

Literature Study: Burnout And Coping Among Emergency Room Nurses

Ivana Sundari, Kurniawan Yudianto, Aan Nuraeni

Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran

Email: ivanasundari@gmail.com

Abstrak

Burnout merupakan sindrom kelelahan emosional yang sering terjadi pada perawat IGD. Perawat IGD memberikan perawatan dengan cepat, tanggap, dan tepat. Salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat burnout adalah coping. Teori terdahulu belum menjelaskan coping yang positif bagi perawat yang mengalami burnout, serta studi literatur mengenai burnout dan coping pada perawat IGD masih minim, sehingga diperlukan penelitian lebih lanjut. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi gambaran burnout dan coping pada perawat IGD. Penelitian ini menggunakan metode narrative review. Pencarian artikel penelitian pada database CINAHL, Pubmed, Science Direct, dan Google Scholar dengan menggunakan kata kunci “burnout” AND “coping” AND “emergency nurse” OR “perawat IGD.” Kriteria inklusi yaitu artikel 10 tahun terakhir, penelitian primer, dengan sampel perawat IGD. Artikel yang tidak sesuai dieklusi. Sehingga didapatkan 19 artikel relevan yang dianalisis menggunakan teknik compare and contrast. Hasil studi literatur ini ditemukan bahwa perawat IGD rentan mengalami burnout, khususnya dimensi emotional exhaustion. Coping yang sering digunakan oleh perawat IGD yaitu planful problem solving, seeking social support dan positive reappraisal yang efektif dalam menghadapi masalah dan memodifikasi sikap. Problem focused coping dikaitkan dengan risiko rendah mengalami burnout. Pelatihan penggunaan coping yang tepat dalam pencegahan burnout bagi perawat IGD diperlukan agar kesalahan kerja menurun dan kualitas pelayanan meningkat.

Kata Kunci: burnout, coping, perawat IGD

Abstract

Burnout is an emotional fatigue syndrome that often occurs on nurses in Emergency Department (ED). Emergency room nurses provide care quickly, responsively, and precisely. One of the factors that influence the burnout level is coping. Previous theories have not been able to explain positive coping for nurses who experience burnout, as well as literature review concerning burnout and coping among emergency room nurses are still minimal, so further research is needed. This study aims to identify burnout and coping among emergency room nurses. This research is a narrative review. Conduct search for research articles in the CINAHL, Pubmed, Science Direct, and Google Scholar databases using “burnout” AND “coping” AND “emergency nurse” OR “perawat IGD.” Inclusion criteria are articles on last ten years, primary research, sample of emergency nurses. Unrelevant articles are excluded. Thus, 19 relevant articles were obtained which were analysed using compare and contrast techniques. The results of this literature study found that emergency room nurses are prone to burnout, especially on emotional exhaustion dimension. Coping strategies that are often used by emergency room nurses are planful problem solving, seeking social support, and positive reappraisal which are effective coping in dealing with problems and modifying attitudes. Problem focused coping is associated with low risk of experiencing burnout. Training in the use of appropriate coping strategies in burnout prevention for emergency room nurses should be done so that work errors reduced and service quality improved.

Keywords: Burnout, coping, emergency nurses

Pendahuluan

Perawat merupakan salah satu profesi di bidang kesehatan, dimana perawat memiliki peranan penting terhadap derajat kesehatan pasien. IGD merupakan pelayanan rumah sakit yang dituntut untuk menyanggupi jumlah dan kondisi pasien yang tidak terduga. Semua pasien yang masuk ke ruang IGD tentunya harus diberikan perawatan, hal ini menjadi pemicu mengapa perawat di ruang IGD merupakan kelompok rentan (Moukarzel et al., 2019).

Burnout merupakan sindrom kelelahan emosional yang sering terjadi pada tenaga kesehatan, khususnya perawat IGD. Gejala yang digambarkan oleh burnout yaitu seseorang akan mengalami kelelahan emosional, menunjukkan sikap tidak peduli yang biasa disebut depersonalisasi, dan juga berakibat pada penghargaan terhadap diri sendiri yang menurun, yang biasa ditandai dengan kelelahan fisik, emosional dan mental (Ding et al., 2015; Maslach & Jackson, 1981). Burnout yang tidak ditangani dapat berdampak negatif bagi perawat, pasien, dan rumah sakit. Burnout dapat berpengaruh buruk terhadap patient safety yang dilakukan oleh perawat. Penelitian terdahulu juga mendapatkan bahwa burnout memengaruhi kualitas perawatan yang diberikan oleh perawat. Jika burnout mempengaruhi kualitas perawatan yang diberikan oleh perawat, tentunya hal ini dapat berdampak pula pada tingkat kepuasan pasien (Johnson et al., 2018).

Faktor situasional dan faktor individual merupakan kedua faktor penyebab burnout. Sudah banyak penelitian sebelumnya yang meneliti keterkaitan burnout dengan faktor lain selain coping. Sementara untuk penelitian yang meneliti hubungan antara burnout dan coping sendiri masih minim. Coping merupakan faktor penyebab burnout yang dapat dilatih, sehingga coping yang digunakan sesuai dengan situasi yang dihadapi agar meminimalkan dan mengurangi burnout (Günüşen & Üstün, 2010). Meskipun coping hanya salah satu faktor, namun jika coping yang digunakan seseorang adaptif maka risiko burnout pun akan menurun. Coping merupakan bagian dari faktor individual, dimana penelitian terdahulu menunjukkan

bahwa avoidance coping adalah gaya coping yang meningkatkan risiko terjadinya burnout (Maslach, Schaufeli, & Leiter, 2001).

Studi literatur mengenai burnout dan coping sudah cukup banyak, akan tetapi yang terkhusus pada perawat IGD masih minim. Sementara burnout pada perawat IGD masih menjadi perhatian. Karakteristik IGD dengan beban kerja yang lebih besar, situasi tegang dan penuh tekanan, jika tidak bisa mengatasi hal tersebut dengan coping yang tepat akan memicu rentannya perawat IGD mengalami burnout. Penelitian terdahulu belum sepenuhnya menjawab kaitan antara burnout dan coping, sehingga penulis akan melakukan penelitian yang berjudul “Studi Literatur: Gambaran Burnout dan Coping pada Perawat Instalasi Gawat Darurat” dengan metode narrative review.

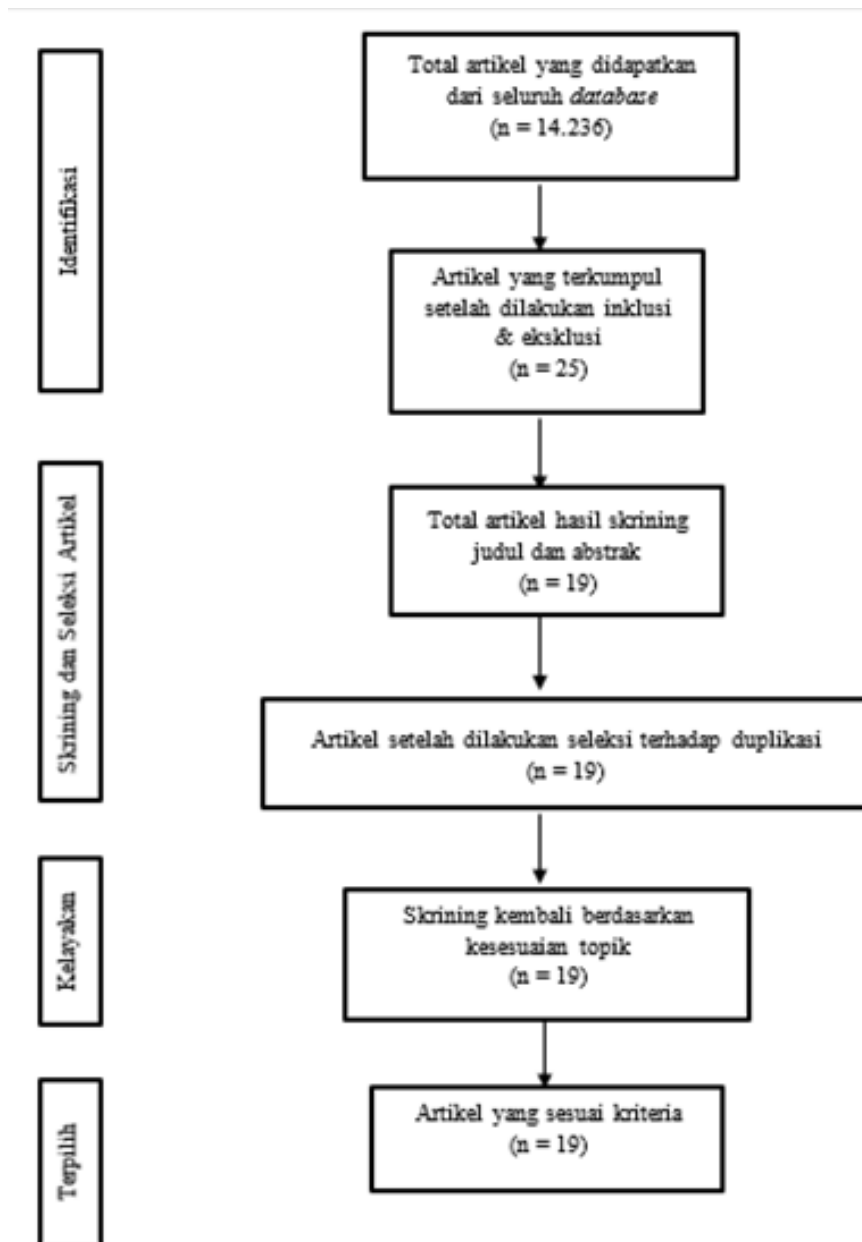
Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian studi literatur dengan metode narrative review. Tujuan studi literatur ini untuk mengetahui gambaran burnout dan coping pada perawat IGD agar dapat mengidentifikasi coping yang efektif dalam menurunkan burnout. Artikel yang akan ditinjau didapatkan dari beberapa basis data yang telah terindeks yaitu CINAHL, PubMed, Science Direct, Google Scholar. Kata kunci yang digunakan dalam pencarian artikel yaitu “burnout” AND “coping” AND “emergency nurse” OR “perawat IGD.”

Artikel penelitian yang ditinjau didapatkan dengan kriteria inklusi dan ekklusi seperti pada tabel 1. Alur pencarian artikel dilakukan berdasarkan bagan 1. Variabel penelitian ini adalah burnout pada perawat IGD dan coping pada perawat IGD. Tahapan dalam narrative review ini terdiri dari identify keyword, conduct search, review abstract and articles, dan document results. Kemudian dianalisis menggunakan teknik compare dan contrast, hasil analisis dituliskan ke dalam bentuk narasi yang terdiri dari beberapa kategori berdasarkan hasil yang ditemukan. Penulis memperhatikan etika dalam melakukan studi literatur ini, yaitu penulis tidak melakukan tindak penipuan, pemalsuan data hasil penelitian, mengutip sumber tanpa memberikan keterangan sumber atau plagiarisme.

Tabel 1. Kriteria Inklusi dan Eklusi

Kriteria	Inklusi	Eklusi
Tahun terbit	2011-2020 (10 tahun terakhir)	Diluar tahun terbit 2011-2020
Bahasa	Bahasa Inggris Bahasa Indonesia	Diluar bahasa Inggris dan bahasa Indonesia
Jenis artikel	Artikel penelitian primer Tersedia full text	Artikel penelitian sekunder
Populasi dan sampel	Perawat IGD	Bukan perawat IGD



Bagan 1. Alur proses dalam studi literatur

Hasil Penelitian

Jumlah artikel penelitian yang ditinjau dan dianalisis sebanyak 19 artikel. Artikel dengan penelitian kuantitatif ditemukan sebanyak 17 artikel, sementara 2 artikel termasuk dalam kualitatif. Artikel penelitian membahas mengenai burnout dan coping pada perawat IGD. Sebanyak 8 artikel membahas burnout, 8 artikel membahas coping, dan 3 artikel membahas hubungan antara burnout dan coping. Karakteristik dari tiap artikel tertulis pada tabel 2.

Tabel 2. Karakteristik Literatur

Studi (Penulis, Tahun Publikasi)	Populasi dan Sampel	Jumlah Sampel	Metode	Instrumen / Alat Ukur	Subskala
Hamdan & Hamra (2017)	Health workers in Emergency Departement	161 perawat, 142 dokter, 141 petugas administrasi	Cross-sectional	MBI-HSS	EE, DP, PA
Alqahtani et al. (2019)	Perawat dan Dokter IGD	187 perawat, 95 dokter	Cross-sectional	MBI	EE, DP, PA
Elshaer et al. (2017)	Critical care health workers	82 perawat dan teknisi kesehatan	Cross-sectional	Maslach Burnout Inventory of Health and human service Questionnaire.	EE, DP, PA
Abdo et al. (2015)	Perawat dan Dokter IGD	284 perawat dan 266 dokter	Cross-sectional	MBI	EE, DP, PA
Moukarzel et al. (2019)	Profesional IGD	379 profesional IGD	Cross-sectional	MBI	EE, DP, PA
Baruah et al. (2019)	Perawat, dokter, paramedik IGD	68 perawat, dokter, paramedik	Cross-sectional	MBI	EE, DP, PA
Jiang et al. (2017)	Perawat IGD	976 perawat	Cross-sectional	MBI	EE, DP, PA
Rios-Risquez et al. (2016)	Perawat IGD	148 perawat 390 pasien	Cross-sectional	Maslach Burnout Inventory – GS	EE, CC, PE
Isa et al. (2019)	Perawat IGD dan kritis	85 perawat	Cross-sectional	Ways of Coping questionnaire	PFC, EFC
Ribeiro et al. (2015)	Perawat IGD	89 perawat	Cross-sectional	Ways of Coping questionnaire	PFC, EFC
Xu et al. (2019)	Perawat dan dokter IGD	250 perawat 150 dokter	Cross-sectional	Jalowiec Coping Scale	PC, NC
Lu et al. (2015)	Perawat IGD	127 perawat	Cross-sectional	Coping strategies questionnaire	PC, NC
Jan et al. (2017)	Perawat IGD dan perawat umum	120 perawat	Comparative	Modified Ways of coping questionnaire (WOCQ)	PFC, EFC
Ai et al. (2016)	Profesional IGD	366 staff IGD	Cross-sectional	Brief COPE Questionnaire – French version	AC, PL, IS, ES, VT, PR, ACC
Yeni Mulyani, Evi Risa M., Littia Ulfah (2017)	Perawat IGD dan ICU	62 perawat	Correlative	Kuesioner mekanisme coping dan stres kerja	Adaptif, maladaptive
Dhiny Easter Yanti, Yeti Septiasari (2017)	Perawat IGD	4 perawat	Kualitatif	Wawancara mendalam dan observasi	PFC, EFC
Howlet et al. (2015)	Profesional IGD	616 dokter, perawat, dan staff	Cross-sectional	MBI-HSS Coping Inventory for Stressful Situations (CISS)	EE, DP, PA TOC, EOC
Portero de la Cruz et al. (2020)	Perawat IGD	171 perawat	Cross-sectional, Multicenter study	Maslach Burnout Inventory, Brief COPE	EE, DP, PA PFC, EFC, AVC

Dian Indrayani Perawat IGD 6 perawat Kualitatif Wawancara mendalam Kelelahan emosional, PFC, EFC
Rante (2013)

Catatan. Pengukuran burnout: EE = emotional exhaustion; DP = depersonalization; PA = personal accomplishment; CC = Cynicism; PE = personal effectiveness, Skala coping: PFC = problem focused coping; EFC = emotion focused coping; AVC = avoidance coping; TOC; task-oriented coping; EOC; emotion-oriented coping; PC = positive coping style; NC = negative coping style; AC = active coping; PL = planning; IS = instrumental support; ES = emotional support; VT = venting; PR = positive reinterpretation; ACC = acceptance

Tabel 3. Hasil Analisis Artikel

Penulis & Tahun Publikasi	Hasil Penelitian	Faktor
Hamdan & Hamra (2017)	Presentase perawat IGD yang memiliki hasil tinggi pada tiap dimensi, yaitu EE (69,8%), DP (48,8%), dan RPA (49,7%).	EE dipengaruhi oleh tekanan kerja, burnout dikaitkan dengan faktor usia
Alqahtani et al. (2019)	Prevalensi tiga dimensi burnout pada perawat IGD, yaitu high EE (92,5%), high DP (20,6%) and low PA (48,1%).	Burnout dikaitkan dengan gender, seseorang dengan pekerjaan panggilan, perokok, dan medikasi.
Elshaer et al. (2017)	Presentase hasil tinggi pada tiap dimensi yaitu EE (80,5%), DP (21,9%), dan RPA (31,7%).	EE, DP, dan RPA disebabkan oleh coping maladaptive dan kurangnya sumber daya diri pekerja.
Abdo et al. (2015)	Perawat IGD memiliki skor DP rendah (48,2%) dan (44,4%) skor sedang. Pada dimensi RPA 96,5% perawat memiliki skor tinggi.	Faktor penyebab burnout yaitu usia, terpapar kekerasan kerja, lama bekerja, beban kerja, pengawasan, dan aktivitas kerja.
Moukarzel et al. (2019)	EE dan DP yaitu 15.8% and 29.6% dari seluruh profesional di IGD. Prevalensi burnout adalah 34.6%.	EE, DP, dan RPA dipengaruhi oleh shift malam, tekanan pekerjaan, gangguan tidur.
Baruah et al. (2019)	Tingkat rendah-sedang pada EE, tingkat sedang pada DP, dan tingkat sedang-rendah pada PA.	EE dipengaruhi jam kerja. DP dikaitkan dengan tahun bekerja.
Jiang et al. (2017)	Tingkat burnout perawat IGD pada ketiga dimensi didapatkan hasil yang tinggi.	Tingginya burnout tidak berkaitan dengan usia, tingkat pendidikan, tingkat akademik, pengalaman kerja di IGD.
Rios-Risquez et al. (2016)	EE rendah, tingginya cynicism, dan tingkat personal effectiveness tinggi.	Burnout tidak berkaitan dengan faktor demografi, occupational variable, persepsi stres, dan kepuasan pasien.
Isa et al. (2019)	Planful problem solving dan positive reappraisal merupakan coping yang paling sering digunakan. Sementara confrontative coping dan escape-avoidance adalah strategi yang paling jarang digunakan.	Pada confrontive coping dikaitkan dengan status menikah. Sementara coping lainnya tidak dipengaruhi oleh faktor demografi.
Ribeiro et al. (2015)	Perawat IGD tidak hanya menggunakan satu coping. Coping yang sering digunakan adalah problem solving, positive reappraisal and social support. Coping yang paling jarang digunakan adalah confrontation.	Confrontation dikaitkan dengan gender laki-laki. Positive reappraisal dikaitkan dengan status menikah. Shift malam memengaruhi penggunaan escape-avoidance.

Xu et al. (2019)	Strategi coping yang digunakan oleh perawat IGD positive coping. Namun, sebagian perawat ada yang menggunakan coping yang negatif.	Perbedaan penggunaan coping dipengaruhi oleh persiapan pendidikan, tingkat pengetahuan, otoritas, posisi, pendapatan dan mobilitas karier.
Lu et al. (2015)	Sebagian besar perawat IGD menggunakan strategi coping yang positif.	Negative coping dipengaruhi oleh reaksi psikologis perawat yang tidak mampu beradaptasi, sensitif, dan mudah marah.
Jan et al. (2017)	Planful problem solving dan positive reappraisal merupakan coping yang paling sering digunakan. Coping yang jarang digunakan adalah confrontive coping, accepting responsibilities, dan escape-avoidance.	Coping memiliki kaitan dengan faktor demografi.
Ai et al. (2016)	Perawat cenderung menggunakan active coping, venting dan positive reinterpretation.	Penggunaan coping oleh perawat dipengaruhi oleh masalah kesehatan dan keselamatan, ketidakberdayaan, kurangnya rasa hormat dan tidak merasa dihargai.
Yeni Mulyani, Evi Risa M., Littia Ulfah (2017)	59 orang (95,5%) dari total responden menggunakan mekanisme coping adaptif.	Mekanisme coping dapat dipengaruhi oleh lama kerja.
Howlet et al. (2015)	-Problem-focused coping sebagai prediktor dalam EE dan DP yang lebih rendah, serta lebih tingginya PA. -Emotion-oriented coping signifikan dengan lebih tingginya EE dan DP serta rendahnya PA	Coping tertentu dikaitkan dengan risiko burnout pada staff IGD. Faktor demografi juga memengaruhi burnout.
Portero de la Cruz et al. (2020)	-Perawat IGD memiliki prevalensi EE kategori rendah (59.65%), DP kategori tinggi (43.27%) dan PA kategori tinggi (53.22%). Prevalensi tingkat burnout tinggi yaitu 8.19%. -Strategi coping yang sering digunakan adalah problem-focused coping. -Dimensi EE dan DP dipengaruhi oleh penggunaan avoidance coping.	-EE and DP dipengaruhi oleh gender wanita dan juga penggunaan avoidance coping. -Kontrak kerja berpengaruh pada tingkat DP. -Dimensi PA memiliki kaitan dengan umur dan lama bekerja. -Kurangnya latihan fisik merupakan prediktor burnout.
Dian Indrayani Rante (2013)	Perawat IGD mengalami kelelahan emosional dan menanganinya dengan menggunakan strategi Emotional Focused Coping dan Problem Focused Coping	-Kelelahan emosional dipengaruhi oleh faktor situasional. -Penggunaan coping dipengaruhi oleh gender

Catatan. EE = emotional exhaustion; DP = depersonalization; PA = personal accomplishment; RPA = reduce personal accomplishment

Burnout pada Perawat IGD

Burnout merupakan masalah psikologis yang penting untuk dicegah dan ditangani karena dampak buruk yang dapat ditimbulkannya. Maslach Burnout Inventory (MBI) merupakan alat ukur yang dirancang untuk menilai aspek burnout dengan tiga subskala diantaranya emotional exhaustion, depersonalization, dan personal accomplishment. Sebagian besar artikel penelitian yang digunakan dalam studi literatur ini menggunakan MBI sebagai alat ukur burnout. Artikel penelitian burnout pada perawat IGD menunjukkan hasil yang bervariasi, hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor.

Moukarzel et al. (2019) dengan 379 responden mendapatkan hasil prevalensi burnout yang terjadi di IGD tersebut adalah 34,6%. Penelitian mengenai burnout di Shanghai dalam studi Jiang et al. (2017) pada 976 perawat IGD menggambarkan hasil yang tinggi pada setiap dimensi burnout. Kedua penelitian tersebut menyebutkan bahwa karakteristik lingkungan IGD yang menempatkan tekanan kerja pada perawat dan menjadi alasan mengapa burnout terjadi. Berbeda dengan penelitian sebelumnya, studi Ríos-Risquez (2016) menunjukkan prevalensi burnout pada penelitian tersebut rendah, yaitu 3,4%. Sementara penelitian Baruah et al. (2019) menunjukkan tingkat rendah-sedang pada EE, tingkat sedang pada DP, dan tingkat sedang-rendah pada RPA.

High Emotional Exhaustion

Penelitian Hamdan & Hamra (2017) mendapatkan persentase perawat IGD yang memiliki hasil tinggi pada emotional exhaustion (EE) yaitu 69,8%. Tingginya dimensi EE pada pekerja IGD di Palestina diakibatkan oleh tekanan kerja yang berlebihan karena angka cedera dan trauma yang tinggi. Studi Alqahtani, Awadalla, Alsaleem, Alsamghan, & Alsaleem (2019) memiliki prevalensi high emotional exhaustion pada perawat IGD, yaitu 92,5%. Pekerja di IGD dihadapkan pada situasi karakteristik IGD yang memicu berkembangnya stres dan burnout pada pekerja IGD. Elshaer, Moustafa, Aiad, & Ramadan (2018) menggambarkan persentase hasil tinggi pada emotional exhaustion 80,5%. Dimensi EE mendominasi dari dimensi lainnya, hal ini

dapat dipengaruhi oleh penggunaan coping yang maladaptif kemudian dapat berpengaruh pula pada dimensi yang lainnya. Penelitian Abdo, El-Sallamy, J. (2016) didapatkan hasil lebih dari setengah perawat (52,8%) mendapatkan hasil tinggi pada dimensi emotional exhaustion yang dipengaruhi oleh karakteristik organisasi.

High Depersonalization

Prevalensi high depersonalization pada Alqahtani, Awadalla, Alsaleem, Alsamghan, & Alsaleem (2019) yaitu sebesar 20,6%. Hasil serupa juga didapatkan oleh Elshaer, Moustafa, Aiad, & Ramadan (2018) dalam penelitiannya menggambarkan presentase hasil tinggi pada depersonalization pada perawat IGD yaitu 21,9%. Penelitian Hamdan & Hamra (2017) mendapatkan hasil bahwa depersonalization (DP) yang tinggi didominasi oleh perawat IGD.

Reduced Personal Accomplishment

Penelitian Elshaer, Moustafa, Aiad, & Ramadan (2018) memiliki persentase hasil tinggi pada dimensi reduced personal accomplishment sebanyak 31,7%. Studi Alqahtani, Awadalla, Alsaleem, Alsamghan, & Alsaleem (2019) mendapatkan hasil low personal accomplishment sebesar 48,1%. Pada penelitian Hamdan & Hamra (2017) persentase perawat IGD yang memiliki hasil reduced personal accomplishment yaitu 49,7%.

Koping pada Perawat IGD

Instrumen pada beberapa artikel yaitu Jalowiec coping scale, coping strategies questionnaire, brief COPE, dan kuesioner mekanisme coping. Sementara Ways of Coping questionnaire (WOCQ) merupakan instrumen yang paling banyak digunakan. Perbedaan penggunaan instrumen tentunya berpengaruh pada hasil penelitian. Penelitian Isa et al. (2019) pada 95 perawat IGD dan ICU didapatkan bahwa coping yang paling sering digunakan oleh perawat IGD adalah planful problem solving dan positive reappraisal. Hasil yang sama juga didapatkan oleh Ribeiro, Pompeo, Pinto, & De Cassia Helú

Mendonça Ribeiro (2015) pada penelitiannya yaitu perawat IGD sering menggunakan problem solving, positive reappraisal dan social support.

Jan et al. (2017) mendapatkan hasil bahwa staf perawat IGD lebih sering menggunakan strategi planful problem solving dan positive reappraisal saat dihadapkan pada masalah. Hal ini sejalan dengan penelitian Mulyani, Risa M, & Ulfah (2017) yaitu 95,5% dari total responden yang merupakan perawat IGD dan ICU menggunakan mekanisme coping yang adaptif. Xu et al. (2019) menunjukkan sebagian besar petugas klinis di ruang IGD menggunakan strategi coping positif dan hanya sebagian kecil yang menggunakan strategi coping maladaptif. Studi Lu et al. (2015) didapatkan bahwa sebagian besar perawat IGD memilih menggunakan strategi coping positif dalam menghadapi situasi stres. Namun, beberapa perawat memilih menggunakan strategi coping negatif dalam menyelesaikan suatu masalah. Sementara, hasil penelitian yang dilakukan Ai et al. (2016) didapatkan bahwa perawat cenderung menggunakan active coping, venting dan positive reinterpretation. Pada penelitian kualitatif yang dilakukan Yanti & Septiasari (2017) perawat IGD menggunakan berbagai variasi emotion-focused coping dalam menghadapi situasi permasalahan.

Efektivitas Koping

Pada artikel yang digunakan dalam literature review ini, sebagian besar menyebutkan bahwa perawat IGD memilih planful problem solving dan seeking social support sebagai coping mereka. Kedua strategi tersebut dikatakan sebagai coping yang positif dan efektif dalam mengatasi masalah, individu yang menggunakannya memilih untuk menyelesaikan masalah dan memodifikasi sikap mereka, sehingga mengurangi atau menghilangkan situasi yang menyebabkan stres (Ribeiro et al., 2015).

Perawat IGD juga sering menggunakan emotion focused coping, yaitu positive reappraisal. Positive reappraisal berupaya dengan memunculkan nilai positif dan memanfaatkannya untuk mengembangkan diri dalam kegiatan yang positif serta mendekatkan diri kepada Tuhan. Perawat IGD

menggunakan positive reappraisal dengan alasan memanfaatkannya dalam menghadapi masalah untuk lebih mendekatkan diri kepada Tuhan daripada melakukan hal lain (Jan, 2017). Efektivitas strategi coping tertentu tergantung pada konteks di mana itu terjadi. Penggunaan coping oleh individu dipengaruhi beberapa faktor.

Burnout dan Coping pada Perawat IGD

Teori terdahulu mengatakan bahwa coping merupakan salah satu faktor penyebab seseorang mengalami burnout. Studi yang dilakukan Howlett et al. (2015) menunjukkan hasil task-oriented coping memiliki hubungan yang signifikan dengan EE rendah, DP rendah, RPA tinggi, dan tingkat burnout yang rendah. Sementara tingkat burnout yang tinggi dikaitkan dengan emotion-oriented coping. Pada penelitian Cruz, Cebrino, Herruzo, & Vaquero-Abellán (2020) mendukung penelitian Howlett et al. (2015) yang mengemukakan penggunaan task-oriented coping berisiko rendah mengalami burnout. Penelitian Rante (2013) menunjukkan perawat IGD mengalami kelelahan emosional dan memilih emotion focused coping saat mereka lebih mampu mengelola emosi, dan ketika mereka dapat bertahan menghadapi permasalahan serta mampu mengelola emosi problem focused coping yang dipilih.

Pembahasan

Burnout pada tenaga kesehatan masih menjadi perhatian dan kekhawatiran. Burnout dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu situational factor dan individual factor. Coping merupakan salah satu faktor personal yang memicu burnout apabila mengarah pada upaya maladaptif (Maslach et al., 2001). Burnout pada perawat IGD pada beberapa artikel mendapatkan hasil yang bervariasi, akan tetapi sebagian besar menunjukkan bahwa perawat IGD mengalami high emotional exhaustion. Emotional exhaustion (EE) merupakan komponen utama burnout. Penyebab tingginya EE dan burnout bervariasi pada tiap artikel.

Hamdan & Hamra (2017) menyebutkan tingginya EE dipengaruhi oleh tekanan kerja

yang berlebihan, sementara tingginya burnout banyak ditemukan pada pekerja yang lebih muda. Jiang et al. (2017) berbeda dengan penelitian sebelumnya, yaitu faktor tingginya burnout tidak berkaitan dengan usia, tingkat pendidikan, tingkat akademik, dan pengalaman kerja di IGD. Sementara pada tiga artikel penelitian hanya mendapatkan hasil tinggi pada dimensi EE yaitu lebih dari 50% partisipan (Abdo, El-Sallamy, 2016; Alqahtani et al., 2019; Elshaer et al., 2018). Pada ketiga artikel tersebut mengidentifikasi faktor burnout yang berbeda-beda. Abdo, El-Sallamy (2016) menyebutkan bahwa faktor penyebab burnout yaitu usia, terpapar kekerasan kerja, lama bekerja, beban kerja, pengawasan, dan aktivitas kerja. Burnout pada penelitian Alqahtani et al. (2019) dikaitkan dengan gender, seseorang dengan pekerjaan panggilan, perokok, dan medikasi. Sementara pada penelitian Elshaer et al. (2018) burnout dikaitkan dengan coping maladaptif dan kurangnya sumber daya diri perawat. Tingginya emotional exhaustion juga dapat disebabkan oleh workplace violence and aggression yang menimbulkan dampak negatif pada pekerjaan (Hamdan & Hamra, 2017). Sebagai salah satu komponen utama burnout, emotional exhaustion dapat memberikan dampak negatif pada pemberian pelayanan. Perawat IGD yang mengalami emotional exhaustion akan merasa terbebani dan putus asa dalam melakukan pekerjaannya, serta merasa kehilangan energi yang menyebabkan perawat kurang responsif terhadap klien.

Coping maladaptif disebutkan sebagai salah satu faktor penyebab burnout. Coping merupakan upaya seseorang dalam menghadapi suatu permasalahan, dapat mengarah pada upaya adaptif atau maladaptif. Pada studi literatur ini ditemukan hasil yang bervariasi terkait coping pada perawat IGD. Sebagian besar perawat IGD menggunakan problem focused coping dan emotion focused coping, akan tetapi penelitian menunjukkan bahwa sebagian perawat masih memiliki coping negatif. Problem focused coping yang sering digunakan oleh perawat IGD dalam artikel yang digunakan pada penelitian ini, yaitu planful problem solving. Alasan perawat menggunakannya adalah karena memberikan rasa mampu mengontrol

melalui perencanaan langkah demi langkah yang cermat, sehingga coping tersebut dapat menjadi yang paling tepat apabila faktor stres yang dihadapi dibawah kendali sehingga dapat mengelolanya dengan efektif. Selain planful problem solving, perawat IGD juga menggunakan seeking social support dalam mengatasi masalahnya. Pada penelitian terdahulu seeking social support memiliki hubungan yang negatif dengan EE dan DP. Strategi ini dapat membantu seseorang agar tidak mengalami ataupun mengurangi emotional exhaustion dan depersonalization. Sementara strategi PFC yang paling jarang digunakan oleh perawat IGD yaitu confrontive coping. Positive reappraisal merupakan strategi emotion focused coping yang sering digunakan oleh perawat IGD. Perawat menggunakannya dengan memberi makna positif dan memanfaatkan situasi permasalahan untuk lebih mendekatkan diri pada Tuhan daripada melakukan hal negatif (Jan, 2017). Strategi emotion focused coping yang mengarah pada hal negatif seperti menghindari akan meningkatkan risiko terjadinya burnout.

Strategi yang berdampak positif bagi perawat IGD yang mengalami burnout diantaranya planful problem solving, positive reappraisal, dan seeking social support. Penggunaan ketiga coping itu tidak memicu tingginya emotional exhaustion dan depersonalization, sehingga dinilai efektif jika digunakan dalam menghadapi permasalahan. Akan tetapi, positive reappraisal tergolong pada emotion focused coping, dimana hanya mengelola emosi dan permasalahan yang sebenarnya belum terselesaikan. Hasil ini dapat dijadikan pertimbangan untuk melakukan pelatihan coping pada perawat IGD. Pelatihan coping dapat mengurangi tingkat burnout pada perawat, khususnya pada dimensi emotional exhaustion (Günüşen & Üstün, 2010).

Simpulan

Perawat IGD rentan mengalami burnout, ditunjukkan dengan hasil mayoritas artikel yaitu perawat IGD mengalami emotional exhaustion (EE) yang tinggi. Planful problem solving dan seeking social support merupakan strategi problem focused coping

yang sering digunakan oleh perawat IGD, sementara emotion focused coping yang sering digunakan adalah positive reappraisal. Ketiga coping ini efektif dalam mengatasi permasalahan yang dialami oleh perawat IGD. Akan tetapi, positive reappraisal tidak menyelesaikan masalah dan hanya mengelola emosi, sehingga dapat disimpulkan bahwa problem focused coping, khususnya problem focused coping dan seeking social support efektif jika digunakan perawat IGD menghadapi stresor dan menyelesaikan masalah yang dihadapinya.

Bagi pelayanan keperawatan, hasil penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan bagi perawat dalam menggunakan coping yang sesuai dengan permasalahan yang dihadapi sehingga dapat mengurangi angka burnout dan kualitas pelayanan keperawatan akan meningkat serta kesalahan kerja akan menurun. Bagi peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian lebih dalam atau penelitian spesifik terkait faktor yang berpengaruh karena memungkinkan adanya perbedaan hasil burnout dan coping di Indonesia dengan penelitian yang sudah ada di negara lain. Penelitian selanjutnya diperlukan agar pencegahan atau penanganan burnout berkaitan dengan coping dapat dilakukan dalam pelayanan keperawatan. Hal ini menjadi penting karena penelitian di Indonesia mengenai burnout dan coping pada perawat IGD masih minim.

Daftar Pustaka

- Abdo, S., El-Sallamy, R., J, A. E.-S.-... M. H., & 2016, U. (2016). Burnout among physicians and nursing staff working in the emergency hospital of Tanta University, Egypt. *Apps. who.int*. Retrieved from https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/326714/EMHJ_21_12_2015.pdf#page=52
- Ai, L., Lm, S., Jp, P., F, D., F, G., & G, B. (2016). Coping behavior and risk and resilience stress factors in French regional emergency medicine unit workers: a cross-sectional survey. *Journal of Medicine and Life*, 9(4), 363–368. <https://doi.org/10.22336/jml.2016.0408>
- Alqahtani, A. M., Awadalla, N. J., Alsaleem, S. A., Alsamghan, A. S., & Alsaleem, M. A. (2019). Burnout Syndrome among Emergency Physicians and Nurses in Abha and Khamis Mushait Cities, Aseer Region, Southwestern Saudi Arabia. *The Scientific World Journal*, 2019, 1–14. <https://doi.org/10.1155/2019/4515972>
- Baruah, A., Das, S., Dutta, A., Das, B., Sharma, T., & Hazarika, M. (2019). Degree and Factors of Burnout Among Emergency Healthcare Workers in India. *Int J Sci Res (Ahmedabad)*, 8(4), 41–45. <https://doi.org/10.15373/22778179>
- Ding, Y., Yang, Y., Yang, X., Zhang, T., Qiu, X., & He, X. (2015). The Mediating Role of Coping Style in the Relationship between Psychological Capital and Burnout among Chinese Nurses. *PLoS ONE*, 10(4), 1–14. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0122128>
- Elshaer, N. S. M., Moustafa, M. S. A., Aiad, M. W., & Ramadan, M. I. E. (2018). Job Stress and Burnout Syndrome among Critical Care Healthcare Workers. *Alexandria Journal of Medicine*, 54(3), 273–277. <https://doi.org/10.1016/j.ajme.2017.06.004>
- Günüşen, N. P., & Üstün, B. (2010). An RCT of coping and support groups to reduce burnout among nurses. *International Nursing Review*, 57(4), 485–492. <https://doi.org/10.1111/j.1466-7657.2010.00808.x>
- Hamdan, M., & Hamra, A. A. (2017). Burnout among workers in emergency Departments in Palestinian hospitals: Prevalence and associated factors. *BMC Health Services Research*, 17(1). <https://doi.org/10.1186/s12913-017-2356-3>
- Howlett, M., Doody, K., Murray, J., LeBlanc-Duchin, D., Fraser, J., & Atkinson, P. R. (2015). Burnout in emergency department healthcare professionals is associated with coping style: A cross-sectional survey. *Emergency Medicine Journal*, 32(9), 722–727. <https://doi.org/10.1136/emmermed-2014-203750>
- Isa, K. Q., Ibrahim, M. A., Abdul-Manan, H. H., Mohd-Salleh, Z. A. H., Abdul-Mumin, K.

- H., & Rahman, H. A. (2019). Strategies used to cope with stress by emergency and critical care nurses. *British Journal of Nursing*, 28(1), 38–42. <https://doi.org/10.12968/bjon.2019.28.1.38>
- Jan, F. (2017). Level of Stress Among Staff Nurses Working in Emergency and General Wards of Skims Hospital; a Comparative Study. *International Journal of Advanced Research*, 5(4), 1469–1476. <https://doi.org/10.21474/ijar01/3969>
- Jiang, H., Ma, L., Gao, C., Li, T., ... L. H.-E. M., & 2017, U. (2017). Satisfaction, burnout and intention to stay of emergency nurses in Shanghai. *Emerg Med J*, 34, 448–453. <https://doi.org/10.1136/emered-2016-205886>
- Johnson, J., Hall, L. H., Berzins, K., Thompson, C., Baker, J., & Melling, K. (2018). Mental healthcare staff well-being and burnout : A narrative review of trends, causes, implications, and recommendations for future interventions. *International Journal of Mental Health Nursing*, 27, 20–32. <https://doi.org/10.1111/inm.12416>
- Lu, D. M., Sun, N., Hong, S., Fan, Y. Y., Kong, F. Y., & Li, Q. J. (2015). Occupational Stress and Coping Strategies Among Emergency Department Nurses of China. *Archives of Psychiatric Nursing*, 29(4), 208–212. <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2014.11.006>
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job Burnout. *Annu. Rev. Psychol*, 52, 397–422. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.397>
- Moukarzel, A., Michelet, P., Durand, A., Sebbane, M., Bourgeois, S., Markarian, T., ... Gentile, S. (2019). Burnout Syndrome among Emergency Department Staff : Prevalence and Associated Factors. *BioMed Research International*, 2019, 1–10. <https://doi.org/10.1155/2019/6462472>
- Mulyani, Y., Risa M, E., & Ulfah, L. (2017). Hubungan Mekanisme Koping dengan Stres Kerja Perawat IGD dan ICU di RSUD Ulin Banjarmasin. *Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 3(2), 513–524.
- Portero de la Cruz, S., Cebrino, J., Herruzo, J., & Vaquero-Abellán, M. (2020). A Multicenter Study into Burnout, Perceived Stress, Job Satisfaction, Coping Strategies, and General Health among Emergency Department Nursing Staff. *Journal of Clinical Medicine*, 9(4), 1007. <https://doi.org/10.3390/jcm9041007>
- Ribeiro, R. M., Pompeo, D. A., Pinto, M. H., & De Cassia Helú Mendonça Ribeiro, R. (2015). Coping Strategies of Nurses in Hospital Emergency Care Services. *ACTA Paulista de Enfermagem*, 28(3), 216–223. <https://doi.org/10.1590/1982-0194201500037>
- Ríos-Risquez, M. I., & García-Izquierdo, M. (2016). Patient satisfaction, stress and burnout in nursing personnel in emergency departments: A cross-sectional study. *International Journal of Nursing Studies*, 59, 60–67. <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2016.02.008>
- Xu, H. (Grace), Johnston, A. N. B., Greenslade, J. H., Wallis, M., Elder, E., Abraham, L., ... Crilly, J. (2019). Stressors and coping strategies of emergency department nurses and doctors: A cross-sectional study. *Australasian Emergency Care*, 22(3), 180–186. <https://doi.org/10.1016/j.auec.2018.10.005>
- Yanti, D. E., & Septiasari, Y. (2017). Coping Stress Perawat IGD RSI Asy-Syifaa Lampung Tengah. *Jurnal Dunia Kesmas*, 6(4), 171–178. <https://doi.org/10.33024/jdk.v6i4.497>