

**HUBUNGAN ANTARA *HARDINESS* DENGAN *BURNOUT*  
PADA PETUGAS PEMADAM KEBAKARAN KOTA  
SEMARANG**

SKRIPSI

Stefanie Amazing Grace K  
22.E1.0038



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA  
SEMARANG  
2026

**HUBUNGAN ANTARA *HARDINESS* DENGAN *BURNOUT*  
PADA PETUGAS PEMADAM KEBAKARAN KOTA  
SEMARANG**

SKRIPSI

Diajukan kepada Program Studi Sarjana Psikologi Fakultas Psikologi  
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang dan Diterima untuk  
Memenuhi Sebagian dari Syarat-syarat Guna Memperoleh  
Gelar Sarjana Psikologi

Oleh:

Stefanie Amazing Grace K  
22.E1.0038



PROGRAM STUDI SARJANA PSIKOLOGI FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS KATOLIK SOEGIJAPRANATA  
SEMARANG  
2026

## Hubungan Antara *Hardiness* Dengan *Burnout* Pada Petugas Pemadam Kebakaran Kota Semarang

(*The Relationship Between Hardiness And Burnout Among Semarang City Firefighters*)

Stefanie Amazing Grace K, Christa Vidia Rana Abimanyu

Soegijapranata Catholic University, Kota Semarang, Indonesia

### Abstrak

Profesi pemadam kebakaran memiliki risiko tinggi terhadap *burnout* akibat tuntutan kerja yang penuh tekanan fisik dan emosional. *Hardiness* diduga berperan sebagai faktor internal yang dapat mengurangi tingkat *burnout*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk membuktikan secara empiris hubungan antara *hardiness* dengan *burnout* pada petugas pemadam kebakaran di Kota Semarang. Digunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional untuk melaksanakan penelitian ini. Populasi dari penelitian adalah petugas pemadam kebakaran yang aktif berdinam di Kota Semarang. Instrumen yang digunakan adalah *The Maslach-Trisni Burnout Inventory* (M-TBI) untuk mengukur tingkat *burnout* dan *A Short Hardiness Scale* untuk mengukur tingkat *hardiness*. Teknik analisis data yang digunakan adalah korelasi *Spearman*. Hasil penelitian menunjukkan korelasi negatif yang signifikan antara *hardiness* dan *burnout* ( $\rho = -0.579$ ,  $p < 0.001$ ). Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi *hardiness* maka semakin rendah tingkat *burnout* yang dialami oleh petugas Damkar. Secara spesifik, aspek komitmen dan kontrol ditemukan sebagai penyangga yang signifikan terhadap kelelahan emosional. Oleh karena itu, disarankan agar Dinas Pemadam Kebakaran memberikan pelatihan psikologis yang berfokus pada *hardiness* untuk meningkatkan resiliensi dan kesejahteraan mental petugas.

**Kata kunci:** *burnout*, *hardiness*, pemadam kebakaran.

### Abstract

*The firefighting profession carries a high risk of burnout due to physically and emotionally stressful job demands. Hardiness is thought to act as a internal factor that can reduce burnout levels. This study aims to empirically test the relationship between hardiness and burnout among firefighters in Semarang City. This research uses a quantitative approach with a correlational design. The population is active-duty firefighters in Semarang City. The instruments used are The Maslach-Trisni Burnout*

*Inventory (M-TBI) to measure burnout and A Short Hardiness Scale to measure hardiness. The data analysis technique used is the Spearman correlation. The results demonstrated a significant negative correlation between hardiness and burnout ( $\rho = -.579, p < .001$ ). These findings indicate that higher levels of hardiness are associated with lower levels of burnout among firefighters. Specifically, the aspects of commitment and control were found to be significant buffers against emotional exhaustion. Consequently, it is recommended that the Fire Department integrate psychological training focused on hardiness to enhance personnel resilience and mental well-being.*

**Keywords:** *burnout, hardiness, firefighter.*

## **PENDAHULUAN**

Dinas pemadam kebakaran (Damkar) adalah suatu organisasi atau instansi yang terlatih secara profesional untuk memberikan pertolongan dan perlindungan kepada masyarakat, terutama pada kasus-kasus peristiwa kebakaran. Rahmadhani dan Alhadi (2021) menjelaskan secara lebih spesifik, bahwa tugas dari Damkar adalah untuk memberikan pertolongan pertama pada korban kebakaran dan tindakan pemadaman pada peristiwa kebakaran. Dijelaskan pula oleh Fitri dkk. (2022) bahwa Damkar merupakan pasukan pemadam kebakaran yang dibekali dengan Alat Pelindung Diri (APD) berupa pakaian anti panas, helm, serta sepatu khusus dalam pelaksanaan tugasnya guna mengoptimalkan aksi pemadaman peristiwa kebakaran dan penyelamatan masyarakat.

Badan Pusat Statistik Kota Semarang (2024) mencatat bahwa pada tahun 2023, telah terjadi total sejumlah 489 kasus kejadian kebakaran di Kota Semarang. Apabila dibandingkan dengan data peristiwa kebakaran yang terjadi di Kota Semarang pada tahun 2024, ada penurunan angka yang signifikan pada kasus kejadian kebakaran yang tercatat yaitu dari 489 kasus di tahun 2024 berkurang menjadi total sebanyak 341 kasus di tahun 2024 (Babel, 2025). Data ini menunjukkan bahwa petugas Damkar di Indonesia mengupayakan peningkatan kesiapsiagaan, dan penanganan yang cepat dan tepat berkaitan dengan kasus-kasus yang terjadi.

Meski organisasi tersebut bertajuk Dinas Pemadam Kebakaran, pada realitanya petugas Damkar tak hanya menangani permasalahan-permasalahan seputar peristiwa kebakaran, tapi juga melaksanakan misi-misi penyelamatan pada