

BURNOUT SYNDROM MAHASISWA PROFESI NERS BERDASARKAN ANALISIS FAKTOR STRESSOR, RELATIONAL MEANING DAN COPING STRATEGY

(Burnout Syndrome in Nursing Students Based on Effect of Stressor, Relational Meaning and Coping Strategy)

Hilda Mazarina Devi*, Nursalam*, Laily Hidayati*

*Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga Kampus C Mulyorejo Surabaya 60115

Email: hilmazarina@yahoo.com

ABSTRAK

Pendahuluan: Pada level program pendidikan profesi mahasiswa akan menghadapi berbagai stressor. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan *stressor* personal; *stressor* lingkungan; *relational meaning* dan *coping strategy* terhadap *burnout syndrom* pada mahasiswa keperawatan yang sedang menjalani pendidikan profesi. **Metode:** Desain penelitian ini adalah studi korelasi dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi adalah mahasiswa reguler program profesi Ners Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga. Besar sampel ditentukan dengan *simple random sampling* dan 61 orang termasuk dalam kriteria inklusi. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dan dianalisis menggunakan uji regresi linier berganda dengan signifikansi $p < 0,05$. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa total *burnout syndrom* berhubungan signifikan terhadap *relational meaning* ($p = 0,005, \beta = 0,460$). Kelelahan emosional berhubungan signifikan terhadap *relational meaning* ($p = 0,001, \beta = 0,532$) dan *emotion focused coping* ($p = 0,035, \beta = 0,298$). *Relational meaning* juga memiliki hubungan signifikan terhadap depersonalisasi ($p = 0,002, \beta = 0,050$). Kemudian penurunan pencapaian prestasi diri berhubungan signifikan terhadap *stressor* personal antara lain jumlah individu tinggal dalam sekamar ($p = 0,016, \beta = 0,344$), total waktu belajar setiap hari ($p = 0,036, \beta = 0,366$) dan *stressor* lingkungan yakni beban kerja ($p = 0,039, \beta = -0,349$). **Diskusi:** Mahasiswa disarankan untuk menyiapkan diri menghadapi pendidikan profesi dan Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga disarankan untuk mengupayakan penguatan fungsi pembimbing akademik dalam hal *role model* secara *preceptorship* demi menghindari risiko terjadinya *burnout syndrom* ketika mahasiswa keperawatan menjalani pendidikan profesi.

Kata Kunci: stressor, relational meaning, coping strategy, burnout syndrom, mahasiswa keperawatan

ABSTRACT

Introduction: Professional education program is a program in which nursing students are transformed to become professional nurses. At this level, nursing students will encounter various stressors. The purpose of this study was to analyze the relationship between stressors, relational meaning and coping strategy on burnout syndrome in nursing students who are undergoing professional education. **Method:** This was a correlational study using cross-sectional approach. Population comprised regular student of nursing profession program at the Faculty of Nursing, Airlangga University. Sample size was determined by simple random sampling and 61 persons were included in the inclusion criteria. Data then analyzed using multiple linear regression test with significance level of $\alpha < 0.05$. **Results:** This study found that total burnout syndrome was significantly related to relational meaning ($p = 0.005, \beta = 0.460$). Emotional exhaustion was significantly related to relational meaning ($p = 0.001, \beta = 0.532$) and emotion focused coping ($p = 0.035, \beta = 0.298$). Relational meaning was also significantly related to depersonalization ($p = 0.002, \beta = 0.050$). Subsequently, the decline in self-achievement was significantly related to personal stressors, i.e the number of room mates ($p = 0.016, \beta = 0.344$), total learning time/day ($p = 0.036, \beta = 0.366$) and environmental stressors (workload) ($p = 0.039, \beta = -0.349$). **Discussion:** It is suggested for students to prepare for professional education, and the Faculty of Nursing, Airlangga University, should strengthen the function of academic counselors in terms of preceptorship role model in order to avoid the risk of burnout syndrome when the nursing students undergoing professional education.

Keywords: stressor, relational meaning, coping strategy, burnout syndrome, nursing students

PENDAHULUAN

Program studi S-1 Keperawatan adalah suatu pendidikan yang bertujuan untuk menghasilkan perawat yang profesional melalui dua tahapan pendidikan yakni tahapan pendidikan akademik dan profesi. Ketika menjalani program profesi mahasiswa

keperawatan akan diberikan kesempatan untuk beradaptasi pada peran sebagai perawat profesional (Nursalam, 2011). Sehingga mahasiswa akan terpapar *stressor* yang sama dengan perawat yang bekerja di klinik. Dalam proses pembelajaran inilah mahasiswa tidak jarang mengalami stres (Irawati,

2012). Stres yang berkelanjutan dan kronis akan menimbulkan dampak negatif yang dapat menyebabkan perubahan motivasi dan memunculkan terjadinya *burnout syndrome* (Greenberg dalam Watson, 2008).

Pembelajaran klinik menjadi kegiatan yang sulit bagi mahasiswa terutama dengan tekanan berbagai macam *stressor* personal yakni usia, jenis kelamin, IPK akademik, total waktu belajar per hari dan total waktu klinik per pekannya (Baker, 2012). Tuntutan membina hubungan baik dengan pasien, perawat dan pembimbing klinik serta teman sejawat juga menjadi *stressor* sosial bagi mahasiswa profesi, hal ini kemudian masih ditambah dengan adanya tekanan *stressor* beban kerja tugas, ujian, kompetensi (Nelwati, 2013), serta adanya kesenjangan harapan antara teori yang didapatkan dalam pendidikan akademik dengan kenyataan dalam dunia klinik. Terlebih apabila *stressor* tersebut tidak diikuti dengan adanya proses penerimaan, pembentukan persepsi dan pemilihan *coping strategy* yang baik dapat memicu timbulnya kelelahan kerja yang dikenal dengan *burnout syndrome* (Mangkunegara, 2002). Tiga dimensi *burnout syndrome* menurut Maslach (2003) antara lain adalah kelelahan emosional, depersonalisasi, serta dimensi penurunan pencapaian prestasi diri. Hal ini sejalan dengan konsep *transactional theory* (Lazarus & Folkman, 1984).

Dari hasil studi pendahuluan pada 15 orang mahasiswa reguler Program Profesi Ners Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga pada tanggal 2–9 Maret 2013 dapat diketahui bahwa pada dimensi kelelahan emosional 73,3% mahasiswa mengalami kelelahan emosional di tingkat menengah dan berat. Pada dimensi depersonalisasi sebanyak 86,7% mahasiswa mengalami depersonalisasi tingkat rendah dan sekitar 13,3% di tingkat menengah. Kemudian pada dimensi penurunan prestasi diri sebanyak 66,7% mengalami pada tingkat menengah hingga berat.

Beberapa upaya Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga yang telah diupayakan antara lain adanya program PBP (Program Belajar Praktik) yang telah dimulai sejak pendidikan akademik pada semester ketiga

hingga keenam serta adanya pendidikan pre-klinik sebelum mahasiswa terjun dalam klinik.

Terdapat beberapa kategori sumber stres (*stressor*) yang berkontribusi dalam terjadinya stres pada mahasiswa keperawatan, antara lain *stressor* personal dan *stressor* lingkungan (Lazarus & Folkman, 1984). Terdapat tiga bentuk *Relational meaning* terhadap pemaknaan stres dalam diri individu yakni persepsi bahaya (*harm*), ancaman (*threat*) dan tantangan (*challenge*) (Lazarus & Folkman, 1984). Terdapat dua jenis koping yang digunakan oleh seorang individu dalam menghadapi stres antara *Problem Focused Coping* dan *Emotion Focused Coping* (Lazarus & Folkman, 1984). Sehingga, berdasarkan fenomena dan masalah di atas perlu dilakukan analisa hubungan antara sumber stres (*stressor*), *Relational meaning* dan *coping strategy* terhadap *burnout syndrome* pada mahasiswa reguler Program Profesi Ners Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga.

BAHAN DAN METODE

Desain pada penelitian *correlational* dengan pendekatan *cross sectional*, dengan populasi dalam penelitian adalah semua mahasiswa reguler program profesi Ners Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga periode genap tahun akademik 2012/2013 (89 mahasiswa). Pengambilan *sample* sebanyak 61 responden dengan menggunakan *simple random sampling* berdasarkan beberapa kriteria inklusi. Penelitian dilaksanakan pada 22–26 April 2013.

Variabel independen penelitian antara lain *stressor* personal yakni data demografi (usia, jenis kelamin, IPK akademik, situasi tempat tinggal, total waktu belajar/hari dan total waktu profesi/minggu); *stressor* lingkungan (beban kerja dan hubungan interpersonal); *relational meaning* dan *coping strategy*.

Variabel dependen penelitian antara lain *burnout syndrom* yang terdiri atas tiga dimensi yakni kelelahan emosional, depersonalisasi dan penurunan pencapaian prestasi diri. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner

data demografi. Kuesioner *stressor* lingkungan (beban kerja dan hubungan interpersonal) yang dikembangkan dari uraian pengelolaan Profesi Program Ners yang berpatokan pada Pedoman Pendidikan Profesi Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga 2012/2013. Kuesioner ASNS (*Assessment of tress in Nursing Students*) yang dikembangkan oleh Costa & Polak (2009) digunakan oleh peneliti sebagai kuesioner *Relational meaning*. Dimensi yakni kelelahan emosional, depersonalisasi dan penurunan pencapaian prestasi diri. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner data demografi.

Kuesioner *stressor* lingkungan (beban kerja dan hubungan interpersonal) yang dikembangkan dari uraian pengelolaan profesi program Ners yang berpatokan pada pedoman pendidikan profesi Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga 2012/2013. Kuesioner ASNS (*Assessment of Stress in Nursing*).

Coping strategy diukur dengan modifikasi kuesioner *Ways of Coping strategy* (Lazarus & Folkman, 1988). Kemudian *burnout syndrom* dalam penelitian ini menggunakan kuesioner MBI berdasarkan

teori Maslach (2003). Data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan uji Regresi Linier Berganda dengan derajat kemaknaan adalah $p < 0,05$.

HASIL

Distribusi data demografi responden pada penelitian ini didapatkan karakteristik responden menunjukkan bahwa dari 61 orang responden, mayoritas berjenis kelamin perempuan sebanyak 51 responden (83,6%) dan 10 responden (16,4%) berjenis kelamin laki-laki. Mayoritas (86,9%) usia responden 22-23 tahun. Sebaran gerbong atau stase pendidikan profesi yang sedang dilalui oleh responden adalah sebanyak 15 orang (24,6%) berada di stase keperawatan kritis, 13 orang (21,3%) sedang berada di stase keperawatan maternitas, 14 orang (23%) sedang berada di stase keperawatan jiwa dan sisanya sebanyak 19 orang (31,1%) berada di stase keperawatan anak.

IPK akademik responden paling banyak adalah berada pada rentang 2,76–3,50 (sangat memuaskan) sebanyak 39 orang (63,9%). Sebanyak 46 orang (75,4%) tinggal berpisah

Tabel 1. Karakteristik responden penelitian *burnout syndrom* mahasiswa profesi ners berdasarkan analisis faktor *stressor*, *relational meaning* dan *coping strategy* pada mahasiswa reguler program profesi ners fakultas keperawatan unair Surabaya per Desember - April 2013 (n = 61)

No	<i>Stressor Personal</i>	Parameter	Σ	%
1	Usia	22	21	34,4 %
		23	32	52,5 %
2	Jenis Kelamin	Laki laki	10	16,4 %
		Perempuan	51	83,6 %
3	IPK Akademik	2,76–3,50 (sangat memuaskan)	39	63,9%
		3,50–4,0 (dengan pujian cumlaude)	14	23,0%
4	Situasi Tempat Tinggal	Bersama orang tua	15	15,6%
		Berpisah dengan orang tua	46	75,4%
5	Jumlah Individu Sekamar	≤ 2	35	57,4%
		> 2	26	42,6%
6	Total Waktu Belajar/hari	Tidak belajar – 1,33 jam/hari	35	57,4%
		1,34–2,66 jam/hari	19	31,1%
7	Total Waktu Profesi/ minggu	2,67–4 jam/hari	7	11,5%
		45–50 jam/minggu	31	50,8%
		51–56 jam/minggu	10	16,4%
		57–62 jam/minggu	8	13,1%
		> 63 jam/minggu	12	19,7%

dengan orang tua selama masa pendidikan profesi. Mayoritas responden sebanyak 35 orang (57,4%) tinggal bersama ≤ 2 individu dalam sekamar. Sebanyak 35 orang (67,2%) menyatakan tidak memiliki waktu belajar dan atau menyediakan rentang hingga 1,33 jam waktu untuk belajar tiap harinya. Total waktu

Tabel 2. Beban kerja mahasiswa reguler program profesi ners fkp unair Surabaya 22–26 April 2013 (n = 61)

No	Beban Kerja	Kategori		
		R	S	T
		Σ	Σ	Σ
1	Ujian	11 (18%)	45 (73,8%)	5 (8,2%)
2	Tugas	23 (37,7%)	36 (59%)	2 (3,3%)
3	Kompetensi Klinik	6 (9,8%)	50 (82%)	5 (8,2%)
4	Kesenjangan Harapan	26 (42,6%)	32 (52,5%)	3 (4,9%)
	Rerata	16 (26,2%)	41 (66,8%)	4 (6,14%)

Ket: R = ringan; S = sedang; T = tinggi

Tabel 3. Hubungan interpersonal mahasiswa reguler program profesi ners fakultas keperawatan UNAIR Surabaya per Maret–April 2013 (n = 61)

No	Hubungan Interpersonal	Kategori		
		R	S	T
		Σ	Σ	Σ
1	Pasien	0 (0%)	53 (86,9%)	8 (13,1%)
2	Pembimbing Klinik: Perawat Ruang dan Pembimbing Akademik	0 (0%)	46 (75,4%)	15 (24,6%)
3	Teman satu kelompok	0 (0%)	53 (86,9%)	8 (13,1%)
	Rerata	0 (0%)	51 (83,6%)	10,3 (16,8%)

Ket: R = ringan; S = sedang; T = tinggi

profesi yang dihabiskan mahasiswa dalam seminggu untuk melaksanakan semua kegiatan yang berhubungan dengan pendidikan profesi mayoritas adalah sebanyak 45–50 jam/minggu yakni sebanyak 31 orang (50,8%).

Tugas (laporan pendahuluan, laporan kasus, seminar, PKRS dan asuhan keperawatan) menjadi beban yang tinggi bagi 5 orang mahasiswa keperawatan (8,1%). Ujian dan kompetensi klinik adalah beban kerja tingkat sedang yang dipilih oleh rata-rata sebanyak 41 orang (66,8%). Dan beban kerja yang dianggap oleh mahasiswa keperawatan menjadi beban kerja rendah adalah kesenjangan harapan antara teori dan praktik yakni oleh sebanyak 26 orang (42,6%). Rata-rata terdapat 4 orang responden (6,14%) yang menyatakan bahwa keseluruhan parameter beban kerja selama pendidikan profesi sebagai beban kerja dengan tingkat tinggi.

Tidak ada responden yang menyatakan memiliki kemampuan hubungan interpersonal yang rendah terhadap pasien, pembimbing klinik: perawat dan pembimbing akademik serta teman dalam satu kelompok. Rata-rata sebanyak 51 orang (83,6%) memiliki kemampuan tingkat sedang dan terdapat rata-rata 10 orang (16,8%) responden yang memiliki kemampuan tinggi.

PEMBAHASAN

Usia pada mahasiswa keperawatan memiliki hubungan yang tidak signifikan terhadap *burnout syndrom* secara keseluruhan maupun terhadap tiap dimensi dalam *burnout syndrom*: kelelahan emosional, depersonalisasi dan penurunan pencapaian prestasi diri. Berdasarkan teori perkembangan Hurlock (1980) maka responden penelitian tergolong dalam rentang usia dewasa muda (*early adulthood*). Seseorang yang berada dalam rentang awal usia dewasa muda (usia 20–40 tahun) memiliki perkembangan fisik dan kondisi tubuh yang prima, berada di puncak kesehatan dan kekuatan, energi dan daya tahan. Tidak terdapatnya hubungan signifikan antara usia terhadap ketiga dimensi *burnout syndrom* dapat disebabkan karena mayoritas responden penelitian berada dalam rentang

usia yang sama. Proses adaptasi terhadap stres akan berkembang sesuai dengan tingkat kematangan emosional (Hurlock, 1980) dan tingkat kematangan emosional amat ditentukan oleh usia, sehingga secara alamiah semakin bertambahnya usia mahasiswa keperawatan maka akan semakin baik kematangan emosional dan mampu mengembangkan adaptasi terhadap kondisi *burnout syndrom*.

Jenis kelamin pada mahasiswa keperawatan tidak memiliki hubungan yang signifikan terhadap *burnout syndrom* secara umum maupun terhadap tiap dimensi dalam *burnout syndrom*: kelelahan emosional, depersonalisasi dan penurunan pencapaian prestasi diri. Mayoritas responden penelitian adalah berjenis kelamin wanita sebanyak 51 orang (83,6%). Wardhani (2006) menyatakan frustrasi perempuan lebih tinggi dibanding frustrasi laki-laki. Tidak terdapatnya hubungan secara signifikan antara jenis kelamin dengan *burnout syndrom* secara umum maupun terhadap pada setiap dimensi dapat disebabkan karena dominasi jumlah mahasiswa perempuan dibandingkan dengan jumlah mahasiswa laki-laki. Mahasiswa dengan jenis kelamin perempuan yang mendominasi tugas perawat diharapkan memiliki pertahanan diri yang lebih baik dalam menghadapi *burnout syndrom*.

Situasi tempat tinggal tidak memiliki hubungan yang signifikan terhadap *burnout syndrom* secara umum maupun terhadap tiap dimensi dalam *burnout syndrom* (kelelahan emosional, depersonalisasi dan penurunan pencapaian prestasi diri). Tidak terdapatnya hubungan signifikan antara situasi tempat tinggal terhadap *burnout syndrom* dapat terjadi akibat seluruh responden adalah mahasiswa yang telah menjalani 4 tahun pendidikan akademik tinggal berpisah dengan orang tua sehingga telah mampu beradaptasi dan membangun kemampuan sosial dengan baik terhadap kondisi tersebut ketika menjalani setahun pendidikan profesi setelah masa pendidikan akademik.

Jumlah individu sekamar memiliki hubungan signifikan terhadap kejadian *burnout syndrom*: penurunan pencapaian prestasi diri, namun tidak memiliki hubungan signifikan

terhadap *burnout syndrom* secara umum maupun terhadap *burnout syndrom* dimensi kelelahan emosional dan depersonalisasi. Lingkungan yang terlalu dipenuhi oleh banyak individu ataupun terlalu sedikit dapat mempengaruhi pencapaian seorang mahasiswa dalam berprestasi. Hubungan positif yang terjadi menunjukkan bahwa semakin sedikit jumlah individu sekamar maka akan semakin terjadi peningkatan terhadap pencapaian prestasi diri seorang mahasiswa. Terdapat hubungan signifikan antara jumlah individu sekamar dengan dimensi penurunan pencapaian prestasi diri menunjukkan bahwa mahasiswa keperawatan akan memiliki kemampuan menciptakan lingkungan tempat tinggal yang kondusif dengan jumlah individu ≤ 2 orang dalam sekamar untuk menurunkan risiko terjadinya penurunan pencapaian prestasi diri.

Total waktu belajar/hari pada mahasiswa keperawatan memiliki hubungan yang signifikan terhadap *burnout syndrom* dimensi penurunan pencapaian prestasi diri, namun tidak memiliki hubungan signifikan terhadap *burnout syndrom* secara umum dan terhadap *burnout syndrom* dimensi kelelahan emosional dan penurunan pencapaian prestasi diri. Sebanyak 35 orang mahasiswa keperawatan (57,3%) tidak memiliki waktu belajar dan hanya meluangkan 1,33 jam waktu per hari untuk melaksanakan pembelajaran.

Perilaku belajar seorang mahasiswa memberikan pengaruh positif dan signifikan terhadap kondisi stress yang dialami selama masa pendidikan (Berli, 2012). Hasil analisis data menyebutkan bahwa hubungan yang terjadi adalah hubungan positif yakni semakin meningkat waktu belajar maka akan terjadi peningkatan pula terhadap pencapaian prestasi seorang mahasiswa. Terdapat hubungan signifikan antara total waktu belajar/hari terhadap penurunan pencapaian prestasi diri menunjukkan bahwa semakin banyak seorang mahasiswa melakukan perilaku belajar dengan baik maka akan menghindarkan dirinya daripada *burnout syndrom*: penurunan pencapaian prestasi diri sehingga perlu adanya motivasi dan dukungan agar mahasiswa meluangkan waktu belajar.

Total waktu profesi/minggu pada mahasiswa keperawatan tidak memiliki hubungan yang signifikan terhadap *burnout syndrom* secara umum maupun terhadap tiap dimensi *burnout syndrom* (kelelahan emosional, depersonalisasi dan penurunan pencapaian prestasi diri). Mayoritas mahasiswa reguler program profesi Ners Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga menyatakan bahwa menjalani kegiatan profesi selama 45–50 jam per minggu. Jadwal dan peraturan pendidikan profesi mahasiswa reguler di Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga terhadap waktu untuk kegiatan di lingkungan klinik telah terjadwal sebanyak 9 jam dalam tiap kali shift tiap harinya, sehingga apabila diakumulasi dalam 5 hari aktif maka normal jam praktik yang harus dilalui oleh seorang mahasiswa keperawatan adalah sebanyak 45 jam tiap minggu.

Berdasarkan buku Kompetensi Keperawatan Medikal Bedah dan Kritis FKp Universitas Airlangga terdapat sedikitnya 14 kompetensi keperawatan dan masing-masing terdapat 4 sub kompetensi klinik yang harus dilaksanakan saat melalui gerbong kritis selama 4 minggu hal ini yang menyebabkan besarnya angka mahasiswa yang mengalami kelelahan emosional tingkat berat pada gerbong tersebut. Selain itu terdapat 30 orang (49,2%) yang mengalami kelebihan waktu dalam menjalani pendidikan profesi terutama dalam menjalani praktik klinik diperkuat hingga 63 jam per minggu bahkan lebih. Padahal berlebihannya waktu untuk kegiatan profesi dapat menimbulkan kejenuhan dan menjadi *stressor* yang amat berpengaruh sehingga secara klinis akan menimbulkan risiko munculnya *burnout syndrom* (Baker, 2012).

Tidak ada hubungan antara total waktu klinik/minggu terhadap setiap dimensi *burnout syndrom* pada mahasiswa keperawatan dapat disebabkan karena adanya faktor lain yang berperan seperti kepribadian dan penghargaan (Irawati, 2012) dan peneliti tidak melaksanakan penelitian pada kedua hal tersebut.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara klinis mahasiswa keperawatan akan berisiko mengalami *burnout syndrom* apabila

melalui gerbong kritis dan mengalami kondisi berlebihan dalam waktu profesi/minggu sehingga mahasiswa harus lebih menggunakan manajemen waktu dengan lebih baik.

Beban kerja pada mahasiswa keperawatan memiliki hubungan yang signifikan terhadap terjadinya *burnout syndrom* dimensi penurunan pencapaian prestasi diri, namun tidak memiliki hubungan signifikan terhadap *burnout syndrom* secara umum maupun terhadap dimensi kelelahan emosional dan depersonalisasi. Rata-rata 4 orang (6,1%) responden merasakan ujian, tugas dan asuhan keperawatan, kompetensi klinik, serta kesenjangan harapan antara teori dan praktik adalah beban kerja dengan level tinggi dan sebanyak rata-rata 41 orang (66,8%) menganggap sebagai beban kerja pada level sedang

Beban kerja yang berlebihan menjadi salah satu faktor penyebab *burnout syndrom* sesuai dengan penelitian Irawati (2012). Sebagai seorang mahasiswa sebaiknya mempersiapkan diri dalam menghadapi beban kerja yang dianggap berlebihan dengan melaksanakan manajemen waktu dengan baik, sehingga risiko terjadinya penurunan pencapaian prestasi diri dapat cegah dan mahasiswa dapat menciptakan bentuk adaptasi yang lebih baik dalam menghadapi beban kerja ketika menjalani pendidikan profesi.

Hubungan interpersonal pada mahasiswa keperawatan tidak memiliki hubungan secara signifikan terhadap *burnout syndrom* secara umum maupun terhadap setiap dimensi dalam *burnout syndrom* (kelelahan emosional, depersonalisasi dan penurunan pencapaian prestasi diri). Terdapat rata-rata 51 orang responden (83,6%) yang menyatakan memiliki kemampuan sedang dalam membangun hubungan interpersonal terhadap klien, pembimbing klinik (perawat dan pembimbing akademik) serta terhadap teman dalam satu kelompok. Sebanyak rata-rata 10 orang (16,8%) responden memiliki kemampuan tinggi dan tidak terdapat responden (0%) yang menyatakan memiliki kemampuan rendah.

Kemampuan yang baik dalam membina hubungan interpersonal dapat menjadi salah

satu intervensi yang efektif dan sebagai koping yang efektif dari *burnout* (Huey, 2007).

Relational meaning pada mahasiswa keperawatan memiliki hubungan yang signifikan terhadap *burnout syndrom* secara umum, serta memiliki hubungan yang signifikan terhadap *burnout syndrom* dimensi kelelahan emosional dan depersonalisasi. Sedangkan terhadap *burnout syndrom* dimensi penurunan pencapaian prestasi diri, *relational meaning* tidak memiliki hubungan signifikan. Mayoritas mahasiswa reguler mengalami pemaknaan stres yang baik terhadap setiap kondisi dalam dunia pendidikan keperawatan. Terlebih pada domain pendidikan profesi sebanyak 45 orang menyatakan bahwa pendidikan profesi adalah tantangan bagi mereka.

Relational meaning diartikan sebagai suatu pemaknaan terhadap stres, terdiri atas tiga komponen persepsi antara lain *harm* (bahaya), *threat* (ancaman) dan *challenge* (tantangan) (Schwarzer, 2008). Pemaknaan terhadap stres yang negatif akan dapat menimbulkan respons dan koping yang negatif (Lazarus dalam Taylor, 1991).

Seorang mahasiswa keperawatan diharapkan memiliki pemaknaan positif terhadap setiap tekanan dan stres yang dialami ketika menjalani pendidikan profesi, sehingga akan tercipta *coping strategy* yang tepat dan mengurangi risiko *burnout syndrom* ketika mahasiswa menjalani pendidikan profesi.

Coping strategy pada mahasiswa keperawatan memiliki hubungan yang signifikan terhadap *burnout syndrom* dimensi kelelahan emosional terutama pada penggunaan *emotion focused coping* (EFC), namun tidak memiliki hubungan yang signifikan terhadap *burnout syndrom* secara umum, serta *burnout syndrom* pada dimensi depersonalisasi dan penurunan pencapaian prestasi diri. Sebanyak 35 orang responden menggunakan EFC sebagai *coping strategy*.

Pemilihan *coping strategy* pada seorang perawat tidak dipengaruhi oleh gender namun lebih kepada persepsi terhadap kemampuan dalam menyelesaikan masalah (Lestarianita, 2007). PFC menyebabkan seorang individu akan berfokus untuk menyelesaikan masalah,

sedangkan EFC menyebabkan seorang individu mengendalikan emosinya terlebih dahulu sebelum melaksanakan penyelesaian terhadap *stressor* yang datang.

Hasil penelitian menunjukkan memiliki koping yang terpusat kepada emosi akan dapat menyebabkan seorang mahasiswa akan mudah mengalami *burnout syndrom* terutama pada kelelahan emosional, sehingga mahasiswa harus melakukan pemilihan *coping strategy* secara bijaksana.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada Mahasiswa Reguler Program Profesi Ners Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga, maka dapat diambil kesimpulan bahwa *burnout syndrom* secara total memiliki hubungan signifikan terhadap *Relational Meaning*. Jumlah individu sekamar dan total waktu belajar/hari menjadi *stressor* personal yang memiliki hubungan signifikan terhadap *burnout syndrom*: penurunan pencapaian prestasi diri. Beban kerja menjadi *stressor* lingkungan yang memiliki hubungan secara signifikan terhadap terjadinya *burnout syndrom*: penurunan pencapaian prestasi diri. *Relational meaning* signifikan terhadap terjadinya *burnout syndrom* kelelahan emosional dan depersonalisasi. Serta *Coping strategy* : *emotion focused coping* adalah salah satu strategi koping yang berhubungan signifikan terhadap terjadinya *burnout syndrom* dimensi kelelahan emosional.

Saran

Berdasarkan simpulan yang telah diuraikan diatas, selanjutnya peneliti mengemukakan beberapa saran bagi mahasiswa keperawatan yakni untuk mempersiapkan diri dengan baik dalam menghadapi *stressor* pada dunia pendidikan profesi. Bagi Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga untuk menggunakan program PBP dan program prapendidikan klinik dan memperkuat peran pembimbing akademik sebagai *role model* dalam model pembelajaran *preceptorship*

pada program PBP yang dilaksanakan ketika pendidikan akademik. Serta bagi perawat untuk selalu dapat melakukan pemaknaan terhadap stres dengan baik dan positif serta penggunaan *coping strategy* dengan tepat untuk menghindari risiko terjadinya *burnout syndrom* sehingga tidak menurunkan kualitas layanan keperawatan. Bagi peneliti selanjutnya perlu dilakukan penelitian kembali mengenai *stressor personal*: kepribadian, komitmen dan kepercayaan serta mengukur *Relational meaning revisited* terhadap *burnout syndrom* dengan teori adaptasi dari SC. Roy.

KEPUSTAKAAN

- Baker, Mary L, 2012. *Nursing Student Stress and Demographic Factors*. Thesis Master, California State University, San Marcos
- Berli, 2012. *Pengaruh Perilaku Belajar dan Kecerdasan Emosional Terhadap Stres Kuliah Mahasiswa Akuntansi*. Skripsi : Universitas Tarumanegara
- Costa, AL Polak, C., 2009. *Construction and Validation of an Instrument for the Assesment of Stress Among Nursing Students*. *Rev Esc Enferm USP* vol. 43, hal. 17–26
- Huey, S, 2007. *Occupational Stress, Social Problem Solving and Burnout among Mental Health Professional in HIV/AIDS Care*. Thesis. Drexel University
- Hurlock, Elizabeth, 1980. *A Life Span Approach*. 5th ed. McGraw-Hill, Inc.
- Irawati, E, 2012. *Burnout Syndrom pada Mahasiswa Reguler Program Profesi Ners Fakultas Keperawatan Universitas Airlangga Berdasarkan Analisis Faktor Perilaku dan Lingkungan*. Skripsi, Universitas Airlangga, Surabaya
- Lazarus, RS Folkman, S., 1984. *Stress, Appraisal and Coping*. Newyork: Springer
- Lazarus, RS & Folkman S, 1988. *Ways of Coping Questionnaire*. Consulting Psychologist, Inc
- Lazarus & Taylor, 1991. *Emotion and Adaptation*. London: Oxford University Press
- Lestarianita, P, Fakhrurrozi, M., 2007. *Pengatasan Stres pada Perawat Pria dan Wanita*. Skripsi. Depok : Universitas Gunadarma
- Mangkunegara, A., 2002. *Perilaku Konsumen*. Bandung: Penerbit Refika
- Maslach, C Jackson, S Leiter, M., 2003. *Maslach Burnout Inventory Manual*. California: CPP.
- Nelwati, McKenna, L Plummer, V., 2013. *Indonesian Student Nurses Perception of Stress in Clinical Learning: A phenomenological Study*. *Journal of Nursing Education and Practice*, Vol. 3, No. 5, 56–65
- Nursalam, 2011, *Manajemen Keperawatan Aplikasi dalam Praktik Keperawatan Profesional Edisi 3*. Jakarta: Penerbit Salemba Medika
- Putri, Rissa T., 2013. *Hubungan antara Dukungan Sosial Orang Tua dengan Motivasi Menyelesaikan*. Jakarta: Universitas Bina Nusantara
- Schwarzer, R., 2008. *Stress and Coping Resources*. Theory and Review. 1–28
- Wardhani, DK., 2006. *Pengaruh Faktor Individu, Faktor Organisasi, dan Perbedaan Jenis Kelamin pada Perawat terhadap Burnout di Rumah Sakit Haji Surabaya*. Skripsi, Universitas Airlangga, Surabaya
- Watson, R Deary, I Thompson, D LiG, 2008. *Study of Stress and Burnout in Nursing Students in Hongkong: A questionnaire survey*. *International Journal of Nursing Studies* Vol 45, 1534–1542