***THE EFFECT OF FIVE FINGER HYPNOSIS ON BURNOUT IN NURSES IN THE COVID-19 ISOLATION ROOM***

**PENGARUH HYPNOSIS LIMA JARI TERHADAP *BURNOUT* PADA PERAWAT DI RUANG ISOLASI COVID-19**

Penulis 1 : Anak Agung Ayu Mirahadi

Afiliasi Penulis 1 : STIKES Wira Medika Bali/RSUP Sanglah Denpasar

Email Penulis 1 : mirahadi2016@gmail.com

WhatsApp Aktif : 082146593483

Penulis 2 : Ni Made Nopita Wati\*

Afiliasi Penulis 2 : STIKes Wira Medika Bali

Email Penulis 2 : nopitawati@stikeswiramedika.ac.id

WhatsApp Aktif : 081805628026

Penulis 3 : Ika Setya Purwanti

Afiliasi Penulis 3 : STIKes Wira Medika Bali

Email Penulis 3 : davyathaa@gmail.com

WhatsApp Aktif : 082331935053

ABSTRACT

*The Covid-19 pandemic is the biggest challenge to the health care system in the word today. Nurses as one of the medical personnel who are fighting at the forefront in fighting the Covid-19, face various problems such as an increase in workload and a psychological burden when caring for patients during the Covid-19. The high workload and the heavy psychological burden borne by nurses in caring for patients during the Covid-19, make nurses vulnerable to burnout. Burnout experienced by nurses when caring for patients caring for pateints during the Covid-19 pandemic. Burnout experienced by nurses when caring for patients during the Covid-19 pandemic is called pandemic burnout. Non-pharmacological therapy is expected to reduce burnout in nurses. Five-finger hypnosis is one of the most efeective non-pharmacological therapies to reduce one’s stress and anxiety. This study aims to determine the effect of five-finger hypnosis on burnout in nurses in the Covid-19 isolation room. This research uses pre-experimental research, with a one group pre-post test design. Sample in this study amounted to 22 people who werw selected through purposive sampling technique. Data was collected using a burnout pandemic questionnaire. The results of the study were analyzed using the Wilcoxon Sign Rank Test. The results showed that before the intervention was given, most of the respondents experienced high burnout as many as 11 people (50%) shile after being given the intervention there was a decrease where most of the respondents experienced moderate burnout as many as 13 people (59,1%) with p value 0,000.*

Keywords: *Five finger hypnosis, burnout, nurse, covid-19*

INTISARI

Pandemi COVID-19 merupakan tantangan terbesar bagi sistem pelayanan kesehatan di dunia saat ini. Perawat sebagai salah satu tenaga medis yang berjuang di garda terdepan dalam memerangi pandemi COVID-19, menghadapi berbagai masalah seperti peningkatan beban kerja dan adanya beban psikologis saat merawat pasien selama pandemi COVID-19. Tingginya beban kerja dan beratnya beban psikologis yang ditanggung oleh perawat dalam merawat pasien di masa pandemi COVID-19, membuat perawat rentan mengalami *burnout*. *Burnout* yang dialami oleh perawat saat merawat pasien di masa pandemi COVID-19 disebut dengan *pandemic* *burnout*. Terapi non farmakologi diharapkan dapat menurunkan burnout pada perawat. Hypnosis lima jari merupakan salah satu terapi non farmakologi yang sangat efektif untuk menurunkan stress dan cemas seseorang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh hypnosis lima jari terhadap *burnout* pada perawat di ruang isolasi covid-19. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *pra-eksperimental,* dengan rancangan penelitian *one group pre-post test design*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 22 orang yang dipilih melalui teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan kuesioner *pandemic burnout*. Hasil penelitian dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon Sign Rank Test.* Hasil penelitian menunjukkan sebelum diberikan intervensi sebagian besar responden mengalami *burnout* tinggi yaitu sebanyak 11 orang (50%) sedangkan setelah diberikan intervensi terjadi penurunan dimana sebagian besar responden mengalami *burnout* sedang yaitu sebanyak 13 orang (59,1%) dengan nilai p value 0,000.

Kata kunci: Hypnosis Lima Jari, *Burnout*, Perawat, Covid-19

PENDAHULUAN

COVID-19 merupakan penyakit pneumonia jenis baru yang muncul dan dilaporkan terjadi sejak akhir bulan Desember 2019 di kota Wuhan, China dan telah menyebar dengan cepat ke negara lain di seluruh dunia (Lai et al., 2020). Kasus ini kemudian meningkat dengan pesat, ditandai dengan dilaporkannya 44 kasus baru sejak tanggal 31 Desember 2019 hingga 3 Januari 2020. Tidak sampai satu bulan, penyakit ini telah menyebar di berbagai provinsi lain di China dan beberapa negara di sekitarnya seperti Thailand, Jepang dan Korea Selatan (L. Huang & rong Liu, 2020). Luasnya penyebaran COVID-19 dan banyaknya jumlah orang yang terinfeksi di seluruh dunia membuat *World Health Organization* (WHO) pada tanggal 12 Maret 2020 secara resmi mendeklarasikan COVID-19 sebagai pandemi (Pakpahan, J. P., & Litawati, 2021).

Pandemi COVID-19 merupakan tantangan terbesar bagi sistem pelayanan kesehatan di dunia saat ini. Rumah sakit sebagai bagian dari sistem pelayanan kesehatan dihadapkan pada pengembangan *surge capacity* agar kebutuhan pelayanan medis yang meningkat dapat dipenuhi dengan baik. Namun, tidak semua rumah sakit di Indonesia mampu beradaptasi dengan kondisi saat ini, baik dari segi fasilitas maupun tenaga medis.

Perawat sebagai salah satu tenaga medis yang berjuang di garda terdepan, memegang peranan yang sangat penting dalam memerangi pandemi COVID-19. Selama pandemi, perawat telah mengerahkan upaya yang luar biasa dengan mempertaruhkan nyawa untuk menunjukkan komitmen mereka terhadap pasien dan profesi (Catton, 2020). Perawat meskipun memiliki kewajiban profesional untuk merawat pasien selama pandemi, juga memiliki kekhawatiran mengenai pekerjaannya dan dampaknya terhadap dirinya sendiri. Khususnya kekhawatiran terhadap risiko terinfeksi dan penularan kepada anggota keluarga (Koh, Hegney, & Drury, 2012)

Perawat merawat langsung pasien dengan jarak dekat dan sering kali terpapar langsung dengan virus SARS-CoV-2, sehingga memiliki risiko tinggi tertular COVID-19. Laporan awal menunjukkan bahwa tingkat infeksi COVID-19 pada perawat lebih tinggi daripada saat pandemi SARS (C. Huang et al., 2020). Oleh karena itu, untuk mencegah hal ini, perawat juga harus menjalani isolasi. Hidup jauh dari anggota keluarga dan orang yang dicintai dan memberikan perawatan kepada pasien yang terinfeksi dengan risiko tinggi mengalami penularan, dapat menyebabkan efek traumatis bagi sisi psikologis perawat (Kang et al., 2020).Tingginya beban kerja dan beratnya beban psikologis yang ditanggung oleh perawat dalam merawat pasien di masa pandemi COVID-19, membuat perawat rentan mengalami stres. Stres yang berkepanjangan akan menyebabkan perawat mengalami kelelahan baik dari secara fisik, mental, dan emosional. Kelelahan akibat stres yang berhubungan dengan pekerjaan sering disebut dengan istilah *burnout*.

*Burnout* merupakan sebuah sindrom psikologis yang didefinisikan sebagai sekumpulan gejala kelelahan fisik, mental, dan emosional akibat paparan stres kerja yang berkepanjangan (Pangastiti & Rahardjo, 2011). Petugas kesehatan khususnya perawat sangat rentan mengalami *burnout*, dengan tingkat *burnout* tertinggi dilaporkan pada perawat yang bekerja di Instalasi Gawat Darurat (IGD) dan *Intensive Care Unit* (ICU) (Elshaer, Moustafa, Aiad, & Ramadan, 2018). Faktor-faktor yang diketahui berkontribusi terhadap tingginya risiko *burnout* pada perawat di ICU meliputi kompleksnya tugas dan kewajiban perawat, tingginya tingkat ketergantungan pasien terhadap perawat di ruang *Intensive Care Unit* (ICU), tingkat kematian yang tinggi, dan kondisi kerja yang tidak sesuai dalam hal beban kerja yang tinggi ditambah dengan kurangnya waktu untuk memenuhi kebutuhan pasien secara memadai (Talaee et al., 2020).

Penelitian yang dilakukan Wati, Ardani, & Dwiantoro (2018) menyatakan bahwa sebagian besar perawat yaitu sebanyak 12 orang (52,2%) mengalami burnout tinggi. Hasil penelitian Wati, Dewi, & Suryanti (2020) juga menyatakan bahwa sebagian besar perawat intensif mengalami *burnout* pada dimensi kelelahan emosional dengan kategori tinggi sebanyak 52 orang (43%). Penelitian lain yang dilakukan oleh Purniyawati, Wati, & Sari (2021) menyatakan sebanyak 51 orang (85,0%) mengalami burnout.

*Burnout* telah mempengaruhi kinerja perawat baik dirumah sakit negeri maupun swasta yang menyebabkan peningkatan angka cuti sakit dan efektivitas kerja berkurang. Para pengguna layanan kesehatan juga mengeluhkan penurunan kualitas pelayanan kesehatan yang diberikan perawat. *Burnout* juga terbukti menjadi penyebab terjadinya peningkatan turnover sehingga membuat cost dirumah sakit semakin meningkat (Hoskins, 2013).

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi burnout yaitu melalui terapi nonfarmakologis. Terapi yang dapat mengatasi masalah fisik dan psikologis sekaligus adalah terapi komplementer. Hal ini dikarenakan filosofi holistik yang terdapat pada terapi komplementer, terapi ini dapat menciptakan keharmonisan antara pikiran, jiwa, dan raga dalam satu kesatuan fungsi sehingga terapi ini dapat bermanfaat untuk mengatasi berbagai masalah baik dari aspek biologis, psikologis, sosial, dan spiritual. Terapi komplementer merupakan sebuah terapi yang terdiri dari bermacam-macam sistem pengobatan dan perawatan kesehatan, praktik dan produk yang secara umum bukan bagian dari terapi konvensional (Rufaida, Z., Lestari, S. W., & Sari, 2018). Terapi komplementer yang digunakan pada penelitian ini adalah hypnosis lima jari.

Pada dasarnya hypnosis lima jari ini mirip dengan hypnosis pada umumnya yaitu dengan menidurkan klien (tidur hipnotik) tetapi teknik ini lebih efektif untuk relaksasi diri sendirian dan waktu yang dilakukan bisa kurang dari 10 menit. Penelitian yang dilakukan Evangelista, Widodo, & Widiani, (2016) dalam penelitiannya disebutkan bahwa terdapat salah satu cara untuk mengurangi stress pada anak yang akan disirkumsisi salah satunya adalah menggunakan hipnosis. Hypnosis adalah penembusan faktor kritis pikiran sadar dan diikuti dengan diterimanya suatu sugesti/ide atau pemikiran sehingga menyebabkan perubahan perilaku dan tatanan mental emosional.Terbukti *British Medical Association* menyatakan bahwa hypnosis layak digunakan untuk mengobati histeria dan digunakan sebagai anestesi hypnosis lima jari sendiri adalah salah bentuk *self* hipnosis yang dapat menimbulkan efek relaksasi yang tinggi sehingga akan mengurangi ketegangan dan stress, kecemasan dari pikiran seseorang. Penggunaan hypnosis lima jari adalah seni komunikasi verbal yang bertujuan membawa gelombang pikiran klien menuju trance (gelombang alpha/theta) (Barbara, 2010). Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi hypnosis lima jari terhadap burnout perawat di ruang isolasi Covid-19.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *pra-eksperimental,* dengan rancangan penelitian *one group pre-post test design.* Penelitian ini menggunakan non probability sample dengan *purposive sampling.* Kriteria inklusi dalam penelitian ini yaitu perawat pelaksana yang bertugas di ruang isolasi, perawat yang mengalami burnout dan bersedia menjadi responden dengan menandatangai inform consent. Kriteria ekslusi dalam penelitian ini adalah perawat yang tidak kooperatif. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 22 orang perawat. Intrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner *burnout* yang terdiri dari 18 item pernyataan tertutup dimana semuanya adalah pernyataan *unfavourable* yang telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas, dengan nilai validitas (0,452-0,779) dan nilai reliabel yaitu 0,904. Penelitian ini juga telah mendaptkan Ethical Clearance dari Komisi Etik FK UNUD/RSUP Sanglah Denpasar dengan No. 2806/UN 14.2.2.VII/14/L/2021. Penelitian ini diawali dengan melakukan pre-tes kepada seluruh perawat di ruang Isolasi Covid-19 dan setelah didapatkan hasil pre-tes maka dilanjutkan dengan pemberian intervensi terapi hypnosis lima jari selama 2 minggu, sebanyak 3 kali seminggu selama 10-15 menit. Setelah intervensi hypnosis lima jari selesai diberikan maka dilakukan post-tes kembali. Hasil dari pre-tes dan post-tes kemudian dianalisis menggunakan uji *Wilcoxon Sign Rank Test.*

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Hasil Pengukuran Burnout Perawat Sebelum (Pre-tes) dan Sesudah (Post-tes)

di Ruang Isolasi Covid-19

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| *Burnout* perawat pelaksana | Pengukuran *Burnout* | | | | p value |
| *Pre-test* | | *Post-test* | |
| N | % | N | % | 0,000 |
| Tinggi (skor > 45) | 11 | 50,0 | 0 | 0 |
| Sedang (skor 33 – 44) | 9 | 40,9 | 13 | 59,1 |
| Rendah (skor < 33) | 2 | 9,1 | 9 | 40,9 |
| Total | 22 | 100 | 22 | 100 |

Hasil penelitian menunjukan bahwa pada pengukuran pre-test (sebelum diberikan terapi hypnosis lima jari) responden mengalami *burnout* rendah sebanyak 2 orang (9,1%), *burnout* sedang sebanyak 9 orang (40,9%) dan sebagian besar mengalami *burnout* tinggi yaitu sebanyak 11 orang (50,0%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Wirati, 2020) yang menyatakan bahwa perawat mengalami *burnout* tinggi sebanyak 21 orang (12,7%).

Hasil yang serupa juga ditemukan dalam penelitian Zhang, *et al*. (2021) yang dilaksanakan di sebuah rumah sakit khusus untuk pasien COVID-19 di Shanghai, China. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 6,85% perawat mengalami *burnout*, dimana sebanyak 25,89% memiliki tingkat kelelahan emosional yang tinggi, sebanyak 18,15% memiliki tingkat depersonalisasi yang tinggi, dan sebanyak 29,76% memiliki tingkat pencapaian pribadi yang rendah. Penelitian oleh Chen, *et al*. (2021) menunjukkan bahwa perawat yang mengalami tingkat kelelahan emosional yang lebih tinggi adalah perawat yang bekerja di ruang ICU sebanyak 24,7% dan perawat yang bekerja di departemen yang berhubungan dengan COVID-19 sebanyak 23,5%.

Hasil penelitian Hu, *et al.* (2020) menunjukkan bahwa setengah dari perawat yang merawat pasien COVID-19 di dua rumah sakit di Wuhan, China melaporkan mengalami *burnout* tingkat sedang dan tinggi, dimana sebanyak 60,5% mengalami kelelahan emosional, sebanyak 42,3 % mengalami depersonalisasi, dan sebanyak 60,6% mengalami pencapaian pribadi yang rendah. Penelitian ini juga menemukan bahwa sebanyak 14,3% perawat memiliki tingkat kecemasan yang tinggi, sebanyak 10,7% perawat memiliki tingkat depresi yang tinggi, dan sebanyak 91,2% perawat memiliki tingkat ketakutan yang tinggi.

*Burnout* merupakan sebuah sindrom psikologis yang didefinisikan sebagai sekumpulan gejala kelelahan fisik, mental, dan emosional akibat paparan stres kerja yang berkepanjangan (Pangastiti & Rahardjo, 2011). Petugas kesehatan khususnya perawat sangat rentan mengalami *burnout*, dengan tingkat *burnout* tertinggi dilaporkan pada perawat yang bekerja di Instalasi Gawat Darurat (IGD) dan *Intensive Care Unit* (ICU) (Elshaer, Moustafa, Aiad, & Ramadan, 2018). *Burnout* tidak hanya membawa dampak buruk bagi perawat, tetapi juga bagi organisasi dan institusi pelayanan kesehatan. Dampak yang ditimbulkan dari tingginya *burnout* pada perawat adalah penurunan kinerja perawat sehingga *outcome* kepada pasien juga buruk. Perawat yang mengalami *burnout* sangat berisiko melakukan kesalahan yang berpotensi merugikan pasien. *Burnout* juga terbukti menjadi penyebab terjadinya peningkatan *turnover* sehingga membuat pembiayaan rumah sakit semakin meningkat (Hoskin, 2013).

Hasil penelitian menunjukan bahwa sebagian besar responden pada pengukuran pre-test (sebelum diberikan terapi hypnosis lima jari) mengalami *burnout* tinggi yaitu sebanyak 11 orang (50,0%). Namun saat post test (setelah di berikan terapi hypnosis lima jari) terjadi penurunan dimana sebagian besar responden mengalami *burnout* sedang yaitu sebanyak 13 orang (59,1%) dengan nilai p value 0,000. Hasil ini sejalan dengan penelitian (Wati et al., 2019) yang menyatakan bahwa terjadi perubahan *burnout* pada perawat setelah dilakukan terapi EFT (*Emotional Freedom Teachnique*). Hasil ini menunjukan bahwa terdapat pengaruh terapi hypnosis lima jari terhadap *burnout* pada perawat. Hasil penelitian ini sejalan dengan (Marbun, Pardede, & Perkasa, 2019) yang menyatakan bahwa terapi hypnosis lima jari efektif dalam menurunkan kecemasan ibu prepartm sebelum proses persalinan.

Terapi hypnosis lima jari adalah suatu terapi yang membayangakan hal-hal yang menyenangkan dengan mengatur pernapasan dalam dapat menurunkan tingkat stress dengan cara yang tepat selain itu, terapi ini sangat penting bagi kesehatan mental dan fisik bernafas secara dalam dan membanyangkan hal-hal yang menyenangkan dapat merangsang munculnya oksida nitrat alami yang dapat berfungsi membuat seseorang lebih tenang (Affandi, 2017).

Hypnosis lima jari mampu menurunkan tingkat stress dan kecemasan seseorang, dengan menggunakan teknik hypnosis lima jari mampu merubah stress, tegang dan takut dengan menerima saran-saran di ambang bawah sadar atau dalam keadaan rileks dengan menggerakkan jari-jarinya sesuai perintah. Keberhasilan terapi ini dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya adanya kerjasama responden yang baik kualitas hubungan antara terapis dan klien yang meliputi tingkat kepercayaan, otoritas, kongkruen, kepribadian klien dan aspek-aspek dari diri klien yang relatif stabil dalam jangka waktu lama seperti kecerdasan, suasana yang tenang dan kondusif sehingga klien dapat berkonsentrasi penuh saat dilakukannya hypnosis lima jari (Long, 2018). Asumsi yang peneliti dapatkan bahwa terdapat efektifitas terapi hypnosis lima jari terhadap relaksasi yang didapatkan ketika dilakukan terapi hypnosis lima jari tersebut. Hypnosis 5 jari adalah suatu teknik distraksi pemikiran diri dengan menghypnosis diri sendiri.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa sebelum diberikan terapi hypnosis lima jari sebagian besar responden mengalami *burnout* tinggi yaitu sebanyak 11 orang (50%), setelah diberikan terapi hypnosis lima jari sebagian besar responden mengalami *burnout* sedang yaitu sebanyak 13 orang (59,1%) dan ada pengaruh terapi hypnosis lima jari terhadap *burnout* perawat pelaksana sebelum dan sesudah nilai p *value* sebesar 0,000.

DAFTAR PUSTAKA

Affandi, I. M. (2017). *Pengaruh Terapi Relaksasi Napas Dalam Dan Hypnosis Lima Jari Terhadap Tingkat Stress Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Yogyakarta*.

Barbara, K. (2010). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep Proses dan Praktikedisi VII* (Vol. 1). Jakarta : EGC.

Catton, H. (2020). Global challenges in health and health care for nurses and midwives everywhere. *International Nursing Review*, *67*(1), 4–6.

Chen, R., Sun, C., Chen, J., Jen, H., Kang, X. L., Kao, C., & Chou, K. (2021). A Large‐Scale Survey on Trauma, Burnout, and Posttraumatic Growth among Nurses during the COVID‐19 Pandemic. *International Journal of Mental Health Nursing*, *30*(1), 102–116.

Elshaer, N. S. M., Moustafa, M. S. A., Aiad, M. W., & Ramadan, M. I. E. (2018). Job stress and burnout syndrome among critical care healthcare workers. *Alexandria Journal of Medicine*, *54*(3), 273–277.

Evangelista, T., Widodo, D., & Widiani, E. (2016). Pengaruh Hipnosis 5 Jari Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Sirkumsisi Di Tempat Praktik Mandiri Mulyorejo Sukun Malang. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, *1*(2).

oskins, J. (2013). *The Play of Time: Perspective on Calendar, History, and Exchange*. California: University of Califormia Press.

Huang, C., Wang, Y., Li, X., Ren, L., Zhao, J., Hu, Y., … Gu, X. (2020). Clinical features of patients infected with 2019 novel coronavirus in Wuhan, China. *The Lancet*, *395*(10223), 497–506.

Huang, L., & rong Liu, H. (2020). Emotional responses and coping strategies of nurses and nursing college students during COVID-19 outbreak. *MedRxiv*.

Kang, L., Ma, S., Chen, M., Yang, J., Wang, Y., Li, R., … Yang, B. X. (2020). Impact on mental health and perceptions of psychological care among medical and nursing staff in Wuhan during the 2019 novel coronavirus disease outbreak: A cross-sectional study. *Brain, Behavior, and Immunity*, *87*, 11–17.

Koh, Y., Hegney, D., & Drury, V. (2012). Nurses’ perceptions of risk from emerging respiratory infectious diseases: a Singapore study. *International Journal of Nursing Practice*, *18*(2), 195–204.

Lai, J., Ma, S., Wang, Y., Cai, Z., Hu, J., Wei, N., … Li, R. (2020). Factors associated with mental health outcomes among health care workers exposed to coronavirus disease 2019. *JAMA Network Open*, *3*(3), e203976–e203976.

Long, B. C. (2018). *Perawatan Medical Bedah. Bandung*. Yayasan BTPK Padjajaran.

Marbun, A., Pardede, J. A., & Perkasa, S. I. (2019). Efektivitas Terapi Hipnotis Lima Jari terhadap Kecemasan Ibu Pre Partum di Klinik Chelsea Husada Tanjung Beringin Kabupaten Serdang Bedagai. *Jurnal Keperawatan Priority*, *2*(2), 92–99.

Pakpahan, J. P., & Litawati, D. (2021). *Tata Kelola Manajemen Keperawatan Klinis Era COVID-19* (1 ed.). Yogyakarta: Penerbit Gava Medika.

Pangastiti, N. K., & Rahardjo, M. (2011). *Analisis Pengaruh Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Burnout Pada Perawat Kesehatan Di Rumah Sakit Jiwa (studi pada RSJ Prof. Dr. Soerojo Magelang)*. Universitas Diponegoro.

Purniyawati, N. P. W., Wati, N. M. N., & Sari, N. A. M. E. (2021). The Relationship Of Efficacy With Burnout Nursing Implementation In Sajiwani Gianyar Hospital. *Jurnal Midpro*, *13*(1), 85–91.

Rufaida, Z., Lestari, S. W., & Sari, D. P. (2018). *Terapi Komplementer.* Mojokerto: STIKes Majapahit Mojokerto.

Talaee, N., Varahram, M., Jamaati, H., Salimi, A., Attarchi, M., Kazempour Dizaji, M., … Monjazebi, F. (2020). Stress and burnout in health care workers during COVID-19 pandemic: validation of a questionnaire. *Journal of Public Health*, 1–6.

Wati, N.M.N, Ardani, H., & Dwiantoro, L. (2018). Implementation of Caring Leadership Model Had an Effect on Nurse’s Burnout. *J Ners Dan Kebidanan Indonesia*, *5*(3), 166–173.

Wati, Ni Made Nopita, Dewi, N. L. P. T., & Suryanti, A. (2020). Gambaran Burnout Perawat Pelaksana Di Ruang Intensif RSUP Sanglah Denpasar. *Jurnal Kesehatan Dr. Soebandi*, *8*(1), 40–48.

Wati, Ni Made Nopita, Mirayanti, N. W., & Juanamasta, I. G. (2019). The Effect of Emotional Freedom Technique Therapy on Nurse Burnout. *JMMR (Jurnal Medicoeticolegal Dan Manajemen Rumah Sakit)*, *8*(3), 173–178.

Wirati, N. P. R., Wati, N. M. N., & Saraswati, N. L. G. I. (2020). Hubungan Burnout Dengan Motivasi Kerja Perawat Pelaksana. *Jurnal Kepemimpinan Dan Manajemen Keperawatan*, *3*(1), 8–14

Zhang, Y., Wang, C., Pan, W., Zheng, J., Gao, J., & Huang, X. (2020). *Stress , Burnout , and Coping Strategies of Frontline Nurses During the COVID-19 Epidemic in Wuhan*. *11*(October), 1–9. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2020.565520

**Catatan.**

Secara keseluruhan, mohon untuk disesuaikan dengan template terbaru Journal of Health (JoH).