

**Hubungan Antara Kecerdasan Spiritual Dengan Burn Out Pada Perawat
Di RSUD R. Syamsudin, SH Sukabumi
Jawa Barat**

Usman

RSUD R. Syamsudin, SH
Sukabumi Jawa Barat

ABSTRACT

Being a nurse is easily to burn out since his or her job is stressful. One is more likely to burn out when his or her spiritual quotient is low. Forty nurses participate in this research. The spiritual quotient scale is designed through 47 items and 7 aspects i.e. self conscious, visionary, flexible, having holistic opinion, able to change him or herself firstly and then modify others, being an inspiration resource for others, and able to self reflect. The burn out scale is also designed through 32 items and 3 aspects i.e. emotional exhausted, inferior feeling, and depersonalization. The Pearson correlation between the spiritual quotient variable and the burn out scale indicates that $r = -0.678$ with $p < 0.000$. It shows that the higher spiritual quotient the lower probability he or she suffers burn out. The determinant coefficient is on moderate level (0.459). It means that the prediction of burn out variable by the spiritual quotient is only 45.9%. Other variables which do not include on this research contribute 54.1% on explaining the emerging of burn out. It may be those subjects (95%) are still living with their parents. That kind of living arrangement is more likely to eliminate the burn out case.

Key words: spiritual quotient - burn out - Pearson correlation - nurse - living arrangement.

PENDAHULUAN

Prinsip utama agar organisasi tetap bertahan yaitu organisasi harus tunduk pada hukum ekonomi. Artinya inovasi pelayanan organisasi perlu diterapkan untuk mempertajam daya saingnya. Kalau pada masa lampau rumah sakit berorientasi pada hal-hal yang sifatnya kuratif atau menekankan pada aspek negatif penyakit, maka sekarang industry rumah sakit justru lebih berorientasi pada hal-hal yang positif sifatnya atau penekanan pada aspek positif dari suatu penyakit, Artinya seseorang datang ke rumah sakit bukan untuk tujuan berobat fisik dan psikhis saja, tetapi lebih kepada peningkatan kualitas hidup seoptimal mungkin serta peningkatan martabat dan kemampuan untuk mandiri (Djojosingito, 2002).

Untuk mencapai tujuan itu maka karyawan merupakan aset terpenting sebuah rumah sakit yang harus diberdayakan. Mutu proses pelayanan kesehatan hanya akan dapat meningkat kalau karyawan mempunyai kesungguhan dan kemampuan yang dapat diandalkan dalam pekerjaannya. Sebagai contoh, perawat mempunyai peran penting yaitu pelaksana pelayanan keperawatan yang secara langsung berhubungan dengan pasien atau customer. Kinerja perawat

sangatlah menentukan dan mempunyai pengaruh besar dalam membentuk citra dan keberhasilan sebuah rumah sakit. Cara pemberdayaannya yaitu menjadikan perawat sebagai profesi mandiri. Artinya perawat tidak lagi identik sebagai perpanjangan tangan dokter (Kompas, 29 Juni 2003).

Sebagai profesi yang mandiri, perawat mempunyai tanggung jawab yang besar terhadap diri dan lingkungannya. Namun hal itu tidak disertai dengan gaji yang memadai, sehingga mengakibatkan perawat sangat rentan terhadap stress. Hal ini terbukti dengan hasil survei yang diadakan oleh United American Nurses (UAN) atau organisasi perawat Amerika Serikat (Anonim, 2001). Suatu survey yang dilakukan pada para perawat oleh NIOSH atau The National Institute for Occupational Safety and Health (Anonim, 2001 dan Cobert dalam As'ad & Soetjipto, 1999) menyebutkan bahwa banyak perawat yang mengalami stress pada saat melakukan pekerjaannya. Hal ini diakibatkan oleh beban kerja yang berlebihan sebagai dampak dari banyaknya pasien yang harus ditangani, serta kecilnya penghasilan yang diterima. Keadaan mental perawat yang penuh dengan stress ini kembali diuji ketika ia harus berhadapan dengan pasien yang bersikap kurang ramah. Apa yang akan terjadi bila seseorang terus menerus dalam keadaan stress seperti itu? Ia akan mengalami burn out yaitu keadaan seseorang yang mengalami kelelahan luar biasa baik secara fisik, mental maupun emosinya (Kompas, 7 Februari 2002).

Fenomena burn out sebenarnya dapat dihindari apabila para perawat tersebut mempunyai kesadaran diri yang tinggi, mempunyai visi, bersikap luwes, mempunyai pandangan yang holistik (menyeluruh) dan tidak alergi terhadap perubahan, mampu menjadi sumber inspirasi bagi orang lain, dan mampu melakukan refleksi diri. Hal inilah yang dikatakan Zohar dan Marshal (2000) sebagai karakteristik dari seseorang yang mempunyai kecerdasan spiritual (spiritual quotient) yang tinggi. Jadi hipotesa penelitian yang ingin diuji dalam penelitian ini adalah "Ada hubungan negatif antara kecerdasan spiritual dan burn out pada perawat. Semakin tinggi kecerdasan spiritual yang ditunjukkan perawat maka semakin rendah tingkat terjadinya burn out yang dialaminya".

TINJAUAN PUSTAKA

Burn out merupakan fenomena baru di dalam bidang psikologi. Pemahaman tentang konsep burn out telah ada kurang lebih 35 tahun yang lalu, tetapi baru tahun 1974 masalah burn out menjadi bahan kajian para ahli psikologi. Istilah burn out dikemukakan pertama kali oleh Freudenberg (Corsini dalam Farhati & Rosyid, 1996). Miner (dalam Elmira, 1997) mendefinisikan burn out sebagai fenomena individual yang bersifat internal yang menyangkut perasaan, motif, dan pengalaman negatif. Aspek negatif ini meliputi kelelahan emosional, kehilangan rasa dan konsentrasi, kehilangan kepercayaan, kehilangan minat, dan kehilangan gairah. Leatz dan Stolar (dalam Scutelli, 1966) menyatakan bahwa burn out adalah kelelahan fisik, mental dan emosional yang terjadi karena stress yang dialami dalam jangka waktu yang cukup lama, serta dalam situasi yang menuntut keterlibatan emosional yang tinggi. Hal ini masih diperparah dengan tingginya standar keberhasilan pribadi. Artinya, individu dalam keadaan stress berat dan ia juga menuntut dirinya untuk dapat menyelesaikan pekerjaan dengan hasil yang prima. Menurut Pines, Aronson dan Kofrt (dalam Sutjipto, 2001) burn out adalah suatu bentuk ketegangan atau tekanan psikis yang berhubungan dengan stress kronik yang dialami seseorang. Stress itu ditandai dengan kelelahan fisik, mental, dan

emosional. Freudenberger (dalam Farhati, 1996) menyatakan bahwa burn out adalah suatu keadaan yang mana seseorang mengalami kelelahan karena merasa harapannya tidak tercapai. Individu yang bersangkutan biasanya memiliki komitmen yang terlalu tinggi terhadap pekerjaannya, memiliki harapan yang tidak realistis, dan berusaha sekuat tenaga untuk mencapainya. Jackson dan kawan-kawan (dalam Skorupa & Albert, 1993) menyatakan bahwa burn out merupakan gejala kelelahan emosional yang disebabkan tingginya tuntutan pekerjaan yang harus diselesaikannya.

Burn out merupakan gejala psikologis yang terdiri atas tiga dimensi yaitu kelelahan emosional, depersonalisasi, dan rendahnya penghargaan terhadap diri sendiri (low personal accomplishment) (Maslach dalam Scaufeli, 1996). Kelelahan emosional (emotional exhaustion) yang dialami individu, ditandai dengan menjauhnya individu dari lingkungan sosial di sekitarnya. Depersonalisasi merupakan perkembangan selanjutnya dari dimensi kelelahan emosional. Dimensi ketiga dari burn out yaitu rendahnya penghargaan terhadap diri sendiri (feeling of low personal accomplishment). Hal ini etika individu merasa tidak pernah puas dengan hasil karyanya sendiri. Ia merasa permh melakukan sesuatu yang ebrmanfaat bagi dirinya sendiri amupun orang

Freudenberg dan Richelson (dalam Farhati, 1996) mengidentifikasikan munculnya gejala burn out. Gejala pertama yaitu adanya kelelahan yang sangat (exliaustionhal ini merupakan proses kehilangan energi yang disertai keletihan yang sangat. Gejala kedua yaitu individu selalu ingin lari dari kenyataan (detachment). Ini merupakan mekanisme pertahanan diri yang digunakan oleh individu untuk menyangkal penderitaan yang dialaminya. Gejala ketiga yaitu munculnya kebosanan dan sinisme (boredom and cynicism). Gejala bosan ini muncul ketika individu merasa kesulitan untuk tertarik kembali terhadap apa yang ditekuninya selama ini. Ia menjadi tidak sabaran dan mudah tersinggung (impatience and heightened irritability) adalah gejala selanjutnya dari burn out.

Gejala kelima dari burn out yaitu penderita merasa hanya dirinya yang mampu menyelesaikan setiap permasalahan dengan baik (sense of omnipotence). Orang lain dianggap tidak mampu mengerjakan permasalahan itu sebaik dirinya. Gejala keenam yaitu individu merasa tidak dihargai (a suspicion of being unappreciated). Gejala ini timbul karena sebenarnya individu masih berniat untuk mengerjakan yang terbaik, tapi tidak didukung oleh energi yang cukup. Gejala ketujuh yaitu munculnya perasaan curiga (paranoia), yaitu kecurigaan yang tidak beralasan bahkan cenderung terjadi paranoid. Gejala kedelapan yaitu adanya disorientasi (disorientation). Artinya penderita merasa terpisah dari lingkungannya. Ia tidak mengerti situasi yang dihadapinya sedang kacau atau tidak.

Gejala kesembilan dari bur out yaitu adanya keluhan psikosomatis (psychosomatic compalints). Ini baisanya berupa keluhan sakit kepala, mual-mual, diare, ketegangan otot punggung, atau pun keluhan fisik lainnya. Gejala kesepuluh yaitu munculnya depresi. Depresi dalam batasan burn out ini hendaknya dibedakan denga depresi dalam pengertain umum. Gejala terakhir yaitu adanya penyangkalan (denial), terhadap kenyataan yang dialaminya. Ada dua jenis penyangkalan, yaitu penyangkalan terhadap kegagalan yang dialami (denial of failure) dan penyangkalan terhadap rasa takut yangdirasakan (denial of fear).

Apa saja yang menyebabkan munculnya fenomena burn out? Ada dua factor penyebab munculnya burn out yaitu faktor yang berasal dari lingkungan dan dari luar individu. Penyebab dari

luar ada enam faktor. Pertama, faktor yang berasal dari organisasi tempat individu bekerja. Kedua, yaitu terjadinya konflik peran yang merupakan factor potensial terhadap timbulnya burn out. Faktor ketiga yaitu tidak adanya umpan balik dari atasan terhadap pekerjaan yang dilakukannya. Karyawan tidak tahu apakah hasil pekerjaannya sudah sesuai harapan atasannya atau belum. Hal ini menimbulkan perasaan tidak berdaya. Faktor keempat dikemukakan oleh Faber (dalam Sutjipto, 2001) bahwa kondisi kerja yang turut berperan menimbulkan burn out diantaranya bangunan fisik yang tidak baik serta gaji yang tidak memadai. Faktor kelima yaitu adanya kewajiban bagi perawat untuk menghadapi pasien yang berkarakteristik sulit atau yang berniasalah berat. Hal ini akan mendatangkan stress emosional (Maslach dalam Sutjipto, 2001). Faktor keenam yaitu tidak ada tanggapan positif dan atasan sehingga mudah terjadi konflik hubungan antar karyawan (human relation) dan manajer. Situasi akan lebih parah lagi bila beban kerja baik secara kualitatif maupun kuantitatif menjadi berlebihan dan tidak ada dukungan yang simpatik dari atasan.

Faktor penyebab timbulnya burn out juga bisa berasal dari dalam diri perawat (internal). Ada lima faktor internal yang bertanggung jawab bagi munculnya burn out pada perawat. Pertama, individu terlalu perfeksionis, sehingga ia selalu berusaha melakukan pekerjaan dengan sempurna. Faktor kedua yaitu karakteristik kepribadian tertentu seperti kurangnya kemampuan dalam mengendalikan emosi. Faktor selanjutnya yaitu individu terhambat usahanya untuk mengembangkan dirinya. Keatz dan kawan-kawan (dalam As'ad & Sutjipto, 1999) mengatakan bahwa hambatan itu terjadi karena individu mengalami stress dalam jangka waktu yang lama. Faktor kelima yaitu individu mempunyai konsep diri yang rendah (Maslach, 2001).

Pembahasan selanjutnya mengenai konsep kecerdasan spiritual. Menjelang berakhirnya abad ke-20, model kecerdasan kembali berkembang dengan munculnya quotient ketiga yang dikemukakan oleh Danah Zohar, seorang psikolog yang terlatih dalam bidang fisika, filosofi, dan teologi, bersama Ian Marshal (yang juga suaminya) seorang psikiater yang sudah sejak lama menekuni fisika otak. Mereka berdua mengemukakan bahwa tingkat kecerdasan tertinggi merupakan hasil proses kerja sistem otak ketiga, yaitu osilasi saraf sinkron yang menyatukan data di seluruh bagian otak. Kecerdasan tingkat tinggi ini dikemukakan oleh Zohar sebagai kecerdasan spiritual yang disingkat dengan SQ atau spiritual quotient (Zohar & Marshal, 2000).

Zohar dan Marshal (2000) mendefinisikan kecerdasan spiritual sebagai kecerdasan untuk menghadapi dan memecahkan persoalan yang berhubungan dengan makna dan nilai. Sinetar (2000) menulis bahwa kecerdasan spiritual adalah pikiran untuk mendapatkan inspirasi, dorongan dan penghayatan ketuhanan yang mana setiap individu menjadi bagian. Penghormatan kepada hidup adalah sesuatu yang melekat pada watak seseorang yang spiritual dan ini akan merangsang dorongan untuk dapat menghargai kehidupan.

Jantung dari spiritual adalah "makna", karena manusia menurut Zohar dan Marshal (2000), digerakkan oleh keinginan untuk menemukan makna dari sesuatu yang ia lakukan. Konteks spiritual pada kecerdasan spiritual adalah "proses pemaknaan" dan bukan kepada konteks aslinya sebagai spirit atau ruh. Karena penekanannya pada "proses pemaknaan" itu pulalah, maka kecerdasan spiritual ini tidak terkait dengan agama, meskipun tidak pula bertentangan dengan agama. Menurut Sichel (2001) kecerdasan spiritual yang tinggi adalah sebuah peramal untuk kebahagiaan,

kedamaian, harga diri yang tinggi, hubungan yang harmonis dan penuh cinta, perasaan puas terhadap diri dan imkungannya. Edward (dalam Zohar dan Marshal, 2000) mengatakan bahwa orang memiliki kecerdasan spiritual. Kecerdasan spiritual sudah ada sejak manusia lahir dan ia telah menggunakannya sepanjang hidupnya.

Ada empat bukti ditemukannya kecerdasan spiritual dalam kajian ilmiah modern (Zohar dan Marshal, 2000). Bukti pertama yaitu ditemukannya "Titik Tuhan" (God Spot) dalam otak manusia. Hal ini berdasar penelitian seorang neuropsikolog Michael Persinger pada tahun 1990-an dan penelitian terbaru seorang neurolog V.S. Ramachandran pada tahun 1997. "Titik Tuhan" ini sebagai pusat spiritual yang terletak di antara hubungan-hubungan saraf dalam cuping-cuping temporal otak. Bukti kedua yaitu dari hasil penelitian seorang ahli neurologi Atria Wolf Singer pada tahun 1990-an tentang "problema ikatan". Singer membuktikan adanya proses saraf dalam otak yang dicurahkan untuk menyatukan dan memberikan makna pada pengalaman manusia. Bukti ketiga yaitu ditemukannya teknologi MEG (Magneto Encephalographic) sebagai hasil dari penelitian Rodolfo Llinas pada tahun 1990-an. MEG itu mencatat kesadaran saat individu terjaga dan saat tidur serta ikatan peristiwa-peristiwa kognitif dalam otak. Bukti keempat yaitu adanya hasil penelitian pakar neurologi sekaligus antropologi yaitu Terrance Deacon tentang asal-usul bahasa manusia. Penelitian ini membuktikan bahwa bahasa adalah sesuatu yang unik pada manusia. Hal itu merupakan suatu kegiatan yang pada dasarnya bersifat simbolik dan berpusat pada makna.

Kalau memang manusia itu pada hakekatnya sudah mempunyai kecerdasan spiritual, maka apa saja karakteristik manusia yang sudah mencapai perkembangan kecerdasan spiritual yang optimal? Menurut Zohar dan Marshal (2000) dan Sinetar (2001), ada tujuh karakteristik bagi seseorang yang kecerdasan spiritualnya sudah berkembang dengan baik ia sudah mempunyai kesadaran diri, mampu bersikap fleksibel (luwes), mempunyai visi jauh ke depan, berpandangan holistik (menyeluruh), mampu melakukan perubahan pada dirinya dan kemudian pada orang lain, mampu berperan sebagai sumber inspirasi bagi orang lain, dan ia mampu melakukan refleksi diri.

Menurut Scaufeli (1996) ditemukan adanya beberapa hal yang diprediksikan atau diramalkan memiliki hubunganyangerat dengan burn out, yaitu karakteristik demografi, karakteristik pekerjaan, sikap yang berhubungan dengan pekerjaan dan lingkungan sosial, dan karakteristik pribadi. Termasuk dalam karakteristik demografi yaitu usia jenis kelamin, ras atau etnik, dan pengalaman kerja.

Dalam kaitannya dengan karakteristik pribadi, Maslach (2001) menggambarkan bahwa individu yang memiliki konsep diri rendah mempunyai karakteristik tertentu seperti tidak percaya diri dan memiliki penghargaan diri yang rendah. Mereka pada umumnya dilingkupi oleh rasa takut sehingga menimbulkan sikap pasrah. Lazarus dan Folkman (dalam Scaufeli, 1996) mengemukakan penelitiannya bahwa individu yang mempunyai sikap atau penilaian yang negatif terhadap pekerjaannya, maka hal itu dapat mengarah pada ketegangan yang berlanjut kepada kelelahan emosional. Pandangan individu tentang ketidakberdayaan (helplessness) yang merupakan akibat dari kurangnya kontrol individu terhadap pekerjaannya akan mengarah pada kelelahan emosional. Hal ini akan mengakibatkan individu mempunyai kemampuan rendah dalam mengendalikan emosi.

Individu yang cerdas secara spiritual adalah orang yang berhasil memberi makna dalam

kehidupan dengan bekerja, bahwa bekerja bukan hanya sekedar rutinitas dan hal-hal yang bersifat teknis semata. Bekerja adalah upaya untuk memberi makna yang lebih dalam pada kehidupan. Setiap pekerjaan yang mempunyai makna, berarti pekerjaan itu telah menyediakan kesempatan untuk perkembangan pribadi, meningkatkan hubungan dengan orang lain, menumbuhkan rasa percaya diri dan harga diri. Sichel (2001) mengemukakan bahwa individu yang mempunyai kecerdasan spiritual tinggi dapat berdamai dengan dirinya sendiri, mempunyai harga diri yang tinggi, serta mampu menciptakan hubungan yang harmonis dan penuh cinta kasih, serta puas akan diri dan lingkungannya. Seiring dengan Sichel, Zohar dan Marshal (2000) mengatakan bahwa seseorang yang mempunyai kecerdasan spiritual yang tinggi cenderung pro aktif dan terampil dalam menghasilkan solusi yang cocok melalui pemikiran mendalam dalam situasi yang sulit, daripada orang yang hanya pasrah pada nasib dan berpikiran negatif.

METODE PENELITIAN

Variabel tergantungan penelitian ini yaitu burn out yaitu reaksi seseorang terhadap stress yang bersifat internal. Reaksi itu terdiri dari tiga aspek yaitu kelelahan emosional, depersonalisasi, dan rendahnya penghargaan terhadap diri sendiri. Variabel bebas penelitian ini ialah tingkat kecerdasan spiritual, yaitu kemampuan spiritual subyek dalam menghadapi situasi pekerjaannya yang menekan. Aspek dari kecerdasan spiritual ini mencakup adanya kesadaran diri, kepemilikan visi, fleksibel, berpandangan holistik atau menyeluruh, sanggup melakukan perubahan baik pada diri sendiri maupun pada orang lain, mampu menjadi sumber inspirasi bagi lingkungan sosialnya, dan mampu mengadakan refleksi diri.

Subyek penelitian adalah 40 perawat di RSUP Syamsudin, SH Sukabumi dari setiap ruang perawatan yang telah diidentifikasi sebelumnya. Identifikasi ini dilakukan dengan bantuan kepala ruangan perawatan. Karakteristik subyek penelitian adalah perawat dengan masa kerja satu sampai dengan lima tahun, belum menikah, usia 20-30 tahun. Alasannya, perawat yang masa kerja yang kurang dari satu tahun dianggap sedang dalam masa penyesuaian diri sehingga keadaan dirinya belum mencerminkan keadaan yang sebenarnya. Sebaliknya, masa kerja yang lebih dari lima tahun telah membuat situasi yang ada dalam dirinya menjadi lebih mantap dalam menghadapi segala keadaan ada dalam pekerjaannya. Status belum menikah juga dipertimbangkan dalam penelitian ini, karena urusan keluarga besar kemungkinannya akan mengintervensi kecenderungan timbulnya burn out pada perawat. Perawat yang belum menikah itu pada kenyataannya rata-rata memang berusia 20-30 tahun. Kemudian teknik sampling yang digunakan yaitu purposive random sampling.

Data penelitian ini dikumpulkan dengan melalui dua angket yang disusun berdasarkan skala Likert, yaitu skala burn out dan skala kecerdasan spiritual. Skala burn out dalam penelitian ini memakai skala pada penelitian Farhati (1996) yang berjumlah 25 butir dan kemudian disempurnakan oleh peneliti sehingga menjadi 40 butir. Namun dari 40 butir itu, hanya 32 butir pernyataan saja yang sah. Koefisien korelasi butir dan total bergerak dari 0.270 sampai dengan 0.726. Kemudian hasil uji reliabilitas adalah $r_{tt} = 0.904$. Skala burn out ini terdiri dari tiga aspek, sesuai dengan konsep dari Maslach dan Jackson (dalam Farhati, 1996) yaitu kelelahan emosional, depersonalisasi, dan rendahnya penghargaan terhadap diri sendiri.

Skala kecerdasan spiritual dalam penelitian ini diambil dari penelitian Cahyaningrum (2002). Skala itu berdasarkan teori Zohar dan Marshal (2000) dan Sinetar (2001). Skala pada Chayaningrum terdiri dari 40 butir dan pada penelitian ini skala itu disempurnakan menjadi 70 butir, dan setelah uji coba ternyata yang sah hanya 47 butir saja. Koefisien korelasi butir dengan total bergerak dari 0.306 sampai dengan 0.763. Kemudian hasil uji reabilitas adalah $r_{tt} = 0.911$. Aspek skala kecerdasan spiritual yaitu mempunyai kesadaran diri, bersikap fleksibel (luwes), mempunyai visi, berpandangan holistik, mampu melakukan perubahan, mampu berperan sebagai sumber inspirasi bagi orang lain, dan mampu melakukan refleksi diri.

Pengukuran validitas kedua skala itu menggunakan teknik validitas internal. Kemudian pengukuran tingkat reliabilitas alat ukur dengan menggunakan analisis varian dari Hoyt. Selanjutnya pengujian hipotesisnya dengan menggunakan korelasi product moment dari Pearson.

HASIL PENELITIAN

Rata-rata ($N = 30$ atau 71.4%) keadaan kecerdasan spiritual subyek penelitian ternyata berada pada kategori sedang. Hal itu bisa dilihat pada Tabel 1. Sedangkan subyek yang berada pada kategori tinggi dan sedang sama yaitu masing-masing 16.7%.

Tabel 1. Kategori Variabel Kecerdasan Spiritual

Kategori	Distribusi	Norma	%(N)
Tinggi	$X > 170.5$	$X > ME + 1SD$	16.7% (7)
Sedang	$170.5 < X < 197.6$	ME- $1SD < X < ME + 1SD$	71.4% (30)
Rendah	$X < 170.5$	$X < ME - 1SD$	16.7% (7)

Catatan: Kategori itu berdasarkan asumsi bahwa nilai subyek mengikuti distribusi normal (Azwar, 1999). SD = Standar Deviasi Empirik = 13.6. ME = Mean Empirik = 184.05. X = Nilai individu pada angket.

Kemudian Tabel 2 memperlihatkan keadaan burn out subyek penelitian berikut kategorisasinya. Rata-rata (71.4%) subyek penelitian mengalami burn out pada tingkatan sedang. Sedangkan tingkatan burn out yang tinggi dan rendah hampir setara yaitu masing-masing 16.7% dan 11.9%.

Tabel 2. Kategori Variabel Burn out.

Kategori	Distribusi	Norma	%(N)
Tinggi	$X > 79.26$	$X > ME + 1SD$	16.7% (7)
Sedang	$63.8 < X < 79.3$	ME- $1SD < X < ME + 1SD$	71.4% (30)
Rendah	$X < 63.8$	$X < ME - 1SD$	11.9% (5)

Catatan: Kategori itu berdasarkan asumsi bahwa nilai subyek mengikuti distribusi normal

(Azwar, 1999). SD = Standar Deviasi Empirik = 8.1. ME = Mean Empirik = 71.2. X = Nilai individu pada angket.

Kemudian uji normalitas sebaran data menunjukkan bahwa distribusi burn out subyek mengikuti distribusi normal (KK = 6.321 dengan $p > 0.05$). Hasil uji linearitas hubungan variabel kecerdasan spiritual dan burn out termasuk dalam kategori linier (F beda = 0.032, dengan $p > 0.05$).

Hasil uji hipotesis dengan korelasi product moment dari Pearson memperlihatkan bahwa $r = -0.678$ dengan $p < 0.000$. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesa penelitian diterima, atau ada hubungan negatif antara kecerdasan spritual dan burn out. Semakin tinggi kecerdasan spiritual seorang perawat, semakin rendah terjadinya burn out pada dirinya. Kemudian sumbangan efektif kecerdasan spiritual terhadap burn out sebesar < 0.459 atau 45.9%. Artinya kecerdasan spiritual hanya bisa memprediksi timbulnya bu out pada perawat sebesar 45.9%. Sedangkan persentase sisanya (54.1%) dari munculny* bunr out ternyata diterangkan variabel lainnya, yang tidak dibahas dalam penelitian ini

DISKUSI DAN SARAN

Diterimanya hipotesa penelitian tersebut ternyata sejalan dengan pendapat Scaufeli (1996) bahwa variabel karakteristik individu ikut menyumbang terjadinya burn out pada seseorang. Karakteristik lain yang juga ikut menyumbang terjadinya burn out yaitu sikap seseorang terhadap pekerjaannya. Individu yang mampu bersikap positif terhadap pekerjaannya, tidak mudah terkena burn out. Seperti yang diungkapkan oleh Lazarus dan Folkman (dalam Scaufeli, 1996) bahwa individu yang mempunyai penilaian atau sikap negatif terhadap pekerjaannya maka hal itu dapat mengarah pada ketegangan yang berlanjut dengan kelelahan emosional. Hal ini tentunya dapat teratasi jika orang tersebut tidak bersikap negatif terhadap pekerjaannya, bahkan mampu memberi makna dalam kehidupan dengan bekerja. Artinya bekerja bukanlah suatu rutinitas yang membosankan tetapi bekerja justru menyediakan kesempatan untuk perkembangan pribadi, memelua: hubungan dengan orang lain, dan menumbuhkan rasa percaya diri. Inilah yang disebut sebagai individu yang cerdas secara spiritual.

Individu yang cerdas secara spiritual adalah individu yang mampu memberi makna secara cerdas mengenai segala situasi yang dihadapinya, terutama ketika situasi itu dinilai tidak menyenangkan. Hal ini sesuai dengan prediksi dari Rachman (2003) bahwa telah tumbuh suatu generasi baru yang disebut 'generasi Y atau Gen-Y. Itu adalah suatu generasi yang penuh talenta, berpikiran terbuka, canggih, dan memiliki minat yang luas. Karakter dari generasi ini adalah mereka lebih mengejar arti dan makna dari pekerjaan yang ditekuninya. Hal ini ditunjang dengan kemampuan komunikasi dan sosialisasi yang kuat, dan tidak adanya keraguan untuk selalu belajar dari teman. Kemampuan untuk selalu fokus dalam melihat sasaran dan berusaha dengan gigih untuk mencapai tujuan telah memberi nilai lebih dari Gen-Y ini. Namun di sisi lain mereka juga mementingkan kesenangan dalam bekerja. Karakteristik Gen-Y tersebut di atas pada dasarnya sejalan dengan karakteristik orang yang mempunyai kecerdasan spiritual seperti yang dikemukakan oleh Zohar dan Marshal (2000).

Satu hal yang menarik yaitu tentang tingkat kecerdasan spiritual yang dimiliki perawat ternyata rata-rata (71.4%) berada pada kateogon sedang. Kemudian tingkat burn out juga berada pada

tingkat sedang (71.4%). Hal ini menunjukkan bahwa perawat v menjadi subyek penelitian ini tidak mudah mengalami burn out. Apakah ini semata-mata karena sumbangan kecerdasan spiritual mereka? Sumbangan kecerdasan spiritual dalam memprediksi timbulnya burn out hanya 45.9%. Berarti ada faktor lain yang berpengaruh terhadap tingkat burn out subyek penelitian, Investigasi yang lebih nnci telah menemukan bahwa mayoritas responden (95%) masih tetap tinggal dengan orangtuanya. Ini adalah fenomena yang lazim terjadi di Indonesia yang mana anak yang sudah dewasa dan bekerja tetap tinggal dengan orangtua. Alasannya tidak hanya ekonomi saja tetapi juga karena orangtua dan anak itu sama-sama menginginkan tinggal dalam satu rumah. Dampaknya anak menjadi kurang mandiri, dan kurang begitu menderita bila terserang oleh tekanan pekerjaan yang berat. Anak menjadi tenang karena kebutuhan finansialnya pasti tercukupi. Selain itu orangtua juga berfungsi sebagai pendukung dan penstabil keadaan emosi anak. Keadaan semacam ini sangat besar pengaruhnya bagi seseorang untuk tidak terserang stress atau burn out.

Saran untuk penelitian selanjutnya adalah mempertimbangkan status perkawinan, pola tempat tinggal para perawat, dan status kepegawaian. Sebab perawat yang sudah menikah mungkin cenderung untuk lebih mudah burn out daripada yang belum menikah. Kemudian perawat yang tinggal di asrama mungkin lebih mudah terkena burn out daripada yang tinggal dengan orangtua. Selanjutnya perawat yang status kepegawaiannya sudah mantap seperti PNS (Pegawai Negeri Sipil) mungkin lebih merasa terjamin hidupnya sehingga lebih tenang, daripada perawat yang status pekerjaannya berdasarkan kontrak untuk waktu tertentu.

Kemudian saran untuk pihak pengelola rumah sakit, diharapkan keadaan kecerdasan spiritual para perawat dan karyawan lainnya lebih ditingkatkan lagi. Sebab trend rumah sakit sekarang ini lebih kepada 'rumah sehat' atau rumah bagi orang-orang yang peduli pada kesehatan, bukan 'rumah sakit' atau rumah bagi orang-orang yang sakit semata. Hal itu bisa tercapai bila perawat mampu bertindak cekatan dan sekaligus lebih sabar dalam menjalankan tugasnya yang mulia itu. Caranya yaitu dengan mealalui training secara periodik.

DAFTAR PUSTAKA

- Anonim. 2001. *RS di Amerika Terus Alami Kekurangan Perawat*. <http://www.pdpmi.co.id/> berita.
- As'ad. Moh. & Soetjipto, PH. 1999. Hubungan antara bebcrapa aspek budaya pcrimbaaii dengan tingkat *burn out* pada karyawan bagian pciayanan publik. *Laporan Perwlitian* UGM. No. 5.
- Azwar, S. 1999. *Pettyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Cahyaningrum, E.Y. 2002. Hubungan antara kcccrdasan keccrdasan spiritual dengan kepemimpinan transformasional. *Skripsi* (tidak ditcrbitkan). Fakukas Psikologi Universitas Gadjah Mada Yogyakarta.
- Djojogugito, A. 2002. "Kebijakan pemcrintah dalam bidang pelayanan kesehatan menyongsong AFTA 2003". *Makalah*. <http://www.pdpersi.co.id/>berita
- Elmira, N. 1997. Fenomena Burn out Dalam Stres Kerja. *jurnal Psikologi*. Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran Bandung.
- Farhati. 1996. Peran tingkat karakteristik pekerjaan dan dukungan sosial terhadap tingkat burn out

karyawan Radiant Utama Group di Jakarta. Skripsi (tidak diterbitkan) Fakultas Psikologi UGM Yogyakarta.

Farhati dan Rosyd. 1996. Karakteristik pekerjaan, dukungan sosial, dan tingkat burn out pada non human service corporation, *jurnal Psikologi*. Fakultas Psikologi UGM Yogyakarta.

Kompas. 2002. *Apakah anda penderita Bum out?* 7 Februari <http://www.kompas.com/bcria>

_____2003. *Nasib Perawat Pendidikan Rendah Gaji Rendah*. 29 Juni. <http://www.kompas.com/berita>

Maslach, C. 2001. job Bum out. *Annud Review of Psychology*. <http://www.findarticles.com>

Rachman, Eileen. 2003. Gen Y dan tantangan organisasi. Dalam Kompas *12September* halaman 9.

Scaufeli, B.W. 1966. Dimentionality and validity of the Burn Out measure. *Journal of Occupational and Organizational Psychology* .331-351.

Sinetar, M. 2000. *Spiritual Intellegence:Kecerdasan Spiritual*. Jakarta PT Elelx Media Computindo.

Skorupa, J . and Albert, R.H. 1993. Ethical Belief About Bum out and and contunoued Profesional Practice. *Professional Psychoicgy : Researchd and practice*, 281-285.

Sutjipto. P.H. 2001 *Apakah anda mcngalami burn out*. *Jurnal psikologi*. <http://www.pdk.go.id>

Zohar, D. dan Marshal, I. 2000. *SQ : Memanfaatkan Kecerdasan Spiritual dalam Berfikir Integralistik dan Holistik untuk Memaknai Kehidupan*. Bandung : Mizan Media Utama