

## **The Relationship Between Psychological Capital and Burnout in Resident Doctors at RSUP. Dr. M. Djamil**

### **Hubungan *Psychology Capital* Dengan *Burnout* Pada Peserta Pendidikan Dokter Spesiali (PPDS) DI RSUP Dr. M. Djamil**

**Chika Nabila Putri<sup>1</sup>, Rinaldi<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Departemen Psikologi, Fakultas Psikologi dan Kesehatan, Universitas Negeri Padang

*E-mail: chikanabilap@gmail.com*

#### **Abstract**

*The purpose of this study was to determine the relationship between psychological capital and burnout in resident doctors at Dr. M. Djamil Hospital. This study used the Psychology capital scale (independent variable) and the MBI-HSS scale to measure Burnout (dependent variable). The sample used was 89 resident doctors SP-1 using a purposive sampling technique. Data analysis in this study used the product moment correlation test with the help of IBM SPSS Statistic 25 for window. The results of this study showed a Pearson Correlation value of -0.670, which means that there is a negative and significant relationship between psychological capital and burnout in resident doctors at Dr. M. Djamil Hospital. This shows that if the psychological capital of resident doctors increases, there will be a decrease in burnout, and vice versa.*

**Keyword:** psychology capital, burnout, resident doctors

#### **Abstrak**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengtahui hubungan psychology capital dengan burnout pada peserta pendidikan dokter spesialis (PPDS) di RSUP Dr. M. Djamil. Penelitian ini menggunakan skala *Psychology capital* (variabel bebas) dan skala MBI-HSS untuk mengukur *Burnout* (variabel terikat). Sampel yang digunakan berjumlah 89 PPDS SP-1 dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah uji korelasi *product moment* dengan bantuan *IBM SPSS Statistic 25 for window*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan nilai *Pearson Correlation* sebesar -0,670 yang artinya terdapat hubungan negatif serta signifikan antara *psychology capital* dengan *burnout* pada Peserta Pendidikan Dokter Spesialis (PPDS) di RSUP. Dr. M. Djamil. Hal ini menunjukkan bahwa *psychology capital* peserta pendidikan dokter spesialis (PPDS) meningkat maka akan terjadi penurunan *burnout*, begitu pula sebaliknya.

**Kata Kunci:** *psychology capital, burnout, Peserta Pendidikan Dokter Spesialis*

#### **PENDAHULUAN**

Tenaga profesional di bidang kesehatan sangat penting dalam menangani permasalahan kesehatan, dan dokter merupakan tokoh kunci dalam sektor ini. Berdasarkan Permenkes Republik Indonesia Nomor 9 Tahun 2013 menyebutkan bahwa dokter yang sedang menempuh pendidikan spesialis disebut dengan dokter residen atau dikenal juga dengan sebutan peserta pendidikan dokter spesialis (PPDS). Dokter yang melanjutkan pendidikan kedokteran pascasarjana dan pelatihan penguasaan mendalam bidang tertentu spesialisasi kedokteran, dengan metode pembelajaran mandiri serta pengawasan disebut dengan program residensi (Nurikhwan, Felaza, & Soemantri, 2022). Dokter residen dikenal sebagai peserta pendidikan dokter spesialis (PPDS). Salah satu perguruan tinggi yang terdapat PPDS adalah Fakultas Kedokteran Universitas Andalas dengan rumah sakit pendidikan yaitu di RSUP. Dr. M. Djamil yang berada di Kota Padang.

Peserta pendidikan dokter spesialis (PPDS) rentan mengalami *burnout*, depresi, dan mengalami tekanan psikologis klinis (Felton et al., 2020). *Burnout* digambarkan dengan reaksi terhadap stress di tempat kerja yang ditandai dengan kelelahan emosional serta depersonalisaasi orang lain, serta penurunan perasaan pencapaian pribadi (Westermann et al., 2014). PPDS bedah umum di Amerika Serikat diperkirakan mengalami *burnout* hingga 69% (Elmore et al., 2016) dan dokter bedah orthopedi residen mengalami *burnout* 38% (Somerson et al., 2020). PPDS junior menjadi puncaknya dokter residen mengalami *burnout*. Terdapat beberapa kendala yang dialami oleh PPDS tahun kedua seperti kurangnya tidur daripada PPDS yang senior serta mendapatkan panggilan dan bekerja lebih banyak. PPDS tahun kedua memerlukan pelatihan dari bedah umum hingga ke bedah yang lebih dikhususkan. Peserta pendidikan dokter spesialis (PPDS) juga mengalami hierarki yang disfungisional yang menciptakan tekanan moral (Shah et al., 2023).

Faktor yang dapat mempengaruhi *burnout* pada PPDS meliputi jam kerja, tahun pendidikan, panggilan malam untuk pelayanan kesehatan pasien, tugas administratif sebagai mahasiswa dokter spesialis, dan lain sebagainya (Chan et al., 2019). Pada tahun 2003 *Accreditation Council for Graduate Medical Education* (ACGME) menerapkan pembatasan menyeluruh yang membatasi PPDS 80 jam bekerja perminggu (Watson, 2005). ACGME yang menjelaskan mengenai peraturan jam kerja 80 jam perminggu pada PPDS dapat mengurangi *burnout* dan depresi, namun data menunjukkan belum ada penurunan tingkat *burnout* (Ahmed et al., 2014). Diperkirakan terdapat 20% dokter residen tidak menyelesaikan pendidikannya (Salles et al., 2019).

*Burnout* dapat didefinisikan sebagai respons kepanjangan terhadap stress emosional dan interpersonal yang berkelanjutan di tempat kerja yang terdiri dari kelelahan emosional, depersonalisaasi, dan kurangnya kepuasan terhadap pekerjaan individu (Lebares, 2018). *Burnout* merupakan sindrom psikologis yang terdiri atas tiga dimensi yaitu rasa Lelah secara emosional (*emotional exhaustion*), depersonalisaasi (*depersonalization*), dan menurun pencapaian diri (*reduced personal accomplishment*) (Maslach & Jackson, 2001). *Burnout* digambarkan sebagai suatu keadaan yang dialami individu yang memunculkan respon emosional pada mereka yang bekerja di sektor pelayanan manusia yang pekerjaannya berkaitan dengan masyarakat (*human services*) (Cordes, 1993). Dokter merupakan salah satu pekerjaan yang bekerja pada bidang tersebut.

Maslach (2001) juga mengatakan ada dua faktor mempengaruhi *burnout*: faktor situasional (pekerjaan dan organisasi) dan faktor individual (demografi, sikap terhadap pekerjaan, dan kepribadian). Pada faktor individual yang dapat mempengaruhi *burnout* di atas, terdapat konstruk psikologis yang dapat mencakup beberapa aspek di dalamnya yaitu *psychology capital*. *Burnout* terjadi karena tidak seimbang antara antara tuntutan dan sumber daya yang diperoleh dari pekerjaan (Bakker & Demerouti, 2017). Tuntutan pekerjaan secara umum meliputi beban kerja yang melebihi kapasitas, emosional dalam bekerja, tekanan waktu, atau konflik interpersonal. Sumber daya pekerjaan mengacu pada aspek fisik, psikologis, organisasi serta sosial. Di dalam sumber daya tersebut terdapat *psychology capital* (*self-efficacy, optimism, hope, and resilience*). Ketika tuntutan melebihi sumber daya maka akan terjadi kelelahan yang jika dibiarkan dari waktu ke waktu dapat mengakibatkan *burnout* (Edu et al., 2022).

Morgan dan Luthans (2015) memaparkan bahwa orang dengan *psychological capital* yang tinggi yang ditandai dengan memiliki kepercayaan yang berusaha untuk mencapai kesuksesan di bidangnya dalam melakukan tugas yang menantang, optimisme mengenai kesuksesan saat ini ataupun pada masa mendatang, memiliki harapan pada tujuan, dan pada saat dilanda sesuatu kesulitan dapat bertahan serta bangkit dari keterpurukan untuk meraih kesuksesan. *Psychological capital* dengan aspek yaitu *self-efficacy, optimism, hope, and resiliency* (Luthans, Youssef & Avolio, 2007). *Psychology capital* adalah bagian dari keadaan psikologis individu yang berhubungan dengan kegembiraan dan kemampuan memanipulasi, mengontrol, serta berdampak pada lingkungan sekitar individu yang sesuai dengan keinginannya dan kemampuan individu yang mengacu pada harapan, efikasi diri, optimisme dan resiliensi (Saputra, Hapsari & Esterina, 2022). Luthans, Youssef dan Avolio (2007) mengidentifikasi konstruk positif dari harapan, efikasi diri, optimisme dan resiliensi memiliki peran yang besar terkait penentuan keberhasilan atas pencapaian individu di pekerjaannya.

Peserta pendidikan dokter spesialis (PPDS) menjalankan pendidikannya dengan terjun langsung ke lapangan sebagai dokter dan juga menjalankan tugasnya sebagai mahasiswa kedokteran.

Menurut Aliyev & Karakus (2015) *psychological capital* dapat mengurangi afek negatif seperti kejemuhan, cemas, serta stress bagi pelajar. Penelitian relevan oleh Kurniawati (2021) memperlihatkan temuan bahwa adanya hubungan antara *psychological capital* dan *burnout* pada perawat yang bekerja di Jakarta. Selanjutnya, penelitian lain oleh Imawan (2019) memperlihatkan temuan bahwa korelasi negative dan signifikan *psychology capital* terhadap *burnout*. Maka dari itu *psychology capital* dibutuhkan oleh peserta pendidikan dokter spesialis (PPDS) dalam mengatasi *burnout* akibat tuntutan dalam menempuh pendidikan spesialis. Peneliti menggunakan variabel *psychology capital* dan *burnout*. Penelitian yang peneliti laksanakan tujuannya untuk melihat hubungan *psychology capital* dengan *burnout* pada peserta pendidikan dokter spesialis (PPDS) di RSUP. Dr. M. Djamil.

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif. Peneliti menggunakan teknik *purposive sampling* pada penelitian ini. *Purposive sampling* merupakan teknik penarikan sampel yang dilakukan dengan cara memilih subjek berdasarkan kriteria spesifik yang ditetapkan oleh peneliti (Priadana & Sunarsi, 2021). Kriteria subjek yang ditetapkan oleh peneliti yaitu peserta pendidikan dokter spesialis (PPDS) SP1 di RSUP. Dr. M. Djamil. Penelitian ini menggunakan dua variable yaitu *psychology capital* (variabel bebas) dan *burnout* (variabel terikat). Pengukuran *burnout* memakai skala *Maslach burnout inventory-human service survey* (MBI-HSS) oleh Yulianto (2020). Adapun *blueprint* skala *burnout* berjumlah 22 aitem yang diantaranya 14 aitem *favorable* dan 8 aitem *unfavorable* salah satu aitemnya berbunyi “saya merasa beban pendidikan spesialis menimbulkan banyak tekanan bagi saya”. Pengukuran *psychology capital* menggunakan skala oleh Nahri Ghassani yang mengacu pada aspek *Psychological capital*. Skala ini memiliki 24 aitem, yang dimana aitem *favorable* yang totalnya yakni 21, dan aitem *unfavorable* totalnya ada 3 salah satu aitemnya berbunyi “saya merasa mampu menemukan Solusi dalam menyelesaikan masalah selama menempuh pendidikan spesialis”.

Dalam penelitian ini, peneliti menetapkan penggunaan kuesioner atau angket secara online guna meraih data dengan skala likert untuk menjawab pernyataan yang tersedia. Pada skala *burnout* terdiri dari tujuh alternatif jawaban, yaitu tidak pernah, beberapa kali dalam satu tahun, satu bulan sekali atau kurang, beberapa kali dalam satu bulan, satu kali dalam satu minggu, beberapa kali dalam satu minggu, dan setiap hari. Alternatif jawaban akan diberi bobot, 1,2,3,4,5,6,7 untuk pernyataan *favorable*, sedangkan untuk pernyataan *unfavorable* 7,6,5,4,3,2,1. Pada skala *psychology capital* terdiri dari empat alternatif jawaban, yaitu sangat setuju, setuju, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. Alternatif jawaban akan diberi bobot, 4,3,2,1 untuk pernyataan *favorable*, sedangkan untuk pernyataan *unfavorable* 1,2,3,4. Teknis analisis data pada penelitian ini adalah Uji korelasi *product moment*. Penelitian yang dilakukan sudah mendapatkan sertifikat etik dari Komisi etik Penelitian (KEP) Fakultas Kedokteran UNAND sebagai tanda loloskaji etik yang disetujui pelaksanaan penelitiannya.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini melibatkan 89 peserta pendidikan dokter spesialis (PPDS) di RSUP Dr. M. Djamil. Berdasarkan deskripsi subjek dilihat dari jenis kelamin mencakup atas laki-laki 42 partisipan (47,2%) dan perempuan 47 partisipan (52,8%). Jika dilihat berdasarkan tingkatan usia, menunjukkan total subjek berjumlah 89 peserta, dengan 15 orang (16,9%) memiliki rentang usia 25-29 tahun, 57 orang (64%) dengan usia 30-34 tahun, dan 17 orang (19,1%) berusia di bawah 40 tahun. Jika dilihat dari status perkawinan, terdiri dari 66 (74%) peserta yang memiliki status telah menikah dan 23 (26%) peserta yang berstatus belum menikah. Jika dilihat dari tingkatan PPDS, terdiri dari 27 (31,1%) orang chief, 36 (40,5%) orang senior, dan 26 (28,9%) orang junior.

Hasil penelitian menunjukkan mayoritas subjek pada variabel *burnout* cenderung sangat rendah dengan jumlah 43 subjek (48,3%). Sedangkan pada variabel *psychology capital* mayoritas subjek cenderung tinggi dengan jumlah 58 subjek (65,2%).

**Tabel 1. Hasil Uji Normalitas Skala Burnout dan Psychology Capital**

Test	statistic	Asymp. Sig
Kolmogorov-Smirnov	0,076	0,200

Berdasarkan tabel 1, memperlihatkan nilai signifikansi  $0,200 > 0,05$  yang diartikan bahwa penelitian berdistribusi normal.

**Tabel 2. Hasil Uji Linearitas Burnout dan Psychology Capital**

Variabel	Sum of Square	Mean Squared	F	Sig.
Burnout*Psychology Capital	5306,570	182,985	0,618	0,920

Berdasarkan tabel 2 didapatkan nilai *sig. deviation from linearity*  $0,920 > 0,05$  yang diartikan bahwa terdapat hubungan yang linear dari *psychology capital* dengan *burnout*.

**Tabel 3 Hasil Uji Korelasi**

Pearson Correlation	Sig. (2-tailed)
-0,670	0,000

Berdasarkan tabel 3, menunjukkan *pearson corelation* sebesar -0,670 dan signifikansi 0,000. Nilai signifikansi (0,000) berada di bawah 0,005, maka ditemukan hubungan yang signifikan antara kedua variabel. *Pearson corelation* sebesar -0,670 menunjukkan korelasi yang negatif.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *psychology capital* dengan *Burnout* pada peserta pendidikan dokter spesialis (PPDS) di Rumah Sakit Umum Pusat Dr. M. Djamil. Analisis data yang dilakukan dengan uji korelasi *product moment* diperoleh korelasi *Pearson* sebesar -0,670 dan tingkat signifikansi 0,000. Hasil tersebut menunjukkan adanya korelasi negatif antara modal psikologis dengan *Burnout* pada PPDS. Korelasi negatif ini berarti bahwa *psychology capital* yang lebih tinggi dikaitkan dengan tingkat *Burnout* yang lebih rendah. Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa peserta PPDS dengan *psychology capital* yang baik cenderung lebih sedikit mengalami *Burnout*. Dalam penelitian ini hipotesis alternatif (Ha) diterima, sedangkan hipotesis nol (Ho) ditolak.

Penelitian ini dilakukan kepada PPDS yang sedang menempuh pendidikannya dengan terjun langsung melayani pasien di rumah sakit terpilih sebagai tempat pendidikan. Dokter termasuk PPDS merupakan individu yang terlibat dalam pekerjaan di bidang pelayanan kemanusiaan (*human services*). Cordess (1993) mengatakan bahwa *Burnout* digambarkan sebagai salah satu keadaan yang mencerminkan reaksi emosional pada individu yang bekerja pada bidang pelayanan kemanusiaan. Peserta Pendidikan Dokter Spesialis (PPDS) yang mengalami *Burnout* dapat mengakibatkan penurunan performa dan memengaruhi keamanan pasien (Sutoyo et al., 2018). Salah satu yang dibutuhkan PPDS untuk mengatasi *Burnout* adalah *psychology capital*.

*Psychology capital* merupakan bagian dari psikologi positif yang dimana terfokus pada energi personal individu serta memiliki kualitas positif yang diyakini dapat memajukan performa individu ataupun organisasi (Hansen et al., 2015). Youssef dan Luthans (2015) menjelaskan individu yang memiliki *psychological capital* yang tinggi yang ditandai dengan memiliki kepercayaan yang berupaya untuk sukses di bidangnya dalam melakukan tugas yang menantang, *optimisme* mengenai keberhasilan saat ini ataupun yang akan datang, memiliki harapan pada tujuan, dan pada saat dilanda sesuatu kesulitan dapat bertahan serta bangkit dari keterpurukan untuk mencapai kesuksesan. Keadaan psikologis yang positif dari individu dapat memberikan kekuatan yang positif juga dalam mengendalikan sikap dan mengurangi tingkat *Burnout* pada pekerjaan (Utami et al., 2022).

Individu dengan *psychology capital* yang tinggi cenderung mencari pendekatan positif untuk menyelesaikan masalah yang ada terutama dalam pekerjaannya, hal ini akan mencegah terjadinya *Burnout* pada individu (Zhang et al., 2019). Sama halnya dengan yang dikatakan oleh Kusuma & Yudiarso (2022) berdasarkan penelitian yang mereka lakukan bahwa jika individu memiliki *psychology capital* yang kuat, maka hal tersebut dapat menjadi suatu pencegahan untuk mengurangi *Burnout* di tempat kerja. Dari penelitian yang dilakukan, dengan adanya *psychology capital* yang

cenderung tinggi pada PPDS dapat mengakibatkan *Burnout* yang dialami cenderung sangat rendah. Pernyataan ini juga di dukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Azzahra (2024) mengatakan bahwa *psychology capital* berpengaruh negative terhadap *Burnout* pada dokter muda Fakultas Kedokteran Universitas Andalas. Penelitian ini juga di dukung oleh Kurniawati (2021) yang mengatakan bahwa terdapat hubungan antara *psychology capital* dengan *Burnout* pada perawat yang bekerja di Jakarta.

Luthans, Youssef dan Avolio (2007) mengidentifikasi konstruk positif dari *self-efficacy*, *hope*, *optimism*, dan *resiliency* berperan besar dalam memastikan kesuksesan individu di dunia kerjanya. Pada penelitian ini dimensi *self-efficacy* pada *psychology capital* PPDS FK UNAND di RSUP Dr. M. Djamil cenderung tinggi. Hal ini dapat diartikan dengan penjelasan Luthans et al (2007) yaitu individu yang memiliki *self-efficacy* yang tinggi memiliki karakteristik, yaitu mampu menetapkan tujuan hidupnya, mampu mengatasi tantangan yang ada, memiliki motivasi yang tinggi, menyiapkan segala upaya yang diperlukan untuk mencapai tujuannya. Selanjutnya aspek *psychology capital* yang penting adalah *hope*. Pada penelitian ini dimensi *hope* pada *psychology capital* PPDS FK UNAND di RSUP Dr. M. Djamil cenderung tinggi. Hal ini dapat diartikan dengan penjelasan Luthans et al (2007) yaitu individu dengan harapan yang tinggi cenderung menjadi pemikir independent, kreatif, dan banyak akal. *Hope* dipercaya dapat menghasilkan *coping strategis* individu dalam menghadapi suatu kondisi yang dapat memicu terjadinya *Burnout* (Sipayung, 2022)

Berikutnya aspek *psychology capital* yang penting adalah *resiliency*. Pada penelitian ini dimensi *resiliency* pada *psychology capital* PPDS FK UNAND di RSUP Dr. M. Djamil cenderung tinggi. Individu yang memiliki *resiliency* yang baik menjadikan tantangan yang dimiliki sebagai “batu loncatan” untuk mencapai kesuksesan yang diinginkan (Luthans et al., 2007). Penelitian yang dilakukan oleh Shakir et al (2020) mengatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara *resiliency* dan *Burnout*, yang artinya tingkat *Burnout* yang lebih tinggi berhubungan dengan tingkat *Burnout* yang lebih rendah pada PPDS Bedah Saraf di AS. Aspek *psychology capital* selanjutnya adalah *optimism*. Pada penelitian ini dimensi *optimism* pada *psychology capital* PPDS FK UNAND di RSUP Dr. M. Djamil cenderung sangat tinggi. Individu yang positif menghargai setiap kejadian positif pada hidupnya. Individu yang optimis memandang secara positif aspek baik dari kehidupan tidak hanya di masa lalu dan masa kini, namun juga masa depan (Luthans et al., 2007). Penelitian yang dilakukan Fowler et al (2020) oleh menjelaskan bahwa terdapat hubungan negatif antara *optimisme* dan *Burnout*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat *Burnout* pada peserta Program Pendidikan Dokter Spesialis (PPDS) Fakultas Kedokteran Universitas Andalas di Rumah Sakit Umum Pusat Dr. M. Djamil sebagian besar tergolong cenderung sangat rendah. Analisis dimensi *Burnout* menunjukkan bahwa *emotional exhausted* cenderung sangat rendah, depersonalization juga cenderung sangat rendah sebanyak, dan pencapaian pribadi cenderung sangat rendah. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar peserta PPDS cenderung mengalami tingkat *Burnout* yang sangat rendah pada dimensi-dimensi tersebut.

Berdasarkan hasil tambahan yang dilakukan oleh peneliti menjelaskan bahwa tidak ada perbedaan *psychology capital* yang ditinjau dari jenis kelamin, usia, status perkawinan, dan tahapan PPDS. Demikian juga pada *burnout*, tidak terdapat perbedaan jika ditinjau dari jenis kelamin, usia, dan status perkawinan. Namun tingkat *burnout* yang ditinjau dari tahapan PPDS, menunjukkan adanya perbedaan. Hasil tersebut menunjukkan bahwa tahapan junior mengalami *burnout* yang lebih tinggi dibandingkan tahapan senior dan chief. Sejalan dengan pendapat oleh Shah et al (2022) yaitu terdapat beberapa kendala yang dialami oleh PPDS tahun kedua seperti kurangnya tidur daripada PPDS yang senior serta mendapatkan panggilan dan bekerja lebih banyak. Hal ini dapat menyebabkan *burnout* yang lebih tinggi daripada tahapan lainnya.

Pada penelitian ini, peneliti melakukan wawancara dengan Ketua Tim Koordinasi Program Pendidikan Dokter Spesialis Fakultas Kedokteran UNAND pada tanggal 23 November 2024 untuk mengetahui penyebab rendahnya tingkat *Burnout* pada PPDS di RSUP Dr. M. Djamil. Peneliti mendapatkan informasi yang mendukung alasan yang menjadi penyebab rendahnya *Burnout*. Pihak FK UNAND bekerjasama dengan RSUP Dr. M. Djamil menyediakan layanan konseling dengan membentuk tim konseling untuk para PPDS. Kementerian Kesehatan melakukan skrining kesehatan

jiwa yang dilakukan pada bulan Maret kepada seluruh PPDS di Indonesia serta dilakukannya tindakan psikoterapi lanjutan kepada PPDS yang terindikasi depresi. Konseling dapat menjadi hal yang efektif untuk mengatasi *Burnout* dengan memahami hubungan personal dan interpersonal serta strategi coping yang disesuaikan oleh kebutuhan individu (Corey, 2013). Margaretha et al (2022) menyatakan bahwa pemberian layanan konseling cukup memadai dalam upaya mengatasi permasalahan yang dialami individu dalam bekerja. Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Jamaluddin et al (2024) yang menjelaskan bahwa konseling terbukti efektif dalam menurunkan tingkat *Burnout* pada mahasiswa.

Berdasarkan wawancara juga dikatakan bahwa para PPDS diharuskan ikut serta dalam kegiatan lomba (olahraga, musik, tari, dan lain sebagainya) antar program studi seperti pada acara *Dies Natalis* setiap tahunnya, perlombaan keolahragaan antar program studi atau didalam program studi itu sendiri, serta kegiatan lainnya seperti buka bersama dan memperingati hari yang berkaitan dengan program studi masing-masing yang bertujuan untuk membangun keakraban pada PPDS. Komunikasi antar junior, senior, dan *chief* dipantau oleh konsulen serta *group whatsapp* disetiap program studi dipantau langsung oleh ketua program studi. Dukungan sosial merupakan dukungan atau batuan yang berasal dari orang yang memiliki hubungan sosial akrab dengan individu berupa dukungan dalam bentuk pemberian informasi, tingkah laku, ataupun materi yang menjadikan individu diperhatikan, bernilai, dan dicintai (Harnida, 2015). Putra & Muttaqin (2020) memperoleh hasil penelitian bahwa individu dapat mengatasi *Burnout* pada saat individu tersebut mampu merasakan kepuasan terhadap dukungan sosial yang diterima.

Berdasarkan informasi yang didapatkan dari wawancara pada tanggal 13 Januari 2024 didapatkan informasi bahwa PPDS akan mendapatkan sanksi berupa penambahan jam kerja jika PPDS tidak menjalankan tugasnya. Namun, sanksi seperti itu sudah tidak diberlakukan dan dihapuskan oleh pihak fakultas maupun rumah sakit dan terkait jam kerja para PPDS sudah dibatasi untuk mengatasi kelelahan para PPDS berdasarkan informasi dari Ketua TKP PPDS. Penelitian yang dilakukan oleh Swasti et al (2017) menunjukkan hasil adanya hubungan antara jam kerja dengan *Burnout* yang dimana semakin lama jam kerja maka semakin tinggi risiko pekerja mengalami *Burnout*, karena dengan adanya penambahan jam kerja maka semakin banyak aktivitas yang dilakukan individu.

Dari studi yang direview oleh Ekawaty et al (2023) terdapat beberapa intervensi untuk meningkatkan *psychology capital* individu, yaitu mengurangi kelelahan kerja berperan dalam meningkatkan *psychology capital* individu, mengundang konselor profesional untuk menganalisis psikologis individu serta penyediaan konseling psikologis dilingkungan kerja, menciptakan lingkungan praktik yang mendukung, budaya organisasi yang sehat dengan pemantauan indimidasi di tempat kerja. Hal ini sejalan dengan wawancara yang dilakukan kepada Ketua TKP PPDS FK UNAND yang dapat menjadi penyebab tingginya *psychology capital* pada PPDS di RSUP Dr. M. Djamil.

Secara umum penelitian yang dilakukan menunjukkan *Burnout* pada PPDS yang cenderung rendah dan *psychological capital* yang cenderung tinggi pada PPDS. Untuk menjaga *Burnout* yang cenderung rendah dan *psychology capital* yang cenderung tinggi diperlukan bantuan oleh diri PPDS itu sendiri serta instansi yang terkait. Keterbatasan penelitian ini terletak pada jumlah sampel dan sebaran skala tidak luas. Maka dari itu, peneliti menyarankan untuk peneliti selanjutnya melakukan penelitian dengan jumlah sampel yang lebih luas seperti seluruh Indonesia untuk melihat tingkat *Burnout* lebih umum dan merata. Masih sedikitnya penelitian yang membahas mengenai peserta pendidikan dokter spesialis dalam lingkup kesehatan mental, hal ini bisa dikaitkan penelitian dengan variabel psikologi lainnya.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Dari temuan penelitian, dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan negatif yang signifikan antara *psychology capital* dengan *burnout* pada peserta pendidikan dokter spesialis (PPDS) di RSUP Dr. M. Djamil. Mayoritas peserta pendidikan dokter spesialis pada penelitian memiliki tingkat *burnout* yang cenderung sangat rendah. Serta mayoritas peserta pendidikan dokter spesialis pada penelitian yaitu memiliki tingkat *psychology capital* yang cenderung

tinggi. Hal ini diartikan bahwa semakin tinggi *psychology capital* yang dimiliki oleh PPDS maka semakin rendah tingkat *burnout*, begitupun sebaliknya.

Saran yang dapat peneliti berikan untuk penelitian selanjutnya yaitu sebaiknya penelitian dilakukan pada sampel yang lebih luas agar data yang didapatkan lebih akurat untuk menggabarkan tingkat *Burnout* dan *psychology capital* pada PPDS secara lebih luas. Jika subjek yang digunakan adalah peserta Program Spesialis Kedokteran (PPDS), akan bermanfaat untuk menggunakan variabel psikologi lainnya mengingat kelangkaan penelitian tentang PPDS di Indonesia. Sedangkan Bagi peserta pendidikan dokter spesialis dapat memanfaatkan fasilitas seperti menggunakan layanan konseling yang disediakan oleh institusi terkait agar tingkat *Burnout* rendah secara merata.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmed, N., Devitt, K. S., Keshet, I., Spicer, J., Imrie, K., Feldman, L., & Rutka, J. (2014). A systematic review of the effects of resident duty hour restrictions in surgery: impact on resident wellness, training, and patient outcomes. *Annals of surgery*, 259(6), 1041-1053.
- Aliyev, R., & Karakus, M. (2015). *The effects of positive psychological capital and negative feelings on students' violence tendency*. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 190, 69-76.
- Ahmed, N., Devitt, K. S., Keshet, I., Spicer, J., Imrie, K., Feldman, L., & Rutka, J. (2014). A systematic review of the effects of resident duty hour restrictions in surgery: impact on resident wellness, training, and patient outcomes. *Annals of surgery*, 259(6), 1041-1053.
- Aliyev, R., & Karakus, M. (2015). *The effects of positive psychological capital and negative feelings on students' violence tendency*. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 190, 69-76.
- Aliyev, R., & Karakus, M. (2015). *The effects of positive psychological capital and negative feelings on students' violence tendency*. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 190, 69-76.
- Bakker, A. B., & Demerouti, E. (2017). Job demands-resources theory: Taking stock and looking forward. *Journal of occupational health psychology*, 22(3), 273.
- Chan, M. K., Chew, Q. H., & Sim, K. (2019). Burnout and associated factors in psychiatry residents: a systematic review. *International journal of medical education*, 10, 149.
- Corey, G. (2013). *Theory and practice of counseling and psychotherapy*, Eight Edition. USA : Thomson Brooks/Cole.
- Edú-Valsania, S., Laguía, A., & Moriano, J. A. (2022). Burnout: A review of theory and measurement. *International journal of environmental research and public health*, 19(3), 1780.
- Ekawaty, Z., Saleh, A., & Rachmawaty, R. (2023). Strategi Peningkatan Kinerja Perawat melalui Support Mental dan Gaya Kepemimpinan Kepala Ruangan yang Dimediasi oleh *Psychological Capital: Integrative Review*. *Jurnal Kesehatan*, 16(1), 53-66.
- Elmore, L. C., Jeffe, D. B., Jin, L., Awad, M. M., & Turnbull, I. R. (2016). National survey of burnout among US general surgery residents. *Journal of the American College of Surgeons*, 223(3), 440-451.
- Felton, J., Martin, O., Kubicki, N., Kidd-Romero, S., & Kavic, S. M. (2021). Understanding the well-being of general surgery residents. *The American Surgeon*, 87(3), 432-436.
- Fowler, J. B., Fiani, B., Kiessling, J. W., Khan, Y. R., Li, C., Quadri, S. A., ... & Siddiqi, J. (2020). The correlation of burnout and optimism among medical residents. *Cureus*, 12(2).
- Fyana, L., & Rozali, Y. A. (2020). Perbedaan burnout ditinjau dari jenis kelamin pada karyawan bank Abc. *JCA of Psychology*, 1(02).

- Ghassani, N. (2015). Hubungan Modal Psikologis Dengan Keterikatan Kerja Pada Tenaga Alih Daya Pt. Telkom. *Skripsi (tidak dipublikasikan)*. Universitas Negeri Jakarta
- Hansen, A., Buitendach, J. H., & Kanengoni, H. (2015). *Psychological capital, subjective well-being, burnout and job satisfaction amongst educators in the Umlazi region in South Africa*. *SA Journal of Human Resource Management*, 13(1), 1–9. <https://doi.org/10.4102/sajhrm.v13i1.621>
- Harnida, H. (2015). Hubungan efikasi diri dan dukungan sosial dengan Burnout pada perawat. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 4(1).
- Imawan, E. G. (2019). *Hubungan Antara Psychological Capital Dan Burnout Pada Karyawan Di Industri Perbankan*. *Skripsi (tidak dipublikasikan)*. Universitas Islam Indonesia.
- Jamaluddin, M., Kartika, A. C. D., & Suryawan, R. N. (2024). Efektivitas Konseling Individu dalam menurunkan Burnout Akademik pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, 1(4), 8-8.
- Kurniawati, S.R.S. (2021). Pengaruh Psychological Capital Terhadap Burnout Pada Perawat di Jakarta. *Skripsi (tidak dipublikasikan)*. Universitas Negeri Jakarta
- Lebares, C. C., Guvva, E. V., Ascher, N. L., O'Sullivan, P. S., Harris, H. W., & Epel, E. S. (2018). *Burnout and stress among US surgery residents: psychological distress and resilience*. *Journal of the American College of Surgeons*, 226(1), 80-90.
- Luthans, F., Youssef, C. M., & Avolio, B. J. (2007). *Psychological capital: Developing the human competitive edge*. New York: Oxford University Press
- Margateha, A.C., Bulqis, P., Cantika, N., Syaharani, L., Susanti, M., & Yusra, A. (2022). Peran Layanan Konseling Bagi Personil Kepolisian Sebagai Upaya Mengatasi Permasalahan Bekerja. *BULLET: Jurnal Multidisiplin Ilmu*, 1(02), 122-126.
- Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). *The Measurement of Experienced Burnout*. *Journal of organizational behavior*, 2 (2), 99-113. <https://doi.org/10.1002/job.4030020205>
- Maslach, Christina; Schaufeli, Wilmar B.; Leiter, Michael P. (2001). *Job Burnout*. *Annual Review of Psychology*, 52(1), 397–422. doi:10.1146/annurev.psych.52.1.3
- Morgan, Youssef C. M., & Luthans, F. (2015). *Psychological capital and well-being*. *Stress and health: Journal of the International Society for the Investigation of Stress*.
- Nurikhwan, P. W., Felaza, E., & Soemantri, D. (2022). *Burnout and quality of life of medical residents: a mixed-method study*. *Korean journal of medical education*, 34(1), 27.
- Priadana, S., & Sunarsi, D. (2021). Metode Penelitian Kuantitatif. Tangerang : Pascal Books
- Putra, A. C. M., & Muttaqin, D. (2020). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Burnout Pada Perawat di Rumah Sakit X. *Psikostudia: Jurnal Psikologi*, 9(2), 82-83.
- Saputra, I. J., Hapsari, W., & Esterina, M. (2022). Pengaruh Modal Psikologis dan Persepsi Gaya Kepemimpinan terhadap Stres Kerja Karyawan. *Jurnal Pendidikan dan Konseling (JPDK)*, 4(5), 3720-3727.
- Shah, H. P., Salehi, P. P., Ihnat, J., Kim, D. D., Salehi, P., Judson, B. L., ... & Lee, Y. H. (2023). *Resident Burnout and Well-being in Otolaryngology and Other Surgical Specialties: Strategies for Change*. *Otolaryngology–Head and Neck Surgery*, 168(2), 72-79.
- Shakir, H. J., Cappuzzo, J. M., Shallwani, H., Kwasnicki, A., Bullis, C., Wang, J., ... & Levy, E. I. (2020). Relationship of grit and resilience to burnout among US neurosurgery residents. *World Neurosurgery*, 134, e224-e236.
- Sipayung, S. B. (2022). *Hubungan Antara Hope (Harapan) Dengan Burnout Pada Perawat di Rumah Sakit Pancur Batu Deli Serdang Skripsi (tidak dipublikasikan)*. Universitas Medan Area.

- Somerson, J. S., Patton, A., Ahmed, A. A., Ramey, S., & Holliday, E. B. (2020). *Burnout among United States orthopaedic surgery residents*. *Journal of surgical education*, 77(4), 961-968.
- Sutoyo, D., Kadarsah, R. K., & Fuadi, I. (2018). Sindrom burnout pada peserta program pendidikan dokter spesialis anestesiologi dan terapi intensif Fakultas Kedokteran Universitas Padjadjaran. *Jurnal Anestesi Perioperatif*, 6(3), 153-161.
- Swasti, K. G., Ekowati, W., & Rahmawati, E. (2018). Faktor-faktor yang mempengaruhi *Burnout* pada wanita bekerja di kabupaten Banyumas. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 12(3), 190-198.
- Watson, J. C. (2005). *Impact of the ACGME Work Hour Requirements: A neurology resident and program director survey*. *Neurology*, 64(2), E11-E15. Doi:10.1212/01.wnl.0000152728.17155.41
- Westermann, C., Kozak, A., Harling, M., & Nienhaus, A. (2014). Burnout intervention studies for inpatient elderly care nursing staff: Systematic literature review. *International journal of nursing studies*, 51(1), 63-71.
- Yulianto, H. (2020). *Maslach burnout inventory-human services survey (MBIHSS)* versi bahasa indonesia: Studi validasi konstruk pada anggota polisi. *Jurnal Pengukuran Psikologi Dan Pendidikan Indonesia (JP3I)*, 9(1), 19–29. <https://doi.org/10.15408/jp3i.v9i1.13329>
- Zakiah, A. (2024). Pengaruh Psychological Capital Terhadap Burnout Pada Dokter Muda Fakultas Kedokteran Universitas Andalas. *Skripsi (tidak dipublikasikan)*. Universitas Andalas.
- Zhang, Y., Zhang, S., & Hua, W. (2019). *The impact of psychological capital and occupational stress on teacher burnout: Mediating role of coping styles*. *The Asia-Pacific Education Researcher*, 28(4), 339-349. <https://doi.org/10.1007/s40299-019-00446-4>