

HARDINESS DAN SUBJECTIVE WELL-BEING PADA PERAWAT

Fitria Widhy Anggraini, Anggun Resdasari Prasetyo

Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Soedarto SH Tembalang Semarang 50275

anggrainiwidhy@gmail.com

Abstrak

Subjective well-being adalah penilaian individu secara kognitif dan afektif terhadap standar kepuasan dan pemenuhan hidup yang menekankan pada kesejahteraan individu tersebut. *Subjective well-being* dapat dicapai oleh individu yang memiliki kemampuan untuk mengelola kondisi lingkungannya. *Hardiness* merupakan kemampuan individu untuk merespon *stressor* di lingkungan sebagai tantangan untuk bertahan di bawah tekanan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *hardiness* dengan *subjective well-being* pada perawat di Rumah Sakit Umum Daerah Nganjuk. Populasi penelitian ini berjumlah 119 perawat. Dengan teknik *simple random sampling* didapatkan sampel 96 perawat. Pengumpulan data menggunakan Skala *Hardiness* (33 aitem; $\alpha = 0,915$) dan Skala *Subjective Well-being* (40 aitem; $\alpha = 0,936$). Hasil analisis regresi linier sederhana menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara *hardiness* dengan *subjective well-being* ($r_{xy} = 0,758$; $p < 0,001$). Sumbangan efektif *hardiness* terhadap *subjective well-being* pada perawat sebesar 57,5% dan sisanya sebesar 42,5% dijelaskan oleh faktor-faktor lain.

Kata kunci: *hardiness*, *subjective well-being*, perawat

Abstract

Subjective well-being is an individual assessment of cognitive and affective satisfaction and compliance to standards of living that emphasizes the well-being of the individual. Subjective well-being can be achieved by individuals who have the ability to manage the environmental conditions. Hardiness is an individual's ability to respond to stressors in the environment as a challenge to survive under pressure. This research aims to determine whether there is a relationship between hardiness with subjective well-being among nurses at General Hospital Nganjuk. The study population comprised 119 nurses. Using a simple random sampling technique, 96 nurses were recruited as study sample. Data were collected using the Hardiness Scale (33 items; $\alpha = .915$) and the Subjective Well-being Scale (40 items; $\alpha = .936$). The simple linear regression analysis revealed a significantly positive correlation between hardiness with subjective well-being ($r_{xy} = .758$; $p < .001$). Hardiness effectively contribute 57.5% to the subjective well-being on nurses while the remaining of 42.5% is explained by other factors.

Keywords: hardiness, subjective well-being, nurses

PENDAHULUAN

Manusia mengalami proses perkembangan di sepanjang rentang kehidupan, mulai dari dalam kandungan hingga lansia. Proses perkembangan tersebut tidak lepas dari tugas-tugas perkembangan dari setiap tahap perkembangan. Levinson (dalam Santrock, 2002) menjelaskan bahwa tugas-tugas perkembangan tersebut harus

diselesaikan pada masing-masing fase atau tahap perkembangan. Tugas-tugas perkembangan pada masa dewasa antara lain adalah memperoleh pekerjaan dan mengembangkan kesadaran diri (*sense of self*) mengenai kemandirian (Papalia, Olds, & Feldman, 2009).

Bekerja merupakan tuntutan masa kini untuk memenuhi kebutuhan hidup individu, sehingga banyak individu yang terjun ke dunia kerja untuk mencapai pemenuhan kebutuhan tersebut. Data Badan Pusat Statistik Jawa Timur menunjukkan bahwa pada Februari 2014 jumlah angkatan kerja mencapai 20,72 juta orang dan jumlah penduduk bekerja sebesar 19,88 juta orang (Badan Pusat Statistik, 2014). Jumlah angkatan kerja bertambah sekitar 260 ribu orang dan penduduk bekerja bertambah sebanyak 232 ribu orang dibandingkan dengan data pada bulan Februari 2013 (Badan Pusat Statistik, 2014). Individu yang berada di lingkungan pekerjaan tidak lepas dari tuntutan pekerjaan yang tinggi. Salah satu pekerjaan dengan tanggung jawab dan tuntutan kerja yang tinggi adalah perawat. Pekerjaan perawat yang berhubungan dengan nyawa pasien serta dihadapkan pada masalah yang muncul di lingkungan kerja yaitu penilaian negatif masyarakat terhadap profesi perawat, pasien yang sering mengeluh, pembagian jasa yang kurang merata, dan kelelahan fisik dapat memunculkan kondisi stres pada perawat.

Penelitian Rumaningsih (2011) yang menunjukkan bahwa beban kerja dan lingkungan kerja dapat mempengaruhi tingkat stres pada individu. Kondisi stres yang dialami oleh individu dapat memunculkan perasaan tidak menyenangkan. Perasaan tidak menyenangkan yang sering muncul dapat mempengaruhi penilaian individu tersebut terhadap kepuasan hidup. Penilaian terhadap kepuasan hidup yang menyertakan afek positif dan negatif merupakan salah satu indikator dari *subjective well-being*. *Subjective well-being* dibutuhkan oleh perawat untuk menjalankan peran tugas sebagai perawat secara optimal sesuai dengan tuntutan. Hal tersebut didukung oleh Pavot dan Diener (2004) yang menyatakan bahwa *subjective well-being* berdampak pada kualitas hubungan sosial, kehidupan kerja, dan kesehatan mental perawat. Individu dengan *subjective well-being* tinggi mudah dalam mengolah dan mempertahankan persahabatan, hubungan romantis, dan pernikahan (Pavot & Diener, 2004).

Diener dan Lucas (2009) menyebutkan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* adalah kepribadian. Variabel kepribadian yang berperan penting dalam melawan stres adalah *hardiness* (Smet, 1994). Hal tersebut dibuktikan oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Sekariansah (2013) yang menunjukkan bahwa kondisi stres yang dialami oleh individu dapat dikelola dengan kepribadian *hardiness*.

Hardiness sangat penting dimiliki oleh individu untuk mengelola stres yang dialami oleh pekerja. Individu dengan kepribadian *hardiness* tinggi lebih tahan terhadap stres, lebih berkomitmen pada pekerjaan, percaya dapat mengontrol kejadian yang muncul di kehidupan, dan memandang perubahan sebagai tantangan (Schultz & Schultz, 2006). Olivia (2014) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif signifikan antara kepribadian *hardiness* dengan prestasi kerja.

Individu dengan kepribadian *hardiness* melihat hambatan pekerjaan sebagai tantangan untuk berprestasi. Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan antara *hardiness* dengan *subjective well-being* pada perawat di RSUD Nganjuk.

METODE

Populasi dalam penelitian ini yaitu perawat RSUD Nganjuk yang berjumlah 119. Pengambilan sampel penelitian menggunakan *simple random sampling*, sehingga terpilih perawat sebanyak 89 orang sebagai sampel penelitian. Subjek penelitian masing-masing mengisi dua macam skala, yaitu Skala *Hardiness* (33 aitem) dan Skala *Subjective Well-being* (40 aitem). Kedua skala menggunakan format respon skala Likert dengan empat pilihan respon jawaban, yaitu Sangat Tidak Sesuai (STS), Tidak Sesuai (TS), Sesuai (S), dan Sangat Sesuai (SS). Data yang diperoleh dari subjek tersebut kemudian dianalisis menggunakan teknik analisis regresi sederhana.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *hardiness* dengan *subjective well-being* pada perawat di RSUD Nganjuk. Berdasarkan hasil analisis regresi sederhana, diketahui terdapat hubungan positif yang signifikan antara *hardiness* dengan *subjective well-being* ($r_{xy} = 0,758$; $p < 0,001$). Hal ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi *hardiness* maka semakin tinggi pula tingkat *subjective well-being* pada perawat di RSUD Nganjuk. Sebaliknya, semakin rendah tingkat *hardiness* maka semakin rendah pula tingkat *subjective well-being* pada perawat di RSUD Nganjuk. Dengan demikian, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima.

Ivancevich, Konopaske, dan Matteson (2007) menjelaskan bahwa individu dengan kepribadian *hardiness* mampu menghadapi dan bertahan dalam keadaan stres. Individu tersebut mampu mengontrol atau mengendalikan kejadian dalam hidupnya dan menganggap *stressor* sebagai tantangan yang menarik bukan sebagai ancaman hidup. Individu dengan kepribadian *hardiness* mampu menghadapi kondisi stres dan berkembang ketika menghadapi tantangan. Pernyataan tersebut didukung oleh hasil penelitian Sadaghiani (2011) tentang peran *hardiness* dalam mengurangi *stressor* serta reaksi biologis dan kognitif pada pelajar wanita. Hasil penelitian tersebut menjelaskan bahwa kepribadian *hardiness* dibutuhkan oleh individu untuk menghadapi masa-masa sulit. *Hardiness* merupakan perlindungan yang dibutuhkan oleh individu untuk menghadapi kondisi stres dan dampak yang ditimbulkan dari kondisi stres tersebut.

Kondisi stres dan dampak yang ditimbulkan dari kondisi stres tersebut mampu mempengaruhi *subjective well-being* pada individu. Pernyataan tersebut didukung oleh hasil penelitian Monnot dan Beehr (2014) tentang *subjective well-being* saat bekerja. Hasil penelitian tersebut menjelaskan bahwa kondisi stres yang dialami oleh individu berpengaruh pada *subjective well-being*. *Subjective well-being* pada individu memberikan dampak positif terhadap kehidupannya. Pavot dan Diener (2004) menjelaskan bahwa *subjective well-being* dapat berpengaruh pada kesuksesan yang dicapai di tempat kerja.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *hardiness* berpengaruh terhadap *subjective well-being* pada perawat di RSUD Nganjuk. *Hardiness* tinggi yang dimiliki oleh perawat dalam menjalankan pekerjaannya dapat berpengaruh pada tingginya *subjective well-being* pada perawat. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Nayeri dan Aubi (2011) yang menunjukkan bahwa *hardiness* khususnya pada aspek kontrol

memiliki efek positif pada *subjective well-being*. Kontrol yang dimiliki oleh individu dapat mengurangi munculnya kecemasan dan meningkatkan kebahagiaan pada individu tersebut.

Mayoritas perawat di RSUD Nganjuk (57%) yang dikenai penelitian berada pada kategori *hardiness* tinggi, 42% berada pada kategori sangat tinggi, 1% berada pada kategori rendah, dan tidak ada (0%) perawat yang memiliki *hardiness* sangat rendah. Hasil tersebut menunjukkan bahwa mayoritas perawat di RSUD Nganjuk memiliki kemampuan dalam mengontrol kejadian yang tidak diinginkan yang dapat menyebabkan stres, mampu melihat tantangan sebagai kesempatan untuk berprestasi, dan berkomitmen pada pekerjaan.

Mayoritas perawat di RSUD Nganjuk (52%) yang dikenai penelitian berada pada kategori *subjective well-being* tinggi, 47% berada pada kategori sangat tinggi, 1% berada pada kategori rendah, dan tidak ada (0%) perawat yang memiliki *subjective well-being* sangat rendah. Hasil tersebut menunjukkan bahwa mayoritas perawat di RSUD Nganjuk memiliki pengalaman emosi yang menyenangkan, *mood* negatif yang rendah, puas terhadap pernikahan dan pekerjaan, serta puas terhadap kehidupan yang telah dijalani.

Hardiness memberikan sumbangan sebesar 57.5% terhadap variabel *subjective well-being*. Kondisi ini menjelaskan bahwa *subjective well-being* pada perawat di RSUD Nganjuk dipengaruhi oleh *hardiness* sebesar 57.5%, sisanya sebesar 42.5% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diukur dalam penelitian ini.

Berdasarkan hasil penelitian, *subjective well-being* pada mayoritas perawat di RSUD Nganjuk berada pada kategori tinggi, sedangkan *hardiness* pada mayoritas perawat berada pada kategori tinggi. Hal tersebut menunjukkan bahwa perawat mampu dalam menghadapi kondisi yang tidak diinginkan dan mampu mengelola stres dengan baik sehingga perawat memiliki *subjective well-being* yang tinggi. Apabila kemampuan dalam mengelola stres tidak dikembangkan, maka bukan tidak mungkin jika tingkat *subjective well-being* yang dimiliki oleh perawat akan menurun.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data, dapat disimpulkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara *hardiness* dengan *subjective well-being* pada perawat di RSUD Nganjuk ($r_{xy} = 0,758$; $p < 0,001$). Semakin tinggi *hardiness* maka semakin tinggi pula *subjective well-being* pada perawat, dan sebaliknya. *Hardiness* memberikan sumbangan efektif sebesar 57,5% terhadap *subjective well-being*.

DAFTAR PUSTAKA

Badan Pusat Statistik. (2014, 5 Mei). Keadaan ketenagakerjaan Februari 2014. *Berita Resmi Statistik: BPS Provinsi Jawa Timur*. 34/05/35/Th. XII, 1-8. Diunduh dari http://jatim.bps.go.id/indeks.php?hal=brs_detil&id=191, pada 27 Agustus 2014.

- Diener E. & Lucas R. E. (2009). Personality and subjective well-being. Dalam E. Diener (Eds.), *The science of well-being: The collected works of Ed Diener*, 75-102. New York: Springer Dordrecht Heidelberg.
- Ivancevich, J. M., Konopaske, R., & Matteson, M. T. (2007). *Perilaku dan manajemen organisai*. ed. 7, jilid 1. Alih Bahasa: Gina Gania. Jakarta: Erlangga.
- Monnot, M. J., & Beehr, T.A. (2014). Subjective well-being at work: Disentangling source effects of stress and support on enthusiasm, contentment, and meaningfulness. *Journal of Vocational Behavior*, 85, 204-218.
- Nayyeri, M., & Aubi,S. (2011). Prediction well-being on basic components of hardiness. *Social and Behavioral Science*, 30, 1571-1575.
- Olivia, D. O. (2014). Kepribadian hardiness dengan prestasi kerja pada karyawan bank. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 2(1), 115-129.
- Papalia, D. E., Olds S. W., & Feldman R. D. (2009). *Human development*. ed. 10, buku 2. Jakarta: Salemba Humanika.
- Pavot, W. & Diener E. (2004). Findings on subjective well-being: Applications to public policy, clinical interventions, and education. Dalam P. A. Linley & S. Joseph (Eds.), *Positive psychology in practice*, 679-692. New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
- Rumaningsih, M. (2011). Pengaruh faktor organisasional pada stres kerja pada perawat dengan pengalaman kerja sebagai variabel pemoderasi. *Manajemen Bisnis Syariah*, 2, 955-967.
- Sadaghiani, N. S. K. (2011). The role of hardiness in decreasing the stressors and biological, cognitive, and mental reactions. *Social and Behavioral Science*, 30, 2427-2430.
- Santrock, J. W. (2002). *Life span development: Perkembangan masa hidup*, ed. 5, jilid 2. Jakarta: Erlangga.
- Schultz, D. P., & Schultz S. E. (2006). *Psychology and work today: An introduction to industrial and organizational psychology*, ed. 9. New Jersey: Pearson Education, Inc.
- Sekariansah, A. T. (2013). Hardiness relationship between stress with sort of students in thesis. *Empati*, 2(4). Diunduh dari <http://www.ejournal-s1.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/7393/7153>, pada 1 Juli 2015.
- Smet, B. (1994). *Psikologi kesehatan*. Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia.