

**HUBUNGAN KEPERIBADIAN *HARDINESS* DAN *BURNOUT* PADA PERAWAT
RUMAH SAKIT DR. SARDJITO YOGYAKARTA
RELATIONSHIP BETWEEN *HARDINESS* PERSONALITY AND *BURNOUT* IN
NURSES AT DR. SARDJITO HOSPITAL YOGYAKARTA**

Renvillia Ajeng Rasmikita¹, Anwar²

Universitas Mercu Buana Yogyakarta

18081450@student.mercubuana-yogya.ac.id

083133517607

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kepribadian *hardiness* dengan *burnout* pada perawat Rumah Sakit Dr. Sardjito Yogyakarta. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif antara kepribadian *hardiness* dan *burnout*. Subjek penelitian ini adalah 67 perawat yang bekerja di Rumah Sakit Dr. Sardjito Yogyakarta dengan masa kerja minimal satu tahun. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari dua skala, yaitu skala *hardiness* dan skala *burnout*. Teknik analisis data yang digunakan adalah korelasi *Pearson Product Moment* dengan bantuan program SPSS 24.0. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara kepribadian *hardiness* dan *burnout* ($r = -0.413$, $p = 0.010$). Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kepribadian *hardiness* yang dimiliki perawat, maka semakin rendah tingkat *burnout*. Maka hipotesis diterima.

Kata kunci: *Hardiness*, *Burnout*, Perawat, Kepribadian, Rumah sakit

Abstract

This study aims to examine the relationship between hardiness personality and burnout among nurses at Dr. Sardjito Hospital in Yogyakarta. The hypothesis proposed is that there is a negative relationship between hardiness personality and burnout. The research sample consisted of 67 nurses at Dr. Sardjito Hospital in Yogyakarta with a minimum of one year's tenure. The instruments used were two scales: the hardiness scale and the burnout scale. Data were analyzed using the Pearson Product Moment correlation via SPSS 24.0. The results revealed a significant negative relationship between hardiness personality and burnout ($r = -0.413$, $p = 0.010$), indicating that the higher a nurse's hardiness, the lower their level of burnout. Thus, the hypothesis was supported..

Keywords: *Hardiness*, *Burnout*, Nurses, Personality, Hospital

PENDAHULUAN

Rumah Sakit Umum Pusat Dr. Sardjito merupakan rumah sakit pendidikan tipe A yang memiliki fasilitas besar dan canggih serta menjadi rumah sakit rujukan utama bagi Daerah Istimewa Yogyakarta dan sebagian Jawa Tengah. Peningkatan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya kesehatan menuntut adanya pelayanan

yang profesional dan optimal, khususnya dari tenaga medis seperti perawat yang merupakan ujung tombak pelayanan rumah sakit. Perawat memiliki peran penting dalam memberikan asuhan keperawatan karena mereka berinteraksi langsung dan dalam durasi waktu yang panjang dengan pasien (Sadewo, 2017).

Dalam menjalankan tugasnya, perawat menghadapi berbagai tekanan, seperti rutinitas yang monoton, tuntutan

untuk cepat dan tepat dalam bertindak, serta tanggung jawab tinggi dalam keselamatan pasien, terutama di unit-unit seperti ruang operasi dan instalasi gawat darurat. Kondisi kerja seperti ini dapat memicu stres yang berkepanjangan dan berdampak pada timbulnya burnout. Burnout merupakan kondisi kelelahan fisik, mental, dan emosional yang kronis akibat tekanan pekerjaan yang tinggi, dan sering kali dialami oleh tenaga kesehatan (Tawale, 2011; Schaufeli & Jauczur, 1994).

Menurut Maslach dan Jackson (1981), *burnout* ditandai oleh tiga dimensi utama yaitu kelelahan emosional, depersonalisasi, dan penurunan pencapaian pribadi. Kondisi ini dapat berdampak serius tidak hanya terhadap kinerja individu, tetapi juga terhadap kualitas layanan rumah sakit secara keseluruhan. *Burnout* bahkan dapat menyebabkan penurunan moral, peningkatan niat untuk keluar dari pekerjaan, hingga gangguan kesehatan mental (Melchior et al., 1997; Barling & Haddad dalam Elder et al., 2009).

Salah satu faktor psikologis yang dianggap dapat melindungi individu dari dampak negatif *burnout* adalah kepribadian *hardiness*. *Hardiness*

merupakan karakteristik kepribadian yang membantu individu tetap tangguh dan optimis dalam menghadapi stres. Menurut Kobasa (1979), *hardiness* mencakup tiga aspek utama, yaitu commitment, control, dan challenge. Individu dengan *hardiness* tinggi mampu melihat tekanan sebagai tantangan dan memiliki kontrol diri yang kuat untuk menghadapi situasi sulit secara positif (Kobasa dalam Shaw & Tuch, 2007).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa *hardiness* memiliki hubungan negatif dengan burnout. Individu dengan *hardiness* tinggi lebih mampu mengelola stres kerja dan menunjukkan ketahanan psikologis yang baik sehingga lebih kecil kemungkinan mengalami burnout (Schaufeli & Buunk, 2003; Sukmono, 2000). Dengan demikian, kepribadian *hardiness* dapat menjadi salah satu pelindung terhadap tekanan kerja yang tinggi di lingkungan rumah sakit.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kepribadian *hardiness* dengan *burnout* pada perawat di Rumah Sakit Dr. Sardjito Yogyakarta. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi dalam

pengembangan intervensi psikologis yang dapat meningkatkan *hardiness* dan menurunkan tingkat *burnout* di kalangan tenaga kesehatan.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kepribadian *hardiness* dan *burnout* pada perawat. Penelitian ini dilakukan di Rumah Sakit Dr. Sardjito Yogyakarta dengan jumlah subjek sebanyak 67 perawat yang dipilih berdasarkan kriteria masa kerja minimal satu tahun. Teknik pengambilan sampel menggunakan metode *purposive sampling*.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari dua skala psikologis. Skala *burnout* disusun berdasarkan teori Maslach dan Jackson (1981) yang terdiri dari tiga aspek, yaitu kelelahan emosional, depersonalisasi, dan rendahnya penghargaan diri. Skala ini terdiri dari 22 item dengan format Likert tujuh pilihan respons. Sementara itu, skala *hardiness* disusun berdasarkan teori Kobasa (1979), yang mencakup tiga aspek yaitu *commitment*, *control*, dan *challenge*, dengan total 17 item berformat Likert empat pilihan respons.

Keduanya telah diuji validitas dan reliabilitasnya; skala *burnout* memiliki nilai reliabilitas sebesar 0,985 dan skala *hardiness* sebesar 0,976.

Pengumpulan data dilakukan secara daring melalui *Google Form* selama periode 11–16 Februari 2025. Subjek diminta untuk mengisi kuesioner yang terdiri dari identitas diri, skala *burnout*, dan skala *hardiness*. Data yang terkumpul kemudian dianalisis menggunakan teknik korelasi *Pearson Product Moment* untuk menguji hubungan antarvariabel, dengan bantuan perangkat lunak *SPSS* versi 24.0.

Sebelum analisis utama dilakukan, data terlebih dahulu diuji normalitas dengan uji *Kolmogorov-Smirnov* dan uji linearitas. Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa distribusi data tidak normal ($p < 0,05$), namun karena jumlah subjek lebih dari 30, maka data tetap dapat dianalisis. Hasil uji linearitas menunjukkan adanya hubungan linear antara variabel *hardiness* dan *burnout* ($p = 0,001$).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Deskripsi Data

Berdasarkan hasil pengolahan data terhadap 67 perawat di Rumah Sakit Dr. Sardjito Yogyakarta, diperoleh nilai rata-rata (mean) empirik dan hipotetik untuk masing-masing variabel sebagai berikut:

Tabel 1. Deskripsi Statistik Skala Burnout dan Hardiness

Skala	N	Mi n	Mak s	Mean	SD
Burnout	67	23	61	42.49	16.26
Hardiness	67	46	140	112.55	29.43

Berdasarkan hasil kategorisasi, mayoritas subjek memiliki tingkat *burnout* tinggi (62,7%) dan tingkat *hardiness* tinggi (52,2%).

Uji Normalitas dan Linearitas

Hasil uji *Kolmogorov-Smirnov* menunjukkan bahwa data tidak terdistribusi normal ($p < 0,05$). Namun, karena jumlah subjek lebih dari 30, maka uji parametrik tetap dapat dilakukan (Gani & Amalia, 2015). Selanjutnya, uji linearitas menunjukkan bahwa terdapat hubungan linear antara *burnout* dan *hardiness* ($F = 12.410$; $p = 0.001$).

Uji Hipotesis

Uji korelasi *Pearson Product Moment* digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel *hardiness* dan *burnout*.

Tabel 2. Hasil Uji Korelasi Pearson

X	Y	r	p	Mean
<i>Hardiness</i>	<i>Burnout</i>	-0.413	0.001	112.55

Hasil analisis menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar $r = -0.413$ dengan $p = 0.001$, yang berarti terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kepribadian *hardiness* dan *burnout*. Artinya, semakin tinggi *hardiness* yang dimiliki perawat, maka semakin rendah tingkat *burnout* yang dialami.

Pembahasan

Temuan ini sejalan dengan teori Kobasa (1979), yang menyatakan bahwa individu dengan kepribadian *hardiness* memiliki kemampuan untuk memaknai tekanan sebagai tantangan dan mampu mengontrol respons mereka terhadap stres, sehingga lebih tahan terhadap *burnout*. Dukungan terhadap temuan ini juga ditunjukkan oleh penelitian Fahmi dan Widyastuti (2018) serta Smith et al. (2017), yang menyatakan bahwa *hardiness* berperan sebagai proteksi psikologis terhadap tekanan kerja yang berkelanjutan.

Adanya hubungan negatif antara *hardiness* dan *burnout* menunjukkan bahwa peningkatan ketahanan psikologis melalui pelatihan atau penguatan aspek *commitment*, *control*, dan *challenge* pada perawat sangat penting untuk meminimalisasi risiko *burnout*. Hasil ini juga memberikan masukan kepada pihak rumah sakit dalam menyusun intervensi yang tepat guna meningkatkan kesejahteraan psikologis tenaga kesehatan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kepribadian *hardiness* dan tingkat *burnout* pada perawat di Rumah Sakit Dr. Sardjito Yogyakarta. Hasil uji korelasi Pearson menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kepribadian *hardiness* yang dimiliki oleh perawat, maka semakin rendah tingkat *burnout* yang mereka alami. Sebaliknya, perawat yang memiliki kepribadian *hardiness* yang rendah cenderung mengalami tingkat *burnout* yang lebih tinggi. Temuan ini konsisten dengan hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini, di mana kepribadian *hardiness* menjadi faktor protektif terhadap stres kerja yang bisa mengarah pada *burnout*.

Dengan kata lain, pengembangan kepribadian *hardiness* dapat menjadi salah satu strategi untuk mengurangi tingkat *burnout* pada perawat. Analisis lebih lanjut juga mengindikasikan bahwa sebagian besar perawat yang menjadi responden dalam penelitian ini menunjukkan tingkat *burnout* yang tinggi, sementara kepribadian *hardiness* mereka cenderung berada pada kategori tinggi. Hal ini menambah bukti bahwa *hardiness* berperan sebagai buffer atau pelindung dalam konteks pekerjaan yang penuh tekanan seperti di rumah sakit.

DAFTAR PUSTAKA

- Adawiyah, R., & Blikolong, S. (2020). *Burnout pada pekerja sosial: Tantangan dan strategi*. Jakarta: Media Psikologi Indonesia.
- Asih, L. P., & Trisni, I. (2015). Hubungan antara *burnout* dan kepribadian *hardiness* pada perawat. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 12(2), 105–113.
- Azwar, S. (2014). *Reliabilitas dan validitas (4th ed.)*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2017). *Penyusunan skala psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Christian, A. (2016). Dampak *burnout* terhadap tenaga kesehatan. *Jurnal Psikologi Klinis*, 3(1), 22–29.
- Elder, R., Evans, K., & Nizette, D. (2009). *Psychiatric and mental*

- health nursing (2nd ed.)*. Sydney: Elsevier Australia.
- Farber, B. A. (1991). *Crisis in education: Stress and burnout in the American teacher*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Fahmi, R., & Widyastuti, D. (2018). Hubungan antara hardiness dengan burnout pada santri. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*, 7(1), 54–62.
- Gani, A., & Amalia, R. (2015). Statistik nonparametrik dalam penelitian psikologi. *Jurnal Psikologi*, 13(1), 13–25.
- Hasbi, M., Yudiyanto, & Hanifah, N. (2019). Tingkat stres kerja pada perawat di rumah sakit. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(2), 89–96.
- Hadi, S. (2015). *Metodologi penelitian kuantitatif untuk psikologi*. Yogyakarta: Andi.
- Indraswari, A. (2015). Hubungan kepribadian hardiness dengan stres kerja. *Jurnal Psikologi*, 10(1), 67–75.
- Jackson, S. E., & Maslach, C. (2016). After-effects of job-related stress: Families as victims. *Journal of Organizational Behavior*, 7(1), 65–81.
- Kobasa, S. C. (1979). Stressful life events, personality, and health: An inquiry into hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 37(1), 1–11.
- Kreitner, R., & Kinicki, A. (2005). *Organizational behavior (6th ed.)*. Boston: McGraw-Hill.
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behavior*, 2(2), 99–113.
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job burnout. *Annual Review of Psychology*, 52, 397–422.
- Melchior, M. E. W., Bours, G. J. J. W., Schmitz, P., & Wittich, Y. (1997). Burnout in psychiatric nursing: A meta-analysis of related variables. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 4(3), 193–201.
- Olivia, C. M. (2018). Hardiness sebagai mediator dalam hubungan stres kerja dan burnout. *Jurnal Psikologi Kerja dan Organisasi*, 5(1), 30–38.
- Pines, A., & Aronson, E. (1989). *Career burnout: Causes and cures*. New York: Free Press.
- Rahmawan, B. (2010). Hardiness dan burnout pada pekerja rumah sakit. *Jurnal Psikologi Sosial*, 8(2), 110–119.
- Rizka, F. (2013). Aspek-aspek burnout pada perawat rumah sakit. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(1), 45–53.
- Sadewo, S. (2017). Tuntutan profesionalisme perawat di era modern. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 21(1), 21–30.
- Santrock, J. W. (2002). *Life-span development (8th ed.)*. New York: McGraw-Hill.
- Sariet, A., Kusuma, H., & Dewi, S. (2017). Stres akibat kerja di dunia kesehatan. *Jurnal Kesehatan Lingkungan*, 10(1), 45–51.

- Schaufeli, W. B., & Buunk, B. P. (2003). *Burnout: An overview of 25 years of research and theorizing*. In M. Schabracq, J. Winnubst, & C. Cooper (Eds.), *The handbook of work and health psychology* (pp. 383–425). Chichester: Wiley.
- Schaufeli, W. B., & Jauczur, B. (1994). Burnout among nurses: A review of research. *Journal of Health and Human Services Administration*, 17(2), 195–211.
- Shaw, A., & Tuch, R. (2007). Psychological hardiness and adjustment. *Journal of Clinical Psychology*, 63(7), 647–661.
- Smith, L. E., Jones, M., & Clarke, C. (2017). The role of psychological hardiness in buffering burnout among healthcare workers. *Occupational Medicine*, 67(6), 460–465.
- Smet, B. (2004). *Psikologi kesehatan*. Jakarta: Grasindo.
- Sugiyono. (2008). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sukmono, B. (2000). Kepribadian dan ketahanan terhadap stres kerja. *Jurnal Ilmu Psikologi*, 12(1), 33–41.
- Tawale, A. (2011). Stres kerja pada perawat ruang gawat darurat. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 2(2), 58–66.
- Yawindo, F., Harapan, E., & Sari, D. (2020). Hubungan kepribadian hardiness terhadap burnout pada tenaga kesehatan. *Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental*, 5(1), 77–86.
- Yulhaida, D. (2018). Validitas alat ukur burnout dan hardiness. *Jurnal Psikometri*, 4(2), 110–118.