

# Hubungan Efikasi Diri Dengan Burnout Pada Perawat Rumah Sakit X

Oleh:

Regina Pramesti Putri Nadliroh

Ghozali Rusyid Affandi

Psikologi

Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Mei, 2025



# Pendahuluan

Perawat merupakan tenaga kesehatan yang memiliki peran penting dalam memberikan pelayanan langsung kepada pasien, terutama di lingkungan rumah sakit yang dinamis dan penuh tekanan. Tingginya beban kerja, tuntutan emosional, dan keterbatasan sumber daya sering kali menyebabkan stres berkepanjangan yang dapat berujung pada burnout. Burnout adalah kondisi kelelahan emosional, depersonalisasi, dan penurunan pencapaian pribadi yang dapat mengganggu kualitas pelayanan. Salah satu faktor psikologis yang diyakini berperan dalam mengurangi risiko burnout adalah efikasi diri, yaitu keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menghadapi tugas dan tantangan. Efikasi diri yang tinggi diyakini mampu meningkatkan resiliensi perawat dalam menghadapi tekanan kerja. Oleh karena itu, penting untuk meneliti hubungan antara efikasi diri dengan tingkat burnout pada perawat di Rumah Sakit X.

# Pertanyaan Penelitian (Rumusan Masalah)

1. Seberapa besar pengaruh efikasi diri dengan burnout pada perawat di Rumah Sakit X?
2. Apakah terdapat hubungan antara efikasi diri dengan burnout pada perawat di Rumah Sakit X?

# Metode

**Desain Penelitian** : variabel terikat (Y) yakni burnout dan variabel bebas (X) yakni efikasi diri

**Populasi dan Sampel** : populasi sebanyak 189 perawat Rumah Sakit X dengan berbagai instalasi. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah teknik non probability sampling dengan model sampling jenuh

**Instrumen Penelitian** : Skala efikasi diri yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala efikasi diri yang diadaptasi oleh Yahya, dengan hasil analisis menunjukkan dari 36 aitem sebanyak 35 aitem yang valid dan 1 aitem yang gugur. Uji reliabilitas Cronbach's Alpha sebesar 0,962. Skala burnout yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala burnout menurut yang diadaptasi oleh Devina, dengan hasil analisis menunjukkan dari 22 aitem sebanyak 19 aitem yang valid dan 3 aitem gugur. Uji reliabilitas Cronbach's Alpha sebesar 0,859.

**Analisa Data** : analisis korelasi pearson product moment correlation dengan software SPSS for windows versi 24

# Hasil

Correlations			
		Burnout	Efikasi Diri
Burnout	Pearson Correlation	1	-.281**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	189	189
Efikasi Diri	Pearson Correlation	-.281**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	189	189
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).			

Hasil uji korelasi pearson menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri dengan *burnout* ( $r=-0,281, sig<.001$ ). Berdasarkan hasil tersebut maka dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan berlawanan dimana semakin tinggi efikasi diri yang dimiliki oleh penelitian maka akan semakin rendah pula tingkatan *burnout* yang dirasakan dan juga sebaliknya.

# Pembahasan

Setelah dilakukan analisis pada data penelitian yang telah didapatkan, maka ditemukan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara efikasi diri ( $r=-281$ ,  $\text{sig}<0,05$ ) sehingga dapat dikatakan bahwa semakin tinggi tingkatan efikasi diri dari perawat rumah sakit x, maka akan semakin rendah tingkatan burnout dari perawat di rumah sakit x dan begitu juga sebaliknya.

Hasil penelitian ini dan beberapa penelitian terdahulu memperkuat asumsi bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan ataran efikasi diri dengan burnout pada individu yang memiliki profesi perawat.

Burnout pada perawat sendiri diantaranya disebabkan oleh beberapa faktor dari pekerjaan perawat itu sendiri seperti kurangnya umpan balik positif, adanya kecenderungan untuk fokus terhadap permasalahan, serta adanya tekanan secara emosional dikarenakan bermacam-macamnya berbagai jenis individu dan pasien dapat menjadikan perawat tertekan selama prosesnya bekerja.

Hasil sumbangan efektif yang diberikan menunjukkan bahwa terdapat sekitar 7,9% fenomena burnout dijelaskan oleh efikasi diri. Maka sekitar 92,1% fenomena lain dipengaruhi oleh faktor lain yang berada diluar variabel efikasi diri.

# Temuan Penting Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, diantaranya adalah metode analisis yang kurang mendetail sehingga disarankan pada penelitian selanjutnya dapat melibatkan beberapa tehnik analisis yang lebih kompleks seperti regresi, ANOVA, dan analisis lainnya. Adapun penelitian ini juga hanya menggunakan 2 variabel, sehingga penelitian ini memiliki desain sederhana dan tidak melibatkan beberapa variabel lain yang mungkin dapat berpengaruh kepada burnout dari perawat di rumah sakit X.



# Manfaat Penelitian

1. Memberikan kontribusi terhadap perkembangan di bidang psikologi dan keperawatan, terutama dalam memahami factor psikologi yang mempengaruhi burnout pada perawat.
2. Memberikan informasi dan masukan dalam program peningkatan efikasi diri untuk mengurangi tingkat burnout pada perawat, sehingga pelayanan dapat meningkat.
3. Mendorong agar lingkungan kerja perawat menjadi lebih sehat secara psikologis, yang juga dapat mempengaruhi kesejahteraan pasien dan mutu pelayanan Kesehatan.



# Referensi

- [1] Pemerintah Pusat, "Undang-Undang (UU) No. 44 Tahun 2009." <https://peraturan.bpk.go.id/Details/38789/uu-no-44-tahun-2009>
- [2] H. Zulaima, N. W. Sulistyani, S. E. Mariskha, and M. T. Sari, "Hubungan antara kepribadian hardiness dengan burnout pada perawat gawat darurat di Rumah Sakit Umum Wilayah Kota Samarinda," *Motivasi*, vol. 5, no. 1, pp. 1–12, 2017, [Online]. Available: <http://ejurnal.untag-smd.ac.id/index.php/MTV/article/view/3023>
- [3] H. Hamida, "Hubungan Efikasi Diri Dan Dukungan Sosial Dengan Burnout Pada Perawat," *Pers. Psikol. Indones.*, vol. 4, no. 1, 2015, doi: 10.30996/persona.v4i1.487.
- [4] R. D. Aryanti and S. Mulyani, "Hubungan antara Efikasi Diri dan Burnout pada Perawat RSUD Kota Soe Kabupaten Timor Tengah Selatan," *J. Psikol. Terap. dan Pendidik.*, vol. 3, no. 1, pp. 1–9, 2021, doi: 10.26555/jptp.v3i1.18472.
- [5] D. A. & M. M. H. Puspitasari, "Hubungan Tingkat Self-Efficacy Guru dengan Tingkat Burnout pada Guru Sekolah Inklusif di Surabaya," *J. Pendidik. dan Perkemb.*, vol. 3, no. 1, pp. 59–68, 2014, [Online]. Available: <https://journal.unair.ac.id/download-fullpapers-jppp2a9996ff38full.pdf>
- [6] P. A. T. Alverina and K. D. Ambarwati, "Hubungan antara Self-Efficacy dengan Burnout pada Perawat Psikiatri di Rumah Sakit Jiwa," *J. Psikol. Mandala*, vol. 3, no. 2 SE-Articles, Jun. 2020, doi: 10.36002/jpm.v3i2.1094.
- [7] C. Dall'Ora, J. Ball, M. Reinius, and P. Griffiths, "Burnout in nursing: a theoretical review," *Hum. Resour. Health*, vol. 18, no. 1, p. 41, 2020, doi: 10.1186/s12960-020-00469-9.
- [8] C. Maslach, W. B. Schaufeli, and M. P. Leiter, "Job burnout," *Annu. Rev. Psychol.*, pp. 397–422, 2001, doi: 10.1146/annurev.psych.52.1.397.
- [9] H. Handiyani et al., "Nurses' self-efficacy in Indonesia," *Enfermería Clínica*, vol. 29, pp. 252–256, 2019, doi: <https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2019.04.030>.
- [10] A. Barnett, "Self-Efficacy BT - Encyclopedia of Quality of Life and Well-Being Research," A. C. Michalos, Ed., Dordrecht: Springer Netherlands, 2014, pp. 5760–5762. doi: 10.1007/978-94-007-0753-5\_2631.
- [11] C. R. Satyawati and C. H. Soetjningsih, "Burnout pada Tenaga Kesehatan selama Masa Pandemi: Benarkah Self-Efficacy Memiliki Pengaruh?," *Psikoborneo J. Ilm. Psikol.*, vol. 10, no. 4, p. 683, 2022, doi: 10.30872/psikoborneo.v10i4.9226.
- [12] L. Riolfi, V. Savicki, and J. Richards, "Psychological Capital as a Buffer to Student Stress," *Sci. Res.*, vol. 3, no. 12A, pp. 1202–1207, 2012, doi: 10.4236/psych.2012.312A178.
- [13] N. D. I. Prestiana and D. Purbandini, "Hubungan Antara Efikasi Diri (self efficacy) dan Stress Kerja dengan Kerja (burnout) pada Peraa IGD dan ICU RSUD Kota Bekasi," *Soul*, vol. 5, p. 14, 2012, [Online]. Available: <https://jurnal.unismabekasi.ac.id/index.php/soul/article/view/626>
- [14] Kusaeri, *Metodologi Penelitian*, vol. 1, no. Metodologi Penelitian. IAIN Sunan Ampel Surabaya, 2003. [Online]. Available: <http://repository.uinsa.ac.id/id/eprint/1644/>
- [15] D. Sugiyono, "Metode Penelitian Kuantitatif dan R&D," Bandung Alif., pp. 26–33, 2010.
- [16] M. A. Yahya, "Pengaruh efikasi diri dan motivasi kerja terhadap stres kerja perawat rumah sakit Nirmala Suri Sukoharjo," Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, 2023.
- [17] G. W. Devina, "Hubungan Antara Beban Kerja Dan Burnout Dengan Stres Kerja Sebagai Variabel Mediasi Pada Pegawai Rumah Sakit Umum Daerah X," Universitas Islam Indonesia, 2021. [Online]. Available: <https://dspace.uii.ac.id/handle/123456789/36063>
- [18] S. Lestari, H. Wreksagung, and S. Yatsi Tangerang, "Hubungan Efikasi Diri (Self Efficacy) Terhadap Burnout Pada Perawat Di Rsu Kabupaten Tangerang tahun 2021," *Nusant. Hasana J.*, vol. 1, no. 12, pp. 12–17, 2022, [Online]. Available: <https://core.ac.uk/download/pdf/336872615.pdf>
- [19] B. Sholehah et al., "Kelelahan/Burnout Berhubungan Dengan Efikasi Diri Pada Perawat Intensive Care Unit," *J. Penelit. Perawat Prof.*, vol. 5, pp. 27–36, 2023, [Online]. Available: <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP>
- [20] Setyowati, Rizka Yunita, and Achmad Kusyairi, "Hubungan Efikasi Diri Dan Koping Perawat Dengan Burnout Perawat Di UPTD Puskesmas Ketapang Kota Probolinggo," *J. Ilmu Kesehat. Mandiri Cendikia*, vol. 2, no. 10 SE-Articles, pp. 68–77, Oct. 2023, [Online]. Available: <https://journal.mandiracendikia.com/index.php/JIK-MC/article/view/589>
- [21] S. Fuady, P. Dewi, and I. H. Susanti, "Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Burnout pada Perawat : Studi Literatur," *J. Cakrawala Ilm.*, vol. 2, no. 4 SE-Articles, pp. 1313–1320, Dec. 2022, doi: 10.53625/jcjournalcakrawalailmiah.v2i4.4317.
- [22] S. C. Arif and S. Wijono, "Self-Efficacy dan Burnout pada Perawat Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Kanjeng Raden Mas Tumenggung (KRMT) Wongsonegoro Semarang di Masa Pandemi Covid-19," *Bull. Couns. Psychother.*, vol. 4, no. 1 SE-Articles, pp. 258–266, Jul. 2022, doi: 10.51214/boop.v4i2.218.
- [23] M. Hanafi, R. Widyana, and S. N. Fatmah, "Pelatihan Efikasi Diri untuk Menurunkan Burnout pada Perawat di RSU X di Kabupaten Bantul Yogyakarta," *J. Psikol.*, vol. 17, no. 1 SE-VOL 17 NO 1 MARET 2021, pp. 1–11, Mar. 2021, [Online]. Available: <https://ejournal.up45.ac.id/index.php/psikologi/article/view/813>
- [24] T. Larengkeng, L. Gannika, and R. Kundra, "Burnout dengan Self Efficacy Pada Perawat," *J. Keperawatan*, vol. 7, no. 2 SE-Articles, Jul. 2019, doi: 10.35790/jkp.v7i2.24474.
- [25] U. C. Wardhani, R. S. U. Muchtar, and A. Farhiyani, "Hubungan Stres Kerja dengan Kejenuhan (Burnout) Kerja Pada Perawat," *J. Amanah Kesehat.*, vol. 2, no. 1, pp. 83–97, 2020, doi: 10.55866/jak.v2i1.48.
- [26] C. S. Rees et al., "Individual and environmental determinants of burnout among nurses," *J. Health Serv. Res. Policy*, vol. 24, no. 3, pp. 191–200, Jul. 2019, doi: 10.1177/1355819619840373.

