

Hubungan Masa Kerja Dengan Kemampuan Mengontrol Emosi pada Perawat Jiwa Rsud Madani Provinsi Sulawesi Tengah

Moh. Ramadhan¹ *, Rahmat Doko², Sisillia Rammang³

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Widya Nusantara, Palu

E-mail: ramahudodo@gmail.com

* Corresponding Author



<https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i3.5152>

ARTICLE INFO

Article history

Received: 24 Jan 2026

Revised: 30 Jan 2026

Accepted: 09 Feb 2026

Kata Kunci:

Periode Kerja;
Pengendalian Emosi;
Perawat Kesehatan
Mental

Keywords:

Work Period; Emotional
Control; Mental Health
Nurse



ABSTRACT

Latar belakang: Perawat di rumah sakit jiwa menghadapi tantangan emosional tinggi sehingga membutuhkan keterampilan klinis dan kemampuan mengontrol emosi yang baik. Kemampuan ini penting untuk kinerja dan kualitas pelayanan, serta dipengaruhi berbagai faktor, salah satunya masa kerja. Metode: Penelitian kuantitatif dengan desain cross sectional pada seluruh perawat ruang rawat inap jiwa RSUD Madani Provinsi Sulawesi Tengah. Teknik total sampling dengan jumlah responden 67 orang. Hasil: Sebagian besar responden memiliki masa kerja lama dan kemampuan mengontrol emosi pada kategori tinggi. Uji chi-square menunjukkan nilai $p = 0,771$ ($p > 0,05$), yang berarti tidak terdapat hubungan antara masa kerja dengan kemampuan mengontrol emosi pada perawat jiwa. Simpulan: Tidak ada hubungan bermakna antara masa kerja dan kemampuan mengontrol emosi perawat jiwa di RSUD Madani. Saran: Rumah sakit perlu memberikan pelatihan regulasi emosi berkesinambungan bagi seluruh perawat jiwa untuk menjaga kualitas pelayanan dan kesehatan mental perawat.

Background: Nurses in psychiatric hospitals face high emotional challenges, requiring clinical skills and good emotional control. These abilities are important for performance and quality of service, and are influenced by various factors, one of which is length of service. Methods: A quantitative study with a cross-sectional design was conducted on all nurses in the psychiatric ward of Madani Regional General Hospital in Central Sulawesi Province. A total sampling technique was used with 67 respondents. Results: Most respondents had long working periods and high emotional control abilities. The chi-square test showed a p-value of 0.771 ($p > 0.05$), indicating no relationship between length of service and emotional control abilities among psychiatric nurses. Conclusion: There was no significant relationship between length of service and emotional control ability among psychiatric nurses at Madani Regional General Hospital. Recommendation: The hospital needs to provide ongoing emotional regulation training for all psychiatric nurses to maintain service quality and the mental health of nurses.



This is an open access article under the CC-BY-SA license.

How to Cite: Moh. Ramadhan et al (2026). Hubungan Masa Kerja Dengan Kemampuan Mengontrol Emosi pada Perawat Jiwa Rsud Madani Provinsi Sulawesi Tengah. <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i3.5152>

PENDAHULUAN

Pentingnya pemahaman tentang emosi perawat dalam konteks pekerjaan mereka di rumah sakit jiwa menjadi semakin jelas seiring dengan meningkatnya jumlah kasus pasien dengan gangguan jiwa berat. Emosi yang muncul dapat berupa stres, kecemasan, rasa putus asa, atau bahkan kebingungan akibat ketidakpastian dalam perawatan pasien. Emosi ini jika tidak dikelola dengan baik, dapat menyebabkan *burnout* atau kelelahan mental yang berlebihan pada perawat yang pada gilirannya dapat mempengaruhi kualitas interaksi mereka dengan pasien. Penelitian menunjukkan bahwa perawat di rumah sakit jiwa sering mengalami peningkatan tingkat stres yang signifikan, yang berhubungan dengan tingginya tuntutan pekerjaan dan kurangnya dukungan emosional dari rekan kerja atau manajemen (Smith, 2021).

Di Asia, *prevalensi* stres di kalangan tenaga kesehatan, termasuk perawat, cukup tinggi. Sebuah tinjauan sistematis melaporkan bahwa *prevalensi* stres di Asia Barat mencapai 48,97%, sedangkan di Asia Timur lebih rendah, yaitu 19,42%. Perawat di rumah sakit jiwa sering menghadapi situasi menantang seperti isolasi pasien, upaya bunuh diri, kekerasan fisik dan verbal, serta pembatasan perilaku pasien, yang dapat menyebabkan perasaan bersalah dan ketakutan (Alonazi, Alshowkan dan Shdaifat, 2023). Di Indonesia, fenomena *burnout* di kalangan perawat juga menjadi perhatian serius. Berdasarkan IDN Times (2020) tingkat *prevalensi burnout* pada tenaga kesehatan Indonesia menunjukkan 82% mengalami *burnout* sedang dan satu persen mengalami *burnout* tinggi.

Masa kerja menjadi salah satu faktor yang dapat meningkatkan kemampuan individu dalam mengontrol emosinya. Semakin lama seseorang bekerja di suatu bidang atau organisasi, semakin banyak pula pengalaman yang diperoleh dalam menghadapi situasi yang menantang secara emosional. Pengalaman ini memungkinkan individu untuk mengembangkan keterampilan emosional yang lebih baik, termasuk dalam menghadapi stres, frustrasi, dan tekanan lainnya. Sebuah studi yang dilakukan oleh He *et al.*, (2020) menunjukkan bahwa individu dengan masa kerja yang lebih lama cenderung memiliki kemampuan regulasi emosi yang lebih baik, karena mereka telah melalui berbagai pengalaman yang mengajarkan mereka cara-cara efektif dalam mengelola emosi negatif yang muncul di tempat kerja.

Hasil observasi yang dilakukan di ruangan perawatan jiwa RSUD Madani ditemukan bahwa masih terdapat perilaku yang menunjukkan respon emosional negatif oleh perawat kepada pasien seperti berbicara dengan nada yang kasar dan membentak, serta memperlihatkan ekspresi wajah yang marah saat berinteraksi dengan pasien. Hasil wawancara yang dilakukan terhadap empat orang perawat dengan masa kerja baru sebanyak 2 orang dan perawat dengan masa kerja lama sebanyak 2 orang, ditemukan hasil bahwa dari 2 orang perawat dengan masa kerja baru terdapat 1 orang memiliki kemampuan emosi rendah dan 1 orang lagi memiliki kemampuan mengontrol emosi tinggi. Sedangkan pada perawat yang memiliki masa kerja lama keduanya memiliki tingkat kemampuan mengontrol emosi tinggi.

Penelitian ini dinilai penting karena dapat memberikan gambaran mengenai tingkat kemampuan perawat jiwa di RSUD Madani dalam mengontrol emosi mereka. Selain itu hasil penelitian ini juga dapat dijadikan sebagai alat pertimbangan untuk mengidentifikasi strategi yang efektif dalam meningkatkan keterampilan mengontrol emosi perawat jiwa sehingga akan berdampak positif bagi perawat itu sendiri dan juga pada pasien. Berdasarkan latar belakang diatas peneliti ini tertarik untuk meneliti tentang adanya “Hubungan Masa Kerja Dengan Kemampuan Mengontrol Emosi Pada Perawat Jiwa di RSUD Madani Provinsi Sulawesi Tengah”.

METODE

Desain yang dipakai dalam penelitian ini ialah *cross sectional study* dengan pendekatan metode penelitian *riset korelasional* yaitu riset yang mempelajari hubungan antar variabel untuk dipelajari kekuatan dan arah hubungannya (Wawan Kurniawan, 2021). Penelitian ini dilaksanakan di RSUD Madani Provinsi Sulawesi Tengah pada semua ruang rawat inap jiwa. Penelitian ini dilakukan selama 2 minggu yaitu pada tanggal 28 Juli 2025 sampai dengan 8 Agustus 2025. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh perawat RSUD Madani Provinsi Sulawesi Tengah yang bertugas di Ruang rawat inap jiwa sebanyak 67 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh perawat yang bertugas di Ruang Rawat Inap Jiwa RSUD Madani sebanyak 67 orang. Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Emotion Control Questionnaire/ECQ-2*) yang dikembangkan oleh Derek Roger dan Bahman Najarian, yang telah diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia serta diadopsi dari penelitian oleh Panji Setya Wibowo tahun 2020. Untuk variabel masa kerja akan ditentukan menggunakan pengisian data demografi pada kuesioner oleh responden dengan pilihan jawaban ≤ 5 tahun untuk masa kerja baru, dan > 5 tahun untuk masa kerja lama.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Responden yang berpartisipasi dalam penelitian ini sebanyak 67 responden dan diuraikan dalam tabel berikut dengan mengelompokan berdasarkan usia, jenis kelamin, pendidikan terakhir, serta distribusi frekuensi dari setiap variabel dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 1. Distribusi frekuensi responden berdasarkan usia, masa kerja di ruang *perawatan jiwa*, jenis kelamin, pendidikan terakhir ($f=67$)

Karakteristik Subjek	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Usia		
Usia 26-35 tahun (masa dewasa awal)	34	50,74
Usia 36-45 tahun (masa dewasa akhir)	25	37,32
Usia 46-55 tahun (masa Lansia awal)	2	2,99
Usia 55-65 tahun (masa lansia akhir)	6	8,95
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	43	64,18
Perempuan	24	35,82
Pendidikan Terakhir		
DIII Keperawatan	56	83,58
S1/D-IV	2	2,98
Profesi	9	13,44

Berdasarkan tabel 1. pada karakteristik usia dapat dilihat bahwa jumlah responden paling banyak berusia 26-35 tahun (masa dewasa awal) yakni 34 orang (50,74%) dan jumlah responden paling sedikit berusia 46-55 tahun (masa lansia awal) yakni 2 orang (2,99%), sedangkan untuk usia 36-45 tahun (masa dewasa akhir) berjumlah 25 orang (37,31%) dan usia 56-65 (masa lansia akhir) berjumlah 6 orang (8,95%). Karakteristik jenis kelamin dapat dilihat bahwa jumlah responden berjenis kelamin paling banyak adalah laki-laki yakni 43 orang (64,18%) dan jumlah responden berjenis kelamin paling sedikit adalah perempuan yakni 24 orang (35,82%). Karakteristik pendidikan terakhir dapat dilihat bahwa jumlah responden terbanyak berada pada tingkat pendidikan Diploma III yakni 56 orang (83,58%), untuk tingkat pendidikan Profesi jumlah respondennya sebanyak 9 orang (13,43%) dan jumlah responden paling sedikit berada pada tingkat pendidikan Strata I/Diploma IV dengan jumlah responden sebanyak 2 orang (2,98%).

Tabel 2. Distribusi frekuensi masa kerja perawat di ruang perawatan jiwa ($f=67$)

Masa Kerja	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Masa Kerja Lama	41	61,2
Masa Kerja Baru	26	38,8
Jumlah	67	100

Berdasarkan pada tabel 2. dapat dilihat bahwa persentase responden yang memiliki masa kerja lama sebanyak 41 responden (61,2%) dan yang memiliki masa kerja baru sebanyak 26 responden (38,8%).

Tabel 3. Distribusi frekuensi kemampuan mengontrol emosi di ruang perawatan jiwa ($f=67$)

Tingkat Kemampuan Mengontrol Emosi	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Kemampuan Sangat Rendah	0	0
Kemampuan Rendah	7	10,44
Kemampuan Sedang	11	16,42
Kemampuan Tinggi	34	50,75
Kemampuan Sangat Tinggi	15	22,39
Total	67	100

Berdasarkan pada tabel 3. dapat dilihat bahwa tidak ada responden yang memiliki Kemampuan mengontrol emosi sangat rendah. Responden yang memiliki tingkat kemampuan mengontrol emosi rendah sebanyak 7 orang (10,44%), responden yang memiliki Tingkat kemampuan mengontrol emosi sedang adalah 11 orang (16,42%), responden yang memiliki tingkat kemampuan mengontrol emosi tinggi sebanyak 34 orang (50,75%) dan yang memiliki Tingkat kemampuan mengontrol emosi sangat tinggi sebanyak 15 orang (22,39%).

Tabel 4. Hubungan Masa Kerja Dengan Kemampuan Mengontrol Emosi pada Perawat Jiwa RSUD Madani Provinsi Sulawesi Tengah ($f=67$)

Masa Kerja	Tingkat Kemampuan Mengontrol Emosi				Total	P Value
	Kemampuan Rendah		Kemampuan Tinggi			
	f	% ^c	f	%	f	
Lama	10	24,4	31	75,6	41	61,2
Baru	8	30,8	18	69,2	26	38,8
Total	18	26,9	49	73,1	67	100

Berdasarkan tabel 4. menunjukkan bahwa dari 41 (61,2%) responden yang memiliki masa kerja lama, terdapat 10 (24,4%) responden yang memiliki tingkat kemampuan mengontrol emosi rendah, dan 31 (75,6%) responden yang memiliki tingkat kemampuan mengontrol emosi tinggi. Kemudian dari 26 (38,8%) responden dengan masa kerja baru terdapat 8 (30,8%) responden yang memiliki tingkat kemampuan mengontrol emosi rendah, dan 18 (69,2%) responden yang memiliki tingkat kemampuan mengontrol emosi tinggi. Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *chi-square*, dapat dilihat bahwa nilai $p=0,771$ ($p>0,05$) yang artinya H_0 diterima, tidak terdapat hubungan antara masa kerja dengan kemampuan mengontrol emosi pada perawat jiwa RSUD Madani Provinsi Sulawesi Tengah.

Masa Kerja Perawat Jiwa RSUD Madani

Berdasarkan hasil analisis pada Tabel 4.2, diketahui bahwa responden dengan masa kerja lama berjumlah 41 orang (61,2%). Jumlah ini terdiri dari 1 orang dengan lama kerja 10, 24, dan 32 tahun, 2 orang dengan lama kerja 6, 12, dan 34 tahun, 3 orang dengan lama kerja 9, 10, 13, dan 35 tahun, 4 orang dengan lama kerja 15 dan 17 tahun, 5 orang dengan lama kerja 14 tahun dan 7 orang dengan lama kerja 8 tahun. Responden dengan masa kerja baru berjumlah 26 orang (38,8%), yang terdiri dari 4 orang dengan lama kerja 1 tahun, 6 orang dengan lama kerja 2 tahun, 7 orang dengan lama kerja 3 dan 5 tahun, serta 2 orang dengan lama kerja 4 tahun.

Veronika (2022) menjelaskan bahwa perawat dengan masa lama seringkali unggul dalam mengelola situasi klinis kompleks berkat akumulasi pengetahuan dan keterampilan dari tahun-tahun praktik. Pengalaman lama ini meningkatkan kemampuan respons darurat dan efisiensi perawatan pasien. Pengalaman kerja panjang pada perawat juga meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal, baik dengan pasien maupun tim medis, sehingga memperkuat hubungan terapeutik dan kualitas perawatan. Hal ini memungkinkan perawat senior lebih efektif dalam mendengarkan, merespons emosi pasien, dan berkolaborasi tim, yang pada akhirnya meningkatkan kepuasan pasien serta *outcome* klinis (Kornhaber *et al.*, 2016). Di sisi lain Suliman Oqla Alshammari *et al.*, (2023) mengungkapkan bahwa perawat senior sering menghadapi tantangan adaptasi terhadap teknologi baru, metode pengobatan inovatif, dan kebijakan terkini karena resistensi alami terhadap perubahan yang dipicu usia serta pengalaman panjang.

Teori tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahman (2023) yang mengungkapkan bahwa masa kerja yang lebih panjang berkontribusi pada peningkatan keterampilan kerja dan kualitas kinerja karena akumulasi pengalaman. Anita (2025) mengungkapkan bahwa perawat berpengalaman lebih mampu memahami kondisi emosional pasien dan memilih pendekatan komunikasi yang tepat, yang memperkuat rasa nyaman, kepercayaan, dan hubungan terapeutik. Namun demikian, Haryanto Tanuwijaya (2025) mengungkapkan bahwa pegawai dengan masa kerja lama cenderung memiliki *status quo* bias dan lebih lambat dalam menerima perubahan teknologi atau metode kerja baru. Karena itu, keberadaan pegawai baru dalam proporsi tertentu dapat mendorong munculnya ide segar dan inovasi. Menurut Alfa S. (2024) kombinasi antara pegawai senior dan junior dapat menciptakan sinergi bila dikelola melalui mekanisme *knowledge sharing dan mentoring*.

Berdasarkan hasil analisis, landasan teori dan penelitian pendukung, peneliti berasumsi bahwa perawat dengan masa kerja yang lebih lama umumnya memiliki tingkat keterampilan, pengetahuan, kemampuan menjalin hubungan dan komunikasi yang baik terhadap pasien, keluarga, ataupun petugas medis lainnya dibandingkan dengan perawat dengan masa kerja baru. Namun, dominasi pegawai dengan masa kerja lama juga berpotensi menimbulkan *resistensi* terhadap inovasi dan perubahan. Oleh karena itu, keberadaan pegawai baru sebesar 38,8% memberikan peluang munculnya ide-ide baru, adaptasi, dan inovasi dalam proses keperawatan.

Kemampuan Mengontrol Emosi Perawat Jiwa RSUD Madani

Berdasarkan hasil analisis pada Tabel 3. terlihat bahwa tidak ada responden yang memiliki kemampuan mengontrol emosi pada kategori sangat rendah. Sebagian besar perawat jiwa memiliki kemampuan mengontrol emosi tinggi yakni sebanyak 34 responden (50,75%), dan tingkat kemampuan mengontrol emosi sangat tinggi terdapat 15 responden (22,39%). Berdasarkan hasil penilaian pada pengisian kuesioner, responden dengan kategori ini memiliki nilai yang tinggi baik pada kemampuan kontrol agresi, latihan dan pengulangan, penghambatan emosi dan pengendalian kedermawaan.

Menurut Rahayu dan Fauziah (2019) Perawat kesehatan mental membutuhkan tingkat *emotional regulation* yang tinggi untuk mengelola stres kerja, mempertahankan empati, serta mencegah *burnout*. Perawat jiwa sering menghadapi tekanan emosional, interaksi dengan pasien dengan gangguan psikiatri, konflik keluarga pasien, hingga risiko agresivitas. Oleh karena itu, kontrol emosi yang efektif menjadi kompetensi dasar untuk menjaga kualitas pelayanan dan kestabilan psikologis perawat.

Penelitian oleh Wildan Akasyah (2025) menyatakan bahwa perawat dengan kemampuan mengontrol emosi yang baik lebih mampu menghadapi situasi krisis, mengambil keputusan klinis secara rasional, dan menjaga hubungan terapeutik dengan pasien. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Priyan Prastiwi dan Dewi (2023) yang mengungkapkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara regulasi emosi dengan perilaku asertif pada perawat jiwa. Semakin tinggi regulasi emosi perawat maka semakin tinggi perilaku asertif yang ditunjukkan dalam melayani pasien. Saputri (2024) menambahkan bahwa regulasi emosi menurunkan *burnout* melalui strategi seperti *cognitive reappraisal* dan *suppression*, membantu perawat mempertahankan motivasi dan kualitas asuhan di rumah sakit jiwa. Ini juga mengurangi stres kerja, memungkinkan dukungan emosional pasien yang lebih konsisten dan efektif.

Berdasarkan teori dan hasil penelitian tersebut, peneliti berasumsi perawat dengan kemampuan mengontrol emosi yang tinggi sudah mampu menerapkan strategi control emosi yang adaptif, dan hal ini berdampak positif terhadap kinerja perawat dalam menjalankan tugas profesional, menjaga hubungan terapeutik dengan pasien, serta tetap dapat mengatasi stress kerja sehingga memperkecil risiko terjadinya *burnout*.

Berdasarkan hasil analisis pada Tabel 3. juga terdapat perawat yang berada pada tingkat kemampuan kontrol emosi rendah sebanyak 7 responden (10,44%) dan tingkat kemampuan kontrol emosi sedang sebanyak 11 responden (16,42 %). Berdasarkan penilaian terhadap pengisian kuesioner, responden pada kategori tingkat kontrol emosi rendah dan sedang memiliki nilai yang rendah terutama pada kemampuan kontrol agresi, dan latihan/pengulangan, penghambatan emosi serta pengendalian kedermawaan.

Teori regulasi emosi yang dikemukakan oleh Gross (2002) menyatakan bahwa regulasi emosi adalah proses yang mempengaruhi pengalaman dan ekspresi emosi seseorang. Dalam konteks perawatan, perawat diharapkan untuk mengelola dan mengatur emosi mereka dengan cara yang adaptif untuk menjaga hubungan terapeutik yang efektif dengan pasien. Perawat dengan kontrol emosi yang rendah lebih cenderung menggunakan strategi regulasi emosi yang maladaptif, seperti *suppressing* (menahan ekspresi emosional) atau *ruminasi* (memikirkan secara berlebihan situasi emosional), yang dapat memperburuk stres yang mereka alami dalam pekerjaan mereka.

Penelitian yang dilakukan oleh Jin *et al.*, (2025) mengungkapkan bahwa perawat jiwa dengan strategi regulasi emosi maladaptif menunjukkan tingkat *burnout* lebih tinggi, sedangkan perawat dengan strategi yang lebih adaptif (*cognitive reappraisal*) berhubungan dengan *burnout* lebih rendah. Kontrol emosi yang kurang menaikkan risiko kelelahan emosional yang dapat mempengaruhi interaksi dengan pasien dan kualitas perawatan secara keseluruhan. Sejalan dengan hal tersebut, penelitian yang dilakukan oleh AL-shahrani *et al.*, (2025) juga mengungkapkan bahwa perawat yang menggunakan strategi regulasi emosi negatif memiliki tingkat stres kerja yang lebih tinggi dibanding perawat yang menggunakan strategi regulasi positif. Perbedaan strategi ini menunjukkan bahwa perawat dengan kontrol emosi rendah cenderung mengalami lebih banyak tekanan emosional dalam praktik klinis.

Berdasarkan teori dan penelitian tersebut, peneliti berasumsi bahwa perawat dengan kemampuan mengontrol emosi yang rendah dan sedang mengalami tekanan kerja atau beban emosional yang belum sepenuhnya terkelola dan belum mampu menerapkan strategi kontrol emosi yang adaptif. Oleh karena itu, intervensi organisasi seperti pelatihan regulasi emosi, dukungan psikososial, serta supervisi klinis diperlukan untuk memperkuat kemampuan kontrol emosi khususnya untuk kelompok ini.

Hubungan Masa Kerja dengan Kemampuan Mengontrol Emosi Perawat Jiwa RSUD Madani

Berdasarkan Tabel 4.5, ditemukan bahwa baik perawat jiwa dengan masa kerja lama maupun masa kerja baru sama-sama didominasi oleh tingkat kemampuan mengontrol emosi yang tinggi. Pada kelompok dengan masa kerja lama dengan jumlah 41 responden, terdapat 75,6% memiliki kemampuan mengontrol emosi tinggi, sedangkan pada masa kerja baru dengan jumlah 26 responden, terdapat 69,2% juga memiliki kemampuan mengontrol emosi tinggi. Meskipun terdapat sedikit perbedaan proporsi, hasil uji *chi-square* menunjukkan nilai $p = 0,771$ ($p > 0,05$), yang berarti tidak terdapat hubungan antara masa kerja dan kemampuan mengontrol emosi pada perawat jiwa RSUD Madani Provinsi Sulawesi Tengah.

Hasil penelitian tersebut sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Zheng *et al.*, (2024) yang mengungkapkan bahwa faktor organisasional, seperti dukungan lingkungan kerja, supervisi klinis yang efektif, serta iklim kerja yang positif, memiliki pengaruh yang lebih dominan terhadap regulasi emosi individu dibandingkan dengan karakteristik demografis, termasuk masa kerja. Kondisi lingkungan kerja yang suportif memungkinkan individu memperoleh rasa aman psikologis, umpan balik yang konstruktif, serta kesempatan untuk mengekspresikan dan mengelola emosi secara adaptif dalam menghadapi tuntutan pekerjaan.

Teori tersebut sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Luo *et al.*, (2025) yang mengungkapkan bahwa dukungan sosial dari lingkungan organisasi mempunyai peran mediasi antara kerja emosional dan regulasi emosi serta stress kerja. Dukungan sosial secara signifikan mengurangi risiko *burnout* dan membantu perawat mengatur emosinya lebih efektif, terutama dalam konteks beban kerja emosional tinggi. Altaş *et al.*, (2024) menambahkan, dukungan supervisi dan otonomi kerja berasosiasi dengan pengalaman kerja emotional yang lebih adaptif dan kepuasan kerja. *Supervisor support* mempengaruhi cara perawat mengelola beban emosional mereka dan memoderasi hubungan antara kondisi kerja dan kerja emosional.

Lebih lanjut Ulyani *et al.*, (2023) yang mengungkapkan bahwa pengalaman kerja tidak selalu meningkatkan kecerdasan emosional tanpa adanya intervensi pelatihan atau dukungan organisasi. Sejalan dengan hal tersebut, Maulana (2025) menyatakan bahwa pelatihan emosional lebih efektif daripada mengandalkan akumulasi pengalaman saja untuk menghadapi stres kerja.

Teori tersebut sejalan dengan penelitian oleh Erkayiran (2024) yang mana penelitian tersebut mengevaluasi program pelatihan regulasi emosi berbasis psikoedukasi terhadap 72 perawat di Rumah Sakit Turki dengan hasil, pelatihan tersebut efektif meningkatkan kemampuan regulasi emosi perawat. Hal ini menunjukkan potensi aplikasi konkret dalam konteks kerja klinis untuk mengurangi stres emosional dan meningkatkan kinerja. Sejalan dengan hal tersebut Balideh (2025) dalam penelitian eksperimen pelatihan regulasi emosi dengan *pre- and post-test design* yang melibatkan 72 mahasiswa keperawatan menemukan adanya peningkatan *emosional adjustment* dan penurunan *psychological distress* secara signifikan pada kelompok intervensi.

Selain itu Febriana (2023) mengemukakan bahwa faktor demografi seperti usia dan jenis kelamin dapat mempengaruhi tingkat stres dan kemampuan individu untuk mengelola emosi. Misalnya, individu yang lebih tua cenderung memiliki pengalaman lebih banyak dalam mengelola emosi dibandingkan dengan individu yang lebih muda

Sejalan dengan teori tersebut, penelitian oleh Mikkelsen *et al.*, (2024) mengungkapkan bahwa meskipun fleksibilitas strategi regulasi menurun pada usia lanjut, efektivitas pengelolaan emosi dapat tetap stabil atau bahkan meningkat karena pengalaman hidup yang lebih besar. D'Amico dan Geraci (2022) menambahkan bahwa perempuan umumnya menunjukkan keunggulan kecil dalam aspek *emotion decoding* dan empati, meski perbedaan ini juga dipengaruhi oleh norma sosial dan konteks budaya.

Berdasarkan hasil penelitian, landasan teori dan penelitian pendukung, peneliti berasumsi bahwa tidak terdapatnya hubungan antara masa kerja dengan kemampuan mengontrol emosi pada perawat jiwa di RSUD Madani menunjukkan bahwa kemampuan mengontrol emosi bukanlah semata hasil dari lamanya pengalaman kerja, melainkan kompetensi profesional yang dapat terbentuk melalui pendidikan, pelatihan, serta dukungan organisasi. Faktor demografi seperti usia dan jenis kelamin juga dianggap mempengaruhi kemampuan perawat dalam mengontrol emosi. Selain itu lingkungan kerja yang kondusif dan sistem pendampingan yang baik diduga turut berperan dalam membentuk kemampuan kontrol emosi yang relatif seragam pada seluruh perawat jiwa di RSUD Madani Provinsi Sulawesi Tengah.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan masa kerja dengan kemampuan mengontrol emosi perawat jiwa RSUD Madani Provinsi Sulawesi Tengah, maka kesimpulan dari peneliti adalah sebagai berikut:

1. Sebagian besar responden berada pada tingkat kemampuan mengontrol emosi yang tinggi.
2. Mayoritas perawat yang bekerja di ruang rawat inap jiwa adalah perawat yang memiliki masa kerja lama.
3. Tidak terdapat hubungan antara masa kerja dengan kemampuan mengontrol emosi pada perawat jiwa RSUD Madani Provinsi Sulawesi Tengah.

REFERENSI

- Anita, El Rahmayati And Lathifa Nur Anggraini (2025) 'Komunikasi Terapeutik Dan Kepuasan Layanan Keperawatan Di Ruang Rawat Inap Bedah', *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia (Jikpi)*, 6(2)
- Alfa Santoso Budiwidjojo Putra (2024) 'Membangun Sinergi Lintas Generasi: Strategi Kolaboratif Untuk Meningkatkan Kinerja Organisasi Di Era Digital', *Pakmas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), Pp. 429–436. Available At: <https://doi.org/10.54259/Pakmas.V4i2.3129>
- Al-Shahrani, H.F. *Et Al.* (2025) 'Cognitive Emotion Regulation Strategies And Social Support As Predictors Of Perceived Stress In Nursing Staff'. Available At: <https://doi.org/10.21203/Rs.3.Rs-6895545/V1>
- Balideh, D., Nejadi, F. And Torkaman, M. (2025) 'Emotional Regulation Training For Nursing Students: Effects On Emotional Adjustment And Psychological Distress', *Bmc Nursing*, 24(1), P. 1379. Available At: <https://doi.org/10.1186/S12912-025-04029-1>
- D'amico, A. And Geraci, A. (2022) 'Sex Differences In Emotional And Meta-Emotional Intelligence In Pre-Adolescents And Adolescents', *Acta Psychologica*, 227, P. 103594. Available At: <https://doi.org/10.1016/J.Actpsy.2022.103594>
- Febriana, B. And Rochmawati, D.H. (2023) 'Faktor Demografi Yang Mempengaruhi Burnout Pada Perawat Kesehatan Jiwa', *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 11(1), P. 173. Available At: <https://doi.org/10.26714/Jkj.11.1.2023.173-180>
- Smith (2021) 'Stress And Emotional Labor Among Psychiatric Nurses: The Effects Of Burnout And Coping Strategies', *Journal Of Nursing Research*, 26(3), Pp. 148–155.
- Alonazi, O., Alshowkan, A. And Shdaifat, E. (2023) 'The Relationship Between Psychological Resilience And Professional Quality Of Life Among Mental Health Nurses: A Cross-Sectional Study', *Bmc Nursing*, 22(1), P. 184. Available At: <https://doi.org/10.1186/S12912-023-01346-1>
- Erkayiran, O. And Demirkiran, F. (2024) 'The Effect Of Emotion Regulation Training On Nurses: A Quasi-Experimental Study', *Nursing & Health Sciences*, 26(4). Available At: <https://doi.org/10.1111/Nhs.70017>
- He, W. Dan J. (2020) 'The Influence Of Work Experience On Emotional Regulation In Employees', *Journal Of Applied Psychology*, 52(5), Pp. 1205–1214.
- Haryanto Tanuwijaya (2025) *Manajemen Perubahan Dalam Sdm*. Books.Google.Com
- Jin, T. *Et Al.* (2025) 'Emotion Regulation Strategy Moderates The Impact Of Emotional Labor On Burnout In Psychiatric Nurses: A Cross-Sectional Study', *Bmc Nursing*, 24(1), P. 687. Available At: <https://doi.org/10.1186/S12912-025-03487-X>
- Kornhaber, R. *Et Al.* (2016) 'Enhancing Adult Therapeutic Interpersonal Relationships In The Acute Health Care Setting: An Integrative Review', *Journal Of Multidisciplinary Healthcare*, Volume 9, Pp. 537–546. Available At: <https://doi.org/10.2147/Jmdh.S116957>
- Rahman, M., & P.A. (2023) 'Masa Kerja Dan Implikasinya Terhadap Kinerja Karyawan: Studi Pada Industri Jasa. 15(1), 59-72', *Jurnal Psikologi Industri Dan Organisasi*, 15(1), Pp. 59–72.

- Priyan Prastiwi And Dewi (2023) *Hubungan Regulasi Emosi Dengan Asertivitas Perawat Di Intensive Psychiatric Care Unit (Ipcu) Rsj Dr. Radjiman Wediodiningrat*. Stikes Majapahit
- Suliman Oqla Alshammari *Et Al.* (2023) 'Barriers To Implementing Evidence-Based Practice In Nursing: A Global Perspective', *Review Of Contemporary Philosophy*, 22(1), Pp. 4192–4202.
- Luo, Y. *Et Al.* (2025) 'The Effect Of Emotional Labor On Young Nurses' Job Burnout: The Mediating Role Of Social Support And Emotional Regulation', *Nursing Open*, 12(12). Available At: <https://doi.org/10.1002/nop2.70388>
- Idn Times (2020) 'Tenaga Kesehatan Indonesia Alami Kelelahan Mental', *Idn Times*.
- Ulyani, F., Diponegoro, Am. And Situmorang, N.Z. (2023) 'Penerapan Psikologi Positif Pada Dunia Kerja Dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional Karyawan', *Journal Of Economics And Management Sciences*, Pp. 6–13. Available At: <https://doi.org/10.37034/jems.v6i1.35>
- Wawan Kurniawan, A.A. (2021) *Metodologi Penelitian Kesehatan Dan Kepereawatan*. Cirebon: Cv. Rumah Pustaka
- Wildan Akasyah, & W.R.B.S. (2025) 'Implikasi Kecerdasan Emosional Dalam Praktik Klinik Keperawatan: Systematic Literature Review', *Journal Scientific Of Mandalika (Jsm)*, 6(8), Pp. 2230–2239
- Veronika Hutabarat (2022) 'Hubungan Pengalaman Lama Bekerja Perawat Dengan Self Efficacy Dalam Melakukan Tindakan Cpr', *Jurnal Ilmiah Wijaya*, 14(2), Pp. 64–73.
- Zheng, J. *Et Al.* (2024) 'The Relationship Between Organizational Support, Professional Quality Of Life, Decent Work, And Professional Well-Being Among Nurses: A Cross-Sectional Study', *Bmc Nursing*, 23(1). Available At: <https://doi.org/10.1186/s12912-024-02114-5>