

KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS PADA PERAWAT: HUBUNGANNYA DENGAN KEPERIBADIAN

Antonia Yosephine Restu Pramudita¹, Trigasi Ayu Carina Yudha², Winggo Romadhana³

^{1,2,3}Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Prodi S2 Psikologi Profesi
1522200042@surel.untag-sby.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kepribadian berdasarkan *Big Five Personality* dengan kesejahteraan psikologis pada perawat. Kepribadian menurut *Big Five Personality* dapat dilihat melalui lima faktornya, yaitu *extraversion*, *neuroticism*, *openness*, *agreeableness*, dan *conscientiousness*. Kesejahteraan psikologis atau *psychological well-being* memiliki enam dimensi, yaitu *self-acceptance*, *positive relationship with others*, *autonomy*, *purpose in life*, *environmental mastery*, dan *personal growth*. Penelitian dilakukan dengan responden 65 perawat yang bekerja pada sebuah rumah sakit swasta di Surabaya. Alat ukur yang digunakan adalah *Big Five Inventory* dan *Ryff's Psychological Well-Being Scale*. Teknik analisis yang digunakan adalah *Spearman's Rho*. Uji korelasi dilakukan antara lima faktor kepribadian dengan enam dimensi kesejahteraan psikologis. Dari hasil analisis korelasi yang dilakukan, ditemukan bahwa faktor *extraversion* berkorelasi positif dengan seluruh dimensi kesejahteraan psikologis. Faktor *openness*, *agreeableness*, dan *conscientiousness* berkorelasi negatif dengan dimensi *self-acceptance*, dan berkorelasi positif dengan kelima dimensi lainnya pada kesejahteraan psikologis. Sedangkan faktor *neuroticism* pada kepribadian berkorelasi negatif dengan semua dimensi kesejahteraan psikologis.

Kata kunci : kepribadian, *Big Five*, kesejahteraan psikologis, *psychological well-being*, perawat, tenaga kesehatan

ABSTRACT

This research aims to determine the relationship between personality based on the Big Five Personalities and the psychological well-being among the nurses. Personality according to the Big Five Personality can be seen through five factors: extraversion, neuroticism, openness, agreeableness, and conscientiousness. Psychological well-being has six dimensions: self-acceptance, positive relationships with others, autonomy, purpose in life, environmental mastery, and personal growth. The research was conducted with 65 nurses who worked in a private hospital in Surabaya as respondents. The measuring instruments used are the Big Five Inventory and Ryff's Psychological Well-Being Scale. The analysis technique used is Spearman's Rho. Correlation tests were carried out between five personality factors and six dimensions of psychological well-being. From the results of the correlation analysis carried out, it was found that the extraversion factor was positively correlated with all dimensions of psychological well-being. The openness, agreeableness, and conscientiousness factors are negatively correlated with the self-acceptance dimension, and positively correlated with the other five dimensions of psychological well-being. Meanwhile, the neuroticism factor in personality is negatively correlated with all dimensions of psychological well-being.

Keywords : personality, *Big Five*, psychological well-being, nurses, healthcare workers

PENDAHULUAN

Kondisi mental yang sehat merupakan hal yang esensial bagi setiap individu untuk dapat menjalankan berbagai perannya dan mencapai kebahagiaan dalam hidup. Kesehatan mental memiliki jangkauan yang luas dan konseptualisasi yang beragam, salah satunya adalah

kesejahteraan psikologis/*psychological well-being*. Dalam bidang industri atau pekerjaan, kesejahteraan psikologis yang tinggi akan mendorong kinerja yang tinggi pula (Wright & Cropanzano, 2000). Salah satu profesi yang menuntut kinerja yang sangat tinggi adalah tenaga kesehatan. Namun di sisi lain, perawat dan tenaga kesehatan pada umumnya memiliki kerentanan terhadap gangguan psikologis. Stres pekerjaan (beban kerja berlebihan, ambiguitas peran, tanggungjawab, kondisi lingkungan fisik) berelasi dengan kualitas hidup dokter dan perawat pada daerah sub-urban (Kumar, Shivaram Bhat, dan Ryali, 2018 dalam Johari dan Omar, 2019). Persoalan mengenai kesehatan mental tenaga kesehatan semakin banyak terjadi pada saat terjadi pandemi atau epidemi. Ketika pandemi COVID-19 yang terjadi secara global, berbagai gangguan psikologis dialami oleh tenaga kesehatan (Kang, dkk, 2020, Lai dkk, 2020, Liu, dkk 2020, Rajkumar, 2020, dalam Philip & Cherian, 2020). Sebagian besar penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar tenaga kesehatan mengalami gangguan kecemasan, menunjukkan gejala-gejala depresi, dan mengalami gangguan tidur insomnia. Penelitian ini berfokus pada kesejahteraan psikologis pada perawat, dan untuk mengetahui hubungan kepribadian dan kesejahteraan psikologis.

Kesejahteraan psikologis atau *psychological well-being* merupakan penilaian individu mengenai seberapa baik kondisi psikologisnya, yang dapat diketahui dan diukur melalui keenam dimensinya, yaitu *self-acceptance* (penerimaan diri), *positive relationships with others* (relasi yang positif dengan orang lain), *autonomy* (otonomi), *purpose in life* (tujuan dalam hidup), *environmental mastery* (penguasaan lingkungan), dan *personal growth* (pertumbuhan pribadi), dan pengaktualisasiannya. Kesejahteraan psikologis dikonseptualisasikan oleh Ryff melalui elaborasi dari teori-teori yang telah ada sebelumnya mengenai *well-being*, seperti aktualisasi diri (Maslow), individuasi (Jung), kesehatan mental (Jahoda), kehendak untuk memaknai (Frankl), perkembangan personal (Erikson), kecenderungan hidup dasar (Buhler), proses eksekutif kepribadian (Neugarten), kematangan (Allport), dan individu yang berfungsi secara penuh (Rogers).

Kesejahteraan psikologis dipengaruhi oleh beragam faktor. Di antaranya adalah kepribadian, faktor demografis, faktor pekerjaan, kecerdasan emosional, dan nilai-nilai budaya. Pada penelitian ini, peneliti berfokus pada kepribadian. Kepribadian individu bersifat cenderung permanen dan Nampak dari respon individu dalam menjalani kehidupan sehari-hari, dan dapat digunakan untuk memprediksi perilaku individu. Landa dkk (2010) menemukan bahwa pada mahasiswa di Spanyol, faktor *neuroticism* pada kepribadian *Big Five* berkorelasi

negatif dengan semua dimensi kesejahteraan psikologis, sedangkan faktor *extraversion* berkorelasi positif dengan semua dimensi kesejahteraan psikologis.

Seperti telah disebutkan sebelumnya, penelitian ini berfokus pada hubungan kepribadian dengan kesejahteraan psikologis. Kepribadian/*personality* didefinisikan secara berbeda-beda oleh setiap pencetus teori kepribadian. Feist dan Feist (2006) mendefinisikan kepribadian sebagai suatu pola watak yang relatif permanen, dan sekaligus karakter unik individu. Kepribadian seseorang dapat memprediksi perilakunya (Funder, 1994, dalam Ciavarella, 2004). Maka dapat disimpulkan bahwa kepribadian merupakan hal yang cenderung permanen dalam diri individu, dinamis, dapat membedakan antarindividu, dan melalui kepribadiannya maka perilaku dapat diprediksi.

Salah satu teori kepribadian yang banyak digunakan adalah *Big Five Personality* atau *Five Factor Model*. Teori ini termasuk dalam teori sifat/*traits*. Pendekatan *traits* mengasumsikan bahwa individu memiliki disposisi kepribadian transkontekstual yang stabil sepanjang waktu, situasi, dan dalam berbagai peran sosial (McCrae & Costa, 1984, dalam Sheldon, dkk, 1997). *Big Five Personality* dibangun oleh Costa dan McCrae pada 1970-1980an dengan membangun taksonomi menyeluruh mengenai sifat-sifat kepribadian, yang sebelumnya telah diawali oleh Cattell, dan kemudian Eysenck.

Big Five Personality memandang kepribadian individu melalui lima faktor. Kelima faktor tersebut adalah *extraversion*/ekstraversi, *neuroticism*/neurotisme, *openness to experience*/keterbukaan terhadap pengalaman, *agreeableness*/kebersetujuan, dan *conscientiousness*/kenuranaan. *Extraversion* mencakup sifat mudah bergaul, suka berteman, asertif, banyak bicara, dan aktif. *Openness to experience* mencakup sifat imajinatif, kreatif, berbudaya, memiliki rasa ingin tahu, orisinil, berpikiran luas, cerdas, peka terhadap hal yang bersifat artistik. *Agreeableness* mencakup sifat sopan, fleksibel, mempercayai, bersifat baik, kooperatif, berhati lembut, toleran. *Conscientiousness* mencakup sifat bertanggungjawab, teratur, terencana, pekerja keras, tekun, dan berorientasi pada pencapaian. Sedangkan *neuroticism*, oleh beberapa ahli digunakan lawannya yang bernada positif agar selaras dengan keempat faktor lainnya, yaitu dengan istilah *emotional stability*/kestabilan emosional, yang mencakup sifat tenang, bertemperamen tenang, tabah, stabil, percaya diri, dan efektif. Maka *neuroticism* ditunjukkan oleh perilaku yang mudah panik atau cemas, emosi yang labil, dan rendah diri.

Dalam penelitian ini, dirumuskan permasalahan sebagai berikut. Apakah terdapat hubungan antara faktor kepribadian berdasarkan *Big Five Personality* dengan kesejahteraan

psikologis pada perawat? Berapa besar korelasi antara faktor kepribadian *Big Five Personality* dengan kesejahteraan psikologis pada perawat?

Terdapat lima hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini. H1: Terdapat hubungan positif antara *extraversion* dengan seluruh dimensi kesejahteraan psikologis. H2: Terdapat hubungan negatif antara *neuroticism* dengan seluruh dimensi kesejahteraan psikologis. H3: Terdapat hubungan positif antara *openness to experience* dengan seluruh dimensi kesejahteraan psikologis. H4: Terdapat hubungan positif antara *agreeableness* dengan seluruh dimensi kesejahteraan psikologis. H5: Terdapat hubungan positif antara *conscientiousness* dengan seluruh dimensi kesejahteraan psikologis.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan dengan survei, dengan responden perawat pada sebuah rumah sakit swasta di Surabaya. Jumlah responden berjumlah 65 orang, yang terdiri dari 11 pria dan 54 wanita. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*, dengan karakteristik responden berusia antara 35 – 55 tahun, dan telah bekerja di instansi rumah sakit selama minimal 5 tahun. Pemilihan usia responden tersebut didasarkan atas kekonsistenan kepribadian pada masa dewasa madya. Dari 65 responden, 44,62% berada pada usia 35-39 tahun, 38,46% berusia 40-44 tahun, 15,38% berusia 45-49 tahun, dan 1,54% berusia 50-55 tahun. Berdasarkan lama bekerja, mayoritas responden telah bekerja selama 10-14 tahun (36,92%) dan 15-19 tahun (26,92%).

Alat ukur yang digunakan adalah *The Big Five Inventory* (BFI) yang disusun oleh John, Donahue dan Kentle (dalam John dan Srivastava, 1999) dan *Ryff's Psychological Well-Being Scale* (RPWBS) yang disusun oleh Ryff (1995). Kuesioner *The Big Five Inventory* terdiri dari 44 item, yang terdiri dari masing-masing delapan aitem untuk faktor *extraversion* dan *neuroticism*, masing-masing sembilan aitem untuk faktor *agreeableness* dan *conscientiousness*, dan 10 item untuk faktor *openness*. Kuesioner *Ryff's Psychological Well-Being Scale* terdiri dari 42 item, dengan masing-masing tujuh item pada setiap dimensinya.

Uji reliabilitas dilakukan dengan menggunakan *Cronbach's Alpha*. Uji reliabilitas ini dilakukan untuk mengetahui item-item yang baik dari *The Big Five Inventory* dan *Ryff's Psychological Well Being Scale*. Uji reliabilitas ini tidak digunakan untuk melakukan eliminasi item, karena alat ukur tersebut merupakan alat ukur yang telah baku. aitem-aitem yang memiliki reliabilitas baik mengindikasikan item tersebut reliabel ketika digunakan untuk

melakukan pengukuran pada subyek perawat di Indonesia, khususnya perawat pada rumah sakit X yang menjadi responden pada penelitian ini.

Uji statistik yang digunakan adalah uji korelasi non parametrik Spearman-Rho, karena sebaran data tidak normal. Uji korelasi dilakukan terhadap masing-masing faktor dari kepribadian berdasarkan *Big Five* dengan masing-masing dimensi pada kesejahteraan psikologis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil uji korelasi antara faktor-faktor kepribadian berdasarkan *Big Five Personality* dengan dimensi-dimensi kesejahteraan psikologis dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 1. Korelasi antara Faktor-faktor Kepribadian *Big Five Personality* dengan Dimensi-dimensi Kesejahteraan Psikologis/*Psychological Well-Being*

	<i>E</i>	<i>N</i>	<i>O</i>	<i>A</i>	<i>C</i>	<i>Self-acc</i>	<i>Relation</i>	<i>Auto</i>	<i>Purpose</i>	<i>Env.M</i>	<i>Growth</i>
<i>E</i>	1.000	-.469***	.398***	.214*	.175	.166	.401***	.587***	.087	.270*	.258*
<i>N</i>		1.000	-.378***	-.540***	-.429***	-.155	-.351**	-.246**	-.267**	-.161	-.113
<i>O</i>			1.000	.439***	.374***	-.009	.291**	.373***	.126	.342**	.132
<i>A</i>				1.000	.609***	-.217*	.566***	.166*	.232*	.410***	.069
<i>C</i>					1.000	-.133	.444***	.296**	.536***	.593***	.098
<i>Self-acc</i>						1.000	.114	.037	.105	-.055	-.156
<i>Relation</i>							1.000	.391***	.344**	.632***	.240*
<i>Auto</i>								1.000	.148	.412**	.114
<i>Purpose</i>									1.000	.390***	.207*
<i>Env.M</i>										1.000	.266**
<i>Growth</i>											1.000

Keterangan

E = Extraversion *N* = Neuroticism *O* = Openness *A* = Agreeableness *C* = Conscientiousness
Self-acc = self-acceptance; *Relation* = positive relationship with others;
Auto = autonomy; *Purpose* = purpose in life; *Env.M* = Environmental Mastery
Growth = personal growth

Pada tabel di atas, dapat diamati hubungan antara faktor *extraversion*, *neuroticism*, *openness to experience*, *agreeableness*, dan *conscientiousness* dengan masing-masing dimensi pada kesejahteraan psikologis. Faktor *extraversion* berkorelasi positif dengan seluruh dimensi kesejahteraan psikologis, maka H1 diterima. Korelasi positif berada pada taraf lemah hingga sedang, dengan korelasi paling kuat dengan dimensi *autonomy*. Faktor *neuroticism* berkorelasi negatif dengan semua dimensi kesejahteraan psikologis, maka H2 diterima. Faktor *openness to experience* berkorelasi negatif dengan dimensi *self-acceptance*, dan berkorelasi positif dengan kelima dimensi lain pada kesejahteraan psikologis, maka H3 ditolak. Faktor *agreeableness* berkorelasi negatif dengan dimensi *self-acceptance*, dan berkorelasi positif dengan kelima

dimensi lain pada kesejahteraan psikologis, maka H4 ditolak. Faktor *conscientiousness* berkorelasi negatif dengan dimensi *self-acceptance*, dan berkorelasi positif dengan kelima dimensi lain pada kesejahteraan psikologis, maka H5 ditolak.

Temuan yang menarik adalah mengenai dimensi *self-acceptance* pada kesejahteraan psikologis. *Self-acceptance* atau penerimaan diri merupakan sikap yang positif terhadap diri sendiri dari kehidupan masa lalu. Hal ini ditandai dengan kemampuan menerima diri, baik hal positif maupun negative (Springer & Hauser, 2003), dan bersifat jangka panjang dan melibatkan kesadaran (Ryff & Singer, 2008). Inti dari *self-acceptance* adalah kebutuhan untuk memiliki rasa hormat terhadap diri sendiri, dan hal ini merupakan inti dari kesehatan mental yang diusulkan oleh Jahoda, juga aktualisasi diri yang dikonseptualisasikan oleh Maslow, keberfungsian optimal menurut Rogers, dan kematangan menurut Allport.

Faktor *openness*, *agreeableness*, dan *conscientiousness*, dalam penelitian ini berkorelasi negatif dengan *self-acceptance*. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa perawat yang cenderung mampu menerima dirinya adalah perawat yang memiliki kecenderungan tidak kreatif, tunduk pada konvensi, konservatif, menyukai rutinitas, tidak mau tahu, penuh prasangka, suka mengkritik, malas, tidak teratur, dan tidak berarah tujuan. Hal ini dapat dijelaskan karakteristik pekerjaan sebagai perawat harus mengikuti prosedur operasional yang standar, bersifat rutin, menuntut ketelitian, dan mengikuti atasan atau kepala ruang. Maka, korelasi negatif antara *openness*, *agreeableness*, *conscientiousness* dengan *self-acceptance* perlu dilihat dalam konteks karakteristik pekerjaan.

Faktor *neuroticism* berkorelasi negatif dengan semua dimensi kesejahteraan psikologis. Hal ini sejalan dengan teoritis dan temuan dari Judge, dkk (1999, dalam Ciavarella, dkk, 2004) bahwa individu yang memiliki skor yang tinggi pada *neuroticism* cenderung lebih mudah stres, mudah marah, dan cenderung mengalami depresi serta kecemasan. Walaupun demikian, korelasi negatif tersebut berada pada korelasi yang rendah hingga sedang. Hal ini dapat dijelaskan bahwa kondisi pekerjaan sebagai perawat memerlukan kesiapsiagaan dan memerlukan ketelitian, sehingga aspek *neuroticism* perlu dimiliki oleh perawat pada taraf yang sedang. Selain itu dapat diperkirakan pula bahwa terdapat proses habituasi, di mana perawat terbiasa berada pada situasi kerja yang memerlukan kesiapsiagaan, kondisi yang penuh stress dan kondisi yang menyebabkan cemas, merupakan hal yang biasa dihadapi, sehingga tidak banyak mempengaruhi kesejahteraan psikologisnya.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan uraian pada pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa kepribadian bukan merupakan faktor tunggal yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis. Dalam bidang industri atau pekerjaan, karakteristik pekerjaan turut mempengaruhi dinamika antara kepribadian dan kesejahteraan psikologis.

Saran yang dapat diberikan peneliti untuk penelitian berikutnya adalah (a) diperlukan elaborasi antara faktor internal dan faktor eksternal individu dalam memperkirakan kondisi kesejahteraan psikologis individu. Faktor internal misalnya kepribadian, pemaknaan terhadap hidup, resiliensi, sedangkan faktor eksternal berkenaan dengan karakteristik pekerjaan, desain pekerjaan, dan kebijakan di tempat kerja; (b) secara metodologi, diperlukan pendekatan yang bersifat kualitatif pula untuk dapat memahami dinamika individu berkenaan dengan kondisi kesejahteraan psikologisnya.

UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti menyampaikan terima kasih kepada:

1. Rektor Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Dekan Fakultas Psikologi, dan Ketua Program Studi S2 Psikologi Profesi.
2. Direktur Rumah Sakit X Surabaya yang telah memberikan izin penelitian kepada peneliti.
3. Para perawat di Rumah Sakit X Surabaya yang telah bersedia menjadi responden penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Ciavarella, M.A., Buchholtz, A.K., Riordan, C.M., Gatewood, R.D., & Stokes, G.S. (2004). The Big Five and Venture Survival: Is there a Linkage? *Journal of Business Venturing*, 19, 465-483.
- Feist, J. & Feist, G.J. (2008). *Theories of Personality* (terjemahan), edisi ke-6. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Johari, F. S., & Omar, R. (2019). Exploring Factors Impacting on Psychological Well-Being of Health Care Workers. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 9 (2) : 5672–5684.
- John, O. P., Donahue, E. M., & Kentle, R. L. (1991). The Big Five Inventory--Versions 4a and 54. Berkeley, CA: University of California, Berkeley, Institute of Personality and Social Research.
- John, O.P., & Srivastava, S. (1999). The Big-Five Trait Taxonomy: History, Measurement, and Theoretical Perspective. Dalam Pervin L., & John, O.P. (eds.) *Handbook of Personality: Theory and Research* (2nd ed.) New York: Guilford.
- Keyes, C.L.M., Shmotkin, D., & Ryff, C.D. (2002). Optimizing Well-Being: The Empirical Encounter of Two Traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82 (6), 1007-1022.

- Landa, J.M., Martos, M.P., & Lopez-Zafra, E. (2010). Emotional Intelligence and Personality Traits as Predictors of Psychological Well-Being in Spanish Undergraduates. *Social Behavior and Personality* 38 (6), 783-794.
- Philip J. & Cherian, V. (2020) Factors Affecting the Psychological Well-being of Health Care Workers During an Epidemic: A Thematic Review. *Indian Journal Psychological Medicine*, 42(4): 323–333.
- 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, 13-39.
- Schmutte, P.S. & Ryff, C.D. (1997). Personality & Well-Being: Reexamining Methods & Meaning. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73 (3), 549-559.
- Sheldon, K.M., Ryan, R.M., Rawstone, L.J., & Ilardi, B. (1997). Trait Self and True Self: Cross-Role Variation in the Big Five Personality Traits and Its Relations with Psychological Authenticity and Subjective Well-Being, *Journal of Personality and Social Psychology*, 73 (6) 1380-1393.
- Wright, T. A. & Cropanzano, R. (2000). Psychological Well-Being and Job Satisfaction as Predictors of Job Performance, *Journal of Occupational Health Psychology*, 5 (1), 84-94.