

**HUBUNGAN KECERDASAN EMOSIONAL DENGAN *BURNOUT* PADA PERAWAT DI INSTALASI GAWAT DARURAT RUMAH SAKIT ARI CANTI GIANYAR**

**Dewa Ayu Tri wahyu Rezeki<sup>1\*</sup>, Ni MAde Dwi Ayu Martini<sup>2</sup>, Ni Putu Dita Wulandari<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup>Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada, Badung, Indonesia

\*Korespondensi: [yukiidewayu16@gmail.com](mailto:yukiidewayu16@gmail.com)

**ABSTRACT**

**Background:** Nurses are the profession that suffers the most from Burnout with a prevalence of 43% due to low ability to manage emotional intelligence. Nurses who are emotionally intelligent will be better able to understand and manage their own emotions and others, motivate themselves so that burnout is lower. The purpose of this study was to determine the relationship between emotional intelligence and burnout in nurses. **Methods:** this study was observational analysis research with cross-sectional study design. The sample size of 42 people was selected by total sampling. Instruments to measure emotional intelligence using a self-report questionnaire and burnout using a questionnaire, analysis using the Spearman Rank test. **Results:** The results of the study of nurses' emotional intelligence were mostly in the moderate category, namely 25 respondents (59.5%). Burnout experienced by nurses is mostly moderate category as many as 27 respondents (64.3%). Rank Spearman test results obtained p value = 0.000 (<0.05) indicates there was a relationship between emotional intelligence with burnout in nurses. **Conclusion:** this study can be concluded that emotional intelligence is significantly related to burnout. It is recommended for nurses to consult with leaders if they experience symptoms of burnout so that they can be treated and given a quick and appropriate solution according to the symptoms experienced.

Keywords: emotional intelligence, burnout, nurses

**ABSTRAK**

**Latar Belakang:** Perawat merupakan profesi yang paling banyak menderita *Burnout* dengan prevalensi 43% akibat rendahnya kemampuan mengelola kecerdasan emosional. Perawat yang cerdas secara emosional akan lebih mampu memahami dan mengelola emosi diri sendiri drta orang lain, memotivasi diri sehingga *burnout* lebih rendah. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan kecerdasan emosional dengan *burnout* pada perawat. **Metode:** Jenis penelitian ini adalah analisis observasional dengan rancangan *cross-sectional study*. Jumlah sampel 42 orang dipilih dengan *total sampling*. Instrumen untuk mengukur kecerdasan emosional menggunakan kuisisioner *self-report* dan *burnout* menggunakan kuesioner, analisis menggunakan uji *Rank Spearman*. **Hasil:** Hasil penelitian kecerdasan

emosional perawat sebagian besar kategori sedang yaitu 25 responden (59,5%). *Burnout* yang dialami perawat sebagian besar kategori sedang sebanyak 27 responden (64,3%). Hasil uji *Rank Spearman* didapatkan  $p\ value = 0,000 (<0,05)$  menunjukkan ada hubungan antara kecerdasan emosional dengan *burnout* pada perawat. **Simpulan:** penelitian ini dapat disimpulkan bahwa kecerdasan emosional berhubungan signifikan dengan *burnout*. Disarankan kepada perawat agar berkonsultasi dengan pimpinan jika mengalami gejala *burnout* sehingga dapat ditangani dan diberikan solusi yang cepat dan tepat sesuai dengan gejala yang dialami

*Kata kunci: kecerdasan emosional, burnout, perawat*

## PENDAHULUAN

Perawat memiliki tanggung jawab yang tinggi karena pekerjaannya yang bersifat *human service* atau memberikan pelayanan kepada pasien dengan berbagai macam karakter dan penyakit yang diderita serta harus bertindak cepat dalam menangani kebutuhan pasien. Perawat dalam memberikan pelayanan tidak semua mampu menjalankan tugas dan fungsinya dengan baik, sering kali perawat mengalami kelelahan mental dan emosional yang disebut dengan gejala *burnout* (Dora, 2019).

Perawat adalah jenis pekerjaan yang banyak dijumpai menderita *Burnout* (Laili, 2020). Kleiber & Ensmann dalam publikasi tentang *burnout* di Eropa menunjukkan 43% *burnout* dialami pekerja kesehatan (perawat) dan sosial, 32% dialami guru (pendidik), 9% dialami pekerja administrasi dan manajemen, 4% pekerja di bidang hukum dan kepolisian, dan 2% dialami pekerja lainnya, dari persentase di atas dapat dilihat bahwa profesi perawat menempati urutan tertinggi sebagai profesi yang paling banyak mengalami *burnout* (Hardiansyah, 2019).

Dampak *burnout* dapat menyebabkan gangguan fisik seperti sulit tidur, rentan terhadap penyakit, munculnya gangguan psikosomatik, maupun gangguan psikologis yang meliputi penilaian yang buruk terhadap diri sendiri yang dapat mengarah pada terjadinya depresi. *Burnout* juga mengakibatkan terjadinya penurunan kinerja perawat yang sehingga *outcome* kepada pasien menjadi buruk. Penelitian Wardah (2019) menemukan sebagian besar perawat

di RS Santa Maria Pekanbaru memiliki *burnout* sedang yakni sebanyak 51,9%. Penelitian Maulia (2020) menemukan sebagian besar perawat di IGD RSUD Dr. Moewardi memiliki *burnout* sedang yakni sebanyak 57,5%. Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Azyyati (2021) juga menemukan sebagian besar perawat Ruang Rawat Inap RSUD dr. Adnaan WD Payakumbuh mengalami *burnout* sedang yakni sebanyak 55,7%.

*Burnout* yang dialami perawat dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal perawat. Faktor internal meliputi usia, jenis kelamin, masa kerja, status perkawinan, tingkat pendidikan, faktor kepribadian, mekanisme koping yang dilakukan individu dapat memengaruhi tinggi rendahnya stres dapat menyebabkan *burnout* (Limonu, 2020). Faktor lain yang menjadi penyebab perawat mengalami *burnout* adalah masih rendahnya kemampuan yang dimiliki untuk mengelola perasaan yang lebih dikenal dengan istilah kecerdasan emosional (Karim 2020). Kecerdasan emosional merupakan suatu kemampuan dalam mengendalikan emosi, menepatkan emosi pada posisi yang tepat, memilah kepuasan dan mengatur suasana hati, pandai menyesuaikan diri dengan suasana hati orang lain, dan mengetahui bagaimana cara mengatasi masalah sehingga mencapai sebuah keberhasilan (Goleman, 2019).

Perawat yang cerdas secara emosional akan lebih mampu memahami dan mengelola emosi diri sendiri dan orang lain, memotivasi diri, memahami emosi orang lain dan mengembangkan hubungan dengan orang lain sehingga perawat dapat menghadapi lingkungan kerja yang kompleks lebih mudah dan *burnout* lebih rendah (Kapu, 2020). Hasil penelitian Karim (2020) menemukan bahwa kecerdasan emosional dapat menurunkan tingkat *burnout* sebesar 20% pada perawat. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Risma (2022) juga menemukan terdapat hubungan kecerdasan emosional dengan stres kerja perawat di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Dr. Bratanata Kota Jambi dan penelitian Wedayana (2020) juga menemukan terdapat hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan *burnout syndrome* pada mahasiswa yang menjalani pembelajaran daring.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Rumah Sakit Ari Canti Gianyar data tentang jumlah perawat yang mengalami *burnout* tidak pernah dilakukan pencatatan. Berdasarkan data komplain pasien dan keluarga yang di sampaikan mellaui kotak saran tahun 2022 terbanyak di Instalasi Gawat Darurat sebanyak 5 laporan dan sebanyak sebanyak 4 orang perawat Instalasi Gawat Darurat pernah berkonflik dengan rekan kerja, sebanyak 9 orang mengajukan cuti tahunan dan sebanyak 2 orang pada tahun 2022 mengundurkan diri serta terjadi penurunan Indikator Kinerja Individu (IKI) setiap tahunnya terutama kinerja perawat di Instalasi Gawat Darurat dimana sebanyak 3 orang masih tergolong rendah dengan 8 perawat yang mendapat nilai cukup yang disebabkan oleh kondisi pekerjaan yang menyebabkan beban kerja berlebihan sehingga dapat meningkatkan ketegangan dan kelelahan mental atau fisik. Selain itu wawancara dengan 10 perawat ditemukan sebanyak 7 (70%) orang perawat mengungkapkan terkadang ada rasa jenuh dalam melakukan pekerjaannya, terkadang menjadi mudah marah karena pasien atau keluarga pasien yang tidak kooperatif dan juga pernah mengalami konflik dengan sesama rekan kerjanya, perawat mengelukan kurangnya kordinasi perawat sehingga pekerjaan yang berat harus ditanggung sendiri tanpa bantuan dari rekan kerja, sedangkan 3 (30%) orang perawat mengatakan kelelahan fisik maupun emosi yang dialami saat bekerja menyebabkan sering mengambil cuti serta ada keinginan untuk berhenti bekerja.

Upaya yang sudah dilakukan untuk mencegah *burnout* dengan melakukan kegiatan yoga, mendengarkan musik serta kegiatan tirta nyatra untuk meningkatkan kebersamaan. Wawancara dengan 10 perawat terkait kecerdasan emosional sebanyak 5 orang (50%) menyatakan bahwa mereka pernah menunjukkan rasa marah kepada pasien dan keluarga karena kurangnya kemampuan mereka dalam mengelola emosinya seperti memanggil berulang kali hanya untuk mengontrol atau membenarkan infus pada pasien, 5 orang (50%) mengatakan terkadang sulit untuk mengendalikan emosinya pada saat ia sedang memiliki masalah rumah tangga, masalah itu akan mempengaruhi bagaimana cara perawat dalam melayani pasien

Berdasarkan latar belakang dan fenomena diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan kecerdasan emosional dengan *burnout* pada perawat di Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Ari Canti Gianyar.

## **METODE**

Desain penelitian ini menggunakan analisis observasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel dalam penelitian ini adalah perawat pelaksana di instalasi gawat darurat Rumah Sakit Ari Canti Gianyar sejumlah 42 orang yang memenuhi kriteria inklusi yaitu: bersedia menjadi responden, pendidikan Diploma Tiga (DIII), Sarjana (SI) yang dipilih dengan teknik sampel *total sampling*. Kriteria eksklusi adalah perawat yang sudah mengisi form tiba tiba harus pindah unit/kerja dan sakit. Pengumpulan data menggunakan kuisisioner *self-report*. *Burnout* diukur menggunakan kuisisioner baku yaitu skala *burnout syndrome* yang sebelumnya di gunakan oleh penelitian Putri (2019). Uji analisis yang digunakan pada penelitian ini adalah analisis korelasi. Analisa data menggunakan uji *Rank Spearman*. Uji etik dilakukan oleh Komisi Etik Penelitian STIKES Bina Usada Bali dan dinyatakan lulus uji etik dengan nomor 078/EA/KEPK-BUB/2024

## **HASIL**

Berdasarkan tabel 1 dapat dijelaskan bahwa responden terbanyak berada pada kategori umur 26-35 tahun yaitu sebanyak 24 responden (57,1%), responden terbanyak berada pada kategori jenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 22 responden (52,4%), terbanyak berada pada kategori pendidikan tamat DIII Keperawatan sebanyak 24 responden (57,1%) dan responden terbanyak memiliki masa kerja selama 6-10 tahun tahun sebanyak 31 responden (73,8%).

**Tabel 1.** Distribusi Karakteristik Responden di Rumah Sakit Ari Canti Gianyar Tahun 2024

| Karakteristik        | Jumlah | Presentase |
|----------------------|--------|------------|
| <b>Umur</b>          |        |            |
| 18 - 25 Tahun        | 3      | 7.2%       |
| 26 - 35 Tahun        | 24     | 57.1%      |
| 36 - 45 Tahun        | 15     | 35.7%      |
| Jumlah               | 42     | 100        |
| <b>Jenis Kelamin</b> |        |            |
| Laki - laki          | 20     | 47.6%      |
| Perempuan            | 22     | 52.4%      |
| Jumlah               | 42     | 100%       |
| <b>Pendidikan</b>    |        |            |
| DIII keperawatan     | 24     | 57.1%      |
| Ners                 | 18     | 42.9%      |
| Jumlah               | 42     | 100%       |
| <b>Masa Kerja</b>    |        |            |
| 1 - 5 Tahun          | 3      | 7.2%       |
| 6 - 1 Tahun          | 31     | 73.8%      |
| >10 Tahun            | 8      | 19.0%      |
| Jumlah               | 42     | 100%       |

Berdasarkan tabel 2 dapat dijelaskan bahwa kecerdasan emosional perawat di Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Ari Canti Gianyar sebagian besar dalam kategori sedang yaitu sebanyak 25 responden (59,5%).

**Tabel 2.** Kecerdasan Emosional Perawat di Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Ari Canti Gianyar Tahun 2024

| Kecerdasan Emosional | Jumlah | Presentase |
|----------------------|--------|------------|
| Tinggi               | 7      | 16.7%      |
| Sedang               | 25     | 59.5%      |
| Rendah               | 10     | 23.8%      |
| Jumlah               | 42     | 100%       |

Berdasarkan tabel 3 dapat dijelaskan bahwa perawat di Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Ari Canti Gianyar sebagian besar mengalami *burnout* dalam kategori sedang yaitu sebanyak 27 responden (64,3%).

**Tabel 3.** *Burnout* Pada Perawat di Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Ari Canti Gianyar Tahun 2024

| <i>Burnout</i> | Jumlah | Presentase |
|----------------|--------|------------|
| Berat          | 10     | 23.8%      |
| Sedang         | 27     | 64.3%      |
| Ringan         | 5      | 11.9%      |
| Jumlah         | 42     | 100%       |

Berdasarkan uraian tabel 4 menunjukkan hasil uji *rank spearman* didapatkan angka p value sebesar  $0,001 <$  dari tingkat signifikansi ditentukan yaitu  $0,05$ , hasil ini menunjukkan ada hubungan kecerdasan emosional dengan *burnout* pada perawat di Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Ari Canti Gianyar (hasil uji terlampir). Hasil uji *Rank Spearman* juga didapat nilai *coefisien corelation* sebesar  $-0,878$  dapat diartikan terdapat hubungan yang kuat antara kecerdasan emosional dengan *burnout*, terdapat tanda  $-$  (negatif) di depan nilai koefisiensi kolerasi menunjukkan bahwa arah hubungan antar variabel terdapat hubungan yang negatif (tidak searah) artinya jika kecerdasan emosional perawat semakin tinggi maka tingkat *burnout* pada perawat akan semakin ringan, begitu pula sebaliknya. Responden yang memiliki kecerdasan emosional tinggi sebanyak 10 responden sebagian besar yaitu 5 orang (71,4%) mengalami *burnout* ringan, dari 25 responden memiliki kecerdasan emosional sedang sebagian besar yaitu 24 (96%) mengalami *burnout* sedang, dari 10 responden memiliki kecerdasan emosional rendah sebagian besar yaitu 9 (90%) responden mengalami *burnout* berat, hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi kecerdasan emosional perawat maka *burnout* yang dialami perawat cenderung semakin ringan dan sebaliknya semakin rendah kecerdasan emosional perawat maka *burnout* yang dialami perawat cenderung semakin berat.

**Tabel 4.** Hasil Analisis Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Burnout pada Perawat di Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Ari Canti Gianyar Tahun 2024

| No | Kecerdasan Emosional | Burnout |      |        |      |       |      | Total | p value | Correlation Coefficient |        |
|----|----------------------|---------|------|--------|------|-------|------|-------|---------|-------------------------|--------|
|    |                      | Ringan  |      | Sedang |      | Berat |      |       |         |                         |        |
|    |                      | f       | %    | f      | %    | f     | %    |       |         |                         |        |
| 1  | Tinggi               | 5       | 71,4 | 2      | 28,6 | 0     | 0    | 7     | 100     | 0,001                   | -0,878 |
| 2  | Sedang               | 1       | 4,0  | 24     | 96,0 | 0     | 0    | 25    | 100     |                         |        |
| 3  | Rendah               | 0       | 0    | 1      | 10,0 | 9     | 90,0 | 10    | 100     |                         |        |

**PEMBAHASAN**

**Kecerdasan Emosional Perawat di Instalasi Gawat Darurat Rumah sakit Ari Canti Gianyar**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecerdasan emosional perawat di Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Ari Canti Gianyar sebagian besar dalam kategori sedang . Hasil tersebut sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Zakiyati (2020) menemukan kecerdasan emosional perawat di RSUD Kabupaten Batang sebagian besar (55,6%) dalam kategori sedang Begitupun juga penelitian Risma (2022) juga menemukan kecerdasan emosional perawat di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Dr. Bratanata Kota Jambi sebagian besar sebesar (41,3%) termasuk kategori sedang.

Berdasarkan hasil kuesioner yang telah diisi oleh perawat, menunjukkan perawat yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi ditunjukkan dengan melakukan pelayanan ramah, memiliki sifat yang empati terhadap pasien. Sikap tersebut sudah ditunjukkan sejak pasien memasuki ruang pendaftaran sampai dengan perawatan. Sedangkan yang memiliki kecerdasan emosional kategori rendah sikap yang ditunjukkan berbeda dengan perawat yang memiliki kecerdasan emosional baik dan sedang, seperti sikap yang kurang ramah, kadang berbicara dengan suara agak keras, dan sering marah. Emosi sangat erat kaitannya

dengan kecerdasan emosional yang merupakan kemampuan seseorang untuk memotivasi diri sendiri, bertahan menghadapi frustrasi, mengendalikan dorongan hati (kegembiraan, kesedihan, dan kemarahan), tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati, dan mengendalikan stres.

Menurut Goleman (2019) menekankan bahwa ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kecerdasan emosional seseorang dalam memahami dan menerapkan emosi sebagai kekuatan untuk perilaku yang baik, diantaranya adalah faktor internal dan faktor eksternal. Kecerdasan emosional juga dipengaruhi oleh karakteristik diantaranya adalah jenis kelamin, dimana pada penelitian ini perawat yang menjadi responden penelitian sesuai dengan kriteria inklusi semuanya berjenis kelamin perempuan. Hal ini sesuai pendapat Karim (2020) bahwa wanita lebih mampu menerima atau merasakan emosinya dibandingkan pria. Menurut Goleman (2019) menemukan bahwa wanita rata-rata lebih sadar tentang emosi mereka, lebih mudah bersikap empati, dan lebih terampil dalam hubungan interpersonal dibandingkan pria. Hal ini dimungkinkan pria kurang motivasi untuk berempati dibandingkan wanita.

Faktor usia juga dapat mempengaruhi kecerdasan emosional yang dimiliki oleh responden pada penelitian ini, dimana pada penelitian ini umur perawat yang menjadi responden dalam rentang umur 26-35 tahun. Usia berhubungan dengan kematangan atau tingkat kedewasaan seseorang. Individu yang memiliki usia yang lebih tua dan pengalaman kerja yang lebih lama umumnya memiliki kecerdasan emosional yang lebih baik. Hal ini seperti yang diungkapkan oleh Safaria (2019) yang menyebutkan istilah lama untuk perkembangan kecerdasan emosional seseorang selama bertahun-tahun menunjukkan bahwa orang makin lama makin baik dalam kemampuan ini (kecerdasan emosional) sejalan dengan semakin terampilnya dirinya dalam menangani emosinya sendiri, memotivasi diri, dan mengasah empati serta kecakapan sosialnya, sedangkan faktor pendidikan juga dapat mempengaruhi kecerdasan emosional perawat pada penelitian ini dimana pada penelitian ini sebagian besar yaitu berpendidikan D III keperawatan. Tingkat pendidikan seseorang dapat mempengaruhi

pemanfaatan pengetahuan dan keterampilan. Hal ini dinyatakan oleh Ahmadi (2020) bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka semakin tinggi keinginan orang tersebut untuk memanfaatkan atau mengaplikasikan pengetahuan dan keterampilannya.

Hasil penelitian ini menunjukkan sebagian besar responden memiliki kecerdasan emosional kategori sedang, menurut pendapat peneliti dapat disebabkan karena perawat mampu mengetahui emosi dirinya sendiri, lebih mampu mengetahui dan mengantisipasi bagaimana tindakan mereka akan mempengaruhi orang lain, kritis dalam berpikir dan membuat perubahan perilaku untuk mendorong memahami diri sendiri secara mendalam sehingga lebih mampu memahami orang lain dan perawat mampu mengkaji perasaan emosi dirinya. Pemahaman dan penerimaan emosi diri yang baik akan memudahkan perawat memahami perbedaan dan keunikan pasien. S

### ***Burnout* pada Perawat di Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Ari Canti Gianyar**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perawat di Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Ari Canti Gianyar sebagian besar mengalami *burnout* dalam kategori sedang. Hasil tersebut sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Wardah (2019) menemukan sebagian besar perawat di RS Santa Maria Pekanbaru memiliki *burnout* sedang yakni sebanyak 51,9%. Begitupun juga penelitian Maulia (2020) menemukan sebagian besar perawat di IGD RSUD Dr. Moewardi memiliki *burnout* sedang yakni sebanyak 57,5%.

Hasil penelitian ini menunjukkan responden merasakan kelelahan atau kejenuhan dalam bekerja, berdasarkan hasil kuesioner yang telah diisi oleh perawat, mereka paling banyak menyatakan bahwa sering tertekan terhadap pekerjaan, kurang bersemangat merawat pasien dan jarang dapat dengan mudah menciptakan suasana santai. Menurut Poerwandari (2018) perawat dalam melaksanakan tugas, sering dihadapi dengan berbagai macam tekanan baik dari tuntutan profesinya, tuntutan dari lingkungan sosial pekerjaannya, maupun tuntutan dari organisasi (rumah sakit). Morgantini (2020) menyatakan perawat yang sering dihadapkan pada kondisi upaya menyelamatkan pasien, mengerjakan tugas

rutinitas, ruang kerja yang sesak, jumlah pasien yang banyak, dan harus banyak bertindak cepat dalam menangani pasien kebutuhan pasien. Perawat dalam menjalankan profesinya sangat rawan terhadap stres, kondisi ini dipicu karena adanya tuntutan dari pihak organisasi dan interaksinya dengan pekerjaan yang sering mendatangkan konflik atas apa yang dilakukan. Ruangan yang panas, sirkulasi udara yang kurang baik, pencahayaan yang kurang serta segala fasilitas di rumah sakit yang kurang memadai dapat mempengaruhi *burnout*. Hubungan yang berlangsung antara sesama rekan kerja, atasan, serta lingkungan sekitar yang tidak mendukung perawat dalam melaksanakan tugas serta tanggung jawab sebagai seorang perawat yang dapat menyebabkan seseorang mengalami *burnout syndrome*.

Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 10 responden (23,8%) mengalami *burnout* dalam kategori berat. Menurut Suryaningrum (2017) *burnout* dapat dikarenakan pekerjaan yang monoton atau tidak bervariasi, tugas kerja yang tidak jelas, kontrol kerja yang kurang, lingkungan kerja yang disfungsi, dan aktivitas yang ekstrem (*overload*), semakin banyak tugas tambahan yang harus dikerjakan perawat, maka akan semakin besar beban kerja yang harus ditanggung oleh perawat tersebut, dan apabila semakin besar beban mereka akan dapat menyebabkan kejenuhan. Fudyartanto (2018) *burnout* pada perawat terjadi dalam situasi yang menuntut seorang perawat bertanggung jawab secara emosional terhadap pekerjaannya, sehingga menyebabkan efektivitas kerja perawat menurun, hubungan sosial dengan rekan kerja renggang dan timbul perasaan negatif terhadap orang lain, pekerjaan maupun tempat kerja. Munculnya *burnout* tersebut disebabkan oleh tingginya tuntutan pekerjaan dan pada situasi dimana perawat harus melayani kebutuhan orang banyak.

Perawat yang mengalami *burnout* dapat dipengaruhi oleh karakteristik umur. Menurut Kartono (2018) tingkat pengalaman kerja akan lebih tinggi pada perawat dengan umur lebih tua. Perawat dengan usia lebih tua akan semakin mampu menunjukkan kematangan jiwa, dalam arti semakin bijaksana, semakin mampu berfikir rasional dan cenderung melakukan coping efektif untuk mengubah keadaan yang dianggap menekan. Menurut Wardana, dkk (2018) perawat yang masih berada di usia muda cenderung lebih berisiko mengalami

burnout dikarenakan masih diperlukan proses adaptasi terhadap lingkungan kerja dan kondisi lingkungan kerja yang baru dan didukung oleh minimnya pengalaman bekerja Hasil tersebut sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Awalia (2019) tentang analisis *burnout* perawat di ruang rawat inap RSUD Syekh Yusuf Kabupaten Gowa, hasil analisa data ditemukan perawat yang mengalami *burnout* rendah terbanyak (80%) berumur 36-45 tahun. Penelitian Wirati (2020) tentang hubungan burnout dengan motivasi kerja perawat pelaksana menemukan perawat yang mengalami *burnout* tinggi terbanyak (59,4%) berada pada usia 30-40 tahun.

Responden yang mengalami *burnout* sedang terbanyak perempuan. Menurut Sari (2018) perempuan lebih cenderung mengalami kelelahan emosional karena perempuan lebih sering melakukan sesuatu dengan perasaannya dibandingkan dengan laki-laki. Anorogo & Widiyanti (2017) menyatakan bahwa dalam meniti karier, wanita mempunyai beban dan hambatan lebih berat dibanding rekan prianya dalam arti wanita harus lebih dahulu mengatasi urusan keluarga, suami, anak dan hal-hal lain yang menyangkut rumah tangganya. Penelitian Dyan (2020) tentang hubungan efikasi diri dengan *burnout* pada perawat di ruang INSTALASI Gawat Darurat (IGD) dan *Intensive Care Unit* (ICU) RSUD S. K. Lerik Kota Kupang, menemukan perawat yang mengalami *burnout* tinggi terbanyak 83% berjenis kelamin perempuan.

Responden yang mengalami *burnout* sedang terbanyak memiliki masa kerja 6-10 tahun. Menurut Suryaningrum (2017) masa kerja yang erat kaitanya dengan pengalaman dan pemahaman *job description* yang lebih baik. Pengalaman dan pemahaman ini akan membantu dalam mengatasi masalah (stresor) yang ada dalam upaya mencegah stres semakin lama seseorang dalam bekerja maka semakin berpengalaman dan mampu beradaptasi dengan masalah-masalah pekerjaan yang timbul serta sudah mengetahui cara mengatasi masalah tanpa menimbulkan *burnout*. Fatmawati (2018) semakin banyak pengalaman kerja semakin rendah tingkat *burnout* yang dialami seseorang, sebaliknya minimnya pengalaman kerja maka semakin tinggi tingkat *burnout* yang dialami. Hal ini

disebabkan karena masih kurangnya pengalaman kerja serta penyesuaian diri di tempat kerja. Hasil tersebut sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Yani dan Kamil (2018) tentang karakteristik perawat dengan *burnout* di Rumah Sakit Meuraxa Banda Aceh, hasil analisa data ditemukan perawat yang mengalami *burnout* rendah terbanyak 62,1% dengan masa kerja lebih dari 10 tahun. Penelitian Awalia (2019) tentang analisis *burnout* perawat di ruang rawat inap RSUD Syekh Yusuf Kabupaten Gowa, hasil analisa data ditemukan perawat yang mengalami *burnout* tinggi terbanyak 470% dengan masa kerja 1-5 tahun.

### **Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Burnout Pada Perawat**

Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa semakin tinggi kecerdasan emosional perawat maka *burnout* yang dialami perawat cenderung semakin ringan dan sebaliknya semakin rendah kecerdasan emosional perawat maka *burnout* yang dialami perawat cenderung semakin berat, hal ini terlihat terlihat dari 25 responden memiliki kecerdasan emosional sedang sebagian besar yaitu 24 (96%) mengalami *burnout* sedang, dari 10 responden memiliki kecerdasan emosional rendah sebagian besar yaitu 9 (90%) mengalami *burnout* berat. Berdasarkan hasil uji *rank spearman* didapatkan angka p value sebesar  $0,001 <$  dari tingkat signifikansi ditentukan yaitu 0,05, hasil ini menunjukkan ada hubungan kecerdasan emosional dengan *burnout* pada perawat di Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Ari Canti Gianyar.

Hasil analisa tersebut sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Karim (2020) menemukan bahwa ada hubungan kecerdasan emosional terhadap *burnout* pada perawat. Kecerdasan emosional mampu bertindak secara protektif untuk mencegah, bahkan menurunkan terjadinya *burnout syndrome*. Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Rohmah (2019) juga menemukan terdapat hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosi terhadap *burnout* pada perawat RSIA Nyai Ageng Pinatih Gresik. Memiliki kecerdasan emosional dapat mencegah timbulnya *burnout* pada perawat. Perawat mengalami *burnout* karena sering menemui pasien tanpa dukungan positif yang memadai.

Hasil penelitian ini didukung juga oleh Kapu (2020) yang menyatakan perawat yang cerdas secara emosional akan lebih mampu memahami dan mengelola emosi diri sendiri dan orang lain, memotivasi diri, memahami emosi orang lain dan mengembangkan hubungan dengan orang lain sehingga perawat dapat menghadapi lingkungan kerja yang kompleks lebih mudah dan *burnout* lebih rendah. Menurut Sahputra (2019) kecerdasan emosional merupakan hal penting untuk dimiliki oleh seorang tenaga kesehatan yang terikat interaksi dengan manusia, kecerdasan emosional sangat diperlukan agar para perawat dapat bekerja dengan optimal tanpa mudah terpengaruh oleh emosional dan mampu menjaga kesehatan psikisnya, sehingga dapat memberi semangat dan menguatkan diri pasien dalam melawan penyakitnya atau memberi semangat pada sesama perawat agar melakukan pelayanan terbaik untuk pasien dan mampu beradaptasi ketika berada dalam situasi stress

Menurut Karim (2018) salah satu faktor munculnya *burnout* pada perawat adalah kemampuan yang dimiliki untuk mengelola perasaan yang lebih dikenal dengan istilah kecerdasan emosional. Menurut Putri (2019) kecerdasan emosional merupakan hal penting untuk dimiliki oleh seorang perawat yang terikat interaksi dengan manusia. Perawat yang cerdas secara emosi artinya perawat tersebut mampu memahami dan mengartikan kondisi yang sedang dialami setelah memahami kondisi tersebut selanjutnya akan mengambil suatu tindakan yang tepat.

Hasil uji *Rank Spearman* juga didapat nilai *coefisien corelation* sebesar -0,878 dapat diartikan terdapat hubungan yang kuat antara kecerdasan emosional dengan *burnout*, terdapat tanda - (negatif) di depan nilai koefisiensi kolerasi menunjukkan bahwa arah hubungan antar variabel terdapat hubungan yang negatif (tidak searah) artinya jika kecerdasan emosional perawat semakin tinggi maka tingkat *burnout* pada perawat akan semakin ringan, begitu pula sebaliknya. Hasil penelitian ini menunjukkan kecerdasan emosional dapat memainkan peran kunci dalam mengelola tingkat *burnout* pada perawat. Perawat dengan kecerdasan emosional yang tinggi cenderung lebih mampu memahami dan mengelola emosinya sendiri. Mereka juga dapat membaca dan merespons dengan lebih baik terhadap emosi pasien, rekan

kerja, dan anggota tim. Kemampuan ini dapat membantu mengurangi tingkat stres dan konflik interpersonal, yang dapat menjadi faktor penyebab *burnout* (Laili, 2020). Perawat dengan kecerdasan emosional yang tinggi memiliki kemampuan yang lebih baik dalam mengelola stres. Hal ini dapat menciptakan lingkungan kerja yang lebih mendukung dan meminimalkan faktor-faktor yang menyebabkan *burnout* (Limonu, 2020).

Peneliti berpendapat, dengan kecerdasan emosional, perawat dapat menempatkan emosinya pada porsi yang tepat, memilah kepuasan dan mengatur suasana hati. Perawat yang memiliki kecerdasan emosional yang tinggi dapat menanggulangi emosi mereka sendiri dengan baik, dan memperhatikan kondisi emosinya, serta merespon dengan benar emosinya untuk orang lain. Seorang perawat jika tidak memiliki kecerdasan emosi, akhirnya ia tidak mengerti bagaimana cara agar ia mampu bertahan di tempat kerja. Diakui atau tidak, lingkungan kerja merupakan salah satu cara membentuk karakter individu oleh karena itu secara berkesinambungan perawat perlu belajar untuk beradaptasi dalam lingkungan kerja untuk mampu menjalani kehidupannya.

Keberhasilan seorang perawat dalam beradaptasi dalam lingkungan kerja tergantung kecerdasan emosinya dalam membina hubungan dengan orang lain, kecerdasan emosi sangat berperan untuk meminimalisir *burnout* pada perawat dengan cara menanamkan nilai-nilai pentingnya berbagi, saling menyayangi, membangun disiplin, berkomunikasi secara efektif, sehingga merangsang kemampuan perawat untuk mendengar, mengerti dan berpikir, dan saling memaafkan juga dapat meningkatkan kecerdasan emosi dirinya. Interaksi perawat dengan lingkungannya akan memengaruhi *burnout* pada perawat. Ketika perawat menempatkan orang lain dalam posisi sejajar dengan dirinya, ternyata dengan pola interaksi ini kecerdasan emosional seseorang berkembang di atas pola yang lain. Ini artinya, perawat tidak bisa menempatkan diri di atas (dominan) atau sebaliknya terlalu menempatkan diri di bawah (mensupport). Posisi yang baik adalah sejajar dengan anak karena dengan posisi ini, terjadi interaksi yang menumbuhkan kecerdasan emosional.

**SIMPULAN**

Kecerdasan emosional perawat di Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Ari Canti sebagian besar dalam kategori sedang yaitu sebanyak 25 responden (59,5%). *Burnout* yang dialami perawat di Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Ari Canti sebagian besar kategori sedang sebanyak 27 responden (64,3%). Ada hubungan yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan *burnout* pada perawat di Instalasi Gawat Darurat Rumah Sakit Ari Canti. Hasil uji *Rank Spearman* juga didapat nilai *coefisien corelation* sebesar -0,878 menunjukkan korelasi yang kuat dengan arah negatif bahwa semakin tinggi kecerdasan emosional perawat perawat maka *burnout* yang dialami perawat akan semakin ringan

**DAFTAR PUSTAKA**

- Ahmadi, N. (2020). Hubungan antara Kecerdasan Emosional (EQ) dengan Kinerja Perawat pada Rumah Sakit Umum Pusat Fatmawati Jakarta Selatan. *Jurnal Psikologi Volume 8 No.2*
- Azyyati, R. A. (2021). Hubungan Antara Lingkungan Kerja Dengan *Burnout* Pada Perawat di Ruang Rawat Inap RSUD dr. Adnaan WD Payakumbuh. *Jurnal Psyche. Vol. 11, No.1.*
- Diaz, R. (2018). Hubungan Antara *Burnout* Dengan Motivasi Berprestasi Akademis Pada Mahasiswa Yang Bekerja. *Jurnal Keperawatan Priority, Vol 10, No. 1,*
- Dora, M. T. (2019). *Mengurus Stres*. Jakarta: PT Profesional Publishing
- Duarte, H. (2020). Hubungan Beban Kerja & Lingkungan Kerja Dengan Kejadian *Burnout* Perawat Dalam Menangani Pasien BPJS. Jakarta. *Jurnal Ilmiah Kesehatan. Vol. 16 Nomor 3*
- Fatmawati, R. (2018). *Burnout* Staf Perpustakaan Bagian Layanan Di Badan Perpustakaan Dan Arsip Daerah (BPAD) Provinsi DKI Jakarta. *Jurnal Penelitian Ilmu Pendidikan, 13(2)*
- Goleman, D. (2019). *Kecerdasan Emosi untuk Mencapai Prestasi (Alex Tri Kantjono Widodo, Penerjemah.)*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Hardiansyah, M. (2019). Gambaran Tingkat *Burnout* pada Perawat di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Bhayangkara Sartika Asih Bandung. *Jurnal Ilmiah Kesehatan. Vol. 16 Nomor 3*

- Kapu, N. (2020). Work Related Stress, Burnout, Job Satisfaction and General Health of Nurses. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, Vol. 12
- Karim, A. (2020). Hubungan Kecerdasan Emosional terhadap *Burnout* pada Perawat di Ruang Poliklinik di RS Kota Surabaya. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*
- Kartono, A. (2018). *Psikologi Kerja*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Laili, K. (2020). Faktor – faktor yang Berhubungan dengan *Burnout* pada Perawat di RSUD Dr. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung. *Buletin Media Informasi Kesehatan, Volume 14 No. 2*
- Limonu, F. (2020). Hubungan Motivasi Kerja Dengan *Burnout* Pada Perawat di IRD RSUD Dr. M.M Dunda Limboto Kabupaten Gorontalo. *Jurnal Ilmiah Media Husada Vol. 5 No.1*
- Maslach, C., & Leiter, M.P. (2017). *The Thruth About Burnout: How Organizations Cause Personal Stress And What To Do About It*. San Fransisco: Bass Publishers
- Morgantini, L. (2020). Factors Contributing To Healthcare Professional Burnout During The COVID-19 Pandemic: A rapid Turnaround Global Survey. *Global Journal of Health Science, 8(6)*
- Maulia, N. (2020). Gambaran *Burnout Syndrome* Perawat IGD Pada Masa Pandemi Covid-19 di RSUD DR. Moewardi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Vol 13 No 2*.
- Musliha, A. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi *Burnout Syndrome* Perawat di instalasi bedah sentral Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Gombong. *Jurnal Mutiara Kesehatan Masyarakat. Vol.6 No.2*
- Mulawarman, & Antika, R. E. (2020). *Mind-Skills : Konsep dan Aplikasinya dalam Penerapan Praktik Konseling* (L. Novia & L. Kim (eds.); 1st ed.). Kencana.
- Murdiani, S. (2021). Hubungan Tingkat Kecerdasan Emosional Dengan Stres Kerja Perawat Di Puskesmas Oro-Oro Ombo Kota Madiun. *Jurnal Managemen Keperawatan Edisi 8 Nomer 1*
- Nurjanah. (2018). *Pengaruh Beban Kerja dan Dukungan Sosial Terhadap Burnout pada Karyawan PT.X.* 16–48.
- Prestiana, N. D. I., & Purbandini, D. (2018). Hubungan antara Efikasi Diri (Self Efficacy) dan Stress Kerja Dengan Kejenuhan Kerja (*burnout*) pada perawat IGD dan ICU RSUD kota Bekasi. *Jurnal Soul. 5(2)*
- Poerwandari, W.(2018). *Mengatasi Burnout Di Tempat Kerja*. Jakarta: Widya Medika

- Potter & Perry.(2016). *Fundamental Keperawatan*.Edisi 8. Jakarta: EGC
- Putri, D. P. (2019). *Pengaruh Stres Kerja terhadap Burnout pada Perawat Ruang Rawat Inap di RSUD Kota Madiun. Jurnal Sains Terapan No. 12 Vol. 1*
- Risma, A.F. (2022). Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Stres Kerja Perawat di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Dr. Bratanata Kota Jambi. *Jurnal Keperawatan Terapan. Volume 5. No.1*
- Safaria, D. (2019) *The emotional revolution: Harnessing the power of your emotions for a more positive life*. USA: Citadel press books
- Sari, M. (2018). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Burnout Pada Perawat di Rumah Sakit X. *Jurnal Psikologi, 9(2)*.
- Singgih, Y. S. (2018). *Psikologi Untuk Keluarga*. Jakarta : Penerbit Libri.
- Suryaningrum, T. (2017). Pengaruh Beban Kerja dan Dukungan Sosial terhadap Stres Kerja pada Perawat RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta. *Adi Husada Nursing Journal, 5(1)*
- Sahputra, R.( 2019). Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Tingkat Stres Kerja Perawat di ICU dan IGD RSUD kota Kendari. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala 19(3)*
- Wardana, B.W., Dewi, T., Wati, N. (2018). *Hubungan Dukungan Sosial Dengan Pandemi Burnout Pada Perawat yang Menangani Pasien COVID-19 Di RSUD Sanjiwani Gianyar*. Skripsi Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Wira Medika Bali Denpasar.
- Wardah, K. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian *Burnout* Perawat Di Rumah Sakit Santa Maria Pekanbaru. *Jurnal Kesehatan Medika Sainika Volume 11 Nomor 1*
- Wedayana, A.A. (2020). Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan *Burnout Syndrome* pada Mahasiswa yang Menjalani Pembelajaran Daring. di Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *Community of Publishing in Nursing (COPING) Vol. 7 No. 1*
- Zakiyati, F. (2020) Pengaruh Burnout, Kecerdasan Emosional Dan Tipe Kepribadian Ekstrovert Pada Kinerja Perawat RSUD Kabupaten Batang. *Jurnal Endurance, 4(3)*