

Pengaruh *Coping Stress* terhadap *Burnout* Pada Anggota Satpas Kota X

Zhanira Az Zahra Razanny, Lisa Widawati, Ayu Tuty Utami

Prodi Psikologi, Fakultas Psikologi

Universitas Islam Bandung

Bandung, Indonesia

zhaniraozan@gmail.com

Abstract— Satpas members work in stressful situations, with many tasks and work demands, making Satpas members prone to burnout. Burnout is a psychological syndrome experienced by workers due to prolonged stress (Maslach & Leiter). Burnout can be prevented using coping stress. Coping stress is how individuals manage the gap between their demands and their abilities (Lazarus & Folkman, 1984). The purpose of this study was to see the effect of coping stress on burnout among members of Satpas X City. This study used a quantitative method with multiple regression analysis techniques. The subjects used in this study were 40 members of the Satpas. The results showed that there was a significant effect of coping stress on burnout with Sig. 0.003 (<0.05). Based on the form of coping, the results show that problem focused coping can increase burnout, while emotional focused coping can reduce burnout.

Keywords—*Satpas member, Coping stress, Burnout.*

Abstrak— Anggota Satpas bekerja dalam situasi yang penuh tekanan, dengan tugas dan tuntutan kerja yang banyak, membuat anggota Satpas rentan mengalami burnout. Burnout merupakan sindrom psikologis yang dialami pekerja dikarenakan stress yang berkepanjangan (Maslach & Leiter). Burnout dapat dicegah menggunakan coping stress. Coping stress yaitu cara individu mengatur kesenjangan antara tuntutan dan kemampuan yang dimiliki (Lazarus & Folkman, 1984). Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat pengaruh coping stress terhadap burnout pada anggota Satpas Kota X. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan teknik analisis regresi berganda. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah 40 anggota Satpas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan coping stress terhadap burnout dengan Sig. 0.003 (<0.05). Berdasarkan bentuk coping, diperoleh hasil bahwa problem focused coping dapat meningkatkan burnout, sedangkan emotional focused coping dapat menurunkan burnout.

Kata Kunci—*Anggota Satpas, Coping stress, Burnout.*

I. PENDAHULUAN

Polisi merupakan salah satu profesi atau pekerjaan yang bergerak pada bidang pelayanan selain perawat, guru, dokter. Terdapat beberapa divisi dalam profesi polisi, salah satunya adalah Satlantas. Satlantas terdiri dari beberapa unit, salah satunya Satpas. Unit Satpas dituntut untuk turun langsung ke lapangan dan banyak berinteraksi dengan masyarakat untuk memberikan pelayanan penuh dan cepat kepada masyarakat, khususnya para masyarakat yang

hendak membuat SIM. Tugas Satpas yaitu mengatur penyelenggaraan, pendistribusian dan penyimpanan formulir blangko, menerbitkan SIM, melaksanakan uji ulang, pembatalan penerbitan dan pencabutan SIM dan lain-lain. Meskipun mengalami perkembangan dalam pembuatan dan salah satu terobosannya adalah SIM online, mereka tetap dituntut untuk cepat dan teliti, mereka pun dituntut untuk tidak sakit.

Mengutip liputan6.com, polisi berada diperingkat 4 sebagai profesi dengan tingkat stress tinggi. Stres kerja secara signifikan mempengaruhi burnout sehingga peningkatan stres kerja menyebabkan peningkatan tingkat burnout pada anggota polisi (Ogungbamila, 2016). Polisi dianggap sebagai salah satu pekerjaan yang sangat menegangkan karena jam kerja yang padat, struktur pekerjaan, dan masalah keselamatan kerja (Zakir & Murat, 2011). Problem focused coping menghasilkan pengalaman kerja yang positif pada anggota polisi, sedangkan emotional focused coping berkontribusi pada pengalaman kerja yang negatif (Hart, 1995).

Passive coping strategies berkontribusi pada emotional exhausted dan cynicism, sedangkan mencari dukungan emosional menyebabkan burnout rendah (Wiese, 2003). Problem focused coping dapat menurunkan burnout, namun emotional focused coping dengan suasana hati baik pun dapat menurunkan burnout, sedangkan emotional focused coping dengan suasana hari buruk dapat mempengaruhi burnout terutama emotional exhaustion dan depersonalization (Padyab, 2016).

Dengan berjumlah 40 personil, mereka harus melayani 100 lebih pemohon setiap harinya, baik yang membuat maupun memperpanjang SIM. Anggota Satpas bekerja dari pagi hingga malam, diawali dengan mengatur lalu lintas pagi, kemudian membuka pelayanan SIM pukul 8-3 sore, dilanjutkan lalu lintas sore dan patrol. Mereka harus melayani pemohon dengan berbagai karakter, mengurus berkas, mempersiapkan keperluan ujian tertulis, mendampingi dan menilai ujian praktik. Mampu bekerja cepat dan penuh konsentrasi untuk memisahkan pemohon yang membuat dan perpanjang SIM.

Jam pelayanan habis, harus mengecek ulang berkas, dan menyiapkan berkas untuk esok hari. Kembali mengatur lalu lintas di sore hari dan dilanjutkan dengan melakukan patroli. Dalam menghadapi tugas dan tuntutan, para anggota Satpas merespon dengan cara yang berbeda

sehingga efek yang dirasakan saat bekerja pun berbeda.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka perumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Bagaimana *coping stress* pada anggota Satpas Kota X?
2. Bagaimana *burnout* pada anggota Satpas Kota X?
3. Apakah terdapat pengaruh antara *coping stress* terhadap *burnout* pada anggota Satpas Kota X?

Selanjutnya, tujuan dalam penelitian ini diuraikan dalam pokok-pokok sbb.

1. Untuk menguji mengenai pengaruh coping stress terhadap burnout pada anggota Satpas Kota X

II. LANDASAN TEORI

Lazarus dan Folkman (1984) menyatakan bahwa coping adalah cara yang dilakukan individu untuk mengatur kesenjangan antara tuntutan yang menekan dengan kemampuan yang dimiliki untuk memenuhi tuntutan tersebut. Coping stress yaitu proses dimana individu melakukan usaha untuk mengatur (management) situasi yang dipersepsikan adanya kesenjangan antara usaha (demands) dan kemampuan (resources) yang dinilai sebagai penyebab munculnya situasi stress bagi individu (Sarafino, 2002). Weiten (2010) mengungkapkan coping adalah upaya yang dilakukan oleh individu untuk mengatasi masalah atau menanggapi emosi yang umumnya bersifat negatif. Berdasarkan definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa coping stress adalah cara yang dilakukan individu untuk menangani/mengatur kesenjangan antara tuntutan dan kemampuan yang dimiliki. Menurut Lazarus dan Folkman (dalam Siti Maryam, 2017) strategi coping dipengaruhi oleh latar belakang budaya, pengalaman ketika individu menghadapi masalah, faktor lingkungan, kepribadian, konsep diri, faktor sosial yang dapat berpengaruh pada kemampuan individu ketika menyelesaikan masalah yang dihadapi.

Lazarus dan Folkman membagi coping dalam 2 bentuk, yakni problem focused coping dan emotional focused coping. Problem focused coping ini berorientasi untuk mencari pokok/inti dari permasalahan dan berusaha untuk memecahkannya. Individu akan menggunakan problem coping ini bila dirinya yakin akan dapat menghadapi dan mengurangi situasi atau kondisi yang penuh dengan tekanan (Folkman, 1986). Yang termasuk problem focused coping adalah:

1. *Planful Problem Solving*, atau perencanaan, individu membentuk suatu strategi dan perencanaan menghilangkan dan mengatasi *stress*, dengan melibatkan tindakan yang teliti, berhati-hati, bertahap dan analitis.
2. *Confrontive Coping*, yaitu melakukan pemecahan masalah secara konkrit, menggambarkan reaksi agresif untuk mengubah masalah
3. *Seeking Social Support*, adalah suatu cara yang dilakukan individu dalam menghadapi masalah

dengan cara mencari dukungan sosial baik pada keluarga atau lingkungan sekitar, bisa berupa simpati dan perhatian.

Emotional focused coping merupakan bentuk strategi coping yang berfokus pada pengelolaan stress di dalam diri individu. Strategi emotional focused coping juga memberikan dukungan pada individu untuk mampu menilai suatu kondisi permasalahan atau melihat permasalahan dari sudut pandang yang bersifat positif dalam setiap pengaruh yang ditimbulkannya (Lazarus & Folkman, 1986). Berikut yang termasuk dalam emotional focused coping:

1. Distancing, merupakan upaya untuk melepaskan diri dari situasi stress atau permasalahan dengan menciptakan pandangan yang positif.
2. Self Control, merupakan suatu bentuk dalam penyelesaian masalah dengan cara mengendalikan, menahan diri, mengatur perasaan, artinya individu selalu teliti dan tidak tergesa dalam mengambil tindakan secara emosional.
3. Positive Reinterpretation, respon yang dilakukan individu dengan cara merubah dan mengembangkan dalam kepribadiannya, atau mencoba mengambil pandangan positif dari sebuah masalah (hikmah).
4. Acceptance, berserah diri, individu menerima apa yang terjadi padanya atau pasrah, karena individu beranggapan bahwa tidak ada hal yang bisa dilakukannya lagi untuk memecahkan masalahnya.
5. Denial (avoidance), pengingkaran, yaitu suatu cara individu dengan berusaha menyanggah, mengingkari dan melupakan masalah-masalah yang ada pada dirinya

Coping stress sangat diperlukan oleh individu dalam hal apa pun, termasuk bekerja. Pekerjaan dapat menjadi stressor bagi inidividu, dimana bila tidak melakukan coping maka akan mempengaruhi pekerjaannya karena stress berkepanjangan dapat menimbulkan burnout. Maslach dan Leiter (dalam Rizka, 2013) berpendapat bahwa burnout merupakan reaksi emosi negatif yang terjadi dilingkungan kerja, ketika individu tersebut mengalami stress yang berkepanjangan.

Para pekerja yang mengalami kelelahan kerja (burnout), akan mengalami kelelahan mental, kehilangan komitmen, kelelahan emosional, dan juga mengalami penurunan motivasi dari waktu ke waktu (Bhanugopan & Alan, 2006). Burnout merupakan sindrom kelelahan emosional, fisik, dan mental yang diperkuat oleh perasaan rendahnya self esteem, self efficacy, yang disebabkan oleh stress yang berkepanjangan (Baron dan Greenberg, 1990). Beban kerja yang berlebihan dapat menjadi salah satu faktor dari pekerjaan yang berdampak pada timbulnya burnout pada pekerja (Schaufeli, Maslach & Marek, 1993).

Menurut Maslach dan Jackson (dalam Enzmann, Schaufeli, dan Girault, 1993) burnout dibagi menjadi 3 aspek, diantaranya:

1. *Emotional Exhausted* (Kelelahan Emosi) mengacu

pada terkuras dan berkurangnya sumberdaya emosional yang dimiliki oleh individu, seperti perasaan frustrasi, sedih, putus asa, hampa tertekan, mudah tersinggung, merasa terbebani dengan tugas yang ada, mudah marah tanpa alasan yang jelas.

2. *Depersonalization* (Depersonalisasi) adalah berkembangnya sikap negatif dan perasaan yang negatif terhadap penerima pelayanan pada diri individu, seperti sikap negatif, sikap kasar dan cenderung untuk menjaga jarak dengan orang lain, menarik diri dari lingkungan sosial dan cenderung tidak peduli dengan lingkungan serta individu yang ada dilingkungan tersebut.
3. *Reduced Personal Accomplishment* (Penurunan Prestasi Pribadi), berkaitan dengan menurunnya kompetensi diri, motivasi kerja dan produktifitas kerja yang disebabkan karena perasaan bersalah akibat dari tujuan kerja yang tidak tercapai dan memiliki sikap yang rendah untuk memberikan penghargaan pada diri sendiri serta merasa kurangnya rasa percaya diri (Maslach Leiter dan Shaufeli, 1993).

III. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

TABEL I. ANALISIS REGRESI PENGARUH COPING STRESS TERHADAP BURNOUT

Model	Unstandardized Coefficients ^a		Standardized Coefficients Beta	t	Sig.
	B	Std. Error			
1	(Constant)	57.948	9.127	6.349	.000
	X	-.303	.095	-3.208	.003*

a. Dependent Variable: Y

Berdasarkan output diatas diketahui bahwa nilai signifikansi (Sig.) sebesar 0.003* lebih kecil dari 0.05, sehingga sesuai dengan kriteria uji diatas bahwa H₀ ditolak dan menerima H₁ yang artinya terdapat pengaruh Coping Stress terhadap Burnout. Sedangkan persamaan regresi yang didapat, dilihat dari angka konstan yang mempunyai arti bahwa jika tidak ada coping stress maka nilai burnout adalah sebesar 57.948 dan dilihat dari angka koefisien regresi yang nilainya sebesar -0.303 berarti bahwa setiap penambahan satu satuan coping stress maka burnout akan menurun sebesar 0.303. Nilai koefisien regresi bernilai minus artinya dapat dikatakan bahwa coping stress berpengaruh negatif terhadap burnout. Nilai koefisien regresi bernilai negatif pun bisa diartikan yang berarti semakin tinggi penggunaan coping stress, maka semakin rendah burnout.

Penelitian ini menggunakan 40 subjek penelitian terdiri dari 29 anggota Satpas laki-laki, dan 11 anggota Satpas perempuan, dengan usia dan lama kerja berbeda. 87.5% anggota Satpas cenderung menggunakan emotional

focused dan 12.5% cenderung menggunakan problem focused. 87.5% anggota Satpas mengalami burnout rendah, 12.5% anggota Satpas mengalami burnout sedang. Hasil analisis regresi menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan coping stress terhadap burnout dengan angka .003 dan koefisien regresi -.303 yang artinya setiap melakukan coping, burnout akan menurun sebesar -.303.

Emotional focused memiliki pengaruh yang signifikan terhadap burnout dengan nilai .044 dan koefisien regresi -1.144 artinya burnout menurun sebesar 1.144. Problem focused tidak memiliki pengaruh terhadap burnout dengan nilai .902 dan koefisien regresi .029 artinya burnout naik sebesar .029. Sejalan dengan penelitian Sihag & Bidlan (2014) yang menyatakan emotional focused mampu menurunkan burnout pada dokter, perawat, staf kesehatan. Bentuk coping ini diperlukan untuk meningkatkan motivasi kerja.

Emotional focused mempengaruhi 2 aspek burnout yaitu emotional exhaustion dan depersonalization, senada dengan penelitian Padyab (2016), namun perbedaannya pada penelitian Padyab problem focused yang mempengaruhi burnout. Emotional focused berpengaruh secara signifikan terhadap emotional exhaustion (.033) dan dapat menurunkan emotional exhaustion dengan angka koefisien regresi -.616, sedangkan problem focused tidak berpengaruh terhadap emotional exhaustion (.917) meningkatkan emotional exhaustion dengan angka koefisien regresi .016. Emotional focused dan problem focused tidak berpengaruh terhadap reduced personal accomplish dengan hasil analisis (.204 dan .993), namun dapat menurunkan reduced personal accomplish dengan koefisien regresi (-.244 dan -.001)

Emotional focused berpengaruh secara signifikan terhadap depersonalization (.045) dan dapat menurunkan depersonalization dengan angka koefisien regresi -.285, sedangkan problem focused tidak berpengaruh terhadap depersonalization (.833) dan meningkatkan depersonalization dengan angka koefisien regresi .013. Aspek emotional focused yang pengaruh signifikan menurunkan emotional exhaustion adalah escape avoidance dengan hasil .000 dan self controlling menurunkan depersonalization dengan hasil .003.

Emotional focused coping yaitu upaya yang dilakukan oleh individu untuk melakukan kontrol respon emosional terhadap situasi penyebab stress, lebih jelasnya emotional focused coping digunakan untuk meredakan emosi yang muncul akibat pengaruh dari sumber permasalahan (Lazarus & Folkman, 1984).

Bentuk emotional focused coping yang dilakukan yaitu merespon dengan self control seperti tenang, kesal, positive reappraisal (selalu berpikiran dan mengambil pandangan positif mengenai tuntutan), acceptance yaitu pasrah menerima tuntutannya (merasa mau tidak mau harus memenuh tuntutan), ada yang berdiam diri, ada pula yang merespon stressor dengan escape avoidance yaitu merokok.

Senada dengan pendapat Baker (2007), emotional

focused coping dapat secara langsung memengaruhi suasana hati seseorang dengan meningkatkan wawasan dan pemikiran kausal. Wawasan seperti itu dapat membantu seseorang percaya bahwa stressor bukanlah sesuatu yang harus ditakuti dan bahkan dapat memungkinkan seseorang untuk menemukan makna positif dalam peristiwa stress yang sedang berlangsung (Folkman & Moskowitz, 2000).

Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Wiese (2003) dimana bentuk coping yang dapat mempengaruhi burnout adalah passive coping, sedangkan active coping mampu untuk mengurangi peluang terjadinya burnout pada anggota polisi.

Baker (2007) menyatakan bahwa problem focused dapat digunakan bila individu memiliki informasi yang diperlukan untuk membuat keputusan yang baik agar dapat menyelesaikan masalah secara efektif. Namun problem focused coping tidak selalu efektif digunakan pada jenis pekerjaan yang harus dilakukan dengan cepat dan segera. Pengalaman kerja, lama kerja menjadi salah satu faktor yang membuat individu melakukan coping tertentu untuk menyelesaikan tuntutan pekerjaan yang dihadapi. Individu yang menggunakan emotional focused coping memiliki informasi yang diperlukan untuk menyelesaikan masalah mereka secara efektif dan cenderung memiliki wawasan tentang masalah mereka (Baker, 2007).

IV. KESIMPULAN

Berdasarkan pembahasan dalam penelitian ini, peneliti menyimpulkan beberapa hasil penelitian sebagai berikut:

1. 87.5% anggota Satpas cenderung menggunakan emotional focused coping dalam bekerja
2. 87.5% burnout pada anggota Satpas tergolong dalam kategori rendah, artinya anggota Satpas tidak merasa frustrasi, sedih, tidak merasa terbebani dengan tugas dan tuntutan, bersikap baik, tidak menarik diri dari lingkungan sosial, peduli dengan lingkungan sekitar, motivasi dan prestasi kerja baik.
3. Terdapat pengaruh yang signifikan antara coping stress terhadap burnout pada anggota Satpas Polrestaes Bandung dengan hasil perhitungan analisis regresi sebesar 0.003 yang menunjukkan adanya pengaruh antara coping stress terhadap burnout, dan angka koefisien regresi yang didapat sebesar -0.303 yang berarti setiap penambahan satu satuan coping stress maka burnout akan menurun sebesar 0.303
4. Terdapat pengaruh yang signifikan antara emotional focused coping terhadap burnout dengan hasil analisis regresi sebesar 0.044, sedangkan problem focused coping tidak memiliki pengaruh terhadap burnout dengan hasil regresi sebesar 0.902
5. Emotional focused coping dapat menurunkan burnout dengan angka koefisien regresi -1.144, sedangkan problem focused coping meningkatkan burnout dengan angka koefisien regresi 0.029

6. Emotional focused coping dapat menurunkan emotional exhaustion dengan angka koefisien regresi -0.616, sedangkan problem focused coping meningkatkan emotional exhaustion dengan angka koefisien regresi 0.016
7. Baik emotional focused coping maupun problem focused coping dapat menurunkan reduced personal accomplishment karena angka koefisien regresi keduanya bertanda negatif yang artinya menurunkan
8. Emotional focused coping dapat menurunkan depersonalization dengan angka koefisien regresi -0.285, sedangkan problem focused coping meningkatkan depersonalization dengan angka koefisien regresi 0.013

V. SARAN

1. Bagi lembaga terkait, dikarenakan tingkat burnout anggota Satpas rendah diharapkan untuk tetap membantu anggota Satpas mempertahankan performa kerjanya agar dapat memberikan pelayanan dengan optimal
2. Bagi anggota Satpas diharapkan untuk mempertahankan cara-cara yang dilakukan untuk menghadapi dan memenuhi tugas dan tuntutan pekerjaan, namun anggota Satpas diharapkan untuk mengurangi intensitas merokok dan mengganti dengan hal lain, seperti membaca buku atau melakukan kegiatan lain yang lebih positif mengingat bahwa anggota Satpas dituntut untuk selalu menjaga kesehatan agar mampu memberikan pelayanan dengan maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Baker, J. P., & Berenbaum, H. 2007. Emotional approach and problem-focused coping: A comparison of potentially adaptive strategies. *Cognition & Emotion*, 21(1), 95-118. doi:10.1080/02699930600562276
- [2] Baron, R.A. & Greenberg, I. 1990. *Behaviour in Organization: Understanding and Managing The Human Side a/Work*. 3ed. Allyn & Bacon. New York.
- [3] Bhanugopan R & Fish A. 2006. An Empirical Investigation of Job Burnout among Expatriates. *Personnel Review* Vol. 35. Emerald Group Publishing Limited.
- [4] Folkman, S., et al. 1986. Dynamics of A Stressful Encounter: Cognitive Appraisal, Coping, and Encounter Outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 992- 1003.
- [5] Folkman, S., & Moskowitz, JT. 2004. Coping: pitfalls and promise. *Annu Rev Psychol* 55:745-774
- [6] Hart, P. M., Wearing, A. J., & Headey, B. (1995). Police stress and well-being: Integrating personality, coping and daily work experiences. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 68(2), 133-156. doi:10.1111/j.2044-8325.1995.tb00578.x
- [7] Lazarus, R.S & Folkman, S. 1984. *Stress, Appraisal, And Coping*. New York : McGraw-Hill, Inc.
- [8] Maryam, Siti. 2017. *Strategi Coping: Teori dan Sumberdayanya*. Aceh: Fakultas Kedokteran Universitas Malikussaleh. JURKAM e-ISSN: 2549-4279

- [9] Maslach, C. 1982. *Burnout: The Cost of Caring*. Prentice-Hall Book Company. Englewood Cliffs. New Jersey.
- [10] Maslach, C., & Jackson, S. E. 1981. The Measurement of Experienced Burnout. *Journal Of Occupational Behaviour* Vol. 2. DOI: 10.1002/job.4030020205
- [11] Maslach, C., Jackson, S. E., & Leiter, M. P. 1986. *MBI: the Maslach burnout inventory manual* (3rd ed.). Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- [12] Ogungbamila, B., & Fajemirokun, I. (2016). Job Stress and Police Burnout: Moderating Roles of Gender and Marital Status. *IAFOR Journal of Psychology & the Behavioral Sciences*, 2(3). <https://doi.org/10.22492/ijpbs.2.3.02>
- [13] Padyab, M., Backteman-Erlanson, S., & Brulin, C. 2016. Burnout, Coping, Stress of Conscience and Psychosocial Work Environment among Patrolling Police Officers. *Journal of Police and Criminal Psychology*, 31(4), 229–237. doi:10.1007/s11896-015-9189-y
- [14] Sarafino, E. 2002. *Health psychology*. England: John Wiley and Sons. Sheidow, A. J., Henry, D. B.,
- [15] Schaufeli C, Maslach, & Marek T. 1993. *Professional Burnout: Recent Developments in Theory and Research*. Washington DC: Taylor & Francis.
- [16] Sihag, A., & Bidlan, J. S. 2014. Coping with occupational stress and burnout in healthcare. *Indian Journal Of Positive Psychology*, 5(3), 325-328.
- [17] Rizka, Zasyatin. 2013. Sikap Terhadap Pengembangan Karir Dengan Burnout Pada Karyawan. Diakses dari: <https://doi.org/10.22219/jipt.v1i2.1582>
- [18] Weiten, W. 2010. *Psychology: Themes and variations* (8th ed.). California: Wadworth.
- [19] Wiese, L., Rothmann, S., & Storm, K. 2003. Coping, Stress and Burnout in The South African Police Service in Kwazulu-Natal. *SA Journal of Industrial Psychology* 29(4):71-80. Doi: 10.4102/sajip.v29i4.124
- [20] Zakir & Murat. (2011). Police job stress dan stress reduction/coping programs: The effect on the relationship with spouses. *Turkish Journal of Police Studies*. Vol.13 (3) Hal. 19-38.