

JURNAL SKRIPSI

**Hubungan Tingkat Kecerdasan Emosional Dengan Stres Kerja dan *Burnout* Perawat
di Ruang Rawat Inap Laki-Laki RSJ. Dr. Radjiman Wediodiningrat Lawang**



**KRISTIAN MIKA WIJAYA
NIM. 1824201104**

**PROGRAM STUDI SI KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MAJAPAHIT
MOJOKERTO
2020**

PERNYATAAN

Dengan ini saya selaku mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit Mojokerto:

Nama : Kristian Mika Wijaya
NIM : 1824201104
Program Studi : S1 Ilmu Keperawatan

Setuju/~~tidak setuju~~*) naskah jurnal ilmiah yang disusun oleh yang bersangkutan setelah mendapat arahan dari pembimbing, dipublikasikan dengan/~~tanpa~~*) mencantumkan nama tim pembimbing sebagai co-author.

Demikian harap maklum.

Mojokerto, 30 Juli 2020



Kristian Mika Wijaya
NIM: 1824201104

Mengetahui

Dosen Pembimbing I



Atikah Fatmawati, S.Kep.,Ns.,M.Kep.
NIK. 220 250 155

Dosen Pembimbing II



Fitria Wahyu A, S.Kep.,Ns.,M.Kep.
NIK. 220 250 133

HALAMAN PENGESAHAN

JURNAL SKRIPSI

**Hubungan Tingkat Kecerdasan Emosional Dengan Stres Kerja dan *Burnout* Perawat
di Ruang Rawat Inap Laki-Laki RSJ. Dr. Radjiman Wediodiningrat Lawang**



**KRISTIAN MIKA WIJAYA
NIM. 1824201104**

Dosen Pembimbing I

Atikah Fatmawati, S.Kep.,Ns.,M.Kep.
NIK. 220 250 155

Dosen Pembimbing II

Fitria Wahyu A, S.Kep.,Ns.,M.Kep.
NIK. 220 250 133

Hubungan Tingkat Kecerdasan Emosional Dengan Stres Kerja dan *Burnout* Perawat di Ruang Rawat Inap Laki-Laki RSJ. Dr. Radjiman Wediodiningrat Lawang

Kristian Mika Wijaya
Program Studi Ilmu Keperawatan
arcumopyga@gmail.com

Atikah Fatmawati, S.Kep.,Ns.,M.Kep.
Dosen Prodi S1 Ilmu Keperawatan Stikes Majapahit Mojokerto
tikaners87@gmail.com

Fitria Wahyu A, S.Kep.,Ns.,M.Kep.
Dosen Prodi S1 Ilmu Keperawatan Stikes Majapahit Mojokerto
fitria.hariyadi@gmail.com

Abstrak

Stres banyak dirasakan oleh perawat, tingginya stres yang dialami meningkatkan resiko gejala *burnout* yang berdampak negatif terhadap organisasi. *Burnout* dipengaruhi oleh faktor individu salah satunya tingkat kecerdasan emosional. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan tingkat kecerdasan emosional dengan stres kerja dan *burnout* perawat di ruang rawat inap laki-laki RSJ. Dr. Radjiman Wediodiningrat Lawang. Penelitian ini menggunakan adalah penelitian korelasional dengan desain *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah perawat sejumlah 65 orang, dengan teknik *simple random sampling*, didapatkan 56 orang responden. Kuesioner *Emotional Competence Inventory*, *Expanded Nursing Stress Scale* *Maslach Burnout Syndrome Inventory* adalah instrumen yang digunakan. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan lebih dari separuh responden memiliki tingkat kecerdasan emosional sedang (58,9%), memiliki stres kerja dalam kategori rendah (55,36%), serta mengalami *burnout* dalam kategori rendah (60,71%). Data dianalisa menggunakan uji korelasi *Spearman* dengan $\alpha=0,05$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan kuat antara tingkat kecerdasan emosional dengan stres kerja ($p=0,000$ $r=-0,517$) dan *burnout* perawat ($p=0,000$, $r=-0,523$). Perawat dengan tingkat kecerdasan emosional yang tinggi akan mampu mengelola emosinya dalam menyikapi stres kerja ketika memberikan asuhan keperawatan pada pasien sehingga mampu melepaskan diri dari *burnout*.

Kata kunci : Kecerdasan emosional, Stres kerja, *Burnout*

Abstract

Stress was felt by nurses, the higher stress experienced increases the risk of burnout that negatively impacts the organization. The level of burnout influenced by factors. This study aimed to analyze the relationship between level of emotional intelligence with nurses' work stress and burnout in RSJ Dr. Radjiman Wediodiningrat Lawang. This is a correlational method using cross-sectional design study. The population in this study was 65 male nurses, 56 respondents were gained by simple random sampling. Data were collected using the Emotional Competence Inventory, Expanded Nursing Stress Scale, and Maslach Burnout Syndrome Inventory questionnaires. The results of the study showed that more than half of respondents had a moderate level of emotional intelligence (58.9%), had work stress in the low category (55.36%), and experienced burnout in the low category (60.71%). Data were analyzed using the Spearman correlation test with $p=0.05$. The results showed that there was a significant and strong relationship between the level of emotional intelligence with work stress ($p=0,000$ $r=-0,517$) and nurse burnout ($p=0,000$, $r=-0,523$). Nurses with high level of emotional intelligence will be able to manage their emotions dealing with work stress when providing nursing care to patients so they are able to evade from burnout.

Keywords : Emotional intelligence, Work stress, Burnout.

PENDAHULUAN

Perkembangan zaman dengan tingginya penggunaan teknologi serta tuntutan pasien memiliki dampak yang besar dalam dunia medis. Salah satu dampak yang kini mulai turut menjadi sorotan dalam dunia penelitian adalah *burnout* dan stres kerja para penyedia jasa, termasuk di dalamnya tenaga medis dan perawat dalam pelaksanaan pelayanan kesehatan (Eliyana, 2015). Hal ini dapat dijadikan indikator awal terhadap disfungsi sistem kesehatan. Tingginya stres terhadap perawat meningkatkan resiko gejala *burnout* kerja. Fraser (dalam Ali, M, 2013) menyatakan bahwa *burnout* kerja yang tinggi dapat terjadi dalam komponen-komponen fisik pekerjaan atau lingkungan sosial pekerjaan. Gejala *burnout* ini ditandai dengan hilangnya nafsu makan, turunnya berat badan secara drastis, susah tidur dan kelelahan secara terus menerus. Dampak negatif *burnout* kerja dapat berpengaruh buruk terhadap organisasi, berupa *absenteeism* (tidak masuk kerja), produktifitas kerja menjadi rendah, kurangnya tanggung jawab dan loyalitas terhadap perusahaan. (Burke, Koyuncu & Lisa, 2010).

Keterbatasan jumlah tenaga kerja perawat menyebabkan terjadinya penurunan motivasi ketika perawat melakukan atau melaksanakan pekerjaannya. Pada perawat yang bertugas shift pagi-siang merasa santai dalam pekerjaannya karena ada bantuan dari perawat yang sedang magang, namun pada perawat shift malam merasa kewalahan dengan jumlah perawat yang lebih sedikit dan terkadang pasien mengalami gaduh gelisah di tengah malam. Begitu juga bentuk pelayanan yang monoton menjadikan mereka jenuh bekerja dan tidak bisa mengembangkan potensi yang ada di dalam diri mereka. (Burke, Koyuncu & Lisa, 2010). Stres kerja yang tinggi mendorong seseorang untuk mengalami *burnout*. Dalam beberapa penelitian pada perawat banyak ditemukan gejala *burnout* yang tinggi. Namun di beberapa tempat menunjukkan hasil *burnout* yang rendah, hal ini dipengaruhi oleh faktor individu salah satunya adalah tingkat kecerdasan emosional seseorang. Sebagai seorang pekerja/perawat harus dapat mengendalikan emosi yang dimiliki (Bakr & Safaan, 2012). Jika memiliki tingkat *burnout* yang tinggi dan tidak diimbangi dengan kecerdasan emosional yang baik, maka perawat/pekerja dapat saja memutuskan untuk berhenti dari pekerjaannya. Namun hal ini tidak akan terjadi jika seorang perawat memiliki tingkat kecerdasan emosional yang tinggi. Seseorang yang memiliki kecerdasan emosional yang baik akan mengerti kapan dan dimana emosi akan dikeluarkan sebagai bentuk pelepasan dari *burnout* yang dihadapinya.

Penelitian menunjukkan bahwa sekitar 30% dari perawat yang mengalami stres kerja dan *burnout*. Selain itu sebuah penelitian di Inggris menemukan bahwa sekitar 42% dari perawat dilaporkan mengalami *burnout*, sedangkan di Yunani sekitar 44% dari perawat melaporkan perasaan ketidakpuasan di tempat kerja dan keinginan untuk meninggalkan pekerjaan. Penelitian di Arab menunjukkan hasil 45,6% staf perawat mengalami *emotional exhaustion*, 42% mengalami *depersonalization*, dan 28,5% mengalami *lowpersonal accomplishment* (Triwijayanti, 2016). Hasil

survei Persatuan Perawat Nasional Indonesia (PPNI) tahun 2006 menunjukkan bahwa sekitar 50,9% perawat mengalami stres, sering pusing, lelah, tidak bisa beristirahat karena beban kerja terlalu tinggi dan menyita waktu, gaji rendah tanpa insentif yang memadai (Rachmawati, 2008 dalam Mariyanti & Citrawati, 2011). Hasil survey awal bulan Januari tentang stres kerja dan burnout melalui pengisian angket dari 25 orang perawat di ruang rawat inap di RSJ Dr. Radjiman Wediodiningrat dapat dijelaskan bahwa sebanyak 36% (9 orang) perawat masih belum dijumpai adanya stres kerja diantara mereka, 24% (6 orang) perawat mulai adanya kejenuhan dan stres kerja namun masih dapat menekan/mengatasi hal tersebut, 20% (5 orang) perawat sudah memasuki tingkat stres kerja yang sedang, mereka akan berusaha untuk mempertimbangkan cara-cara dalam mengurangi stres kerjanya, dan 20% (5 orang) perawat sudah memasuki tahapan yang sangat rentan dalam pekerjaannya dan mulai mengalami terjadinya burnout. Dari data tersebut 16 (64%) orang perawat sudah mulai mengalami stres kerja dan *burnout*.

Profesi perawat sangat membutuhkan kecerdasan emosional karena profesi ini sering berhubungan dengan orang yang sedang mengalami gangguan kesehatan yang seringkali mempunyai kondisi kejiwaan yang labil. Kemampuan seperti pengendalian diri, semangat dan ketekunan serta mampu untuk memotivasi diri sendiri sangat diperlukan agar perawat dapat bekerja dengan optimal tanpa mudah terpengaruh secara emosional, selain juga dapat memberikan ketenangan dan menguatkan diri pasien dalam menghadapi penyakitnya. Pelayanan keperawatan memerlukan sosok perawat yang memiliki kecerdasan emosi yang tinggi untuk memenuhi kebutuhan pasien. Kecerdasan emosional perawat akan mempengaruhi perawat dalam melaksanakan pekerjaannya termasuk dalam berkinerja pada pemberian pelayanan keperawatan.

Stres kerja dan angka *burnout* perawat yang tinggi merupakan masalah yang memerlukan perhatian, agar tidak menjadi penyebab rendahnya mutu pelayanan keperawatan. Pengelolaan SDM merupakan hal yang penting untuk bisa dilakukan yaitu dengan menekan angka *burnout* perawat (Nursalam, 2013). Dari latar belakang dan fenomena tersebut diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan tingkat kecerdasan emosional dengan stres kerja dan *burnout* perawat di ruang rawat inap laki-laki RSJ. Dr. Radjiman Wediodiningrat Lawang.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Prosedur dalam penelitian ini meliputi dua tahap, yaitu tahap persiapan dan tahap pelaksanaan. Pada tahap persiapan, menentukan ruangan rawat inap sebagai tempat penelitian, serta mempersiapkan sarana dan prasarana yang mendukung penelitian seperti ijin penelitian, *informed consent*, lembar observasi dan kuesioner. Sedangkan tahap pelaksanaan meliputi pengajuan ijin ke Direktur Utama RSJ Dr. Radjiman Wediodiningrat Lawang dan melakukan pengambilan data. Teknik pengambilan

sampel menggunakan *Simple Random Sampling*. Jumlah sampel yang didapatkan sebanyak 56 orang. Data dalam penelitian ini diperoleh dari pembagian dan pengisian kuesioner tentang kecerdasan emosional, stres kerja dan *burnout* yang di alami oleh perawat. Instrumen penelitian data dalam penelitian ini menggunakan angket untuk mengukur Tingkat Kecerdasan Emosional menggunakan kuesioner *Emotional Competence Inventory* (ECI), dan kuesioner untuk mengukur *Stres Kerja adalah Expanded Nursing Stres Scale* (ENSS) versi Bahasa Indonesia oleh Harsono (2017) sedangkan untuk mengukur *Burnout* Perawat digunakan. dari MBI (*Maslach Burnout Syndrome Inventory*). Peneliti membagikan kuesioner kepada responden dan menjelaskan tentang tujuan, manfaat, dampak dari penelitian, proses pengisian kuesioner, serta pengisian lembar *informed consent*. Saat pengisian kuesioner, responden didampingi oleh peneliti. Kecerdasan spiritual dikategorikan menjadi : kurang (<40%), sedang (41 – 75%) dan baik (76 – 100%). Stress kerja dikategorikan menjadi : rendah (<40%), sedang (41 – 75%) dan tinggi (76 – 100%). *Burnout* dikategorikan menjadi : rendah (<40%), sedang (41 – 75%) dan tinggi (76 – 100%). Data kemudian dianalisis menggunakan uji korelasi *Spearman* dengan $\alpha=0,05$. Dikatakan ada hubungan jika $p\text{-value} < \alpha$ (0,05).

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. HASIL

Tabel 1 Distribusi frekuensi berdasarkan karakteristik responden di Instalasi Rawat Inap Laki-laki RSJ Dr.Radjiman Wediodiningrat Lawang Tahun 2020

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
Umur		
<30 tahun	8	14
30-45 tahun	29	52
>45 tahun	19	34
Pendidikan		
D3 Keperawatan	32	57
D4 Keperawatan	1	2
S1 keperawatan	23	41
Masa kerja		
<10 tahun	12	21
10-20 tahun	25	45
>20 tahun	19	34
Jenis Kelamin		
Laki-laki	45	80
Perempuan	11	20
Status pernikahan		
Menikah	51	91
Belum menikah	5	9
Jumlah penghasilan		
1-3 juta	20	36
3-5 tahun	24	43
>5 juta	12	21
Pengalaman Organisasi RS		

Ya	25	45
Tidak	31	55
Pengalaman di Masyarakat		
Ya	26	46
Tidak	30	54
Tugas Tambahan		
Ya	28	50
Tidak	28	50
Jumlah	56	100

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa lebih dari separuh responden berusia 30-45 tahun (52%), berpendidikan D3 Keperawatan (57%), sebagian besar memiliki masa kerja diatas 20 tahun (45%), berjenis kelamin laki-laki (80%), dan sudah menikah (91%). Lebih dari separuh responden memiliki penghasilan sebesar antara 3-5 juta (43%), tidak memiliki pengalaman organisasi di RS (55%), tidak memiliki pengalaman organisasi di masyarakat (54%), dan separuh dari responden tidak memiliki tugas tambahan di RS (50%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Tingkat Kecerdasan Emosional Menurut Responden di Instalasi Rawat Inap Laki-laki RSJ Dr.Radjiman Wediodiningrat Lawang Tahun 2020

Variabel	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
Tingkat Kecerdasan		
Kurang	3	5,36
Sedang	33	58,93
Baik	20	35,71
Jumlah	56	100

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan lebih dari separuh (58,9%) responden memiliki tingkat kecerdasan emosional sedang.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Stres Kerja di Instalasi Rawat Inap Laki-laki RSJ Dr.Radjiman Wediodiningrat Lawang Tahun 2020

Variabel	Frekuensi	Persentase (%)
Stress Kerja		
Rendah	31	55,36
Sedang	23	41,07
Tinggi	2	3,57
Jumlah	56	100

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan lebih dari separuh (55,36%) responden memiliki stres kerja dalam kategori rendah.

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan *Burnout* di Instalasi Rawat Inap Laki-laki RSJ Dr.Radjiman Wediodiningrat Lawang Tahun 2020

Variabel	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
<i>Burnout</i>		
Rendah	34	60,71
Sedang	20	35,71
Tinggi	2	3,57
Jumlah	56	100

Berdasarkan Tabel 4 menunjukkan lebih dari separuh (60,71%) responden memiliki *Burnout* dalam kategori rendah.

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Kecerdasan Emosional dengan Stres Kerja Perawat Di Instalasi Rawat Inap Laki-Laki RSJ Dr.Radjiman Wediodiningrat Lawang Tahun 2020

Kecerdasan emosional	Stress Kerja							
	Sedang		Ringan		Mandiri		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Kurang	0	0	1	1,8	2	3,6	3	5,4
Sedang	14	25	19	33,9	0	0	33	58,9
Baik	17	30,4	3	5,3	0	0	20	35,7
Jumlah	32	55,4	22	41	2	3,6	56	100

$r = -0,517p = 0,000 (p < 0,01)$

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa terdapat 30,4% responden dengan tingkat kecerdasan emosional baik memiliki stres kerja rendah. Dari total responden yang memiliki kecerdasan emosional baik sebanyak 20 responden dan 17 responden diantaranya memiliki stres kerja rendah. Hasil uji korelasi *Spearman* menunjukkan nilai signifikansi $p = 0,000$ lebih kecil dari $p < 0,01$ dan $r = -0,517$ yang berarti bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara Tingkat Kecerdasan Emosional dengan Stres Kerja Perawat dengan kekuatan sedang, dengan hubungan kedua variabel tersebut bernilai negatif, sehingga dapat diartikan bahwa semakin baik tingkat kecerdasan emosional perawat maka semakin rendah juga stres kerja perawat.

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Kecerdasan Emosional dengan *Burnout* Perawat Di Instalasi Rawat Inap Laki-Laki RSJ Dr.Radjiman Wediodiningrat Lawang Tahun 2020

Kecerdasan emosional	<i>Burnout</i>							
	Rendah		Sedang		Tinggi		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Kurang	0	0	1	1,8	2	3,6	3	5,4
Sedang	16	28,6	17	30,3	0	0	33	58,9
Baik	18	32,1	2	3,6	0	0	20	35,7
Jumlah	34	60,7	20	35,7	2	3,6	56	100

$r = -0,523p = 0,000 (p < 0,01)$

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan bahwa terdapat 32,1% responden dengan tingkat kecerdasan emosional baik, memiliki *burnout* rendah. Dari total yang memiliki kecerdasan emosional baik sebanyak 20 responden dan 18 responden diantaranya memiliki *burnout* rendah. Hasil uji korelasi *Spearman* menunjukkan nilai signifikansi $p = 0,000$ lebih kecil dari $p < 0,01$ dan $r = -0,523$ yang berarti bahwa terdapat hubungan yang kuat dan signifikan antara tingkat kecerdasan emosional dengan *burnout* perawat, dengan hubungan kedua variabel tersebut bernilai negatif, sehingga dapat diartikan bahwa semakin baik tingkat kecerdasan emosional perawat maka semakin rendah juga *burnout*nya

B. PEMBAHASAN

1. Tingkat Kecerdasan Emosional

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan sebagian besar (58,93%) responden memiliki tingkat kecerdasan emosional sedang, Hal ini sesuai dengan pendapat dari Goleman (2015) yang mengatakan bahwa petugas medis yang memperhatikan realitas dan emosi pasien akan penyakitnya sangat membantu dalam mempercepat penyembuhan pasien dari penyakitnya. Menurut Goleman (2015) dimensi-dimensi kecerdasan emosional akan mempengaruhi pekerjaan seseorang. Faktor-faktor yang menentukan keberhasilan adalah kecerdasan emosional 80% dan kecerdasan intelektual sebesar 20%. Seseorang yang mampu memahami emosi dirinya dan mampu menafsirkan emosi orang lain, maka kemungkinan pekerjaan orang tersebut lebih efektif. Individu yang mampu mengidentifikasi emosi orang lain dapat lebih sukses dalam pekerjaannya dan kehidupan sosialnya. Dengan demikian, kecerdasan emosional perawat akan mempengaruhi perawat dalam melaksanakan pekerjaannya termasuk dalam berkinerja pada pemberian pelayanan keperawatan.

Menurut status pernikahan, sebagian besar (91%) responden sudah menikah. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Novia (2018) yang menyatakan bahwa responden yang telah menikah unggul disemua aspek kecerdasan emosional dibandingkan dengan responden yang belum menikah. Goleman (dalam Tridhonanto, 2009) menyatakan bahwa seseorang lebih terlatih melakukan kebiasaan dan respon emosional tertentu setelah menikah.

Menurut Goleman (2015) usia mempengaruhi kondisi emosi individu berdasarkan pengalaman yang dimilikinya. Individu dengan usia lebih tua dinilai lebih berpengalaman sehingga memiliki kemampuan yang lebih baik dalam mengatasi masalah. Usia semakin matang membantu terbentuknya kestabilan emosi. Hal ini dapat dilihat dari hasil penelitian bahwa 52% berusia antara 30-45 tahun. Goleman (2015) juga menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara skor kecerdasan emosional dengan pendidikan karena kecerdasan emosional individu bukanlah potensi yang dibawa sejak lahir tetapi dapat dipelajari. Hal ini dapat dilihat dari hasil penelitian bahwa semua perawat sudah menempuh pendidikan tinggi, yaitu 57% responden berpendidikan D3 Keperawatan, 41 responden berpendidikan S1 Keperawatan, serta 2% berpendidikan D4 Keperawatan.

Mengutip data penelitian diatas menunjukkan bahwa lebih dari separuh perawat di Instalasi Rawat Inap laki-laki memiliki tingkat kecerdasan emosional sedang. Menurut pendapat peneliti, hal tersebut sejalan dengan kemampuan keseharian perawat RSJ dalam memberikan asuhan keperawatan kepada pasien yang banyak menggunakan bahasa lisan yaitu komunikasi terapeutik

serta harus mampu mengendalikan emosi saat berinteraksi dengan segala keunikan perilaku pasien gangguan jiwa.

2 Stres Kerja

Berdasar hasil penelitian di tabel 3 menunjukkan sebagian besar (55,36%) responden memiliki stres kerja dalam kategori rendah. Rendahnya tingkat stres kerja perawat di Instalasi Rawat Inap Laki-laki RSJ Dr.Radjiman Wediodiningrat Lawang salah satunya karena beban kerja yang rendah. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian yaitu lebih dari separuh responden tidak memiliki beban kerja di luar beban kerja sehari-hari. Sebagian besar (55%) responden tidak mengikuti kegiatan organisasi di Rumah Sakit, 54% responden juga tidak mengikuti kegiatan organisasi di masyarakat dan 50% responden tidak memiliki tugas tambahan di luar tugas utama sebagai perawat. Menurut penelitian yang dilakukan Yana (2014) mendapatkan stres individu (kepercayaan diri) dan dukungan (dukungan atasan) merupakan stres yang berhubungan dengan tingkat stress kerja, sedangkan usia, masa kerja, jenis kelamin, status pernikahan, pendidikan, dan status kepegawaian tidak berhubungan dengan stress kerja.

Mengutip data penelitian di atas yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden di mengalami stres kerja rendah. Menurut pendapat peneliti, rendahnya stres kerja perawat tersebut dikarenakan adanya *support system* yang bagus di lingkungan kerja. Hal tersebut didukung dengan pengalaman peneliti yang juga merupakan perawat di RSJ yang sudah beberapa kali pindah unit kerja di lingkungan keperawatan, memang dirasakan adanya semangat kekeluargaan yang saling membantu dan mendukung sehingga tercipta ikatan kekeluargaan yang erat sehingga mampu meminimalisir stress dalam rutinitas pekerjaan.

3. *Burnout*

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan sebagian besar (60,71%) responden mengalami *burnout* dalam kategori rendah. Menurut Maslach & Leiter (2001 dalam Priansa 2017) beban kerja mempengaruhi *burnout*. Menurut hasil penelitian sebagian besar responden tidak memiliki beban kerja di luar beban kerja sehari-hari. Sebagian besar (55%) responden tidak mengikuti kegiatan organisasi di Rumah Sakit, 54% responden juga tidak mengikuti kegiatan organisasi di masyarakat dan 50% responden tidak memiliki tugas tambahan di luar tugas utama sebagai perawat, sehingga tingkat *burnout* perawat rendah. Selain beban kerja, kecukupan upah atau penghasilan juga mempengaruhi *burnout*. Menurut penelitian yaitu sebagian besar (43%) responden mempunyai penghasilan 3-5 juta setiap bulan, 36% responden mempunyai penghasilan antara 1-3 juta dan 21% mempunyai penghasilan lebih dari 5 juta setiap bulan.

Mengutip data penelitian di atas yang menunjukkan bahwa lebih dari separuh responden mengalami *burnout* rendah. Menurut pendapat peneliti, hal tersebut dikarenakan selain kekeluargaan yang erat juga dipengaruhi oleh tersalurkan kebutuhan olah raga para pegawai khususnya perawat. Hal tersebut didukung dengan berbagai fasilitas olah raga yang disediakan antara lain kolam renang, lapangan voli, lapangan sepak bola, lapangan tenis, tenis meja, bulu tangkis, *fitness* dll. Sehingga dengan begitu mampu mengurangi kejenuhan dalam menjalani aktifitas sehari-hari dalam memberikan asuhan keperawatan kepada pasien gangguan jiwa.

4. Hubungan Tingkat Kecerdasan Emosional dengan Stres Kerja

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa dari 56 orang, 30,4% responden yang memiliki Kecerdasan Emosional dalam kategori Baik mengalami Stres Kerja dalam kategori Rendah. Berdasarkan dari hasil uji korelasi *Spearman* didapatkan nilai $r = -0,517$ $p = 0,000$ ($p < 0,01$), maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan signifikan antara Tingkat Kecerdasan Emosional dengan Stres Kerja di Instalasi Rawat Inap Laki-laki RSJ Dr. Radjiman Wediodiningrat Lawang dengan kekuatan sedang dan arah hubungan yang negatif artinya semakin tinggi tingkat kecerdasan emosional seseorang maka semakin rendah tingkat stres kerjanya, dimana kekuatan hubungan adalah sedang. Jadi hipotesis yang diajukan diterima.

Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hajjar (2013) tentang hubungan Kecerdasan Emosi Dengan Stres Kerja Pada Karyawan Perum Perhutani Salatiga, bahwa dari analisis statistika diperoleh nilai signifikan (*p value*) sebesar 0,000 sehingga lebih kecil dari nilai (α) = 0,05. Hal ini menunjukkan H_0 ditolak sehingga disimpulkan ada hubungan antara Kecerdasan Emosi dengan Stres kerja. Hajjar (2013), menjelaskan bahwa para karyawan memiliki kecerdasan emosional yang baik akan mampu menangani stress kerja. Kecerdasan emosional ditingkatkan untuk mengambil keputusan dengan emosi diri sendiri, memotivasi diri sendiri, mendukung dan memahami emosi orang lain, dan membina hubungan dengan orang lain. Penelitian ini membuktikan bahwa kecerdasan emosional telah memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan stres kerja. Hajjar (2013), menyatakan kecerdasan emosional yang semakin tinggi sehingga stres kerja semakin menurun. Tingkat kecerdasan emosional yang semakin rendah, maka tingkat stres kerja akan semakin meningkat.

Menurut peneliti, perawat yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi akan mampu mengendalikan perasaan sendiri dalam mengekspresikan emosi sehingga memiliki coping individu yang efektif tercermin dalam kemampuannya bernalar dalam mengendalikan stres kerja yang yang dihadapi menjadi rutinitas yang menyenangkan

5. Hubungan Kecerdasan Emosional dengan *Burnout*

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan bahwa dari 56 orang, 32,1% responden yang memiliki Kecerdasan Emosional dalam kategori Baik mengalami *Burnout* dalam kategori Rendah. Berdasarkan dari hasil uji korelasi *Spearman* didapatkan nilai $r=-0,523$ $p= 0,000$ ($p<0,01$), maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan bernilai negatif dengan kekuatan sedang antara Tingkat Kecerdasan Emosional dengan *Burnout* di Instalasi Rawat Inap Laki-laki RSJ Dr.Radjiman Wediodiningrat Lawang.

Rendahnya stress terhadap perawat menurunkan resiko gejala *burnout* kerja. Fraser (dalam Malikeh&Ali, 2013) menyatakan bahwa *burnout* kerja yang tinggi dapat terjadi dalam komponen-komponen fisik pekerjaan atau lingkungan sosial pekerjaan. Namun hal ini tidak akan terjadi jika seorang perawat memiliki tingkat kecerdasan emosional yang tinggi. Seseorang yang memiliki kecerdasan emosional yang baik akan mengerti kapan dan dimana emosi akan dikeluarkan sebagai bentuk pelepasan dari *burnout* yang dihadapinya. Menjadi perawat dengan aktifitas sehari-hari yang selalu berhadapan dengan pasien dan keluarga serta memberikan asuhan keperawatan tidaklah mudah. Ketika seorang perawat mengalami *burnout*, biasanya perawat akan mengalami kelelahan fisik, emosi depersonalisasi dan penghargaan diri yang rendah yang diakibatkan dari rendahnya tingkat kecerdasan emosional yang dimiliki. Kecerdasan emosional membantu perawat untuk memahami emosi dan dapat menempatkan emosinya dengan baik. Perawat yang memiliki kecerdasan emosional yang baik maka akan mampu memajemen emosi dengan baik saat memberikan asuhan keperawatan, dapat membagi waktu kerja dan istirahat, dapat beradaptasi dengan lingkungan kerja sehingga perawat tidak merasa terbebani atau tertekan ketika menjalankan tugasnya. Sehingga resiko *burnout* bisa di minimalkan. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Amalia (2016) tentang hubungan Kecerdasan Emosi Dengan *Burnout* Perawat, bahwa ada hubungan antara Kecerdasan Emosi dengan *Burnout*.

Menurut peneliti, perawat yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi akan mampu mengelola emosinya dengan baik dalam menghadapi dinamika pemberian asuhan keperawatan terhadap pasien maka dari itu stres kerja dapat diminimalkan sehingga tidak terjadi *burnout*, hal tersebut bisa disebabkan salah satunya karena pihak RSJ memberikan fasilitas olahraga yang diperbolehkan untuk digunakan oleh pegawai secara gratis.

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Kecerdasan Emosional Perawat di Instalasi Rawat Inap Laki-Laki RSJ Dr.Radjiman Wediodiningrat Lawang lebih dari separuh dalam kategori baik, stress Kerja Perawat lebih dari separuh dalam kategori Rendah, dan *burnout* Perawat lebih dari separuh dalam kategori Rendah. Ada hubungan yang bermakna antara ada tingkat kecerdasan emosional dengan stres kerja dan *burnout* perawat di ruang rawat inap laki-laki RSJ. Dr. Radjiman

Wediodiningrat Lawang, dimana didapatkan bahwa semakin tinggi tingkat kecerdasan emosional seorang perawat maka akan mampu mengelola emosinya dalam menyikapi stres kerja ketika memberikan asuhan keperawatan terhadap pasien sehingga mereka mampu melepaskan diri dari *burnout* yang mereka hadapi. Jadi hipotesis yang diajukan diterima.

Peneliti menyarankan sebaiknya manajemen Rumah Sakit mempertahankan dan menambah porsi pelatihan kecerdasan emosional dan memperbanyak kegiatan yang bersifat *refreshing* contohnya kegiatan *character building* yang diadakan secara rutin sehingga mampu mereduksi stres kerja dan *burnout* pegawai. Peneliti juga berpendapat agar perawat mampu mempertahankan dan terus meningkatkan kecerdasan emosional seperti dengan mengikuti pelatihan-pelatihan kecerdasan emosional baik yang diadakan Rumah Sakit atau instansi di luar Rumah Sakit. Hasil penelitian ini juga dapat dijadikan referensi bagi penelitian selanjutnya yang tertarik untuk menganalisis hubungan tentang tingkat kecerdasan emosional perawat dengan stres kerja dan burnout dengan memperhatikan beberapa variabel lain seperti kondisi fisik dan kesehatan, tingkat intelegensi, lingkungan sosial dan keluarga dll.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, Ichsanul. (2016). Hubungan Kecerdasan Emosional dengan *Burnout* Perawat. Skripsi. Fakultas psikologi Univ. Muhammadiyah Malang.
- Andriani, Novia Puspitaningrum (2018) Pengaruh *Job Burnout* Dan Kepuasan Kerja Terhadap Kinerja Perawat Asri Medical Center Yogyakarta: Komitmen Organisasional Sebagai Variabel *Intervening*. *Other thesis*, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Yogyakarta.
- Burke, J.R, Koyuncu, M & Lisa. F. (2010). *Burnout, work satisfaction, and psychological well-being among nurses in Turkish hospital. Europe's Journal of Psychology*, 1, 63-81.
- Eliyana. (2016). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan *Burnout* Perawat Pelaksana di Ruang Rawat Inap RSJ Provinsi Kalimantan Barat Tahun 2015. *Jurnal Administrasi Rumah Sakit*. 2016; 2(3): 172-82
- Febrianto, R., dan Dewie, T.W. 2014. "Pengaruh Komitmen Organisasi Dan Stres Kerja Terhadap Kinerja". *Jurnal Ilmu Manajemen*. Vol. 2 No, pp. 941-951.
- Febriani, Sri. 2017. Gambaran Stres Kerja Perawat di Ruang Rawat Inap Bagian Perawatan Jiwa Rumah Sakit Khusus Daerah Provinsi Sulawesi Selatan. Skripsi. Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar
- Goleman, Daniel (2015). *Emotional Intelligence* : Kecerdasan emosional mengapa EI lebih penting daripada IQ, Jakarta: PT. Gramedia Pustaka. Utama.
- Hajjar, Dwi (2013). Hubungan antara kecerdasan emosional dengan stres kerja pada karyawan Perum Perhutani Salatiga. Skripsi. Fakultas Psikologi Univ. Muhammadiyah Surakarta.
- Ramdan I, Fadly O.(2016). Analisis Faktor yang Berhubungan dengan *Burnout* pada Perawat Kesehatan Jiwa. *Jurnal Keperawatan Padjajaran*. 2016; 4(2): 170-8

- TriwijayantiR. (2016). Hubungan *Locus of control* Dengan *Burnout* Perawat Di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang. Thesis Program Magister Keperawatan tidak dipublikasikan. Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.
- Yana D. Stres kerja pada perawat instalasi gawat darurat RSUD Pasar Rebo tahun 2014. Jurnal Administrasi Kebijakan Kesehatan. 2015;1(2):107-15