

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Permenkes No. 26 tahun 2019, menyebutkan bahwa perawat adalah orang yang memiliki kemampuan dan wewenang melakukan tindakan keperawatan berdasarkan ilmu yang dimilikinya yang diperoleh melalui pendidikan keperawatan. Perawat sebagai petugas medis yang mementingkan kesembuhan pasien dalam perawatannya memiliki tugas antara lain melaksanakan asuhan keperawatan sesuai standar, melakukan kerja secara shift, mendampingi dokter visit, melakukan terapi keperawatan, mempersiapkan ruang operasi, melakukan orientasi kepada pasien baru, menyiapkan pasien pulang, menulis laporan mengenai kondisi pasien dan memberikan penyuluhan. Perawat juga harus selalu siap mendapatkan tugas siaga *on call* di rumah sakit (Nursalam, 2017).

Perawat berpotensi mengalami stres karena tuntutan pekerjaan yang *overload* yang berhubungan dengan pelayanan kepada orang lain. Keadaan seperti ini apabila berlangsung terus menerus akan menyebabkan perawat mengalami kelelahan fisik, emosi, dan mental, sehingga berdampak pada menurunnya motivasi terhadap kerja, sinisme, timbulnya sikap negatif, frustrasi, timbul perasaan ditolak oleh lingkungan, dan gagal (Setyowati, Yunita and Kusyairi, 2023). Hal ini tentu akan menguras emosi dan stamina perawat serta menciptakan tekanan pada perawat untuk mengalami kelemahan fisik, mental dan emosional yang disebut *burnout* (Asyifa, Setianingsih and Waladani, 2023).

Burnout merupakan kondisi penurunan energi mental atau fisik setelah periode stress berkepanjangan, berkaitan dengan pekerjaan atau cacat fisik (Potter and Perry, 2018). Gejala *burnout* adalah kelelahan fisik, emosional, sikap dan perilaku, perasaan ketidakpuasan terhadap diri serta ketidakpercayaan akan kemampuan diri dan kurangnya hasrat pencapaian pribadi yang timbul akibat stres kerja berkepanjangan, reaksi keadaan yang menyertai seseorang ketika menghadapi stres. *Burnout* merupakan respon dari interpersonal stressors dalam pekerjaan (Hayati and Fitria, 2018).

Perawat memiliki tingkat *burnout* yang paling tinggi diantara bidang pekerjaan lainnya yaitu sebesar 43%, 32% dialami guru, 9% dialami pekerja administrasi dan manajemen, 4% pekerja di bidang hukum dan kepolisian, dan 2% dialami pekerja lainnya (Vuspyta, Irwan and Anita, 2021). Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2019 mengatakan bahwa *burnout* termasuk dalam revisi ke-11 dari *International*

Classification of Diseases (ICD-11) sebagai fenomena kelelahan kerja (WHO, 2019). Prevalensi *burnout* pada perawat Indonesia pada tahun 2018 menunjukkan 82% mengalami *burnout* sedang dan satu persen mengalami *burnout* tinggi (Setyowati, Yunita and Kusyairi, 2023). Penelitian yang dilakukan tim peneliti dari Program Studi Magister Kedokteran Kerja – Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia (UI) menunjukkan ternyata 83% tenaga kesehatan (nakes) di Indonesia telah mengalami *burnout syndrome* derajat sedang dan berat (CNN Indonesia, 2020). Arfarulana, Sholehah dan Munir (2023), dalam penelitiannya ditemukan sebanyak 35% perawat mengalami *burnout* dalam kategori sedang dan sebanyak 65% perawat mengalami *burnout* dalam kategori berat.

Burnout memiliki tiga dimensi yaitu kelelahan, sinis dan rendahnya penghargaan terhadap diri sendiri (Potter and Perry, 2018). *Burnout* akan berdampak negatif pada diri individu dan rumah sakit, antara lain menyebabkan rendahnya atau menurunnya *job performance* (Hayati and Fitria, 2018). *Burnout* yang tinggi dapat mengganggu pemberian asuhan keperawatan terhadap pasien, membuat perawat kurang istirahat, sakit kepala, kebingungan dan emosional (Vuspyta, Irwan and Anita, 2021). Semakin banyak stres kerja yang dialami karyawan maka akan semakin mungkin mengalami *burnout* dan kinerja karyawan akan semakin tidak maksimal (Hayati and Fitria, 2018).

Burnout menjadi masalah yang membuat individu tidak realistis untuk mencapai tujuan dan pada akhirnya kehilangan energi dan perasaan terhadap diri sendiri dan orang-orang di sekitar sehingga mengakibatkan kepuasan kerja menurun, memburuknya kinerja dan produktivitas rendah (Endrawati, 2022). Dampak *burnout* yang paling terlihat adalah menurunnya kinerja dan kualitas pelayanan. Orang dengan sindrom *burnout* akan kehilangan kesadaran tentang apa yang mereka lakukan sebagai respons terhadap kelelahan emosional yang berkepanjangan, fisik dan mental yang dialami karena tidak dapat memenuhi persyaratan bekerja dan akhirnya menyebabkan tidak dapat berpartisipasi, menggunakan banyak cuti sakit, bahkan meninggalkan pekerjaan (Nursalam, 2017).

Burnout dapat disebabkan oleh beberapa faktor antara lain rotasi shift kerja, faktor individu (kesehatan/ penyakit, jenis kelamin, umur, pendidikan, beban kerja, masa kerja) dan faktor lingkungan fisik (kebisingan, penerangan, suhu dan tekanan panas, vibrasi dan ventilasi) (Ezdha and Hamid, 2020). Kejadian *burnout* dipengaruhi oleh masing-masing individu perawat itu sendiri, jika perawat sangat yakin dengan kemampuannya dalam melakukan pelayanan medis, maka kesukaran dan permasalahan yang dihadapi selama

melakukan pelayanan medis akan teratasi dengan tepat. Kepercayaan diri yang dimiliki individu dalam melakukan tugas untuk mewujudkan tujuan tertentu dikenal sebagai efikasi diri (Asyifa, Setianingsih and Waladani, 2023).

Upaya dalam menurunkan *burnout syndrom* pada perawat salah satunya dengan cara pelatihan efikasi diri. Perawat yang diberikan pelatihan efikasi diri memiliki tingkat *burnout* lebih rendah dibandingkan perawat yang tidak diberikan pelatihan efikasi diri. Disamping itu, tingkat *burnout* perawat setelah mendapatkan pelatihan efikasi diri lebih rendah dibandingkan sebelum mendapatkan pelatihan efikasi diri. Ketika perawat memiliki efikasi diri tinggi, perawat diharapkan mampu mengelola *burnout* dengan baik, perawat akan sanggup melakukan semua tugas tanpa melihat kesulitan yang dihadapi. Perawat tidak akan menghindari tugas dan selalu yakin memiliki jalan keluar dalam setiap kesulitan, sehingga tekanan mental yang berakibat kelelahan emosi serta fisik dapat diminimalisir (Hanafi, Widyana and Fatmah, 2021).

Efikasi diri merupakan penilaian seseorang terhadap kompetensi atau kemampuan dirinya untuk dapat melakukan tugas guna mencapai tujuan, dan mengatasi hambatan yang dialami. Adanya efikasi diri yang unggul dalam diri memungkinkan perawat untuk meningkatkan motivasi dan emosi positif mereka, terlepas dari keterbatasan yang mereka hadapi, untuk lebih menuju tujuan yang telah mereka tetapkan. Seseorang dapat meningkatkan kepercayaan dirinya dalam melakukan sesuatu. Manfaat lain yang diuntungkan perawat apabila memiliki efikasi diri yang bagus adalah mereka dapat mengendalikan situasi yang sulit serta dapat meningkatkan kinerja yang maksimal terhadap pasien sehingga pasien merasa puas dengan pelayanan yang diberikan. Jadi, orang yang memiliki efikasi diri dapat memaksimalkan diri mereka sendiri, mengurangi rasa takut, stres, dan mengurangi kecenderungan mereka untuk depresi (Thahir, Mulyana and Alfadilah, 2023).

Fairuza dan Maryatmi (2022), dalam penelitian yang dilakukan menyebutkan terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri terhadap *burnout* pada perawat di Rumah Sakit X. Hal ini menyatakan bahwa semakin tinggi tingkat efikasi diri yang dimiliki perawat maka semakin rendah tingkat *burnout* pada perawat. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah tingkat efikasi diri yang dimiliki perawat maka semakin tinggi tingkat *burnout* pada perawat.

Arfarulana, Sholehah dan Munir (2023), menjelaskan bahwa seseorang memiliki efikasi diri baik jika ia mampu mengatasi tingkat kesulitan tugas, memiliki kekuatan dalam menjalankan tugasnya dengan tingkat keluasaan bidang tugasnya tersebut. Jika

individu memiliki efikasi diri yang rendah maka dia akan mengalami kesulitan dalam menyelesaikan tugasnya dengan baik, sehingga individu tersebut cenderung mengalami kelelahan baik secara fisik maupun emosional yang mengarah kepada kejenuhan kerja atau yang disebut dengan *burnout*.

Peneliti melakukan penelitian pada perawat rawat inap jiwa di RSJD Dr RM Soedjarwadi Provinsi Jawa Tengah karena jumlah perawat rawat inap jiwa di RSJD Dr RM Soedjarwadi Provinsi Jawa Tengah tergolong banyak yaitu berjumlah 90 orang. Disamping itu, alasan peneliti mengambil lokasi RSJD Dr RM Soedjarwadi Provinsi Jawa Tengah sebagai tempat penelitian adalah karena peneliti menitikberatkan pada kinerja perawat yang merawat pasien jiwa lebih membutuhkan tenaga ekstra karena pasien jiwa pada umumnya melakukan perilaku kekerasan dan sering melakukan pemberontakan pada perawat sehingga lebih beresiko mengalami penurunan energi mental atau fisik dibandingkan dengan perawat dirumah sakit umum.

Studi pendahuluan di RSJD Dr RM Soedjarwadi Provinsi Jawa Tengah pada tanggal 22 November 2024 melalui wawancara dan data rumah sakit didapatkan data bahwa jumlah perawat rawat inap jiwa yang bertugas sebanyak 91 perawat diantaranya ruang Dewandaru 15 perawat, ruang Flamboyam 13 perawat, ruang Edelweis 20 perawat, ruang Geranium 13 perawat, ruang Helikonia 13 perawat serta ruang Ivy Jasmin 17 perawat. Penulis melakukan wawancara dengan 10 perawat dengan hasil bahwa sebanyak 7 perawat diantaranya mengatakan merasa lelah atas pekerjaan yang dilakukan selama bertahun-tahun karena berkerja terlalu keras, perawat juga mengatakan jika merasa lelah jadi kurang semangat saat bekerja dan ingin segera pulang. Dampak dari *burnout* yaitu menyebabkan pekerjaan menjadi kurang maksimal. Wawancara lebih lanjut menyebutkan sebanyak 5 dari 7 perawat tersebut juga mengaku pernah mengalami kesalahan dalam melakukan pendokumentasian asuhan keperawatan. Wawancara dengan perawat kepala ruang menyebutkan bahwa upaya yang dilakukan rumah sakit dalam mengatasi *burnout* yaitu dengan diadakan rotasi pegawai setiap setahun sekali.

Berdasarkan latar belakang masalah dan studi pendahuluan penulis tertarik untuk mengangkat penelitian dengan judul “Hubungan Efikasi Diri dengan *Burnout* pada Perawat Rawat Inap Jiwa di RSJD Dr. RM. Soedjarwadi Provinsi Jawa Tengah”.

B. Rumusan Masalah

Tugas perawat yang *overload* sebagai petugas medis tentu akan menguras emosi dan stamina serta menciptakan tekanan pada perawat untuk mengalami kelemahan fisik,

mental dan emosional yang disebut *burnout*. Penulis melakukan wawancara dengan 10 perawat dengan hasil bahwa sebanyak 7 perawat diantaranya mengatakan merasa lelah atas pekerjaan yang dilakukan selama bertahun-tahun, perawat juga mengatakan jika merasa lelah jadi kurang semangat saat bekerja dan ingin segera pulang. Sebanyak 5 dari 7 perawat tersebut juga mengaku pernah mengalami kesalahan dalam melakukan pendokumentasian asuhan keperawatan. Penelitian menyebutkan semakin rendah tingkat efikasi diri yang dimiliki perawat maka semakin tinggi tingkat *burnout* pada perawat.

Berdasarkan rumusan masalah dapat dimunculkan pertanyaan penelitian sebagai berikut “adakah hubungan efikasi diri dengan *burnout* pada perawat rawat inap jiwa di RSJD Dr. RM. Soedjarwadi Provinsi Jawa Tengah?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan efikasi diri dengan *burnout* pada perawat rawat inap jiwa di RSJD Dr. RM. Soedjarwadi Provinsi Jawa Tengah.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden meliputi usia, jenis kelamin, pendidikan, masa kerja, status kepegawaian dan status pernikahan perawat di RSJD Dr. RM. Soedjarwadi Provinsi Jawa Tengah.
- b. Mengidentifikasi efikasi diri pada perawat rawat inap jiwa di RSJD Dr. RM. Soedjarwadi Provinsi Jawa Tengah.
- c. Mengidentifikasi *burnout* pada perawat rawat inap jiwa di RSJD Dr. RM. Soedjarwadi Provinsi Jawa Tengah.
- d. Menganalisis hubungan efikasi diri dengan *burnout* pada perawat rawat inap jiwa di RSJD Dr. RM. Soedjarwadi Provinsi Jawa Tengah.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan referensi di perpustakaan mengenai hubungan efikasi diri dengan *burnout* pada perawat rawat inap jiwa di RSJD Dr. RM. Soedjarwadi Provinsi Jawa Tengah.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi Rumah Sakit

Hasil penelitian yang diperoleh diharapkan dapat digunakan sebagai acuan untuk meningkatkan pelayanan utamanya praktik keperawatan serta sebagai saran pemecahan masalah mengenai efikasi diri dan kejadian *burnout* pada perawat rawat inap jiwa di RSJD Dr. RM. Soedjarwadi Provinsi Jawa Tengah.

b. Bagi perawat

Penelitian ini diharapkan dapat memberi wawasan kepada perawat mengenai efikasi diri dan *burnout* serta penanganan untuk tetap menjaga produktivitas perawat dan mencegah kelelahan mental berlebih yang dapat menimbulkan *burnout*.

c. Bagi pasien

Penelitian diharapkan memberi manfaat kepada pasien agar mereka memperoleh pelayanan yang maksimal sehingga meningkatkan kesembuhannya.

d. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan memiliki kepedulian dengan memanfaatkan hasil penelitian sebagai rujukan dan literasi terutama yang berhubungan dengan efikasi diri dan *burnout* perawat.

E. Keaslian Penelitian

1. Fairuza dan Maryatmi (2022), penelitian berjudul “Hubungan Antara Regulasi Emosi dan Efikasi Diri dengan *Burnout* pada Perawat di Rumah Sakit X”

Metode penelitian adalah deksriptif korelasional. Dalam penelitian menggunakan tiga variabel regulasi emosi, efikasi diri, dan *burnout*. Populasi yang jumlah anggota yang terdaftar sebanyak 130 orang laki-laki dan perempuan dan sampel berjumlah 97 orang laki-laki dan perempuan. Teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*. Analisis data menggunakan uji *person correlation*. Hasil penelitian diperoleh hasil r_{xy} sebesar -0,341 dan p sebesar 0,001 ($p < 0,05$) maka H_{o1} : ditolak dan H_{a1} : ada hubungan signifikan dengan arah negatif antara regulasi emosi dengan *burnout* pada perawat di Rumah Sakit X di terima. Hasil analisis $r_{xy} = -0,685$ dan p sebesar 0,000 maka $H_{o2} =$ ditolak. Sedangkan $H_{a2} =$ terdapat hubungan signifikan dan arah negatif antara efikasi diri dengan *burnout* pada perawat di Rumah Sakit X di terima. Diperoleh nilai R sebesar 0,689 dan R^2 sebesar 0,475 dengan dengan $p < 0,05$. Hal ini berarti (H_{o3}) yang berbunyi ditolak dan (H_{a3}) yang berbunyi ada hubungan antara regulasi emosi dan efikasi diri dengan *burnout* pada perawat di Rumah Sakit X diterima.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya terletak pada metode penelitian, variabel penelitian, teknik sampling dan teknik analisis data. Metode penelitian ini adalah deskriptif korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Variabel bebas penelitian ini adalah efikasi diri sedangkan variabel terikatnya adalah *burnout*, teknik sampling yang digunakan adalah *total sampling* sedangkan teknik analisis data menggunakan *kendall's tau*.

2. Arfarulana, Sholehah dan Munir (2023), judul penelitian "Kelelahan/*Burnout* Berhubungan Dengan Efikasi Diri Pada Perawat Intensive Care Unit".

Desain penelitian yang digunakan adalah korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel penelitian ini adalah perawat di ruangan ICU sebanyak 34 perawat, yang dipilih menggunakan teknik total sampling. Pengumpulan data menggunakan kuesioner Efikasi diri dan *Burnout*. Analisis data menggunakan Uji *Chi Square* dengan tingkat kesalahan $\alpha = 0,05$. Sehingga dapat disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara Efikasi diri dengan *Burnout* pada perawat di ruang Intensive Care Unit (ICU).

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu yaitu terletak pada variabel, teknik pengambilan sampel dan teknik analisis data. Variabel bebasnya adalah efikasi diri sedangkan variabel terikatnya adalah *burnout*, teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *total* sedangkan teknik analisis data menggunakan *Kendall's tau*.

3. Setyowati, Yunita dan Kusyairi (2023), judul penelitian "Hubungan Efikasi Diri dan Koping Perawat dengan *Burnout* Perawat di UPTD Puskesmas Ketapang Kota Probolinggo"

Jenis penelitian ini analitik korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi perawat di Puskesmas Ketapang Kota Probolinggo berjumlah 31 orang, penentuan sampel menggunakan tehnik Total sampling sebanyak 31 responden. Instrumen yang digunakan kuesioner efikasi diri, koping perawat dan *burnout* perawat. Analisis data menggunakan *Spearman Rank Test*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan hubungan efikasi diri dengan *burnout* perawat di UPTD Puskesmas Ketapang Kota Probolinggo, nilai yaitu $p=0,000$ dengan tingkat signifikan 0,05 ($p=0,000 \leq \alpha 0,05$). Dan ada hubungan koping perawat dengan *burnout* perawat di UPTD Didapatkan hasil bahwa nilai $p=0,000$ dengan tingkat signifikansi $\alpha=0,05$ ($p<\alpha=0,05$).

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya terletak pada metode penelitian, variabel penelitian, teknik sampling dan teknik analisis data. Metode penelitian ini adalah deskriptif korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Variabel bebas penelitian ini adalah efikasi diri sedangkan variabel terikatnya adalah *burnout*, teknik sampling yang digunakan adalah *total sampling* sedangkan teknik analisis data menggunakan *kendall's tau*.