

Hubungan *Self Efficacy* dan Kecerdasan Emosional terhadap *Burnout* pada Perawat Di RSUD Pakuhaji

Intan Miftahul Aini¹, M. Martono Diel², Ayu Pratiwi³

^{1,2,3} Universitas Yatsi Madani, Jl. Aria Santika No.40A, RT.005/RW.011, Margasari, Kec. Karawaci, Tangerang, Banten, 15114

*intan.miftahul272@gmail.com

*corresponding author

Abstrak

Latar Belakang: *Burnout* merupakan kelelahan fisik, mental dan emosional yang terjadi karena stres yang diderita dalam jangka waktu yang lama, yang menuntut keterlibatan emosional yang tinggi. *self efficacy* yang tinggi membantu individu untuk menyelesaikan tugas dan mengurangi *burnout* yang berkaitan dengan kemampuannya untuk mengendalikan diri dan kecerdasan emosional membantu perawat untuk memahami emosi yang terjadi baik pada diri sendiri maupun orang lain sehingga menjadi lebih *engaged* dan kecenderungan *burnout* yang dialami akan rendah. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self efficacy* dan kecerdasan emosional terhadap *burnout* pada perawat. **Metode:** metode dalam penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional*, teknik pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling dengan jumlah responden 97 perawat RSUD Pakuhaji. Data dikumpulkan melalui kuesioner. Analisa data dilakukan menggunakan analisa univariat dan bivariat dengan uji Chi-Square. Hasil analisis statistik uji Chi-Square didapatkan ada hubungan antara *self efficacy* ($p = 0,038$) dan kecerdasan emosional ($p=0.038$) terhadap *burnout* pada perawat di rsud pakuhaji. Hasil dari keseluruhan didapatkan ada hubungan yang signifikan antara *self efficacy* dan kecerdasan emosional terhadap *burnout* pada perawat di RSUD Pakuhaji.

Kata kunci: *Self efficacy*, Kecerdasan emosional, *Burnout*

Relationship Between Self Efficacy and Emotional Intelligence To Burnout In Nurses At Pakuhaji Hospital

Abstract

Background: *Burnout* is physical, mental and emotional exhaustion that occurs due to stress suffered over a long period of time, which demands high emotional involvement. High *self efficacy* helps individuals to complete tasks and reduce *burnout* related to their ability to control themselves and emotional intelligence helps nurses to understand emotions that occur both in themselves and others so that they become more engaged and the tendency for *burnout* experienced will be low. **Objective:** This study aims to determine the relationship between *self efficacy* and emotional intelligence to *burnout* in nurses. **Method:** the method in this study uses a *cross sectional* approach, the sampling technique uses a total sampling technique with a total of 97 respondents at Pakuhaji Hospital. Data were collected through questionnaires. Data analysis was carried out using univariate and bivariate analysis with the Chi-Square test. The results of the Chi-Square statistical analysis showed that there was a relationship between *self-efficacy* ($p = 0.038$) and emotional intelligence ($p = 0.038$) on

burnout in nurses at Pakuhaji Regional Hospital. The overall results showed that there was a significant relationship between self-efficacy and emotional intelligence on burnout in nurses at Pakuhaji Regional Hospital

Keywords: *Self-efficacy, Emotional intelligence, Burnout*

PENDAHULUAN

Rumah sakit adalah institusi pelayanan kesehatan yang memberikan layanan gawat darurat, rawat inap, dan rawat jalan. Sebagai penyedia layanan kesehatan, rumah sakit menyediakan pertolongan bagi masyarakat yang membutuhkan penanganan darurat maupun pengobatan sesuai dengan jenis penyakit pasien (Lestari & Wreksagung, 2022). Salah satu tenaga medis utama di rumah sakit adalah perawat, yang memiliki peran penting karena berinteraksi langsung dengan pasien lebih sering dibandingkan tenaga medis lainnya. Dalam pelaksanaan tugasnya, perawat perlu memiliki keterampilan yang tinggi dan harus bekerja dalam sistem shift karena pelayanan rumah sakit berlangsung selama 24 jam (Dall’Ora, Ball, Reinius, & Griffiths, 2020).

Burnout adalah sindrom kelelahan fisik, mental, dan emosional yang muncul karena stres berkepanjangan, terutama pada pekerjaan yang membutuhkan keterlibatan emosional yang intens. Perawat yang mengalami burnout umumnya menunjukkan gejala kelelahan emosional, depersonalisasi, dan penurunan prestasi kerja. Fenomena burnout ini sering dijumpai pada perawat di Asia Tenggara, termasuk di Indonesia, yang memiliki beban kerja tinggi akibat tugas-tugas tambahan di luar peran utamanya sebagai perawat (Ningrum, Sulistiyan, & Imawati, 2024; WHO, 2019). Hal ini berdampak pada kesehatan, motivasi, dan kualitas pelayanan perawat kepada pasien.

Penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa tingkat burnout pada perawat cukup tinggi. Sebagai contoh, sebuah penelitian di Manado menemukan bahwa 83,6% dari 61 perawat memiliki tingkat burnout yang tinggi, dan penelitian lain di Tangerang mencatat 99,16% perawat usia 27-34 tahun mengalami burnout (Bayu, Susita, & Parimita, 2023; Tamrin, 2020). Perawat

yang memiliki tingkat self-efficacy atau keyakinan diri tinggi umumnya mampu mengatasi burnout dengan lebih baik, sedangkan perawat dengan self-efficacy rendah lebih rentan terhadap stres dan penurunan kualitas pelayanan (Sari, Suyasa, Nuryanto, & Sagitarini, 2023).

Self-efficacy adalah keyakinan individu terhadap kemampuan dalam menjalankan tugas untuk mencapai tujuan tertentu. Self-efficacy yang tinggi dapat membantu perawat melihat tantangan sebagai kesempatan, bukan ancaman, sehingga mereka mampu bertahan di situasi kerja yang sulit (Afifah & Kusuma, 2021). Individu dengan self-efficacy yang kuat juga lebih mampu mengatur emosi, sehingga mereka dapat mengatasi tekanan kerja dan menghadapi burnout dengan lebih baik. Oleh karena itu, self-efficacy menjadi faktor penting dalam meningkatkan kualitas profesionalisme perawat dan meminimalkan dampak burnout (Mahsunah & Musbikhin, 2023).

Kecerdasan emosional juga menjadi komponen penting dalam mencegah burnout pada perawat. Kecerdasan emosional memungkinkan perawat untuk mengenali dan mengelola emosi mereka sendiri serta memahami perasaan orang lain, sehingga dapat menciptakan hubungan yang lebih positif dengan pasien (Rumbo & Panggabean, 2021). Dengan demikian, perawat yang memiliki kecerdasan emosional yang baik cenderung memiliki tingkat burnout yang lebih rendah dan mampu menghadapi tekanan kerja dengan lebih efektif (Fairuza & Maryatmi, 2022). Berdasarkan hal-hal tersebut, penelitian mengenai hubungan self-efficacy dan kecerdasan emosional dengan burnout pada perawat dapat memberikan wawasan yang penting bagi manajemen rumah sakit untuk meningkatkan kesejahteraan dan kualitas

elayanan perawat.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini menggunakan metode cross-sectional untuk menganalisis hubungan antara faktor penyebab dan akibat dengan pendekatan observasional, dilaksanakan di RSUD Pakuhaji pada Juli 2024. Sampel adalah seluruh perawat RSUD Pakuhaji (97 orang) yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Instrumen pengumpulan data berupa kuesioner yang mencakup variabel self-efficacy, kecerdasan emosional, dan burnout, dengan skala Likert untuk pengukuran. Data dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji chi-square dengan bantuan SPSS. Validitas dan reliabilitas instrumen telah diuji dengan Pearson Product Moment dan Alpha Cronbach. Penelitian ini mematuhi etika penelitian, termasuk persetujuan responden (informed consent) dan jaminan kerahasiaan data.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berikut adalah hasil dan pembahasan mengenai hubungan antara self-efficacy, kecerdasan emosional, dan tingkat burnout pada perawat di RSUD Pakuhaji:

Table 1.
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Perawat di RS Pakuhaji

Karakteristik Responden	Frekuensi (n = 97)	Presentase (%)
Usia		
Usia Remaja	0	0
Usia Dewasa	97	100
Usia Lanjut	0	0
Total	97	100
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	11	11,3
Perempuan	86	88,7
Total	97	100
Pendidikan		
D3 Keperawatan	16	16,5
Sarjana Keperawatan	2	2,1
Profesi Ners	79	81,4
Total	97	100

Berdasarkan hasil pada tabel 1, dari 97 responden seluruhnya berusia dewasa yaitu antara 20-60 tahun sebanyak 97 responden (100%). Perawat yang bekerja di RS Pakuhaji mayoritas berjenis kelamin perempuan sebanyak 86 responden (88,7%) serta mayoritas memiliki pendidikan terakhir profesi ners sebanyak 79 responden (81,4%).

Penelitian oleh Emiliana, Nugraha, & Susilawati (2022) menunjukkan bahwa pada kelompok usia 20-29 tahun, individu cenderung memiliki kecerdasan emosional sedang dalam aspek kesadaran diri dan pengelolaan emosi, tetapi memiliki tingkat tinggi pada motivasi, keterampilan sosial, dan empati. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun pengelolaan diri masih dalam tahap pengembangan, individu di usia ini unggul dalam membangun hubungan sosial dan empati. Sementara itu, Gurning, Syam, & Setiawan (2021) menyatakan bahwa perempuan memiliki keunggulan dalam keterampilan komunikasi, memungkinkan mereka untuk lebih mudah mengungkapkan perasaan dan menunjukkan empati, yang bermanfaat dalam interaksi sosial dan profesional.

Namun, Rewo, Puspitasari, & Winarni (2020) menemukan bahwa dari 55 responden lulusan D3 Keperawatan, sebanyak 75,3% memiliki kecerdasan emosional baik, menandakan bahwa pendidikan juga berperan signifikan dalam pengembangan kecerdasan emosional. Menurut Emiliana et al., (2022), tingkat pendidikan mempengaruhi kemampuan individu untuk memecahkan masalah menggunakan kecerdasan spiritual dan emosional. Dengan demikian, faktor usia, jenis kelamin, dan pendidikan mempengaruhi kecerdasan emosional perawat, terutama dalam aspek motivasi, keterampilan sosial, dan empati (Emiliana et al., 2022; Gurning et al., 2021; Rewo et al., 2020)

Table 2.
Distribusi Frekuensi *Self Efficacy* Perawat di RS Pakuhaji

<i>Self Efficacy</i>	Frekuensi	Persentase
----------------------	-----------	------------

Rendah	52	53,6
Sedang	32	33
Tinggi	13	13,4
Total	97	100

Berdasarkan hasil pada tabel 2, dari 97 responden mayoritas memiliki *self efficacy* yang rendah sebanyak 52 responden (53,6%) sedangkan perawat yang mempunyai *self efficacy* yang tinggi hanya sebanyak 13 responden (13,4%).

Self-efficacy, atau keyakinan seseorang terhadap kemampuannya dalam menghadapi tugas dan tantangan, memiliki peran penting dalam kinerja individu di berbagai bidang. Penelitian menunjukkan bahwa self-efficacy yang rendah berdampak negatif terhadap produktivitas dan kesejahteraan individu. Menurut Salendu, Jaata, Effendy, & Amir (2022), individu dengan self-efficacy rendah cenderung merasa tidak mampu menghadapi tugas yang menantang, sehingga mengurangi motivasi dan prestasi mereka. Di bidang pendidikan, siswa dengan self-efficacy rendah lebih berisiko mengalami kegagalan akademik dan cenderung menghindari tugas sulit, sebagaimana ditunjukkan oleh penelitian (Larengkeng, Gannika, & Kundre, 2019). Hal ini membuat mereka rentan terhadap kecemasan akademik yang bisa semakin menghambat kinerja mereka.

Dalam konteks pekerjaan, self-efficacy yang rendah dapat menghambat perkembangan karier dan menurunkan kepuasan kerja. Karyawan dengan self-efficacy rendah cenderung menghindari tanggung jawab lebih besar dan kurang proaktif mencari peluang pengembangan, yang dapat menyebabkan stagnasi karier serta rendahnya kepuasan kerja (Alverina & Ambarwati, 2020). Pada profesi keperawatan, self-efficacy yang rendah berpotensi memengaruhi kualitas pelayanan dan perkembangan karier. Karena itu, intervensi seperti pelatihan, mentoring, dan dukungan psikologis dianggap penting untuk meningkatkan self-efficacy, sehingga mampu meningkatkan kinerja dan kesejahteraan dalam berbagai aspek

kehidupan (Alverina & Ambarwati, 2020; Larengkeng et al., 2019; Salendu et al., 2022)

Table 3.
Distribusi Frekuensi Kecerdasan Emosional Perawat di RS Pakuhaji

Kecerdasan Emosional	Frekuensi	Persentase
Rendah	51	52,6
Sedang	33	34
Tinggi	13	13,4
Total	97	100

Berdasarkan hasil pada tabel 3, dari 97 responden mayoritas memiliki kecerdasan emosional yang rendah sebanyak 51 responden (52,6%) sedangkan perawat yang mempunyai kecerdasan emosional tinggi hanya sebanyak 13 responden (13,4%).

Kecerdasan emosional yang tinggi berperan penting dalam meningkatkan kesejahteraan pribadi, hubungan interpersonal, dan kinerja di tempat kerja. Menurut Emiliana et al., (2022), individu dengan kecerdasan emosional tinggi dapat lebih memahami serta mengelola emosi mereka dan orang lain, sehingga lebih mampu membangun hubungan yang sehat dan merespons situasi emosional secara konstruktif. Di tempat kerja, kecerdasan emosional yang tinggi terkait dengan kemampuan menangani stres, adaptasi terhadap perubahan, keterampilan komunikasi, dan manajemen konflik yang lebih baik (Gurning et al., 2021).

Selain itu, kecerdasan emosional yang tinggi berkontribusi pada kesejahteraan mental dan fisik. Pratiwi, Edmaningsih, Yulia, & Fauzi (2022) menemukan bahwa individu dengan kecerdasan emosional tinggi memiliki tingkat depresi dan kecemasan yang lebih rendah serta strategi coping yang efektif, yang berkorelasi dengan gaya hidup sehat. Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan kebutuhan untuk meningkatkan kecerdasan emosional di kalangan perawat, mengingat peran pentingnya dalam kinerja profesional dan kesehatan mental. Program pengembangan kecerdasan emosional direkomendasikan

untuk meningkatkan kualitas pelayanan dan kesejahteraan di sektor ini (Emiliana et al., 2022; Gurning et al., 2021; Pratiwi et al., 2022).

Table 4.

Distribusi Frekuensi <i>Burnout</i> Perawat di RS Pakuhaji		
Burnout	Frekuensi	Persentase
Rendah	1	1
Tinggi	96	99
Total	97	100

Berdasarkan hasil pada tabel 4, dari 97 responden mayoritas memiliki *burnout* yang tinggi sebanyak 96 responden (99%) sedangkan perawat yang mempunyai tingkat *burnout* yang rendah hanya sebanyak 1 responden (1%).

Burnout yang tinggi adalah kondisi serius yang dapat memengaruhi kinerja individu, terutama di lingkungan kerja yang menuntut interaksi intensif, seperti tenaga kesehatan, guru, dan pekerja sosial. Menurut Widhianingtanti & van Luijtelaar (2022), burnout ditandai oleh tiga dimensi: kelelahan emosional, depersonalisasi, dan penurunan prestasi pribadi. Kelelahan emosional mengacu pada perasaan terkuras secara emosional, depersonalisasi mencerminkan sikap sinis atau negatif terhadap orang lain, dan penurunan prestasi pribadi terkait dengan turunnya perasaan kompetensi dalam pekerjaan. Kondisi burnout yang tinggi ini tidak hanya menurunkan kualitas kesehatan mental dan fisik, tetapi juga berdampak buruk pada produktivitas dan kinerja organisasi secara keseluruhan (Kaunang, Heri Susanti, & Sumarni, 2023).

Burnout juga memiliki implikasi serius bagi kesehatan fisik dan mental individu. Arif & Wijono (2022) menyatakan bahwa tingkat burnout yang tinggi meningkatkan risiko gangguan tidur, penyakit kardiovaskular, dan gangguan imun, serta berpotensi memicu depresi dan kecemasan. Situasi ini mengkhawatirkan, terutama di kalangan tenaga kesehatan, dengan data menunjukkan bahwa 99% responden perawat mengalami burnout tinggi. Kondisi

ini menandakan adanya krisis kesehatan mental dan produktivitas yang serius, yang dapat mengganggu kualitas pelayanan kesehatan dan memperburuk lingkungan kerja. Oleh karena itu, diperlukan intervensi mendesak melalui manajemen stres, dukungan sosial, perbaikan keseimbangan kerja-kehidupan, dan kebijakan organisasi yang mendukung kesejahteraan karyawan (Arif & Wijono, 2022; Kaunang et al., 2023; Widhianingtanti & van Luijtelaar, 2022)

Table 5.

Hubungan *Self Efficacy* Terhadap *Burnout* Pada Perawat di RS Pakuhaji

Variabel	Burnout						p-value
	Self Efficacy	Rendah	Tinggi	Total	f	%	
Rendah	0	0	52	100	52	100	
Sedang	0	0	32	100	32	100	0,038
Tinggi	1	7,7	12	92,3	13	100	

Berdasarkan tabel 5 didapatkan perawat yang memiliki *self efficacy* rendah dengan tingkat *burnout* yang tinggi sebanyak 52 responden (100%) dan nilai uji chisquare yaitu p-value 0,038. P-value yang didapatkan <0,05, maka dapat disimpulkan terdapat hubungan *self efficacy* terhadap *burnout* pada perawat di RS Pakuhaji.

Penelitian menunjukkan adanya korelasi negatif antara self-efficacy dan burnout pada perawat psikiatri. Studi oleh Alverina & Ambarwati (2020) melaporkan koefisien korelasi sebesar $r = -0,359$ ($p < 0,05$), yang berarti semakin tinggi self-efficacy, semakin rendah burnout yang dialami perawat, dan sebaliknya. Hal serupa ditemukan oleh Arif & Wijono (2022), yang menunjukkan self-efficacy berkontribusi efektif sebesar 45,85% terhadap burnout, sementara faktor lain seperti dukungan sosial dan jenis kelamin menyumbang 54,17% dari variasi burnout. Penelitian Larengkeng et al., (2019) juga menyebutkan bahwa keyakinan diri perawat dalam menghadapi tekanan kerja berperan penting dalam membangun self-efficacy, yang dapat mencegah kelelahan fisik dan emosional atau burnout.

Studi di RS Pakuhaji menemukan bahwa 100% perawat dengan self-efficacy rendah mengalami burnout tinggi (p -value $0,038 < 0,05$), mendukung temuan sebelumnya mengenai hubungan negatif antara self-efficacy dan burnout pada tenaga kesehatan. Temuan ini mengindikasikan bahwa peningkatan self-efficacy pada perawat dapat menjadi strategi efektif untuk mengurangi burnout dan meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan. Dengan self-efficacy yang lebih tinggi, perawat lebih mampu mengatasi tekanan kerja dan mempertahankan kesejahteraan emosional, sehingga risiko burnout dapat diminimalkan (Alverina & Ambarwati, 2020; Arif & Wijono, 2022; Larengkeng et al., 2019)

Table 6.
Hubungan Kecerdasan Emosional Terhadap *Burnout*
Pada Perawat di RS Pakuhaji

Variabel Kecerdasan Emosional	Burnout						p- value
	Rendah		Tinggi		Total		
	f	%	f	%	f	%	
Rendah	0	0	51	100	51	100	0,03
Sedang	0	0	33	100	33	100	8
Tinggi	1	7,7	12	92,3	13	100	

Berdasarkan tabel 6 didapatkan perawat yang memiliki kecerdasan emosional rendah dengan tingkat *burnout* yang tinggi sebanyak 51 responden (100%) dan nilai uji chi square yaitu p -value 0,038. P -value yang didapatkan $<0,05$, maka dapat disimpulkan terdapat hubungan kecerdasan emosional terhadap *burnout* pada perawat di RS Pakuhaji.

Penelitian menunjukkan bahwa kecerdasan emosional memiliki hubungan erat dengan tingkat stres dan burnout pada perawat. Pratiwi et al., (2022) menemukan bahwa perawat dengan kecerdasan emosional tinggi atau sedang mengalami stres yang lebih rendah, terutama selama pandemi COVID-19 di RSU Kabupaten Tangerang. Sebaliknya, perawat dengan kecerdasan emosional rendah cenderung mengalami stres yang lebih tinggi. Studi oleh Emiliana et al., (2022) mengidentifikasi bahwa perawat dengan kecerdasan emosional tinggi menunjukkan performa

yang baik dalam dimensi kesadaran diri, motivasi, empati, dan keterampilan sosial, meskipun pengelolaan emosi mereka masih perlu ditingkatkan.

Hasil penelitian di RS Pakuhaji mengonfirmasi adanya korelasi negatif antara kecerdasan emosional dan burnout, dengan 100% perawat yang memiliki kecerdasan emosional rendah juga mengalami burnout tinggi (p -value $0,050 \leq 0,05$). Hal ini memperkuat temuan sebelumnya bahwa pengembangan kecerdasan emosional berperan penting dalam menurunkan risiko stres dan burnout. Berdasarkan temuan-temuan ini, pengembangan kecerdasan emosional dalam aspek kesadaran diri, motivasi, empati, keterampilan sosial, dan pengelolaan emosi menjadi strategi penting untuk meningkatkan kesejahteraan dan kinerja perawat di lingkungan kerja yang menuntut (Emiliana et al., 2022; Pratiwi et al., 2022).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa karakteristik responden perawat di RS Pakuhaji seluruhnya berada dalam rentang usia dewasa 20-60 tahun (100%), dengan mayoritas berjenis kelamin perempuan (88,7%) dan memiliki pendidikan terakhir profesi ners (81,4%). Sebagian besar perawat memiliki self-efficacy yang rendah (53,6%) dan kecerdasan emosional yang rendah (52,6%), serta mengalami burnout yang tinggi (99%). Selain itu, terdapat hubungan signifikan antara self-efficacy dan burnout, serta antara kecerdasan emosional dan burnout pada perawat, dengan nilai p -value sebesar 0,038 untuk kedua hubungan tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Aifah, S. N., & Kusuma, A. B. (2021). Pentingnya Kemampuan Self-Efficacy Matematis Serta Berpikir Kritis Pada Pembelajaran Daring Matematika. *JURNAL MathEdu (Mathematic Education Journal)*, 4(2), 313–320. <https://doi.org/10.37081/mathedu.v4i2>.

- Alverina, P. A. T., & Ambarwati, K. D. (2020). Hubungan antara Self-Efficacy dengan Burnout pada Perawat Psikiatri di Rumah Sakit Jiwa. *Jurnal Psikologi MANDALA*, 3(2), 29–39. Retrieved from <https://jurnal.undhirabali.ac.id/index.php/JPM/article/view/1094>
- Arif, S. C., & Wijono, S. (2022). Self-Efficacy dan Burnout pada Perawat Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Kanjeng Raden Mas Tumenggung (KRMT) Wongsonegoro Semarang di Masa Pandemi Covid-19. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(2), 258–266. <https://doi.org/10.51214/bocp.v4i2.218>
- Bayu, D., Susita, D., & Parimita, W. (2023). The Effect of Emotional Intelligence and Work Environment On Affective Commitment and Job Satisfaction as Intervening Variables in State Elementary School 1 In Kemayoran District, Central Jakarta. *International Journal of Business and Social Science Research*, 6–17. <https://doi.org/10.47742/ijbssr.v4n1p2>
- Dall’Ora, C., Ball, J., Reinius, M., & Griffiths, P. (2020). Burnout in nursing: a theoretical review. *Human Resources for Health*, 18(1), 41. <https://doi.org/10.1186/s12960-020-00469-9>
- Emiliana, E., Nugraha, A. E., & Susilawati, I. (2022). Kecerdasan Emosional Menurut Goleman Dalam Perspektif Kurikulum 2013 Paud. *Masa Keemasan: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(2), 16–20. <https://doi.org/10.46368/v1i2.800>
- Fairuza, R. A., & Maryatmi, A. S. (2022). Hubungan Antara Regulasi Emosi dan Efikasi Diri dengan Burnout pada Perawat di Rumah Sakit X. *Psikologi Kreatif Inovatif*, 2(3), 67–75. <https://doi.org/10.37817/psikologikreatifinovatif.v2i3.2128>
- Gurning, Y., Syam, B., & Setiawan, S. (2021). Kohesivitas dan Kecerdasan Emosional Perawat terhadap Kinerja Perawat Pelaksana. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 3(2), 440–455. <https://doi.org/10.31539/joting.v3i2.2390>
- Kaunang, N. R. O., Heri Susanti, I., & Sumarni, T. (2023). Hubungan Beban Kerja Dan Burnout Dengan Perilaku Caring Pada Perawat Di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Palang Biru Gombong. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (Jksi)*, 8(1), 46–51. <https://doi.org/10.51143/jksi.v8i1.404>
- Larengkeng, T., Gannika, L., & Kundre, R. (2019). Burnout Dengan Self Efficacy Pada Perawat. *Jurnal Keperawatan*, 7(2), 1–7. <https://doi.org/10.35790/jkp.v7i2.24474>
- Lestari, S., & Wreksagung, H. (2022). Hubungan Efikasi Diri (Self Efficacy) Terhadap Burnout Pada Perawat Di Rsu Kabupaten Tangerang tahun 2021. *Nusantara Hasana Journal*, 1(12), 12–17.
- Mahsunah, A., & Musbikhin, M. (2023). Pengaruh Self Efficacy terhadap Kepercayaan Diri pada Siswa. *Al-Ihath: Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 3(1), 34–48. <https://doi.org/10.53915/jbki.v3i1.318>
- Ningrum, D. S., Sulistiyan, N. W., & Imawati, D. (2024). Pengaruh Work Life Balance Dan Burnout Terhadap Kepuasan Kerja Pada Karyawan Retail Di Kota Samarinda. *Motiva: Jurnal Psikologi*, 6(2), 198. <https://doi.org/10.31293/mv.v6i2.7541>
- Pratiwi, A., Edmaningsih, Y., Yulia, T., & Fauzi, M. R. (2022). Hubungan Kecerdasan Emosional dengan Tingkat Stres Perawat pada Masa Covid-19 di RSU Kabupaten Tangerang. *Jurnal Kesehatan*, 11(2), 166–174. <https://doi.org/10.37048/kesehatan.v11i2.483>
- Rewo, K. N., Puspitasari, R., & Winarni, L. M. (2020). Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Stres Kerja Pada Perawat Di Rs Mayapada Tangerang

- Tahun 2020. *Journal Health Science*, (September), 1–1. https://doi.org/10.1007/978-3-642-54672-3_415-1
- Rumbo, H., & Panggabean, C. (2021). Kinerja Perawat Rumah Sakit Anutapura Sulawesi Tengah. *Healthy Tadulako Journal*, 7(2), 109–117.
- Salendu, Y. P., Jaata, J., Effendy, E., & Amir, S. (2022). Hubungan Self Efficacy Terhadap Aktivitas Hidup Pasien Diabetes Mellitus. *Nursing Inside Community*, 5(1), 23–29.
- Sari, N. L. P. M. S., Suyasa, I. G. P. D., Nuryanto, I. K., & Sagitarini, P. N. (2023). Determinan Determinant Factors of Self-Efficacy Among Nurses on Implementation of Discharge Planning Inpatient Room at Wangaya Regional Hospital. *NurseLine Journal*, 8(1), 46. <https://doi.org/10.19184/nlj.v8i1.29225>
- Tamrin. (2020). Pengaruh burnout terhadap kinerja dengan kecerdasan emosional dan self- efficacy sebagai pemediasi pada guru slb di kota Ternate. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan* <Https://Jurnal.Unibrah.Ac.Id/Index.Php/JIWP>, 6(2), 295–307. <https://doi.org/10.5281/zenodo.3737960>
- WHO. (2019, May 28). Burn-out an “occupational phenomenon”: International Classification of Diseases. *WHO*. Retrieved from <https://www.who.int/news-room/28-05-2019-burn-out-an-occupational-phenomenon-international-classification-of-diseases>
- Widhianingtanti, L. T., & van Luijtelaar, G. (2022). The Maslach-Trisni Burnout Inventory: Adaptation for Indonesia. *Jurnal Pengukuran Psikologi Dan Pendidikan Indonesia*, 11(1), 1–21. <https://doi.org/10.15408/jp3i.v11i1.24400>.