



Hubungan antara Resiliensi dan *Self-Efficacy* dengan *Burnout Syndrome* pada Perawat Ruang Rawat Inap Rumah Sakit

Sajodin^{1*}, Perla Yualita¹

¹Universitas Aisyiyah Bandung

*Corresponding Author: sajodin@unisa-bandung.ac.id

Abstrak

Perawat sebagai tenaga kesehatan profesional terbesar di Indonesia menghadapi tuntutan peran dan tanggung jawab yang tinggi di rumah sakit sehingga rentan mengalami *burnout syndrome*. Resiliensi dan *self-efficacy* dianggap sebagai faktor penting yang dapat memitigasi risiko ini. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara resiliensi dan *self-efficacy* dengan *burnout syndrome* pada perawat. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif korelasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi penelitian ini adalah 140 perawat ruang rawat inap dengan sampel sebanyak 100 responden yang dipilih menggunakan teknik *stratified random sampling* dengan tingkat signifikansi 5%. Mayoritas perawat memiliki tingkat resiliensi tinggi (58%) dan *self-efficacy* tinggi (55%). Namun, tingkat *burnout syndrome* yang tinggi juga ditemukan pada 55% perawat. Uji korelasi *Spearman Rank* menunjukkan tidak ada hubungan signifikan antara resiliensi dengan *burnout syndrome* ($p=0,968$), serta tidak ada hubungan signifikan antara *self-efficacy* dengan *burnout syndrome* ($p=0,921$). Penelitian ini tidak menemukan hubungan antara resiliensi dan *self-efficacy* dengan *burnout syndrome* pada populasi perawat. Peneliti menyarankan penelitian lebih lanjut yang mengeksplorasi faktor-faktor lain atau pada konteks yang berbeda seperti pada perawat di bidang pendidikan.

Kata Kunci: *burnout syndrome*, perawat, resiliensi, *self-efficacy*

The Relationship of Resilience, Self-Efficacy and Burnout Syndrome among Nurses in Inpatient Room

Abstract

As the largest professional health workforce in Indonesia, nurses face high demands and responsibilities in hospitals, making them vulnerable to *burnout syndrome*. Resilience and *self-efficacy* are considered important factors that may mitigate this risk. This study aimed to analyze the relationship of resilience, *self-efficacy*, and *burnout syndrome* among nurses. This study used a descriptive correlational design with a *cross-sectional* approach. The population consisted of 140 inpatient nurses, from which a sample of 100 respondents was selected using *stratified random sampling* with a 5% significance level. The majority of nurses had high levels of resilience (58%) and *self-efficacy* (55%). However, a high level of *burnout syndrome* was also found in 55% of the nurses. The *Spearman Rank* correlation test revealed no significant relationship between resilience and *burnout syndrome* ($p=0.968$), nor between *self-efficacy* and *burnout syndrome* ($p=0.921$). No relationship was found between resilience, *self-efficacy*, and *burnout syndrome* in the nurse population of this study. Further research is recommended to explore other contributing factors or to investigate this phenomenon in different contexts, such as among nurses in the education sector.

Keyword: *burnout syndrome*, nurses, resilience, *self-efficacy*

Pendahuluan

Perawat merupakan salah satu tenaga kesehatan esensial di rumah sakit yang memiliki peran vital sebagai praktisi, pendidik, peneliti, dan pemberi asuhan keperawatan (American Nurses Association, 2016). Dengan populasi mencapai 511.191 jiwa di Indonesia (Kemenkes RI, 2021) dan 60.921 di antaranya berada di Jawa Barat (Dinkes, 2020), peran mereka sangat fundamental bagi sistem kesehatan. Namun, profesi ini menghadapi tantangan signifikan terkait tingginya tuntutan dan beban kerja yang dapat memicu burnout syndrome. Sebuah studi di Jawa Barat menunjukkan data yang mengkhawatirkan, yaitu 60,7% perawat pelaksana mengalami burnout tingkat tinggi dan 60,71% dilaporkan pernah melakukan kesalahan dalam pekerjaan (Nuraini, Putri, and Angraini, 2024).

Burnout syndrome, yang digambarkan sebagai kondisi kelelahan fisik dan mental (Lubbadeh, 2020), memiliki gejala berupa kelelahan emosional, depersonalisasi, dan penurunan prestasi pribadi (Maslach & Leiter, 2016). Kondisi ini berdampak negatif tidak hanya pada kesehatan umum perawat (Vargas-benítez et al., 2023), tetapi juga pada institusi melalui meningkatnya ketidakpuasan kerja, absensi, dan menurunnya loyalitas. Lebih lanjut, burnout syndrome menjadi faktor pendorong utama keinginan seorang perawat untuk pindah kerja atau beralih profesi (Karimi, Raei, and Parandeh, 2022; Kelly and Gee, 2020).

Kemampuan untuk bertahan dan beradaptasi atau yang disebut sebagai resilience menjadi faktor krusial untuk menghadapi berbagai tantangan. Resilience pada perawat didefinisikan sebagai kapasitas untuk beradaptasi secara positif terhadap tantangan demi mempertahankan kualitas perawatan yang tinggi (Wiig et al., 2020). Tingkat resilience yang baik dapat membantu perawat mengantisipasi kesulitan, mengurangi kelelahan emosional, meningkatkan kinerja, serta mendorong kemajuan pribadi dan profesional (Aljarboa et al., 2022).

Faktor psikologis lain yang berperan penting adalah self-efficacy, yaitu keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk berhasil dalam situasi tertentu. Dalam konteks keperawatan, self-efficacy sangat penting untuk promosi kesehatan, peningkatan kualitas pelayanan, dan keselamatan pasien (patient safety) (Shorey & Lopez, 2021).

Tingkat self-efficacy seseorang berbanding lurus dengan keyakinannya untuk berhasil. Artinya, semakin tinggi keyakinan seorang perawat dalam menjalankan tugasnya, semakin tinggi pula tingkat self-efficacy-nya.

Meskipun resilience dan self-efficacy telah banyak diteliti secara terpisah dalam kaitannya dengan kesejahteraan perawat, penelitian yang mengkaji hubungan antara kedua faktor ini dengan burnout syndrome secara simultan masih terbatas. Terdapat celah penelitian untuk memahami bagaimana resilience dan self-efficacy secara bersama-sama dapat memengaruhi tingkat burnout pada perawat. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara resilience dan self-efficacy dengan burnout syndrome pada perawat.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain studi korelasional melalui pendekatan cross-sectional yang dilaksanakan di sebuah rumah sakit swasta di Kota Bandung. Populasi penelitian adalah 140 perawat ruang rawat inap, dengan sampel sebanyak 100 responden yang dipilih menggunakan teknik stratified random sampling berdasarkan tingkat signifikansi 5%. Kriteria inklusi bagi responden adalah perawat pelaksana (tetap atau kontrak) yang telah bekerja minimal 6 bulan, aktif bertugas, dan bersedia berpartisipasi melalui penandatanganan lembar persetujuan. Sementara itu, kriteria eksklusi mencakup perawat dengan jabatan struktural (kepala ruang, supervisor, kepala bidang), mahasiswa praktik, serta mereka yang tidak bersedia menjadi responden.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah resilience dan self-efficacy, sedangkan variabel dependennya adalah burnout syndrome. Untuk mengukur resilience, digunakan instrumen Resilience Scale (RS) dari Pane dan Saragih (2020) yang terdiri dari 14 pernyataan. Selanjutnya, variabel self-efficacy diukur dengan Self-Efficacy Scale yang dimodifikasi oleh Lalobar (2015) sebanyak 19 pertanyaan. Adapun burnout syndrome diukur menggunakan Maslach-Trisni Burnout Inventory (M-TBI) yang diadaptasi oleh Widhianingtanti dan Luijtelaar (2022) dan terdiri dari 22 item. Seluruh instrumen telah teruji validitas dan reliabilitasnya.

Prosedur pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner elektronik yang memuat lembar persetujuan, data demografi, dan butir-butir pertanyaan untuk setiap variabel. Data yang terkumpul dianalisis secara univariat untuk melihat gambaran umum dan secara bivariat untuk menguji hubungan antar variabel menggunakan software SPSS versi 26. Hasil uji normalitas Kolmogorov-Smirnov menunjukkan bahwa data tidak terdistribusi normal ($p < 0,05$) untuk ketiga variabel, sehingga uji hipotesis hubungan dilakukan menggunakan korelasi Spearman Rank. Seluruh proses penelitian ini telah mendapatkan persetujuan dari Komite Etik Universitas Aisyiyah Bandung (No: 658/KEP.01/UNISA-BANDUNG/VIII/2023), dan kerahasiaan data responden sepenuhnya dijamin.

Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini melibatkan 100 perawat yang bekerja di ruang rawat inap Rumah Sakit Muhammadiyah Bandung. Karakteristik responden mencakup jenis kelamin, status perkawinan, usia, dan latar belakang pendidikan. Distribusi frekuensi responden disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden (N=100)

Variabel	f	%
Jenis Kelamin		
Pria	18	18
Wanita	82	82
Status Perkawinan		
Kawin	85	85
Tidak Kawin	15	15
Usia (tahun)		
≤30	22	22
31-37	34	34
38-44	25	25
>45	19	19
Pendidikan		
D3 Keperawatan	62	62
S1 Keperawatan	4	4
Profesi Ners	34	34

Mayoritas responden adalah perempuan (82%) dan telah menikah (85%). Usia terbanyak berada pada rentang 31–37 tahun (34%), dan

sebagian besar memiliki latar belakang pendidikan D3 Keperawatan (62%).

Tingkat Resiliensi

Sebagian besar responden memiliki tingkat resiliensi tinggi (58%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas perawat mampu beradaptasi dan bangkit dari tekanan psikologis yang mungkin dialami selama bekerja. Resiliensi merupakan proses dinamis yang memungkinkan individu untuk kembali pada fungsi psikososial semula setelah mengalami tekanan atau trauma (Grygorenko & Naydonova, 2023; Southwick et al., 2014). Harms et al. (2018) juga menekankan bahwa resiliensi merupakan karakteristik penting untuk bertahan dan berkembang dalam kondisi yang menantang. Hasil ini berbeda dengan temuan Aljarboa et al. (2022) yang menemukan resiliensi perawat berada pada tingkat sedang dan berkorelasi dengan kecerdasan emosional.

Tingkat Self-Efficacy

Sebagian besar responden memiliki tingkat self-efficacy tinggi (55%), yang menunjukkan keyakinan perawat dalam kemampuan mereka menghadapi tugas dan tantangan kerja. Menurut Şimşir et al. (2023), self-efficacy adalah keyakinan individu untuk menghasilkan tindakan yang efektif dalam mencapai hasil yang diinginkan dan menghindari konsekuensi negatif. Tuntutan pengendalian diri menjadi pemicu stres kerja yang umum di lingkungan layanan kesehatan, sehingga peningkatan kapasitas pengendalian diri penting untuk melindungi tenaga kesehatan dari kelelahan mental.

Tingkat Burnout

Sebanyak 55% responden mengalami burnout pada tingkat tinggi. Hal ini sejalan dengan hasil Sajodin et al. (2022) dan Wati (2022) yang menunjukkan tingkat burnout sedang hingga tinggi pada tenaga kesehatan. Namun, penelitian ini bertentangan dengan temuan Sagita & Meilyawati (2021) yang melaporkan tingkat burnout rendah selama masa pandemi COVID-19, yang dipengaruhi oleh beban kerja, penghargaan, komunitas, dan dukungan sosial.

Tabel 2. Distribusi Tingkat Resiliensi Responden

Kategori Resiliensi	Frekuensi	%	Rata-rata ± SD	Min	Maks
Tinggi	58	58	54,23 ± 4,85	41	70
Rendah	42	42			

Tabel 3. Distribusi Tingkat *Self-Efficacy*

Kategori <i>Self-Efficacy</i>	Frekuensi	%	Rata-rata ± SD	Min	Maks
Tinggi	55	55	40,55 ± 3,46	26	48
Rendah	45	45			

Tabel 4. Distribusi Tingkat Burnout Responden

Kategori Burnout	Frekuensi	%	Rata-rata ± SD	Min	Maks
Tinggi	55	55	48,70 ± 5,85	32	71
Rendah	45	45			

Hubungan Resiliensi dan Bernout

Tabel 5. Korelasi antara Resiliensi dan Burnout

Variabel	Koefisien Korelasi	Sig. (2-tailed)
Resiliensi– Burnout	-0.004	0.968

Analisis menggunakan uji Spearman menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat resiliensi dan burnout ($p = 0,968 > 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar responden memiliki resiliensi tinggi, hal tersebut tidak berkorelasi secara langsung dengan penurunan burnout. Faktor-faktor lain yang mungkin memengaruhi burnout antara lain beban kerja, kontrol kerja, penghargaan, komunitas kerja, keadilan, nilai pribadi, pendidikan, kepribadian, gaya coping, dan dukungan sosial (Sagita & Meilyawati, 2021; Fun et al., 2021).

Hubungan *Self-Efficacy* dan Burnout

Tabel 6. Korelasi antara *Self-Efficacy* dan Burnout

Variabel	Koefisien Korelasi	Sig. (2-tailed)
<i>Self-Efficacy</i> – Burnout	0.010	0.921

Hasil analisis menunjukkan tidak terdapat hubungan signifikan antara *self-efficacy* dan burnout ($p = 0,921 > 0,05$). Temuan ini berbeda dengan penelitian Dania & Nadhilah (2021) yang menemukan hubungan negatif yang signifikan antara *self-efficacy* dan burnout. Hal ini mengindikasikan bahwa faktor-faktor lain seperti

pengalaman kerja, kondisi emosional, hubungan sosial, serta kesejahteraan fisik dan psikologis mungkin lebih berperan dalam membentuk burnout perawat.

Simpulan

Berdasarkan dari penelitian ini dapat disimpulkan tingkat resiliensi perawat ruang rawat inap pada tingkatan resiliensi tinggi, sedangkan *self efficacy* perawat ruang rawat inap pada tingkat tinggi, dan sebagian besar tingkat *burnout* perawat ruang rawat inap pada burnout tinggi. Tidak terdapat hubungan antara resiliensi dengan burnout, serta tidak terdapat hubungan antara *self efficacy* dengan *burnout syndrome*. Saran untuk penelitian selanjutnya adalah mengukur tingkat *burnout syndrome* pada semua ruangan untuk mengukur tingkat *burnout syndrome* perawat secara keseluruhan.

Referensi

- Aljarboa, Bader Emad, Eddieson Pasay An, Wireen Leila Tanggawohn Dator, Salman Amish Alshammari, Romeo Mostoles Jr., Ma Mirasol Uy, Nojoud Alrashidi, Maha Sanat Alreshidi, Enrique Mina, and Analita Gonzales. 2022. "Resilience and Emotional Intelligence of Staff Nurses during the COVID-19 Pandemic." *Healthcare* 10(11):2120. doi: 10.3390/healthcare10112120.
- American Nurses Association. 2016. "Nurses' Roles and Responsibilities in Providing Expert Care and Counseling at the End of Life." *ANA American Nurses Association* 1–40.

- Bui, Minh Viet, Elizabeth Mcinnes, Gary Ennis, and Kim Foster. 2023. "Resilience and Mental Health Nursing: An Integrative Review of Updated Evidence." *International Journal of Mental Health Nursing* 32(4):1055–71. doi: <https://doi.org/10.1111/inm.13132>.
- Dania, Nur, and Muhandisatin Nadhilah. 2021. "Hubungan Antara Koping Religius Dengan Burnout Pada Guru Smk Swasta X Kota Semarang Relationship Between Religious Coping And Burnout For Private Vocational." *Proyeksi* 16(2):109–18.
- Dinkes, Jabar. 2020. *Profil Kesehatan Jawa Barat 2021*. Vol. 5.
- Fun, Lie Fun, Ida Ayu, Nyoman Kartikawati, Lisa Imelia, and Fransiska Silvia. 2021. "Peran Bentuk Social Support Terhadap Academic Burnout Pada Mahasiswa Psikologi Di Universitas ' X ' Bandung." 7(1):17–26. doi: <https://doi.org/10.21776/ub.mps.2021.007.01.3>.
- Grygorenko, Zlata, and Ganna Naydonova. 2023. "The Concept Of 'Resilience': History Of Formation And Approaches To Definition." *Public Administration and Law Review* 14(2):76–88. doi: <https://doi.org/10.36690/2674-5216-2023-2-76-88>.
- Harms, By P. D., Lisa Brady, and Dustin Wood. 2018. "Resilience and Well-Being. In E. Diener, S. Oishi, & L. Tay (Eds), Handbook of Well-Being." *DEF Publishers* 1–12. doi: nobascholar.com.
- Karimi, Leila, Mehdi Raei, and Akram Parandeh. 2022. "Association Between Dimensions of Professional Burnout and Turnover Intention Among Nurses Working in Hospitals During Coronavirus Disease (COVID-19) Pandemic in Iran Based on Structural Model." *Frontiers in Public Health* 10(May):1–8. doi: 10.3389/fpubh.2022.860264.
- Kelly, Lesly A., and Perry M. Gee. 2020. "Impact of Nurse Burnout on Organizational and Position Turnover." *Nursing Outlook* 69(1):98–102. doi: <https://doi.org/10.1016/j.outlook.2020.06.008>.
- Kemenkes RI. 2021. *Profil Kesehatan Indonesia 2021*.
- Lalobar, Hesti Agusthina. 2015. "Uji Validitas Lalobar." *Universitas Kristen Satya Wacana*.
- Lubbadeh, Tareq. 2020. "Job Burnout : A General Literature Review." *International Review of Management and Marketing* 10(3):7–15. doi: <https://doi.org/10.32479/irmm.9398>.
- Maia, Berta Rodrigues, and Paulo César Dias. 2020. "Anxiety, Depression and Stress in University Students: The Impact of COVID-19." *Estudos de Psicologia (Campinas)* 37:1–8. doi: 10.1590/1982-0275202037e200067.
- Mariani, Barita U. 2013. "Faktor-Faktor Personal Sebagai Prediktor Terhadap Resiliensi Perawat Di Rumah Sakit Penyakit Infeksi Prof. Dr. Sulianti Saroso." *The Indonesian Journal of Infectious Disease* 01(01):14–21. doi: <https://doi.org/10.32667/ijid.v1i01.3>.
- Maslach, Christina, and Michael Leiter. 2016. "Understanding the Burnout Experience : Recent Research and Its Implications for Psychiatry." *World Psychiatri* 15(2):103–11. doi: <https://doi.org/10.1002/wps.20311>.
- Nuraini, Syarifah Try, Triyana Harlia Putri, and Rara Anggraini. 2024. "Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Kejadian Burnout Pada Perawat: Literature Review." *Tanjungpura Journal of Nursing Practice and Education* 6(1):35–47. doi: <https://doi.org/10.26418/tjnpe.v6i1.72247>.
- Pane, Jagentar, and Ice Septriani Saragih. 2020. "The Relationship Of Resilience And Quality Of Life Patient With Chronic Kidney Disease Who Undergoing Haemodialysis In Rasyda." *Jurnal Ilmu Keperawatan: Journal of Nursing Science* 8(1):10–14. doi: 10.21776/ub.jik.2020.008.01.2.
- Rahmawati, Ratna, Anggriyana Widiyanti, and Sajodin. 2018. "The Relationship Between Social Support And Resiliency of Schizophrenic Caregivers In Clinic." *Jurnal Keperawatan Aisyiah* 5(4):25–30. doi: <https://doi.org/10.33867/jka.v5i1.93>.
- Sagita, Dony Darma, and Vriesthia Meilyawati. 2021. "ACADEMIC BURNOUT MAHASISWA PADA MASA PANDEMI COVID -19." *Jurnal Nusantara Of Research* 8(2):104–19.
- Sajodin, Utari Anjani, and Perla Yualita. 2022. "TINGKAT BURNOUT MAHASISWA DALAM PEMBELAJARAN DARING MASA PANDEMI COVID-19." *Jurnal Keperawatan Silampari* 6(1):480–87. doi: <https://doi.org/10.31539/jks.v6i1.4492>.
- Shorey, Shefaly, and Violeta Lopez. 2021. "Health Promotion in Health Care – Vital Theories and

- Research.” *Health Promotion in Health Care – Vital Theories and Research* (March). doi: 10.1007/978-3-030-63135-2.
- Şimşir, Zeynep, Gökalp Mustafa, Saritepeci Hatice, and Yildiz Durak. 2023. “The Relationship between Self-Control and Procrastination among Adolescent: The Mediating Role of Multi Screen Addiction.” *Current Psychology* 42(15):13192–203. doi: 10.1007/s12144-021-02472-2.
- Soemarmo, Dewi Sumaryani, Ray Wagiu Basrowi, Levina Chandra Khoe, Marsen Isbayuputra, Universitas Indonesia, Environmental Health, Universitas Indonesia, Danone Specialized, and Nutrition Indonesia. 2022. “Health Workers Burnout During Covid-19 Pandemic in Indonesia: Prevalence and Consequence.” *Asia Pacific Environmental and Occupational Health Journa* 8(1):22–29. doi: <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02472-2>.
- Southwick, Steven M., George A. Bonanno, Ann S. Masten, Catherine Panter-brick, and Rachel Yehuda. 2014. “Resilience Definitions, Theory, and Challenges: Interdisciplinary Perspectives.” *European Journal of Psychotraumatology* 1:1–14. doi: <http://dx.doi.org/10.3402/ejpt.v5.25338>.
- Vargas-benítez, Miguel Ángel, Francisco José Izquierdo-espín, Nuria Castro-martínez, José L. Gómez-urquiza, Luis Albendín-garcía, and Almudena Velando-soriano. 2023. “Burnout Syndrome and Work Engagement in Nursing Sta: A Systematic Review and Meta-Analysis.” *Frontiers in Medicine* 10:01–08. doi: <https://doi.org/10.3389/fmed.2023.1125133>.
- Wati, Risma. 2022. “Pengaruh Resiliensi Akademik Dan Self-Compassion Terhadap Academic Burnout Mahasiswa Tingkat Akhir.” *Skripsi*.
- Widhianingtanti, Lucia Trisni, and Gilles Van Looijelaar. 2022. “The Maslach-Trisni Burnout Inventory: Adaptation for Indonesia.” *Jurnal Pengukuran Psikologi Dan Pendidikan Indonesia* 11(1):1–21. doi: <http://dx.doi.org/10.15408/jp3i.v11i1.24400>.
- Wiig, Siri, Karina Aase, and Stepen Billet. 2020. “Defining the Boundaries and Operational Concepts of Resilience in the Resilience in Healthcare Research Program.” *BMC Health Services Research* 20(1):1–9. doi: 10.1186/s12913-020-05224-3.