

## Gambaran burnout pada wanita bekerja yang menikah dan memiliki anak (menggunakan Pines' Couple Burnout Questionnaire and Measurement)

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20344356&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Peneiilian ini diiakukan dengan menggunakan alat yang dieebut Pines' Couple Burnout Questionnaire and Measurement Alai ini dibuat oleh Pines, eeorang p kotog dan koneelor pemikahan, yang digunakan untuk mendeteksi terjadinya bumout dalam suatu hubungan interpersonal. Pines memberi istriah coupfe bumout untuk menyebut fenomena lersebul, yailu suatu keadaan menyakitkan yang menimpa orang-orang, yang berharap ointa romantis akan memberi arti dalam hidup mereka (Pines, 1996).

Pines juga membuat sebuah model untuk menjelaskan bagaimana terladinya bumout dan apakah hai itu dapat dihindari. Model teraebut terdiri dari dua lajur, yang sama-eama dimulai dengan lahap jatuh cinta, namun jalur yang satu berakhir dengan bumout dan laiur yang lain berakhir dengan roots dan wings. Burnout dapat terjadi oleh karena adanya ketidakeesuaian antara harapan yang ada dengan kenyataan sehari-hari. Terjadinya bumrout dalam suaiu pemikahan merupakan proees yang tenadi secara berlahap. Adanya perbedaan antara harapan dengan kenyataan yang ada, ditambah dengan stres eehari-hari, dapat membuat keintiman dan cinta eemakin menghilang.

Pemiiihan wanita, sebagai subyek dalam penelitian ini didasarkan pada pendapat yang menyalakan bahwa bagi wanita pernikahan adalah suatu hai yang penting sebagai alat untuk mendapatkan kehidupan yang menjamin adanya rasa aman. Dengan keyakinan tereebut, wanita akan memasuki suatu pemikahan dengan harapan bahwa ia akan mendapaikan cinta, rasa aman dan kebahagiaan dari pasangan maupun dari pernikahannya. Bila harapan ini tidak eesuai dengan kenyataan yang ada maka akan terjadi pengikisan cinta dan komitmen eehingga nienjadi burnout. Tujuan dari penelitian ini adaiiah untuk mendapatkan gambaran akor bumout pada wanlta dewasa yang menikah dan memiliki anak. Seiain itu iuga untuk mendapalkan gambaran masalah-masatah yang dihadapi wanila dalam pernikahannya, cara coping yang digunakan serta bagaimana pereepsi tentang cinta romantis.

Metode penelitian yang digunakan adalah kombinasi pendekatan kuanlilatit dan kualilaiit. Pendekatan kuaniiitatif dilakukan dengan menggunakan kuesioner. Sedangkan pendekatan kuaiitetif dilakukan dengan wawancara pada subyek yang memiliki skor burnout rendah dan subyek dengan skor tinggi untuk mendapatkan iustrasl terjadinya bumout aerla roots and wings. Subyek panelitian ini adaiiah wanila bekerja yang menikah dan memiliki anak, dengan menggunakan teknik incidental sampling untuk pengambilan sampelnya.

Hasil dari penelilian ini adalah ssbanyak 80% dari keseluruhan wanita dalam peneiitian ini memiliki pernikahan yang baik-baik saja. Sedangkan 20% sisanya memiliki pernikahan yang hampir bumout dan ada yang sudah mengalami burnout Sedangkan masalah-masalah dalam hubungan pemikahan yang terungkap dalam penelitian inl berkisar anlara sifat, sikap maupun tingkah laku

suami, misalnya egois, kurang komunikasi, atau kurang perhatian.

Ada perbedaan dalam cara coping yang digunakan oleh subyek dengan skor burnout rendah dengan subyek dengan skor tinggi. Pada kelompok burnout rendah, cara coping yang digunakan adalah optimism action, dengan Cara berdiskusi atau kompromi dengan suami. Sedangkan pada kelompok burnout tinggi, cara coping yang digunakan adalah resignation, yaitu dengan mendiamkan hingga waktu yang akan menyelesaikan serta berusaha mencari kesibukan lain agar dapat melupakan masalah. Selain itu ada beberapa cara coping lain yang digunakan yaitu mengingatkan pasangan, memberi pengertian, menasehati, serta mengambil inisiatif dan keputusan sendiri.

Saran-saran dibenarkan untuk memberi masukan pada penelitian selanjutnya agar alat ini dapat benar-benar membantu untuk mendeteksi dan mencegah terjadinya burnout dalam pernikahan.