



**HUBUNGAN *BURDEN OF CARE* DAN *BURNOUT* DENGAN  
KUALITAS TIDUR *FAMILY CAREGIVER* LANSIA YANG  
MEMILIKI PENYAKIT KRONIS DI KELURAHAN  
TENGAH, JAKARTA TIMUR**

**SKRIPSI**

**OKTADIN SEPTIA**

**2110711017**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA  
2025**



**HUBUNGAN *BURDEN OF CARE* DAN *BURNOUT* DENGAN  
KUALITAS TIDUR *FAMILY CAREGIVER* LANSIA YANG  
MEMILIKI PENYAKIT KRONIS DI KELURAHAN  
TENGAH, JAKARTA TIMUR**

**SKRIPSI**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana Keperawatan**

**OKTADIN SEPTIA**

**2110711017**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA  
2025**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Tugas skripsi ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan benar.

Nama : Oktadin Septia  
NIM : 2110711017  
Tanggal : 09 Januari 2025

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 09 Januari 2025

Yang Menyatakan,



**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI  
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Oktadin Septia  
NIM : 2110711017  
Fakultas : Ilmu Kesehatan  
Program Studi : S1 Keperawatan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: Hubungan *Burden of Care* dan *Burnout* dengan Kualitas Tidur *Family Caregiver* Lansia yang Memiliki Penyakit Kronis di Kelurahan Tengah, Jakarta Timur. Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta  
Pada Tanggal : 09 Januari 2025  
Yang Menyatakan,



(Oktadin Septia)

## PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:

Nama : Oktadin Septia

NIM : 2110711017

Program Studi : S1 Keperawatan

Judul : Hubungan *Burden of Care* dan *Burnout* dengan Kualitas Tidur *Family Caregiver* Lansia yang Memiliki Penyakit Kronis di Kelurahan Tengah, Jakarta Timur.

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.

Ns. Dwi Suratmini M.Kep

Penguji I (Ketua Penguji)



Ns. Ayu Made Adyani, M.Kep., Sp.Kep.Kom

Penguji II

Ns. Dwi Mawati, S.KP., M.Kep., Sp.Kep.Mat., PhD

DEKAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA

Ns. Duma Lumban Tobing, M.Kep, Sp. Kep. J

Penguji III (Pembimbing)

Ns. Gantya D Utami, S.Kep., M.Kep

Koordinator Program Keperawatan  
Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Seminar : 09 Januari 2025

# HUBUNGAN *BURDEN OF CARE* DAN *BURNOUT* DENGAN KUALITAS TIDUR *FAMILY CAREGIVER* LANSIA YANG MEMILIKI PENYAKIT KRONIS DI KELURAHAN TENGAH, JAKARTA TIMUR

Oktadin Septia

## Abstrak

*Family caregiver*, biasanya anggota keluarga, adalah individu yang merawat lansia dengan kondisi medis, usia lanjut, atau disabilitas. Peran ini sering menimbulkan tekanan tinggi yang dapat memicu stres dan *burnout* akibat tingginya tekanan pekerjaan dalam merawat. Kualitas tidur pada *family caregiver* kerap kali kurang diperhatikan dan belum mendapat penanganan yang memadai, meskipun penting untuk kesejahteraan mereka. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara *burden of care*, *burnout*, dan kualitas tidur pada *family caregiver* lansia dengan penyakit kronis. Penelitian ini dilaksanakan di RW 007 Kelurahan Tengah, Jakarta Timur, pada bulan November hingga Desember 2024. Metode yang digunakan adalah desain *cross-sectional* dengan teknik sampel yaitu total *sampling* dan *purposive sampling*, melibatkan 117 responden. Instrumen yang digunakan mencakup kuesioner Data Demografi, *Zarit Burden Interview* (ZBI), *Maslach Burnout Inventory – Human Service Survey* (MBI-HSS), dan *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI). Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan signifikan antara *burden of care* dan kualitas tidur ( $p$ -value 0,000,  $r = 0,490$ ) serta antara *burnout* dan kualitas tidur ( $p$ -value 0,001,  $r = 0,309$ ) dengan tingkat hubungan yang cukup dan positif. Kesimpulannya, bahwa terdapat hubungan antara *burden of care* dan *burnout* dengan kualitas tidur pengasuh keluarga yang merawat lansia dengan penyakit kronis di Kelurahan Tengah, Jakarta Timur. Hasil ini diharapkan dapat menjadi dasar penelitian selanjutnya dengan menggunakan metode longitudinal untuk mengeksplorasi dinamika dan dampak berbagai faktor terhadap kualitas tidur pengasuh keluarga secara lebih komprehensif.

**Kata Kunci:** *Burden of Care*; *Burnout*; *Family Caregiver*; Kualitas Tidur; Lansia dengan Penyakit Kronis

# **RELATIONSHIP BETWEEN BURDEN OF CARE AND BURNOUT WITH SLEEP QUALITY OF ELDERLY FAMILY CAREGIVERS WITH CHRONIC DISEASES IN TENGAH VILLAGE, EAST JAKARTA**

**Oktadin Septia**

## **Abstract**

Family caregivers, usually family members, are individuals who care for elderly with medical conditions, advanced age, or disabilities. This role often causes high pressure that can trigger stress and burnout due to the high work pressure of caring. Sleep quality in family caregivers is often under-recognized and has not received adequate treatment, even though it is important for their well-being. This study aims to analyze the relationship between burden of care, burnout, and sleep quality in family caregivers of older adults with chronic diseases. This study was conducted in RW 007, Tengah Village, East Jakarta, from November to December 2024. The method used was a cross-sectional design with sample techniques, namely total sampling and purposive sampling, involving 117 respondents. The instruments used included the Demographic Data questionnaire, Zarit Burden Interview (ZBI), Maslach Burnout Inventory - Human Service Survey (MBI-HSS), and Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI). The results of the analysis showed a significant relationship between burden of care and sleep quality ( $p$ -value 0.000,  $r = 0.490$ ) and between burnout and sleep quality ( $p$ -value 0.001,  $r = 0.309$ ) with a sufficient and positive relationship level. The conclusion of this study is that there is a relationship between the burden of care and burnout with the sleep quality of family caregivers who care for the elderly with chronic diseases in Tengah Village, East Jakarta. These results are expected to be the basis for further research using longitudinal methods to explore the dynamics and impacts of various factors on the sleep quality of family caregivers more comprehensively.

**Keywords:** Burden of Care; Burnout; Elderly with Chronic Diseases ; Family Caregiver; Sleep Quality

## KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan karunia-Nya, sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan *Burden of Care* dan *Burnout* dengan Kualitas Tidur *Family Caregiver* Lansia yang Memiliki Penyakit Kronis di Kelurahan Tengah, Jakarta Timur. Pada kesempatan ini, penulis dengan rasa hormat menyampaikan terima kasih kepada Dr. Anter Venus, MA.Comm, yang menjabat selaku Rektor Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, Desmawati, SKp. M.Kep. Sp.Mat, PhD selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan UPN Veteran Jakarta, Ns. Cut Sarida Pompey, MNS selaku Kepala Jurusan Keperawatan, Ns. Gamy Tri Utami, M.Kep selaku Kepala Program Studi Keperawatan Program Sarjana, Ns. Dwi Suratmini M.Kep selaku penguji 1, Ns. Sang Ayu Made Adyani, M.Kep., Sp.Kep.Kom selaku penguji 2, dan Ns. Duma Lumban Tobing, M.Kep, Sp. Kep. J selaku penguji 3 sekaligus dosen pembimbing yang telah membimbing penulis dengan sabar dan teliti.

Selain itu, penulis juga ingin mengucapkan terima kasih kepada pihak Kelurahan Tengah, Ketua RW 007, serta semua kader yang telah menerima dan memberikan bantuan kepada peneliti. Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada seluruh keluarga lansia di Kelurahan Tengah RW 007 yang telah bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini. Selanjutnya, penulis mengucapkan terima kasih kepada Bapak, Ibu, dan Kakak, serta seluruh keluarga yang selalu memberikan dukungan dan doa kepada penulis. Penulis juga ingin menyampaikan terima kasih kepada teman-teman yang telah membantu dalam proses penulisan skripsi ini.

Jakarta, 01 Oktober 2024

Penulis



Oktadin Septia



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS .....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	iii
PENGESAHAN .....	iv
ABSTRACK .....	v
ABSTRACT .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR SKEMA.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	8
I.3 Tujuan Penelitian.....	9
I.4 Manfaat Penelitian.....	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	12
II.1 Konsep Lansia .....	12
II.2 Konsep Penyakit Kronis .....	16
II.3 Konsep <i>Family Caregiver</i> .....	26
II.4 Konsep <i>Burden of Care</i> .....	29
II.5. Konsep <i>Burnout</i> .....	33
II.6 Konsep Kualitas Tidur.....	39
II. 7 Kerangka Teori .....	43
II.8 Penelitian Terdahulu.....	44
BAB III METODE PENELITIAN.....	51
III.1 Kerangka Konsep .....	51
III.2 Hipotesis Penelitian .....	52
III.3 Definisi Operasional .....	53
III.4 Desain Penelitian .....	56
III.5 Populasi dan Sampel Penelitian.....	56
III.6 Lokasi Penelitian .....	57
III.7 Metode Pengumpulan Data .....	57
III.8 Instrumen Penelitian .....	59
III.9 Uji Validitas dan Reliabilitas.....	63
III.10 Analisis Data .....	67
III.11 Etika Penelitian .....	70
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....	78
IV.1 Hasil Penelitian.....	78
IV.2 Pembahasan .....	89
IV.3 Keterbatasan Penelitian .....	104

BAB V PENUTUP.....	105
V.1 Kesimpulan.....	105
V.2 Saran.....	106
DAFTAR PUSTAKA .....	108
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Pengkategorian Skor <i>Burden of Care</i> .....	33
Tabel 2.	Pengkategorian Skor <i>Burnout</i> .....	39
Tabel 3.	Pengkategorian Skor Kualitas Tidur .....	42
Tabel 4.	Penelitian Terdahulu .....	44
Tabel 5.	Defenisi Operasional .....	53
Tabel 6.	Blue Print Kuesioner <i>Zarit Burden Interview</i> .....	60
Tabel 7.	Blue Print Kuesioner <i>Maslach Burnout Inventory – Human Service Survei</i> .....	60
Tabel 8.	Blue Print Kuesioner <i>Pittsburgh Sleep Quality Indeks</i> .....	61
Tabel 9.	Hasil Uji Validitas Kuesioner <i>Burden of Care (Zarit Burden Interview)</i> .....	63
Tabel 10.	Hasil Uji Validitas Kuesioner <i>Burnout (Maslach Burnout Inventory – Human Service Survey)</i> .....	64
Tabel 11.	Hasil Uji Validitas Kuesioner Kualitas Tidur ( <i>Pittsburgh Sleep Quality Indeks</i> ) .....	65
Tabel 12.	Hasil Pengukuran Reliabilitas .....	66
Tabel 13.	Hasil Uji Reliabilitas Kuesioner.....	66
Tabel 14.	Analisis Univariat.....	68
Tabel 15.	Analisis Bivariat.....	70
Tabel 16.	Hasil Uji Normalitas .....	79
Tabel 17.	Tendensi Sentral Responden Berdasarkan Usia <i>Family Caregiver</i> Lansia yang Menderita Penyakit Kronis di Kelurahan Tengah, Jakarta Timur (n = 117).....	80
Tabel 18.	Distribusi Frekuensi Karakteristik <i>Family Caregiver</i> Lansia yang Menderita Penyakit Kronis Berdasarkan Jenis Kelamin di Kelurahan Tengah, Jakarta Timur (n = 117).....	81
Tabel 19.	Distribusi Frekuensi Karakteristik <i>Family Caregiver</i> Lansia yang Menderita Penyakit Kronis Berdasarkan Tingkat Pendidikan di Kelurahan Tengah, Jakarta Timur (n = 117).....	81
Tabel 20.	Distribusi Frekuensi Karakteristik <i>Family Caregiver</i> Lansia yang Menderita Penyakit Kronis Berdasarkan Penghasilan di Kelurahan Tengah, Jakarta Timur (n = 117).....	82
Tabel 21.	Distribusi Frekuensi Karakteristik <i>Family Caregiver</i> Lansia yang Menderita Penyakit Kronis Berdasarkan Status Perkawinan di Kelurahan Tengah, Jakarta Timur (n = 117).....	82
Tabel 22.	Distribusi Frekuensi Karakteristik <i>Family Caregiver</i> Lansia yang Menderita Penyakit Kronis Berdasarkan Hubungan dengan Lansia di Kelurahan Tengah, Jakarta Timur (n = 117).....	83
Tabel 23.	Distribusi Frekuensi Karakteristik <i>Family Caregiver</i> Lansia yang Menderita Penyakit Kronis Berdasarkan Lama Menjadi <i>Caregiver</i> di Kelurahan Tengah, Jakarta Timur (n = 117).....	83
Tabel 24.	Tendensi Sentral Lansia yang Menderita Penyakit Kronis Berdasarkan Usia di Kelurahan Tengah, Jakarta Timur (n=117) .....	84

Tabel 25.	Distribusi Frekuensi Lansia yang Menderita Penyakit Kronis Berdasarkan Jenis Kelamin di Kelurahan Tengah, Jakarta Timur (n=117).....	84
Tabel 26.	Distribusi Frekuensi Lansia yang Menderita Penyakit Kronis Berdasarkan Penyakit Kronis yang Diderita di Kelurahan Tengah, Jakarta Timur (n=117).....	85
Tabel 27.	Distribusi Frekuensi Lansia yang Menderita Penyakit Kronis Berdasarkan Lamanya Menderita Penyakit di Kelurahan Tengah, Jakarta Timur (n=117).....	85
Tabel 28.	Distribusi Frekuensi Lansia yang Menderita Penyakit Kronis Berdasarkan Status Perkawinan di Kelurahan Tengah, Jakarta Timur (n=117).....	86
Tabel 29.	Distribusi Frekuensi Lansia yang Menderita Penyakit Kronis Berdasarkan Pelayanan Kesehatan yang Dikunjungi di Kelurahan Tengah, Jakarta Timur (n=117).....	86
Tabel 30.	Tendensi Sentral <i>Family Caregiver</i> Lansia yang Menderita Penyakit Kronis Berdasarkan <i>Burden of Care</i> Kelurahan Tengah, Jakarta Timur (n=117).....	87
Tabel 31.	Tendensi Sentral <i>Family Caregiver</i> Lansia yang Menderita Penyakit Kronis Berdasarkan <i>Burnout</i> di Kelurahan Tengah, Jakarta Timur (n=117).....	87
Tabel 32.	Tendensi Sentral <i>Family Caregiver</i> Lansia yang Menderita Penyakit Kronis Berdasarkan Kualitas Tidur di Kelurahan Tengah, Jakarta Timur (n=117).....	88
Tabel 33.	Hasil Uji Spearman Hubungan antara <i>Burden of Care</i> dengan Kualitas Tidur <i>Family Caregiver</i> (n = 117) .....	88
Tabel 34.	Hasil Uji Spearman Hubungan antara <i>Burnout</i> dengan Kualitas Tidur <i>Family Caregiver</i> .....	89

## DAFTAR SKEMA

Skema 1. Kerangka Teori.....	43
Skema 2. Kerangka Konsep .....	51

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar Persetujuan Judul
- Lampiran 2 Surat Permohonan Izin Studi Pendahuluan dan Penelitian
- Lampiran 3 Surat Persetujuan Studi Pendahuluan dan Penelitian
- Lampiran 4 Surat Permohonan Izin Validitas dan Reliabilitas
- Lampiran 5 Surat Persetujuan Validitas dan Reliabilitas
- Lampiran 6 Lembar Persetujuan Sidang Proposal Skripsi
- Lampiran 7 Surat Permohonan *Ethical Clearance*
- Lampiran 8 Surat Persetujuan *Ethical Clearance*
- Lampiran 9 Permohonan Izin Penggunaan Kuesioner
- Lampiran 10 Penjelasan Penelitian
- Lampiran 11 *Informed Consent*
- Lampiran 12 Kuesioner Data Demografi
- Lampiran 13 Kuesioner *Burden of Care (Zarit Burden Interview)*
- Lampiran 14 Kuesioner *Burnout (Maslach Burnout Inventory – Human Service Survey)*
- Lampiran 15 Kuesioner Kualitas Tidur (*Pittsburgh Sleep Quality Indeks*)
- Lampiran 16 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner *Burden of Care (Zarit Burden Interview)*
- Lampiran 17 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner *Burnout (Maslach Burnout Inventory – Human Service Survey)*
- Lampiran 18 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner Kualitas Tidur (*Pittsburgh Sleep Quality Indeks*)
- Lampiran 19 Hasil Uji Normalitas Data Kolmogorov-Smirnov
- Lampiran 20 Hasil Uji Univariat Responden
- Lampiran 21 Hasil Uji Univariat Lansia
- Lampiran 22 Hasil Uji Univariat Variabel
- Lampiran 23 Hasil Uji Bivariate
- Lampiran 24 Media Edukasi
- Lampiran 25 Kartu Monitoring
- Lampiran 26 *Time Schedule*
- Lampiran 27 Dokumentasi
- Lampiran 28 Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 29 Hasil Uji Turnitin