

HUBUNGAN ANTARA *BURNOUT* DENGAN *SELF EFFICACY* PADA PERAWAT DI PUSKESMAS TAMAN KECAMATAN TAMAN KROCOK KABUPATEN BONDOWOSO

Sri Ummi Wahyuni*

Program Study Ilmu Keperawatan STIKES dr. Sobandi Jember

ABSTRAK

Perawat merupakan tenaga profesional bertanggung jawab dan berwenang memberikan perawatian secara mandiri ataupun berkolaborasi dengan tenaga kesehatan yang lain, menjadi seorang perawat memiliki tugas yang kompleks serta perawat kontak secara langsung dengan pasien. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *burnout* dengan *self efficacy* pada perawat di Puskesmas Taman Krocok Kabupaten Bondowoso. Desain dari penelitian ini menggunakan desain korelasi dengan menggunakan metode *survey cross sectional* jumlah sample 10 teknik sampling total sampling Alat pengumpulan data menggunakan kuisioner tertutup. Uji statistik *Spearman Rho Correlation* dengan tingkat kemaknaan $p < 0,05$ dimana H_a di terima dan H_o ditolak. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat *burnout* tinggi 40%, tingkat *burnout* sedang 20%, *self efficacy* rendah 40% dan *self efficacy* kurang 20%. Uji statistik *Spearman Rho Correlation* dihasilkan nilai koefisien korelasi $r = -0,980$ dengan nilai signifikansi $p = ,000$. Hasil ini menunjukkan terdapat hubungan antara *burnout* dengan *self efficacy* pada perawat di Puskesmas Taman Krocok Kecamatan Taman Krocok Kabupaten Bondowoso. Diharapkan dari penelitian ini perawat meningkatkan *self efficacy* sehingga tidak mengalami *burnout*.

Kata kunci : *Burnout, Self Efficacy, Perawat*

PENDAHULUAN

Burnout merupakan suatu keadaan yang mencerminkan reaksi emosional pada orang yang bekerja dibidang kemanusiaan dan bekerja erat dengan masyarakat. Penderita *burnout* sering dijumpai pada perawat, pekerja sosial, guru dan para anggota guru (Bernadin dalam Sulis dan Anisah, 2011). Sujipto dan Irawati (Sulis dan Anisah, 2011) mengungkapkan bahwa *burnout* merupakan keadaan dimana seseorang mengalami situasi yang menuntut emosional yang cukup tinggi karena stress yang diakibatkan oleh kelelahan fisik dan mental. Akibatnya efek yang ditimbulkan *burnout* ialah sinisme, timbul perasaan ditolak oleh lingkungan, motivasi kerja menurun, gagal dan *self esteem* rendah. *Burnout* yang terjadi dikarenakan beban kerja yang berat serta berkepanjangan yang mengakibatkan stress merupakan

suatu hal yang tidak dapat dihindari oleh seseorang termasuk perawat dalam menjalankan tugasnya sebagai seorang perawat yang memiliki tugas yang kompleks untuk memenuhi kebutuhan dasar manusia dikarenakan *burnout* merupakan resiko dari pekerjaan bagi setiap orang termasuk yang bekerja di bidang kesehatan khususnya seorang perawat. *Self efficacy* merupakan keyakinan seseorang terhadap dirinya bahwa ia dapat menguasai suatu situasi dan menghasilkan *outcome* yang positif. Setiap manusia memiliki tantangan dalam hidupnya terutama dalam situasi pekerjaan termasuk pekerjaan sebagai seorang perawat dan setiap manusia harus bisa menghadapi dan melewati tantangan tersebut untuk menjalani hidup agar dapat melewati tantangan tersebut dengan mudah serta mendapatkan hasil yang positif dari tantangan tersebut setiap

manusia harus memiliki keyakinan yang positif. Menurut Bandura *Self efficacy* merupakan kemampuan generatif yang dimiliki individu meliputi kognitif, sosial dan emosi. Kemampuan tersebut harus dilatih dan diatur secara efektif untuk mencapai tujuan individu, *self efficacy* berbeda tingkatan pada masing-masing pada individu. *Self efficacy* perawat merupakan *belief* atau keyakinan seorang perawat bahwa ia dapat menguasai situasi pekerjaannya dengan usaha melakukan tugas keperawatan dan menghasilkan *outcome* yang positif (Faizal 2008).

Perawat merupakan profesi yang difokuskan individu, keluarga, dan masyarakat sehingga mereka dapat mencapai, mempertahankan atau memulihkan kesehatan yang optimal dan kualitas hidup dari lahir sampai mati. Perawat merupakan tenaga profesional bertanggung jawab dan berwenang memberikan perawatan secara mandiri ataupun berkolaborasi dengan tenaga kesehatan yang lain, menjadi seorang perawat memiliki tugas yang kompleks serta perawat kontak secara langsung dengan pasien. Hal ini mengakibatkan tugas perawat semakin besar dan memiliki tanggung jawab yang semakin berat, dalam situasi tuntutan tugas seperti ini tingkat *burnout* perawat dapat menjadi tinggi atau rendah begitu pula dengan tingkat *self efficacy* perawat dalam menghadapi masalah tersebut bisa rendah atau tinggi. Kuppusswamy (dalam Zulfan Saam dan Sri Wahyuni, 2013) Individu yang memiliki *Self efficacy* tinggi, apabila menghadapi situasi yang menekan ia akan terus berusaha, bertahan lama dan akan menjadi lebih aktif daripada orang yang memiliki *self efficacy* rendah, dan akan lebih berani/percaya diri dalam menetapkan target atau tujuan yang akan dicapainya. Dapat disimpulkan individu yang mempunyai *self efficacy* tinggi akan berusaha melaksanakan tugasnya untuk mencapai suatu tujuan yang telah ditentukan dan akan berusaha untuk

beradaptasi dengan berbagai hambatan – hambatan dalam pekerjaan mereka termasuk *burnout* yang dialaminya. Begitu pula sebagai seorang perawat yang mempunyai *self efficacy* yang tinggi akan mampu mengontrol *burnout* yang dialaminya karena adanya tuntutan – tuntutan tugas dalam pekerjaannya. Seorang perawat yang mempunyai *self efficacy* tinggi akan mempunyai *burnout* yang rendah.

Hasil dari studi pendahuluan yang telah dilakukan melalui wawancara pada Perawat di Puskesmas Taman Krocok Kabupaten Bondowoso bahwa ada 2 perawat mengatakan mengalami *burnout* dan 2 perawat mengatakan kurangnya rasa percaya diri. Berdasarkan data yang didapat tersebut maka penulis tertarik untuk mengetahui hubungan antara *burnout* dengan *self efficacy* pada perawat di Puskesmas Taman Krocok Kecamatan Taman Krocok Kabupaten Bondowoso

METODE PENELITIAN

Desain dari penelitian ini menggunakan desain korelasi dengan menggunakan metode survey cross sectional dimana hanya satu kali dalam melakukan pengambilan data. Jenis penelitian adalah untuk merencanakan dan menentukan segala kemungkinan dan perlengkapan yang diperlukan dalam penelitian tertentu. Rancangan penelitian ini melibatkan minimal 2 variabel yang akan diungkap adanya hubungan atau tidak (Nursalam, 2015). Variabel dalam penelitian ini adalah hubungan antara *burnout* dengan *self efficacy* pada perawat di Puskesmas Taman Krocok Kabupaten Bondowoso.

Populasi adalah objek penelitian secara keseluruhan atau semua objek yang akan diteliti (Notoadmojo, 2012). Populasi dalam penelitian ini adalah perawat di Puskesmas Taman Krocok Kabupaten Bondowoso yang masih aktif menjadi perawat. Jumlah Populasi 10 perawat. Sampel merupakan sebagian yang

diambil dari keseluruhan obyek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi (Notoadmodjo, 2012). Dalam menentukan besarnya sample dalam penelitian ini menggunakan teknik sampling dari Krejcie dan Morgan (1970)

sebagaimana sudah ditentukan berdasarkan populasi. berdasarkan ketentuan dari Krejcie dan Morgan bahwa jika jumlah populasi 10 jumlah sampel 10 (Sugiyono, 2014).

HASIL

Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin, pendidikan dan pengalaman kerja di Puskesmas Taman Kecamatan Taman Krocok Kabupaten Bondowoso

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Puskesmas Taman Kecamatan Taman Krocok Kabupaten Bondowoso

| Jenis kelamin | Frekuensi | Persentase |
|---------------|-----------|------------|
| Laki-laki | 4 | 40% |
| Perempuan | 6 | 60% |
| Jumlah | 10 | 100% |

Sumber : Data Primer

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan di Puskesmas Taman Kecamatan Taman Krocok Kabupaten Bondowoso

| Pendidikan | frekuensi | Persentase |
|------------|-----------|------------|
| D3 | 6 | 60% |
| S1 | 4 | 40% |
| Jumlah | 10 | 100% |

Sumber : Data Primer

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengalaman kerja di Puskesmas Taman Kecamatan Taman Krocok Kabupaten Bondowoso

| Pengalaman kerja | frekuensi | Persentase |
|------------------|-----------|------------|
| < 1 th | 5 | 50% |
| > 1th | 2 | 20% |
| > 2th | 3 | 30% |
| Jumlah | 10 | 100% |

Sumber : Data Primer

Tingkat *Burnout*

Karakteristik responden berdasarkan hasil dari pengisian kuisioner Tingkat *burnout* Pada Perawat di Puskesmas Taman Kecamatan Taman Krocok Kabupaten Bondowoso

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Tingkat *Burnout* Pada Perawat di Puskesmas Taman Kecamatan Taman Krocok Kabupaten Bondowoso

| Tingkat <i>Burnout</i> | Frekuensi | Persentase |
|------------------------|-----------|------------|
| Tinggi | 4 | 40% |
| Sedang | 2 | 20% |
| Kurang | 3 | 30% |
| Rendah | 1 | 10% |
| Jumlah | 10 | 100% |

Sumber : Data Primer

Tingkat *Self Efficacy*

Karakteristik responden berdasarkan hasil dari pengisian kuisioner Tingkat *burnout* Pada Perawat di Puskesmas Taman Kecamatan Taman Krocok Kabupaten Bondowoso

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Tingkat *Self Efficacy* Pada Perawat di Puskesmas Taman Kecamatan Taman Krocok Kabupaten Bondowoso Bulan Mei Tahun 2016

| <i>Tingkat Self Efficacy</i> | Frekuensi | Persentase |
|------------------------------|-----------|------------|
| Tinggi | 2 | 20% |
| Sedang | 2 | 20% |
| Kurang | 2 | 20% |
| Rendah | 4 | 40% |
| Jumlah | 10 | 100% |

Sumber : Data Primer

Tabel 6. Tingkat *burnout* dengan *self efficacy* Pada Perawat di Puskesmas Taman Kecamatan Taman Krocok Kabupaten Bondowoso

| | | Tingkat Burnout | Tingkat Self Efficacy |
|----------------|-----------------------|-------------------------|-----------------------|
| Spearman's rho | | Correlation Coefficient | 1,000 |
| | Tingkat Burnout | Sig. (2-tailed) | ,000 |
| | | N | 10 |
| | Tingkat Self Efficacy | Correlation Coefficient | -,980** |
| | | Sig. (2-tailed) | ,000 |
| | | N | 10 |

Hasil penelitian ini menggunakan uji Spearman rho dengan N = 10 didapatkan nilai rho tabel = 0,648, rho hitung = - 0, 980 dimana didapatkan hasil bahwa rho hitung \geq rho tabel (0,980 \geq 0,648) maka Ho ditolak arah hubungan negatif semakin tinggi tingkat *burnout* semakin rendah tingkat *self efficacy* dengan makna 98% faktor lain 2%. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil sig (2-tailed) sebesar 0,000 bahwa *pvalue* tersebut kurang dari α 0,005 sehingga Ho ditolak.

PEMBAHASAN

Tingkat *Burnout*

Bedasarkan hasil penelitian diketahui bahwa sebagian besar perawat di Puskesmas Taman Krocok Kecamatan Taman Krocok Kabupaten Bondowoso mengalami *burnout* tinggi. Hasil dari peneliti sesuai dengan teori pendapat “*Organizational Stressor and Heart Disease*”, (dalam Kreitner dan Kinicki, 2005) salah satu pemicu perawat mengalami *burnout* adalah *Role overload* disamping itu beban kerja yang berlebihan dapat mencakup segi

kuantitatif yang berupa jumlah pekerjaan dan kualitatif yaitu tingkat kesulitan pekerjaan tersebut yang harus ditangani, sebagaimana *burnout* diidentifikasi oleh Maslach yaitu kejenuhan fisik, kejenuhan emosional dan pencapaian diri. Dukungan sosial dari rekan kerja turut berpotensi dalam menyebabkan *burnout*, sisi positif yang dapat diambil bila memiliki hubungan yang baik dengan rekan kerja yaitu mereka merupakan sumber emosional saat menghadapi masalah dengan klien. Selain itu dukungan sosial yang tidak ada dari

atasan juga dapat menjadi sumber stress emosional yang berpotensi menimbulkan *burnout*, kondisi atasan yang tidak responsif akan mendukung terjadinya situasi yang menimbulkan ketidakberdayaan, yaitu bawahan akan merasa bahwa segala upaya dalam bekerja tidak akan bermakna.

Menurut peneliti diduga bahwa adanya konflik peran merupakan faktor yang potensial terhadap timbulnya *burnout*. Konflik peran ini muncul karena adanya tuntutan yang tidak sejalan atau bertentangan sebagai seorang perawat bekerja melayani orang lain membutuhkan banyak energi karena harus bersikap sabar, profesional dan memiliki kepercayaan diri (*self efficacy*) yang baik, pemberi dan penerima pelayanan turut membentuk dan mengarahkan terjadinya hubungan yang melibatkan emosional dan secara tidak sengaja dapat menyebabkan *burnout* karena keterlibatan antar mereka dapat memberikan penguatan positif atau kepuasan bagi kedua belah pihak.

Tingkat *Self Efficacy*

Bedasarkan hasil penelitian diketahui bahwa sebagian besar perawat di Puskesmas Taman Krocok Kecamatan Taman Krocok Kabupaten Bondowoso tingkat *self efficacy* rendah. Hasil dari peneliti sesuai dengan teori pendapat M. Nur Gufron dan Rini Ristawita (2013) bahwa terbentuknya *self efficacy* pada diri seseorang diawali dengan perkembangan konsep diri yang diperoleh dalam suatu kelompok. Hasil interaksi yang terjadi akan menghasikan konsep diri. Konsep diri yang positif akan membentuk harga diri yang positif pula. Harga diri adalah penilaian yang dilakukan terhadap diri sendiri. Santoso berpendapat bahwa tingkat harga diri seseorang akan mempengaruhi tingkat *self efficacy* seseorang. Pengalaman kerja dari Perawat di Puskesmas Taman Krocok Kabupaten Bondowoso bahwa Sebagaimana pengalaman dapat menjadi

faktor munculnya rasa percaya diri. Sebaliknya, pengalaman juga dapat menjadi faktor menurunnya rasa percaya diri seseorang. Anthony (1992) mengemukakan bahwa pengalaman masa lalu adalah hal terpenting untuk mengembangkan kepribadian sehat. *Self efficacy* terbentuk melalui proses belajar sosial yang dapat berlangsung selama kehidupan. Individu yang lebih tua memiliki rentang waktu dan pengalaman yang lebih banyak dalam mengatasi suatu hal jika dibandingkan dengan individu yang lebih muda.

Menurut peneliti konsep diri, harga diri, pengalaman kerja dan tingkat pendidikan yang rendah akan menjadikan orang tersebut tergantung dan berada di bawah kekuasaan orang lain yang lebih darinya. Sebaliknya, orang yang mempunyai konsep diri, harga diri, pengalaman kerja dan tingkat pendidikan tinggi akan memiliki tingkat *self efficacy* yang lebih di bandingkan yang konsep diri, harga diri, pengalaman kerja dan tingkat pendidikan yang rendah. Dari *self efficacy* yang rendah hal ini menyebabkan munculnya *burnout* pada perawat.

Hubungan Antara *Burnout* Dengan *Self Efficacy* pada Perawat di Puskesmas Taman Krocok Kabupaten Bondowoso

Ada sebagian besar perawat di Puskesmas Taman Krocok Kecamatan Taman Krocok Kabupaten Bondowoso mengalami *burnout* tinggi. Perawat merupakan bagian dari lingkungan tempat dimana mereka berada. Kemampuan perawat untuk memilih aktivitas dan situasi tertentu, turut mempengaruhi dampak dari suatu kejadian. Individu cenderung menghindari aktivitas dan situasi yang di luar batas kemampuan mereka. Dan sebagian besar perawat di Puskesmas Taman Krocok Kecamatan Taman Krocok Kabupaten Bondowoso memiliki *self efficacy* rendah, Individu dengan *self efficacy* yang rendah merasa tidak

berdaya, tidak bisa memberikan pengaruh dalam kehidupannya.

Hasil penelitian didapatkan ternyata ada hubungan antara *burnout* dengan *self efficacy* pada Perawat di Puskesmas Puskesmas Taman Krocok Kecamatan Taman Krocok Kabupaten Bondowoso. Sebagaimana hasil penelitian Priyatin Sulistyowati bahwa adanya hubungan antara *burnout* dengan *self efficacy* pada perawat di ruang rawat inap RSUD Prof.Dr Margono Soekarjo Purwokerto dan juga pada hasil penelitian Dewi Hartawati dan Sulis Mariyanti bahwa ada hubungan yang signifikan antara *self-efficacy* dengan *burnout* pada pengajar taman kanak-kanak sekolah “x” di Jakarta. Menurut asumsi peneliti semakin tinggi tingkat *self efficacy* akan semakin rendah akan terjadinya *burnout*.

SIMPULAN

1. Sebagian besar Perawat di Puskesmas Taman Krocok Kecamatan Taman Krocok Kabupaten Bondowoso yang mengalami *burnout*.
2. Sebagian besar Perawat di Puskesmas Taman Krocok Kecamatan Taman Krocok Kabupaten Bondowoso yang memiliki *self efficacy* rendah.
3. Ada hubungan antara *burnout* dengan *self efficacy* pada perawat di Puskesmas Taman Krocok Kecamatan Taman Krocok Kabupaten Bondowoso. Semakin tinggi tingkat *burnout* semakin rendah tingkat *self efficacy* perawat.

DAFTAR PUSTAKA

Ema, A. (2004). Peranan dimensi-dimensi birokrasi terhadap *burnout* pada perawat rumah sakit di Jakarta. *Jurnal Psyche*, 1(1), 33-46.

Dewi, Hartawat & Sulis, Mariyanti. 2014. Hubungan Antara *Self-Efficacy* Dengan *Burnout* Pada Pengajar Taman Kanak-Kanak Sekolah “X” Di Jakarta, *Jurnal Psikologi* (online) Vol. 12 No. 2

(www.journaltoacs.ac.uk. Diakses 26 february 2016).

- Dian, R.N 2014. Manajemen *self efficacy*, *Jurnal manajemen* (online) vol.4 No.3 (<http://ejournal.unesa.ac.id>. diakses 26 february 2015).
- Freudenberger, H. 1974. Staff *Burnout*. *Journal of Social Issues* 30 (1):159–165.
- Idah, Srihandayani. 2014. *Hubungan antara Self Efficacy dengan Kinerja Perawat dalam Melaksanakan Asuhan Keperawatan di IGD dan ICU-ICCU RSUD dr. Soehadi Prijonegoro*. Skripsi. Program Studi Keperawatan STIKES Kusuma Husada Surakarta.
- Iskandar. 2013. *Keperawatan Profesional*. Jakarta : Penerbit In Media
- Ivancevich, 2007. *Psikoogi Kepribadian*. Jakarta : Salemba Medika.
- Kreitner, & Kinicki. 2005. *Psikologis Perkembangan*. Jakarta : EGC.
- Laura, A. King. 2010. *Psikologi Umum*. Jakarta : Salemba Medika.
- M. Nur, Gufron & Rini, Risnawita. 2014. *Teori-teori Psikoogi*. Yogyakarta : Ar-ruzz Media.
- Moh. Arif, L.H. 2015. *Peran Persepsi Manajemen Perusahaan Terhadap Self Efficacy Karyawan PT. Cendana Tekniika Utama Malang*. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Nitmasaid, 2012 *Alat Ukur Self Efficacy*. Laporan Bidang Akademis (<https://nikmasaid.wordpress.com> diakses 26 february 2016).
- Notoadmojo, 2012. *Metodologi Penelitian Ilmu Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Nursalam. 2015. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pendekatan Praktis*. Jakarta. Salemba Medika.
- Patricia D.P & Maria M.M. 2012 *Analisis Burnout*. *Jurnal Manajemen* (online) Vol.8 No.2

- (<http://unpand.ac.id/index> diakses pada 2 maret 2015).
- Puspa, Ayu & Akde, Triyoga. 2012. Kejenuhan Kerja (*Burnout*) dengan Kinerja Perawat dalam Pemberian Asuhan Keperawatan. Jurnal STIKES (online) Vol.5 No.2 (<http://puslitz.petra.ac.id/ejournal/> diakses pada 2 maret 2015).
- Putu, E.P.D & I Gusti, A.M.D. 2015. Strategi Bisnis dan Kewirausahaan, Jurnal manajemen (online) Vol.9 No. 1 (<http://ojs.unud.ac.id/indeks>, diakses 26 februari 2016).
- Priyatin Sulistyowati. 2007. Jurnal Keperawatan Soedirman. The Soedirman Journal of Nursing (online) Volume 2, No.3 (<http://core.ic.uk> diakses 2 maret 2016).
- Sugiyono, 2014. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Sulis, Maryanti & Anisah Citrawati. 2011. Pengukuran *Burout*. Jurnal Psikologi (online) Vol. 9 No.2 (<http://portalgaruda.org/article>, diakses 26 februari 2016).
- Suwignyo. 2007. *Ilmu DasarKeperawatan*. Jakarta : EGC.
- Tedjo, N. Reksoatmodjo. 2009. *Statistika untuk Psikologi dan Pendidikan*. Bandung : PT Refika Aditama
- Yunita, Rahmawati. 2013. *Hubungan Antara Stres Kerja Dengan Burnout Pada Karyawan Bagian Operator Pt. Bukit Makmur Mandiri Utama*.Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.