Profil Kesehatan Indonesia 2023*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Profil Kesehatan Indonesia 2023*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Standar Pelayanan Minimal Bidang Kesehatan*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Lai, J., Ma, S., Wang, Y., Cai, Z., Hu, J., Wei, N., & Wu, J. (2020). Factors associated with mental health outcomes among healthcare workers exposed to COVID-19. *JAMA Network Open*, 3(3), e203976. <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2020.3976>
- Morgantini, L., Naha, U., Wang, H., Francavilla, S., Acar, O., Flores, J., & Weine, S. (2020). Factors contributing to healthcare professional burnout during the COVID-19 pandemic:

- A global survey. *PLOS ONE*, 15(9), e0238217. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0238217>
- Nurhayati, S., Rahman, A., & Fitriani, D. (2022). Mental health and burnout among healthcare workers in Indonesia during the COVID-19 pandemic. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, 17(1), 45–52.
- Prasad, K., McLoughlin, C., Stillman, M., Poplau, S., Goelz, E., Taylor, S., Nankivil, N., Brown, R., Linzer, M., Cappelucci, K., & Barbouche, M. (2021). Prevalence and correlates of stress and burnout among U.S. healthcare workers during the COVID-19 pandemic. *EClinicalMedicine*, 35, 100879. <https://doi.org/10.1016/j.eclinm.2021.100879>
- Pratiwi, I., Sari, D., & Wulandari, R. (2021). Work stress and burnout among healthcare workers in Indonesian hospitals. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 16(3), 145–152.
- Salyers, M., Bonfils, K., Luther, L., Firmin, R., White, D., Adams, E., & Rollins, A. (2021). The relationship between professional burnout and quality of healthcare services among healthcare workers. *Psychiatric Services*, 72(2), 234–240. <https://doi.org/10.1176/appi.ps.202000023>
- Shanafelt, T., West, C., Sinsky, C., Trockel, M., Tutty, M., Wang, H., & Carlasare, L. (2021). Changes in burnout and satisfaction with work-life integration among physicians and the general working population. *Mayo Clinic Proceedings*, 96(9), 2298–2309. <https://doi.org/10.1016/j.mayocp.2021.03.023>
- West, C., Dyrbye, L., & Shanafelt, T. (2020). Physician burnout: Contributors, consequences and solutions. *Journal of Internal Medicine*, 283(6), 516–529. <https://doi.org/10.1111/joim.12752>
- Widiastuti, R., Nugraha, P., & Lestari, S. (2023). The relationship between workload and burnout among nurses in a public hospital in Indonesia. *Jurnal Manajemen Keperawatan*, 11(1), 60–68.
- Yulianti, Y., Handayani, S., & Kusuma, R. (2024). Organizational support and burnout among nurses in Indonesian healthcare facilities. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 27(1), 12–20.
- World Health Organization. (2021). *Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak*. Geneva: WHO.
- World Health Organization. (2022). *Quality of Care in Health Services*. Geneva: WHO.
- World Health Organization. (2023). *Patient Experience and Health Service Quality Report*. Geneva: WHO.