

**GAMBARAN PENGGUNAAN STRATEGI KOPING DALAM  
PENCEGAHAN *BURNOUT* PADA PERAWAT DI RSUD  
TIDAR KOTA MAGELANG**

**SKRIPSI**

Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Tugas Mata Kuliah Skripsi



Oleh

AISAH SUCIATI

NIM 22020120120007

**DEPARTEMEN ILMU KEPERAWATAN**

**FAKULTAS KEDOKTERAN**

**UNIVERSITAS DIPONEGORO**

**2024**

## LEMBAR PERSETUJUAN

### LEMBAR PERSETUJUAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa **Skripsi** yang berjudul:

**GAMBARAN PENGGUNAAN STRATEGI KOPING DALAM  
PENCEGAHAN *BURNOUT* PADA PERAWAT DI RSUD TIDAR KOTA  
MAGELANG**

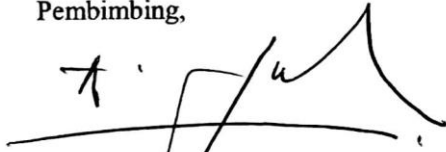
Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Aisah Suciati

NIM : 22020120120007

Telah disetujui sebagai hasil penelitian dan dinyatakan telah memenuhi syarat  
untuk *direview*

Pembimbing,

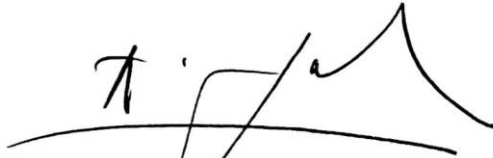


Agus Santoso, S.Kp., M. Kep

NIP. 197208211999031002

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan FK Undip



Agus Santoso, S.Kp., M.Kep

NIP. 197208211999031002

## LEMBAR PENGESAHAN

### LEMBAR PENGESAHAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa Skripsi yang berjudul:

**GAMBARAN PENGGUNAAN STRATEGI KOPING DALAM  
PENCEGAHAN *BURNOUT* PADA PERAWAT DI RSUD TIDAR KOTA  
MAGELANG**

Dipersiapkan dan disusun oleh

Nama : Aisah Suciati

NIM : 22020120120007

Telah diuji pada 22 Mei 2024 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk  
mendapatkan gelar Sarjana Keperawatan

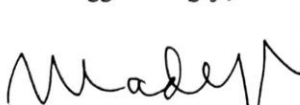
Ketua Penguji,



Ns. Devi Nurmalia S.Kep. M.Kep

NIP. 198404222014042001

Anggota Penguji,



Madya Sulisno, S. Kp., M. Kes

NIP. 197405052010121001

Pembimbing,



Agus Santoso, S.Kp., M.Kep

NIP. 197208211999031002

Mengetahui,

Ketua Departemen Ilmu Keperawatan FK Undip



Dr. Anggorowati, S.Kp., Ns.Sp.Kep.Mat., M.Kep

NIP. 197708302001122001

## SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Aisah Suciati

NIM : 22020120120007

Fakultas/Departemen : Kedokteran/Keperawatan

Jenis : Skripsi

Judul : Gambaran Penggunaan Strategi Koping dalam Pencegahan *Burnout* pada Perawat di RSUD Tidar Kota Magelang

Dengan ini menyatakan bahwa saya menyetujui untuk:

1. Memberikan hak bebas royalti kepada Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP atas penulisan karya ilmiah saya, demi pengembangan ilmu pengetahuan.
2. Memberikan hak menyimpan, mengalih mediakan/mengalih formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), serta menampilkan dalam bentuk *soft copy* untuk kegiatan akademis kepada Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP, tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta.
3. Bersedia dan menjamin untuk menanggung secara pribadi tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP dari semua bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran hak cipta dalam karya ilmiah ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan semoga dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, Mei 2024

Yang Menyatakan



Aisah Suciati

22020120120007

## PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Nama : Aisah Suciati  
Tempat/Tanggal Lahir : Magelang/20 Oktober 2002  
Alamat Rumah : Bercak 02/03 Blondo Mungkid Magelang  
No. Telp : 085875487420  
Email : [aisahsuciati40@gmail.com](mailto:aisahsuciati40@gmail.com)

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa penelitian saya yang berjudul “Gambaran Penggunaan Strategi Koping dalam Pencegahan *Burnout* pada Perawat di RSUD Tidar Kota Magelang” bebas dari plagiarisme dengan *similarity index* 18% dan bukan hasil karya orang lain.

Apabila di kemudian hari ditemukan sebagian atau seluruh bagian dari penelitian dan karya ilmiah dari hasil-hasil penelitian tersebut terdapat indikasi plagiarisme, saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar tanpa unsur paksaan dari siapapun.

Semarang, Mei 2024

Yang Menyatakan



Aisah Suciati

22020120120007

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah rabbil'alamin. Segala puja dan puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, hidayah, dan inayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan proposal skripsi ini dengan judul “Gambaran Penggunaan Strategi Koping dalam Pencegahan *Burnout* pada Perawat di RSUD Tidar Kota Magelang” tanpa ada halangan apapun.

Sholawat serta salam senantiasa penulis curahkan kepada junjungan Nabi Agung Muhammad SAW yang penulis nanti-nantikan syafaatnya di Yaumul Qiyamah nanti. Aamiin. Penyusunan skripsi ini dilakukan untuk memenuhi sebagian persyaratan akademik untuk menyelesaikan pendidikan dan memperoleh gelar sarjana Keperawatan di Universitas Diponegoro. Penulis menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari kata sempurna, sehingga harapan besar bagi para pembaca dapat memberikan masukan yang bersifat konstruktif, dan penulis berharap bagi penelitian selanjutnya dapat menyempurnakan kekurangan yang ada. Besar harapan penulis bahwa penelitian ini dapat bermanfaat bagi semua pihak, khususnya bagi Departemen Ilmu Keperawatan.

Penulis,



Aisah Suciati

## UCAPAN TERIMA KASIH

Alhamdulillahirabbil'alamin. Segala puja dan puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, hidayah, dan inayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan proposal skripsi ini dengan judul “Gambaran Penggunaan Strategi Koping dalam Pencegahan *Burnout* pada Perawat di RSUD Tidar Kota Magelang” tanpa ada halangan apapun.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak mungkin terselesaikan dengan baik tanpa adanya dukungan, bantuan, bimbingan, dan nasihat dari berbagai pihak selama proses penyusunan skripsi. Pada kesempatan ini, penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Agus Santoso, S.Kp., M.Kep selaku dosen pembimbing dan ketua program studi S1 Ilmu Keperawatan yang telah meluangkan waktunya untuk membimbing dan memberi masukan, motivasi, arahan, serta solusi selama proses pembuatan skripsi.
2. Ibu Ns. Devi Nurmalia S.Kep. M.Kep dan Bapak Madya Sulisno, S. Kp., M. Kep selaku dosen penguji yang telah memberikan arahan, kritik dan sarannya yang dapat membantu menyempurnakan skripsi ini.
3. Bapak dr. Adi Pramono, Sp.OG (K) selaku direktur RSUD Tidar Kota Magelang yang telah memberikan izin kepada penulis untuk melakukan pengambilan data awal dan penelitian di rumah sakit ini.
4. Seluruh perawat rawat inap yang bersedia menjadi responden yang membantu responden sehingga dapat melanjutkan proses pengerjaan skripsi sampai akhir
5. Kedua orang tua saya Bapak Suhodo Warsono dan Ibu Sri Wahyuningsih serta kakak saya Esti Rahayu yang senantiasa mendoakan dan memberi dukungan dalam segala situasi dan kondisi yang saya hadapi selama penyusunan skripsi ini.
6. Saya sendiri karena telah diberikan kekuatan dan kesabaran sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
7. Seluruh sahabat saya grup NasiNasiNasi (Azusma & Sania), grup Moms (Alvira, Silpi, Dea, Tipa, Nadia, Hasna, Melda), grup Calon Menantu Idaman

(Azusma, Shella, Belinda, Ajik, Jafar, Sunip, Canggih, Wildan, Dimar) dan masih banyak lagi yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu yang telah mendengarkan sambatan keluh kesah saya dan senantiasa memberikan dukungan dalam kehidupan penulis.

Semoga Allah SWT memberikan balasan sebanyak-banyaknya atas kebaikan dari semua pihak yang telah banyak berkontribusi kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini. Harapan penulis semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak, khususnya bagi pengembangan ilmu pengetahuan di Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.

Penulis,



Aisah Suciati



## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN.....</b>	<b>ii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH .....</b>	<b>iii</b>
<b>PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME .....</b>	<b>iv</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>v</b>
<b>UCAPAN TERIMA KASIH.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xii</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>xiii</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1    Latar Belakang.....	1
1.3    Perumusan Masalah .....	10
1.3    Tujuan .....	11
1.4    Manfaat .....	12
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>14</b>
2.1    Konsep <i>Burnout</i> .....	14
2.1.1    Definisi <i>Burnout</i> .....	14
2.1.2    Dimensi <i>Burnout</i> .....	15
2.1.3    Faktor Penyebab <i>Burnout</i> .....	16
2.1.4    Dampak <i>Burnout</i> .....	18
2.2    Konsep Strategi Koping .....	19
2.2.1    Pengertian Strategi Koping.....	19
2.2.2    Bentuk - Bentuk Strategi Koping.....	20
2.2.3    Faktor yang Memengaruhi Penggunaan Strategi Koping .....	29
2.3    Kerangka Teori.....	31
2.4    Kerangka Konsep .....	32
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>33</b>
3.1    Jenis dan Rancangan Penelitian.....	33

3.2	Populasi dan Sampel Penelitian.....	33
3.3	Tempat dan Waktu Penelitian .....	38
3.4	Variabel Penelitian, Definisi Operasional, dan Skala Pengukuran .....	38
3.5	Instrumen Penelitian dan Cara Pengumpulan Data .....	46
3.6	Uji Validitas dan Reliabilitas .....	49
3.7	Teknik Pengolahan dan Analisis Data .....	52
3.8	Etika Penelitian.....	57
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN .....</b>		<b>61</b>
4.1	Karakteristik Responden .....	61
4.2	Analisis Univariat Penggunaan Strategi Koping dalam Pencegahan <i>Burnout</i> Perawat.....	62
4.3	Analisis Univariat Penggunaan Strategi Koping beserta Dimensinya....	63
4.4	Analisis Bentuk Strategi Koping yang Digunakan berdasarkan Karakteristik Responden.....	68
<b>BAB V PEMBAHASAN .....</b>		<b>69</b>
5.1	Karakteristik Responden .....	69
5.2	Gambaran Penggunaan Strategi Koping dalam Pencegahan <i>Burnout</i> Perawat .....	75
5.3	Gambaran Penggunaan Strategi Koping dalam Pencegahan <i>Burnout</i> Perawat Berdasarkan Bentuk dan Dimensinya .....	79
5.3	Keterbatasan Penelitian.....	90
<b>BAB VI PENUTUP .....</b>		<b>91</b>
6.1	Kesimpulan.....	91
6.2	Saran .....	92
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>		<b>94</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>		<b>ix</b>

## DAFTAR TABEL

No Tabel	Tabel	Hal
3.1	Perhitungan Jumlah Sampel Tiap Ruangan	36
3.2	Definisi Operasional dan Skala Pengukuran	39
3.3	Kisi-Kisi Instrumen <i>Brief Cope Inventory</i>	47
3.4	<i>Coding</i> Penelitian	53
4.1	Distribusi Frekuensi Perawat Berdasarkan Karakteristik Responden di RSUD Tidar Kota Magelang	61
4.2	Distribusi Frekuensi Perawat Berdasarkan Penggunaan Bentuk Strategi Koping dalam Pencegahan <i>Burnout</i> Perawat di RSUD Tidar Kota Magelang	62
4.3	Tendensi Sentral Perawat Berdasarkan Penggunaan Strategi Koping beserta Dimensinya dalam Pencegahan <i>Burnout</i> Perawat di RSUD Tidar Kota Magelang	63
4.4	Distribusi Frekuensi Perawat Berdasarkan Jawaban Item Pertanyaan Penggunaan Dimensi Strategi Koping dalam Pencegahan <i>Burnout</i> Perawat di RSUD Tidar Kota Magelang	64
4.5	Distribusi Frekuensi Perawat Berdasarkan Bentuk Strategi Koping yang Digunakan Berdasarkan Karakteristik Responden di RSUD Tidar Kota Magelang	68

**DAFTAR GAMBAR**

No Gambar	Gambar	Hal
2.1	Kerangka Teori	31
2.2	Kerangka Konsep	32

## DAFTAR LAMPIRAN

No Lamp.	Lampiran	Hal
1	Surat Permohonan Pengambilan Data Awal	ix
2	Lembar Disposisi Pengambilan Data Awal dari Direktur RSUD Tidar Kota Magelang	x
3	Permohonan Izin Menggunakan Kuesioner	xi
4	Informed Consent	xii
5	Kuesioner Demografi	xiii
6	Kuesioner <i>Brief Cope Inventory</i>	xiii
7	Kuesioner Asli	xv
8	Surat Permohonan Uji Validitas	xviii
9	Surat Balasan Permohonan Uji Validitas	xix
10	Surat Pengantar Permohonan Izin Penelitian	xx
11	Surat Perizinan Penelitian dari RSUD Tidar	xxi
12	EC dari KEPK RSUD Tidar Kota Magelang	xxii
13	Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas	xxiii
14	Hasil Uji SPSS Data Karakteristik Demografi Responden	xxxi
15	Hasil Uji SPSS Penggunaan Strategi Koping dan Dimensinya dalam Pencegahan <i>Burnout</i> Responden	xxxii
16	Hasil Uji SPSS <i>Crosstabs</i> Penggunaan Strategi Koping dalam Pencegahan <i>Burnout</i> berdasarkan Karakteristik Responden	xxxiv
17	Hasil Uji Turnitin	xxxvi
18	Lembar Bimbingan Konsultasi	xxxvii

Departemen Ilmu Keperawatan  
Fakultas Kedokteran  
Universitas Diponegoro  
Mei, 2024

## ABSTRAK

**Aisah Suciati**

### **Gambaran Penggunaan Strategi Koping dalam Pencegahan *Burnout* pada Perawat di RSUD Tidar Kota Magelang**

**xiv + 100 Halaman + 8 tabel + 2 gambar + 16 lampiran**

*Burnout* merupakan kondisi yang terjadi ketika mengalami stres berkepanjangan dan tidak teratasi. Perawat rawat inap memiliki resiko mengalami *burnout* karena mereka harus terlibat aktif dalam memberikan pelayanan secara komprehensif dan lebih sering bertemu pasien dengan segala kondisi serta keluhannya sehingga diperlukan strategi koping sebagai pendekatan untuk mengatasi stresor dalam mencegah *burnout*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran penggunaan strategi koping dalam pencegahan *burnout* perawat RSUD Tidar Kota Magelang. Jenis penelitian yang dilakukan yaitu kuantitatif dengan desain deskriptif survey. Responden berjumlah 191 perawat yang dipilih menggunakan teknik *proportionate random sampling*. Pengambilan data menggunakan kuesioner *Brief Cope Inventory* yang telah diuji validitas (0,404-0,773) dan uji reliabilitas ( $\alpha=0,899$ ). Hasil penelitian usia responden 26-35 tahun (49,2%), mayoritas responden berjenis kelamin perempuan (84,3%) dan berpendidikan D3 (79,1%) serta memiliki pengalaman kerja lebih dari 10 tahun (46,1%). Penggunaan strategi koping dalam pencegahan *burnout* perawat sebagian besar menggunakan *problem focused coping* (69,1%) dengan dimensi yang banyak digunakan yaitu *active coping* ( $m=3,08$ ) dan sedikit digunakan *using instrumental support* ( $m=2,53$ ). Dimensi pada strategi *emotional focused coping* yang tertinggi yaitu *religion* ( $m=3,37$ ) dan yang terendah *humor* ( $m=1,59$ ). Bentuk *dysfunctional coping* menunjukkan dimensi *self-distraction* ( $m=2,24$ ) yang banyak digunakan dan *substance use* ( $m=1,04$ ) paling sedikit digunakan. Kesimpulan penelitian ini yaitu perawat menggunakan strategi lebih aktif dalam menangani masalah dan cenderung menghindari strategi koping yang tidak sehat dalam menghadapi situasi untuk mencegah terjadinya *burnout* yang berkepanjangan.

**Kata Kunci** : Strategi Koping, *Burnout*, Perawat

**Daftar Pustaka:** 133 (1984-2024)

Department of Nursing  
Faculty of Medicine  
Diponegoro University  
May, 2024

## ABSTRACT

**Aisah Suciati**

### **Overview of the Use of Coping Strategies in Preventing Burnout among Nurses at Tidar Regional Hospital, Magelang City**

**xiv + 100 Pages + 8 Tables + 2 Pictures + 16 Attachments**

*Burnout is a condition that occurs when experiencing prolonged and unresolved stress. Inpatient nurses are at risk of experiencing burnout because they have to be actively involved in providing comprehensive services and meet patients more often with all their conditions and complaints, so coping strategies are needed as an approach to dealing with stressors in preventing burnout. This research aims to determine the use of coping strategies in preventing burnout among nurses at Tidar Hospital, Magelang City. The type of research carried out was quantitative with a descriptive survey design. Respondents totalled 191 nurses who were selected using a proportionate random sampling technique. Data were collected using the Brief Cope Inventory questionnaire, which has been tested for validity (0.404–0.773) and reliability ( $\alpha = 0.899$ ). The results of the research showed that the age of the respondents was 26-35 years (49.2%), the majority of respondents were female (84.3%) and had a D3 education (79.1%) and had work experience of more than 10 years (46.1%). The majority of nurses using coping strategies in preventing burnout use problem focused coping (69.1%) with the most widely used dimension being active coping ( $m=3.08$ ) and the least used using instrumental support ( $m=2.53$ ). The highest dimension of the emotional focused coping strategy is religion ( $m=3.37$ ) and the lowest is humour ( $m=1.59$ ). The form of dysfunctional coping shows that the dimension of self-distraction ( $m=2.24$ ) is most used and substance use ( $m=1.04$ ) is the least used. This research concludes that nurses use more active strategies in dealing with problems and tend to avoid unhealthy coping strategies in dealing with situations to prevent prolonged burnout.*

**Keywords** : Coping Strategy, Burnout, Nurse

**References** : 133 (1984-2024)