

**HUBUNGAN ANTARA *HARDINESS* DENGAN *BURNOUT*
PADA PERAWAT DI RUMAH SAKIT UMUM DAERAH
(RSUD) KABUPATEN BATANG**

Dhaniar Indraswari, Dinie Ratri Desiningrum*

Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro

dhaniar.psikologi@gmail.com

dn.psiundip@gmail.com

ABSTRAK

Salah satu faktor yang berpengaruh terhadap tinggi-rendahnya *burnout* pada perawat adalah karakteristik kepribadian. Terdapat tipe-tipe kepribadian antara lain kepribadian tipe A, ekstrovert, dan salah satunya yaitu kepribadian *hardiness*. Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan antara *hardiness* dengan *burnout* pada perawat di Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Kabupaten Batang. Populasi dalam penelitian ini adalah perawat di instalasi rawat inap RSUD Kabupaten Batang dengan karakteristik pegawai tetap, masa kerja minimal satu tahun, dan berusia kurang dari 40 tahun. Jumlah populasi penelitian adalah 109 perawat. Pengambilan sampel penelitian ini menggunakan teknik *simple random sampling*. Metode pengumpulan data menggunakan dua buah skala psikologi, yaitu skala *burnout* dan skala *hardiness*. Metode analisis data yang digunakan adalah analisis regresi linier sederhana. Hasil analisis data menunjukkan angka koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar -0,766 dengan tingkat signifikansi korelasi $p = 0,000$ ($p < 0,05$) serta persamaan regresi $Y = 114,515 - 0,782X$, yang berarti ada hubungan negatif dan signifikan antara *hardiness* dengan *burnout* pada perawat di RSUD Kabupaten Batang. Semakin tinggi *hardiness*, maka *burnout* semakin rendah. Sebaliknya, semakin rendah *hardiness*, maka semakin tinggi tingkat *burnout*. *Hardiness* memberikan sumbangan sebesar 58,7% terhadap *burnout*, sisanya 41,3% ditentukan oleh faktor lain.

Kata kunci: *hardiness*, *burnout*, perawat.

*Penulis Penanggung jawab

RELATIONSHIP BETWEEN HARDINESS WITH BURNOUT IN NURSES AT GENERAL HOSPITAL BATANG

Dhaniar Indraswari, Dinie Ratri Desiningrum*

Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro

dhaniar.psikologi@gmail.com

dn.psiundip@gmail.com

ABSTRACT

One of the factors that affect the high-low burnout in nurses is a personality characteristic. There are personality types include type A personality, extrovert, and one of them is hardiness. The purpose of this research was to find out the relationship between hardiness with burnout in nurses at the General Hospital Batang. The population of this research were nurses in inpatient unit at the General Hospital Batang, with the characteristics of permanent employee, working period of at least one year, and less than 40 years old. Total population of the research were 109 nurses. Data sample taken using simple random sampling technique. The data were collected by means of burnout scale and hardiness scale. The data was analyzed by using simple linear regression analysis. The result of data analysis shows that correlation between hardiness and burnout is $r_{xy} = -0,766$ with $p = 0,000$ ($p < 0,05$), and $Y = 114,515 - 0,782X$, which means there was negative and significant correlation between hardiness and burnout. In other words, the higher hardiness, the lower burnout in nurses. Otherwise, the lower hardiness, the higher burnout in nurses. Hardiness gives effective contribution about 58,7% on burnout, and 41,7% is determined by other factors.

Keywords: *hardiness, burnout, nurses.*

*Responsible Author

PENDAHULUAN

Perawat merupakan pegawai garis depan yang berhadapan langsung dengan pihak-pihak yang harus dilayani dalam sebuah rumah sakit. Harley CITT (dalam Sudarman, 2008, h. 30) menjelaskan pengertian dasar seorang perawat yaitu seseorang yang berperan dalam merawat, memelihara, membantu, serta melindungi seseorang karena sakit, cedera (*injury*), dan proses penuaan, sedangkan menurut Dilihat dari sisi intensitas interaksi dengan pasien, kelompok profesional perawat ini merupakan tenaga kesehatan yang paling tinggi interaksinya (Sudarman, 2008, h. 30).

Perawat memiliki beban kerja yang tinggi untuk memberikan praktek keperawatan yang aman dan efektif serta bekerja dalam lingkungan yang memiliki standar klinik yang tinggi. Beban kerja berlebih secara fisik maupun mental yaitu harus melakukan terlalu banyak pekerjaan yang merupakan kemungkinan sumber stres pekerjaan. Tugas yang harus diselesaikan dengan cepat, tepat dan cermat dapat menyebabkan banyak kesalahan yang dilakukan individu atau bahkan menurunnya kondisi kesehatan individu. Hampir setiap beban kerja dapat mengakibatkan timbulnya stres kerja (Kasmarani, 2012).

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan Persatuan Perawat Nasional Indonesia (PPNI) tahun 2006, menunjukkan sekitar 50,9% perawat yang bekerja di empat provinsi di Indonesia mengalami stres kerja. Perawat sering mengalami pusing, lelah, tidak bisa istirahat karena beban kerja yang tinggi dan menyita waktu. Perawat juga mendapatkan gaji yang rendah tanpa insentif yang memadai (Rachmawati, 2007). Berdasarkan hasil penelitian Satria, Sidin, dan Noor (2013) yang dilakukan pada sebelas rumah sakit di DKI Jakarta menunjukkan bahwa 9,8% pasien rawat inap mendapat infeksi setiap tahun akibat peningkatan beban kerja pada perawat.

Fenomena-fenomena yang terjadi pada perawat merupakan fenomena stres kerja yang apabila terjadi secara terus menerus akan mengakibatkan dampak jangka panjang, sehingga muncul suatu kejenuhan kerja atau biasa dikenal dengan istilah *burnout*. pernyataan tersebut sesuai dengan pernyataan National Safety Council (2004) bahwa *burnout* merupakan akibat stres kerja dan beban kerja yang

paling umum. Gejala khusus pada *burnout* ini antara lain kebosanan, depresi, pesimisme, kurang konsentrasi, kualitas kerja buruk, ketidakpuasan, keabsenan, dan kesakitan atau penyakit.

Burnout digunakan untuk menggambarkan pola kelelahan emosional, depersonalisasi dan penurunan prestasi pribadi yang ketiganya sering disebut dengan "sindrom burnout" (Melchior, dkk., dalam Elder, Evans, & Nizette 2009, h. 8). Menurut Barling dan Haddad (dalam Elder, dkk., 2009, h. 8), dampak dari kelelahan emosional akan bervariasi dari orang ke orang, biasanya digambarkan dalam bentuk perasaan depresi, mudah tersinggung, perasaan bahwa individu tidak memiliki lebih untuk memberi, dan secara emosional kewalahan oleh pekerjaan. Depersonalisasi dapat menyebabkan sikap tidak baik, acuh tak acuh, tidak tertarik, mencela, merendahkan, dan/atau kurang menanggapi klien. Unsur ketiga dari sindrom *burnout* adalah berkurangnya prestasi pribadi, menggambarkan perasaan ketidakefektifan, kebodohan, kepuasan rendah dan dirasakan kurangnya keberhasilan dalam pekerjaan.

McVicar (dalam Ladstätter & Garrosa, 2008, h.135) menyatakan bahwa salah satu alasan untuk keragaman besar reaksi stres di kalangan profesional keperawatan adalah kombinasi antara kepribadian dan strategi koping. Salah satu karakteristik kepribadian yang dianggap memiliki fungsi perlindungan terhadap stres adalah "*hardiness*" atau "kepribadian-*hardy*". Kobasa (dalam Shaw & Tuch, 2007, h. 273) mendefinisikan *hardiness* sebagai karakteristik kepribadian yang berfungsi sebagai sumber daya dalam melawan efek negatif dari stres.

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa terdapat faktor lain yang memberikan pengaruh besar terhadap tingkat *burnout* pada individu selain faktor kepribadian. Hasil penelitian Khotimah (2010) pada perawat di RSUD Budi Rahayu menunjukkan bahwa rendahnya *burnout* dipengaruhi oleh persepsi yang positif terhadap lingkungan kerja psikologis dengan sumbangan efektif yang diberikan variabel persepsi terhadap lingkungan kerja psikologis terhadap *burnout* sebesar 65,9%. Penelitian yang dilakukan oleh Purba, Yulianto, dan Widyanti (2007) tentang pengaruh dukungan sosial terhadap *burnout* pada guru menunjukkan hasil bahwa dukungan sosial memberikan pengaruh yang signifikan

terhadap *burnout* pada guru sebesar 58%, semakin tinggi dukungan sosial pada individu maka *burnout* yang dialami akan semakin rendah.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Nurvia dan Safitri (2012) tentang hubungan antara harga diri dengan *burnout* pada karyawan bidang pemasaran, menunjukkan bahwa adanya harga diri yang tinggi dapat menyebabkan tingkat *burnout* relatif rendah pada karyawan dengan sumbangan efektif sebesar 37,8%. Penelitian Sulistyowati (2007) tentang hubungan *self efficacy* dengan *burnout* pada perawat di RSUD Dr Margono Soekarjo Purwokerto, menunjukkan hasil bahwa *burnout* yang rendah pada perawat disebabkan oleh tingginya *self efficacy* yang dimiliki oleh perawat dengan sumbangan efektif sebesar 69,2%.

Berdasarkan penelitian-penelitian sebelumnya, dapat dilihat bahwa persepsi terhadap lingkungan kerja psikologis serta dukungan sosial merupakan faktor eksternal yang mempengaruhi *burnout*, sedangkan harga diri dan *self efficacy* merupakan faktor internal yang turut pula mempengaruhi tingkat *burnout* pada individu. Melihat perbandingan besarnya sumbangan efektif dari masing-masing faktor eksternal dan internal pada penelitian sebelumnya, dapat dikatakan bahwa faktor eksternal memberikan sumbangan lebih besar terhadap *burnout*. Kondisi tersebut sedikit bertentangan dengan pernyataan Jackson, Firtko & Edenborough (dalam Elder, dkk., 2009, h. 8) bahwa *hardiness* sebagai salah satu faktor internal yang berfungsi sebagai pelindung terhadap *burnout* dan gejala negatif lainnya yang dihasilkan dari keterpurukan tempat kerja. Adanya penelitian-penelitian yang menunjukkan ketidakkonsistenan mengenai faktor-faktor yang berhubungan dan memberikan pengaruh terhadap tingkat *burnout*, maka peneliti menganggap bahwa penelitian untuk mengetahui sejauh mana hubungan *hardiness* dengan *burnout* pada perawat di Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Kabupaten Batang masih penting untuk dilakukan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *hardiness* dengan *burnout* pada perawat di Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Kabupaten Batang.

METODE

Definisi Operasional

1. *Burnout*

Burnout adalah kondisi yang mengarah pada kelelahan emosional, kehilangan motivasi, dan kurangnya prestasi profesional yang dialami individu sebagai reaksi terhadap stres pekerjaan yang berlangsung dalam jangka waktu lama, kumulatif dan kronis.

2. *Hardiness*

Hardiness adalah kemampuan individu untuk bertahan dalam menanggulangi pengaruh negatif dari stres kerja. *Hardiness* pada individu terutama terlihat pada komitmen, pengendalian, dan persepsinya terhadap masalah-masalah sebagai tantangan, sehingga mampu beradaptasi dalam lingkungan stres.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah perawat yang bertugas di Instalasi Rawat Inap Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Kabupaten Batang dengan karakteristik; pegawai tetap, usia kurang dari 40 tahun, dan masa kerja minimal satu tahun. Keseluruhan sampel berjumlah 109 perawat yang bertugas di sepuluh ruang rawat inap RSUD Kabupaten Batang. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *simple random sampling*.

Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala psikologis. Skala yang digunakan yaitu skala *Burnout* dan skala *Hardiness*. Skala *Burnout* disusun berdasarkan aspek-aspek menurut Greenberg dan Baron (2003, h. 129-130), yaitu kelelahan fisik, kelelahan emosional, kelelahan mental, dan rendahnya penghargaan terhadap diri. Skala *Hardiness* disusun berdasarkan aspek-aspek menurut Maddi (dalam Mark, 2008, h. 23-27), yaitu *commitment* (komitmen), *control* (kontrol atau pengendalian), dan *challenge* (tantangan).

Analisis statistik yang digunakan adalah analisis regresi linier sederhana dengan program analisis statistik komputer, yaitu *Statistical Package for Social Science (SPSS)* versi 16.00.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang diperoleh dari pengujian hipotesis dengan teknik analisis regresi sederhana menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara *hardiness* dengan *burnout* pada perawat di Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Kabupaten Batang. Hubungan yang signifikan ini terlihat dari angka koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar -0,766 dengan tingkat signifikansi korelasi $p = 0,000$ ($p < 0,05$) serta persamaan regresi $Y = 114,515 - 0,782X$. Arah hubungan negatif menunjukkan semakin tinggi *hardiness* maka tingkat *burnout* semakin rendah. Sebaliknya, semakin rendah *hardiness*, maka tingkat *burnout* semakin tinggi.

Hasil tersebut membuktikan bahwa hipotesis yang menyatakan terdapat hubungan negatif antara *hardiness* dengan *burnout* pada perawat di Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Kabupaten Batang dapat diterima. Hasil penelitian tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan Rahardjo (2005), yang menunjukkan bahwa *hardiness* memberikan kontribusi terhadap stres kerja, semakin tinggi *hardiness* maka akan semakin rendah stres kerja yang dirasakan sehingga tingkat *burnout* juga akan semakin rendah.

Berdasarkan hasil penelitian, *burnout* pada mayoritas perawat di RSUD Kabupaten berada pada kategori rendah, sedangkan *hardiness* pada mayoritas perawat berada pada kategori tinggi. Schultz (2002, h. 358) menjelaskan bahwa individu dengan kepribadian *hardiness* percaya bahwa mereka dapat mengontrol atau mempengaruhi kejadian-kejadian dalam hidupnya. Mereka secara mendalam berkomitmen terhadap pekerjaan-pekerjaan yang mereka senangi, dan mereka memandang perubahan sebagai sesuatu yang menarik dan menantang, bukan sebagai sesuatu yang mengancam. Perawat dengan *hardiness* yang tinggi akan memandang segala masalah secara positif dan tetap optimis sekalipun dalam kondisi stres, sehingga mereka tidak mudah mengalami kelelahan kompleks yang berujung pada *burnout*.

Menurut pengamatan di lapangan, *hardiness* yang tinggi pada perawat kemungkinan disebabkan oleh adanya kegiatan evaluasi asuhan keperawatan yang dilaksanakan bersama perawat primer. Evaluasi dilakukan untuk mencari solusi dari permasalahan yang ditemui perawat selama memberikan perawatan kepada pasien, dengan adanya evaluasi maka kendala-kendala yang ditemui perawat selama bertugas dapat diatasi bersama dan dapat menekan tingkat stres yang berpotensi menyebabkan *burnout*.

Hardiness memberikan sumbangan sebesar 58,7% terhadap variabel *burnout*. Keadaan ini menjelaskan bahwa *burnout* perawat di RSUD Kabupaten Batang dipengaruhi oleh *hardiness*, dan sisanya sebesar 41,3% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diukur dalam penelitian ini seperti rendahnya penghasilan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan negatif antara *hardiness* dengan *burnout* pada perawat di Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Kabupaten Batang. Semakin tinggi *hardiness* maka semakin rendah tingkat *burnout* pada perawat. Sebaliknya, semakin rendah *hardiness*, maka tingkat *burnout* pada perawat menjadi semakin tinggi.

Saran

1. Bagi Subjek Penelitian

Tingkat *burnout* yang dimiliki oleh subjek pada umumnya berada dalam kategori rendah, diharapkan untuk dapat dipertahankan dan penyebab timbulnya *burnout* dapat dihindari. Perawat diharapkan untuk mengembangkan *hardiness* dalam dirinya dengan cara memelihara komitmen terhadap pekerjaannya, meningkatkan kemampuan kontrol dari dalam dirinya, serta tidak menyerah ketika menghadapi kesulitan dan hambatan dalam bekerja.

2. *Bagi Organisasi (RSUD Kabupaten Batang)*

- a. Pihak rumah sakit sebagai wadah atau tempat bekerja para perawat hendaknya menyelenggarakan pelatihan keperawatan yang berbasis model hardiness, atau pelatihan manajemen stress untuk meningkatkan ketahanan perawat terhadap stres.
- b. Mempertahankan suasana kerja yang kondusif bagi staf karyawan dan para perawat khususnya sehingga tercipta lingkungan kerja yang nyaman dan tidak menjadi lingkungan kerja yang dapat memicu stres.

3. *Bagi Peneliti Selanjutnya*

Bagi peneliti yang tertarik dengan topik yang sama, diharapkan dapat melakukan penelitian dengan subjek atau sampel penelitian yang berbeda atau penelitian yang dilakukan di tempat lain.

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan perbaikan skala yaitu dengan lebih memperhatikan indikator-indikator tiap aspek yang akan dijadikan aitem dalam skala, sehingga aitem benar-benar valid dan tidak menyebabkan responden cenderung untuk memilih pernyataan yang tidak sesuai dengan keadaan sebenarnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Elder, R., Evans, K., Nizette, D. (2009). *Psychiatric and Mental Health Nursing 2nd Edition*. New Zealand: Elseiver.
- Greenberg, J., dan Baron, R. A. (2003). *Behavior in Organization, Understanding and Managing the Human side of Work*, 8th edition. New Jersey: Prentice Hall Inc.
- Kasmarani, M. K. (2012). Pengaruh beban kerja fisik dan mental terhadap stres kerja pada perawat di instalasi gawat darurat (igd) rsud cianjur. *Jurnal Kesehatan Masyarakat UNDIP*, Vol. 1, No. 2, 767 – 776.
- Khotimah, K. (2010). Hubungan antara Persepsi Terhadap Lingkungan Kerja Psikologis dengan *Burnout* pada Perawat Rsu Budi Rahayu Pekalongan. *Skripsi*: (tidak diterbitkan), Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro.
- Ladstätter, F., dan Garrosa, E. (2008). *Prediction of Burnout: An Artificial Neural Network Approach*. Hamburg: Diplomica Verlag.

- Mark, S. (2008). *Relationship Between Hardiness, Attachment Style, and Well-being Among College Undergraduate*. Chicago: Proquest.
- National Safety Council. (2004). *Manajemen Stress*. Jakarta : ECG.
- Nurvia, L., dan Safitri, R. M. . (2012). Hubungan Antara Harga Diri dengan Burnout pada Karyawan Bidang Pemasaran. *Skripsi*, Fakultas Psikologi Universitas Wangsa Manggala Yogyakarta.
- PPNI. (2006). <http://www.inna-ppni.or.id/index.php/15-berita/50,9-persen-perawat-alami-stres-kerja.html>, diakses 7 Juli 2013.
- Purba, J., Yulianto, A., Widyanti, E. (2007). Pengaruh dukungan sosial terhadap *burnout* pada guru. *Jurnal Psikologi*. Vol. 3, No. 1, 77-87.
- Rachmawati, E. 12 Mei 2007. *50,9 Persen Perawat Alami Stres Kerja*. Diunduh 07/07/2013.(Online).:<http://www2.kompas.com/Ver1/kesehatan/0705/12/143801.htm>.
- Rahardjo, W. (2005). Kontribusi *hardiness* dan *self-efficacy* terhadap stress kerja (studi pada perawat rsup dr. soeradji tirtonegoro klaten). Seminar Nasional PESAT (Psikologi, Sastra, Arsitektur dan Sipil) Human Capacity Development and The Nations Competitiveness. Vol. 1, 47-57 Jakarta: Universitas Gunadarma.
- Satria, W., Sidin, A. I., dan Noor, N. B. (2013). Hubungan beban kerja dengan kinerja perawat dalam mengimplementasikan *patient safety* di rumah sakit universitas hasanuddin tahun 2013. *Jurnal Kesehatan Masyarakat UNHAS*. Vol.1, No. 1, 1-11.
- Schultz, D dan Schultz, S. E. (2002). *Psychology and Work Today*. Eight Edition. New Jersey: Prentice Hall
- Shaw – Taylor, S., dan Tuch, S. A. (2007). *The African Americans: Contemporary African and Carribean Immigrants in the United States*. New York: Rowman & Littlefield Publisher,Inc.
- Sudarman, M. (2008). *Sosiologi untuk Kesehatan*. Jakarta: Salemba.
- Sulistyowati, P. (2007). Hubungan antara *self efficacy* dengan *burnout* pada perawat di ruang rawat inap rsud prof. dr. margono soekarjo Purwokerto. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, Vol. 2, No. 3, 162-167.