

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN *BURNOUT*
PADA DOKTER UMUM INSTALASI GAWAT
DARURAT RUMAH SAKIT DI KOTA PALEMBANG**

Skripsi

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar
Sarjana Kedokteran (S.Ked)



Oleh:

Dian Mustikarini

04011181722050

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2020**

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN BURNOUT
PADA DOKTER UMUM INSTALASI GAWAT DARURAT
RUMAH SAKIT DI KOTA PALEMBANG**

Oleh:
Dian Mustikarini
04011181722050

SKRIPSI

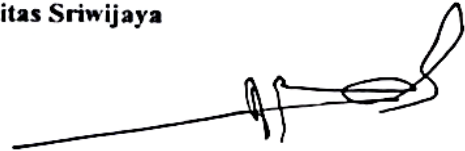
Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar sarjana kedokteran

Palembang, 31 Desember 2020

Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

Pembimbing I

dr. Abdullah Shahab, Sp.KJ., MARS
NIP. 196711251999031001



Pembimbing II

dr. Puji Rizki Suryani, M.Kes
NIP. 198509272010122006



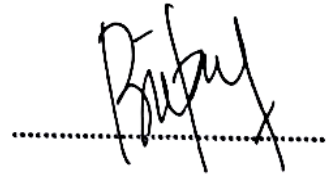
Penguji I

dr. Syarifah Aini, Sp.KJ
NIP. 198701172010122002



Penguji II

dr. Bintang Arroyantri Prananjaya, Sp.KJ
NIP. 198702052014042002



**Ketua Program Studi
Pendidikan Dokter**



dr. Susilawati, M.Kes
NIP. 197802272010122001

**Mengetahui,
Wakil Dekan I**



Dr. dr. Radiyati Umi Partan, Sp.PD-KR, M.Kes
NIP. 197207172008012007

LEMBAR PERNYATAAN

Saya yang bertanda-tangan di bawah ini dengan ini menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (sarjana, magister dan/atau doktor), baik di Universitas Sriwijaya maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan dan penelitian Saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan verbal Tim Pembimbing.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Pernyataan ini Saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka Saya bersedia menerima sanksi akademik atau sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi ini.

Palembang, 31 Desember 2020
Yang membuat pernyataan,



(Dian Mustikarini)

Mengetahui,

Pembimbing I



dr. Abdullah Shahab, Sp.KJ., MARS
NIP. 196711251999031001

Pembimbing II



dr. Puji Rizki Suryani, M.Kes
NIP. 198509272010122006

ABSTRAK

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN *BURNOUT* PADA DOKTER UMUM INSTALASI GAWAT DARURAT RUMAH SAKIT DI KOTA PALEMBANG

Dian Mustikarini, Desember 2020, 85 halaman,
Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya

Latar belakang: *Burnout* merupakan masalah serius dan sering terjadi pada pekerja yang selalu berinteraksi dengan manusia, salah satunya ialah tenaga medis. Bagi dokter, berdampak besar pada kualitas pelayanan dan keselamatan pasien. Dokter umum di IGD sering dihadapkan pada peristiwa spontan, tuntutan keputusan serta pengobatan yang tepat secepatnya. Stresor tersebut meningkatkan peluang *burnout* pada dokter di IGD. Penyebab *burnout* dari faktor internal ialah *lifestyle*. Saat ini, aktivitas fisik sering mengalami pergeseran namun jarang dievaluasi oleh para pekerja. Penelitian ini penting dilakukan guna memahami hubungan antara aktivitas fisik dengan *burnout* yang terjadi pada dokter umum di IGD, sebagai upaya melatarbelakangi pencegahan *burnout* secara praktis dan mandiri oleh tiap individu.

Metode: Penelitian ini berjenis observasional analitik dengan desain *crosssectional* berdasarkan data primer hasil isian kuesioner GPAQ dan MBI bahasa Indonesia. Subjek penelitian berjumlah 45 orang dokter umum IGD di beberapa rumah sakit di Palembang. Data katagorik rendah, sedang, dan tinggi dianalisis melalui uji Kendall's Tau.

Hasil: Secara keseluruhan, 61,5% responden mengalami *burnout* tingkat rendah. Aktivitas fisik yang dilakukan bervariasi. Hasil uji analisis Kendall's tau-b menunjukkan hubungan bermakna antara aktivitas fisik dengan *burnout* dimensi kelelahan emosional dan penurunan pencapaian pribadi. Korelasinya lemah dengan arah positif ($p=0,025$, $r=0,274$; dan $p=0,008$, $r=0,320$). Pada depersonalisasi, tidak ada hubungan bermakna antara aktivitas fisik dengan *burnout* ($p=0,926$).

Kesimpulan: Tingkat Aktivitas Fisik memiliki hubungan bermakna dengan *burnout* dimensi kelelahan emosional dan penurunan pencapaian pribadi. Sebaliknya, tingkat aktivitas fisik tidak memiliki hubungan bermakna dengan *burnout* dimensi depersonalisasi.

Kata kunci: *burnout*, Aktivitas fisik, dokter umum, Instalasi Gawat Darurat

ABSTRACT

Relationship between Physical Activity and *Burnout* in General Practitioner of Hospital Emergency Department in Palembang

Dian Mustikarini, December 2020, 85 pages,
Faculty of Medicine, Sriwijaya University

Background: Burnout is a serious problem that usually occurs in workers who always interact with humans, one of them is medical personnel. For doctors, it has a big impact for quality of care and patient safety. General practitioners in the ER are often faced with spontaneous events, demands for the right decision and treatment as soon as possible. These stressors increase the chances of burnout in the emergency room doctor. One of internal factors for burnout is lifestyle. Nowadays, physical activity often experiences a shift but rarely evaluated by workers. This research is important in order to understand the relationship between physical activity and burnout that occurs in general practitioners in the ER, as an effort to provide a motivation for burnout prevention practically and independently by each individual.

Methods: This research was an analytical observational study with a cross-sectional design based on primary data from the Indonesian language GPAQ and MBI questionnaires. The subjects were 45 general practitioners in emergency room at several hospitals in Palembang. Low, medium, and high categorical data were analyzed through Kendall's Tau test

Results: Overall, 61.5% of respondents experienced low level burnout. Physical activity undertaken varies. The results of Kendall's tau-b analysis test showed a significant relationship between physical activity and burnout in the dimensions of emotional exhaustion and decreased personal achievement. The correlation is weak in a positive direction ($p = 0.025$, $r = 0.274$; and $p = 0.008$, $r = 0.320$). In depersonalization, there was no significant relationship between physical activity and burnout ($p = 0.926$).

Conclusion: Physical Activity has a significant relationship with burnout on emotional exhaustion and low personal accomplishment. Whereas, there is no significant relationship between physical activity and burnout on depersonalization dimension

Keywords: Burnout, Physical Activity, General Practitioner, Emergency Room

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah yang telah memberikan nikmat dan karunia-Nya sehingga penulisan skripsi yang berjudul “Hubungan Aktivitas Fisik dengan *Burnout* pada Dokter Umum Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit di Kota Palembang” dapat diselesaikan.

Penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada kedua orang tua saya, Ayahanda tercinta Dr. Ir. Gatot Priyanto, MS, dan Ibunda tercinta, Prof. Dr. Ir. Sriati, MS, kepada kakak-kakak saya, Bagus Pamuji, dr. Dwiretno Pangastuti, dan dr. Dyahati Wahyurini atas segala motivasi, dukungan, bantuan, dan doa yang telah diberikan dalam pembuatan skripsi ini.

Penulis juga mengucapkan banyak terimakasih yang sedalam-dalamnya kepada Pembimbing I, dr. Abdullah Shahab, Sp.KJ, MARS, dan Pembimbing 2, dr. Puji Rizki Suryani, M.Kes serta Penguji 1, dr. Syarifah Aini, Sp.KJ, dan Penguji 2, dr. Bintang Arroyantri Prananjaya, Sp.KJ, atas kesediaan, waktu, dan segala arahan, masukan serta bimbingan dalam pembuatan skripsi ini dari awal hingga selesai menjadi lebih baik.

Terima kasih juga disampaikan kepada sahabat-sahabat sejawat terdekat cutegirls, sahabat seperjuangan Dienda Alya Zafira, Fitri Aulia Rahmi dan Alvinia, serta segala pihak internal dan eksternal yang telah membantu dan mendukung terlaksananya penelitian dan penulisan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini memiliki berbagai kekurangan akibat keterbatasan pengetahuan dan kemampuan penulis. Oleh karena itu, kritik dan saran sangat diharapkan untuk pengembangan dan penyempurnaan kedepannya. Akhirnya, penulis berharap skripsi ini bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan dan para pembaca.

Palembang, 20 Desember 2020



Dian Mustikarini

DAFTAR ISI

	Hal
JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR SKEMA	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
DAFTAR SINGKATAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Rumusan Masalah.....	2
1.3. Tujuan Penelitian.....	3
1.4. Hipotesis.....	3
1.5. Manfaat Penelitian.....	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1. Landasan Teori.....	4
2.1.1. <i>Burnout</i>	4
2.1.2. Aktivitas Fisik.....	11
2.1.3. <i>Burnout</i> dan Aktivitas Fisik.....	14
2.2. Kerangka Teori.....	16
2.3. Kerangka Konsep.....	17
BAB III METODE PENELITIAN	
3.1. Jenis Penelitian.....	18
3.2. Waktu dan Tempat Penelitian.....	18
3.3. Populasi dan Sampel.....	18
3.3.1. Populasi.....	18
3.3.2. Sampel.....	18
3.4. Variabel Penelitian.....	19
3.4.1. Variabel Independen.....	19
3.4.2. Variabel Dependen.....	19
3.5. Definisi Operasional.....	20
3.6. Instrumen Penelitian.....	22
3.7. Cara Kerja/Cara Pengumpulan Data.....	22
3.7. Cara Pengolahan dan Analisis Data.....	22
3.8. Kerangka operasional.....	24

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
4.1. Hasil.....	25
4.2. Pembahasan.....	35
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
5.1. Kesimpulan.....	44
5.2. Saran.....	44
DAFTAR PUSTAKA.....	45
LAMPIRAN.....	50
BIODATA.....	86

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Manifestasi Klinis <i>Burnout</i>	7
Tabel 2. <i>Assessment of Burnout</i>	8
Tabel 3. Klasifikasi Aktivitas Fisik berdasarkan MET	13
Tabel 4. Aktivitas atau Kegiatan berdasarkan MET	13
Tabel 5. Definisi Operasional dari Variabel <i>Burnout</i>	20
Tabel 6. Definisi Operasional dari Variabel Aktivitas Fisik.....	21
Tabel 7. Karakteristik Jenis Kelamin dan Durasi Kerja.....	26
Tabel 8. Karakteristik Usia, Lama Kerja, dan Durasi Kerja	26
Tabel 9. Distribusi Tingkat Aktivitas Fisik.....	27
Tabel 10. Distribusi Skor Responden pada Dimensi Kelelahan Emosional	27
Tabel 11. Distribusi Tingkat <i>Burnout</i> Dimensi Kelelahan Emosional.....	28
Tabel 12. Distribusi Skor Responden pada Dimensi Depersonalisasi	28
Tabel 13. Distribusi Tingkat <i>Burnout</i> Dimensi Depersonalisasi	29
Tabel 14. Distribusi Tingkat <i>Burnout</i> pada Dimensi Penurunan Pencapaian Pribadi.....	29
Tabel 15. Distribusi Skor Responden pada Penurunan Pencapaian Pribadi	30
Tabel 16. Distribusi Tingkat Aktivitas Fisik berdasarkan Jenis Kelamin	31
Tabel 17. Distribusi Tingkat <i>Burnout</i> berdasarkan Jenis Kelamin	31
Tabel 18. Distribusi Tingkat Aktivitas Fisik berdasarkan Durasi Kerja	32
Tabel 19. Distribusi Tingkat <i>Burnout</i> berdasarkan Durasi Kerja	32
Tabel 20. Distribusi Tingkat <i>Burnout</i> berdasarkan Durasi Kerja	33
Tabel 21. Distribusi Tingkat <i>Burnout</i> berdasarkan Durasi Kerja	33
Tabel 22. Analisis Hubungan Tingkat Aktivitas Fisik dan Tingkat.....	34
Tabel 23. Analisis Hubungan Tingkat Aktivitas Fisik dan Tingkat <i>Burnout</i> Dimensi Depersonalisasi.....	34
Tabel 24. Analisis Hubungan Tingkat Aktivitas Fisik dan Tingkat <i>Burnout</i> Dimensi Penurunan Pencapaian Pribadi	35

DAFTAR SKEMA

Skema 1. Kerangka Teori.....	16
Skema 2. Kerangka Konsep	17
Skema 3. Kerangka Operasional	24

DAFTAR LAMPIRAN

1. Hasil Pengolahan Data di SPSS.....	49
2. Kuesioner <i>GPAQ</i> Bahasa Indonesia.....	53
3. Kuesioner <i>MBI</i> Bahasa Indonesia.....	57
4. Kuesioner Penelitian (gform) yang Diaplikasikan.....	60
5. Lembar Konsultasi Skripsi.....	69
6. Lembar Persetujuan Sidang Skripsi.....	70
7. Lembar Persetujuan Revisi Skripsi.....	71
8. Sertifikat Etik Penelitian.....	72
9. Surat Izin Penelitian.....	73
10. Hasil Pemeriksaan <i>Similarity Checking</i> (Turnitin).....	77
11. Artikel Ilmiah.....	78

DAFTAR SINGKATAN

IGD	: Instalasi Gawat Darurat
MBI	: <i>Maslach Burnout Inventory</i>
OLBI	: <i>Oldenburg Burnout Inventory</i>
GPAQ	: <i>Global Physical Activity Questionnaire</i>
ER	: <i>Emergency Room</i>
MET	: <i>Metabolic Equivalent</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>
EE	: <i>Emotional Exhaustion</i>
DP	: <i>Depersonalization</i>
PA	: <i>Personal Accomplishment</i>

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Burnout telah menjadi masalah internasional yang cukup serius (Slavin, 2019). Menurut Maslach, Leiter dan Schaufeli, *burnout* adalah sindrom psikologik sebagai respon terhadap *stressor* kronik interpersonal di pekerjaan (Maslach et al., 2008). Tiga dimensi utama *burnout* berupa kelelahan luar biasa, sinisme dan terasing dari pekerjaan, serta perasaan inefektif dan ketiadaan pencapaian (Maslach et al., 2008). Pekerjaan yang mengharuskan interaksi dengan manusia setiap harinya seperti guru, tenaga medis, dan pekerja sosial memiliki peluang sangat besar untuk mengalami *burnout*. Bukan hanya menyangkut hasil, namun juga kepuasan dan keselamatan klien akan menjadi ancaman jika terjadi *burnout* pada individu pemberi jasa. Bagi tenaga medis khususnya, *burnout* bisa berdampak besar pada pasiennya.

Kasus *burnout* ditemukan sebesar 42% dari 15000 dokter di US tahun 2018 (Yates, 2020). Insiden *burnout* terbesar ialah 50% di antara dokter-dokter berusia 45-54 tahun (Yates, 2020). Ada hubungan melebihi 66.4% antara “*high level of burnout*” pada tenaga medis dengan perburukan keselamatan pasien (Garcia et al., 2019). Profesionalitas, depresi, dan *Burnout* merupakan faktor-faktor yang mempengaruhi pelayanan kesehatan terhadap pasien (Garcia et al., 2019). *Burnout* merupakan faktor terjadinya penurunan drastis kualitas pelayanan yang diberikan oleh pekerja (Christina Maslach & Jackson, 1981). Lebih parahnya, bisa mengakibatkan pergantian pekerjaan, ketidakhadiran dan moral yang buruk (Christina Maslach & Jackson, 1981).

Penelitian ini penting dilakukan dalam upaya mencegah terjadinya *burnout* terkhusus pada dokter umum di IGD. Dokter umum IGD sering dihadapkan pada beban kerja yang berlebih akibat hal tidak terduga, peristiwa spontan seperti kecelakaan atau pembunuhan, dan kehilangan

kesadaran tiba-tiba. Keputusan kritis dan tingkat keparahan kasus yang perlu secepatnya ditegakkan juga mempengaruhi kondisi emosional dari dokter. Mereka dituntut mampu memberikan pelayanan terbaik meski didatangi pasien tidak sadar yang tidak mampu menjelaskan keluhan atau penyebabnya. Berada di lingkungan kerja fisik yang tidak memadai akibat kepadatan berlebih, jadwal bergilir dan tempat kerja tidak aman serta kondisi emosional yang mampu memburuk tiap saat menyebabkan *stressor* pada dokter umum IGD meningkat sehingga berpeluang besar mengalami *burnout*.

Mark mengungkapkan bahwa *burnout* disebabkan oleh faktor intrapersonal (internal), interpersonal (eksternal/lingkungan) dan faktor organisasi (Chirico, 2016). *Stressor* di lingkungan pekerjaan dapat berasal dari beban kerja, ambiguitas dan level ego/kepribadian individu masing-masing (Christina Maslach & Jackson, 1981). Ditinjau dari faktor *lifestyle*, penderita *burnout* dilaporkan memiliki riwayat merokok dan konsumsi alkohol yang tinggi serta tingkat olahraga yang rendah (Goldberg, et al., 1996). Bukan sekadar olahraga, melainkan aktivitas fisik dari yang ringan sampai berat akan menjadi indikator dalam pengukuran penelitian ini. Mengetahui tingkat aktivitas fisik dan derajat *burnout* yang dialami diharapkan mampu menjadi bahan analisis hubungan antara keduanya, terkhusus pada lingkungan dokter umum IGD di Kota Palembang. Dengan demikian, para dokter mampu mengantisipasi dan mengelola *stressor* secara efektif sehingga mengecilkan peluang terjadinya *burnout* pada diri sendiri dan pelayanan kesehatan pasien diharapkan menjadi lebih optimal.

1.2. Rumusan Masalah

Bagaimana hubungan tingkat aktivitas fisik dengan kejadian *burnout* pada dokter umum Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit di Kota Palembang?

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan *burnout* pada dokter umum IGD Rumah Sakit di Kota Palembang

1.3.2. Tujuan Khusus

Penelitian ini memiliki tujuan khusus, antara lain:

- a. Mengetahui prevalensi kejadian *burnout* pada dokter umum IGD Rumah Sakit di Kota Palembang
- b. Mengidentifikasi tingkat aktivitas fisik yang dilakukan para dokter umum IGD Rumah Sakit di Kota Palembang
- c. Menganalisis hubungan antara aktivitas fisik dengan *burnout* yang terjadi pada dokter umum IGD Rumah Sakit di Kota Palembang

1.4. Hipotesis

H_0 : Tidak terdapat hubungan bermakna antara aktivitas fisik dengan *burnout* pada dokter umum IGD Rumah Sakit di Kota Palembang

H_1 : Terdapat hubungan bermakna antara aktivitas fisik dengan *burnout* pada dokter umum IGD Rumah Sakit di Kota Palembang

1.5. Manfaat Penelitian

1.5.1. Manfaat secara akademis

Dapat diaplikasikan sebagai sumber rujukan dan perbandingan data mengenai hubungan aktivitas fisik dengan *burnout* pada dokter umum IGD di Kota Palembang bagi peneliti dan akademisi di masa mendatang.

1.5.2. Manfaat secara praktis

Kesimpulan hasil penelitian yang nantinya disebarluaskan melalui leaflet atau sejenisnya ke responden dan khalayak umum (jika perlu) dapat menjadi acuan untuk memahami hubungan antara aktivitas fisik dan *burnout* sehingga dapat dilakukan pencegahan secara dini dan mandiri oleh tiap individu.

DAFTAR PUSTAKA

- Alqahtani, A. M., Awadalla, N. J., Alsaleem, S. A., Alsamghan, A. S., & Alsaleem, M. A. (2019). *Burnout Syndrome among Emergency Physicians and Nurses in Abha and Khamis Mushait Cities, Aseer Region, Southwestern Saudi Arabia*. *Scientific World Journal*, 2019. <https://doi.org/10.1155/2019/4515972>
- Apriana, W. (2015). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kualitas Tidur Remaja di Yogyakarta. (Skripsi, Tidak Diterbitkan).
- Ahola, K., Honkonen, T., Virtanen, M., Arroma, A., & Lonnqvist, J. (2008). *Burnout in relation to age in the adult working population*. *J. Occup Health*, 50, 362–365.
- Putri, Arina A, Olievia P.M. (2019). Hubungan antara Konflik Peran Ganda dengan Kecenderungan *Burnout* Pada Perawat RSUD Pamekasan. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi* 6(3)
- Breaking the burnout cycle Keeping doctors and patients safe*. (n.d.).
- Birahmatika, F.S. (2015). Hubungan antara Kebiasaan Sarapan dan Faktor Lainnya dengan Status Gizi pada Mahasiswa S1 Reguler Fakultas Teknik Universitas Indonesia Tahun 2015. Universitas Indonesia.
- Brenda K Wiederhold*, Pietro Cipresso, Daniele Pizzioli, Mark Wiederhold, G. R. (2018). *Intervention for Physician Burnout: A Systematic Review*. *Open Med*, 13, 253–263.
- Bull, F.C., Maslin, T.S., & Armstrong, T. (2009). *Global Physical Activity Questionnaire (GPAQ): Nine Country Reliability and Validity Study*. *Journal of Physical Activity and Health*, 6, 790-804.
- Carlson, D.S., et al. (2000). Construction and Initial Validation of a Multidimensional. *Journal of Vocational Behavior*, 249–276.
- Chandola T, Britton A, Brunner E, Hemingway H, Malik M, Kumari M, et al. (2008). *Work Stress and Coronary Heart Disease: What are The Mechanisms?* *Eur Heart J*, 29(5), 640–648. <https://doi.org/10.1093/eurheartj/ehm584>
- Chirico, F. (2016). *Job Stress Models for Predicting Burnout Syndrome: a Review*. *Ann Ist Super Sanità* 2016, 52(3), 443–456.
- Colby, L., Mareka, M., Pillay, S., Sallie, F., Van Staden, C., Du Plessis, E. D., & Joubert, G. (2018). *The Association between The Levels of Burnout and Quality of Life among Fourth-Year Medical Students at the University of the Free State*. *South African Journal of Psychiatry*, 24, 1–6. <https://doi.org/10.4102/sajpspsychiatry.v24i0.1101>
- Dahlan, S. (2010). Besar Sampel dan Cara Pengambilan Sampel dalam Penelitian Kedokteran dan Kesehatan. Salemba Medika.

- Demerouti, E. (2008). *Measurement of Burnout and Engagement. Handbook of Stress and Burnout in Health Care*, 1–25.
- Demerouti, E., Mostert, K., & Bakker, A. B. (2010). *Burnout and Work Engagement: A Thorough Investigation of the Independency of Both Constructs. Journal of Occupational Health Psychology*, 15(3), 209–222. <https://doi.org/10.1037/a0019408>
- deNovo Medica. (2019). *Healthcare Burnout – Extent and Interventions. May*, 1–8.
- Dugdill, L., Crone, D., & Murphy, R. (2009). *Physical Activity and Health Promotion: Evidence-based Approaches to Practice*. Chichester: WileyBlackwel.
- Fred HL, S. M. (2018). *Physician Burnout: Cases, Consequences and Cures. Texas Heart Institute Journal*, 45(4), 198–202.
- Garcia, C. D. L., De Abreu, L. C., Ramos, J. L. S., De Castro, C. F. D., Smiderle, F. R. N., Dos Santos, J. A., & Bezerra, I. M. P. (2019). *Influence of Burnout on Patient Safety: Systematic Review and Meta-Analysis. In Medicina (Lithuania) (Vol. 55, Issue 9)*. <https://doi.org/10.3390/medicina55090553>
- Goldberg, Richard., R. Wayne Boss, et al. (1996). *Burnout and Its Correlates in Emergency Physicians: Four Years' Experience with a Wellness Booth. Academic Emergency Medicine*. 3(12): 1156- 116.
- Greehaus, J.H & Beutell, N.J. (1985). Sources of conflict between work and family roles. *Academy of Management Review*, 10,76-88.
- Hamrik, Z., Sigmundova, D., Kalman, M., Pavelka, J., & Sigmund, E. (2014). *Physical Activity and Sedentary Behaviour in Czech Adults: Results from The GPAQ Study. European Journal of Sport Science*, 14, 193–198.
- Hardiansyah, H., & Hardian, H. (2014). Pengaruh Gaya Belajar terhadap Prestasi Akademik Mahasiswa Fakultas Kedokteran. <http://eprints.undip.ac.id/44652/>
- Heinemann, L. V., & Heinemann, T. (2017). *Burnout Research: Emergence and Scientific Investigation of a Contested Diagnosis. SAGE Open*, 7(1). <https://doi.org/10.1177/2158244017697154>
- Huang, Lei, et al. (2020) Risk and protective factors for *burnout* among physicians from standardized residency training programs in Shanghai: a cross-sectional study. *BMC Health Services Research* 20:965
- J.K.Takayesu, E.A.Ramoska, T. R. C. (2014). *Factors Associated with Burnout during Emergency Medicine Residency. Academic Emergency Medicine*, 21(9), 1031–1035.
- JP, J., & C, T. A. (2004). *Managing Emotions during Team Problem Solving: Emotional Intelligence and Conflict Resolution. Human Performance Not Human Performance*, 17(2), 195–218.
- Kalani, S., Azadfallah, P., Oreyzi, H., & Adibi, P. (2018). *Interventions for*

- Physician Burnout: A Systematic Review of Systematic reviews. International Journal of Preventive Medicine*, 9(1), 253–263. https://doi.org/10.4103/ijpvm.IJPVM_255_18
- Kumar, S. (2016). *Burnout and Doctors: Prevalence, Prevention and Intervention. Healthcare*, 4(3), 37. <https://doi.org/10.3390/healthcare4030037>
- Kiekkas, P. (2010). *Level and Correlates of Burnout among Orthopaedic Nurses in Greece. Journal of Orthopaedic Nursing*, 29(3), 203–209.
- Leiter, M., & C., M. (2005). *A Mediation Model of Job Burnout. In: Antoniou ASG, Cooper CL (Eds). In Research companion to organizational health psychology. Edward Elgar.*
- Liebenberg, A. R., Coetzee Jnr, J. F., Conradie, H. H., & Coetzee, J. F. (2018). *Burnout among Rural Hospital Doctors in the Western Cape: Comparison with Previous South African Studies. African Journal of Primary Health Care & Family Medicine*, 10(1), e1–e7. <https://doi.org/10.4102/phcfm.v10i1.1568>
- Maslach, C., Jackson, S. E., & Leiter, M. P. (1996). *MBI: The Maslach Burnout Inventory: Manual*. Consulting Psychologists Press.
- Maslach, Christina. (1998). *A Multidimensional Theory of Burnout. In: Cooper C (Eds). In Theories of organizational stress. Oxford University Press.*
- Maslach, Christina, & Jackson, S. E. (1981). *The Measurement of Experienced Burnout. Journal of Organizational Behavior*, 2(2), 99–113. <https://doi.org/10.1002/job.4030020205>
- Maslach, Christina, & Leiter, M. P. (2016). *Understanding the Burnout Experience: Recent Research and Its Implications for Psychiatry. World Psychiatry*, 15(2), 103–111. <https://doi.org/10.1002/wps.20311>
- Maslach, Christina, W.B. Schaufeli, M.P Leiter. (2001). *Job Burnout. Annu. Rev. Psychol. 2001. 52:397–422. Downloaded from: www.annualreviews.org.*
- Maslach, Christina, Leiter, M. P., & Schaufeli, W. (2008). *CHAPTER 5: MEASURING BURNOUT. 17:34.*
- Miles, L. (2007). *Physical Activity and Health. British Nutrition Foundation Bulletin.*
- Mohren DC, Swaen GM, Kant IJ, van Amelsvoort LG, Borm PJ, G. J. (2003). *Common Infections and The Role of Burnout in a Dutch Working population. J Psychosom Res*, 55(3), 201–208.
- Moukarzel, A., Michelet, P., Durand, A. C., Sebbane, M., Bourgeois, S., Markarian, T., Bompard, C., & Gentile, S. (2019). *Burnout Syndrome among Emergency Department Staff: Prevalence and Associated Factors. BioMed Research International*, 2019. <https://doi.org/10.1155/2019/6462472>
- Nurmalitta, E. dwi. (2017). Hubungan antara Aktivitas Fisik pada Siswa-siswi

Overweight dengan Kualitas Hidup di SMA Negeri 1 Jember. 1–43.

- Nugroho, Anatasia S, Andrian, Marselius. (2012). Studi Deskriptif *Burnout* dan Coping Stres pada Perawat di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Jiwa Menur Surabaya. Universitas Surabaya: Fakultas Psikologi. Jurnal Ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya 1(1)
- Nurmayanti, Lila, & Margono, H. M. (n.d.). *Burnout* pada Dokter. *Journal Unair*, 32–42. <http://journal.unair.ac.id/download-fullpapers-pjsbb59449eadfull.pdf>
- Nurmayanti, Lila. (2016). Laporan Penelitian: Hubungan antara Strategi Koping dengan Kejadian *Burnout* pada Dokter yang Menjalani Program Pendidikan Dokter Spesialis-1 di RSUD Dr. Soetomo Surabaya. Surabaya: Dep. Ilmu kedokteran Jiwa Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga.
- Panagioti, M., Panagopoulou, E., Bower, P., Lewith, G., Kontopantelis, E., Chew-Graham, C., Dawson, S., van Marwijk, H., Geraghty, K., & Esmail, A. (2017). *Controlled Interventions to Reduce Burnout in Physicians: A Systematic Review and Meta-analysis*. *JAMA Internal Medicine*, 177(2), 195–205. <https://doi.org/10.1001/jamainternmed.2016.7674>
- Qiao, H., & Schaufeli, W. B. (2011). *The Convergent Validity of Four Burnout Measures In A Chinese Sample: A Confirmatory Factor- Analytic Approach*. *Applied Psychology*, 60, 870–111.
- Ramdan, Iwan M., Oktavian N.F. (2016). Analisis Faktor yang Berhubungan dengan *Burnout* pada Perawat Kesehatan Jiwa. Universitas Mulawarman: Fakultas Kesehatan Masyarakat. 4(2)
- S, M. (2009). *Burnout and Risk of Regional Musculoskeletal Pain—a Prospective Study of Apparently Healthy Employed Adults*. *Stress Health*, 25(4), 313–321.
- S, R., & A, E. (2018). *A Cross-sectional Survey of Burnout amongst Doctors in a Cohort of Public Sector Emergency Centres in Gauteng, South Africa*. *Afr J Emerg Med*, 8, 95–99.
- Salvagioni, D. A. J., Melanda, F. N., Mesas, A. E., González, A. D., Gabani, F. L., & De Andrade, S. M. (2017). *Physical, Psychological and Occupational Consequences of Job Burnout: A Systematic Review of Prospective Studies*. *PLoS ONE*, 12(10), 1–29. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0185781>
- Santoso, P.N., & B Hartono. (2018). Perspektif *Burnout* Pada Manajer Proyek Di Indonesia, JTI, Vol.19 : 137-147, <https://doi.org/10.22219/JTIUMM.Vol19.No2.137-147>.
- Singh, A., & B, P. (2011). *Evaluation of Global Physical Activity Question (GPAQ) among Healthy and Obese Health Professionals in Central India*. *Baltic Journal of Health and Physical Activity*, 3, 34–43.
- Slavin, S. (2019). *Preventing Physician Burnout: Satisfaction or Something More?* *Israel Journal of Health Policy Research*, 8(1), 10–12.

<https://doi.org/10.1186/s13584-019-0303-y>

- Stapczynski, J. K. G. T. and J. S. (2004). *Emergency Medicine, A Comprehensive Study Guide* (6th ed.). McGraw-Hill Companies, Inc.
- Swasti, Keksi G., Wahyu Ekowati, et al. (2017). Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Burnout* pada Wanita Bekerja di Kabupaten Banyumas. *Jurnal Keperawatan Soedirman*. Vol.12 (3).
- Togia, A. (2005). *Measurement of burnout and the influence of background characteristics in Greek Academic Libraries "Library Management"*. *Journal Library*, 26, 130–139.
- Truchot, D. (2006). *Le burnout des étudiants en médecine. Rapport de recherche pour l'URML de Champagne-Ardenne [rapport]. Médecine Générale Reims*, 30
- Truchot, D., Roncari, N., et al. (2011). [*Burnout, patient compliance and psychological withdrawal amon GPs: an exploratory study*]. *Burn out, compliance du patient et retrait psychologique chez les médecins généralistes: une étude exploratoire. L'encéphale* 37, 48–53. doi: 10.1016/j.encep.2010. 03.011
- WB, S., Dierendonck, V. D., & Gorp, V. K. (1996). *Burnout and Reciprocity: Towards a Dual-level Social Exchange Model. Work & Stress*, 10(3), 225–237.
- WHO 2018 AKTIVITAS FISIK.pdf*. (n.d.).
- Wibowo, Y., & Andriyani, F. (2015). *Pengembangan Ekstrakurikuler Olahraga Sekolah*. UNY Press.
- Wirakusuma, E. . (2010). *Sehat Cara Al-Qur'an dan Hadis*. Mizan Media Utama.
- Yates, S. W. (2020). *Physician Stress and Burnout. American Journal of Medicine*, 133(2), 160–164. <https://doi.org/10.1016/j.amjmed.2019.08.034>