

Burnout Pada Perawat Puteri
RS St. Elizabeth Semarang Ditinjau Dari Dukungan Sosial

***(Burnout Among Semarang St. Elisabeth Hospital Female Nurses
in Relation to Social Support)***

Rita Andarika

Fakultas Psikologi Universitas Bina Darma Palembang

Abstract

This research aimed to examine the correlation between social support and burnout on female nurses. The subject consisted of 60 female nurses at Semarang St. Elizabeth Hospital. The subjects were selected by means of simple random sampling technique. The data were collected using two questionnaires, that are social support questionnaire and burnout questionnaire. The data were analyzed using Pearson's Product Moment correlation technique. The result showed that there was a negative and significant correlation between social support and burnout on female nurse ($r_{xy} = -0,323$; $p < 0,05$).

Keywords: burnout, social support, female nurse

Pendahuluan

Dalam kehidupan yang semakin kompleks dewasa ini, orang selalu dituntut untuk senantiasa menciptakan dan mencapai keserasian serta kebahagiaan hidup bersama. Dalam hubungan dengan pencapaian keserasian dan kebahagiaan hidup bersama, sumber daya manusia yang berkualitas baik akan senantiasa berusaha untuk mencapai keberhasilan seoptimal mungkin dan meningkatkan produktivitasnya.

Perawat merupakan satu jenis profesi yang dewasa ini banyak dibutuhkan. Oleh karena itu, organisasi tempat para perawat bekerja senantiasa mengusahakan peningkatan kualitas profesionalisme mereka. Tugas pokok seorang perawat adalah merawat pasien untuk mempercepat proses penyembuhan. Seorang perawat, karena pekerjaannya yang dinamis,

perlu memiliki kondisi tubuh yang baik, sehat, dan mempunyai energi yang cukup. Kondisi tubuh yang kurang menguntungkan akan berakibat seorang perawat mudah patah semangat bilamana saat bekerja ia mengalami kelelahan fisik, kelelahan emosional, dan kelelahan mental.

Pekerjaan seorang perawat sangatlah berat. Dari satu sisi, seorang perawat harus menjalankan tugas yang menyangkut kelangsungan hidup pasien yang dirawatnya. Di sisi lain, keadaan psikologis perawat sendiri juga harus tetap terjaga. Kondisi seperti inilah yang dapat menimbulkan rasa tertekan pada perawat, sehingga ia mudah sekali mengalami stres. Stes merupakan ketegangan mental yang mengganggu kondisi emosional, proses berpikir, dan kondisi fisik seseorang (Davis, 1996). Stres yang berlebihan akan berakibat buruk terhadap individu untuk berhubungan dengan lingkungannya secara normal. Akibatnya kinerja mereka menjadi buruk dan secara tidak langsung berpengaruh terhadap organisasi di mana mereka bekerja.

Lebih lanjut, Santosa (dalam Hadi, 1987) mengatakan bahwa dalam melaksanakan tugasnya sehari-hari, perawat selalu berhadapan dengan hal-hal yang monoton dan rutin, ruang kerja yang sesak dan sumpek bagi yang bertugas di bangsal, harus berhati-hati menangani peralatan di ruang operasi, harus dapat bertindak cepat namun tepat dalam menangani penderita yang masuk Unit Gawat Darurat. Seorang perawat sering dihadapkan pada suatu usaha penyelamat kelangsungan hidup atau nyawa seseorang, adanya tuntutan-tuntutan baik yang berasal dari orang-orang di sekitarnya maupun dari kode etik profesi.

Schaufeli dan Jauczur (1994) mengatakan bahwa dalam menjalankan peran dan fungsinya seorang perawat dituntut memiliki keahlian, pengetahuan, dan konsentrasi yang tinggi. Selain itu pula seorang perawat selalu dihadapkan pada tuntutan idealisme profesi dan sering menghadapi berbagai macam persoalan baik dari pasien maupun teman sekerja. Itu semua menimbulkan rasa tertekan padaperawat, sehingga mudah mengalami stres. Menurut Leatz dan Stolar (dalam Rosyid dan Farhati, 1996) apabila keadaan stres terjadi dalam jangka waktu yang lama dengan intensitas yang cukup tinggi, ditandai dengan kelelahan fisik, kelelahan emosional, dan kelelahan mental, maka akan mengakibatkan perawat mengalami gejala *burnout*.

Bernardin (dalam Rosyid, 1996) menggambarkan *burnout* sebagai suatu keadaan yang mencerminkan reaksi emosional pada orang yang berkerja pada bidang pelayanan kemanusiaan (*human services*) dan bekerja erat dengan masyarakat. Penderita *burnout* banyak dijumpai pada perawat di rumah sakit, pekerja sosial, guru, dan para anggota polisi.

Menurut Leatz dan Stolar (Rosyid dan Fathati, 1996) stres yang dialami individu dalam jangka waktu yang lama dengan intensitas yang cukup tinggi

akan mengakibatkan individu yang bersangkutan menderita kelelahan fisik, emosional, maupun mental. Keadaan seperti ini disebut *burnout*.

Salah satu penyebab *burnout* terpenting yang dikemukakan oleh Baron dan Greenberg (1995) adalah gaya kepemimpinan yang diterapkan oleh para atasan. Selanjutnya, Rosyid dan Farhati (1996) mengatakan bahwa ketiadaan dukungan sosial atasan terhadap karyawan akan mengakibatkan timbulnya *burnout* pada karyawan. Golembiewsky, dkk (1983) mengatakan bahwa akibat dari burnout dapat muncul dalam bentuk berkurangnya kepuasan kerja, memburuknya kinerja, dan produktivitas rendah. Apapun penyebabnya, munculnya *burnout* berakibat kerugian di pihak karyawan maupun organisasi.

Menurut Ganster, dkk (1986) sumber-sumber dukungan sosial dapat berasal dari keluarga, rekan sekerja, dan atasan. Di rumah sakit, seorang perawat diharapkan mendapat dukungan sosial baik dari atas, teman sekerja, maupun keluarga. Bilamana seorang perawat mendapat dukungan sosial maka perawat dapat menjalankan tugasnya dengan lebih baik dan dengan demikian kinerjanya meningkat. Akan tetapi, bilamana perawat tidak memperoleh dukungan sosial, maka ia akan mengalami kebingungan, merasa tidak mempunyai sandaran untuk mengadukan permasalahannya. Keadaan yang demikian tentu akan berdampak negatif pada para perawat dan akan tercermin pada kinerja yang tidak memuaskan.

Bertitik tolak dari pentingnya dukungan sosial terhadap *burnout* bagi perawat, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara empiris hubungan dukungan sosial terhadap *burnout* bagi perawat RS St. Elisabeth Semarang.

Tinjauan Pustaka

Istilah burnout pertama kali diperkenalkan oleh Freudenberg pada tahun 1974 (Jackson, dkk., 1986). Burnout merupakan gejala kelelahan emosional yang disebabkan oleh tingginya tuntutan pekerjaan, yang sering dialami individu yang bekerja pada situasi di mana ia harus melayani kebutuhan orang banyak.

Bernardin (Rosyid, 1996) menggambarkan *burnout* sebagai suatu keadaan yang mencerminkan reaksi emosional pada orang yang bekerja pada bidang pelayanan kemanusiaan, dan bekerja erat dengan masyarakat. Penderita *burnout* banyak dijumpai pada perawat di rumah sakit, pekerja sosial, guru, dan para pekerja di rumah sakit, pekerja sosial, guru, dan anggota polisi.

Freudenberger dan Richelson (Rosyid dan Farhati, 1996) menyebutkan ada 11 karakteristik pada penderita *burnout*, yaitu: (1) kelelahan yang merupakan proses kehilangan energi disertai keletihan, (2) lari dari kenyataan,

(3) kebosanan dan sinisme, (4) tidak sabaran dan mudah tersinggung, (5) merasa hanya dirinya yang dapat menyelesaikan semua permasalahan, (6) merasa tidak dihargai, (7) mengalami disorientasi, (8) keluhan psikosomatis, (9) curiga tanpa alasan, (10) depresi, (11) penyangkalan.

Baron dan Greenberg (1995) mengemukakan ada dua faktor yang mempengaruhi *burnout*, yaitu:

- 1) Faktor eksternal, yang meliputi kondisi kerja yang buruk, kurangnya kesempatan untuk promosi, adanya prosedur dan aturan-aturan yang kaku, gaya kepemimpinan yang kurang konsiderasi, tuntutan pekerjaan.
- 2) Faktor internal, meliputi: jenis kelamin, usia, harga diri.

Manusia sebagai makhluk sosial membutuhkan kehadiran manusia lain untuk berinteraksi. Kehadiran orang lain di dalam kehidupan pribadi seseorang begitu diperlukan. Hal ini terjadi karena seseorang tidak mungkin memenuhi kebutuhan fisik maupun psikologisnya secara sendirian. Individu membutuhkan dukungan sosial baik yang berasal dari atasan, teman sekerja maupun keluarga (Ganster, dkk., 1986).

Dukungan sosial diartikan sebagai kesenangan, bantuan, yang diterima seseorang melalui hubungan formal dan informal dengan yang lai atau kelompok (Gibson, 1996). House (dalam Smet, 1994) membedakan empat macam dukungan sosial, yaitu:

- 1) Dukungan emosional. Individu membutuhkan empati dari orang lain.
- 2) Dukungan penghargaan. Individu membutuhkan penghargaan yang positif, penilaian atas usaha-usaha yang dilakukan, dan peran sosial yang terdiri atas umpan balik.
- 3) Dukungan informatif. Individu membutuhkan nasehat, pengarahan, saran-saran untuk mengatasi masalah pribadi maupun masalah pekerjaan.
- 4) Dukungan instrumental. Individu membutuhkan bantuan berupa benda, peralatan atau sarana guna menunjang kelancaran kerja.

Kanner, dkk. (dalam Etzion, 1984) mengatakan bahwa dukungan sosial secara langsung berhubungan dengan *burnout*. Semakin tinggi dukungan sosial, maka semakin rendah *burnout*. Hal ini sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Parasuraman, dkk (1992) bahwa dukungan sosial berhubungan dengan *burnout*. Dukungan sosial yang diterima dari atasan, teman sekerja, dan keluarga mempunyai andil yang besar untuk meringankan beban seseorang yang mengalami *burnout*.

Corrigan, dkk (1994) mengatakan bahwa dukungan sosial merupakan salah satu variabel penting yang berpengaruh terhadap *burnout*. Lebih jauh dikatakan bahwa dukungan sosial yang diterima dari teman sekerja akan mengurangi resiko *burnout*. Pendapat yang senada dikemukakan oleh Gibson, dkk (1989) yang mengatakan bahwa dukungan sosial dari teman sekerja

menengahi hubungan antara *burnout* dengan keluhan kesehatan. Semakin tinggi dukungan sosial, maka semakin sedikit keluhan tentang kesehatan yang dilaporkan. Penelitian yang dilakukan oleh Britton (1989) melaporkan bahwa dukungan sosial dari para atasan berpengaruh positif terhadap kesehatan fisik dan kesehatan mental para perawat.

Berdasarkan uraian di atas, maka *hipotesis* penelitian ini dirumuskan sebagai berikut: “Ada hubungan yang negatif antara dukungan sosial dengan *burnout* pada perawat puteri RS St. Elisabeth Semarang.”

Metode Penelitian

Variabel-Variabel Penelitian

Variabel bebas penelitian ini adalah dukungan sosial, dan variabel tergangungnya adalah *burnout* pada perawat puteri.

Subjek

Populasi penelitian ini adalah perawat puteri yang bekerja pada Rumah Sakit St. Elisabeth Semarang. Sampel penelitian yang berjumlah 60 orang dipilih dengan menggunakan teknik *simple random sampling*.

Alat Ukur

Data yang dibutuhkan dalam penelitian ini dikumpulkan dengan menggunakan metode angket. Ada dua angket yang digunakan, yaitu: angket dukungan sosial, dan angket *burnout*.

Penyusunan angket dukungan sosial didasarkan pada indikator yang memuat keempat aspek dukungan sosial yaitu: dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan informatif, dan dukungan instrumental. Keempat macam dukungan sosial ini, yang digunakan sebagai aspek untuk mengukur angket dukungan sosial, dijabarkan ke dalam 72 butir, di mana 52 butir valid dan 20 butir gugur, yang terdiri dari butir *favourable* dan butir *unfavourable*.

Angket dukungan sosial disusun berdasarkan empat pilihan jawaban. Butir yang bersifat *favourable* diberi nilai 4 untuk jawaban Sangat Setuju, nilai 3 untuk jawaban Setuju, nilai 2 untuk jawaban Tidak Setuju, dan nilai 1 untuk jawaban Sangat Tidak Setuju. Sebaliknya, butir yang bersifat *unfavourable* diberi nilai 1 untuk jawaban Sangat Setuju, nilai 2 untuk jawaban Setuju, nilai 3 untuk jawaban Tidak Setuju, dan nilai 4 untuk jawaban Sangat Tidak Setuju. Uji reliabilitas terhadap angket dukungan sosial menggunakan teknik Hoyt dengan hasil 0,993.

Selanjutnya, penyusunan angket *burnout* didasarkan pada indikator *burnout* yang meliputi: kelelahan fisik, kelelahan emosional, kelelahan sikap dan mental, rendahnya penghargaan terhadap diri, dan depersonalisasi. Kelima indikator *burnout* ini digunakan sebagai aspek untuk mengukur angket *burnout* yang dijabarkan ke dalam 80 butir, di mana 59 butir valid dan 21 butir gugur, yang terdiri dari butir *favourable* dan butir *unfavourable*. Uji reliabilitas menggunakan teknik Hoyt dengan hasil 0,972.

Angket tersebut disusun berdasarkan empat pilihan jawaban. Butir yang bersifat *favourable* diberi nilai 4 untuk jawaban Sering, nilai 3 untuk jawaban Kadang-Kadang, nilai 2 untuk jawaban Jarang, dan nilai 1 untuk jawaban Tidak Pernah. Sebaliknya, butir yang bersifat *unfavourable* diberi nilai 1 untuk jawaban Sering, nilai 2 untuk jawaban Kadang-Kadang, nilai 3 untuk jawaban Jarang, dan nilai 4 untuk jawaban Tidak Pernah.

Metode Analisis Data

Teknik analisis yang digunakan untuk menganalisis data guna menguji hipotesis penelitian adalah teknik Korelasi *Product-Moment*. Perhitungan dilakukan dengan menggunakan komputer program *SPS/IBM*.

Hasil

Dengan menggunakan teknik analisis Korelasi *Product-Moment*, diperoleh r_{xy} sebesar -0,323 pada $p < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial dengan *burnout* pada perawat puteri. Dengan demikian, semakin tinggi dukungan sosial, maka akan semakin rendah *burnout* pada perawat puteri. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial, maka akan semakin tinggi *burnout* pada perawat puteri. Dengan demikian, hipotesis penelitian yang mengatakan, "Ada hubungan yang negatif antara dukungan sosial dengan *burnout* pada perawat puteri", dapat diterima.

Pembahasan

Berdasarkan hasil uji hipotesis yang dilakukan, maka hipotesis yang diajukan pada penelitian ini teruji kebenarannya. Hasil penelitian ini mendukung pendapat Kanner, dkk (dalam Etzion, 1984) yang mengatakan bahwa dukungan sosial secara langsung berhubungan dengan *burnout*. Semakin tinggi dukungan sosial, maka semakin rendah *burnout*.

Hasil penelitian ini sejalan juga dengan pendapat Parasuraman, dkk. (1992) bahwa dukungan sosial berhubungan dengan *burnout*. Dukungan sosial

yang diperoleh dari atasan, teman sekerja, dan keluarga mempunyai andil besar untuk meringankan beban seseorang yang mengalami *burnout*.

Dari hasil penelitian ini, peneliti menyarankan beberapa hal:

- 1) Bagi Rumah Sakit St. Elisabet Semarang. Dukungan sosial yang sudah tinggi, sebagaimana dialami oleh para perawat RS St. Elisabeth, yakni dukungan sosial antara atasan dengan bawahan, dan dukungan sosial antarrekan sekerja, agar dapat dipertahankan, dan bahkan ditingkatkan.
- 2) Bagi keluarga perawat. Dukungan sosial yang sudah tinggi dari keluarga agar dipertahankan. Bentuk dukungan sosial dapat berupa kesempatan untuk bercerita, memberi pertimbangan, bantuan, nasehat, atau bahkan mendengarkan keluhan bilamana sang perawat sedang mengalami persoalan pribadi atau pekerjaan.
- 3) Bagi peneliti lain. Apabila hendak meneliti *burnout*, sebaiknya juga memperhatikan faktor-faktor lain yang mempengaruhi *burnout*, seperti harga diri, tipe kepribadian, usia, dan jenis kelamin.

Daftar Pustaka

- Corrigan, P.W., Holmes, F.P., Luchien, D., Buican, B. Basin, A., and Park, J.J., 1994. Staff Burnout in Psychiatric Hospital. A Cross-Laged Panel Design. *Journal of Organizational Behavior*, 15, 65-74.
- Etzion, D. 1984. Moderating Effect of Social Support on The Stress-Burnout Relationship. *Journal of Applied Psychology*, 62: 615-621.
- Ganster, D.C., Fusilier, M.R., and Meyes, B.T. 1986. Role of Social Social Support in The Experience of Stress at Work. *Journal of Applied Psychologist*, 71: 102-110.
- Gibson, J.L., Ivancevich, J.M., and Donnely, J.H. Jr. 1996. *Manajemen Organisasi: Perilaku-Struktur-Proses* (alih bahasa: Agus). Jakarta: Erlangga.
- Gunarsa, S.D. 1995. *Psikologi Perawatan*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Parasuraman, S., Greenhouse, J.H., and Granrose, C.S. 1992. Role Stressor, Social Support, and Well-being Among Two-Career Couples. *Journal of Organizational Behaviour*, 13: 399-356.

Vol. 1 No. 1, Juli 2004

Rosyid, H.F. 1996. *Burnout*: Penghambat Produktivitas yang Perlu Dicermati. *Buletin Psikologi*, IV (1): 19-24.

Schaufeli, W.B., and Janczur, B. 1994. Burnout Among Nurses: A Polish Dutch Comparison. *Journal of Cross Cultural Psychology*, 25 (7): 95-113.

Smet, B. 1994. *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: PT Gramedia Widia Sarana Indonesia.