

SELF-COMPASSION DAN ALTRUISME PADA PERAWAT RAWAT INAP RSUD KOTA SALATIGA

Syarifah Rahma Dewi¹, Farida Hidayati²

^{1,2}Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Soedarto SH Tembalang Semarang 50275

syarifahrahmadewi@gmail.com

Abstrak

Altruisme merupakan perilaku membantu tanpa pamrih demi mementingkan kesejahteraan orang lain yang perlu dimiliki perawat dalam melaksanakan tugas keperawatan. Perawat dihadapkan pada situasi dan kondisi yang kurang nyaman, sehingga perawat perlu memiliki penerimaan atas apa yang terjadi. *Self-compassion* merupakan salah satu bentuk penerimaan yang mendorong orang untuk mampu bersikap objektif dan bijaksana dalam menghadapi setiap situasi dan kondisi buruk. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendapatkan bukti empiris hubungan antara *self-compassion* dengan altruisme. Subjek penelitian adalah perawat rawat inap RSUD Kota Salatiga. Subjek penelitian berjumlah 105 perawat dari 280 populasi. Teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*. Pengumpulan data dengan menggunakan skala, yaitu Skala Altruisme (32 aitem; $\alpha = 0,925$) dan Skala Self-Compassion (24 aitem; $\alpha = 0,877$). Analisa regresi sederhana menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan, yaitu terdapat hubungan positif yang signifikan antara *self-compassion* dengan altruisme pada perawat rawat inap RSUD Kota Salatiga dapat diterima ($r_{xy} = 0,311$; $p = 0,001$). *Self-compassion* memberikan sumbangan efektif sebesar 9,7% pada altruisme.

Kata kunci: *self-compassion*, altruisme, perawat

Abstract

Altruism is selfless helping behavior for the sake of improving the welfare of others who need to be owned by nurses in performing nursing duties. Nurses are faced to situations and conditions that are less comfortable, so that nurses need to have a acceptance for what happened. *Self-compassion* is one of the forms of acceptance that encourages people to be able to be objective about and wise in every bad situations and conditions. The purpose of this study was to obtain empirical evidence of the correlation between *self-compassion* and altruism. Subjects were inpatient nurses in General Hospital of Salatiga City. Subjects numbered 105 nurses from 280 population. The sampling technique is done by using simple random sampling. Collecting data using the scale, they are the Altruism Scale (32 items; $\alpha = .925$) and the Self-Compassion Scale (24 items; $\alpha = .877$). The results of simple regression analysis showed that the proposed hypothesis, there is a positive and significant correlation between *self-compassion* and altruism on inpatient nurses of general hospital of Salatiga is accepted ($r_{xy} = .311$; $p = .001$). The effective contribution of *self-compassion* and altruism were 9.7%.

Keywords: *self-compassion*, altruism, nurses

PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan modal utama manusia dalam menjaga kelangsungan hidup, oleh karena itu manusia sangat membutuhkan perawatan kesehatan yang berkualitas. Salah satu tempat untuk mendapatkan perawatan kesehatan adalah rumah sakit. Perkembangan pola pikir masyarakat yang semakin kritis menuntut rumah sakit untuk memenuhi kebutuhan masyarakat mengenai kesehatan dengan cara meningkatkan mutu pelayanan, sarana dan prasarana.

Menurut Ghofar (2012) merawat merupakan memberi pertolongan kepada pasien sesuai dengan ketidakmampuannya merawat diri dan memberi pengobatan sesuai petunjuk dokter dengan maksud menyembuhkan atau mengurangi penderitaan pasien. Selama masa perawatan, perawat diharapkan untuk mengedepankan kebutuhan pasien terlebih dahulu demi kesembuhan pasien. Suatu minat yang tidak mementingkan diri sendiri dalam menolong individu dalam ilmu psikologi disebut altruisme (Santrock, 2007).

Altruisme tumbuh pada diri perawat karena dalam dirinya tertanam nilai-nilai luhur serta menjunjung tinggi kode etik keperawatan, sehingga dalam menjalankan profesi tertanam nilai-nilai kemanusiaan yang tinggi serta tertanam keinginan untuk menjalani profesi dengan sungguh-sungguh dengan harapan mengangkat citra perawat di masyarakat (Nasir, Muhith, Sajidin, & Wahit, 2009).

Akibat dari kurang berkembangnya altruisme yang dimiliki perawat menyebabkan muncul perilaku seperti kurang peduli terhadap pasien, keluhan pasien tidak segera ditangani, bersikap kasar, galak, sehingga kebutuhan pasien tidak terpenuhi dan mempengaruhi citra perawat di rumah sakit.

Perawat yang memiliki altruisme dapat mendorong pasien untuk segera sembuh dari penyakit yang diderita. Pernyataan tersebut didukung oleh penelitian Nurqonitatin (2006) yang telah membuktikan bahwa perilaku altruistik yang dimiliki perawat mampu meningkatkan motivasi pasien untuk segera sembuh. Berlainan dengan kondisi tersebut, perawat yang memiliki altruisme yang rendah dapat memberikan kesan buruk bagi pasien, sehingga motivasi pasien untuk sembuh berkurang.

Kondisi sakit yang dialami pasien mempengaruhi berkurangnya fungsi fisik, emosional, perkembangan, atau spiritual individu. Perubahan emosi dan perilaku pasien dapat berupa kecemasan, syok, penolakan, menarik diri, dan marah (Potter & Perry, 2005). Perawat perlu mengambil sikap positif dalam menghadapi perubahan emosi dan perilaku pasien tersebut. Salah satu bentuk sikap positif yaitu *self-compassion*. *Self-compassion* merupakan sikap tersentuh dan terbuka atas penderitaan sendiri, bukan menghindari atau melepaskan dari penderitaan tersebut, menghasilkan keinginan untuk meringankan penderitaan individu dan menyembuhkan diri sendiri dengan kebaikan (Amstrong, 2013).

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat hubungan antara *self-compassion* dengan altruisme pada perawat rawat inap RSUD Kota Salatiga. Semakin tinggi *self-compassion* maka semakin tinggi pula altruisme, sebaliknya semakin rendah *self-compassion* maka semakin rendah pula altruisme yang dimiliki perawat.

METODE

Populasi dalam penelitian ini adalah perawat di Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Kota Salatiga dengan karakteristik perawat yang berada di bagian rawat inap. Sampel yang digunakan sebanyak 105 subjek yang didapatkan dari penggunaan teknik *random sampling*. Metode pengumpulan data menggunakan dua buah skala psikologi, yaitu Skala *Self-Compassion* (24 aitem; $\alpha = 0,877$) dan Skala Altruisme (32 aitem; $\alpha = 0,925$). Pada *self-compassion* peneliti menggunakan tiga komponen dari Neff (dalam Barnard & Curry, 2011) yang terdiri dari *self-kindness*, *common humanity* dan *mindfulness*. Skala Altruisme disusun dengan mengembangkan skala intensi prososial yang disusun oleh yang terdiri dari penjabaran dimensi altruisme yang dikemukakan oleh Baron, Branscombe, & Byrne (2008) yaitu empati, percaya keadilan dunia, tanggung jawab sosial, *internal locus of control* dan egosentrisme yang rendah. Metode analisis data dalam penelitian adalah analisis regresi sederhana. Penelitian menggunakan analisis statistik dengan program komputer *Statistical Product and Social Sciences* (SPSS) versi 20.0.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan positif dan signifikan antara *self-compassion* dengan altruisme pada perawat rawat inap RSUD Kota Salatiga ($r_{xy} = 0,311$; $p = 0,001$), sehingga hipotesis dalam penelitian ini dapat diterima. *Self-compassion* yang dimiliki perawat rawat inap RSUD Kota Salatiga berada dalam kategori tinggi (91,43%) yang berarti bahwa perawat mampu untuk mengolah kondisi diri sendiri, sehingga dalam menghadapi keluhan pasien yang beraneka ragam perawat dapat bertindak bijaksana, bukan dengan terpancing emosi dan bertindak agresif terhadap pasien.

Self-compassion merupakan komponen penting yang harus dimiliki perawat dalam rangka memberikan kepedulian terhadap pasien. Tanpa kemampuan *self-compassion*, perawat akan merasa terpaksa peduli terhadap pasien (Heffernan, Griffin, McNulty, & Fitzpatrick, 2010). Keterpaksaan yang dirasakan perawat dapat berujung pada tindakan negatif dan agresif terhadap pasien, sebaliknya dengan kasih sayang yang dimiliki perawat terhadap diri sendiri mendorong perawat untuk mengerti dan sadar akan kesamaan kondisi ketika perawat juga terserang penyakit. Kesamaan kondisi tersebut memunculkan keinginan perawat untuk membantu pasien hingga sembuh seperti ketika keinginan perawat untuk sembuh saat sakit. Standar profesional perawat menyatakan bahwa kasih sayang dan empati mampu mengarahkan asuhan keperawatan melalui keinginan untuk memahami penderitaan dan terpanggil untuk bertindak membantu meningkatkan kenyamanan dan kesejahteraan pasien (Sheldon, 2010). Perilaku membantu demi meningkatkan kesejahteraan individu lain disebut altruisme.

Individu yang memiliki altruisme mempunyai tingkat sensitifitas yang tinggi, berkurang sifat keragu-raguan saat menolong individu yang membutuhkan, berkurang dalam bertindak agresif, lebih mudah untuk memaafkan individu lain, lebih bertindak

kooperatif dalam menghadapi suatu konflik, lebih banyak melakukan tindakan positif, memiliki kepedulian yang lebih sensitif dan responsif dalam berhubungan dengan individu lain, dan lebih bahagia dalam menjalani hidup (Batson, 2011).

Berdasarkan hasil kategori altruisme perawat rawat inap pada saat penelitian adalah 32,38% berada dalam kategori rendah dan 65,71% berada dalam kategori tinggi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self-compassion* memberi sumbangan efektif 9,7% terhadap altruisme.

KESIMPULAN

Penelitian yang telah dilakukan memberikan kesimpulan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara *self-compassion* dengan altruisme pada perawat rawat inap RSUD Kota Salatiga ($r_{xy} = 0,311$; $p = 0,001$). Semakin tinggi *self-compassion* maka semakin tinggi pula altruisme, sebaliknya semakin rendah *self-compassion* maka semakin rendah pula altruisme yang dimiliki perawat. *Self-compassion* memberikan sumbangan efektif sebesar 9,7% terhadap altruisme.

DAFTAR PUSTAKA

- Amstrong, K. (2013). *Compassion: 12 langkah menuju hidup berbelas kasih*. (Alih Bahasa oleh Liputo, Y.). Bandung: Mizan.
- Barnard, L. K., & Curry, J. F. (2011). Self-compassion: Conceptualizations, correlates, & interventions. *Review of General Psychology*, 15(4), 289–303.
- Baron, R. A., Branscombe, N. R., & Byrne, D. (2008). *Social Psychology (12th ed)*. Boston: Pearson International Edition
- Batson, C. D. (2011). *Altruism in humans*. New York: Oxford University Press.
- Ghofar, A. (2012). *Pedoman lengkap keterampilan perawatan klinik*. Yogyakarta: Mitra Buku.
- Heffernan, M., Griffin, M. T. Q., McNulty, S. R & Fitzpatrick, J. J. (2010). Self-compassion and emotional intelligence in nurse. *International Journal of Nursing Practice*. 16, 366-373.
- Nasir, A., Muhith, A., Sajidin., & Wahit, I. M. (2009). *Komunikasi dan keperawatan: Teori dan Aplikasi*. Jakarta: Salemba Medika.

- Nurqonitatin, A. (2006). Hubungan Perilaku Altruistik Perawat terhadap Motivasi untuk Sembuh pada Pasien (Suatu Studi di Ruang Airlangga dan Ruang Fatahillah di RSD Kabupaten Malang. *Karya Tulis Ilmiah*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Potter, P. A. & Perry, A. G. (2005). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, dan Praktik*. Alih bahasa oleh Yasmin A., Made S., Dian E., Laily M., Ellen P., Kusriani, Sari K., & Enie N. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Santrock, J. W. (2007). *Perkembangan anak (edisi ketujuh, jilid 2)*. Jakarta: Erlangga.
- Sheldon, L. K (eds). (2010). *Komunikasi untuk keperawatan: Berbicara dengan pasien (edisi kedua)*. Jakarta: Erlangga.