

Tingkat Burnout ditinjau dari Strategi Coping dan Efikasi Diri pada Perawat Rumah Sakit Jiwa Surakarta

Level of Burnout Observed From Coping Strategy and Self Efficacy in Nurses of Surakarta Mental Hospital

Nurasih Widyo Retno, Machmuroch, Aditya Nanda Priyatama

Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran
Universitas Sebelas Maret

ABSTRAK

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui tingkat *burnout* ditinjau dari strategi *coping* dan efikasi diri pada perawat rumah sakit jiwa Surakarta.

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan kuantitatif, dan menggunakan *purposive quota incidental sampling* sebagai teknik pengambilan sampel. Subjek penelitian ini berjumlah 40 orang perawat rumah sakit jiwa Surakarta.

Analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi berganda. Hasil penelitian menunjukkan hasil F_{hitung} sebesar 7,162; $p < 0,00$. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara strategi *coping* dan efikasi diri dengan *burnout* pada perawat rumah sakit jiwa Surakarta. Secara parsial, tidak terdapat hubungan yang signifikan antara strategi *coping* dan efikasi diri dengan *burnout*.

Sumbangan relatif yang diberikan strategi *coping* dan efikasi diri terhadap *burnout* adalah 27,9%. Sumbangan efektif yang diberikan strategi *coping* terhadap *burnout* sebesar 13,8%, sumbangan efektif yang diberikan efikasi diri terhadap *burnout* sebesar 14,1%, dan 72,1% dijelaskan oleh variabel lain.

Kata kunci: (*Burnout*, Strategi *Coping*, Efikasi Diri)

PENDAHULUAN

Pekerjaan yang melibatkan tanggung jawab untuk kehidupan manusia, dapat menjadi pekerjaan yang penuh stres. Mereka yang bekerja pada profesi tertentu seperti polisi, pekerja sosial, dan perawat adalah tiga contoh pekerjaan yang mudah mengalami stres kerja berlebih (Jewell, 1990).

Dunia kedokteran memiliki beban pekerjaan yang berat dan sering berhubungan dengan hidup dan mati (Sarafino, 1998). Salah satu bagian di dunia kedokteran adalah perawat. Perawat memiliki tugas-tugas, antara lain menenteramkan hati dan membuat pasien

nyaman, dan banyak tugas yang lain (Hay & Oken, dalam Sarafino, 1998). Selain itu pula, seorang perawat selalu dihadapkan pada tuntutan idealisme profesi dan sering menghadapi berbagai macam persoalan, baik dari pasien maupun rekan sekerja. Kondisi ini dapat memicu stress, bahkan menuntun pada perasaan kelelahan emosional (Maslach & Jacson dalam Sarafino, 1998).

Cook (1997) menjelaskan bahwa stress yang berlangsung lama, akan menggunakan energy yang tersedia. Kelelahan akan menjadi bentuk depresi, gangguan mental, atau disebut sebagai bentuk *burnout*. *Burnout* adalah istilah psikologis yang digunakan untuk

menggambarkan perasaan kegagalan dan kelesuan akibat tuntutan yang terlalu membebani tenaga dan kemampuan seseorang. Burnout terjadi karena stres berkepanjangan yang tidak dapat diatasi lagi.

Dalam mengatasi stres yang dapat berujung burnout, perawat melakukan strategi coping. Feldman (1998) menyatakan bahwa strategi coping yang dilakukan seseorang dibagi menjadi dua, yaitu emotion-focused coping (meliputi memelihara rasa humor dan memperkuat optimism dimana situasi tidak berubah, tetapi persepsi kita merubahnya), dan problem-focused coping (memodifikasi atau menghilangkan sumber stres, untuk mengadakan perjanjian dengan konsekuensi nyata dari masalah atau perubahan diri secara aktif dan meningkatkan lebih banyak situasi yang menyenangkan).

Selain melakukan strategi coping, kondisi pribadi juga mempengaruhi perlakuan perawat terhadap stres sehingga meminimalkan terjadinya burnout. Salah satu komponen yang berpengaruh terhadapnya adalah efikasi diri. Baron & Byrne (2008) menyatakan bahwa efikasi diri adalah evaluasi seseorang terhadap kemampuan atau kompetensinya untuk melakukan sebuah tugas, mencapai tugas, atau mengatasi hambatan.

Hasil survey lapangan menunjukkan bahwa perawat rumah sakit jiwa Surakarta mengalami kecenderungan burnout dengan indikasi terganggunya fisik (seperti kepala sering terasa pusing, sulit tidur), perasaan turunnya

produktivitas kerja, dan tidak peduli pada keadaan sekitarnya.

DASAR TEORI

A. BURNOUT

Riggio (2003) menyatakan bahwa burnout adalah sebuah sindrom yang merupakan hasil dari stres kerja yang berlangsung lama, yang membawa pada penarikan diri dari organisasi. Burnout adalah suatu masalah serius dan digambarkan dengan beberapa stres psikologi jangka panjang dan stres kerja yang menyebabkan gangguan tingkah laku.

Burnout adalah suatu kondisi yang terjadi ketika pekerjaan tidak lagi memiliki makna bagi orang tersebut. Burnout dapat dihasilkan dari stres atau suatu jenis hubungan pekerjaan atau faktor personal (Rue & Byars, 1997).

Ivancevich (2007) menambahkan, burnout adalah suatu proses psikologis yang dibawa oleh stres pekerjaan yang tidak terlepas, menghasilkan kelelahan emosi, perubahan kepribadian, dan perasaan penurunan pencapaian pribadi.

King (2008) juga menerangkan bahwa burnout adalah keadaan stres psikologi yang sangat berat pada seseorang yang mengalami kelelahan emosional dan sedikit motivasi untuk bekerja. Ivancevich (2007) menambahkan, burnout adalah suatu proses psikologis yang dibawa oleh stres pekerjaan yang tidak terlepas, menghasilkan kelelahan emosi, perubahan kepribadian, dan perasaan penurunan pencapaian pribadi.

Maslach dan Jackson (dalam Lailani, 2012) menyatakan arti burnout yaitu sindrom kelelahan emosional, depersonalisasi, dan berkurangnya penghargaan terhadap diri sendiri, yang secara spesifik dihubungkan dengan stres yang kronis dari hari ke hari dan ditandai dengan kelelahan fisik, emosional, dan mental.

Maslach, dkk (dalam Katarini (2011)), menyatakan aspek-aspek yang ada di dalam burnout, yaitu emotional exhaustion, depersonalization, dan diminished personal accomplishmen.

Gorkin (dalam Hamilton, 2012) menyatakan empat tingkatan burnout, yaitu kelelahan fisik dan emosional, rasa malu dan keraguan, Sinisme dan tidak berperasaan, kegagalan, tidak berdaya, dan kejatuhan.

Faktor yang mempengaruhi terjadinya burnout adalah faktor lingkungan kerja dan faktor individu (Pines dan Aronson dalam Windayanti, 2007). Cherniss (dalam Tawale dkk, 2011) menyatakan ada tiga faktor yang mempengaruhi burnout, yaitu desain organisasi, kepemimpinan dan pengawasan, interaksi sosial dan dukungan dari rekan kerja.

Burnout memiliki banyak gejala mulai dari gejala fisik, emosi, dan penurunan prestasi kerja (Cherniss, 1980).

B. STRATEGI COPING

Strategi coping adalah usaha perubahan kognitif dan perilaku secara konstan sebagai respon yang dilalui individu dalam menghadapi

situasi yang mengancam dengan cara mengubah lingkungan atau situasi yang penuh stres untuk menyelesaikan masalah (Farida, 1994). Selanjutnya, Feldman (1998) mengatakan, bahwa coping adalah usaha untuk mengontrol, mengurangi, atau belajar untuk tahan menghadapi ancaman yang menuju pada stress.

Dari pendekatan stres yang dikemukakan Lazarus & Folkman (dalam Plana, Angel, 2003), mendefinisikan coping sebagai perubahan kognitif dan perilaku yang diupayakan melalui pengelolaan eksternal maupun internal yang telah melebihi kemampuan pribadinya.

Strategi coping memiliki dua bentuk. Yang pertama problem-focused coping dan kedua emotion-focused coping yang dinyatakan oleh Feldman (1998). Indikator yang menunjukkan strategi ini, dijelaskan oleh Lazarus (dalam Aldwin dan Revenson, 1987) yaitu instrumental action (tindakan secara langsung), cautiousness (kehati-hatian), negotiation (untuk problem-focused coping), dan escapism (Pelarian diri dari masalah), minimalization (meringankan beban masalah), self blame (menyalahkan diri sendiri), dan seeking meaning (mencari arti) (untuk emotion-focused coping).

C. EFIKASI DIRI

Efikasi diri adalah keyakinan bahwa kita dapat mencapai sebuah tujuan sebagai hasil dari tindakan kita. (Bandura, 1997 dalam Baron dkk 2008). Myers (2008) menyatakan bahwa efikasi

diri adalah sebuah perasaan bahwa seseorang mampu dan efektif, terhormat dalam hal harga dirinya, sebuah perasaan akan harga diri. Efikasi diri adalah persepsi kita mengenai kemampuan kita untuk melakukan beberapa jenis tugas penting (Cook dkk, 1997). King (2008) menyatakan pula bahwa efikasi diri adalah keyakinan seseorang bahwa ia dapat menguasai situasi dan menghasilkan outcome yang positif. Menurut Bandura (dalam Baron & Byrne, 2008) efikasi diri adalah evaluasi seseorang terhadap kemampuan atau kompetensinya untuk melakukan sebuah tugas, mencapai tujuan, atau mengatasi hambatan.

Bandura (dalam Baron&Byrne, 2008) menyatakan tiga aspek efikasi diri, yaitu magnitude, generality, dan strength. Rizvi (1998) menyatakan klasifikasi terhadap aspek-aspek efikasi diri outcome expectancy (pengharapan hasil), efficacy expectancy (pengharapan efikasi), dan outcome value (nilai hasil).

Bandura (dalam Weiten, dkk, 2009) mengidentifikasi empat sumber efikasi diri Mastery experience (pengalaman keberhasilan), Vicarious experience (pengalaman orang lain), persuasion and encouragement, dan Interpretation of emotional arousal.

METODE PENELITIAN

Populasi penelitian ini adalah perawat rumah sakit jiwa Surakarta berjumlah 200 perawat. Sampel penelitian berjumlah 40 perawat yang

dipilih berdasarkan kriteria. Sampling yang digunakan purposive quota incidental.

Sumber data primer diperoleh melalui alat penelitian psikologi berupa skala burnout (modifikasi Maslach Burnout Inventory), skala strategi coping (berdasarkan aspek strategi coping oleh Lazarus), dan skala efikasi (berdasarkan aspek efikasi diri oleh Bandura) dengan model skala Likert. Sumber data sekunder diperoleh melalui orientasi kancha.

Teknik analisis data dengan teknik analisis regresi berganda.

HASIL- HASIL

A. UJI ASUMSI DASAR

Peneliti dalam hal ini menggunakan metode uji One Sample Kolmogorov-Smirnov dengan taraf signifikansi $p= 0,05$. nilai signifikansi burnout sebesar $0,610 > 0,05$; nilai signifikansi strategi coping sebesar $0,079 > 0,05$; serta nilai signifikansi efikasi diri sebesar $0,081 > 0,05$. Karena nilai signifikansi untuk seluruh variabel lebih besar dari $0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa data penelitian tersebut berdistribusi normal.

Hasil uji linieritas untuk variabel Burnout dengan Strategi Coping diperoleh nilai Sig. pada Linearity sebesar $0,005 (0,005 < 0,05)$. Demikian juga untuk variabel Burnout dengan Efikasi Diri diperoleh nilai Sig. pada Linearity sebesar $0,000 (0,000 < 0,05)$. Nilai signifikansi antara variabel prediktor dengan variabel kriterium adalah kurang dari $0,05$, maka dapat

disimpulkan bahwa hubungan antara masing-masing variabel prediktor dengan variabel kriterium bersifat linier.

B. UJI ASUMSI KLASIK

Nilai variance inflation factor (VIF) kedua variabel prediktor, yaitu variabel strategi coping dan efikasi diri adalah 2,073. Hal tersebut menunjukkan bahwa antarvariabel independen tidak terdapat persoalan multikolinearitas, karena nilai VIF yang didapat kurang dari 5.

Hasil analisis pola gambar scatterplot diperoleh penyebaran titik-titik tidak teratur, berada di sekitar 0, plot yang terpecah, dan tidak membentuk suatu pola tertentu, sehingga pola tersebut tidak menunjukkan adanya gejala heteroskedastisitas. Dengan demikian dapat diambil kesimpulan bahwa model regresi terbebas dari asumsi klasik heteroskedastisitas.

Nilai Durbin-Watson tidak memenuhi ketentuan 4-du ($4-1,600=2,400$) dan 4-dl ($4-1,391=2,609$), maka dapat disimpulkan bahwa model ini memiliki autokorelasi. Namun, berdasarkan Gujarati (1993) uji autokorelasi perlu dilakukan pada penelitian data time series (serangkaian observasi yang diurutkan menurut waktu), sedangkan penelitian ini bukanlah penelitian data time series, dimana pengamatan yang dilakukan hanya sekali. Oleh karena itu, data ini tidak diperlukan dalam penelitian ini.

C. UJI HIPOTESIS

Hasil penghitungan uji hipotesis simultan didapatkan nilai p-value dengan taraf signifikansi 5% sebesar 0,002 ($0,00 < p = 0,05$)

sedangkan nilai $F_{hitung} = 7,162 > F_{tabel} = 3,252$. Artinya hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima, yaitu terdapat hubungan yang signifikan Strategi Coping dan Efikasi Diri dengan Burnout.

Hasil penghitungan uji hipotesis parsial didapatkan kedua variabel prediktor yaitu strategi coping dan efikasi diri tidak berhubungan secara signifikan dengan variabel kriterium yaitu burnout, dengan nilai Sig. masing-masing yaitu 0,168 dan 0,162 lebih dari 0,05. Berdasar data tabel, diketahui bahwa t_{tabel} yaitu 2,026 (penghitungan dengan bantuan program Microsoft Excel for Windows) dan diperoleh nilai t_{hitung} strategi coping sebesar -1,408 ($-t_{tabel} < t_{hitung} < t_{tabel}$ berarti $-2,026 < -1,408 < 2,026$) artinya bahwa hipotesis dua ditolak, tidak ada hubungan antara strategi coping dengan tingkat burnout. Begitu pula t_{hitung} efikasi diri sebesar -1,427 ($-t_{tabel} < t_{hitung} < t_{tabel}$ berarti $-2,026 < -1,427 < 2,026$), dengan signifikansi $0,162 > 0,05$ menunjukkan bahwa efikasi diri tidak berhubungan signifikan dengan tingkat burnout.

Hasil analisis determinasi diperoleh nilai R^2 (R square) sebesar 0,279 atau 27,9%. Hal ini menunjukkan bahwa persentase sumbangan pengaruh variabel prediktor yaitu strategi coping dan efikasi diri mempunyai hubungan positif terhadap variabel kriterium burnout, yaitu sebesar 27,9% atau dapat dikatakan variabel prediktor (X_1 dan X_2) mampu menjelaskan 27,9% variasi variabel kriterium (Y). Sisanya sebesar 73,1% dipengaruhi oleh

variabel atau faktor lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini.

Hasil penghitungan menunjukkan bahwa sumbangan relatif strategi coping terhadap burnout adalah 49,62% dan sumbangan relatif efikasi diri terhadap burnout adalah 50,38%. Kemudian sumbangan efektif yang diberikan variabel strategi coping terhadap burnout adalah 13,8% dan sumbangan efektif variabel efikasi diri terhadap burnout adalah 14,1%.

D. ANALISIS DESKRIPTIF

Berdasarkan kategorisasi skala Burnout diketahui bahwa subjek secara umum memiliki tingkat burnout pada kategori sangat rendah.

Berdasarkan kategorisasi skala Strategi Coping diketahui bahwa subjek secara umum memiliki tingkat strategi coping pada kategori tinggi.

Berdasarkan kategorisasi skala Efikasi Diri diketahui bahwa subjek secara umum memiliki tingkat manajemen konflik yang tergolong pada kategori tinggi.

PEMBAHASAN

1. Bahasan 1

Hasil analisis penelitian mengenai tingkat burnout ditinjau dari strategi coping dan efikasi diri pada perawat Rumah Sakit Jiwa Surakarta, diperoleh nilai R sebesar 0,528 : $p\text{-value} < 0,05$ dan $F_{\text{hitung}} 7,162 > F_{\text{tabel}} 3,252$. Berdasarkan hasil analisis regresi tersebut dapat dikatakan bahwa strategi coping dan efikasi diri memiliki hubungan yang kuat dengan burnout. Hal ini

berarti strategi coping dan efikasi diri dapat digunakan sebagai prediktor untuk memprediksi burnout. Berdasarkan hasil analisis regresi tersebut, maka hipotesis pertama yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima, yaitu terdapat hubungan antara strategi coping dan efikasi diri dengan tingkat burnout pada perawat Rumah Sakit Jiwa Daerah Surakarta.

Hasil analisis korelasi parsial antara strategi coping dengan burnout sebesar -0,225, hal ini berarti bahwa terdapat hubungan negatif yang rendah antara strategi coping dengan burnout. Tingkat signifikansi atau probabilitas sebesar $p = 0,168$ ($p < 0,05$) menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara strategi coping dengan burnout, sehingga hipotesis kedua yang diajukan dalam penelitian ini tidak diterima, yaitu terdapat hubungan antara strategi coping dengan burnout pada perawat Rumah Sakit Jiwa Surakarta.

Hasil analisis korelasi parsial antara efikasi diri dengan burnout sebesar -0,228, hal ini berarti bahwa terdapat hubungan negatif dengan tingkat lemah antara efikasi diri dengan burnout. Tingkat signifikansi atau probabilitas sebesar $p = 0,162$ ($p < 0,05$) menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dengan burnout, sehingga hipotesis ketiga yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara efikasi diri dengan burnout pada perawat Rumah Sakit Jiwa Surakarta ditolak.

Efikasi diri merupakan evaluasi seseorang terhadap kemampuan atau kompetensinya untuk melakukan sebuah tugas, mencapai tujuan,

perasaan akan kemampuan kita dalam mengerjakan suatu tugas. Sedangkan burnout merupakan sindrom kelelahan emosional, fisik, dan mental yang muncul pada pekerja yang memiliki hubungan dengan orang lain. Pencapaian tugas, tidak berhubungan dengan kelelahan. Siapa saja yang lelah, walaupun pencapaian kerjanya baik, tetap saja merasa lelah. Hal ini juga merupakan salah satu alasan mengapa dalam penelitian ini, efikasi diri tidak memiliki hubungan dengan tingkat burnout pada perawat Rumah Sakit Jiwa Surakarta.

R square disebut juga koefisien determinan sebesar 27,9%, yang berarti 27,9% tingkat burnout pada perawat Rumah Sakit Jiwa Surakarta dapat dijelaskan oleh variabel strategi coping dan efikasi diri. Tiap-tiap variabel memberikan sumbangan efektif sebesar 13,87% untuk variabel strategi coping dan 14,06% untuk variabel efikasi diri. Sedangkan 72,1% dijelaskan oleh variabel-variabel lain.

2. Bahasan 2

Faktor-faktor luar yang dimungkinkan dapat menjadi variabel yang mempengaruhi tingkat burnout pada perawat Rumah Sakit Jiwa Surakarta, seperti yang diungkapkan oleh Pines dan Aronson (dalam Windayanti, 2007) adalah faktor lingkungan kerja. Kondisi lingkungan kerja di Rumah Sakit Jiwa Surakarta yang sibuk dan padat tugas melayani para pasien setiap harinya yang masuk, memungkinkan menjadi stressor yang negatif terutama bagi perawat merasa terbebani dalam pekerjaan.

Berdasarkan pemaparan hasil analisis dan pembahasan di atas, penelitian ini pada intinya telah mampu menjawab hipotesis mengenai hubungan antara Strategi Coping dan Efikasi Diri dengan Tingkat Burnout pada perawat Rumah Sakit Jiwa Surakarta, baik secara bersama-sama maupun parsial. Namun, penelitian ini tidak terlepas dari adanya keterbatasan-keterbatasan selama proses jalannya penelitian, antara lain adalah lamanya waktu penelitian dikarenakan banyaknya libur yang diambil perawat, sehingga butuh waktu cukup lama untuk dapat mengumpulkan seluruh kuesioner. Kemudian juga lemahnya kontrol Peneliti terhadap sampel, yaitu agar sampel tidak mengisi kuesioner dengan jawaban yang sama dari sampel lain, serta memastikan jumlah sebaran sampel pada masing-masing bangsal sudah sesuai atau belum dengan yang telah Peneliti tentukan. Hal tersebut dikarenakan beberapa sampel tidak mengisi kolom identitas secara lengkap serta proses penyebaran skala yang dilakukan oleh kepala tiap ruang bangsal, karena banyak perawat yang mengambil cuti, dengan maksud memudahkan pengumpulan kuisisioner di tiap ruang bangsal. Selain itu juga ditemukan beberapa kuesioner yang memiliki jawaban sama persis di setiap itemnya, sehingga menunjukkan kurangseriusan sampel dalam mengisi kuesioner.

 PENUTUP

A. KESIMPULAN

Terdapat hubungan yang signifikan antara strategi coping dan efikasi diri dengan tingkat burnout pada perawat Rumah Sakit Jiwa Surakarta. Hal ini berarti hipotesis pertama diterima (H_a diterima, H_0 ditolak).

Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara strategi coping dengan tingkat burnout pada perawat Rumah Sakit Jiwa Surakarta. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis kedua ditolak, yaitu ada hubungan antara strategi coping dengan burnout (H_a ditolak, H_0 diterima).

Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dengan tingkat burnout pada perawat Rumah Sakit Jiwa Surakarta. Hal ini berarti bahwa hipotesis ketiga diterima (H_a diterima, H_0 ditolak).

B. SARAN

Bagi perawat, diharapkan untuk terus melatih strategi coping yang dimiliki untuk dapat mengatasi burnout.

Bagi pihak Rumah Sakit, diharapkan untuk dapat menyelenggarakan pelatihan baik pelatihan strategi coping maupun efikasi diri pada perawat untuk dapat membantu perawat mengatasi burnout yang dialami dengan cara bekerja sama dengan lembaga atau ahli Psikologi yang profesional.

Saran bagi peneliti lain untuk dapat memperhatikan dan meneliti faktor-faktor atau variabel lain yang terkait dengan permasalahan dalam mengatasi burnout sehingga menambah pengetahuan dan menghasilkan penelitian yang lebih baik lagi.

 DAFTAR PUSTAKA

Andarika, Rita. 2004. Burnout Pada Perawat Puteri RS St. Elizabeth Semarang Ditinjau Dari Dukungan Sosial. *Jurnal Psyche* Vol. 1 No. 1. Palembang: Fakultas Psikologi Universitas Bina Darma.

Baron, Robert A., Branscombe, Nyla R., Byrne, Donn. 2008. *Social Psychology: Twelfth Edition*. USA: Pearson Education.

Cherniss. 1980. Apakah Anda Terkena Kejenuhan (Burnout)? Artikel. Diakses dari www.lpmpjabar.go.id.

Cook, Curtis W., Philip L. Hunsaker, Robert E. Coffey. 1997. *Management and Organizational Behaviour Second Edition*. USA: Mc Graw Hill.

Farida, P. 1994. *Kebutuhan Dasar Manusia, Stres Adaptasi dan Koping Mekanisme*. Disajikan Pada Pelatihan Mata Ajar Kesehatan Bagi Guru SPKSJ-SPK. Bogor.

Feldman, Robert S. 1998. *Social Psychology: Second Edition*. New Jersey: Prentice-Hall.

Hamilton, Persis Mary, RN, CNS, MS, EdD. 2012. Burnout: Coping with Stress. Artikel. Diakses dari TherapyCEU.com.

Ivancevich, Jhon M., Robert Konopaske, Michael T. Matteson. 2007. *Perilaku dan Manajemen Organisasi*. Jakarta: Erlangga.

Katarini, Nikki Rasuna. 2011. Burnout karyawan ditinjau dari persepsi budaya organisasi dan motivasi intrinsic di PT Krakatau

- steel. Skripsi (tidak diterbitkan). Surakarta: UNS.
- Lailani, Fereshti. 2012. Burnout pada Perawat Ditinjau Dari Efikasi Diri dan Dukungan Sosial. *Jurnal Telenta Psikologi* Vol. 1 No. 1
- Maslach, C. and Jackson, S.E. 1981. The Measurement of Experienced Burnout. *Journal of Organizational Behaviour*. Vol 2. 99-113.
- Muchinsky, Paul M. 1987. *Psychology Applied to Work: An Introduction for Industrial and Organizational Psychology*. USA: The Dorsey Press.
- Plana, Angel Blanch; Anton Aluja Fabregat & Joan Biscarri Gassio. 2003. Burnout Syndrome and Coping Strategies: A Structural Relations Model. *Psychology in Spain* Vol 7. No 1, 46-55.
- RG Raja, Lexshimi; Saadiah Tahir; Santhna L.P.; Md Nizam J. 2007. Prevalence of Stress and Coping Mechanism among Staff Nurses in the Intensive Care Unit. *Med&Health*. Vol.2 No.2. hal 146-153.
- Riggio, Ronald E. 2003. *Introduction to Industrial/Organizational Psychology- Fourth Edition*. New Jersey: Prentice Hall.
- Rizvi, A. prawitasari.1998. Pusat Kendali dan Efikasi Diri Sebagai Prediktor Prokrastinasi Akademik Mahasiswa. *Jurnal psikologi* no.3 th II.
- Rue, Leslie W., Byars, Lloyd L. 1997. *Management: Skills and Application Eighth Edition*. USA: Irwin.
- Tawale, Efa Novita; Widjajaning Budi; Gartinia Nurholis. 2011. Hubungan antara Motivasi Kerja Perawat dengan Kecenderungan Mengalami Burnout pada Perawat di RSUD Serui-Papua. *INSAN*. Vol 13 No. 02.
- Weiten, Wayne; Margaret A. Lloyd; Dana S. Dunn; Elizabeth Yost Hammer. 2009. *Psychology Applied to Modern Life: Adjustment in The 21st Century Ninth Edition*. USA: Wadsworth Cengage Learning.
- Windayanti; Cicilia Yetti Prawasti. Burnout Pada Perawat Rumah Sakit Pemerintah dan Perawat Rumah Sakit Swasta. *JPS* Vol. 13 No. 2 Mei 2007.