



BRPKM

Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental
<http://e-journal.unair.ac.id/index.php/BRPKM>
e-ISSN: 2776-1851



ARTIKEL PENELITIAN

Pengaruh *Workload* dan *Social Support* terhadap *Burnout* pada Tenaga Kesehatan di Masa Pandemi COVID-19

NOORIFTITA RIZKY & FENDY SUHARIADI*
Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui dan menganalisis ada atau tidaknya pengaruh beban kerja dan dukungan sosial terhadap kelelahan kerja pada tenaga kesehatan di masa pandemi COVID-19. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dan melibatkan 110 tenaga kesehatan yang bekerja di rumah sakit yang menangani pasien COVID-19. Dalam mengukur variabel penelitian menggunakan instrumen MBI, RTLX, dan MSPSS. Analisis yang digunakan yaitu uji regresi linear berganda dengan bantuan *IBM SPSS Statistics 26 for Windows*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa beban kerja dan dukungan sosial memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kelelahan kerja pada tenaga kesehatan di masa pandemi COVID-19, baik secara simultan maupun parsial.

Kata kunci: *beban kerja, covid-19, dukungan sosial, kelelahan kerja, tenaga kesehatan*

ABSTRACT

The purpose of this research is to find out and analyze whether or not there is an effect of workload and social support on burnout in healthcare workers during the pandemic of COVID-19. The research used quantitative study and involving 110 healthcare workers who work in hospital that treat COVID-19 patients. In measuring the research variables using the MBI, RTLX, and MSPSS instruments. The analysis used is multiple linear regression test with IBM SPSS Statistics 26 for Windows. The results of this study indicate that workload and social support have a significant effect on burnout in healthcare workers during the pandemic of COVID-19, either simultaneously or partially.

Keywords: *burnout, covid-19, healthcare workers, social support, workload*

Buletin Penelitian Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM), 2021, Vol. 1(2), 1199-1206

*Alamat korespondensi: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, Kampus B Universitas Airlangga Jalan Airlangga 4-6 Surabaya 60286. Surel: fendy.suhariadi@psikologi.unair.ac.id



Naskah ini merupakan naskah dengan akses terbuka dibawah ketentuan the Creative Common Attribution License (CC-BY-4.0) (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>), sehingga penggunaan, distribusi, reproduksi dalam media apapun atas artikel ini tidak dibatasi, selama sumber aslinya disitir dengan baik.

PENDAHULUAN

Coronavirus Disease-19 (COVID-19) adalah penyakit yang disebabkan oleh virus corona baru atau SARS-CoV-2 dan menyebabkan infeksi saluran pernapasan. Seiring berjalannya waktu, jumlah kasus COVID-19 semakin meningkat dan terus menyebar luas. Akhirnya pada Maret 2020 *World Health Organization* (WHO) menetapkan COVID-19 sebagai pandemi. Pandemi ini menyebabkan ketidakpastian, perubahan yang drastis, dan keadaan yang di luar kendali menjadi tantangan baru bagi tenaga kesehatan dalam menangani pasien yang terinfeksi COVID-19. Berbagai ancaman mengintai tenaga kesehatan yang berada di garda terdepan di masa pandemi ini. Kekhawatiran muncul terkait pasokan alat pelindung diri (APD) yang kurang memadai, pemakaian APD yang menimbulkan rasa tidak nyaman, ancaman terinfeksi virus, intensitas bertemu dengan keluarga berkurang karena isolasi mandiri, munculnya stigma sebagai penyebar virus, hingga kematian (Giusti dkk., 2020; Sasangohar dkk., 2020).

Faktor risiko yang dialami tenaga kesehatan dalam menangani COVID-19 dapat memicu timbulnya *burnout* (Ornell dkk., 2020). *Burnout* menjadi prediktor penting dalam penurunan kinerja, produktivitas, dan kepuasan klien. *Burnout* juga membawa dampak negatif pada kesejahteraan psikologis dan kesehatan fisik (Bakker & Sanz-Vergel, 2020). Tanda-tanda *burnout* yang tenaga kesehatan alami yaitu sedih dan depresi, mudah frustrasi, merasa terisolasi, kelelahan fisik dan mental, merasa gagal, dan rasa khawatir yang menyebabkan waspada berlebihan (Jha dkk., 2020). Di masa pandemi ini, tingkat *burnout* di kalangan tenaga kesehatan semakin meningkat (Lasalvia dkk., 2021). Adanya pandemi juga membawa faktor-faktor baru yang memengaruhi *burnout* pada tenaga kesehatan. Kegiatan belajar anak yang dilakukan secara *online*, pekerjaan rumah tangga yang menumpuk, tagihan rumah, dan menyaksikan pasien kesakitan, sekarat, hingga meninggal menimbulkan kelelahan secara emosional bagi tenaga kesehatan (Aldossari & Chaudhry, 2021; Houtrow, 2020; Jha dkk., 2020). Secara global, titik puncak *burnout* tenaga kesehatan dapat terjadi ketika gelombang kedua atau ketiga pandemi, munculnya virus-virus jenis baru, dan meningkatnya angka kematian karena COVID-19 (Kaushik, 2021).

Secara garis besar dapat disimpulkan bahwa salah satu faktor yang memengaruhi *burnout* adalah *workload*. *Workload* bergantung pada jumlah pekerjaan yang harus dilakukan, waktu dan aspek tertentu yang perlu diperhatikan, dan pengalaman psikologis setiap individu (Lysaght dkk., 1989). Di masa pandemi COVID-19, waktu bekerja yang lebih lama, tekanan dari berbagai pihak, stres yang meningkat, dan kekhawatiran tertular virus menyebabkan *workload* tenaga kesehatan lebih besar dari biasanya (Rosyanti & Hadi, 2020). Dalam beberapa penelitian sebelumnya telah disebutkan bahwa *workload* memengaruhi *burnout* secara signifikan (Hamzah, 2019; Indra, 2018; Prijayanti, 2015; Xiaoming dkk., 2014). Kelelahan emosional dan depersonalisasi yang dirasakan dapat menyebabkan hilangnya makna pekerjaan. Kemudian perasaan tidak percaya diri dengan kemampuan yang dimiliki juga memengaruhi dalam kualitas layanan yang diberikan.

Faktor lain yang memengaruhi *burnout* adalah *social support* (Hamzah, 2019; Indra, 2018; Woodhead dkk., 2014). *Social support* yang didapat tenaga kesehatan dapat memengaruhi kesehatan, meringankan masalah yang dihadapi, meningkatkan kepercayaan diri dan rasa optimis dalam pekerjaan, memiliki rasa aman dan nyaman, tingkat depresi yang rendah, kualitas tidur yang lebih baik, dan dapat mengatasi rasa terisolasi dari dunia luar (Iswanto & Agustina, 2016; Liu dkk., 2020; Putri, 2016; Santoso & Setiawan, 2018; Xiao dkk., 2020; Zhang & Ma, 2020). Dukungan dari berbagai sumber dan bentuk sangat dibutuhkan oleh tenaga kesehatan di tengah pandemi COVID-19 ini. Dari organisasi, dukungan yang diberikan dapat berupa kebutuhan dasar, ketersediaan APD, fasilitas konseling dengan tenaga

profesional, dan program regulasi jam kerja (Ho dkk., 2020; Kannampallil dkk., 2020). Kemudian dukungan dari keluarga dan teman terdekat dapat berupa kasih sayang dan semangat agar selalu memberikan yang terbaik dalam pekerjaan (Rosyanti & Hadi, 2020).

Burnout

Burnout adalah sebuah sindrom psikologis berupa *emotional exhaustion*, *depersonalization*, dan *low personal accomplishment* yang dapat terjadi pada individu yang bekerja dengan banyak orang dalam kapasitas tertentu (Maslach dkk., 1996).

Workload

Workload adalah persepsi individu terhadap waktu yang digunakan untuk bekerja serta perbedaan antara tuntutan tugas yang diberikan dengan kemampuan yang dimiliki pekerja (Hart & Staveland, 1988).

Social Support

Social support adalah keyakinan seseorang akan adanya dukungan yang diberikan oleh keluarga, teman, dan orang-orang terdekat pada saat dibutuhkan (Zimet dkk., 1988).

Berdasarkan pemaparan di atas, maka hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- H₁ : *Workload* dan *social support* berpengaruh terhadap *burnout* (kelelahan kerja) pada nakes di masa pandemi COVID-19
- H₂ : *Workload* berpengaruh terhadap *burnout* (kelelahan kerja) pada nakes di masa pandemi COVID-19
- H₃ : *Social support* berpengaruh terhadap *burnout* (kelelahan kerja) pada nakes di masa pandemi COVID-19

M E T O D E

Desain Penelitian

Dalam mendesain penelitian ini digunakan pendekatan kuantitatif yang memiliki data berupa angka, terdapat uji hipotesis, dan analisis data untuk menunjukkan hubungan antarvariabel (Neuman, 2014). Kemudian, tipe penelitian yang digunakan adalah eksplanatori yang memiliki tujuan untuk menjelaskan mengapa suatu fenomena terjadi serta untuk menguji teori yang sudah ada. Selanjutnya, teknik pengumpulan data yang digunakan adalah survei melalui kuesioner.

Partisipan

Partisipan dalam penelitian ini adalah tenaga kesehatan di rumah sakit yang menangani pasien COVID-19. Pada penelitian ini teknik *sampling* yang digunakan adalah *non-probability sampling* dan *convenience sampling*. Penulis melakukan perhitungan menggunakan G*Power 3.1.9.7 dengan taraf signifikansi sebesar 0,05 dan *statistical power* sebesar 0,95 dalam rangka menentukan jumlah partisipan. Berdasarkan perhitungan tersebut, jumlah minimal sampel yang dibutuhkan adalah 107 partisipan. Setelah dilakukan pengambilan data, didapatkan total 110 partisipan ($M_{usia}=34,58$; $SD_{usia}=8,54$; 61

persen wanita; 39 persen pria) yang setuju untuk berpartisipasi melalui *informed consent* dalam penelitian ini.

Pengukuran

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur *burnout* adalah *The Maslach Burnout Inventory* (MBI) yang diadaptasi dari penelitian Karim berdasarkan teori Maslach (Karim, 2020). Terdiri dari 22 aitem dan 7 alternatif jawaban dari 0 sampai 6 dengan $\alpha=.715$. Kemudian, alat ukur *workload* adalah *Raw-Task Load Index* (RTLX) yang diadaptasi oleh Suryandari berdasarkan teori Hart dan Staveland (Suryandari, 2018). Terdiri dari 6 aitem dan 5 alternatif jawaban dari 1 sampai 5 dengan $\alpha=.745$. Selanjutnya, alat ukur yang digunakan untuk mengukur *social support* adalah *The Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) yang diadaptasi dari penelitian Wibowo berdasarkan teori Zimet (Wibowo, 2019). Terdiri dari 12 aitem dan 5 alternatif jawaban dari 1 sampai 5 dengan $\alpha=.936$.

Analisis Data

Teknik analisisnya adalah uji asumsi dan uji regresi linear berganda. Uji asumsi yang dilakukan adalah uji normalitas, uji linearitas, uji heteroskedastisitas, dan uji multikolinearitas. Pengolahan data dalam penelitian ini menggunakan bantuan aplikasi *IBM SPSS Statistics 26 for Windows*.

HASIL PENELITIAN

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa partisipan memiliki tingkat *workload* kategori tinggi sebanyak 77 partisipan (70%), kategori sedang sebanyak 30 partisipan (27,2%), dan kategori rendah sebanyak 3 orang (2,8%). Untuk *social support* partisipan dengan kategori tinggi sebanyak 100 partisipan (91%) dan kategori sedang sebanyak 10 partisipan (9%). Selanjutnya untuk tingkat *burnout* kategori sedang sebanyak 34 partisipan (31%) dan kategori rendah sebanyak 76 partisipan (69%).

Hasil uji regresi linear berganda menunjukkan bahwa *workload* dan *social support* dapat memprediksi *burnout* pada tenaga kesehatan sebesar 12,9% ($F=7,921$; $p=0,001$; $R^2=0,129$). Kemudian dari hasil uji parsial diketahui bahwa *workload* memiliki pengaruh terhadap *burnout* pada tenaga kesehatan ($p=0,009$ dan $R^2=0,036$) dan *social support* juga berpengaruh terhadap *burnout* pada tenaga kesehatan ($p=0,001$ dan $R^2=0,071$).

DISKUSI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menganalisis ada atau tidaknya pengaruh *workload* dan *social support* terhadap *burnout* (kelelahan kerja) pada nakes di masa pandemi COVID-19. Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan menunjukkan bahwa *workload* dan *social support* memiliki pengaruh yang signifikan ($p=0,001$) terhadap *burnout*. Kemudian ditinjau dari nilai koefisien determinasi menunjukkan nilai sebesar 0,129 yang artinya bahwa *workload* dan *social support* secara bersamaan memberikan pengaruh sebesar 12,9% terhadap *burnout*. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang menemukan bahwa *burnout* dapat dipengaruhi oleh *workload* dan *social support* secara bersamaan (Priyanti, 2015). Penelitian lain juga menunjukkan kontribusi *workload* dan *social support* yang cukup besar yaitu 40,3% terhadap kemungkinan terjadinya *burnout* (Hamzah, 2019).

Selanjutnya diketahui bahwa *workload* memiliki pengaruh positif dan signifikan ($p=0,009$) terhadap *burnout*. Artinya semakin tinggi *workload* yang diterima oleh tenaga kesehatan, maka semakin tinggi

pula tingkat *burnout* yang dialami. Hasil pada penelitian ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya yang menjelaskan yaitu kecenderungan *burnout* timbul ketika *workload* semakin buruk (Xiaoming dkk., 2014). Kemudian dalam penelitian lain juga mengemukakan tenaga kesehatan yang memaksakan diri dalam menyelesaikan pekerjaannya akan merasakan kelelahan yang luar biasa, sehingga hal tersebut memengaruhi kinerja tenaga kesehatan dalam memberikan layanan pada pasien (Indra, 2018). Hal ini kembali dipertegas dalam penelitian serupa yang mengatakan kelelahan akibat *workload* yang berlebih dapat menyebabkan berkurangnya kekuatan fisik untuk melanjutkan pekerjaan tersebut dan dapat menurunkan motivasi serta produktivitas kerja (Hamzah, 2019).

Kemudian diketahui bahwa *social support* berpengaruh signifikan dan memiliki arah negatif ($p=0,001$) terhadap *burnout*. Artinya semakin tinggi tingkat *social support* yang diterima oleh tenaga kesehatan, maka semakin rendah tingkat *burnout* yang dialami. Hasil ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya yang menunjukkan bahwa *social support* berpengaruh secara negatif dan signifikan terhadap *burnout* (Indra, 2018). Hal ini didukung oleh Hamzah yang menyebutkan bahwa lingkungan kerja yang baik maka akan menghasilkan *social support* yang baik pula sehingga akan mengurangi intensitas *burnout* yang dialami (Hamzah, 2019). Putra dan Muttaqin juga mengungkapkan bahwa kualitas atau kepuasan dalam menerima *social support* lebih penting untuk menekan terjadinya *burnout* (Putra & Muttaqin, 2020).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan dalam penelitian ini, maka dapat disimpulkan bahwa *workload* dan *social support* secara simultan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *burnout* (kelelahan kerja) pada nakes di masa pandemi COVID-19. Kemudian ditemukan bahwa *workload* secara parsial berpengaruh signifikan dan positif terhadap *burnout* (kelelahan kerja) pada nakes di masa pandemi COVID. Selanjutnya *social support* secara parsial berpengaruh secara signifikan dan negatif terhadap *burnout* (kelelahan kerja) pada nakes di masa pandemi COVID-19.

Saran untuk penelitian selanjutnya dapat lebih mempertimbangkan karakteristik subjek berdasarkan data demografis seperti status pernikahan dan profesi tenaga kesehatan yang lebih spesifik untuk mendapatkan hasil yang lebih detail dan jelas. Selain itu dapat meneliti faktor lain yang dapat memprediksi tingkat *burnout* seperti *self efficacy* yang berkaitan dengan *low personal accomplishment*. Saran bagi tenaga kesehatan untuk melakukan penerimaan diri bahwa tugas yang dihadapi merupakan bagian dari tanggung jawab sebagai penyedia fasilitas kesehatan dan tidak perlu sungkan untuk meminta bantuan sesuai dengan yang dibutuhkan. Kemudian saran bagi rumah sakit untuk dapat memerhatikan jadwal kerja dan mengadakan program *social support* seperti fasilitas konsultasi gratis dengan tenaga profesional.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Allah SWT, keluarga, teman-teman, partisipan penelitian, dan seluruh pihak yang telah memberikan dukungan dan bantuan selama proses penelitian. Semoga selalu diberkahi kesehatan dan kebahagiaan.

DEKLARASI POTENSI TERJADINYA KONFLIK KEPENTINGAN

Nooriftita Rizky dan Fendy Suhariadi tidak bekerja, menjadi konsultan, memiliki saham, atau menerima dana dari perusahaan atau organisasi manapun yang mungkin akan mengambil untung dari diterbitkannya naskah ini.

PUSTAKA ACUAN

- Aldossari, M., & Chaudhry, S. (2021). Women and Burnout in the Context of a Pandemic. *Gender, Work and Organization*, 28(2), 826–834. <https://doi.org/10.1111/gwao.12567>
- Bakker, A. B., & Sanz-Vergel, A. I. (2020). Burnout. In B. J. Carducci & C. S. Nave (Eds.), *The Wiley Encyclopedia of Personality and Individual Differences: Clinical, Applied, and Cross-Cultural Research: Vol. IV* (1st ed., pp. 411–415). John Wiley & Sons Ltd.
- Giusti, E. M., Pedrolì, E., D’Aniello, G. E., Stramba Badiale, C., Pietrabissa, G., Manna, C., Stramba Badiale, M., Riva, G., Castelnuovo, G., & Molinari, E. (2020). The Psychological Impact of the COVID-19 Outbreak on Health Professionals: A Cross-Sectional Study. *Frontiers in Psychology*, 11, 1–27. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01684>
- Hamzah, W. (2019). Pengaruh Beban Kerja dan Dukungan Sosial terhadap Kelelahan Kerja. *Psikoborneo*, 7(2), 336–343.
- Hart, S. G., & Staveland, L. E. (1988). Development of NASA-TLX (Task Load Index): Results of Empirical and Theoretical Research. *Human Mental Workload*, 52, 139–183.
- Ho, C. S., Chee, C. Y., & Ho, R. C. (2020). Mental Health Strategies to Combat the Psychological Impact of COVID-19 Beyond Paranoia and Panic. *Annals of the Academy of Medicine, Singapore*, 49(3), 155–160.
- Houtrow, A. J. (2020). Addressing Burnout: Symptom Management Versus Treating the Cause. *The Journal of Pediatrics*, 224, 18–19. https://online210.psych.wisc.edu/wp-content/uploads/PSY-210_Unit_Materials/PSY-210_Unit01_Materials/Frost_Blog_2020.pdf%0Ahttps://www.economist.com/special-report/2020/02/06/china-is-making-substantial-investment-in-ports-and-pipelines-worldwide%0Ahttp://
- Indra, I. P. (2018). *Pengaruh Beban Kerja dan Dukungan Sosial terhadap Burnout pada Perawat RSUD Dr. Achmad Darwis Kecamatan Suliki Kabupaten Lima Puluh Kota*. Universitas Negeri Padang.
- Iswanto, F., & Agustina, I. (2016). Peran Dukungan Sosial di Tempat Kerja Terhadap Keterikatan Kerja Karyawan. *Mediapsi*, 02(02), 38–45. <https://doi.org/10.21776/ub.mps.2016.002.02.6>
- Jha, S. S., Shah, S., Calderon, M. D., Soin, A., & Manchikanti, L. (2020). The Effect of COVID-19 on Interventional Pain Management Practices: A Physician Burnout Survey. *Pain Physician*, 23(4 Special Issue), S271–S282.
- Kannampallil, T. G., Goss, C. W., Evanoff, B. A., Strickland, J. R., McAlister, R. P., & Duncan, J. (2020). Exposure to COVID-19 Patients Increases Physician Trainee Stress and Burnout. *PLoS ONE*, 15(8),

1–12. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0237301>

Karim, A. (2020). *Pengaruh Kecerdasan Emosional terhadap Burnout pada Perawat di Surabaya dengan Coronavirus Anxiety sebagai Variabel Mediator* [Universitas Airlangga]. <http://mpoc.org.my/malaysian-palm-oil-industry/>

Kaushik, D. (2021). COVID-19 and Health care Workers Burnout: A Call for Global Action. *EClinicalMedicine*, 35, 1. <https://doi.org/10.1016/j.eclinm.2021.100808>

Lasalvia, A., Amaddeo, F., Porru, S., Carta, A., Tardivo, S., Bovo, C., Ruggeri, M., & Bonetto, C. (2021). Levels of Burn-out among Healthcare Workers during the COVID-19 Pandemic and Their Associated Factors: A Cross-sectional Study in a Tertiary Hospital of a Highly Burdened Area of North-east Italy. *BMJ Open*, 11, 1–20. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2020-045127>

Liu, C. H., Zhang, E., Wong, G. T. F., Hyun, S., & Hahm, H. “Chris.” (2020). Factors Associated with Depression, Anxiety, and PTSD Symptomatology during the COVID-19 Pandemic: Clinical Implications for U.S. Young Adult Mental Health. *Psychiatry Reserach* 290, 1–7.

Lysaght, R. J., Hill, S. G., Dick, a O., Plamondon, B. D., Linton, P. M., Wierwille, W. W., Zaklad, a L., Bittner Jr, a C., & Wherry, R. J. (1989). Operator Workload: Comprehensive Review and Evaluation of Operator Workload Methodologies. In *U.S. Army Research Institute for the Behavioral and Social Sciences* (Vol. 851).

Maslach, C., Jackson, S. E., & Leiter, M. P. (1996). The Maslach Burnout Inventory Manual. *The Maslach Burnout Inventory*, May 2016, 191–217. <https://www.researchgate.net/publication/277816643>

Neuman, W. L. (2014). Social Research Methods: Qualitative and Quantitative Approaches. In *Pearson Education Limited* (7th ed.). Pearson Education Limited. <https://doi.org/10.2307/3211488>

Ornell, F., Schuch, J. B., Sordi, A. O., & Kessler, F. H. P. (2020). “Pandemic Fear” and COVID-19: Mental Health Burden and Strategies. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 42(3), 232–235. <https://doi.org/10.1590/1516-4446-2020-0008>

Prijayanti, I. (2015). *Pengaruh Beban Kerja dan Dukungan Sosial terhadap Burnout pada Karyawan PT. X. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah*.

Putra, A. C. M., & Muttaqin, D. (2020). Hubungan antara Dukungan Sosial dengan Burnout pada Perawat di Rumah Sakit X. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 9(2), 82–87. <https://doi.org/10.30872/psikostudia.v9i2.3901>

Putri, D. R. (2016). Peran Dukungan Sosial dan Kecerdasan Emosi terhadap Kesejahteraan Subjektif pada Remaja Awal. *Jurnal Indigenous*, 1(1), 1–12. <https://doi.org/10.23917/indigenous.v1i1.1770>

Rosyanti, L., & Hadi, I. (2020). Dampak Psikologis dalam Memberikan Perawatan dan Layanan Kesehatan Pasien COVID-19 pada Tenaga Profesional Kesehatan. *Health Information Jurnal Penelitian*, 12(1), 107–130. <https://doi.org/10.36990/hijp.vi.191>

Santoso, E., & Setiawan, J. L. (2018). Peran Dukungan Sosial Keluarga, Atasan, dan Rekan Kerja terhadap Resilient Self-Efficacy Guru Sekolah Luar Biasa. *Jurnal Psikologi*, 45(1), 27–39. <https://doi.org/10.22146/jpsi.25011>

- Sasangohar, F., Jones, S. L., Masud, F. N., Vahidy, F. S., & Kash, B. A. (2020). Provider Burnout and Fatigue during the COVID-19 Pandemic: Lessons Learned from a High-Volume Intensive Care Unit. *International Anesthesia Research Society*, 131(1), 106–111. <https://doi.org/10.1213/ANE.0000000000004866>
- Suryandari, D. (2018). *Pengaruh Kompetensi, Motivasi, dan Beban Kerja terhadap Kinerja Perawat IGD RSUD di Yogyakarta*. Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
- Wibowo, B. H. (2019). *Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kecemasan Menghadapi Pensiun pada Pegawai Kementerian Pertahanan* [Universitas Negeri Jakarta]. <http://psikologi.unj.ac.id/>
- Woodhead, E. L., Northrop, L., & Edelstein, B. (2014). Stress, Social Support, and Burnout Among Long-Term Care Nursing Staff. *Journal of Applied Gerontology*, 1–22. <https://doi.org/10.1177/0733464814542465>
- Xiao, H., Zhang, Y., Kong, D., Li, S., & Yang, N. (2020). The Effects of Social Support on Sleep Quality of Medical Staff Treating Patients with Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) in January and February 2020 in China. *Medical Science Monitor*, 26, 1–8. <https://doi.org/10.12659/MSM.923549>
- Xiaoming, Y., Ma, B. J., Chang, C. L., & Shieh, C. J. (2014). Effects of Workload on Burnout and Turnover Intention of Medical Staff: A Study. *Studies on Ethno-Medicine*, 8(3), 229–237. <https://doi.org/10.31901/24566772.2014/08.03.04>
- Zhang, Y., & Ma, Z. F. (2020). Impact of the COVID-19 Pandemic on Mental Health and Quality of Life among Local Residents in Liaoning Province, China: A Cross-Sectional Study. [revista en Internet] 2020 [acceso 8 de octu. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17, 1–12. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32233719/>
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The Multidimensional Scale of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30–41. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2