

**PENGARUH TERAPI *EMOTIONAL FREEDOM
TECHNIQUE* TERHADAP *BURNOUT*
PERAWAT DI RUMAH SAKIT
KHUSUS BEDAH BIMC KUTA**



SKRIPSI

Oleh :

NI LUH PUTU DIAN SAPITRI

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU
KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2024**

**PENGARUH TERAPI *EMOTIONAL FREEDOM
TECHNIQUE* TERHADAP *BURNOUT*
PERAWAT DI RUMAH SAKIT
KHUSUS BEDAH BIMC KUTA**

SKRIPSI

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Keperawatan pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada
Bali**

Oleh :

NI LUH PUTU DIAN SAPITRI
NIM. C2123046

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2024**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ni Luh Putu Dian Sapitri
NIM : C2123046
Jurusan : Sarjana Ilmu Keperawatan
Judul : Pengaruh Terapi *Emotional Freedom Technique* Terhadap
Burnout Perawat di Rumah Sakit Khusus Bedah BIMC Kuta

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa tugas akhir yang saya tulis benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa tugas akhir ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Mangupura, 29 Juli 2024



(Ni Luh Putu Dian Sapitri)

HALAMAN PERSETUJUAN

PENGARUH TERAPI *EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE* TERHADAP *BURNOUT* PERAWAT DI RUMAH SAKIT KHUSUS BEDAH BIMC KUTA

Diajukan Oleh :

NILUH PUTU DIAN SAPITRI
NIM. C2123046

Mangupura, 29 Juli 2024

Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I

Ns. Ni Made Dwi Ayu Martini, S.Kep, M.Kes
NIDN. 0801038802

Pembimbing II

Ns. I Made Cahyadi Agastiva, S.Kep., M.Kep
NIDN. 0814089603

Mengetahui

Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan
Ketua



Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep.
NIDN. 0821058603

HALAMAN PENGESAHAN

**PENGARUH TERAPI *EMOTIONAL FREEDOM
TECHNIQUE* TERHADAP *BURNOUT*
PERAWAT DI RUMAH SAKIT
KHUSUS BEDAH BIMC KUTA**

Tanggal: 7 September 2024

Yang Terdiri Dari:

Ketua Penguji



Ketut Darmaja, SKM., M.Kes
NIDK. 8868980018

Sekretaris Penguji



Ns. Ni Made Dwi Ayu Martini, S.Kep., M.Kes
NIDN. 0801038802

Anggota Penguji



Ns. I Made Cahyadi Agastiva, S.Kep., M.Kep
NIDN. 0814089603

Mengetahui

Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan

Ketua



Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep.
NIDN. 0821058603

**SEKOLAH TINGGI ILMU KEPERAWATAN
BINA USADA BALI
PROGRAM S1 KEPERAWATAN**

Skripsi, Agustus 2024

Ni Luh Putu Dian Sapitri

Pengaruh Terapi *Emotional Freedom Technique* Terhadap *Burnout* Perawat Di Rumah Sakit Khusus Bedah BIMC Kuta

XIV + 69 + 7 tabel + 4 gambar + 13 lampiran

ABSTRAK

Perawat sangat rentan mengalami *burnout*, menyebabkan penurunan motivasi dan kinerja kerja perawat sehingga berpotensi terjadi kelalaian yang secara langsung menurunkan kepuasan pasien dan kepuasan kerja perawat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *Emotional Freedom Technique* terhadap *burnout* perawat di Rumah Sakit Khusus Bedah BIMC Kuta.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif menggunakan rancangan penelitian *Quasi Experiment Pre and Post with Control Group Design* yang melibatkan 42 sampel dipilih melalui teknik *purposive sampling*, dibagi menjadi dua kelompok yang terdiri dari 21 orang dengan metode *ordinal pairing*. Instrumen penelitian yaitu kuesioner *Maslach Burnout Inventory* dengan analisis data menggunakan Uji *Mann Whitney* untuk mengetahui perbedaan perubahan *burnout* pada kedua kelompok dan Uji *Wilcoxon Signed Rank* untuk mengetahui perbedaan pre-post pada satu kelompok.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat *burnout* pada perawat di kelompok intervensi sebelum dan setelah dilakukan terapi EFT ($p = 0,000$). Tidak ada perbedaan yang signifikan antara tingkat *burnout* pada perawat sebelum dan setelah intervensi di kelompok kontrol ($p = 0,083$). Terdapat pengaruh terapi *Emotional Freedom Technique* terhadap *burnout* perawat di Rumah Sakit Khusus Bedah BIMC Kuta ($p = 0,000$). Diharapkan rumah sakit dapat meningkatkan upaya bagi perawat dalam mengatasi *burnout* dengan melakukan terapi EFT.

Kata Kunci : *burnout, emotional freedom technique, perawat*
Daftar Pustaka : 59 (2009-2024)

HEALTH INSTITUTION

BINA USADA BALI BACHELOR DEGREE OF NURSING PROGRAM

Undergraduate thesis, August 2024

Ni Luh Putu Dian Sapitri

The Effect of Emotional Freedom Technique Therapy on Nurse Burnout at BIMC Hospital Kuta.

XIV +692 + 7 tables +4 pictures + 13 attachments

ABSTRACT

Nurses are very susceptible to burnout, causing decreased motivation and work performance of nurses, so there is potential for negligence that directly reduces patient satisfaction and nurse job satisfaction. This study aimed to determine the effect of Emotional Freedom Technique on nurse burnout at BIMC Hospital Kuta. This study was quantitative study using a Quasi Experiment Pre and Post with Control Group Design involving 42 samples selected through purposive sampling techniques, divided into two groups, each group consisting of 21 people using ordinal pairing method. The research instrument was the Maslach Burnout Inventory questionnaire with data analysis using the Mann Whitney Test to determine the difference in burnout changes in the two groups and the Wilcoxon Signed Rank Test to determine the difference in one pre-post group. The results showed that there was a significant difference between the level of burnout in nurses in the intervention group before and after EFT therapy (p-value = 0.000). There was no significant difference between the level of burnout in nurses before and after the intervention in the control group (p-value = 0.083). There is an effect of Emotional Freedom Technique therapy on nurse burnout at Hospital BIMC (p-value = 0.000). This study is expected to show that hospitals can increase efforts for nurses in overcoming burnout by passing EFT therapy.

Keywords : burnout, emotional freedom technique, nurses

Bibliography : 59 (2009-2024)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Ida Sang Hyang Widhi atas Rahmat-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Terapi *Emotional Freedom Technique* Terhadap *Burnout* Perawat di Rumah Sakit Khusus Bedah BIMC Kuta”.

Dalam penulisan skripsi ini peneliti menyampaikan ucapan terima kasih kepada pihak - pihak yang telah membantu menyelesaikan skripsi ini khususnya kepada:

1. Dr. Ir. I Putu Santika,MM. selaku Ketua STIKES Bina Usaha Bali serta segenap jajarannya yang telah memberikan kemudahan baik berupa moril maupun material selama mengikuti pendidikan di STIKES Bina Usaha Bali.
2. dr. Edward Eddy selaku direktur RS BIMC Kuta yang telah memberikan izin untuk peneliti melaksanakan penelitian.
3. Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep.,M.Kep. selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES Bina Usaha Bali yang telah memberikan kemudahan baik berupa moril maupun material selama mengikuti pendidikan.
4. Ns. Ni Made Dwi Ayu Martini, S.Kep, M.Kes selaku dosen pembimbing I yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran dalam pelaksanaan bimbingan, pengarahan, dorongan dalam rangka penyelesaian penyusunan skripsi ini.
5. Ns. I Made Cahyadi Agastiya, S.Kep.,M.Kep selaku dosen pembimbing II yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran dalam pelaksanaan bimbingan, pengarahan, dorongan dalam rangka penyelesaian penyusunan skripsi ini.

6. Ns. I Wayan Indra Praekanata, S.Kep., S.Pd., SS., M.Hum yang telah memberikan dukungan untuk melakukan perkuliahan hingga penelitian yang telah dilakukan di Rumah Sakit.
7. Rekan-rakan mahasiswa prodi S1 Keperawatan STIKES Bina Usada Bali yang telah membantu dan memberikan semangat dalam pembuatan skripsi ini.
8. Teman-teman perawat Rumah Sakit Khusus Bedah BIMC Kuta yang telah memberikan bantuan, inspirasi, semangat dan dukungan yang sangat besar kepada peneliti.
9. Keluarga tercinta, orang tua, suami dan anak-anak yang telah memberikan doa dan dorongan selama mengikuti perkuliahan sampai saya bisa menyelesaikan skripsi ini.

Peneliti berharap bahwa hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat praktis bagi perawat di RSKB BIMC Kuta, sehingga dapat mengelola stress kerja dengan lebih efektif. Peneliti juga mengharapkan adanya tindak lanjut dari penelitian ini, baik dalam bentuk pengembangan metode EFT yang lebih sesuai dengan kebutuhan perawat di lapangan, maupun penelitian serupa yang melibatkan variabel atau metode lain yang dapat memperkaya pemahaman tentang penanganan *burnout* di lingkungan kerja medis.

Mangupura, 29 Juli 2024

Ni Luh Putu Dian Sapitri

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
1. Tujuan Umum.....	5
2. Tujuan Khusus.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	5
E. Keaslian Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Konsep <i>Burnout</i>	9
1. Pengertian <i>Burnout</i>	9
2. Sumber <i>Burnout</i>	10
3. Dimensi <i>Burnout</i>	12
4. Gejala <i>Burnout</i>	13
5. Dampak <i>Burnout</i>	15
6. Pengukuran <i>Burnout</i>	16
B. Konsep <i>Emotional Freedom Technique</i>	17
1. Pengertian <i>Emotional Freedom Technique</i>	17

2. Jenis Terapi <i>Emotional Freedom Technique</i>	17
3. Prosedur Terapi <i>Emotional Freedom Technique</i>	19
4. Kelebihan <i>Emotional Freedom Technique</i>	23
C. Pengaruh <i>Emotional Freedom Technique</i> terhadap <i>Burnout</i> Perawat	24
D. Kerangka Teori	26
BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS, DAN	
DEFINISI OPERASIONAL	
A. Kerangka Konsep	27
B. Hipotesis	28
C. Definisi Operasional	29
BAB IV METODE PENELITIAN	
A. Rancangan Penelitian	30
B. Populasi dan Sampel.....	31
1. Populasi Penelitian	31
2. Sampel Penelitian	31
C. Tempat Penelitian	33
D. Waktu Penelitian	34
E. Etika Penelitian.....	34
F. Alat Pengumpulan Data.....	39
1. Instrumen Penelitian	39
2. Validitas Dan Reliabilitas.....	40
G. Prosedur Pengumpulan Data	42
1. Prosedur Administratif	42
2. Prosedur Teknis	42
H. Pengolahan Data	45
I. Analisa Data	47
1. Analisis Univariat.....	47
2. Analisis Bivariat	48
BAB V HASIL PENELITIAN	
A. Tempat Penelitian	49

B. Waktu Penelitian.....	50
C. Analisis Univariat	51
D. Analisis Bivariat	53
BAB VI PEMBAHASAN	
A. Interpretasi Hasil.....	56
B. Keterbatasan Penelitian	67
C. Implikasi Terhadap Pelayanan, Pendidikan dan Penelitian.....	67
BAB VII PENUTUP	
A. Simpulan.....	69
B. Saran	70
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Definisi Operasional Penelitian	29
Tabel 4.1	Kode pada Data Penelitian	46
Tabel 5.1	Distribusi Karakteristik Responden di RSKB BIMC Kuta	50
Tabel 5.2	Gambaran <i>Burnout</i> pada Perawat Sebelum Intervensi (Terapi EFT).....	51
Tabel 5.3	Gambaran <i>Burnout</i> pada Perawat Sebelum Intervensi (Relaksasi Nafas Dalam).....	52
Tabel 5.4	Gambaran <i>Burnout</i> Berdasarkan Karakteristik Responden.....	53
Tabel 5.5	Perbedaan <i>Burnout</i> Perawat Pada Kelompok Intervensi	54
Tabel 5.6	Perbedaan <i>Burnout</i> Perawat Pada Kelompok Kontrol	54
Tabel 5.7	Perbedaan <i>Burnout</i> Perawat Pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol.....	54

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	26
Gambar 3.1 Kerangka Konsep Penelitian	27
Gambar 4.1 Rancangan Penelitian <i>Pre and Post with Control Group Design</i> ...	30
Gambar 4.2 Teknik Pembagian Kelompok Secara <i>Ordinal Pairing</i>	33

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Jadwal penelitian
- Lampiran 2. Surat Ijin Studi Pendahuluan
- Lampiran 3. Surat Balasan Ijin Studi Pendahuluan
- Lampiran 4. Surat Pernyataan Layak Etik
- Lampiran 5. Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 6. Surat Balasan Ijin Penelitian
- Lampiran 7. Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 8. Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 9. Lembar Kuesioner
- Lampiran 10. SOP *Emotional Freedom Technique*
- Lampiran 11. SOP Relaksasi Nafas Dalam
- Lampiran 12. Hasil Analisis Data
- Lampiran 13. Lembar Bimbingan
- Lampiran 14. Dokumentasi Penelitian

DAFTAR PUSTAKA

- Alverina, P. A. T., & Ambarwati, K. D. (2019). Hubungan Self-Efficacy dengan Burnout pada Perawat Psikiatri di Rumah Sakit Jiwa. *JURNAL PSIKOLOGI MANDALA*, 3(2).
- Andhani, A. S. (2023). *Pengaruh Burnout Syndrome Perawat terhadap Mutu Pelayanan Kesehatan Rumah Sakit*. June. <https://www.researchgate.net/publication/371491519>
- Aprilia, E. D., & Yulianti, D. (2017). Hubungan Antara Hardiness Dengan Burnout Pada Perawat Rawat Inap Di Rumah Sakit ‘ X ’ Aceh Correlation Between Hardiness and Burnout Among Nurses Inpatient Care in Hospital ‘ X ’ Aceh. *Jurnal Ecopsy*, 4(3), 151–156.
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur Penelitian*. Rineka Cipta.
- Astutik, R. W. (2021). *Hubungan Antara Faktor Demografi, Beban Kerja, dan Dukungan Sosial Dengan Burnout Syndrom di Masa Pandemi Covid-19 Pada Perawat Pelaksana di RSI Siti Hajar Sidoarjo*. 01, 1–165.
- Aulia, A., & Rita, N. (2021). Hubungan Jenis Kelamin, Masa Kerja, Komitmen Organisasi, Gaya Kepemimpinan dan Kejadian Burnout pada Perawat di Rumah Sakit P.P. Tahun 2019. *Politeknik ‘Aisyiyah Sumatera Barat*, 4(2), 492–501. <https://jurnal.politasumbar.ac.id/index.php/jl/article/view/106>
- Ayudytha, A. U., & Putri, D. A. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Burnout Pada Perawat Diruang Rawat Inap RS PMC. *REAL in Nursing Journal*, 2(3), 144. <https://doi.org/10.32883/rnj.v2i3.548>
- Bach, D., Groesbeck, G., Stapleton, P., Sims, R., Blickheuser, K., & Church, D. (2019). Clinical EFT (Emotional Freedom Techniques) Improves Multiple Physiological Markers of Health. *Journal of Evidence-Based Integrative Medicine*, 24, 1–12. <https://doi.org/10.1177/2515690X18823691>
- Blacher, S. (2020). Emotional Freedom Technique (EFT): Tap to relieve stress and burnout. *Journal of Interprofessional Education & Practice*, January.
- Cahyani, D. R. (2019). Kejenuhan Kerja (Burnout) Pada Guru Honorar di Kota Makassar. *Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar*.
- Christiana, E. (2020). Burnout Akademik Selama Pandemi Covid 19. *Prosiding Seminar Bimbingan Dan Konseling*, 8–15.
- Church, D. (2012). The EFT mini-manual. *Energy Psychology Press*.
- Dincer, B., & Inangil, D. (2020). The effect of Emotional Freedom Techniques on nurses’ stress, anxiety, and burnout levels during the COVID-19 pandemic: A randomized controlled trial. *Elsevier, January*, 109–114.

- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 25*. . Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Haghverdian, A. (2018). *Mindful Deep-Breathing and Teacher Burnout*. <https://doi.org/10.1098/rspb.2014.1396>[https://www.uam.es/gruposinv/meva/publicaciones/jesus/capitulos_espanyol_jesus/2005_motivacion para el aprendizaje Perspectiva alumnos.pdf](https://www.uam.es/gruposinv/meva/publicaciones/jesus/capitulos_espanyol_jesus/2005_motivacion_para_el_aprendizaje_Perspectiva_alumnos.pdf)https://www.researchgate.net/profile/Juan_Aparicio7/publication/253571379
- Harnida, H. (2015). Hubungan Efikasi Diri Dan Dukungan Sosial Dengan Burnout Pada Perawat. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 4(1). <https://doi.org/10.30996/persona.v4i1.487>
- Idris, I., & Idris, I. (2019). Emotional Freedom Technique Dalam Mengatasi Kecemasan Siswa Menghadapi Ujian. *Tadbir: Jurnal Manajemen Pendidikan Islam*, 7(2), 106–115. <https://doi.org/10.30603/tjmpi.v7i2.1115>
- Indiawati, O. C., Sya'diyah, H., Rachmawati, D. S., & Suhardiningsih, A. V. S. (2022). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Burnout Syndrome Perawat Di Rs Darmo Surabaya. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 11(1), 25. <https://doi.org/10.31596/jcu.v11i1.1037>
- Khasanah, D. U., Himawan, F., & Suparjo. (2023). KOMBINASI ISTIGHFAR, SYUKUR DAN EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE DAPAT MENURUNKAN TINGKAT STRES PENYANDANG DIABETES MELLITUS. *BHAMADA Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan*, 14(2), 66–73.
- Kurnianingsih, D., Suroso, J., & Muhajirin, A. (2013). Efektifitas Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Stres Kerja Perawat Igd Di Rsud Dr . R . Goetheng. *Prosiding Konferensi Nasional*, 166–172.
- Kuswanto, R. P., & Setyowati. (2019). Prevalence of burnout syndrome among nurses in general hospitals in provincial East Java: Cross-sectional study. In *Atlas of Cardiac Surgical Techniques* (pp. 362–366). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2019.04.045>
- Lane, J. (2009). The neurochemistry of counterconditioning: Acupressure desensitization in psychotherapy. *Energy Psychology: Theory, Research, and Treatment*, 1, 31–44.
- Larengkeng, T., Gannika, L., & Kundre, R. (2019). Burnout Dengan Self Efficacy Pada Perawat. *Jurnal Keperawatan*, 7(2), 1–7. <https://doi.org/10.35790/jkp.v7i2.24474>
- Liana, Y. (2020). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Burnout (Kejenuhan Kerja) Pada Perawat. *Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal*, 6(1), 108.

<https://conference.unsri.ac.id/index.php/SNK/article/view/1760>

- Lumintang, P., Kumaat, L., & Mulyadi. (2015). *ejournal Keperawatan (e-Kep) Volume 3. Nomor 1. Maret 2015. 3.*
<http://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/viewFile/7446/6991>
- Maharani, E. P. (2019). Burnout Ditinjau Dari Tipe Kepribadian The Big Five Pada Karyawan PT. Mandiri Utama Finance Semarang Burnout Ditinjau Dari Tipe Kepribadian The Big Five Pada Karyawan PPT. Mandiri Utama Finance Semarang. *Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi Universitas Katolik Soegijapranata Semarang.*
- Modesti, P. A., Ferrari, A., Bazzini, C., & Boddi, M. (2015). Time sequence of autonomic changes induced by daily slow-breathing sessions. *Clin Auton Res*, 25, 95–104.
- Mulkin, M., Murdiana, S., & Widyastuti. (2023). *Efektivitas Emotional Freedom Technique (EFT) Dalam Menumbuhkan Self-Compassion Pada Mahasiswa Korban Verbal Abuse. 2, 97–109.*
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan.* Rineka Cipta.
- Nurjanah, S., Sakka, A., & Paridah. (2017). Analysis of Nurses Workload in Inpatient Care Installation of Regional Public. *Jurnal Keperawatan*, 2(5), 1–11. <https://media.neliti.com/media/publications/186577-ID-analisis-beban-kerja-tenaga-perawat-di-i.pdf>
- Nursalam. (2014). *Metodelogi Penelitian Ilmu Keperawatan.* Salemba Medika.
- Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan (4th ed.).* Salemba Medika.
- Oktayani, P. (2018). Hubungan Antara Self Efficacy dengan Burnout Pada Perawat di Rumah Sakit Khusus Bedah BIMC Kuta Tahun 2017. *Program Studi S1 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usaha Bali.*
- Pamungkas, D. N. P. (2018). Hubungan antara Self Efficacy Dengan Burnout Terhadap Perawat Rumah Sakit Jiwa. *Universitas Muhammadiyah Surakarta.*
- Pangestu, T. T. (2017). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Burnout Pada Perawat. *Universitas Muhammadiyah Surakarta*, 53(9), 1689–1699.
[/citations?view_op=view_citation&continue=/scholar%3Fhl%3Dpt-BR%26as_sdt%3D0,5%26scilib%3D1&citilm=1&citation_for_view=wS0xi2wAAAAJ:2osOgNQ5qMEC&hl=pt-BR&oi=p](https://ojs.umsida.ac.id/index.php/psk/article/view/1689)
- Pinarsih, R., Nuryani, D. D., Muhani, N., & Ekasari, F. (2023). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Burnout Pada Perawat Ruang Factors Affecting Burnout in Inpatient Nurses at RSUD dr . A . Dadi Tjokrodipo Bandar Lampung in 2023. 6(September).*
- Priantoro, H. (2017). Hubungan Beban Kerja Dan Lingkungan Kerja Dengan

- Kejadian Burnout Perawat Dalam Menangani Pasien Bpjs. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 16(3), 9–16. <https://doi.org/10.33221/jikes.v16i3.33>
- Putra, A. C. M., & Muttaqin, D. (2020). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Burnout Pada Perawat di Rumah Sakit X. *Psikostudia : Jurnal Psikologi*, 9(2), 82. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v9i2.3901>
- Rahayu, N. L. N., Wati, N. M. N., Dewi, N. L. P. T., & Subhaktiyasa, P. G. (2021). Pengaruh Gayatri Mantra Dan Emotional Freedom Technique (Geft) Terhadap Academic Burnout Syndrome (Abs). *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI)*, 6(2), 100–110. <http://www.jurnal-ppni.org/ojs/index.php/jppni/article/view/215>
- Rahmayanti, A. D., Putra, K. R., & Yuliatun, L. (2021). Mind-body training and progressive muscle relaxation therapy on nurse with burnout syndrome. *Medisains*, 19(2), 46. <https://doi.org/10.30595/medisains.v19i2.11011>
- Rahmayanti, T. O. (2017). Analisis Faktor Burnout pada Karyawan PT. PAL Indonesia (PERSERO). *Program Studi Psikologi Fakultas Psikologi Dan Kesehatan Universitas Islam Negeri Sunan Ampel*.
- Revai, A. (2018). Pengaruh Spiritual Emotional Freedom Tehnique (SEFT) Terhadap Kecemasan, Saturasi Oksigen dan Kualitas Tidur Pada Pasien Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK). *Universitas Sriwijaya*, 10–153.
- Rokade, P. (2019). Treatment of Panic Attack and Anxiety by Natural Endogenous Hormones. *Paripex-Indian Journal Of Research*, 8(9), 74–75. <http://www.worldwidejournals.org/index.php/paripex/article/view/253>
- Rosdiana, Y., Maemunah, N., & Ka'arayeno, A. J. (2022). Burnout Mempengaruhi Kinerja Perawat Di RS Panti Waluya Malang. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 6(1), 48–53. <http://www.nber.org/papers/w16019>
- Rostina, Rusli, K., & Aminuddin. (2023). *Perbandingan Pengaruh Latihan Push Up Dan Latihan Beban Comparison Of The Effects Of Push Up Exercise And Dumbbell Weight Training On The Speed Of Straight Strokes In Boxing Athletes In Pplp South Sulawesi Province*. 3, 205–213.
- Roziika, A., Santoso, M. B., & Zainudiin, M. (2020). Penanganan Stres Di Masa Pandemi Covid-19 Dengan Metode Emotional Freedom Technique (Eft). *Focus : Jurnal Pekerjaan Sosial*, 3(2), 121. <https://doi.org/10.24198/focus.v3i2.28454>
- Saputra, A. (2011). *Emotional Freedom Technique*. Genius Publisher.
- Sari, N. L. P. D. Y. (2015). Hubungan Beban Kerja, Faktor Demografi, Locus of Control Dan Harga Diri Terhadap Burnout Syndrome Pada Perawat Pelaksana Ird Rsup Sanglah. *COPING Ners Journal*, 3(2), 51–60.
- Sasongko, H., Sukartini, T., Wahyuni, E. D., & Putra, M. M. (2019). The Effects

of Combination of Range Motion and Deep Breathing Exercise on Pain in Post-Orthopedic Surgery Patients. *Indonesian Journal of Medicine*, 4(1), 46–53. <https://doi.org/10.26911/theijmed.2019.04.01.08>

Setyawan, F. A., Aryani, A., & Sutrisno. (2023). PENGARUH SPIRITUAL EMOTIONAL FREEDOM TECHNIQUE (SEFT) TERHADAP BURNOUT PERAWAT DI RUANG IGD RSUD dr. SOEDIRAN MANGUN SUMARSO KABUPATEN WONOGIRI. *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia (JIKI)*, 16(2), 56–62. <https://doi.org/10.47942/jiki.v16i2.1305>

Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.

Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.

Sulistyaningsih, A. R. (2019). Hubungan Dukungan Sosial dengan Burnout pada Supir Bus PO. Taruna-Royal Safari Salatiga. *Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga*. <http://eprints.mercubuana-yogya.ac.id/4260/>

Suryati, A., Dewi, N. L. P. T., & Wati, N. M. N. (2020). Gambaran Burnout Perawat Pelaksana Di Ruang Intensif Rsup Sanglah Denpasar. *Jurnal Kesehatan Dr. Soebandi*, 8(1), 40–48. <https://doi.org/10.36858/jkds.v8i1.170>

Wati, N. M. N., Dewi, N. L. P. T., Juanamasta, I. G., Lestari, R. T. R., & Anggraini, R. (2022). Pengaruh gayatri emotional freedom technique (GEFT) terhadap kelelahan kerja perawat. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Aisyiyah*, 18(1), 27–33. <https://doi.org/10.31101/jkk.1366>

Wati, N. M. N., Mirayanti, N. W., & Juanamasta, I. G. (2019). The Effect of Emotional Freedom Technique Therapy on Nurse Burnout. *Jurnal Medicoeticolegal Dan Manajemen Rumah Sakit*, 8(3), 173–178. <https://doi.org/10.18196/jmmr.83104>

WHO. (2019). *Burn-out an —occupational phenomenon*l: *International Classification of Diseases. International Classification of Disease. No Title*. World Health Organizaton. <https://www.who.int/news/item/28-05-2019-burn-out-anoccupational-phenomenon-international-classification-of-diseases>.

Zainuddin, M. (2012). *Spiritual Emotianal Freedom Technique (SEFT)*. Afzan Publizing.

Zuccarella-Hackl, C., Princip, M., Holzgang, S. A., Sivakumar, S., Kuenburg, A., Pazhenkottil, A. P., Gomez Vieito, D., & von Känel, R. (2024). Cortisol Reactivity to Acute Psychosocial Stress in Physician Burnout. *Biomedicines*, 12(2), 1–11. <https://doi.org/10.3390/biomedicines12020335>