

GAMBARAN *BURNOUT* PADA PROFESI FISIOTERAPIS: *SCOPING REVIEW*

Hanna Sonia Marieta¹, Zamralita² & Meylisa Permata Sari²

¹Program Studi Sarjana Psikologi, Universitas Tarumanagara, Jakarta
Email: hanna.705200228@stu.untar.ac.id

²Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara, Jakarta
Email: zamralita@fpsi.untar.ac.id

²Fakultas Psikologi, Universitas Tarumanagara, Jakarta
Email: meylisa.sari@fpsi.untar.ac.id

ABSTRACT

Every job has its own pressures and challenges, including physiotherapists who are health workers who help other people to recover but are prone to burnout. The author is interested in finding out what are the factors or impacts of burnout in physiotherapists and what preventive steps can be taken to minimize burnout in physiotherapists. Researchers use the scoping review method with the proposed guidelines and will be carried out according to the PRISMA-ScR methodology. The factors causing burnout in the research results include socio-demographic, organizational and personal aspects. Apart from that, there are also journal articles that discuss the relationship between burnout and other psychological variables, namely depression, anxiety and stress. In discussing impacts, there are internal impacts (for physiotherapists) and also external impacts (for working institutions or patients). Preventive actions that can prevent burnout in the physiotherapist profession include solutions for developing coping strategies, having a support system, and also preventive actions that can be carried out by health institutions. Based on the results of the discussion above, it can be concluded that burnout has many good causal factors that come from personal, socio-demographic and also from the work of the physiotherapist itself. However, it can be seen that the most dominant dimension of burnout experienced by physiotherapists is the emotional exhaustion dimension. Burnout also has a negative impact on both individual physiotherapists and patients who receive services, so it is important for physiotherapists to know themselves when they have to face problems, as a form of preventive action against burnout.

Keywords: *burnout, physiotherapist, emotional exhaustion, scoping review*

ABSTRAK

Setiap pekerjaan memiliki tekanan dan tantangannya tersendiri, termasuk fisioterapis yang merupakan salah satu tenaga kesehatan yang membantu orang lain untuk sembuh namun ternyata rentan terhadap *burnout*. Penulis tertarik untuk mengetahui apakah yang menjadi faktor atau dampak dari *burnout* pada fisioterapis dan bagaimana langkah preventif yang dapat dilakukan untuk meminimalisir *burnout* pada fisioterapis. Peneliti menggunakan metode *scoping review* dengan panduan yang diusulkan dan akan dilakukan sesuai dengan metodologi PRISMA-ScR. Faktor penyebab *burnout* di dalam hasil penelitiannya, terdapat aspek sosio demografi, organisasional dan juga personal. Selain itu terdapat juga artikel jurnal yang membahas keterkaitan antara *burnout* dengan variabel psikologi lainnya yaitu depresi, kecemasan, dan stres. Dalam membahas dampak terdapat dampak internal (bagi fisioterapis) dan juga dampak eksternal (bagi institusi bekerja atau pasien). Tindakan preventif yang dapat mencegah terjadinya *burnout* pada profesi fisioterapis, di dalamnya terdapat solusi untuk mengembangkan strategi *coping*, mempunyai sistem pendukung, dan juga tindakan preventif yang dapat dilakukan oleh institusi kesehatan. Berdasarkan hasil pembahasan di atas dapat disimpulkan bahwa *burnout* memiliki banyak faktor penyebab baik yang berasal dari pribadi, sosio demografis dan juga dari pekerjaan fisioterapis itu sendiri. Namun dapat dilihat bahwa dimensi yang paling dominan dalam *burnout* yang dialami fisioterapis adalah pada dimensi *emotional exhaustion*. *Burnout* juga memiliki dampak yang negatif baik bagi individu fisioterapis maupun pasien yang menerima layanan, sehingga penting bagi para fisioterapis untuk mengenal dirinya sendiri ketika harus menghadapi masalah, sebagai bentuk tindakan preventif *burnout*.

Kata Kunci: *burnout, fisioterapis, kelelahan emosi, scoping review*

1. PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan hal yang penting bagi seseorang. Oleh karena itu, diperlukan fasilitas dan pelayanan kesehatan untuk menunjang kesehatan masyarakat yang lebih baik. Bukan hanya

berupa bangunan rumah sakit ataupun alat-alat yang digunakan, jenis pelayanan dan tenaga kesehatan yang kompeten juga berperan penting dalam menjaga kesehatan masyarakat.

Menjadi seorang tenaga kesehatan merupakan peran yang cukup menantang. Berurusan dengan kesehatan dan kondisi tubuh seseorang dapat menciptakan tekanan tersendiri bagi para tenaga kesehatan. Salah satu tenaga kesehatan yang telah disebutkan adalah terapis dalam layanan fisioterapi. Layanan fisioterapi sendiri adalah tindakan penyembuhan yang bertujuan untuk menghindari atau meminimalisir keterbatasan fisik seseorang yang diakibatkan cedera atau penyakit (Kementerian Kesehatan RI, 2021). Bisa dikatakan fisioterapi dapat membantu para pasien untuk mengembalikan fungsi fisiknya setelah sebelumnya mengalami masalah akibat penyakit ataupun kecelakaan.

Dalam melakukan perannya sebagai fisioterapis bukan hanya keterampilan teknis yang dibutuhkan namun juga *soft skill* seperti kemampuan interpersonal yang diperlukan dalam memotivasi pasien, seringkali mental pasien terpengaruh karena cedera atau kecelakaan yang dialami. Khususnya pasien yang memerlukan waktu yang panjang untuk pulih dikarenakan cedera parah. Di sinilah peran fisioterapis untuk tetap memberikan semangat dan motivasi untuk terus menjalani proses pengobatan (IIK Bhakti Wiyata, 2022).

Secara emosional tuntutan di atas bisa jadi menyebabkan seorang fisioterapis mengalami tekanan tersendiri, berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Wijaya et al. (2019) mengatakan bahwa stress kerja bahkan dapat menurunkan kualitas hidup seseorang dan mempengaruhi kesehatan mental seseorang. Salah satu penyakit yang mungkin muncul karena stress berlebihan adalah *burnout*. Terdapat tiga dimensi yang dapat dilihat yaitu kelelahan yang berlebihan, perasaan sinis dan tidak terikat dengan pekerjaan, serta rasa tidak efektif dan kurang berprestasi. Berdasarkan penjelasan diatas penulis tertarik untuk mengetahui apakah yang menjadi faktor atau dampak dari *burnout* pada fisioterapis dan bagaimana langkah preventif yang dapat dilakukan untuk meminimalisir *burnout* pada fisioterapis

2. METODE PENELITIAN

Peneliti menggunakan metode scoping review dengan panduan yang diusulkan dan akan dilakukan sesuai dengan metodologi PRISMA-ScR (McCausland et al., 2019). Strategi penelitian dibuat untuk mencari studi yang dipublikasikan dan terkait dengan topik yang telah dipilih. Pencarian menggunakan 1 kata kunci, hal ini dilakukan agar mendapatkan hasil yang lebih lengkap. Pencarian pertama dilakukan pada tanggal 28 September 2023 menggunakan kata kunci "*burnout*" and "*physiotherapist*". Pencarian dilakukan pada portal jurnal yang sama yaitu PubMed, dan ScienceDirect. Studi yang ditulis dalam Bahasa Indonesia dan Inggris akan dimasukkan dalam tulisan kali ini.

Untuk inklusi dan eksklusi dalam mencari artikel jurnal terdapat pada tabel 1. Kriteria di bawah ini ditetapkan berdasarkan topik yang telah ditentukan sebelumnya dan bertujuan untuk menjaga keakuratan setiap jurnal yang akan digunakan pada publikasi ini. Untuk mengelola proses penyaringan artikel jurnal, digunakan *Google Spreadsheet* yang menuliskan jumlah artikel jurnal yang ditemukan setiap kali diterapkan kriteria inklusi dan eksklusi. Hal ini dilakukan agar penulis dapat mengetahui berapa jumlah artikel jurnal yang didapatkan pada akhirnya.

Tabel 1

Kriteria Inklusi dan Eksklusi untuk Artikel Jurnal

Inklusi (n=4)	Eksklusi (n=3)
Fokus pada <i>burnout</i> dan fisioterapis (jika terdapat variabel lainnya akan tetap dianggap sebagai inklusi)	Profesi yang dibahas bukan fisioterapis atau terapis dalam bidang lain
Penelitian berupa empiris	Tidak terdapat variabel <i>burnout</i>
Bisa diakses untuk <i>full text</i> dan juga abstrak	Penelitian yang dilakukan berupa Scoping Review atau <i>Systematic Review</i>
Menggunakan bahasa Indonesia atau inggris	

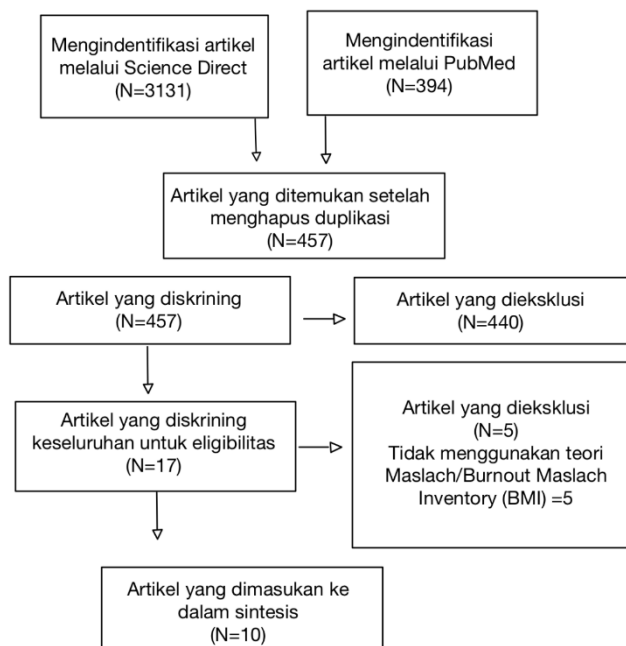
Setelah pencarian, semua kutipan yang teridentifikasi akan disusun dan diunggah ke pengatur referensi yaitu mendeley versi 1.19.8.0 yang terhubung langsung ke aplikasi Microsoft Word. Artikel jurnal yang memiliki duplikat dihapus. Selanjutnya, uji coba (*pilot study*), judul dan abstrak kemudian akan disaring oleh penulis berdasarkan kriteria inklusi untuk *review* tersebut. Teks lengkap kutipan yang dipilih akan dinilai secara rinci berdasarkan kriteria inklusi oleh dua atau lebih peninjau independen. Alasan eksklusi artikel jurnal atau yang tidak memenuhi kriteria inklusi akan dicatat dan dilaporkan dalam *Scoping Review*. Setiap ketidaksepakatan yang muncul antara *reviewer* pada setiap tahapan proses seleksi akan diselesaikan melalui diskusi, atau dengan *reviewer* tambahan. Hasil pencarian dan proses inklusi studi akan dilaporkan secara lengkap dalam tinjauan pelingkupan akhir dan disajikan dalam diagram alur *Item Pelaporan Pilihan* untuk Tinjauan Sistematis dan Ekstensi Meta-analisis untuk tinjauan pelingkupan (PRISMA-ScR).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam melaksanakan penelitian kali ini peneliti menyaring 457 artikel jurnal, terdapat 440 artikel yang tidak diikutsertakan dan pada akhirnya mendapatkan 17 artikel jurnal yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Pada seleksi final yang dilakukan akhirnya ditemukan 10 artikel yang dimasukkan ke dalam sintesis. Pencarian artikel dilakukan pada 2 *database* jurnal yaitu ScienceDirect dan Pubmed.

Gambar 1

Hasil Seleksi Sumber Bukti



Tabel 2*Data Systematic Review*

Judul artikel	Penulis	Tahun	Negara Penelitian	Metode penelitian	Tujuan penelitian	Hasil
Burnout In Recently Qualified Physiotherapists In South Australia	Scutter et al.	1995	Australia	Kuantitatif	Untuk mengetahui tingkat <i>burnout</i> seorang fisioterapis yang telah tersertifikasi kurang dari 5 tahun	Di dalam penelitian, tidak terdapat hubungan yang signifikan antara karakteristik demografis atau riwayat pekerjaan dan juga tingkat seseorang mengalami <i>burnout</i> . Bagaimanapun ada beberapa fenomena yang muncul dalam penelitian ini seperti; wanita yang sudah bercerai cenderung mengalami kelelahan emosi yang lebih tinggi dan juga tingkat <i>burnout</i> lebih tinggi ditemukan pada para fisioterapis yang bekerja pada rumah sakit umum.
Burnout Syndrome And Engagement Among Critical Care Providers: A Cross-Sectional Study	Castro et al.	2020	Brazil	Kuantitatif	Untuk mengevaluasi berapa tingkat <i>burnout</i> yang berat di antara para tenaga kesehatan dan juga hubungan tingkat <i>burnout</i> tersebut dengan <i>work engagement</i>	Banyak tenaga kesehatan yang mengalami <i>burnout</i> dengan tingkatan yang berat pada divisi ICU dan <i>step-down unit</i> dan juga diantara <i>burnout</i> dan work engagement terdapat korelasi negatif
Burnout Syndrome In Physical Therapists – Demographic And Organizational Factors	Piwnik et al.	2014	Polandia	Kuantitatif	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengukur tingkat <i>burnout</i> dalam kelompok fisioterapis dan juga mencari tahu hubungan antara variabel <i>burnout</i> dengan faktor demografis dan juga variabel organisasi (umur, jenis kelamin, status pernikahan, jumlah anak, edukasi, pengalaman bekerja, penempatan bekerja, kelompok umur, dan departemen pekerjaan)	<i>Burnout</i> pada fisioterapis dapat muncul dengan meningkatnya kelelahan emosi dan menurunnya rasa pencapaian pribadi. Kelelahan emosi ditemukan cukup banyak pada fisioterapis yang bekerja dengan orang dewasa dan ditempatkan di rumah sakit. Sedangkan depersonalisasi ditemukan lebih tinggi pada pria yang bekerja di rumah sakit dan yang telah bekerja selama 15-19 tahun dan rasa pencapaian pribadi ditemukan menurun pada fisioterapis pria yang memiliki edukasi lebih rendah
Burnout syndrome prevalence in physiotherapists	Sanchez et al.	2017	Spain	<i>Descriptive and analytic transversal epidemiologic study.</i>	Penelitian ini bertujuan untuk menilai <i>burnout</i> dan 3 dimensi di dalamnya yaitu emotional exhaustion (EE), depersonalization (Dp) and low professional	Para fisioterapis di Extremadura menunjukkan angka 65.23 pada tingkatan <i>burnout</i> mengikuti Maslach <i>burnout</i> Inventory questionnaire. Angka ini tergolong pada tingkatan menengah namun mengarah

					accomplishment (LPA). penelitian ini berfokus pada fisioterapis pada extremadura yang bekerja sebagai kelompok maupun individu. Penelitian ini juga ingin mencari tingkatan <i>burnout</i> dan juga kaitannya dengan sosio demografis dan variabel bekerja dan bagaimana sebuah kelompok fisioterapis dapat terpengaruh dengan adanya <i>burnout syndrome</i>	pada tingkatan tinggi karena kategori tinggi dimulai pada angka 66
Association between physiotherapist <i>burnout</i> and working environment during the coronavirus disease 2019 pandemic in Japan: A multicenter observational study	Moriswa et al.	2022	Japan	Kuantitatif	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menginvestigasi persebaran <i>burnout</i> pada fisioterapis dan bagaimana hubungan antara <i>burnout</i> dengan lingkungan pekerjaan dimana para fisioterapis harus memberikan layanan terapi pada pasien COVID-19 yang terdapat pada red zone	Ditemukan bahwa angka <i>burnout</i> pada fisioterapis terdapat di tengah-tengah angka <i>burnout</i> pada dokter dan perawat. Selain itu faktor terkait yang menyebabkan mereka merasakan <i>burnout</i> antara lain seperti; lamanya fisioterapis melakukan praktik dan rasa terbebani dengan kontrol infeksi
Physical rehabilitation and <i>burnout</i> : different aspects of the syndrome and comparison between healthcare professionals involved	Calzi et al.	2006	Italy	Experimental group	Tujuan penelitian ini adalah untuk menginvestigasi sindrom <i>burnout</i> diantara para petugas rehabilitasi fisik dan berfokus pada membandingkan 4 kategori petugas kesehatan yang berbeda (fisioterapis dan terapis bicara, perawat, fisikawan, dan teknisi)	Secara keseluruhan tingkat <i>burnout</i> pada keempat kategori cenderung menengah ke bawah. Pada fisioterapis ditemukan kecenderungan pada dimensi <i>Emotional Exhaustion</i> . Ditemukan juga kecenderungan untuk timbulnya perasaan marah pada keempat kategori namun tergantung pada lingkungan kerja yang dimiliki
<i>Burnout</i> in Portuguese physiotherapists during COVID-19 pandemic	Jacome et al.	2021	Portugal	Cross-sectional quantitative study with a web-based survey	Sasaran penelitian ini adalah untuk menggambarkan <i>burnout</i> diantara para fisioterapis dan untuk memperkirakan apa saja prediktor yang potensial menyebabkan <i>burnout</i> di masa pandemi COVID 19	Lebih dari 40% fisioterapis mengalami <i>burnout</i> secara personal juga profesional dan 25% mengalami <i>burnout</i> terkait dengan pasien. Resiliensi, depresi, dan stres memainkan peran penting dalam ketiga dimensi <i>burnout</i> . Dibutuhkan deteksi dini dan strategi pengelolaan dalam mengetahui kelelahan yang terjadi pada fisioterapis.

Occupational stress and <i>burnout</i> among physiotherapists: a cross-sectional survey in Cadiz (Spain)	Barriento et al.	2020	Spain	<i>observational, descriptive and cross-sectional study</i>	Penelitian ini bertujuan untuk mengukur tingkat <i>occupational stress</i> dan <i>burnout</i> pada fisioterapis yang bekerja secara umum maupun privat di provinsi Cadiz, Spanyol	Tingkat <i>occupational stress</i> ditemukan cukup tinggi pada fisioterapis di Cadiz, Spanyol. Lebih dari setengah sampel mengalami <i>occupational stress level</i> menengah ke atas dan prevalensi sindrom <i>burnout</i> pada sampel cenderung rendah. Dimensi yang paling tinggi adalah <i>Emotional Exhaustion</i> dan yang paling rendah adalah <i>Lack of Personal Achievement</i>
Stress and <i>burnout</i> among Intensive Care Unit Healthcare Professionals in an Indian Tertiary Care Hospital	Saravanan et al.	2019	India	<i>The cross-sectional survey</i>	Studi ini dilakukan untuk mengevaluasi prevalensi <i>burnout</i> dan stres di antara dokter dan para tenaga kesehatan di ICU. Selain itu studi ini juga ingin mengevaluasi faktor yang mempengaruhi stres dan kesehatan	Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dan <i>job satisfaction</i> . Diperlukan batasan yang dapat menunjukkan penyebab stres dan hal yang dapat meningkatkan <i>job satisfaction</i> untuk mencegah <i>burnout</i> .
The Interrelationships of Coping Styles and Professional <i>burnout</i> Among Physiotherapists	Domagala et al.	2015	Poland	<i>Cross-sectional design and quantitative</i>	Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mencari tahu skala <i>burnout</i> pada fisioterapis dan menentukan hubungan antara gaya <i>coping</i> dan <i>burnout</i>	Terdapat efek positif dari <i>task oriented coping</i> terhadap <i>burnout</i> sedangkan efek negatif ditimbulkan oleh <i>emotion oriented coping</i> terhadap <i>burnout syndrome</i> .
The Relationship Between <i>burnout</i> And Empathy In Physiotherapists: A Cross-Sectional Study	Nogueira et al.	2022	Spain	<i>Across-sectional survey</i>	Objektif dari penelitian ini adalah untuk memeriksa asosiasi antara <i>burnout</i> , empati, dan aspek sosiodemografis pada fisioterapis juga menganalisis pengaruh	Terdapat asosiasi antara <i>burnout</i> dan empati. Tingkat <i>burnout</i> yang lebih tinggi terasosiasi dengan empati yang lebih rendah dan seseorang yang bekerja dalam waktu yang lama terkait dengan tingkat <i>burnout</i> yang rendah
Work Locus Of Control And <i>burnout</i> In Polish Physiotherapists: The Mediating Effect Of Coping Styles	Wilski et al.	2015	Poland	Kuantitatif	Tujuan penelitian ini adalah untuk menjelaskan hubungan antara <i>work locus of control</i> dan <i>burnout</i> dengan mediasi <i>coping styles</i>	Hubungan antara <i>work locus of control</i> eksternal dan <i>burnout</i> pada terapis dapat dimediasi secara positif dengan <i>emotion-focused coping</i> dan sebaliknya hubungannya dengan <i>problem-focused coping</i> bersifat negatif.

Terdapat 7 artikel yang membahas mengenai faktor penyebab *burnout* di dalam hasil penelitiannya. Terdapat aspek sosiodemografi, organisasional dan juga personal. Dalam aspek

pekerjaan terdapat 6 artikel yang membahas hal tersebut. Faktor yang paling banyak dibahas adalah mengenai beban kerja yang fisioterapis harus lakukan. Dari segi organisasional atau pekerjaan, hal yang kebanyakan menyebabkan seorang fisioterapis mengalami *burnout* adalah jam bekerja dan juga interaksi dengan para pasien dan keluarga.

“Seorang fisioterapis menghabiskan waktu yang cukup panjang dengan pasien yang sama, dalam prosesnya fisioterapis bukan hanya harus memberikan layanan secara teknis namun menghadapi emosi atau perasaan sang pasien. Terlebih lagi fisioterapis juga bertanggung jawab untuk menjaga motivasi pasien untuk tetap menjalankan terapi, hal ini bisa menjadi semakin menantang apabila sang pasien telah ada di fase terapi yang cukup panjang dan mulai kehilangan harapan untuk sembuh secara total. Bagi fisioterapis hal ini dapat menguras tenaga dan perasaan mereka sehingga dalam jangka panjang jika terus-menerus terjadi fisioterapis dapat mengalami kelelahan yang berlebih” (Li Calzi et al., 2006).

“Seorang fisioterapis yang mendedikasikan waktunya lebih dari 40 jam per minggu mengalami burnout sindrom yang tinggi dan dimensi terbesarnya adalah Emotional Exhaustion dan juga Depersonalization.” (González-Sánchez et al., 2017).

Untuk faktor sosio demografis terdapat 2 artikel yang menghasilkan informasi bahwa faktor demografis utama yang menyebabkan seseorang dapat mengalami *burnout* adalah status pernikahan.

“Status pernikahan mempengaruhi tahap akhir burnout syndrome... dengan data yang telah kami sajikan di atas burnout dapat diasosiasikan dengan orang-orang yang tidak memiliki pasangan yang stabil dan meskipun belum ada data yang... namun dengan lingkungan yang familiar dapat meredakan stres dan tekanan dari pekerjaan.” (Li Calzi et al., 2006).

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Paendong et al (2023) yang mengatakan bahwa dukungan yang didapat dari orang-orang terdekat dapat mengurangi tingkat *psychological distress*. Dukungan yang diberikan dapat berupa semangat, motivasi, saran dari keluarga yang nantinya dapat menentukan karakter seseorang nantinya (Nasution et al., 2019).

Untuk aspek personal terdapat 2 artikel yang membahas hal tersebut dan keduanya menemukan hal yang berbeda. Selain itu, terdapat juga artikel jurnal yang membahas keterkaitan antara *burnout* dengan variabel psikologi lainnya yaitu depresi, kecemasan, dan stres dimana variabel ini signifikan dan terasosiasi secara negatif dengan resiliensi dalam *burnout syndrome*. Sedangkan variabel kecemasan cukup tinggi pada para fisioterapis yang bekerja langsung dengan pasien dan ternyata berperan penting dalam berkembangnya *burnout*. (Jácome et al., 2021)

Dalam membahas dampak terdapat 4 artikel yang membahas mengenai dampak dari *burnout* terhadap fisioterapis. Dampak yang dibahas adalah dampak internal (bagi fisioterapis) dan juga dampak eksternal (bagi institusi bekerja atau pasien).

“Burnout yang dialami para fisioterapis dapat berakibat pada berkurangnya kualitas dari layanan yang diberikan kepada pasien, ketidakhadiran, dan juga penyakit fisik maupun mental bagi fisioterapis.” (Azevedo Castro et al., 2020)

“Masalah fisik yang dapat dialami fisioterapis karena burnout adalah musculoskeletal disorders, sindrom burnout juga dapat berdampak bagi institusi karena layanan yang diberikan tidak maksimal dan pasien merasa tidak puas dengan layanan yang diberikan. Dimensi burnout yang terpengaruh dalam hal ini adalah emotional exhaustion dan juga depersonalization yang akhirnya membuat fisioterapis merasa tidak nyaman dan menjadi kurang berempati pada keluhan orang lain.” (Rodriguez-Nogueira et al., 2022)

Terdapat 6 jurnal yang membahas mengenai tindakan preventif yang dapat mencegah terjadinya *burnout* pada profesi fisioterapis, di dalamnya terdapat solusi untuk mengembangkan strategi *coping* dan mempunyai sistem pendukung. Dari studi sebelumnya yang dilakukan oleh Noorputeri et al. (2021) menyatakan penting untuk individu mengenal dirinya dalam menghadapi masalah agar dapat mengurangi resiko *burnout*.

Dukungan emosional yang didapatkan dari sebuah hubungan dapat membantu individu untuk berhadapan dengan stress sehingga peluang untuk merasakan *burnout* berkurang. Penyelesaian masalah yang terencana dibanding menghindar ketika menghadapi situasi yang menekan. (Scutter & Goold, 1995).

Efek positif ditemukan pada *task oriented coping* dan *emotion coping oriented* cenderung berefek negatif pada simptom *burnout*. Dapat dikatakan bahwa *task oriented coping* berasosiasi dengan adaptasi yang lebih baik pada fisioterapis.” (Nowakowska-Domagala et al., 2015). Selain dari sisi fisioterapis, tindakan preventif juga dapat dilakukan pada sisi institusi kesehatan, sebagaimana yang dikatakan oleh Saraswati dan Pertiwi (2020) mengatakan bahwa dengan perusahaan menunjukan mereka peduli, menghormati, dan menghargai kontribusi pegawainya sama dengan perusahaan memenuhi *social emotional needs* mereka.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil pembahasan di atas dapat disimpulkan bahwa *burnout* memiliki banyak faktor penyebab baik yang berasal dari pribadi, sosio demografis dan juga dari pekerjaan fisioterapis itu sendiri. Namun dapat dilihat bahwa dimensi yang paling dominan dalam *burnout* yang dialami fisioterapis adalah pada dimensi emotional exhaustion, hal ini dikarenakan keharusan fisioterapis untuk berhadapan langsung dengan pasien dalam jangka waktu yang panjang, ditambah lagi fisioterapis juga ikut terpengaruh dengan keadaan perasaan pasien selama mengikuti sesi terapi. Menjadi tantangan tersendiri bagi para fisioterapis untuk dapat membantu menjaga dan meningkatkan moral pasien untuk tetap semangat dalam menjalani terapi. Seringkali yang terjadi adalah pasien cenderung merasa frustrasi dalam menjalani terapi karena hasil terapi tidak kunjung sesuai dengan ekspektasi yang diinginkan. Menghadapi pasien dengan tantangan seperti ini dapat ikut mengikis perasaan fisioterapis dan berujung mengalami stres hingga *burnout*.

Selain itu *burnout* pada fisioterapis juga dipengaruhi oleh jam kerja, dimana mereka yang bekerja lebih dari 40 jam seminggu cenderung mengalami *burnout* yang tinggi. Ditambah dengan tidak adanya pendukung (dalam studi ini pasangan) yang dapat mengurangi resiko *burnout*. Terdapat variabel lainnya juga yang terasosiasi dengan *burnout*, yaitu depresi, kecemasan, dan stres yang ikut berkontribusi dalam menciptakan *burnout* yang berkepanjangan.

Dampak dari *burnout* yang dialami oleh fisioterapis dapat berupa fisik dan juga mental. Secara psikologis, fisioterapis yang mengalami *burnout* cenderung memiliki empati yang kurang. Sedangkan secara fisik, *burnout* dapat menyebabkan *musculoskeletal disorders* yang tentunya

dapat berdampak kepada pelayanan pasien. Dampak negatif ini bukan hanya akan dirasakan oleh fisioterapis itu sendiri namun juga kepada pasien dan institusi kesehatan tempat fisioterapis bekerja

Maka dari itu untuk mengurangi kemungkinan *burnout* pada fisioterapis ditemukan beberapa cara. Pertama dapat mengembangkan strategi pemecahan masalah atau *task oriented coping* yang terbukti dapat menurunkan tingkat *burnout*. Selanjutnya adalah memiliki *support system* yang dapat mendukung fisioterapis dalam menurunkan angka tekanan dalam bekerja dan yang terakhir bagi pihak manajerial institusi kesehatan dapat menciptakan lingkungan dan membuat kegiatan yang menumbuhkan rasa kontrol secara mandiri bagi para setiap fisioterapis.

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah dijelaskan sebelumnya, peneliti memberikan beberapa saran, diantaranya sebagai berikut: (a) untuk penelitian selanjutnya dapat meneliti sampel fisioterapis dari Indonesia, mengingat penelitian di atas belum memiliki penelitian yang sampelnya berasal dari Indonesia; dan (b) teori yang digunakan kedepannya dapat diperluas, bukan hanya menggunakan teori dari Maslach namun juga dari ahli lainnya.

Ucapan Terima Kasih (*Acknowledgement*)

Terima kasih kami ucapkan kepada seluruh pihak yang terlibat dan mendukung dalam penelitian ini.

REFERENSI

- Castro, C. S. A. A. A., Timenetsky, K. T., Katz, M., Corrêa, T. D., Felício, A. C., Moriyama, T., ... & Serpa Neto, A. (2020). Burnout syndrome and engagement among critical care providers: a cross-sectional study. *Revista Brasileira de terapia intensiva*, 32, 381-390. <https://doi.org/10.5935/0103-507X.20200066>.
- IHK Bhakti Wiyata. (2022, December 23). *Skill d3 fisioterapi yang dibutuhkan saat bekerja*. Bhakta Wiyata Institut Ilmu Kesehatan. <https://iik.ac.id/blog/skill-d3-fisioterapi-yang-dibutuhkan-saat-bekerja/>.
- Jácome, C., Seixas, A., Serrão, C., Teixeira, A., Castro, L., & Duarte, I. (2021). Burnout in Portuguese physiotherapists during COVID-19 pandemic. *Physiotherapy Research International*, 26(3). <https://doi.org/10.1002/pri.1915>.
- Kementerian Kesehatan RI. (2021). *Layanan upk kemenkes*. Kemenkes Unit Pelayanan Kesehatan. <https://upk.kemkes.go.id/new/layanan/pelayanan-medis>.
- Li Calzi, S., Farinelli, M., Ercolani, M., Alianti, M., Manigrasso, V., & Taroni, A. M. (2006). Physical rehabilitation and burnout: Different aspects of the syndrome and comparison between healthcare professionals involved. *Europa Medicophysica*, 42(1), 27–36.
- McCausland, K., Maycock, B., Leaver, T., & Jancey, J. (2019). The Messages Presented in Electronic Cigarette–Related Social Media Promotions and Discussion: Scoping Review. *J Med Internet Res*, 21(2), e11953. <https://doi.org/10.2196/11953>.
- Nasution, S. Z., Amal, M. R., Ariga, R. A., Siregar, C. T., Purba, W. D., & Taufik, M. (2019). Family support perceived by working wives in Medan, Indonesia. *Proceedings of the 1st International MIPAnet Conference on Science and Mathematics*. <https://doi.org/10.5220/0010182500002775>.
- Nowakowska-Domagala, K., Jablowska-Gorecka, K., Kostrzanowska-Jarmakowska, L., Morton, M., & Stecz, P. (2015). The interrelationships of coping styles and professional burnout among physiotherapists: a cross-sectional study. *Medicine*, 94(24), e906. <https://doi.org/10.1097/MD.0000000000000906>.
- Noorputeri, K. F., Zamralita, Z., & Lie, D. (2021). Burnout among nurses: The impact of

- personal factors of attachment avoidance and attachment anxiety. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.210805.182>.
- Paendong, S. G., Gracia, M., & Suyasa, P. T. (2023). The role of perceived social support on psychological distress (study on emerging adulthood in Jakarta during the COVID-19 pandemic). *International Journal of Application on Social Science and Humanities*, 1(1), 996–1005. <https://doi.org/10.24912/ijassh.v1i1.25716>.
- Rodríguez-Nogueira, Leirós-Rodríguez, R., Pinto-Carral, A., Álvarez-Álvarez, M. J., Fernández-Martínez, E., & Moreno-Poyato, A. R. (2022). The relationship between *burnout* and empathy in physiotherapists: a cross-sectional study. *Annals of Medicine*, 54(1), 933–940. <https://doi.org/10.1080/07853890.2022.2059102>.
- Saraswati, K. D., & Pertiwi, M. S. (2020). Work performance: The impact of work engagement, psychological capital, and perceived organizational support. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 4(1), 88. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v4i1.7992.2020>
- Scutter, S., & Goold, M. (1995). *Burnout* in recently qualified physiotherapists in South Australia. *Australian Journal of Physiotherapy*, 41(2), 115–118. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0004-9514\(14\)60425-6](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0004-9514(14)60425-6).
- Wijaya, K. S., Koesma, R., & Zamralita, Z. (2019). Peranan REAKSI stres Kerja Terhadap Kualitas Hidup Pada Pekerja level operator. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 3(1), 159. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v3i1.3510>.