

STRATEGI PENYELESAIAN MASALAH MENGGUNAKAN KOPING DENGAN *BURNOUT* PADA PERAWAT: *LITERATURE REVIEW*

Januarita Akhrina

Abstrak

Perawat sebagai pemberi asuhan keperawatan memiliki tanggung jawab yang tinggi sehingga sangat rentan mengalami *burnout*. *Burnout* dapat diatasi dengan strategi penyelesaian masalah menggunakan koping. Tujuan dari *literature review* ini untuk menganalisis strategi penyelesaian masalah menggunakan koping yang digunakan oleh perawat untuk menghadapi dan mengatasi *burnout* saat bekerja. Metode *literature review* ini menggunakan PRISMA *flow* yang diambil dari database Scopus, Pubmed, Ebsco, Science Direct, dan Sage menggunakan Bahasa Inggris dalam 5 tahun terakhir. Istilah pencarian yang termasuk dalam kata kunci adalah “*nurse*”, “*coping strategies*” dan “*burnout*”. Hasil studi yang didapatkan setelah melalui dua tahap penyaringan menggunakan formula PICO dan metode CRAAP adalah sebanyak 6 studi. Faktor – faktor yang dapat mempengaruhi *burnout* adalah lama pengalaman bekerja, *coping styles*, kepribadian, dan *social support* yang dapat berdampak pada kesehatan fisik, kesehatan mental, tempat kerja, kualitas perawatan dan kondisi pemulihan pasien. Strategi penyelesaian masalah menggunakan koping dapat mengatasi *burnout* pada perawat. Deteksi dini gejala *burnout* dan pelatihan strategi penyelesaian masalah menggunakan koping perlu dibuat oleh Manajemen Keperawatan Rumah Sakit untuk memantau status *burnout* pada perawat dan kesiapan perawat dalam mengatasi *burnout*.

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

PROBLEM SOLVING STRATEGIES USING COPING WITH BURNOUT ON NURSES: LITERATURE REVIEW

Januarita Akhrina

Abstract

Nurses as providers of nursing care have high responsibilities so they are very vulnerable to burnout. Burnout can be overcome by strategies for solving problem using coping with burnout. The purpose of this literature review is to analyze coping strategies that are used by nurses to deal with and overcome burnout while working. This literature review method uses PRISMA flow taken from Scopus, Pubmed, Ebsco, Science Direct, and Sage databases using English in the last 5 years. The search terms included in the keywords are “*nurse*”, “*coping strategies*” and “*burnout*”. The study results obtained through two methods of screening using the PICO formula and CRAAP method were 6 studies. The factors that can influence burnout are length of work experience, coping styles, personality, and social support which can have an impact on physical health, mental health, workplace, quality of care and conditions of recovery of patients. Problem solving strategies using coping can overcome burnout in nurses. Early detection of burnout symptoms and training on problem solving strategies using coping need to be made by hospital nursing management to monitor the burnout status of nurses and nurses' readiness in overcoming burnout.

Keywords: Burnout, Coping Strategies, Nurses.