

Nomor Skripsi: 1054/SKRIPSI/PSI-FIP/08-2022

**PENGARUH REGULASI EMOSI DAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING*
TERHADAP *BURNOUT* PADA PERAWAT DI KOTA BANDUNG**

SKRIPSI

diajukan untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Psikologi



oleh
Nabilah Nur Arfiani
1806413

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA**

2022

**PENGARUH REGULASI EMOSI DAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING*
TERHADAP *BURNOUT* PADA PERAWAT DI KOTA BANDUNG**

Oleh
Nabilah Nur Arfiani

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar
Sarjana Psikologi di Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan

©Nabilah Nur Arfiani
Universitas Pendidikan Indonesia
Agustus 2022

Hak Cipta dilindungi Undang-Undang
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian, dengan dicetak
ulang, difotokopi, atau cara lainnya tanpa izin dari peneliti.

LEMBAR PENGESAHAN

Nabilah Nur Arfiani NIM. 1806413

PENGARUH REGULASI EMOSI DAN *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* TERHADAP *BURNOUT* PADA PERAWAT DI KOTA BANDUNG

Disetujui dan disahkan oleh pembimbing:

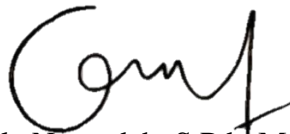
Pembimbing I



Sitti Chotidjah, M.A., Psikolog

NIP. 19771205 2200604 2 001

Pembimbing II



Gemala Nurendah, S.Pd., M.A.

NIP. 19830202 201012 2 002

Mengetahui,

Ketua Program Studi Psikologi



Dr. Sri Maslihah, M.Psi., Psikolog

NIP. 19700726 200312 2 001

SKRIPSI INI TELAH DIUJIKAN PADA:

Hari, tanggal : Selasa, 23 Agustus 2022

Waktu : 11.10 WIB

Tempat : Ruang Sidang 3 LT.8

Para penguji terdiri dari:

Penguji I,



Drs. H. Engkos Kosasih, M.Pd.

NIP. 19611002 198403 1 004

Penguji II,



Sitti Chotidjah, M.A., Psikolog

NIP. 19771205 2200604 2 001

Penguji III,



Ita Juwitaningrum, S.Psi., M.Pd.

NIP. 19780312 200501 2 002

Tanggung jawab yuridis ada pada:

Peneliti,



Nabilah Nur Arfiani

NIM. 1806413

ii

LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini peneliti menyatakan bahwa skripsi dengan judul, “**Pengaruh Regulasi Emosi dan *Psychological Well-Being* terhadap *Burnout* pada Perawat di Kota Bandung**” merupakan karya peneliti sepenuhnya. Tidak ada bentuk plagiat dari karya orang lain serta pengutipan yang tidak sesuai dengan etika penelitian yang berlaku. Dengan adanya surat ini peneliti siap menanggung risiko jika ditemukan adanya pelanggaran dari etika penelitian dalam skripsi saya.

Bandung, Agustus 2022

Peneliti



Nabilah Nur Arfiani

NIM 1806413

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah Swt yang telah memberikan rahmat dan kasih sayang-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi berjudul “**Pengaruh Regulasi Emosi dan *Psychological Well-Being* terhadap *Burnout* pada Perawat di Kota Bandung**”. Shalawat dan salam semoga selalu tercurah kepada Nabi Muhammad saw, keluarganya, para sahabatnya, serta pengikutnya sampai akhir zaman.

Skripsi ini merupakan sebagian syarat dalam memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Indonesia. Penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari berbagai hambatan. Namun berkat bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Peneliti ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang tulus kepada semua pihak yang sudah membantu dan terlibat dalam penyelesaian skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan dan jauh dari sempurna. Maka, peneliti menerima kritik dan saran yang membangun agar skripsi ini dapat bermanfaat bagi banyak orang.

Bandung, Agustus 2022

Peneliti

Nabilah Nur Arfiani

NIM 1806413

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur kehadiran Allah Swt atas segala rahmat, karunia, serta ridho-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Peneliti menyadari bahwa penyelesaian skripsi ini tidak terlepas dari doa, dukungan, bimbingan, dan bantuan berbagai pihak. Peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada semua orang yang telah berperan penting dalam penyelesaian skripsi ini, khususnya kepada:

1. Dosen pembimbing skripsi, Ibu Sitti Chotidjah, M.A., Psikolog dan Ibu Gemala Nurendah, S.Pd., M.A. yang selalu memberikan masukan, saran, dan selalu sabar memberikan bimbingan dalam penyusunan skripsi ini.
2. Dosen pembimbing akademik, Ibu Dr. Dra. Herlina, S.Psi., M.Pd., Psikolog yang selalu mengingatkan target dan tantangan di setiap semesternya.
3. Dosen verifikator, Bapak Helli Ihsan, S.Ag., M.Si yang sudah membantu peneliti dalam verifikasi kuantitatif.
4. Dosen pembimbing proposal, Bapak Farhan Zakariyya, S.Psi., M.Psi., Psikolog yang sudah membantu peneliti dalam memahami proposal dan mengarahkan pembuatan proposal penelitian.
5. Ketua Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia, Ibu Dr. Sri Maslihah, M.Psi., Psikolog yang telah memberikan ilmu dan dedikasinya pada Program Studi Psikologi.
6. Seluruh dosen dan staf tenaga kependidikan Program Studi Psikologi yang sudah memberikan ilmu, membagi pengalamannya selama peneliti berkuliah serta selalu siap membantu kebutuhan administrasi.
7. Kedua orang tua peneliti, Bapak M. Syamsul Arifin dan Ibu Neny Setianingsih yang tidak pernah putus memberikan doa dan dukungannya selama peneliti berkuliah hingga menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih karena selalu ada, terutama ketika peneliti merasa lelah dan hampir putus asa.
8. Adik kandung peneliti, Safira Nurul Afifah yang selalu menemani, mendukung, memberikan doa, serta mendengar semua keluh kesah peneliti.

9. Sahabat dan teman peneliti, Khofifah Al Adawiyah, Rozani Nurulfazri Hidayat, dan Ahmad Rizki Fauzi yang selalu membantu peneliti saat mengalami kesulitan serta memberikan berbagai informasi dan saran selama kuliah hingga proses penyusunan skripsi.
10. Semua teman angkatan Psikologi 2018, Kopipanas yang sudah berbagi tawa dan kebersamaan selama perkuliahan serta teman-teman yang telah membantu peneliti selama pengambilan data skripsi.
11. Kakak tingkat peneliti yang sudah membagikan pengalamannya ketika peneliti mengalami kesulitan dalam menyusun skripsi.
12. Seluruh rumah sakit dan perawat yang telah ikut berpartisipasi dan meluangkan waktunya ditengah kesibukan pekerjaan. Sehingga peneliti dapat memenuhi jumlah partisipan yang dibutuhkan.
13. Seluruh keluarga besar, teman dan rekan yang telah membantu menghubungkan peneliti dengan perawat serta menyebarkan *link* kuesioner secara lebih luas.

Bandung, Agustus 2022

Peneliti

Nabilah Nur Arfiani

NIM 1806413

ABSTRAK

Nabilah Nur Arfiani (1806413). *Pengaruh Regulasi Emosi dan Psychological Well-Being terhadap Burnout pada Perawat di Kota Bandung.* Skripsi. Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Pendidikan Indonesia. Bandung. (2022).

Burnout merupakan sindrom psikologi berupa kelelahan ekstrem yang terdiri atas kelelahan emosional, depersonalisasi atau sinisme, dan rendahnya pencapaian prestasi diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh regulasi emosi dan *psychological well-being* terhadap *burnout* pada perawat selama bekerja. Partisipan penelitian sebanyak 200 perawat di Bandung dengan kriteria yaitu sudah bekerja minimal 1 tahun sebagai perawat. Metode penelitian menggunakan desain penelitian kuantitatif. Teknik sampel yang digunakan adalah *non-probability sampling* dengan *purposive sampling*. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis regresi berganda untuk mengetahui pengaruh variabel regulasi emosi dan *psychological well-being* secara simultan terhadap *burnout*. Instrumen yang digunakan adalah instrumen Maslach Burnout Inventory-Human Service Survey (MBI-HSS) (Yovianti, 2020) untuk mengukur *burnout*, Emotional Regulation Questionnaire (ERQ) (Hidayat, 2016) untuk mengukur regulasi emosi, dan Ryff Psychological Well-Being Scale (Fahmawati, 2019) untuk mengukur *psychological well-being*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa regulasi emosi dan *psychological well-being* berpengaruh signifikan terhadap *burnout* pada perawat di Bandung sebesar 21,9%.

Kata Kunci: *Psychological Well-Being, Burnout, Perawat*

ABSTRACT

Nabilah Nur Arfiani (1806413). Effect of Emotion Regulation and Psychological Well-Being on Burnout in Nurses in Bandung. Thesis. Psychology Study Program, Faculty of Education, Indonesian Education University. Bandung. (2022).

Burnout is a psychological syndrome in the form of extreme fatigue consisting of emotional exhaustion, depersonalization or cynicism, and low self-achievement. This study aims to determine the effect of emotional regulation and psychological well-being on burnout in nurses during work. The research participants were 200 nurses in Bandung with the criteria that they had worked at least 1 year as a nurse. The research method uses a quantitative research design. The sampling technique used is non-probability sampling with purposive sampling. The data analysis technique used is multiple regression analysis to determine the effect of emotional regulation variables and psychological well-being simultaneously on burnout. The instruments used are the Maslach Burnout Inventory-Human Service Survey (MBI-HSS) instrument (Yovianti, 2020) to measure burnout, the Emotional Regulation Questionnaire (ERQ) (Hidayat, 2016) to measure emotion regulation, and the Ryff Psychological Well-Being Scale (Hidayat, 2016). Fahmawati, 2019) to measure psychological well-being. The results showed that emotional regulation and psychological well-being had a significant effect on burnout in nurses in Bandung by 21.9%.

Keyword: Psychological Well-Being, Burnout, Nurse

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
LEMBAR PERNYATAAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
UCAPAN TERIMA KASIH	v
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Pertanyaan Penelitian	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat/Signifikansi Penelitian	6
E. Struktur Organisasi Proposal Penelitian	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian tentang <i>Burnout</i>	
1. Definisi <i>Burnout</i>	8
2. Karakteristik <i>Burnout</i>	9
3. Dimensi <i>Burnout</i>	9
4. Faktor <i>Burnout</i>	10
B. Kajian tentang Regulasi Emosi	
1. Definisi Regulasi Emosi	12
2. Fitur Inti Regulasi Emosi	12
3. Dimensi Regulasi Emosi	13
4. Faktor Regulasi Emosi	15
C. Kajian tentang <i>Psychological Well-Being</i>	
1. Definisi <i>Psychological Well-Being</i>	15

2. Inti dan Landasan <i>Psychological Well-Being</i>	16
3. Dimensi <i>Psychological Well-Being</i>	17
4. Faktor <i>Psychological Well-Being</i>	19
D. Kajian tentang Perawat	
1. Definisi Perawat	22
2. Tugas Perawat	23
3. Hak Perawat	24
4. Beban Kerja Perawat	25
E. Kerangka Pemikiran	26
F. Hipotesis Penelitian	27
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	29
B. Partisipan, Populasi, dan Sampel	
1. Partisipan	29
2. Populasi	29
3. Sampel	29
C. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	
1. Variabel Penelitian	30
2. Definisi Operasional	30
D. Instrumen Penelitian	
1. Skala <i>Burnout</i>	31
2. Skala Regulasi Emosi	32
3. Skala <i>Psychological Well-Being</i>	32
E. Uji Coba Instrumen	
1. Uji Validitas	33
2. Uji Reliabilitas	33
F. Prosedur Penelitian	34
G. Analisis Data	35
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Data Demografis Partisipan	36
B. Gambaran Variabel	
1. Gambaran Regulasi Emosi	36

2. Gambaran <i>Psychological Well-Being</i>	37
3. Gambaran <i>Burnout</i>	39
C. Hasil Uji Asumsi Klasik	
1. Uji Normalitas	41
2. Uji Multikolinearitas	42
3. Uji Heteroskedastisitas	42
D. Hasil Uji Hipotesis	
1. Hasil Analisa Persamaan Regresi Berganda	43
2. Hasil Uji t (Parsial)	44
3. Hasil Uji F (Simultan)	45
E. Pembahasan	46
F. Keterbatasan Penelitian	49
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	
A. Simpulan	50
B. Saran	50
DAFTAR PUSTAKA	52

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Kisi-Kisi Skala <i>Burnout</i>	31
Tabel 3.2 Respon Skala <i>Burnout</i>	31
Tabel 3.3 Kisi-Kisi Skala Regulasi Emosi	32
Tabel 3.4 Respon Skala Regulasi Emosi	32
Tabel 3.5 Kisi-Kisi Skala <i>Psychological Well-Being</i>	32
Tabel 3.6 Respon Skala <i>Psychological Well-Being</i>	33
Tabel 3.7 Indeks Validitas Item	33
Tabel 3.8 Indeks Reliabilitas Sebelum Hapus Item Gugur	34
Tabel 3.9 Indeks Reliabilitas Setelah Hapus Item Gugur	34
Tabel 4.1 Data Demografis Partisipan	36
Tabel 4.2 Hasil Statistika Deskriptif Regulasi Emosi	37
Tabel 4.3 Kategorisasi Regulasi Emosi	37
Tabel 4.4 Regulasi Emosi berdasarkan Jenis Kelamin	37
Tabel 4.5 Hasil Statistika Deskriptif <i>Psychological Well-Being</i>	38
Tabel 4.6 Kategorisasi <i>Psychological Well-Being</i>	38
Tabel 4.7 <i>Psychological Well-Being</i> Berdasarkan Pendapatan	38
Tabel 4.8 <i>Psychological Well-Being</i> Berdasarkan Status Pernikahan	39
Tabel 4.9 <i>Psychological Well-Being</i> Berdasarkan Lama Kerja	39
Tabel 4.10 Hasil Statistika Deskriptif <i>Burnout</i>	40
Tabel 4.11 Kategorisasi <i>Burnout</i>	40

Tabel 4.12 <i>Burnout</i> Berdasarkan Area Pelayanan	40
Tabel 4.13 <i>Burnout</i> Berdasarkan Lama Kerja	41
Tabel 4.14 <i>Burnout</i> Berdasarkan Usia	41
Tabel 4.15 Hasil Uji Normalitas	42
Tabel 4.16 Hasil Uji Multikolinearitas	42
Tabel 4.17 Hasil Uji Heteroskedastisitas	42
Tabel 4.18 Hasil Uji Heteroskedastisitas Setelah Transformasi Data	43
Tabel 4.19 Koefisien Regresi Berganda	43
Tabel 4.20 Hasil Uji t	45
Tabel 4.21 Hasil Uji F	46
Tabel 4.22 <i>Model Summary</i>	46

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Pemikiran.....	27
------------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. SK Pembimbing	56
Lampiran 2. Kartu Bimbingan	57
Lampiran 3. Skala Regulasi Emosi	59
Lampiran 4. Skala <i>Psychological Well-Being</i>	60
Lampiran 5. Skala <i>Burnout</i>	61
Lampiran 6. Tabulasi Data Mentah Uji Coba Skala	63
Lampiran 7. Hasil <i>Try Out</i> Skala Regulasi Emosi	71
Lampiran 8. Hasil <i>Try Out</i> Skala <i>Psychological Well-Being</i>	71
Lampiran 9. Hasil <i>Try Out</i> Skala <i>Burnout</i>	72
Lampiran 10. Kuesioner Penelitian	72
Lampiran 11. Data Demografis Responden	85
Lampiran 12. Tabulasi Data Mentah Hasil Penelitian	91
Lampiran 13. Hasil Uji Asumsi Klasik	102
Lampiran 14. Hasil Uji Hipotesis	103

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarita, T. F. A. (2020). Korelasi Psychological Wellbeing dengan Burnout pada Perawat Rumah Sakit Jiwa Prof.Ildrem Pemprov Medan. *Jurnal Psikologi Universitas HKBP Nommensen*, 6(2), 78–91.
<https://doi.org/10.36655/psikologi.v6i2.138>
- Anderson, G. N., Tung, E. S., Brown, T. A., & Rosellini, A. J. (2020). Facets of Emotion Regulation and Emotional Disorder Symptom Dimensions: Differential Associations and Incremental Validity in a Large Clinical Sample. *Behavior Therapy*, 52(3), 1-15.
<https://doi.org/10.1016/j.beth.2020.11.003>
- Anggraeni .S, N., Wijono, T.H., & Handoyo. (2015). Pengaruh Bekerja dengan Shift terhadap Faktor Fisiologis Pekerja Pabrik Triplek PT. Admira di Desa Bibis Kecamatan Sukomoro Kabupaten Magetan Tahun 2015. *Gema Kesehatan Lingkungan*, 13(3), 149-152.
<https://doi.org/10.36568/kesling.v13i3.104>.
- Ardilla, A.S. & Hakim, G.R.U. (2020). "Hubungan Psychological Well-Being dengan Burnout pada Karyawan di Salah Satu Pabrik Rokok di Malang". *Prosiding Seminar Nasional dan Call Paper Psikologi Positif menuju Mental Wellness*. Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Malang Bersama Asosiasi Psikologi Positif Indonesia (AP2I) (hlm. 128-135). Malang.
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan Validitas Edisi 4*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi Edisi II*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Badan PPSDM Kesehatan Informasi SDM Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Data SDM Kesehatan yang didayagunakan di Fasilitas Pelayanan Kesehatan (Fasyankes) di Provinsi Jawa Barat*.
http://bppsdmk.kemkes.go.id/info_sdmk/info/index?prov=32&&rumpun=112
- Cai, W., Pan, Y., Zhang, S., Wei, C., Dong, W., & Deng, G. (2017). Relationship between cognitive emotion regulation, social support, resilience and acute stress responses in Chinese soldiers: Exploring multiple mediation model. *Psychiatry Research*, 256, 71–78.
<https://doi.org/10.1016/j.psychres.2017.06.018>
- Creswell, J.W. (2016). *Research Design: Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif, dan Campuran*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Cribbet, M. R., Logan, R. W., Edwards, M. D., Hanlon, E., Bien Peek, C., Stubblefield, J. J., Vasudevan, S., Ritchey, F., & Frank, E. (2016). Circadian rhythms and metabolism: From the brain to the gut and back again: Circadian rhythms and metabolism. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1385(1), 21–40. <https://doi.org/10.1111/nyas.13188>
- Daluas, A.A.M.R., Suryanto, Uktutias, S.A.M. (2019). Regulasi Emosi Perawat Ruang Inap Klinik Utama Rawat Inap Usada Buana Surabaya. *Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan RS.Dr.Soetomo*, 5(1), 18-26.
<http://dx.doi.org/10.29241/jmk.v5i1.123>

- Fahmawati, A. (2019). *Hubungan antara Kesejahteraan Psikologis dan Burnout pada Perawat*. (Skripsi). Fakultas Psikologi dan Ilmu Sosial Budaya, Universitas Islam Indonesia, Yogyakarta.
- Gross, J. J. (1998). The Emerging Field of Emotion Regulation: An Integrative Review. *Review of General Psychology*, 2(3), 271-299.
<https://doi.org/10.1037%2F1089-2680.2.3.271>
- Gross, J.J. (Penyunting). (2007). *Handbook of Emotion Regulation*. New York: The Guilford Press.
- Gross, J.J. (Penyunting). (2014). *Handbook of Emotion Regulation* (Edisi Kedua). New York: The Guilford Press.
- Gross, J. J. (2001). Emotion Regulation in Adulthood: Timing Is Everything. *Current Directions in Psychological Science*, 10(6), 214–219.
<https://doi.org/10.1111/1467-8721.00152>
- Gross, J. J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, 39(3), 281–291.
<https://doi.org/10.1017/S0048577201393198>
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348–362.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>
- Hidayat, M.N. (2016). *Perbedaan Strategi Regulasi Emosi pada Perokok yang Mengalami Negative Affect*. (Skripsi). Fakultas Psikologi, Universitas Negeri Makassar, Makassar.
- Huppert, F.A. (2009). Psychological Well-being: Evidence Regarding its Causes and Consequences. *Applied Psychology: Health and Well-being*, 1(2), 137-164. <https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2009.01008.x>
- International Council of Nurses. (2009). *Occupational Health and Safety for Nurses*. Geneva, Switss. https://www.icn.ch/sites/default/files/inline-files/PS_C_Occupational_health_safety_0.pdf
- Izzati, U.A., Budiani, M.S., Mulyana, O.P., & Puspitadewi, N.W.S. (2021). Gambaran Kesejahteraan Psikologis pada Karyawan Terdampak Pandemi COVID-19. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, 11(3), 315-325.
<http://dx.doi.org/10.26740/jppt.v11n3.p315-326>
- Kirana, V. D. C., & Dwiyaniti, E. (2017). Hubungan Stres Kerja Dengan Kelelahan Pada Perawat Dengan Metode Pengukuran DASS 21 Dan IFRC. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada*, 6(1), 133–140.
<https://doi.org/10.33475/jikmh.v6i1.69>
- Kusuma, R.T. (2020). Regulasi Emosi dan Kecemasan pada Perugas Pemadam Kebakaran. *Acta Psychologia*, 2(2), 183-190.
<https://doi.org/10.21831/ap.v2i2.33353>
- Kusumawati, D., & Istiqomahi, K. (2021). Analisis Hubungan Beban Kerja dengan Burnout Syndrome pada Perawat. *Jurnal Keperawatan*, 13 (1), 153-162. <https://doi.org/10.32583/keperawatan.v13i1.1094>
- 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, C., & Leiter, M.P. (1997). *The Truth About Burnout: How Organizations Cause Personal Stress and What to Do About It*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Maslach, C., & Leiter, M. P. (2017). Understanding Burnout: New Models. In C. L. Cooper & J. C. Quick (Eds.), *The Handbook of Stress and Health* (pp. 36–56). John Wiley & Sons, Ltd.
<https://doi.org/10.1002/9781118993811.ch3>
- Maslach, C., Leiter, M. P., & Schaufeli, W. (2008). *Measuring Burnout*. Oxford University Press.
<https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199211913.003.0005>
- Maslach, C., Schaufeli, W.B. & Leiter, M.P. (2001). Job Burnout. *Annual Review of Psychology*, 52, 397-422.
- Mawarti, I., & Yusnilawati, Y. (2018). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Burnout Pada Perawat di Ruang Instalasi Rawat Inap RSUD Raden Mattaher dan Abdul Manap Jambi Tahun 2017. *Jurnal Ilmiah Ilmu Terapan Universitas Jambi (JIITUJ)*, 2(2), 172–188.
<https://doi.org/10.22437/jiituj.v2i2.5984>
- Mayangsari, E. D., & Ranakusuma, O. I. (2014). *Hubungan Regulasi Emosi dan Kecemasan pada Petugas Penyidik Polri dan Penyidik PNS*. 3(1), 15.
<https://doi.org/10.24854/jps.v3i1.53>
- Muñoz-Navarro, R., Malonda, E., Llorca-Mestre, A., Cano-Vindel, A., & Fernández-Berrocal, P. (2021). Worry about COVID-19 contagion and general anxiety: Moderation and mediation effects of cognitive emotion regulation. *Journal of Psychiatric Research*, 137, 311–318.
<https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2021.03.004>
- Musta'in, Veranita, W., Setianingsih, & Aydi, D. P. (2021). Hubungan antara Stres Kerja dengan Kelelahan Kerja pada Perawat di Masa Pandemi Covid-19 di Unit Pelayanan Kesehatan Daerah Surakarta. *Jurnal Keperawatan*, 13(2), 8. <https://doi.org/10.32583/keperawatan.v13i2.1265>
- Nursalam, Sunarno, A., & Fitriyah, R. (2007). Hubungan Shift Kerja dengan Stres Kerja dan Circadian Rhythm Perawat. *Jurnal Ners*, 2(2).
<http://dx.doi.org/10.20473/jn.v2i2.4970>
- O'Rourke, E. J., Halpern, L. F., & Vaysman, R. (2020). Examining the Relations Among Emerging Adult Coping, Executive Function, and Anxiety. *Emerging Adulthood*, 8(3), 209–225.
<https://doi.org/10.1177/2167696818797531>
- Rosyanti, L., & Hadi, I. (2020). Dampak Psikologis dalam Memberikan Perawatan dan Layanan Kesehatan Pasien COVID-19 pada Tenaga Profesional Kesehatan. *Health Information : Jurnal Penelitian*, 12(1), 107–130. <https://doi.org/10.36990/hijp.vi.191>
- Ryff, C. D. (1989). Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081. <http://dx.doi.org/10.1037//0022-3514.57.6.1069>
- Ryff, C. D. (1995). Psychological Well-Being in Adult Life. *Current Directions in Psychological Science*, 4(4), 99–104. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.ep10772395>

- Ryff, C. D. (2014). Psychological Well-Being Revisited: Advances in the Science and Practice of Eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10–28. <https://doi.org/10.1159/000353263>
- Ryff, C. D. (2017). Eudaimonic well-being, inequality, and health: Recent findings and future directions. *International Review of Economics*, 64(2), 159–178. <https://doi.org/10.1007/s12232-017-0277-4>
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The Structure of Psychological Well-Being Revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727. <http://dx.doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719>
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know Thyself and Become What You Are: A Eudaimonic Approach to Psychological Well-Being. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 13–39. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9019-0>
- Sahusilawane, L., Ranimpi, Y.Y., & Desi. (2017). Hubungan Antara Psychological Well-Being Perawat Dengan Psychological Well-Being Pasien Anak. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 2(2). <https://doi.org/10.30651/jkm.v2i2.965>
- Schaufeli, W. B., Leiter, M. P., & Maslach, C. (2009). Burnout: 35 years of research and practice. *Career Development International*, 14(3), 204–220. <https://doi.org/10.1108/13620430910966406>
- Supyana, R. D., Sylviana, N., & Rakhmilla, L. E. (2019). Pengaruh Shift Kerja Malam Terhadap Waktu Reaksi dan Konsentrasi Tenaga Kesehatan GICU RSHS. 4, 6. <https://doi.org/10.24198/jsk.v4i4.22988>
- Tang, Y.-Y., Tang, R., & Gross, J. J. (2019). Promoting Psychological Well-Being Through an Evidence-Based Mindfulness Training Program. *Frontiers in Human Neuroscience*, 13, 237. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2019.00237>
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2014 tentang Tenaga Kesehatan.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 38 Tahun 2014 tentang Keperawatan
- Wardah, W., & Tampubolon, K. (2020). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Burnout Perawat di Rumah Sakit Santa Maria Pekanbaru. *Jurnal Kesehatan Medika Sainika*, 11(1), 74. <https://doi.org/10.30633/jkms.v11i1.264>
- Wulan, D. K., & Sari, N. (2015). Regulasi Emosi dan Burnout pada Guru Honorer Sekolah Dasar Swasta Menengah ke Bawah. *JPPP - Jurnal Penelitian dan Pengukuran Psikologi*, 4(2), 74–82. <https://doi.org/10.21009/JPPP.042.05>
- Yovianti, Y.M. (2020). Hubungan antara Persepsi Beban Kerja dengan Burnout pada Perawat Rumah Sakit Swasta. (Skripsi). Fakultas Psikologi, Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta.
- Yuliani, I. (2018). Konsep Psychological Well-Being serta Implikasinya dalam Bimbingan dan Konseling. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice & Research*, 2(2), 51–56. https://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling/article/view/253