

Original Research Paper

## Pengaruh Gayatri Emotional Freedom Technique (GEFT) Terhadap Kelelahan Kerja Perawat

Ni Made Nopita Wati<sup>1\*</sup>, Ni Luh Putu Thrisna Dewi<sup>2</sup>, I Gede Juanamasta<sup>3</sup>, R. Tri Rahyuning Lestari<sup>4</sup>, Ria Anggraini<sup>5</sup>

<sup>1,2,3</sup>STIKes Wira Medika Bali, Denpasar, Indonesia

<sup>4</sup>STIKES Widya Dharma Husada Tangerang, Indonesia

<sup>5</sup>STIKES Hutama Abdi Husada Tulungagung, Indonesia

 [ners.pita@gmail.com](mailto:ners.pita@gmail.com)

Submitted: April 2, 2020

Revised: May 25, 2022

Accepted: June 6 2022

### Abstrak

Perawat yang mengalami kelelahan kerja mengakibatkan penurunan kinerja, produktivitas kerja dan kualitas pelayanan yang diberikan ke pasien. Tujuan penelitian ini yaitu menganalisa GEFT terhadap kelelahan kerja perawat. *Quasi-experimental design with control group* sebagai desain penelitian ini. Sebanyak 30 orang perawat digunakan sebagai sampel dalam penelitian ini yang terbagi menjadi 2 kelompok melalui *purposive sampling*. Hasil penelitian menunjukkan pada kelompok intervensi nilai  $p = 0,000$  sedangkan pada kelompok kontrol dengan nilai  $p = 0,615$ . Perbandingan kelompok intervensi dan kontrol didapatkan nilai  $p = 0,000$  yang berarti ada perbedaan. Pihak RS agar dapat mengatasi kelelahan kerja dengan melakukan terapi GEFT.

**Kata Kunci:** kelelahan kerja; gayatri emotional freedom technique (GEFT); perawat

## Effects of Gayatri Emotional Freedom Technique (GEFT) on Nurses' Fatigue

### Abstract

*Nurse fatigue can reduce performance, work productivity and quality of services provided to patients. Aim of the study was to analyze the effect of GEFT therapy on nurses' work fatigue. Quasi-experimental design with control group were used. Samples in the study were 30 nurses, selected through purposive sampling. The results showed in the treatment group the p value = 0,000 while in the control group with p value = 0.615. There is significant different between the treatment and control groups with p value = 0,000. The hospital in order to overcome work fatigue by passing GEFT therapy*

**Keywords:** work fatigue; Gayatri Emotional Freedom Technique (GEFT); nurses

## 1. Pendahuluan

Pelayanan kesehatan perorangan secara paripurna merupakan tugas dari rumah sakit ("Undang - Undang Republik Indonesia Nomor 44 Tahun 2009 Tentang Rumah Sakit," 2013). Pelayanan kesehatan paripurna yang diberikan juga terkait tenaga kesehatan yang ada di dalamnya seperti perawat.

Data statistik dari Boreo of Labor Statistic mengenai proyeksi pekerja dari tahun 2012-2022 menyebutkan bahwa perawat merupakan pekerjaan yang berkembang paling tinggi sampai tahun 2022. Tenaga kerja perawat di prediksi akan berkembang dari 2,71 juta pada tahun 2012 menjadi 3,24 juta di tahun 2022, dimana terjadi peningkatan sebanyak 19% (Rosseter RJ, 2014) Hal ini menunjukkan bahwa jumlah perawat berkembang dengan pesat.

Perawat mempunyai peran penting sebagai yang berperan menghadapi masalah kesehatan pasien selama 24 jam. Terdapat lebih dari 9 juta perawat di 141 negara yang dilaporkan oleh World Health



Organization (WHO). Perawat merupakan bagian dari profesi yang berperan penting dalam upaya menjaga mutu atau kualitas pelayanan (Juanamasta, Iblasi, et al., 2021)

Tugas utama perawat yaitu memberikat perawatan profesional yang meningkatkan kondisi kesehatan sehingga pasien dapat diselamatkan dari kondisi terburuk (Kusnanto et al., 2020). Selain itu, perawat berhadapan dengan pasien dan rekan kerja yang menimbulkan berbagai macam persoalan dan idealisme profesi (Tawale et al., 2011). Tugas yang dilakukan oleh perawat menjadikan profesi perawat sebagai profesi yang sangat rentan mengalami stres dan kelelahan kerja (Wati, Lestari, et al., 2021).

Kelelahan Kerja (Burnout) merupakan kumpulan gejala terkait pekerjaan ditandai dengan penurunan efikasi profesional, kelelahan secara fisik dan emosional serta sinis. Perbedaan paling penting antara kelelahan dan sindrom psikologis lainnya adalah bahwa penyebab kelelahan dapat dikaitkan dengan pengaturan kerja atau performa individu (Juanamasta et al., 2022; Koopmans et al., 2011).

Masalah kelelahan kerja (burnout) pada perawat di luar negeri merupakan trend issue yang terjadi peningkatan di sarana kesehatan. Jourdain dan Chenevert menyebutkan selama 2003 sampai 2007 terdapat 6% register nurse (RN) mengalami burnout dan 2,2% keluar dari tempat kerja. (Antara, 2013) Terdapat 1,89% sampai 2,84% perawat yang mengalami burnout di Spanyol dan 1,26% burnout di Belanda. Studi penelitian di Indonesia juga menggambarkan tentang kejadian burnout di rumah sakit. Khotimah (2010) menyebutkan bahwa 65,9% kejadian burnout karena psikologis lingkungan kerja pada perawat di Rumah Sakit Pekalongan, sedangkan faktor lain mempengaruhi sisanya (Khotimah, 2010)

Dampak yang ditimbulkan berakibat menurunkan kualitas pelayanan yang diberikan jika banyak perawat yang mengalami burnout. Maslach (2001) juga menyatakan bahwa perawat tidak dapat bekerja dengan baik dalam keadaan burnout, dan tentu kualitas pelayanannya akan terpengaruh. Pasien sebagai penerima pelayanan akan berdampak secara langsung yaitu perilaku negatif perawat dan menurunnya kualitas asuhan keperawatan (Juanamasta, Aunguroch, et al., 2021)

Penelitian sebelumnya menunjukkan beberapa intervensi sudah dilakukan namun belum efektif. Kelelahan kerja tidak hanya dilihat secara fisik tetap juga psikologis, seperti diketahui sebesar 80% kelelahan psikologis juga dapat berdampak buruk pada kelelahan fisik yang berdampak pada produktifitas kerja (Dewi et al., 2018; Juanamasta et al., 2019; Prestiana & Purbandini, 2012). Hal ini perlu mendapatkan intervensi yang sesuai untuk mengatasi kelelahan fisik ataupun psikologis, dengan harapan terjadi perbaikan kondisi yang akan berdampak pada peningkatan kualitas pelayanan. Salah satu terapi yang dapat mengatasi kelelahan fisik dan psikologis adalah GEFT. Terapi yang sedang berkembang yaitu terapi Gayatri Mantra dan EFT yang merupakan konsep budaya pengobatan dan penyembuhan Cina kuno, yang diadopsi dari metode tusuk jarum atau akupunktur untuk mengalirkan dan menyeimbangkan energy tubuh (Dewi et al., 2018) Terapi ini sudah dibuktikan pada penelitian sebelumnya yakni untuk meningkatkan kualitas hidup pasien stroke, dimana dalam domain kualitas hidup salah satunya juga ada aspek kelelahan baik secara fisik ataupun psikologis (Dewi et al., 2018) Sehingga intervensi GEFT juga dapat diujicobakan pada kelelahan yang dialami perawat baik secara fisik ataupun psikologis.

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisa GEFT terhadap kelelahan kerja perawat.

## 2. Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian Quasi Experiment Pre And Post With Control Group Design. Tempat penelitian ini dilakukan di ruangan Belibis RSUD Wangaya Denpasar sebagai tempat intervensi dan ruangan Oleg RSD Mangusada Badung sebagai tempat intervensi. Pemilihan sampel dilakukan dengan cara Purposive Sampling yaitu dipilih melalui penetapan kriteria inklusi dan eksklusi. Sampel penelitian sebanyak 30 orang perawat dimana masing –

masing kelompok terdiri dari 15 orang perawat. Teknik pengumpulan data dengan lembar kuesioner kelelahan kerja perawat.

Penelitian ini menggunakan kuesioner International Fatigue Research Committee of Japanese Association of Industrial Health (IFRS) untuk mengukur kelelahan kerja perawat (Juniar & Astuti, 2016). Kuesioner ini memiliki 30 item pernyataan tertutup dengan kategori 1 (tidak pernah), 2 (kadang-kadang), 3 (sering), 4 (sangat sering), jumlah seluruh item dengan skor total minimal 30 dan maksimal 120. Nilai kelelahan dinyatakan semakin tinggi hasilnya, semakin tinggi kelelahan pasien.

Analisis data menggunakan Wilcoxon Signed Rank Test untuk mengetahui perbedaan pada kelompok pra-pasca dan uji Mann Whitney untuk menganalisis perubahan setelah dua kelompok berbeda pasca-pasca.

Studi ini telah mendapatkan kelayakan pelaksanaan penelitian dengan nomor 070/05766/DPMPTSP-B/2019. Peneliti memberikan penjelasan penelitian kepada partisipan. Semua partisipan yang ikut dalam penelitian ini telah mentandatangani informed consent.

### 3. Hasil dan Pembahasan

Hasil penelitian dijelaskan melalui tabel 1, 2 dan 3. Hasil penelitian terdiri dari pengamatan sebelum dan sesudah pada kelompok intervensi dan control serta analisa data menggunakan statistik.

**Tabel 1.** Hasil Pengamatan Sebelum dan Sesudah Kelompok Intervensi

Kelelahan kerja perawat	Kelompok Intervensi			
	Sebelum		Sesudah	
	N	%	N	%
Rendah 47-70	5	33	12	80
Tinggi 71-92	10	67	3	20
Total	15	100	15	100

Hasil penelitian kelompok intervensi menunjukkan bahwa kelelahan kerja perawat sebelum diberikan intervensi GEFT sebagian besar perawat mengalami kelelahan kerja tinggi yaitu sebanyak 10 orang (67%), sedangkan setelah diberikan intervensi kelelahan kerja perawat sebagian besar mengalami kelelahan kerja rendah yaitu 12 orang (80%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Wati (2017) menunjukkan bahwa kelelahan kerja perawat sebelum diterapkan caring leadership pada kelompok intervensi adalah 67,61, sedangkan sesudah diterapkan caring leadership adalah 66,17 (Wati et al., 2018).

**Tabel 2.** Hasil Pengamatan Sebelum dan Sesudah Kelompok Kontrol

Kelelahan kerja perawat	Kelompok Kontrol			
	Sebelum		Sesudah	
	N	%	N	%
Rendah 47-70	6	40	3	20
Tinggi 71-92	9	60	12	80
Total	15	100	15	100

Hasil penelitian pada kelompok kontrol menunjukkan bahwa kelelahan kerja perawat sebelumnya sebagian besar perawat mengalami kelelahan kerja tinggi yaitu sebanyak 9 orang (60%), dan setelahnya kelelahan kerja perawat masih sebagian besar mengalami kelelahan kerja tinggi yaitu 12 orang (80%).

Adanya perubahan tingkat kelelahan kerja perawat pelaksana sesudah diberikan terapi GEFT dikarenakan adanya kombinasi teknik-teknik yang mendukung efektivitas pemberian terapi EFT. Kalimat afirmasi dapat mengurangi permasalahan individu, stress, kelelahan, meningkatkan kontrol diri dan mengurangi kecemasan dilakukan pada waktu set-up,. EFT untuk memfokuskan pikiran pada rasa cemas, stress yang dialami saat ini termasuk dalam teknik tune-in. Dalam kondisi penerimaan diri ini, perawat mulai terhadap kejadian atau permasalahan yang dialami dan dapat menurunkan kelelahan.

Gangguan psikologis dapat berkurang melalui ketukan ringan atau tapping. Tapping dapat menurunkan kelelahan melalui identifikasi endorphin, neurotransmitter, dan zat lainnya dalam otak. Wati, Dewi, et al. (2021) mendapatkan hasil yang sejalan yaitu EFT mengurangi kelelahan. Selain itu, Gayatri mantra juga membantu mengurangi stress dan kecemasan yang termasuk dalam domain psikologis serta mengurangi kelelahan fisik menunjukkan hasil yang baik dan meningkatkan QoL individu (Dewi et al., 2020).

**Tabel 3.** Analisis Pemberian Terapi GEFT Terhadap Kelelahan Kerja Pada Perawat

Variable	Kelompok	P value	P value
		Wilcoxon Signed Rank	Mann Whitney
Kelelahan Kerja	Intervensi	0,000	0,000
	Kontrol	0,615	

Hasil analisa data dengan Wilcoxon Signed Rank signifikan pada kelompok perlakuan ( $p=0,000$ ) dan tidak signifikan pada kelompok control ( $p=0,615$ ). Hasil ini juga didukung dengan analisa data dengan Mann-Whitney yang menunjukkan nilai p value 0,000. Menurut Maslach dan Schaufeli burnout terdiri dari kelelahan emosi yang ditunjukkan merasa tertekan, perasaan sedih, frustrasi, tak berdaya, putus asa, tak acuh terhadap lingkungan dan pekerjaan (Tampubolon, 2018).

Hasil penelitian sebelum pada kelompok intervensi adalah perawat menjawab stress dengan pekerjaannya sebanyak 13 perawat (87%) dan sesudah penelitian hasilnya menunjukkan terjadinya penurunan pada kelompok intervensi dimana hanya sebanyak 7 perawat (47%) yang menjawab sering stress ditempat kerja. Hasil penelitian sebelum pada kelompok kontrol perawat menjawab sering tidak mampu berkonsentrasi selama di RS sebanyak 9 orang (60%) dan sesudah hasil penelitiannya menunjukkan peningkatan sebanyak 13 perawat (87%). Hasil penelitian yang dilakukan oleh .Tampubolon (2018) menyebutkan sebanyak 45,6% perawat mengalami Emotional Exhaustion. Menurut Maslach dan Schaufeli stress dengan pekerjaannya, stress ditempat kerja. tidak mampu berkonsentrasi selama di RS, merasa otot kaki menjadi kaku merupakan gambaran dari kelelahan emosional yang dialami oleh perawat pelaksana (Tampubolon, 2018).

Sikap kurang menghargai orang lain disebut depersonalisasi. Hal ini ditunjukkan tidak peduli dengan orang di sekitarnya, apatis, dan individu menjauh dari lingkungan sosial. Hasil penelitian sebelum pada kelompok intervensi adalah perawat menjawab sering tak acuh terhadap pasien dan tidak perlu memahami pasien sebanyak 6 perawat (26,1%) dan sesudah hasil penelitiannya menunjukkan terjadinya penurunan pada kelompok intervensi dimana sebanyak 1 perawat (4,3 %) yang menjawab sering tak acuh terhadap pasien dan tidak perlu memahami pasien. Hasil penelitian sebelum pada kelompok kontrol perawat sering tak acuh terhadap pasien dan tidak perlu memahami pasien sebanyak 10 perawat (67%) dan sesudah hasil penelitiannya menunjukkan peningkatan sebanyak 13 perawat (87%) perawat menjawab sering merasa bahwa pasien selalu minta untuk diperhatikan. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Tampubolon (2018) menyebutkan sebanyak 42 % perawat mengalami Depersonalization. Hal ini menunjukkan bahwa perawat yang mengalami burnout menunjukkan sikap kurang menghargai atau kurang memiliki pandangan yang positif terhadap pasiennya.

Rendahnya penghargaan terhadap diri sendiri ditunjukkan seperti merasa tidak pernah berhasil dalam bekerja, diri sendiri belum pernah bermanfaat bagi orang lain dan pekerjaan serta kekecewaan seperti ketidakpuasan pekerjaan. Hasil penelitian sebelum pada kelompok intervensi adalah perawat menjawab sering kurang percaya diri dan kemampuan yang kurang dalam memberikan asuhan sebanyak 6 perawat (26,1%) dan sesudah hasil penelitiannya menunjukkan terjadinya penurunan pada kelompok intervensi dimana sebanyak 1 perawat (4,3 %) yang menjawab sering percaya diri dan kemampuan yang kurang dalam memberikan asuhan. Hasil penelitian sebelum pada kelompok kontrol perawat menjawab sering kurang memahami kebutuhan pasien sebanyak 20 perawat (87,0 %) dan sesudah hasil penelitiannya menunjukkan sebanyak 12 perawat (52,2 %) perawat menjawab sering memiliki kemampuan yang cukup dalam merawat pasien. Hasil penelitian yang dilakukan oleh .Tampubolon (2018) menyebutkan sebanyak 28,5 % perawat mengalami rendahnya penghargaan terhadap diri. Pandangan negatif akan menimbulkan rasa rendah diri saat memberikan pelayanan merasa bersalah. Hal ini juga dapat menurunkan kinerja karena perawat merasa tidak mampu memberi pelayanan terbaik kepada pasien. Penelitian lain menyebutkan bahwa GEFT memberikan hasil yang baik untuk memulihkan kondisi fisik ataupun psikologis seseorang termasuk mengurangi kelelahan yang dialami individu.(Dewi et al., 2018) Hal ini diperkuat oleh penelitian Dewi (2018) yang menyatakan adanya perbedaan tingkat quality of life setelah diberikan perlakuan, dimana pada kelompok intervensi terjadi peningkatan quality of life dibandingkan kelompok kontrol yang tidak mengalami peningkatan. Quality of life memiliki 12 domain salah satunya adalah fatigue atau kelelahan, pada domain kelelahan GEFT memberikan pengaruh yang cukup signifikan untuk mengurangi kelelahan pasien secara fisik ataupun psikologis, sehingga sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan peneliti mengenai GEFT untuk mengatasi kelelahan kerja perawat.(Dewi et al., 2018)

GEFT adalah terapi praktis yang dapat membantu penyakit psikologis (Dewi et al., 2020).. Gayatri mantra memberikan ketenangan pada individu sehingga seseorang merasa lebih rileks sedangkan Emotional freedom technique dapat membantu untuk mengalirkan energy yang tersumbat didalam tubuh sehingga aliran darah menjadi lancar serta dapat mengurangi rasa nyeri ataupun lelah yang dirasakan seseorang.(Dewi et al., 2018) Berkurangnya ketegangan serta keluhan yang dirasakan pasien dapat membantu individu beristirahat dengan nyaman dimalam hari. Karena kualitas tidur yang baik berkontribusi pada perbaikan quality of life seseorang (Dewi et al., 2018, 2020). Penelitian yang dilakukan di RSUD Wangaya Denpasar pemberian terapi EFT dilakukan 3 siklus dengan waktu kurang dari 10 menit dan membutuhkan waktu selama 2 minggu dalam memberikan terapi ini.

Beberapa hasil peneliti tentang efektivitas pemberian EFT, menurut Mukhamad Rajin (2012) terapi Spiritual Emotional Freedom Technique (SEFT) selama 5 menit 1 kali sehari dan 3 hari beruntun dapat meningkatkan kualitas tidur pasien dengan signifikan ( $p=0.009$  dan  $p=0,000$ ). Selain itu, Lutfatul Latifah mendapatkan hasil bahwa EFT memberikan hasil yang signifikan dalam mengurangi nyeri pasca operasi Sectio Caesaria (SC) yang dilakukan selama 30 menit pada hari pertama sebanyak 3 kali putaran dari mulai tahap set up, sequence 1, gammut procedure, dan sequence 2 (Latifah & Ramawati, 2018).

Penelitian sebelumnya menjelaskan dengan manual memberikan rangsangan pada titik akupunktur akan mempengaruhi kortisol. Hal ini akan mengakibatkan terproduksinya hormone endorphin yang akan menurunkan rasa sakit, menurunkan kelelahan, mengatur kembali sistem syaraf otonom memperlambat denyut jantung,dan menciptakan rasa tenang (Lane, 2009). Subjek juga merasakan demikian saat melakukan EFT, kortisol, epinefrin, dan nonepinefrin merupakan hormone stress yang meningkat karena stress atau sakit, kemudian menjadi terkontrol setelah intervensi EFT. Hormone endorphin juga terlepas setelah diberikan EFT sehingga ada perasaan rileks, tenang dan nyaman. Penelitian EFT diujicobakan berkali-kali oleh penemunya sendiri yaitu Craig, dimana Craig memperkenalkan teknik EFT secara lebih luas ke berbagai negara, puncak prestasi penyembuhan yang dilakukannya ketika memberikan layanan dengan cuma-cuma di Veteran Administration (VA) terhadap 20 orang veteran perang Vietnam. Mereka mengalami gangguan PTSD (Post Traumatic Stress

Disorder), sebuah stres dan trauma psikologis yang berdampak pada berbagai keluhan fisik utamanya kelelahan berkepanjangan selama puluhan tahun. Penderita akhirnya berhasil disembuhkan dengan Emotional Freedom Technique dalam kurun waktu enam hari (Church et al., 2016).

Peneliti berpendapat, adanya perubahan tingkat kelelahan kerja pada perawat pelaksana sesudah diberikan terapi GEFT dikarenakan menggunakan Gayatri mantra dan EFT. Sehingga kelelahan fisik dan psikologis dapat diatasi secara bertahap dan mampu memberikan hasil yang optimal. Selain itu manfaat lainnya mungkin akan berpengaruh terhadap kepuasan kerja perawat dirumah sakit (Arini & Juanamasta, 2020; Wati et al., 2020).

#### 4. Simpulan

Simpulan disajikan dalam bentuk paragraf. Simpulan dalam penelitian ini yaitu ada pengaruh GEFT terhadap kelelahan kerja pada perawat. Pihak Manajemen Rumah Sakit dapat melaksanakan latihan terapi GEFT pada perawat yang mengalami kelelahan kerja yang telah terkontrol agar dapat memelihara kondisi untuk tetap stabil dan mengurangi kelelahan.

#### Rujukan

- Antara, D. K. (2013). *Rekomendasi Penurunan Burnout pada Perawat Kontrak di RSUP Sanglah*. Surabaya: Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga.
- Arini, T., & Juanamasta, I. G. (2020). The Role of Hospital Management to Enhance Nursing Job Satisfaction. *Indonesian Nursing Journal of Education and Clinic (INJEC)*, 5(1), 82–86. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.24990/injec.v5i1.295>
- Church, D., Sparks, T., & Clond, M. (2016). EFT (Emotional Freedom Techniques) and resiliency in veterans at risk for PTSD: A randomized controlled trial. *EXPLORE*, 12(5), 355–365. <https://doi.org/10.1016/j.explore.2016.06.012>
- Dewi, N. L. P. T., Arifin, M. T., & Ismail, S. (2020). The influence of gayatri mantra and emotional freedom technique on quality of life of post-stroke patients. *Journal of Multidisciplinary Healthcare*, 13, 909–916. <https://doi.org/10.2147/JMDH.S266580>
- Dewi, N. L. P. T., Arifin, M. T., & Suhartini, S. (2018). *Pengaruh Gayatri Mantra dan Emotional Freedom Technique (EFT) terhadap Quality of Life Pasien Pasca Stroke*. Diponegoro University.
- Juanamasta, I. G., Aungsuroch, Y., & Gunawan, J. (2021). A Concept Analysis of Quality Nursing Care. *Journal of Korean Academy of Nursing*, 51(4), 430. <https://doi.org/10.4040/jkan.21075>
- Juanamasta, I. G., Aungsuroch, Y., Gunawan, J., & Fisher, M. L. (2022). Postgraduate and undergraduate student nurses' well-being: A scoping review. *Journal of Professional Nursing*, 40, 57–65. <https://doi.org/10.1016/j.profnurs.2022.03.001>
- Juanamasta, I. G., Iblasi, A. S., Aungsuroch, Y., & Yunibhand, J. (2021). Nursing Development in Indonesia: Colonialism, After Independence and Nursing act. *SAGE Open Nursing*, 7, 237796082110514. <https://doi.org/10.1177/23779608211051467>
- Juanamasta, I. G., Kusnanto, ., & Yuwono, S. R. (2019). Improving Nurse Productivity Through Professionalism Self-Concept. *Proceedings of the 9th International Nursing Conference*, 116–120. <https://doi.org/10.5220/0008321401160120>
- Juniar, H. H., & Astuti, R. D. (2016). Analisis Sistem Kerja Shift Terhadap Tingkat Kelelahan Perawat di Bangsal Bedah RSUD Karanganyar menggunakan Subjective Self Rating Test. *SEMINAR NASIONAL TEKNIK INDUSTRI 2016 UNIVERSITAS GADJAH MADA*.
- Khotimah, K. (2010). Hubungan Antara Persepsi Terhadap Lingkungan Kerja Psikologis Dengan Burnout Pada Perawat RSUD Budi Rahayu Pekalongan. *Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro*.
- Koopmans, L., Bernaards, C. M., Hildebrandt, V. H., Schaufeli, W. B., De Vet Henrica, C. W., & Van Der Beek, A. J. (2011). Conceptual frameworks of individual work performance: A systematic

- review. *Journal of Occupational and Environmental Medicine*, 53(8), 856–866. <https://doi.org/10.1097/JOM.0b013e318226a763>
- Kusnanto, K., Juanamasta, I. G., Yuwono, S. R., Arif, Y., Erika, K. A., & Arifin, H. (2020). Professional Self-Concept Model on Working Productivity of Clinical Nurses. *Journal of Global Pharma Technology*, 12(9), 13.
- Lane, J. (2009). The neurochemistry of counterconditioning: Acupressure desensitization in psychotherapy. *Energy Psychology: Theory, Research, and Treatment*, 1(1), 31–44.
- Latifah, L., & Ramawati, D. (2018). Intervensi Emotional Freedom Technique (EFT) untuk mengurangi nyeri post operasi sectio caesaria (SC). *Indonesian Nursing Journal Of Education And Clinic (INJEC)*, 1(1), 53–60. <https://doi.org/10.24990/injec.v1i1.52>
- Prestiana, N. D. I., & Purbandini, D. (2012). Hubungan antara efikasi diri (self efficacy) dan stres kerja dengan kejenuhan kerja (burnout) pada perawat IGD dan ICU RSUD Kota Bekasi. *SOUL: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(2), 1–14.
- Rosseter RJ. (2014). Nursing Shortage Fact Sheet. *American Association of Colleges of Nursing*.
- Tampubolon, L. F. (2018). Burnout syndrome pada perawat di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan. *Jurnal Keperawatan Priority*, 1(1).
- Tawale, E. N., Budi, W., & Nurcholis, G. (2011). Hubungan antara Motivasi Kerja Perawat dengan Kecenderungan mengalami Burnout pada Perawat di RSUD Serui–Papua. *Jurnal Insan*, 13(2), 74–84.
- Undang - Undang Republik Indonesia Nomor 44 Tahun 2009 Tentang Rumah Sakit. (2013). In Bandung. Citra Umbara: Vol. I.
- Wati, N. M. N., Ardani, H., & Dwiantoro, L. (2018). Implementation of Caring Leadership Model Had an Effect on Nurse’s Burnout. *Jurnal Ners Dan Kebidanan Indonesia*, 5(3), 165–173. [https://doi.org/10.21927/jnki.2017.5\(3\).165-173](https://doi.org/10.21927/jnki.2017.5(3).165-173)
- Wati, N. M. N., Dewi, N. L. P. T., Meilena, N. L. G. D., Juanamasta, I. G., & Lestari, R. T. R. (2021). Emotional Freedom Technique (EFT) Therapy on Chronic Kidney Disease (CKD) Patients to Reduce Fatigue. *Jurnal Keperawatan*, 12(1). <https://doi.org/10.22219/jk.v12i1.9763>
- Wati, N. M. N., Juanamasta, I. G., & Suartini, N. L. (2020). Gambaran Kepuasan Kerja Perawat di Ruang Rawat Inap Rsud Wangaya Denpasar. *Gaster*, 18(2), 163. <https://doi.org/10.30787/gaster.v18i2.418>
- Wati, N. M. N., Lestari, R. T. R., Ayuningtyas, G., Ardi, N. B., & Juanamasta, I. G. (2021). Nurse Perceived of Caring Leadership: A Qualitative Descriptive Study. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 9(G), 88–93. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2021.6666>