

HUBUNGAN ANTARA ALTRUISME DENGAN *COMPASSION FATIGUE* PADA CALON PERAWAT

Adi Bawono¹, Ika Febrian Kristiana¹

¹Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Mr. Sunario, Tembalang, Semarang, 50275

adibawono4@gmail.com

ABSTRAK

Calon perawat yang menjalani praktik di rumah sakit diwajibkan memiliki altruisme tinggi untuk memahami penderitaan pasien. Namun, paparan emosional yang intens dan terus-menerus terhadap penderitaan tersebut berisiko memicu *compassion fatigue* (kelelahan emosional dan fisik), yang dapat menurunkan efektivitas pelayanan kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara altruisme dengan *compassion fatigue* pada mahasiswa calon perawat. Populasi penelitian adalah mahasiswa akhir Keperawatan Poltekkes Semarang dengan jumlah sampel sebanyak 137 responden yang dipilih menggunakan teknik *convenience sampling*. Pengumpulan data menggunakan dua instrumen yang telah diuji validitasnya, yaitu *Compassion Fatigue Inventory* (15 aitem, $\alpha = 0,889$) dan Skala Altruisme (25 aitem, $\alpha = 0,888$). Hasil analisis statistik menggunakan uji korelasi Spearman menunjukkan adanya hubungan negatif yang kuat dan sangat signifikan antara altruisme dengan *compassion fatigue* ($\rho = -0,823$, $p < 0,001$). Hasil analisis regresi menghasilkan persamaan $Y = 63,14 - 0,481X$ dengan nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,713. Hal ini menunjukkan bahwa variabel altruisme memberikan kontribusi sebesar 71,3% terhadap perubahan skor *compassion fatigue*, di mana semakin tinggi tingkat altruisme maka semakin rendah tingkat *compassion fatigue* yang dialami oleh calon perawat. Altruisme berperan sebagai motivasi intrinsik dan pelindung (*buffer*) emosional bagi calon perawat dalam memaknai penderitaan pasien. Institusi pendidikan disarankan untuk mengintegrasikan pelatihan manajemen stres dan program *self-care* sebelum calon perawat terjun ke praktik lapangan.

Kata kunci : Altruisme, *Compassion Fatigue*, Calon Perawat, Psikologi Klinis

THE RELATIONSHIP BETWEEN ALTRUISM AND COMPASSION FATIGUE AMONG NURSING STUDENTS

Adi Bawono¹, Ika Febriana Kristiana¹

¹Faculty of Psychology Diponegoro University
Prof. Mr. Sunario Street., Tembalang, Semarang, 50275

adibawono4@gmail.com

ABSTRACT

Nursing students undergoing clinical practice in hospitals are required to possess high levels of altruism to comprehend their patients' suffering. However, intense and continuous emotional exposure to such suffering poses a risk of triggering compassion fatigue (emotional and physical exhaustion), which can ultimately diminish the effectiveness of healthcare services. This study aims to determine the relationship between altruism and compassion fatigue among nursing students. The research population consisted of final-year nursing students at Poltekkes Semarang, with a sample size of 137 respondents selected using a convenience sampling technique. Data collection employed two instruments that had been tested for validity: the Compassion Fatigue Inventory (15 items, $\alpha = 0,889$) and the Altruism Scale (25 items, $\alpha = 0,888$). The statistical analysis using Spearman's correlation test showed a strong and highly significant negative relationship between altruism and compassion fatigue ($\rho = -0,823$, $p < 0,001$). Furthermore, the regression analysis yielded the equation $Y = 63,14 - 0,481X$ with a coefficient of determination (R^2) of 0,713. This indicates that the altruism variable contributes 71.3% to the variance in compassion fatigue scores, demonstrating that higher levels of altruism correspond to lower levels of compassion fatigue experienced by nursing students. Altruism serves as an intrinsic motivation and an emotional buffer for nursing students in finding meaning within their patients' suffering. Educational institutions are recommended to integrate stress management training and self-care programs before nursing students enter hospital.

Keywords : Altruism, Compassion Fatigue, Nursing Students, Clinical Psychology

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia adalah makhluk sosial yang selalu membutuhkan pertolongan serta bantuan dengan sesamanya untuk saling memenuhi kebutuhannya. Oleh karena itu, manusia mempunyai kebutuhan dasar untuk saling terhubung (Fiske, 2014). Rizky (2021) menyatakan bahwa manusia yaitu makhluk sosial yang hidup dengan saling membutuhkan walaupun terlahir dengan kondisi yang berbeda-beda akan tetapi jika manusia dapat memadukan peran serta tugasnya satu sama lain maka kebutuhan-kebutuhan tersebut akan tercapai. Tolong menolong adalah kecenderungan alami manusia, seorang individu mempunyai kebutuhan-kebutuhan mendasar yaitu memberikan dan meminta bantuan (Rahman, 2013). Sikap tolong menolong melampaui perbedaan ras, agama, dan etnis. Sebagai contoh perilaku tolong menolong serta saling membantu yang dilakukan oleh warga Sleman yang merupakan sebuah kelompok umat beragama Islam membantu menata dan membersihkan Gereja Santa Lidwina setelah adanya penyerangan oleh oknum radikal (Yulianto, 2018). Hal yang sama juga terjadi di Kecamatan Senduro dengan masyarakat yang mempunyai keyakinan yang berbeda-beda akan tetapi mempunyai kepentingan yang sama dalam menjaga keselarasan dan kerukunan dalam kehidupan bermasyarakat (Putra & Kawindra, 2018).

Saat menolong seseorang ada peranan empati di sana, empati adalah suatu kemampuan untuk menempatkan diri sebagai orang lain secara spontan ataupun disengaja (Chen dkk., 2023), munculnya perasaan empati memungkinkan seseorang melakukan suatu usaha untuk membantu orang lain. Seseorang yang membantu/menolong orang lain dapat terkena *compassion fatigue*.

Compassion fatigue adalah kelelahan fisik serta psikologis yang diakibatkan oleh bekerja secara berlebihan yang berdampak pada tidak dapat bekerjanya seorang individu secara efektif dalam jangka waktu tertentu yang disebabkan terlalu sering dan secara terus menerus merasakan empati yang berlebih pada individu yang menghadapi musibah sehingga sering mengakibatkan suatu trauma (Hooper dkk., 2010). *Compassion fatigue* mengarah pada kondisi stres yang disebabkan oleh berlebihannya seorang individu dalam merasakan masalah atau trauma individu lain dan bukan masalah atau trauma yang dimiliki oleh dirinya sendiri (Cocker & Joss, 2016). Menurut Figley (Cocker & Joss, 2016) kelelahan mental serta fisik yang mengakibatkan hilangnya kemampuan mengatasi stres dalam kehidupan sehari-hari akan menghasilkan *compassion fatigue*. Oleh karena itu, gejala-gejala yang muncul dapat mempengaruhi psikologis, fisik, hingga kehidupan sosial seseorang (Wentzel & Brysiewicz, 2014). Penelitian sebelumnya oleh Despitari (2014) *Compassion fatigue* dapat mengakibatkan gejala-gejala berupa kurang bersemangat, kelelahan dan penurunan daya tahan yang menyebabkan terganggunya fisik perawat dalam merawat pasien. Hal ini bukan tidak mungkin terjadi pada calon perawat, karena calon perawat secara tidak langsung merasakan penderitaan dari korban jika calon relawan terkena *compassion fatigue* bukan hanya mempengaruhi dirinya sendiri

akan tetapi juga korban yang ditolongnya karena apa yang dia kerjakan menjadi tidak optimal serta tidak efektif.

Fenomena dimana seseorang mampu merasakan/memahami penderitaan serta rasa sakit orang lain (empati) dan bersedia menolong walaupun mengeluarkan biaya dan tenaga serta meningkatkan kesejahteraan dan kepentingan yang lain tanpa menginginkan keuntungan apapun dapat disebut dengan altruisme (Baron dan Byrne, 2012). Tindakan secara sukarela guna menolong individu lain tanpa pamrih dan tanpa mengharapkan imbalan, atau hanya ingin sekadar beramal baik secara umum dapat diartikan sebagai altruisme (Taylor dkk, 2009).

Menurut Harjo (2018) seorang relawan yang mempunyai altruisme tinggi akan lebih memahami serta mengerti keadaan orang lain maka dari itu relawan akan berupaya untuk menolong dan mendedikasikan dirinya supaya bermanfaat bagi orang-orang di sekitarnya, altruisme dapat berkembang dengan cara berpartisipasi ke dalam organisasi, lembaga atau mengikuti kegiatan sosial yang ada di sekitar lingkungan, dengan mengikuti atau berpartisipasi ke dalam suatu organisasi maupun kegiatan di sekitar lingkungan maka perilaku altruisme yang sejatinya ada di dalam diri manusia akan disalurkan dengan baik. (Harjo, 2018) meneliti mengenai perbedaan altruisme yang ditinjau dari jenis kelamin pada relawan di Sanggar Alang-Alang Surabaya dengan hasil relawan perempuan mempunyai altruisme lebih tinggi daripada laki-laki, temuan ini menunjukkan adanya pengaruh jenis kelamin dengan tinggi rendahnya altruisme pada relawan. Relawan harus bertanggung jawab menyelesaikan tugas yang dia punya dan relawan harus melaksanakan tugas yang diamanahkan dengan baik di lapangan, altruisme seorang

relawan muncul ketika ia menolong orang lain dengan dorongan diri sendiri tanpa mengharapkan imbalan apapun sedangkan relawan yang melaksanakan kewajibannya tanpa dorongan dari dalam diri untuk menolong orang dan mengharapkan imbalan sebagai timbal balik bukan merupakan perilaku altruisme, terkadang relawan yang memiliki kemampuan yang cukup saat diberikan tugas untuk terjun ke lapangan hanya melaksanakan kewajiban dan tugasnya hal ini bukan merupakan perilaku altruisme ditambah adanya motif untuk memperoleh penghargaan dan pujian dapat menurunkan tingkat altruisme.

Selama ini penelitian mengenai *compassion fatigue* pada tenaga medis/kesehatan cenderung berfokus kepada faktor-faktor situasional dan eksternal, seperti beban kerja yang tinggi, durasi kerja yang berlebihan, kurang adanya kompensasi serta tuntutan dari lingkungan kerja agar dapat bekerja secara optimal (Stamm, 2010). Namun faktor-faktor tersebut pada dasarnya hanyalah stimulus dari luar, sedangkan yang berdampak pada kondisi psikologis perawat pada dasarnya adalah karakteristik internal individu itu sendiri. Dalam hal ini altruisme sebagai bagian dari orientasi kepribadian dasar diperkirakan memiliki urgensi serta peran yang jauh lebih sentral/fundamental dalam mencegah serta memitigasi *compassion fatigue* dibandingkan dengan faktor-faktor situasional eksternal.

Menurut teori *Professional Quality of Life* (ProQOL) yang dikembangkan oleh Stamm (2010) respon seorang penolong terhadap penderitaan orang yang ditolongnya ditentukan oleh interaksi antara karakteristik tugas dan persona individu, altruisme merupakan elemen penting serta krusial dari persona positif yang mendorong seseorang menjadi penolong orang lain. Seorang individu yang

memiliki tingkat altruisme yang tinggi memberikan pertolongan secara sukarela serta tulus tanpa mengharapkan imbalan apapun (Myers, 2012). Motivasi dalam diri/intrinsik ini yang membuat mereka mampu memaknai rasa sakit pasien sebagai sumber pemenuhan nilai hidup dan rasa puas saat menolong pasien, bukan sebagai beban emosional yang menguras energi. Jika institusi hanya berfokus memperbaiki faktor eksternal seperti beban kerja tanpa memperhatikan aspek internal seperti altruisme seorang individu maka risiko terjadinya *compassion fatigue* akan tetap tinggi. Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa altruisme berkorelasi positif dengan kepuasan kerja pada perawat, motivasi intrinsik untuk menolong bertindak sebagai penyangga (*buffer*) psikologis yang menyaring stres (Akgun dan Kovanci 2019). Oleh karena itu memahami peran altruisme menjadi sangat mendesak, altruisme bukan sekadar bentuk kepedulian sosial melainkan berfungsi sebagai pelindung internal dan penyangga (*buffer*) psikologis yang menyaring sisa-sisa (residu) stres emosional sebelum terakumulasi menjadi *compassion fatigue*. Berdasarkan penjelasan di atas peneliti melakukan penelitian mengenai hubungan antara *altruisme* dengan *compassion fatigue* pada calon perawat.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan yang diuraikan pada latar belakang, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara *altruisme* dengan *compassion fatigue* pada calon perawat?”.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara altruisme dengan compassion fatigue pada calon perawat.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian diharapkan bisa bermanfaat untuk perkembangan Ilmu Psikologi khususnya di bidang Psikologi Klinis dan Psikologi Sosial.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih kepada Poltekkes guna mencegah dan meminimalisir Mahasiswa calon perawat terkena *compassion fatigue* dan kepada calon perawat guna memberikan edukasi keamanan secara psikologis untuk mereka saat melakukan tugasnya