

## Hubungan antara Efikasi Diri dengan *Burnout* pada Petani Karet Di PTPN XII Kebun Renteng Jember

### (*The Relation Between Self Efficacy With Burnout In Rubber Farmers At PTPN XII Kebun Renteng Kabupaten Jember*)

Ardhia Christie Femila Surya, Erti Ikhtirini Dewi, Enggal Hadi Kurniawan  
Fakultas Keperawatan, Universitas Jember  
Jl. Kalimantan No. 37 Kampus Tegal Boto Jember  
e-mail: [arienta\\_d@yahoo.com](mailto:arienta_d@yahoo.com)

#### **Abstract**

*Rubber farmers are one of the professional which is risk of experiencing burnout. The routine of work by rubber farmers which is repeatedly over a long period of time, namely planting, maintenance and tapping can lead to burnout. One of the factors that influence an individual to resist burnout is self-efficacy. This study aims to analyze the relationship between self-efficacy with burnout in rubber farmers at PTPN XII Kebun Renteng Jember Regency. Design of this study were an quantitative correlational with cross-sectional approach. The population was 523 respondents. A total of 227 respondents were obtained by simple random sampling. Randomization of responden by research randomizer. The data collection used the General Self Efficacy (GSE) questionnaire and the Maslach Burnout Inventory-General Survey (MBI-GS). The data analysis used the Spearman test with a significance level of 0.05. The results showed that the median value of self-efficacy was 35, while the mean value of burnout was 40,09. There was a relationship between self-efficacy with burnout in rubber farmers at PTPN XII Kebun Renteng Jember Regency ( $p$ -value = 0,001;  $r$  = -0,216). The determinant coefficient ( $r$ ) of 0.216 indicated that the level of correlation is low.*

**Keywords:** *self efficacy; burnout; rubber farmers*

#### **Abstrak**

Petani karet merupakan salah satu profesi yang berisiko mengalami *burnout*. Rutinitas pekerjaan yang dilakukan oleh petani karet yang dilakukan secara berulang dalam jangka waktu yang lama yaitu penanaman, pemeliharaan dan penyadapan dapat menyebabkan kejenuhan kerja/*burnout*. Salah satu faktor yang mempengaruhi cara individu dalam menghadapi *burnout* adalah efikasi diri. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara efikasi diri dengan *burnout* di PTPN XII Kebun Renteng Kabupaten Jember. Desain penelitian kuantitatif korelasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi pada penelitian ini yaitu 523 responden. Sebanyak 227 responden diperoleh dengan *simple random sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner *General Self Efficacy* (GSE) dan *Maslach Burnout Inventory-General Survey* (MBI-GS). Analisa data menggunakan uji Spearman dengan tingkat signifikansi 0,05. Hasil penelitian menunjukkan nilai median efikasi diri yaitu 35, sedangkan nilai mean *burnout* yaitu 40,09. Terdapat hubungan antara efikasi diri dengan *burnout* pada petani karet di PTPN XII Kebun Renteng Kabupaten Jember ( $p$ -value = 0,001;  $r$  = -0,216). Koefisien determinan ( $r$ ) sebesar 0,216 menunjukkan bahwa tingkat hubungan korelasi rendah.

**Kata kunci:** *efikasi diri; burnout; petani karet*

## Pendahuluan

Petani karet merupakan salah satu profesi yang berisiko mengalami *burnout*. Salah satu faktor yang mempengaruhi *burnout* pada petani adalah stres kerja, yang dipengaruhi oleh beban kerja yang berlebihan, tekanan atau desakan waktu, dan lingkungan kerja [1]. Selain stres kerja dan lingkungan kerja, rutinitas pekerjaan yang dilakukan oleh petani karet yang dilakukan secara berulang dalam jangka waktu yang lama yaitu penanaman, pemeliharaan dan penyadapan dapat menyebabkan kejenuhan kerja/*burnout* [2].

Berdasarkan hasil studi pendahuluan, petani karet di PTPN XII Kebun Renteng Kabupaten Jember melakukan pekerjaannya lebih banyak di malam hari. Aktivitas mendares yang dilakukan petani karet dimulai pukul 19.00 – 23.00 WIB. Kemudian dilanjutkan mengambil hasil getah karet yang dilakukan pukul 05.00-08.00 WIB. Namun apabila cuaca sedang hujan, mendares pohon karet dilakukan setelah hujan reda. Apabila hal ini dilakukan setiap hari, maka waktu tidur malam petani terganggu. Kondisi ini apabila dilakukan secara terus menerus maka akan menimbulkan rasa tertekan pada petani karet, sehingga petani karet mudah mengalami stres.

Stres yang berkepanjangan yang terjadi di lingkungan kerja disebut *burnout* [3]. Faktor yang mempengaruhi *burnout* adalah faktor lingkungan kerja, faktor individu, dan faktor sosial budaya. Selain itu, tuntutan pekerjaan, tekanan dari atasan, dan kurangnya sumber daya untuk pekerjaan dapat menjadi penyebab *burnout* [4]. *Burnout* terbagi menjadi tiga dimensi yaitu kelelahan emosional, depersonalisasi, dan penurunan prestasi pribadi [5]. Gejala *burnout* berupa kelelahan, sakit kepala, gangguan tidur, menarik diri secara sosial, peningkatan sinisme, mudah marah, depresi, dan kecemasan [6]. Kondisi stres yang dialami oleh individu secara berlebihan akan berdampak buruk dalam berinteraksi dengan lingkungan yang nantinya juga akan berdampak pada kinerja mereka dan secara tidak langsung akan memberikan pengaruh pada organisasi tempat individu tersebut bekerja.

Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa *burnout* yang terjadi pada petani sapi perah sebesar 54% [7]. Petani sapi perah di New Zealand juga ditemukan mengalami *burnout* sebesar 73% [8].

Berdasarkan prevalensi tersebut, *burnout* yang terjadi pada sektor pertanian cukup tinggi. Untuk menurunkan *burnout*, maka diperlukan kemampuan individu yang baik dalam mengatasi situasi yang sulit. Salah satu faktor yang mempengaruhi cara individu dalam menghadapi *burnout* adalah efikasi diri [9]. Individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi, maka individu tersebut dapat menanggulangi kejadian dan situasi secara efektif, memiliki kepercayaan diri, dan melihat kesulitan sebagai sesuatu yang menantang [10].

Efikasi diri adalah keyakinan individu akan kemampuannya untuk melakukan suatu bentuk kontrol terhadap fungsi individu tersebut dan kejadian dalam lingkungannya [11]. Efikasi diri pada individu dapat ditingkatkan atau diturunkan melalui empat sumber, yaitu pengalaman keberhasilan, pengalaman orang lain, persuasi sosial, dan kondisi psikologi [11]. Proses efikasi diri terdiri atas kognitif, motivasi, afeksi, dan seleksi [12]. Efikasi diri terdiri dari tiga dimensi yaitu *level*, *strenght*, dan *generality* [12]. Menurut Bandura, individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan mempunyai semangat yang lebih tinggi di dalam menjalankan suatu tugas tertentu dibandingkan dengan orang yang memiliki efikasi diri yang rendah [13].

Efikasi diri akan mempengaruhi *burnout*. Individu yang mampu mengontrol suatu keadaan akan mengurangi akibat negatif dari tekanan yang dihadapi sehingga individu yang memiliki efikasi diri yang tergolong tinggi cenderung mengalami stres yang lebih rendah pada situasi yang menekan tersebut [14]. Pada penelitian sebelumnya, efikasi diri mempengaruhi *burnout* sebesar 29,5%, dan 70,5% lainnya berasal dari faktor lain [15]. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pendidikan efikasi diri yang dilakukan pada mahasiswa kedokteran dapat mengurangi *burnout* [16]. Penelitian sebelumnya juga menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara efikasi diri dengan *burnout* dengan besar koefisien korelasi -0,662 yang berarti korelasi sangat kuat [17].

Petani karet yang mengalami *burnout* secara terus-menerus akan mempengaruhi psikologis petani. Sehingga, efikasi diri menjadi sangat penting karena apabila individu memiliki efikasi diri yang tinggi, maka individu dapat menanggulangi kejadian dan situasi secara efektif, memiliki kepercayaan diri, dan melihat kesulitan sebagai sesuatu yang menantang [10].

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka peneliti ingin mengetahui apakah terdapat "Hubungan Antara Efikasi Diri dengan *Burnout* pada Petani Karet di PTPN XII Perkebunan Renteng Kabupaten Jember".

### Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian korelasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian adalah petani karet di PTPN XII Kebun Renteng Kabupaten Jember sebanyak 523 orang. Sampel yang digunakan sebanyak 272 responden dengan teknik *simple random sampling*. Pengacakan responden menggunakan *research randomizer*. Kuesioner yang digunakan pada penelitian ini *GSE (General Self Efficacy)* dan *MBI-GS (Maslach Burnout Inventory-General Survey)*.

Analisis data yang digunakan yaitu analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat untuk menggambarkan karakteristik responden, variabel efikasi diri, dan variabel *burnout*. Analisis bivariat untuk menganalisis hubungan antara efikasi diri dan *burnout* pada petani karet. Analisis data menggunakan uji *spearman*.

### Hasil

#### Karakteristik Responden

Gambaran responden penelitian ditunjukkan pada Tabel 1 berikut.

Tabel 1. Distribusi karakteristik responden petani karet di PTPN XII Kebun Renteng Kabupaten Jember (n=227)

No	Karakteristik Responden	Frekuensi	%
<b>1. Usia</b>			
	17-25 tahun	4	1,8
	26-35 tahun	80	35,2
	36-45 tahun	109	48
	> tahun	34	15
	<b>Total</b>	<b>227</b>	<b>100</b>
<b>2. Jenis Kelamin</b>			
	Laki-Laki	142	62,6
	Perempuan	85	37,4
	<b>Total</b>	<b>227</b>	<b>100</b>
<b>3. Status Pernikahan</b>			
	Menikah	186	81,9
	Cerai		
	mati/hidup	30	13,2
	Belum menikah	11	4,8

<b>Total</b>	<b>227</b>	<b>100</b>
<b>4. Masa Kerja</b>		
≥ 5 tahun	190	83,7
< 5 tahun	37	16,3
<b>Total</b>	<b>227</b>	<b>100</b>

Tabel 1. menunjukkan bahwa distribusi responden menurut usia terbanyak pada rentang usia 36-45 tahun yaitu 109 orang (48%), jenis kelamin yang terbanyak adalah laki-laki yaitu 142 orang (62,6%), status perkawinan paling banyak adalah menikah 186 orang (81,9%), dan masa kerja pada penelitian ini adalah lebih dari 5 tahun yaitu 190 (83,7%).

Tabel 2. Distribusi nilai median, minimal dan maksimal variabel efikasi diri petani karet di PTPN XII Kebun Renteng Kabupaten Jember (n=227)

Variabel	Median	Min-Max
Efikasi Diri	35	15-40

Tabel 2. menunjukkan bahwa nilai tengah dari efikasi diri petani karet adalah 35 dengan nilai minimal 15 dan nilai maksimal 40.

Tabel 3. Distribusi nilai median indikator variabel efikasi diri petani karet di PTPN XII Kebun Renteng Kabupaten Jember (n=227)

Variabel	Median	Jumlah kuesioner	Median per indikator
Level	10	3	3,33
Strenght	14	4	3,5
Generality	11	3	3,66

Tabel 3. menunjukkan bahwa median yang tertinggi pada indikator efikasi diri adalah indikator *generality* dengan nilai median per indikator 3,66 dan yang terendah adalah indikator *level* dengan nilai median per indikator 3,33.

#### Variabel Burnout

Tabel 4. Distribusi nilai mean dan standar deviasi pada variabel *burnout* petani karet di PTPN XII Kebun Renteng Kabupaten Jember (n=227)

Variabel	Mean	SD	Min-Max
Burnout	40,09	19,55	8-118

Tabel 4. menunjukkan bahwa nilai mean *burnout* petani karet di PTPN XII Kebun Renteng Kabupaten Jember adalah 40,09 dengan standar deviasi 19,55.

Tabel 5. Distribusi nilai mean pada indikator *burnout* petani karet di PTPN XII Kebun Renteng Kabupaten Jember (n=227)

Variabel	Mean	Jumlah kuesioner	Mean per indikator
Kelelahan emosional	17,27	8	2,15
Sinisme	12,78	8	1,59
Penurunan prestasi pribadi	10,02	7	1,43

Tabel 5. menunjukkan bahwa indikator tertinggi dari variabel *burnout* adalah indikator kelelahan emosional dengan nilai mean per indikator 2,15 dan yang terendah adalah indikator sinisme dengan nilai mean per indikator 1,43.

### Hubungan Efikasi Diri dengan *Burnout*

Hasil analisis hubungan antara efikasi diri dengan *burnout* pada responden ditunjukkan pada tabel 6.

Tabel 6. Hubungan efikasi diri dengan *burnout* petani karet di PTPN XII Kebun Renteng Kabupaten Jember (n=227)

Variabel	<i>Burnout</i>	
Efikasi Diri	R	-0,216
	p-value	0,001

Berdasarkan tabel 6. hasil analisis menggunakan uji korelasi *spearman's rank* menyatakan bahwa korelasi efikasi diri dengan *burnout* pada petani karet di PTPN XII Kebun Renteng yang terdiri dari 227 responden diperoleh p value 0,001 ( $\alpha \leq 0,05$ ) sehingga Ha diterima yang artinya terdapat hubungan antara efikasi diri dengan *burnout* pada petani karet dan r value = -0,216 yang artinya korelasi negatif dengan kekuatan korelasi rendah. Jadi, semakin tinggi efikasi diri maka akan semakin rendah nilai *burnout* yang dialami petani karet.

## Pembahasan

### Karakteristik Responden

Hasil penelitian menunjukkan bahwa

kelompok usia terbanyak adalah 36-45 tahun yaitu sebanyak 109 orang (48%). Rentang usia 36-46 tahun adalah rentang kategori usia dewasa akhir [18]. Menurut Bandura, pada usia dewasa berfokus pada efikasi diri yang dimiliki terkait dengan kemampuan untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi dan berusaha mencapai kesuksesannya [19]. Peneliti berasumsi bahwa petani karet yang berusia 36-45 tahun berada dalam rentang usia dewasa, dimana dalam rentang usia dewasa berfokus pada penyelesaian masalah yang dihadapi dan berusaha untuk mencapai kesuksesannya. Semakin matang usia petani karet maka semakin tinggi pula proses berfikir yang dialami.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa jenis kelamin yang paling banyak adalah laki-laki yaitu sebanyak 142 orang (62,6%). Dalam penelitian sebelumnya, laki-laki cenderung lebih percaya diri dan perempuan lebih rendah dalam mempersepsikan efikasi dirinya [20]. Jenis kelamin juga mempengaruhi *burnout*, dimana perempuan cenderung mengalami *burnout* daripada pekerja laki-laki [21]. Dalam penelitian ini, petani karet laki-laki lebih percaya diri dan yakin akan pekerjaan yang dilakukan daripada perempuan sehingga efikasi diri laki-laki dapat dikatakan baik. Sedangkan petani karet perempuan, akan cenderung rentan mengalami kelelahan yang apabila dirasakan terus-menerus berisiko mengalami *burnout*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa status pernikahan yang paling banyak adalah menikah yaitu sebanyak 186 orang (81,9%). Pada penelitian sebelumnya, seseorang yang sudah menikah memiliki dukungan pasangan untuk meningkatkan kesehatan pada pasien stroke [22]. Hal ini juga didukung oleh penelitian sebelumnya bahwa adanya dukungan sosial keluarga maka dapat meningkatkan efikasi diri [23]. Peneliti berpendapat bahwa petani karet yang sudah menikah memiliki efikasi diri yang tinggi. Hal ini disebabkan karena mereka mempunyai sumber dukungan keluarga yang mereka butuhkan ketika mendapatkan masalah.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa petani karet di PTPN XII Kebun Renteng Kabupaten Jember sebagian besar telah bekerja lebih dari 5 tahun, yaitu sebanyak 190 orang (83,7%). Hal ini dikarenakan pekerja dengan masa kerja yang makin lama bekerja dalam suatu perusahaan akan lebih mudah mengalami *burnout* [6]. Maslach juga berpendapat bahwa pekerja dengan masa kerja yang semakin lama

dalam suatu perusahaan akan lebih mudah mengalami *burnout* terutama kelelahan [6]. Aktivitas penyadapan yang dilakukan secara terus-menerus setiap hari dengan jangka waktu yang lama dapat menimbulkan kelelahan dan kebosanan pada petani. Aktivitas penyadapan yang dilakukan secara terus-menerus setiap hari dengan jangka waktu yang lama dapat menimbulkan kelelahan dan kebosanan. Sehingga apabila petani mengalami kelelahan dan kebosanan maka dapat meningkatkan resiko *burnout*.

### **Efikasi Diri pada Petani Karet**

Hasil penelitian pada tabel 5.2 menunjukkan bahwa nilai tengah dari efikasi diri pada petani karet di PTPN XII Kebun Renteng Kabupaten Jember adalah 35 dengan nilai terendah 15 dan tertinggi 40. Nilai 35 berada pada rentang efikasi diri tinggi karena mendekati nilai tertinggi sehingga dapat diartikan bahwa petani karet di PTPN XII Kebun Renteng Kabupaten Jember memiliki efikasi diri yang tinggi. Indikator generality berada pada nilai median yang tinggi dengan nilai 3,66.

Penelitian sebelumnya menyatakan bahwa petani di China memiliki keyanikan efikasi diri yang kuat karena mereka dapat beradaptasi dengan lingkungan kerjanya terkait perubahan cuaca dan menganggap hal itu tidak sulit [24]. Petani karet yang telah bekerja lebih dari 5 tahun sudah bisa beradaptasi dan memiliki pengalaman lebih banyak dibanding petani yang bekerja kurang dari 5 tahun.

Jenis kelamin juga merupakan salah satu faktor efikasi diri. Menurut penelitian sebelumnya, laki-laki cenderung memiliki percaya diri dari perempuan [20]. Kepercayaan diri terlihat saat responden menjawab pernyataan yang disampaikan peneliti dengan jawaban yang tegas yang menunjukkan mereka siap mengatasi apapun yang terjadi karena responden percaya bahwa Allah siap membantu responden. Kepercayaan diri responden dan keyakinan yang dimiliki dapat meningkatkan efikasi diri.

Selain jenis kelamin dan lingkungan, status pernikahan juga berhubungan dengan efikasi diri karena status pernikahan merupakan salah satu bentuk dukungan yang untuk meningkatkan kesehatan [22]. Petani sebagian besar memiliki pasangan yang dapat mendukung petani dalam menghadapi masalah saat bekerja sehingga petani karet akan memberikan dorongan untuk melakukan

pekerjaannya dengan yakin. Petani karet yang yakin dapat melakukan pekerjaannya hingga berhasil maka petani karet memiliki efikasi diri yang baik.

### **Burnout Pada Petani Karet**

Petani sebagian besar memiliki pasangan yang dapat mendukung petani dalam menghadapi masalah saat bekerja sehingga petani karet akan memberikan dorongan untuk melakukan pekerjaannya dengan yakin. Petani karet yang yakin dapat melakukan pekerjaannya hingga berhasil maka petani karet memiliki efikasi diri yang baik. Hal ini didukung oleh penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa jumlah petani di Roma yang mengalami kejadian *burnout* hanya 19 orang (7,9%) dari total 241 responden [25]. Hal ini dikarenakan berdasarkan jenis kelamin, petani di Roma yang menjadi responden adalah laki-laki dimana laki-laki jarang terbuka untuk menyampaikan perasaan yang dialaminya sewaktu bekerja.

Penelitian sebelumnya juga menyatakan bahwa dalam bekerja, wanita memiliki beban dan hambatan lebih berat dibanding rekan prianya [26]. Hal ini didukung juga oleh penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa fisik perempuan umumnya lebih lemah [27]. Petani karet yang menjadi responden dalam penelitian ini sebagian besar adalah laki-laki. Sejalan dengan penelitian sebelumnya bahwa laki-laki akan cenderung terbuka untuk menyampaikan perasaannya saat bekerja [25]. Petani karet mengungkapkan bahwa mereka merasakan kelelahan setiap hari karena pekerjaan mendares yang dilakukan dari satu pohon ke pohon lainnya di malam hari menggunakan tangga. Kelelahan yang dirasakan sering dikeluhkan oleh petani karet perempuan dikarenakan fisik perempuan lebih lemah dibanding fisik laki-laki. Oleh karena itu perempuan yang menikah dan bekerja dapat mengalami kelelahan fisik, mental, dan emosional yang dalam dunia psikologis disebut sebagai *burnout* [21].

### **Hubungan Efikasi Diri Dengan Burnout Pada Petani Karet**

Berdasarkan hasil uji korelasional terdapat hubungan antara efikasi diri dengan burnout pada petani karet di PTPN XII Kebun Renteng Kabupaten Jember dengan nilai  $p$  value 0,001 dan nilai  $r$  value -0,216 yang berarti kekuatan korelasi lemah dengan arah korelasi negatif, semakin besar nilai suatu

variabel maka semakin kecil variabel lain. Penelitian ini menunjukkan variabel efikasi diri tinggi dan variabel *burnout* rendah. Efikasi diri petani tinggi dipengaruhi oleh lama kerja petani lebih dari 5 tahun, jenis kelamin laki-laki, dan adanya dukungan pasangan/keluarga pada petani karet. Sedangkan *burnout* rendah dipengaruhi oleh jenis kelamin dikarenakan fisik perempuan lebih lemah daripada fisik laki-laki.

### Simpulan dan Saran

Karakteristik usia petani karet terbanyak berada pada rentang usia 36-45 tahun. Jenis kelamin paling banyak adalah laki-laki. Status pernikahan petani karet paling banyak adalah menikah. Masa kerja petani paling banyak adalah lebih dari sama dengan 5 tahun. Variabel efikasi diri petani karet tinggi dan variabel *burnout* petani karet rendah. Terdapat hubungan efikasi diri dengan *burnout* pada petani karet di PTPN XII Kebun Renteng Kabupaten Jember.

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber rujukan/*screening* bagi tenaga kesehatan dalam melakukan asuhan keperawatan pada petani karet. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat menjadi sumber rujukan. Penelitian ini memerlukan penelitian lanjutan yang bisa dilakukan untuk menyempurnakan pembahasan dari penelitian sebelumnya, antara lain mengetahui hubungan burnout dengan variabel lainnya, menggunakan metode sampling yang berbeda misalnya total sampling sehingga didapatkan jumlah sampling yang lebih besar.

### Daftar Pustaka

- [1] Santayana SE, Triastuti N. Analisis Stres Kerja pada Karyawan PT. Perkebunan Nusantara IV Keun BAH Jambi. *Jurnal Bisnis Administrasi*, 213. 2(2).
- [2] Harahap, dkk. Curahan Waktu Wanita Tani dan Kontribusinya Terhadap Pendapatan Keluarga di Desa Muara Lembu Kecamatan Singingi Kabupaten Kuantan Singingi. *Jurnal Online Mahasiswa (JOM)*, 2015. 2 (1).
- [3] Maslach, C. *Burnout The Cost of Caring*. 2003. Cambridge: ISHK
- [4] Lubis NL. *Depresi: Tinjauan Psikologis*. 2009. Jakarta: Kencana.
- [5] Maslach C, Leiter M, Jackson S. 1997. *The Maslach Burnout Inventory Manual*. The Scarecrow Press, 1997: 191-218.

- [6] Saputri WWP. *Gambaran Kejadian Burnout Berdasarkan Faktor Determinannya pada Pekerja Gudang dan Lapangan PT. Multi Terminal Indonesia Tahun 2017*. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta: Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
- [7] Kallioniemi MK, Simola A, Kaseva J, Kymalainen HR. *Stress and Burnout Among Finnish Dairy Farmers*. *Journal of Agromedicine*. 2016. 21(3): 259-268.
- [8] Botha N, White T. *Distress and Burnout Among NZ Dairy Farmers: Research Findings and Policy Recommendations*. *Extension Farming Systems Journal*, 2013. 9(1):160-170.
- [9] Pangestu TT. *Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Burnout pada Perawat*. 2017. Skripsi thesis, Universitas Muhammadiyah Surakarta
- [10] Putra HP. *Hubungan Antara Efikasi Diri dengan Prestasi Kerja Agen Asuransi PT. Prufamily Investa Malang*. 2015. Undergraduate thesis: Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- [11] Bandura A. *Self-efficacy*. In V. S. Ramachaudran (Ed.), *Encyclopedia of human behavior*. 1994. 4: 71-81. New York: Academic Press
- [12] Bandura A. *Self Efficacy in Changing Societies*. 1997. England: Press Syndicate of The University of Cambridge.
- [13] Prestiana NDI, Purbandini D. *Hubungan Antara Efikasi Diri (Self Efficacy) dan Stres Kerja dengan Kejenuhan Kerja (Burnout) pada Perawat IGD dan ICU RSUD Kota Bekasi*. *SOUL: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2012.5(2).
- [14] Jex SM, Bliese PD. *Efficacy beliefs as a moderator of the impact of work-related stressors: a multilevel study*. *Journal of Applied Psychology*, 1999. 84(3): 349-361.
- [15] Pamungkas DNP. *Hubungan Antara Self Efficacy dengan Burnout Terhadap Perawat Rumah Sakit Jiwa*. 2018. Skripsi thesis: Universitas Muhammadiyah Surakarta
- [16] Williams D. *Efficacy of Burnout Interventions in the Medical Education Pipeline*. *Academic Psychiatry*. 2015. 39(1):47-54.
- [17] Puspitasari DA. 2014. *Hubungan Tingkat Self Efficacy Guru dengan Tingkat Burnout pada Guru Sekolah Inklusif di*

- Surabaya. Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan. 2014.3(1).
- [18] Departemen Kesehatan RI. 2009. Kategori Usia. Dalam <http://kategori-umur-menurut-Depkes.html>. Diakses pada tanggal 24 Juli 2019.
- [19] Ariani Y. 2012. Motivasi dan efikasi diri pasien diabetes melitus tipe 2 dalam asuhan keperawatan. Jurnal Keperawatan Indonesia, 2012.15(1): 29-38.
- [20] Yusuf A. 2017. Relaksasi Afirmasi Meningkatkan Self Efficacy Pasien Kanker Nasofaring. Jurnal NERS. 2017. 5(1).
- [21] Prihantoro S. Kecenderungan Burnout Pada Perawat Ditinjau Dari Jenis Kelamin Dan Usia Dewasa Di Rumah Sakit Islam Surakarta. 2014. Doctoral dissertation: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- [22] Wahyuni S. 2018. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Efikasi Diri Pasien Pasca Stroke: Studi Cross Sectional di RSUD Gambiran Kediri. Jurnal Wiyata, 2018.5(2).
- [23] Pratiwi WN. Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga dengan Efikasi Diri Dalam Memecahkan Masalah pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 15 Yogyakarta Tahun Ajaran 2013/2014. 2014. S1 thesis: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta
- [24] Burnham M, Ma Z. (2017). Climate change adaptation: factors influencing Chinese smallholder farmers' perceived self-efficacy and adaptation intent. Regional environmental change, 2017.17(1): 171-186.
- [25] Zaharia I, dkk. Overview On The Burnout Rate Of Romanian Farmers. AgroLife Scientific Journal, 2018. 7(1).
- [26] Anoraga, Pandji. Psikologi Kerja. 2005. Jakarta: Rineka Cipta.
- [27] Nurhayati E. Memahami Psikologis Perempuan (Integrasi & Intercomplementer Perspektif Psikologi dan Islam). PROCEEDING IAIN Batusangkar, 2016.1(1): 245-358.